

## Receta del mes

### PIZZA CON BASE DE COLIFLOR

#### 1 Ingredientes (para 2 personas)

Alimento	Cantidad	Observaciones
Coliflor	1 unidad	
Huevo	1 unidad	
Queso rallado	Al gusto	
Champiñones	5 unidades	
Tomate frito	2 cucharadas	
Jamón de pavo	3 lonchas	

#### 2 Elaboración

- Comenzamos con un rallador grande, rallando la coliflor por completo. Intenta rallar sólo la flor y no el tallo.
- Lo ponemos todo en un bol tapado con papel film y unos agujeros y lo metemos unos 8 minutos al microondas. Esto ayuda a soltar toda el agua. Pasado el tiempo, ponemos la coliflor en un paño limpio y escurrimos muy bien haciendo fuerza. De esa manera va a soltar toda el agua y tenemos que dejar una especie de arena de coliflor.
- Pasamos la coliflor a un bol y le ponemos un huevo y un poco de queso rallado. En este punto le podemos poner un poco de sal y especias como ajo en polvo si quieres.
- En una bandeja de horno ponemos papel vegetal y encima la masa, dando forma de pizza. Horneamos unos 20 min a 190° hasta que se dore por completo. Puede variar el tiempo dependiendo del horno y del grosor que le hayamos dado.
- La sacamos del horno y encima le ponemos el tomate, queso rallado y los ingredientes que más nos gusten (jamón de pavo y champis). La volvemos a meter al horno hasta que se termine de hacer por encima y listo.

#### 3 Emplatado

