

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Pane azzimo in padella

di: *Leyla Farella*

DOSI PER: 6 pezzi DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 7 min COSTO: molto basso

NOTE: + 15 MINUTI DI RIPOSO



Un pane da preparare in pochissimo tempo, senza accendere il forno? Ecco il Pane azzimo in padella, di origine ebraica, preparato con solo 2 ingredienti: acqua e farina. Il termine azzimo deriva dal greco “azymos” che vuol dire “privo di lievito”. Un pane davvero facilissimo da fare, realizzato con la farina di tipo 1 e pronto in un attimo, dato che non necessita di lievitazione. Comodo e digeribile, con la cottura in padella, lo realizzerete morbido: un mix tra una focaccina e una piadina. Perfetto come sostituto del pane, ma anche da farcire a piacimento, dato che si sposa con qualsiasi

ingrediente. Non vi resta che provare il pane azzimo in padella.

Ecco altre tipologie di [pane](#) da preparare a casa:

[Pane di segale](#)

[Pane senza glutine con olive e noci](#)

[Pane fatto in casa](#)

[Pane senza impasto](#)

INGREDIENTI

FARINA TIPO 1 300 gr

ACQUA FREDDA 160 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) per la cottura -

PREPARAZIONE

1 Adagiate in una ciotola la farina di tipo 1 e unite l'acqua.





2 Lavorate i due ingredienti prima con una forchetta, poi impastate a mano prima nella ciotola, poi sul piano di lavoro.





3 Formate un panetto liscio ed omogeneo e dividetelo in 6 pezzi da ca. 75 grammi.





- 4 Formate delle palline, facendole roteare sul piano di lavoro e coprite con un foglio di pellicola trasparente. Lasciate riposare l'impasto, solo per stendere più agevolmente le palline.





- 5** Trascorso il tempo, prendete una pallina e adagiatela sul piano di lavoro infarinato. Con il mattarello stendetela ad uno spessore di 3-4 mm, dando una forma circolare. Bucherellate la superficie con i rebbi di una forchetta.



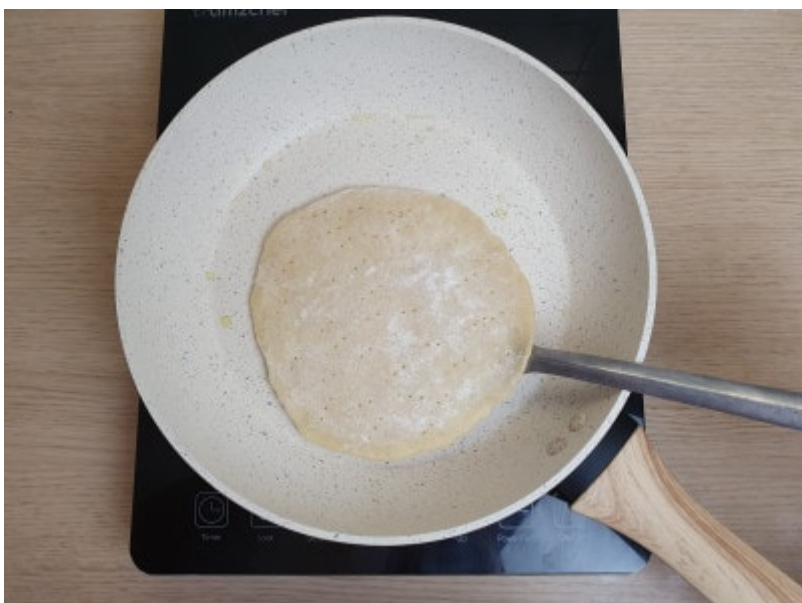


- 6 Scaldate una padella con un filo di olio, distribuendolo con l'aiuto di un foglio di carta assorbente e adagiate all'interno il primo disco di pane azzimo.





- 7** Fate cuocere a fiamma moderata per 3-4 minuti per lato, fino a quando risulterà leggermente dorata. Fate la stessa cosa con il resto delle palline.





8 Il Pane azzimo in padella è pronto da servire e da assaporare.





CONSERVAZIONE

CONSIGLIO