

- 📄

## Pizza Viva !!!

### Ingredientes:

- 100 grs. Trigo sarraceno brotado.
- 100 grs. girasol activado.
- 50 grs. semillas de lino activado.
- Aceite de oliva a gusto.
- Levadura Titan.
- Jugo de 1 limón.
- Ajo en polvo o Hing (azafétida).
- Salsa de soja orgánica.
- Sal rosada/marina.



**Nota: Si no conseguimos trigo sarraceno, reemplazarlo con brotes de trigo o con semillas de girasol.**

### Procedimiento:

Licuar/procesar todos los ingredientes.

Extender la pasta en forma de pizza en la lámina anti-adherente tipo lisa.

Marcar el corte en 8 pedazos y colocar en el deshidratador 2 horas a 60 °C y luego bajarlo a 47 °C, hasta que ese lado quede bien seco.

Dar vuelta sobre la parrilla de acero inoxidable, despegar la lámina y proseguir deshidratando hasta que quede bien crujiente.

Cubrir con queso de cajú o girasol, salsa de tomates viva, pesto, rodajas de tomates, pasta de aceitunas negras y brotes de alfalfa.

Se puede espolvorear con rawmesan (queso rallado de semillas).

Autor: Lucía Copello - Maestra de Alimentación Viva.

Para más info de recetas y cursos comunicarse al 03548-15611268/ 1557326407 o enviar por mail a [naturalu@yahoo.com.ar](mailto:naturalu@yahoo.com.ar)