



Lingue di pizza con pomodoro e mozzarella Gluten Free



Le Lingue di pizza con pomodoro e mozzarella sono delle pizzette dalla forma allungata, gustose e facili da preparare. Si preparano con pochi ingredienti e si possono farcire a piacere proprio come una pizza.

Ingredienti per quattro lingue di pizza

300 g	Farina per pane senza glutine (Farmo Fibrepan reperibile al Lidl oppure Nutrifree o Caputo)
270 g	Acqua (leggermente intiepidita)
6 g	Lievito di birra fresco (oppure 4 g di lievito secco)
20 g	Olio Extravergine di Oliva
n° 1	Cucchiaino sale
q.b.	Farina di mais e di riso per lo spolvero della spianatoia

Per la guarnizione

200 g	Polpa di pomodoro
250 g	Mozzarella (o scamorza)
q.b.	Sale
q.b.	Olio Extravergine di Oliva
q.b.	Origano (facoltativo)

Preparazione

1. In una ciotola grande far sciogliere il lievito sbriciolato con un po' d'acqua, dopodiché aggiungere la farina e la restante acqua; impastare energicamente con il cucchiaino.
2. Incorporare l'olio e il sale e proseguire ad impastare con le mani o il cucchiaino fino a ottenere un impasto omogeneo. Coprire con la pellicola e lasciar lievitare per 2 ore.
3. Trascorso il tempo di lievitazione capovolgere l'impasto sulla spianatoia leggermente infarinata con la farina di mais e riso, schiacciarlo leggermente fino a formare un quadrato e dividerlo in 4 strisce.
4. Schiacciare leggermente con i polpastrelli delle mani le quattro strisce e sistemarle su una teglia foderata con carta da forno.
5. Condire ogni striscia di pasta con polpa di pomodoro, sale, olio e origano.
6. Far cuocere le lingue di pizza in forno preriscaldato a 220 °C per 15 minuti. Nel frattempo tagliare a dadini la mozzarella (o scamorza).
7. Dopo 15 minuti sfornare le lingue di pizza e aggiungere sopra la mozzarella (o scamorza).
8. Farle cuocere ancora in forno per 15 minuti e sfornarle quando sono colorite e la mozzarella si sarà completamente sciolta. Servire calde o tiepide.