

Focaccia de sal marina



Un pa senzill que tots coneixem i ens agrada. Tothom hauria de saber fer aquesta recepta, només requereix uns quants ingredients i és deliciosa. Un dels pans casolans més fàcils de fer amb ingredients que ja tens a casa.

Ja saps quan vas a un restaurant italià i hi ha alguns trossos d'una massa esponjosa, masticable, gairebé de pizza com el pa a la cistella del pa. El més probable és que sigui focaccia. Hi ha moltes maneres de fer-lo i diferents ingredients que pots afegir a la teva focaccia. Però la manera més habitual és mantenir-ho senzill amb sal marina i romaní. Vaig mantenir aquest encara més fàcil amb només una mica d'all en pols, oli d'oliva i sal marina. Perfecte per submergir-lo en salsa, oli d'oliva i vinagre o qualsevol cosa que vulguis.

L'oli d'oliva verge extra de bona qualitat és molt important

per a aquesta recepta. Així que assegureu-vos d'utilitzar una marca que sigui saborosa i robusta, però que no sigui aclaparadorament amarga. Com que només hi ha pocs ingredients, sempre és millor assegurar-se que utilitzeu ingredients d'alta qualitat per a això.

La millor manera de servir-ho és com a aperitiu o com a guarnició. Podeu ser creatius i afegir un munt de verdures per sobre com tomàquets, carbassons o cebes. Podeu untar-la amb salsa de tomàquet abans de coure i fer-la més com un pa de pizza. Però he de dir que m'encanta la senzillesa d'aquesta recepta tal com és. Marida'la amb unes olives sense pinyol, pebrots vermells rostits, oli d'oliva i vinagre, una bona copa de vi i fingir que ets a Itàlia.

La última que vam fer vaig tallar uns tomacons a rodanxes i els vaig escalivar al forn. Després els vaig col·locar per damunt la foccacia i vaig afegir un bon grapat de formatge grec esmicolat que vaig trobar al Lidl que anava en una bossa ja així. I unes fulles d'alfàbrega pel damunt.

Vegana, sense gluten opcional

Per 4-6 persones

Temps: 3 hores i 50 minuts

Ingredients:

- 3 1/2 tasses (420 g) de farina per a tot us. Si la fem sense gluten, us recomano la de Gallo sense gluten
- 2 cullerades soperes d'oli d'oliva verge extra, més més per raig
- 1 paquet (2 1/4 culleradetes [7 g]) llevat sec actiu o llevat instantani
- 1 culleradeta de sucre granulat orgànic
- 1 cullerada de sal fina
- 1 tassa (240 ml) d'aigua tèbia
- 1 cullerada d'all en pols
- 1 o 2 culleradetes de sal marina gruixuda, o al gust



Elaboració:

PAS 1: Si utilitzeu llevat sec actiu, proveu el llevat segons les instruccions del paquet amb 1 tassa d'aigua i sucre.

PAS 2: En un bol combineu la farina i la sal. Utilitzeu una batedora per treure els grumolls. Un cop el llevat estigui fermentat o si utilitzeu llevat instantani, aboqueu-lo al bol juntament amb l'oli. Feu servir una cullera per barrejar la massa fins que quedi gruixuda. A continuació, amasseu la massa de 5 a 7 minuts o fins que es formi una bola llisa.

PAS 3: Col·loqueu-lo en un bol untat d'oli, cobriu-lo amb un drap de cuina net i deixeu-ho reposar 1 hora. Jo acostumo a posar el meu al forn apagat.

PAS 4: Al cap d'una hora, traieu la massa del bol i traieu l'aire.

PAS 5: Col·loqueu una quantitat generosa d'oli al fons de la safata de forn que voleu utilitzar. Prefereixo una safata més petita i de paret alta, de manera que resulta una focaccia més gruixuda.

PAS 6: Poseu la massa al plat i repartiu-la per tots els racons. Utilitzeu els artells i els dits per fer clotets a la massa. Torneu a cobrir amb el drap de cuina i deixeu-ho reposar entre 1 i 2 hores. El torno a posar al forn fred.

PAS 7: Traieu la massa del forn, ruixeu-ho amb una mica d'oli d'oliva addicional i poseu-hi all en pols i sal marina.

PAS 8: Preescalfeu el forn a 200°.

PAS 9: Coure al forn de 20 a 30 minuts depenent de la mida de la paella. La crosta ha de quedar daurada per sobre.

PAS 10: Un cop feta la focaccia, deixar refredar 10 minuts abans de tallar-la. Talleu en 12 quadrats o 24 rectangles més petits depenent de quantes porcions vulgueu. Això es gaudeix millor fresc i de dia, rega amb oli d'oliva verge extra i sal marina gruixuda.

Bon Profit!

LA MEVA CUINA









