

WEIN MIT FREUNDEN REZEPT TIPP



Aus Folge #40 SATRICO ZU 120 PROZENT

PINSA ROMANA Grundrezept

Von Chefkoch Deepak vom **Pastalozzi** in München

Pinsa Romana Grundrezept

Zutaten für 4 Personen

800 g Weizen Mehl, 200 g Reismehl, 60 g Sojamehl, 14 g Salz, 600 ml Wasser, 100 ml Olivenöl, 8 g Hefe

Zubereitung

Mehle in einer Schüssel vermischen. Hefe dazu geben (am besten reinbröckeln), Wasser dazu und den Teig gut durchkneten. Dann Olivenöl und Salz dazu und weiter kneten.

Gut abdecken, dann 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen, danach 72 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Nach der Gehzeit aus dem Kühlschrank nehmen, auf einer bemehlten Fläche ablegen, in vier Teile schneiden und aus den einzelnen Teilen Kugeln formen. Den Backofen auf 230 Grad vorheizen. In der Zwischenzeit die Kugeln nochmal circa 20 Minuten ruhen lassen. Dann den Teig wieder auf einer bemehlten Fläche ausrollen und nach Wunsch belegen. Zum Satrico passt z.B. Gorgonzola und Spinat. Dann kann man statt der Tomatensauce auch einfach nur Olivenöl als "Unterlage" nehmen oder eine dünne Schicht geriebener Mozzarella. Quasi als Pinsa Bianca. Frischen Blattspinat und Gorgonzola drüber bröseln. Wer mag auch noch Walnuss-Stückchen. Nun ab in den Ofen und circa 15 Minuten backen.

BUON APPETITO.



SENTI VINI

Kochwissen:

Das Wort Pinsa kommt aus dem Lateinischen „pinsere“, was zerdrücken bedeutet und ist im Grunde eine Mischung aus Pizza und Focaccia. Ob die Pinsa Romana nun nach einem Rezept aus dem Antiken Rom wieder zum Leben erweckt wurde, oder eine moderne Erfindung ist: sie ist durch ihre besondere Mehl-Zusammensetzung und die 72 Stunden Gärzeit eine krosse, köstliche und gut verdauliche Alternative zur Pizza.

Antonia's Weinempfehlung:
Casale del Giglio Satrico Lazio IGT 2022

