**Кабачковая пицца в духовке с сыром и помидорами рецепт**

**Ингредиенты**

Кабачки молодые – 3 шт. (900 г)

Сыр твердый – 150 – 200 г

Помидоры крупные – 4 шт.

Чеснок – 4-6 зубчиков

Сушенный чеснок – по вкусу

Зелень (петрушка, укроп) – по 1 небольшому пучку

Яйца – 3-4 шт.

Сметана 20% - 4-5 ст. л.

Мука – 5 ст. л.

Соль – по вкусу

Перец черный молотый – по вкусу

Приправа «Итальянские травы» - по вкусу

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Подготовим ингредиенты для пиццы. Кабачки лучше взять молодые, небольшого размера, чтобы семена были маленькие и их не нужно было бы вычищать при помощи ложки.

**Шаг 2**

Сначала натираем кабачки на крупной стороне тёрки. Лишнюю влагу убирать и отжимать не нужно.

**Шаг 3**

Отправляем к натертым кабачкам яйца.

**Шаг 4**

Затем - чеснок, пропущенный через чесночный пресс.

**Шаг 5**

Добавляем густую сметану (20%). Сначала 2-3 столовые ложки.

**Шаг 6**

Для аромата добавляем ещё сушеный чеснок (он вносит свой аромат), а также черный молотый перец.

**Шаг 7**

Солим в последнюю очередь, чтобы кабачки изначально меньше пустили сока.

**Шаг 8**

Нарезаем мелко петрушку и укроп. 1/3 нарезанного пока откладываем в сторону для украшения готового блюда.

**Шаг 9**

Отправляем зелень в кабачковую массу и перемешиваем. Если масса поучается густоватой, то можно добавить ещё сметаны.

**Шаг 10**

Теперь в массу отправляем просеянную муку, чтобы не было комочков и кабачковое тесто было однородной консистенции, насытилось кислородом и стало нежнее.

**Шаг 11**

Замешиваем кабачковое тесто для пиццы. Оно должно быть полужидким, как на заливной пирог.

**Шаг 12**

Большой прямоугольный противень застилаем пергаментной бумагой и смазываем растительным маслом при помощи кулинарной кисти.

**Шаг 13**

Выкладываем кабачковое тесто на противень и равномерно распределяем по всей ширине и длине при помощи столовой ложки. Слой получается примерно в 1 см.

**Шаг 14**

Твердый сыр (150-200 г) натираем на крупной стороне тёрке.

**Шаг 15**

Посыпаем сыром кабачковую массу на противне.

**Шаг 16**

Нарезаем помидоры для пиццы тонкими кольцами толщиной примерно в 0,5 см.

**Шаг 17**

Выкладываем их поверх слоя сыра, каждый кружок помидора солим, перчим и посыпаем приправой «итальянские травы».

**Шаг 18**

Отправляем в предварительно разогретую духовку и запекаем 45-50 минут при температуре 200 градусов. Готовность пиццы легко определить по румяности. В последние 5 минут можно взять верхний режим нагрева.

**Шаг 19**

Достаём готовую кабачковую пиццу с сыром и помидорами из духовки и наносим последние штрихи: украшаем оставшейся нарезанной зеленью по вкусу.

Приятного аппетита!