



PIZZA TOFU ET ÉPINARDS



biocop
LA BIO NOUS RASSEMBLE



PIZZA TOFU ET ÉPINARDS



DIFFICULTÉ



POUR
4 PERSONNES



PRÉPARATION
10 MIN



CUISSON
20 MIN

Ingédients : 1 pâte à pizza Biocoop, 3 cs de crème fraîche Biocoop, 100 g de tofu tomate et fromage italien Biocoop, 1 boule de mozzarella, 300 g d'épinards frais, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 2 cs d'huile d'olive, 1 poignée d'olives vertes ou noires (facultatif).

- 1 Préchauffer** le four à 250 °C.
- 2 Faire revenir** l'ail écrasé et l'oignon émincé dans l'huile d'olive. Ajouter les épinards et laisser cuire 5 min.
- 3 Émietter** le tofu en conservant quelques gros morceaux et trancher la boule de mozzarella.
- 4 Dérouler** la pâte à pizza, étaler la crème fraîche puis répartir les épinards, le tofu, la mozzarella et les olives (facultatif) sur le dessus de la pizza.
- 5 Enfourner** une quinzaine de minutes. Servir seule ou accompagnée d'une salade.

biocoop
LA BIO NOUS RASSEMBLE

Retrouvez la liste
des magasins Biocoop
sur le site www.biocoop.fr

Vous avez des questions
sur Biocoop, sur un produit ?
Contactez le service clients au :

0 800 807 102 Service & appel
gratuits

www.mangerbouger.fr - Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour.

Biocoop - SA Coop à capital variable - 12 avenue Raymond Poincaré 75116 Paris - 382 891 752 RCS Paris. Création : Altavia Cosmic - Crédits photos : Nicolas Leser / Stylisme : Ulrike Skadow - Imprimé par Les Hauts de Vilaine BP 52179 35221 Châteaubourg Cedex, entreprise Imprim'Vert® (gestion des déchets dangereux dans des filières agréées). Ne pas jeter sur la voie publique - Document non contractuel - 12/2021.



Tous les papiers
se trient et
se recyclent