

PANZANELLA ROMANA
ΠΑΝΤΖΑΝΕΛΑ ΡΟΜΑΝΑ

ΦΕΤΕΣ ΨΩΜΙ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΒΑΣΙΛΙΚΟ



Υλικά: (για 4 άτομα)

8 φέτες ψωμί τύπου "Casareccio" ή "Lariano" * (ψημένο σε ξυλόφουρνο)

6 ντομάτες

2 σκελίδες σκόρδο

φύλλα βασιλικού

εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο

ρίγανη

αλάτι

πιπέρι

Εκτέλεση:

1. Εάν το ψωμί είναι πολύ ξηρό ραντίζουμε τι φέτες με ζεστό νερό και τις

- τοποθετούμε στο πιάτο σερβιρίσματος.
2. Πάνω σε κάθε φέτα βάζουμε λίγο λεπτοκομμένο σκόρδο, μερικές φέτες ντομάτας, μια πρέζα ρίγανη και μερικά φύλλα βασιλικού.
 3. Προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και ελαιόλαδο.
 4. Αφήνουμε την παντζανέλα να «ησυχάσει» για τουλάχιστο 30 λεπτά και τη σερβίρουμε.

Σημειώσεις:

*Η λέξη *casareccio* σημαίνει σπιτικό. Το ψωμί *Casareccio* φτιάχνεται με άσπρο αλεύρι, είναι τραγανό εξωτερικά και μαλακό σπογγώδες εσωτερικά. Το ψωμί *Lariano* φτιάχνεται με αλεύρι ολικής άλεσης και πήρε το όνομά του από την πόλη *Lariano* που βρίσκεται νότια της Ρώμης

Στο παρελθόν την παντζανέλα την έφτιαχναν οι ναύτες με μπαγιάτικο ψωμί «πλυμένο» με κανονικό ή θαλασσινό νερό. Για να γίνει πιο εύγεστο το μπαγιάτικο ψωμί, πρόσθεταν ελαιόλαδο, αλάτι και μερικά λαχανικά που διέφεραν από περιοχή σε περιοχή. Η λέξη "ranzanella" πολύ πιθανόν να προέρχεται από την λέξη PAN (ψωμί) και ZANELLA (πιάτο σούπας στο οποίο γινόταν η ανάμιξη του μπαγιάτικου ψωμιού με το νερό και τα λαχανικά).