



Workshops em casa | Cozinha Vegan com Luísa Mafei

MASSA de PIZZA

Rendimento: 4 pizzetas;

INGREDIENTES

2 ½ chávenas de farinha de trigo 65.
180 ml de água.
2 colheres de sobremesa de azeite.
1 colher de chá de sal.
5 g de fermento seco de padeiro (ou 10 g de fermento fresco).
1 colher de chá de açúcar demerara ou comum.

MOLHO DE TOMATE CASEIRO

INGREDIENTES

4 tomates.
1 cebola.
1 dente de alho.
2 colheres de sopa azeite.
½ chávena de cenoura ralada.
½ chávena de água.
½ colher de chá de sal.
1 colher de chá de orégãos.
Pimenta do reino.

QUEIJO CREMOSOS de CASTANHA DE CAJU

INGREDIENTES

¼ chávena de castanha de caju.
1 chávena de água.
½ chávena de leite vegetal (soja e aveia são os melhores para essa receita)
1 colher de chá de misô (pasta fermentada de soja).
1 colher de chá de amido de milho.
2 colheres de sopa de água fria.
Pitada de curcuma.

SUGESTÕES DE COBERTURAS da PIZZA

- Molho de tomate caseiro + cogumelos laminados + curgetes em cubinhos + pimento verde em tiras + cebola roxa + azeitona + milho.

- Molho de tomate caseiro + queijo de castanha de caju + tomate + rúcula.