



Questa è la variante dolce della mia pizza finta. Non contiene zucchero, ma poiché la farcisco con marmellata o crema di dattero fatte in casa, il risultato finale lo è. Condividete il flat bread!

INGREDIENTI:

- 150 gr di farina di avena
- 100 ml di acqua calda
- 2 cucchiari di olio evo

PROCEDIMENTO:

Impasta tutti gli ingredienti e lascia riposare il composto così ottenuto per circa 5'. Quindi cospargi la padella con olio evo, stendici sopra l'impasto schiacciandolo con le dita e cuoci per 6 minuti circa a fuoco basso, girando a metà tempo (quindi 3' circa per lato).

CREMA DI DATTERO:

Per la crema di dattero ti consiglio prima di tutto di scaldare 1 mug di latte di cocco, senza zuccheri aggiunti. Quindi di aggiungere 7 - 9 datteri Medjoul (sono i migliori!) tagliati a pezzetti e di frullare il tutto fino a farne una composto cremoso da spalmare sul flat bread!

Se a fine colazione ti avanza un po' di crema, conservala per il giorno dopo: è ottima anche nello yogurt

ANNOTAZIONI:

Questa versione è senza glutine, eppure resta morbida. Certo non contenendo lievito rimane bassa, ma ti garantisco che la consistenza è gradevole, anche se non è come quella della pizza alta.

Pensa che io me la preparo anche per colazione, dividendola in piccoli dischetti: una intera va bene per pranzo o cena, a colazione sarebbe troppo!