

Langpannepizza:

Morsom å lage, og god å spise. Blir mye mat, restene putter vi i fryseren. Oppskriften sies å være 10-15 porsjoner, men den rekker til mange flere:

Deig: (rekker til 3 langpanner)

- ✓ 1 pk gjær
- ✓ 6 dl lunkent vann
- ✓ 3 ss olje
- ✓ 1 ts salt (vi bruker litt mindre salt, kanskje $\frac{3}{4}$ ts)
- ✓ 3 dl sammalt hvete (vi bruker grov)
- ✓ Ca 12 dl hvetemel
- ✓ 5 dl halvfet revet Hvitost

Bolognes fyll:

- ✓ 800 gr Karbonadedeig, eller kjøttdeig av kylling eller svin
- ✓ 4 ss Olje
- ✓ 300 gram grovt revet Sellerirot
- ✓ 6 stk grovt revet Gulrøtter
- ✓ 2-3 stk finhakket Løk
- ✓ 2 bokser Hakkede tomater
- ✓ 1 ts Oregano eller timian
- ✓ 1 ts Basilikum
- ✓ 1 ts Salt
- ✓ 1 ts Pepper



Slik gjør du

1. Bland sammen gjær, salt og mel.
2. Varm vannet til ca 37 grader og tilsett oljen.
3. Tilsett det tørre og bland sammen. Tilsett evt mer mel, og elt til deigen blir jevn og smidig.
4. La deigen heve.
5. Mens deigen hever, starter vi med bolognesesausen. Skyll, rens og del opp grønnsakene til bolognesen.
6. Varm oljen i en kjele. Tilsett karbonade- eller kjøttdeigen. Gni den med en gaffel slik at den blir findelt. Stek til alt kjøttet har skiftet farge.
7. Tilsett finhakket løk og evt hvitløk, og surr til løken blir myk og blank.
8. Bland inn grønnsakene, hermetiske tomater, krydder og salt og kok opp. La småkoke i 10 - 15 minutter. Dersom sausen blir for tykk, kan du tilsette litt vann.
9. Kjevle eller trykk den ferdig hevede deigen ut i en (3) smurte langpanner
10. Fordel fyllet jevnt utover. Dryss over revet ost og
11. Stek pizzaen til osten er gyllen på 225 grader midt i ovnen i ca 25 minutter.

