

Pizza otoñal de verduras

Ingredientes:

- | | |
|---|---|
| 1 masa para pizza | 1 taza de col rizada cortada en trozos pequeños |
| 2 tazas de queso mozzarella rallado | 4 cucharadas de aceite de oliva |
| 2 tazas de zapallo butternut cortado en dados y asado | Romero fresco a gusto |
| 2 tazas de cogollos de coliflor asados | Pimienta molida a gusto |
| 1 taza de cebolla roja asada y cortada en rodajas | |

Preparación:

1. Precaliente el horno a 450 °F (232 °C). Enrolle y estire la masa para pizza para que quepa en la bandeja de horno preparada.
2. Con un cepillo, unte 2-3 cucharadas de aceite de oliva sobre la masa.
3. Espolvoree queso mozzarella uniformemente sobre la masa para pizza.
4. Coloque el zapallo butternut asado, la coliflor y las cebollas sobre la pizza.
5. Ponga los trozos de col rizada en un bol pequeño y vierta 1 cucharada de aceite de oliva encima. Remueva las piezas de col rizada hasta que estén tiernas.
6. Espolvoree la col rizada sobre la pizza. Opcional: puede añadir romero fresco y pimienta molida por encima.
7. Colóquela en el horno precalentado hasta que la masa esté dorada, el queso se derrita y la col rizada esté crujiente.
8. Sírvala caliente.

Opcional: puede añadir batatas asadas, coles de Bruselas, zanahorias o champiñones. ¡Podría sustituir el vinagre balsámico por aceite de oliva para la masa!



COMMUNITY
HEALTH &
ENGAGEMENT

Fall Veggie Pizza

Ingredients:

1 pizza crust	1 cup kale, torn into small pieces
2 cups mozzarella cheese, shredded	4 tablespoon olive oil
2 cups butternut squash, cubed/roasted	Fresh rosemary to taste
2 cups cauliflower florets, roasted	Cracked pepper to taste
1 cup red onion, sliced/roasted	

Directions:

1. Preheat oven to 450°F. Roll/stretch pizza dough to fit onto prepared baking sheet.
2. Using brush, spread 2-3 tablespoons olive oil on crust.
3. Sprinkle mozzarella cheese evenly across pizza crust.
4. Place roasted butternut squash, cauliflower, and onions on pizza.
5. Place torn kale pieces in small bowl, pour 1 tablespoon olive oil over. Massage torn kale pieces until tender.
6. Sprinkle kale on pizza. Optional – can add fresh rosemary and cracked pepper to top.
7. Place in preheated oven until crust is golden brown, cheese is melted, and kale is crispy.
8. Serve hot.

Optional: can add roasted sweet potatoes, brussels sprouts, carrots, or mushrooms. Could substitute balsamic vinegar for olive oil on crust!



COMMUNITY
HEALTH &
ENGAGEMENT