

MINI PAINS PITA FARCIS



Ingrédients :

1 pain pita de blé entier ou blanc coupé en 2
Piments rouges, verts ou jaunes
Tomates ou petites tomates hachées finement
Échalotes coupées morceaux
1/4 tasse de sauce à pizza ou sauce tomate
Poivre au goût
Champignons
Laitue (facultatif)
Fromage râpée

Préparation :

Dans un bol moyen, mélanger les légumes, la mozzarella canadienne et la sauce à pizza.
Avec une petite cuillère, farcir les moitiés de pita avec la préparation.

Temps de cuisson :

Préchauffer le four à 350 °F (180 °C).

Déposer sur une plaque à cuisson antiadhésive et faire cuire 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que les pains pita soient grillés et que le fromage fasse des bulles.

Servir immédiatement.

Note :

Ces bouchées de pita à saveur de pizza sont un autre excellent moyen d'inclure des légumes (en cachette). Elles sont même délicieuses froides !

Vous obtiendrez de délicieuses variantes avec des restes de poulet cuit ou de jambon maigre coupés en dés et des morceaux d'ananas. Les enfants peuvent aider à mélanger les ingrédients et à farcir les pains pita.