

## PANZANELLA ROMANA



### Ingredienti per 4:

8 fette di pane casareccio o Lariano cotto a legna  
6 pomodori  
2 spicchi d'aglio  
Qualche foglia di basilico  
Oregano  
Olio extra vergine d'oliva italiano  
Sale e pepe

### Preparazione

1. Se il pane è troppo asciutto, inumidirlo con acqua calda e disporre le fette sul piatto da portata.
2. Mettere su ogni fetta un po' di aglio tritato fino, alcune fette di pomodoro, un pizzico di origano e qualche foglia di basilico.
3. Aggiungere sale e pepe e un filo di olio d'oliva.
4. Lasciare riposare le "panzanelle" almeno 30 minuti e servire.

### Note

In passato la panzanella era fatta utilizzando pane raffermo "lavato" con acqua o con acqua di mare dai marinai.

Per rendere più gustoso il pane raffermo, venivano aggiunte alcune verdure diverse da luogo a luogo, l'olio d'oliva e il sale.

"Panzanella" deriva probabilmente da PAN (pane) e ZANELLA (piatto per zuppa in cui il pane raffermo viene mescolato con acqua e verdure).