

Sonia: [“Il libro di Giallozafferano, vi aspetta in tutte le librerie”](#)

Compralo subito

[Scopri anche le ricette del forum di Cookaround »](#)

Pizza di Kamut

4 retweet

3

Condividi 164



Categoria: [Ricette di Base – Salati](#)

[Aggiungi al mio ricettario](#)

[19 Commenti](#)

Art-Agri www.artagri.it

Agricoltura di Precisione | Distributore Autorizzato Trimbre

ricette dolci con foto www.peeplo.com

Trova tutto su Ricette dolci con foto. Ricette dolci con foto e Molto di Più!

Bimby Ricette d.repubblica.it/dolci

Torte, biscotti, dolci al cucchiaino Tante ricette per te!

Una Laurea per le Mamme www.uniecampus.it

Nuove opportunità per le mamme che vogliono Laurearsi. Info Ora!

Difficoltà:
Media

Cottura:
15 min

Preparazione:
20 min

Costo:
Molto Basso

Nota Aggiuntiva: + il tempo di riposo della pasta



La pizza di Kamut è uno dei piatti a base di farina di Kamut più diffusi e apprezzati in quanto la pasta che si ottiene risulta essere morbida e gustosa come la pizza tradizionale e gode inoltre di un'ottima digeribilità.

La farina di Kamut deriva dalla macinazione del grano Kamut biologico, un

Le ricette piu viste

- 

Tiramisù
Il Tiramisù, è sicuramente uno dei dessert più golosi e conosciuti al mondo
- 

Pan di Spagna
Il pan di spagna è la più famosa tra le preparazioni base
- 

New York Cheesecake
Il New York cheesecake, è un dolce tipico della tradizione americana
- 

Crepes dolci e salate
Preparate con pochi e semplici ingredienti, come uova, farina, latte e burro
- 

Spaghetti alla Carbonara
Gli spaghetti alla carbonara, sono un primo piatto rustico tipico di Roma

GialloZafferano

PARTECIPA E VOTA

Più di
700.000

Cerca
Subito



cereale della famiglia del grano duro ma caratterizzato da una maggiore quantità di proteine, aminoacidi, lipidi, vitamine e minerali; per

queste sue peculiarità possiede un valore nutrizionale superiore a quello dei grani più conosciuti. Il Kamut è un prodotto di coltivazione biologica in quanto la pianta non necessita di fertilizzanti artificiali e pesticidi e la sua farina è da considerarsi una valida alternativa alle farine tradizionali

Addio pancia gonfia

Meteorismo, gas, aria nella pancia: test e consigli per il problema

[www.testsalute.it/meteorismo/...](http://www.testsalute.it/meteorismo/)

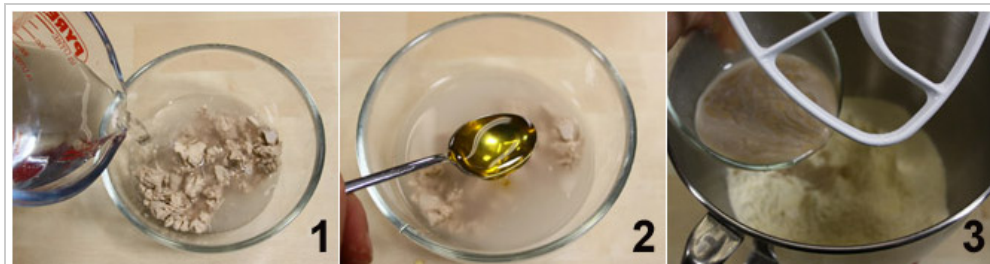
Ingredienti per 2 pizze da 32 cm di diametro

Acqua 300 ml		Miele 1 cucchiaino	
Farina di Kamut 500 gr		Olio di oliva 3 cucchiaini	
Lievito di birra 25 gr		Sale 10 gr	

Ingredienti per condire

Mozzarella 500 gr		Origano q.b.		Pomodori Passata 350 ml		Sale q.b.	
Olio di oliva 2 cucchiaini e q.b. per ungere la teglia							

PREPARAZIONE



Per preparare la pasta per la pizza di Kamut setacciate la farina di Kamut, disponetela a fontana su di una spianatoia (o in una capiente bacinella) e formate un buco al centro. Prendete una ciotolina di vetro, versatevi un bicchiere d'acqua tiepida, sbriciolatevi dentro il lievito di birra (1) e il miele (2). Mescolate fino a fare sciogliere bene il tutto e inserite al centro della farina il composto d'acqua e lievito (3).



