

Kids Veggie Pita Pizzas

with Crunchy Carrot Stick Dippers

20 Minutes

Start here

Before starting, preheat the oven to 450°F. Wash and dry all produce.

Bust out

Baking sheet, vegetable peeler, measuring spoons, large non-stick pan

Ingredients

	2 Person
Pita Bread	2
Sweet Bell Pepper	160 g
Marinara Sauce	½ cup
Mozzarella Cheese, shredded	¾ cup
Carrot	170 g
Ranch Dressing	4 tbsp
Garlic Salt	1 tsp
Oil*	

* Pantry items

Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional information.

Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.



Prep

- Core, then cut **pepper** into ½-inch pieces.
- Heat a large non-stick pan over medium-high heat.
- When hot, add ½ **tbsp oil**, then **peppers** and **garlic salt**. Cook, stirring often, until tender-crisp, 3-4 min.



Prep carrot stick dippers

- Meanwhile, peel, then halve **carrot** lengthwise, then cut into ½-inch spears.



Assemble and bake pita pizzas

- Arrange **pitas** on an unlined baking sheet. Bake in the **middle** of the oven until golden-brown, 3-4 min.
- Carefully remove from the oven, then spread **marinara** evenly over **tops of pitas**. (**TIP:** You can use any leftover marinara as a dipping sauce!)
- Sprinkle **mozzarella** and **peppers** over top.
- Bake in the **middle** of the oven until **cheese** melts, 3-4 min. (**TIP:** Keep an eye on them so they don't burn!)



Finish and serve

- Quarter **pita pizzas**.
- Plate **pita pizzas** and **carrot sticks**.
- Serve **ranch dressing** alongside for dipping.

Pizzas végétariennes sur pita pour enfants

avec bâtonnets de carottes à tremper

20 minutes

D'abord

Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F). Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, épluche-légumes, cuillères à mesurer, grand poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes
Pain pita	2
Poivron	160 g
Sauce marinara	½ tasse
Mozzarella, râpée	¾ tasse
Carotte	170 g
Sauce ranch	4 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé
Huile*	

* Essentiels à avoir à la maison

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.



Préparer

- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile**, puis les **poivrons** et le **sel d'ail**. Faire cuire de 3 à 4 min ou jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants, en remuant souvent.



Préparer les carottes à tremper

- Entre-temps, peler, puis couper la **carotte** en deux sur la longueur, puis en bâtonnets de 1,25 cm (½ po).



Assembler et faire cuire les pizzas

- Disposer les **pains pita** sur une plaque à cuisson. Faire cuire au **centre** du four de 3 à 4 min ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Sortir la plaque du four avec précaution, puis étendre la **sauce marinara** uniformément sur les **pitats**. (**CONSEIL** : Utiliser la sauce restante comme trempette, si désiré!)
- Parsemer de **mozzarella** et de **poivrons**.
- Faire cuire au **centre** du four de 3 à 4 min ou jusqu'à ce que le **fromage** fonde. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Terminer et servir

- Couper les **pizzas** en quatre.
- Disposer les **pizzas** et les **bâtonnets de carottes** dans les assiettes.
- Servir la **sauce ranch** comme trempette.