

## 12.17 大廚師 - 無麩質素 Pizza

### 材料:

皮：	5 羅馬番茄
3 杯花椰菜	1 蒜瓣
3 個雞蛋	5 羅勒葉
1 杯莫扎里拉奶酪，切碎	½ 茶匙鹽
½ 茶匙鹽	½ 茶匙胡椒
¼ 茶匙黑胡椒破裂	料：
1 茶匙牛至，乾燥	羽衣甘藍 *Kale
1 湯匙大蒜，切碎	水牛無鹽乾酪
醬：	帕爾馬起司
½ 洋蔥切塊	新鮮的羅勒

### 做法:

- 1) 預熱烤箱至 365 F
- 2) 將花椰菜放在攪拌機中打至米粒大小。
- 3) 在一個大的混合碗包括所有材料放在一起。
- 4) 在烤盤或薄餅盤子的烘焙紙。
- 5) 將花椰菜混合物鋪到托盤上約 1 厘米厚。
- 6) 烤 30-40 分鐘直到金黃。

### 醬：

- 1) 所有醬料一起煮，直到番茄和洋蔥融化。最後添加羅勒。

### Pizza：

- 1) 倒醬覆蓋花菜殼上，並在上面放上所需的料。