

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Pane di granturco con foglie di fieno greco e spinaci

LUOGO: Asia / India

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

250gr farina di granturco
1 tazza di spinaci tritati
½ tazza di methi (foglie di fieno greco)
tritato
½ cucchiaino di polvere di peperoncino
½ cucchiaino di sale
burro chiarificato per la preparazione e per il condimento.

PREPARAZIONE

- 1 Miscelare la farina di granturco, spinaci, foglie di fieno greco, polvere di peperoncino, peperoncini verdi e sale. Aggiungere acqua calda e fare un impasto soffice. Dividere l'impasto in porzioni uguali. Stendere un canovaccio su di una spianatoia di legno e stendere l'impasto creando un chapati sottile. Sollevare il chapati dal canovaccio con le mani umide e metterlo rivoltato su di una tava

(griglia). Cuocerlo su entrambi i lati usando del burro chiarificato. Ripetere il procedimento fino ad esaurimento dell'impasto.