

# Pizza casera (Halloween)



## INGREDIENTES (2 PIZZAS DE 3-4PERS)

- 400 g harina de trigo
- 200 ml de agua tibia
- 50 ml aceite de oliva
- 20 g levadura fresca
- Una cucharada de sal
- 6 cucharadas de tomate frito casero
- 100 g queso mozzarella rallado
- 1 cucharada de orégano
- 200 g jamón cocido
- Varias aceitunas negras
- 6-7 lonchas de queso mozzarella



## ELABORACIÓN

Para la elaboración de la masa:

Se mezcla la levadura con el agua tibia, hasta que se disuelva completamente y se añade el aceite a la mezcla. En un bol, se pone la harina y la sal y en medio se hace un agujero donde se añade la mezcla anterior. Poco a poco se va amasando hasta obtener una masa homogénea. Se forma una bola y se deja reposar en el bol, tapada con un paño, para que leve, aproximadamente una hora.

Una vez se tiene la masa, se divide en dos (una se puede congelar si solo queremos una pizza) y se amasa con el rodillo, espolvoreando con un poco de harina sobre una superficie limpia y seca.

Se puede dejar de nuevo reposar 1 hora o hacerla directamente.

Se precalienta el horno a 200°C mientras se añaden los ingredientes a la pizza.

En primer lugar se extiende el tomate por la masa. Después se añade el queso rallado, el jamón troceado y el orégano.

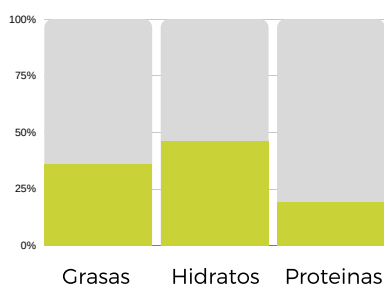
Se cortan las aceitunas por la mitad para hacer el cuerpo de las arañas y se trocean en laminas para crear las patas.

Con un cuchillo fino, se cortan las lonchas de queso dando forma de fantasmas y dibujando los ojos y la boca y se colocan al gusto en las pizzas.

Finalmente se hornean a 200°C durante 12-15 min, ¡vigilando que no se quemen!

## COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Valores por...	ración	100 g
Energía	439,16 kcal	240,41 kcal
Grasas	17,11 g	9,37 g
Hidratos	49,43 g	27,06 g
Proteínas	20,48 g	11,21 g
Fibra	3,60g	1,97 g
Sal	2,36 g	1,29g



**Consejo:**  
Es preferible usar la harina integral (al menos la mitad) y los ingredientes caseros y de calidad. A los niños les encantará ayudar y estarán comiendo sano.