

# Poesia para o OvermAndo . . .

**Cláudio Carvalho Fernandes**

Pizza de Abobrinha "Light"

Rendimento: 2011 porções

## INGREDIENTES

Massa:

3 xícara(s) (chá) de farinha de trigo  
3 colher(es) (chá) de fermento químico em pó  
1 unidade(s) de ovo  
1 colher(es) (sopa) de margarina light  
3/4 xícara(s) (chá) de leite desnatado  
1 colher(es) (café) de sal

Recheio:

quanto baste de molho de tomate  
5 unidade(s) de abobrinha em rodela  
quanto baste de mussarela  
3 unidade(s) de tomate sem pele(s), sem sementes  
10 unidade(s) de salsicha em cubos pequenos  
quanto baste de orégano

## PREPARO

### Massa:

Junte todos os ingredientes até que a massa fique homogênea e desgrude das mãos.

Abra a massa bem fina e coloque em fôrmas redondas.

### Recheio:

Espalhe o molho de tomate sobre a massa, depois coloque as rodela de abobrinhas.

Em cima das abobrinhas coloque o queijo, depois os tomates já misturados com as salsichas.

Coloque orégano a gosto. Leve ao forno médio por mais ou menos 30 minutos.

Obra original disponível em:

<http://www.overmundo.com.br/banco/poesia-para-o-overmando>