



Lahmacun ou « Pizza Turque »



La différence est là.

 Durée totale: 45 min

 Temps actif: 35 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

250 g viande hachée d'agneau suisse
sel
poivre du moulin

3 branches thym

1 cc cumin en poudre

2 p. de c. flocons de piment

1 dl huile d'olive

2 tomates

1 poivron rouge allongé

2 gousses d'ail

2 branches persil

3 cs purée de tomates

1 gros oignon rouge

1 concombre

150 g yoghourt nature

2 cc coriandre en poudre

1 cs jus de citron

200 g pâte à pizza
parine pour étaler la pâte

Valeurs nutritives

1 portion (sans la salade d'endives) contient env.:

577 kcal
21 g de protéines
39 g de glucides
36 g de lipides

 Contient du gluten

 Contient du lactose

Prestations écologiques requises: ?

La plupart des agriculteurs suisses satisfont aux PER (Prestations écologiques requises) qui règlent notamment l'utilisation de fumure et de produits phytosanitaires, ainsi que la protection du sol et des eaux.

Préparation

1 Mélanger la viande hachée avec du sel, du poivre, le thym effeuillé, le cumin, les flocons de piment et l'huile d'olive. Râper grossièrement les tomates avec une râpe de cuisine. Éépiner le poivron et le couper en très petits dés. Peler l'ail et le hacher finement. Hacher finement le persil. Incorporer le tout avec la purée de tomates à la préparation à la viande et mélanger vigoureusement.



La différence est là.

- 2 Peler l'oignon et le couper en fines rondelles. Peler le concombre et le couper en fines rondelles. Mélanger le yoghourt avec du sel, la coriandre et le jus de citron puis réserver au frais.
- 3 Diviser la pâte à pizza en 4 morceaux et les étaler sur un plan de travail recouvert de farine jusqu'à obtenir une pâte extrêmement fine de forme ovale. Étaler uniformément la préparation à base de viande hachée dessus et bien lisser.
- 4 Déposer les parts de pizza sur une plaque de cuisson recouverte de papier cuisson et faire cuire au four à chaleur supérieure et inférieure préchauffé à 220° C pendant 8 à 10 minutes.
- 5 Sortir les parts, disposer des rondelles d'oignon et de concombre et servir avec le yoghourt. Verser du jus de citron selon son goût.

Accompagner d'une salade d'endives à la vinaigrette aux olives et au citron.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.