

ASSOCIACIÓ D'ARMÈNIA A CATALUNYA

Carretera de la Roca, Km. 5

Cuina armènia

EL LAVASH

El lavash és un tipus de pa molt present en països com Síria, el Líban o l'Iran. A Armènia ha esdevingut un símbol nacional. El lavash pren formes diferents segons la regió. Així tant pot ser tou i flexible com cruixent i trencadís. Aquesta versatilitat de formes fa que cada poble l'empri de diverses maneres: com si fos una cullera o un plat, o fins i tot com una cassola o un tovalló.

Tradicionalment, els armenis preparaven el lavash durant la tardor per menjar-lo a l'hivern. Assecaven el pa, l'apilaven, el cobrien i el reservaven. Per fer-lo tou de nou, l'humitejaven i el cobrien amb una tela durant mitja hora.

A Armènia, el lavash s'usa per embolicar-hi formatge o carn especiada amb cebes, verdures i pebre i escalfar-ho sobre el foc.

Lavash



RECEPTA

▶ **INGREDIENTS**

Ingredients (per a 25 unitats):
25 grams de llevat
600 centímetres cúbics d'aigua
1 quilo i quart de farina de blat
1 cullerada de sal
Una mica de sucre



Mitjana



5 hores



Baix

▶ **PREPARACIÓ**

Desfeu el llevat, la sal i el sucre en un bol gran amb aigua tèbia. Empolseeu-ho amb farina i barregeu-ho tot. Afegiu aigua a la barreja fins a aconseguir una massa ben compacta i treballada.

Deixeu la massa en un bol i tapeu-la amb un drap durant 3 hores. Després torneu-la a pastar amb força i deixeu-la descansar mitja hora. Sobre una taula amb farina, separeu porcions de 5 centímetres de diàmetre. Esteneu cada porció amb un corró fi. Heu d'obtenir discos de 20 centímetres i 2 mil·límetres de gruix. En acabat, punxeu-los. Escalfeu el forn a 200 graus i col·loqueu-hi els discos durant 3 minuts. Retireu-los i cobriu-los amb un drap.

▶ **SUGGERIMENTS**

Es poden menjar també en forma de dúrum amb embotit o carn.



Nivell de dificultat



Temps de realització



Preu