Ora, a parte, sciogliete 10 gr di sale in un altro bicchiere d'acqua tiepida; aggiungete l'olio (4) e inseriteli nella farina (5). Tenete vicino a voi un po' di farina e la restante acqua tiepida, che integrerete nell'impasto mano a mano, fino a raggiungere la consistenza desiderata, che deve essere morbida ed elastica (6).

annunci di vendita e affitto. **Subito**

Venus79

Tramezzini favolosi! (passo-passo).

Il Dolce Lo Porto lo

Risotto stracchino e prosciutto.

Ropa55

Coniglio capperi e olive.

Mascia.graffieti

Rustici due colori.

RICETTE IN EVIDENZA: Ravioli salmonati



Ritrovaci su Facebook



Sonia Peronaci

Like 110,102



Giallozafferano

Like 31,463

Forno & Fantasia

Il primo numero

A SOLI € 1,99

AVIARDI

[Guarda le ultime ricette di GialloZafferano >>](#)



Continuate ad impastare fino ad ottenere un impasto liscio e morbido ma consistente, con il quale formerete una palla che andrete ad adagiare in una capiente ciotola (7) (ricordatevi che l'impasto raddoppierà il suo volume), adeguatamente spolverizzata di **farina** sul fondo. Coprite la ciotola con un canovaccio pulito e riponetela in un luogo tiepido e lontano da correnti d'aria, come il forno spento di casa vostra. Attendete che l'impasto abbia raddoppiato il proprio volume (8) (ci vorrà 1 ora - 1 ora e 1/2) e poi procedete alla stesura della **pasta** per la pizza. Dividete l'impasto in due parti e stendetelo in due teglie a bordi bassi precedentemente unte d'olio. Ponete la passata di **pomodoro** in una ciotola e conditela con 4 cucchiari di olio e il **sale** (9).



Condite le pizze con la passata di **pomodoro** (10) , con un po' di olio extra vergine di **oliva** e infornate in forno già caldo per circa 10 minuti a 250°. Intanto tagliate la **mozzarella** a fette e mettetela in un colino in modo da eliminare l'acqua di conservazione. Estraiete la pizze (11) e cospargetele con la **mozzarella** tritata grossolanamente o tagliata a fette (12); infornate nuovamente per altri 5 minuti. Dopo aver estratto le pizze di Kamut dal forno, cospargetele con le foglie di **basilico** fresco e servite immediatamente.

Like 59,071 people like this. Be the first of your friends.



Versione PDF



Manda ad un Amico



Versione di Stampa



Aggiungi al Ricettario

Annunci Google

[ricette dolci con foto](#)

Trova tutto su Ricette dolci con foto. Ricette dolci con foto e Molto di Più! www.peeplo.com

Ogni giorno NUOVE ricette nella tua email...
Iscriviti **GRATUITAMENTE !**

E-Mail: REGISTRAMI >>

Ricetta cucinata da Sonia Peronaci

Visita il **Blog** di Sonia

Diventa fan di Sonia su **Facebook**

Segui Sonia su **Twitter**

ALTRE RICETTE CHE TI POTREBBERO INTERESSARE



Bulgur con pesto di erbe fresche e noci



Insalata di farro e orzo estiva



Morzello (Morzeddu alla Catanzarisi)



Curry vegetariano con zucca e ceci



Ribollita



Polenta



Fonduta alla Valdostana



Frittata di patate

I VOSTRI COMMENTI (19 COMMENTI)

Se hai provato a realizzare questa ricetta aggiungi un tuo commento, se invece preferisci un consiglio prima di realizzarla richiedi qui un parere.
Prova anche a chiedere consigli alla nostra numerosa comunità nel Forum

Lorella ha scritto: (8 minuti fa)

19

Esatto perchè Sonia si mette il miele? grazie! la provero nel weekend con il mio ragazzo 😊

Giovedì 26 Gennaio 2012 Alle 10:10 alle 10:27 – rispondi

Sonia-Gz ha scritto: (18 minuti fa)

18

@nadia: esistono anche ricetta della pizza di kamut senza lievito, il risultato e la consistenza finale ovviamente variano. Noi abbiamo scelto di proporre la versione con il lievito!

