Lahmacun ou <<Pizza Turque>>

Viande Suisse
Mon choix.

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. Épépiner 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.

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 su r 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.