

www.ourfood.nl  
**Pane carasau**  
Italiaans platbrood



#### INGREDIËNTEN

500	gram	meel, semola di grano duro
2,5	dl	water
7,5	gram	verse gist
5	gram	zout

#### HET RECEPT

##### DE VOORBEREIDING

Los de gist op in een beetje lauw water en los het zout op in de rest van het water. Maak een soepel deeg, kneed het met de vuisten, en zet dat weg om te rijzen (pesare). Na een eerste rijperiode van twee uur, vorm je het deeg tot ballen en zet deze nog eens een uur te rijzen. Kneed het deeg nogmaals stevig door. Voor het bakken van de broden wordt traditioneel een houtgestookte oven gebruikt waarin eikenhout of olijfhout wordt gestookt. Daarin wordt een constante temperatuur van 240-260° bereikt. Dat is de beste temperatuur voor de eerste bakfase. Gebruik indien mogelijk een dergelijke oven, een pizza-oven of leg een pizzasteen in uw oven.

##### DE BEREIDING

Maak van het deeg een twintigtal deegballen. Vorm met behulp van dunne deegrollers, canneddos, dunne broden met een doorsnede van 25 tot 30 cm en een dikte van 3 millimeter. Dat gebeurt op een doek, traditioneel een lange strook stof van 50 cm breed en wel tien meter lang. Vouw de doek na ieder gevormd brood op en rol het volgende brood bovenop de vorige. Sla de doek weer om, en ga door tot alle deeg tot broden is gevormd.

Plaats de broden één voor één in de oven met behulp van een (pizza)schieter, de palitta of furrù. Zorg ervoor dat de schieter met semolina is bestrooid, zodat het brood gemakkelijk los komt. Door de grote hitte in de oven zal het brood snel opzwellen. Houdt het brood zo'n minuut in de hete oven, zodat de onder- en bovenkant los van elkaar komen. Druk eventueel zachtjes met de schieter op het brood om het gelijkmatig opbollen te bevorderen. Let op: wanneer de temperatuur van de oven te laag is, gaat dit niet slagen.

Handel nu snel. Wanneer je het vers gebakken brood, dat palenntu wordt genoemd, even laat liggen versmelten de delen van het brood en kun je het niet meer scheiden, wat de bedoeling is wanneer je het niet eet, maar er carasau van wilt maken. Snijd daarvoor met een vlotte horizontale beweging het brood rondom in om het in twee delen te scheiden. Pas op, er kan daarbij behoorlijk stoom vrij komen.

Het (halve) brood dat we nu hebben, wordt pane lentu, pane modde of pane cruhu genoemd, laat zich makkelijk vouwen en eten, en kan zonder verdere bewerking gebruikt worden voor het maken van pane frattau, een lasagne-achtig gerecht.

Pas wanneer alle brood is gebakken, laat je de oven afkoelen tot 180° voor de tweede bakgang, de caradura. Bak de halve broden in 7-8 minuten af, dek ze af met schone doek, waarop een gewicht om de broden zo plat mogelijk te drukken. Leg ieder nieuw afgebakken brood onder de doek (en het gewicht). De broden dienen knapperig te zijn, de kleur van het baksel staat u vrij.

#### GEBRUIKSVORWAARDEN

Deze pagina is een afdruk van <http://www.ourfood.nl>. Met het gebruiken van deze pdf verklaart de gebruiker zich akkoord met de voorwaarden op grond van de Creative Commons Naamsvermelding Niet-commercieel Gelijk Delen 4.0 Internationaal-licentie. Zie disclaimer: <http://www.ourfood.nl/disclaimer.html> en bronvermelding op de webpagina.