Giovedì 26 Gennaio 2012 Alle 10:10 alle 10:18 – rispondi

Stefy ha scritto: (3 ore fa)

17

@Alexiel: un cucchiaino di miele per 500g di farina non si sente troppo nell'impasto? dico questo perchè ho fatto più volte l'impasto del "pan mattino" (ricetta presente in questo sito) che riesce molto bene ed è molto gustoso ma si sente parecchio il miele...

Giovedì 26 Gennaio 2012 Alle 08:08 alle 08:04 – rispondi

alexiel ha scritto: (12 ore fa)

16

@ a Raffaella... il miele aiuta la lievitazione

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 22:10 alle 22:36 – rispondi

Raffaella ha scritto: (13 ore fa)

15

Sono rimasta molto meravigliata per la presenza del miele. Perché Quest'ingrediente?

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 21:09 alle 21:57 – rispondi

michela Di Nino ha scritto: (14 ore fa)

14

anche io l'ho fatta con la metà del lievito..ottimo il risultato !

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 20:08 alle 20:24 – rispondi

lucia Bruni ha scritto: (17 ore fa)

13

anche secondo me 25 gr di lievito sono troppi... se faccio l'impasto la mattina per cuocere la pizza la sera io uso metà lievito: 12.5 gr
Lucy

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 17:05 alle 17:36 – rispondi

giordana ha scritto: (21 ore fa)

12

si può sostituire il lievito con qualche altra cosa, visto che sono intollerante ai lieviti?

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 13:01 alle 13:31 – rispondi

stefy ha scritto: (21 ore fa)

11

ciao questa ricetta è molto interessante anche xè da poco ho scoperto che sono intollerante tutto quasi...e queste ricette con questa farina sono molto interessanti!!!!!!! xò non posso usare il lievito di birra cosa posso usare????

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 13:01 alle 13:19 – rispondi

alexiel ha scritto: (21 ore fa)

10

anche io pensavo che 25 gr di lievito fossero tanti...ho controllato il panetto ed è 25 gr...ero convinta 12gr!!! però questa volta mio marito ha cambiato marca...in effetti l'altro ieri era gonfiata troppo a parer mio...io la pizza la faccio una volta la settimana con farina 00 e manitoba, metto un panetto di lievito e la faccio lievitare circa 7 ore... viene una bontà!!!

Mercoledì 25 Gennaio 2012 Alle 13:01 alle 13:18 – rispondi

10 di 19 commenti visualizzati

[Mostra altri commenti](#)[Visualizza tutti i 19 commenti](#)

Lascia un Commento

Nome (richiesto)

E-Mail (non sarà pubblicata) (richiesto)

Il tuo sito

Mandami una email se qualcuno risponde al mio commento

[Invia Commento »](#)

[Ricette e Dintorni](#)

[Scuola di Cucina](#)

[Speciali](#)

[Blog](#)

[Video](#)

[Forum](#)

[Le Foto Ricette](#)
[Le Video Ricette](#)
[Le Ricette Regionali](#)
[Le Ricette Etniche](#)
[Le Ricette Vegetariane](#)
[Gli Antipasti](#)
[La Pasta](#)
[Pesce e Crostacei](#)
[I Dolci](#)
[Archivio storico](#)
[Sai che cosa mangi?](#)
[Dizionario del Cibo](#)
[Ricette di Natale](#)

[Come Cuocere...](#)
[Come Pulire...](#)
[Come Preparare...](#)
[Come Tagliare...](#)

[Halloween](#)
[Mangiare in Italia](#)
[Mangiare nel Mondo](#)
[Marmellate e conserve](#)

[I blogs di Giallozafferano](#)
[Crea il tuo Blog](#)

[Antipasti](#)
[Primi](#)
[Secondi](#)
[Contorni](#)
[Dolci e Desserts](#)

[La cucina Naturale](#)
[Chiacchiere in compagnia](#)
[Mi presento](#)
[I dolci del Forum](#)
[Cucina Light](#)
[Primi piatti](#)
[Gli ultimi messaggi](#)
[Registrati Gratis](#)
[Cerca sul Forum](#)