

Aragoi

Denbora



1h

Bitartean
jalkitzen



12h

Errazioak



4

Egokia



Haurrentzat

Alergenoak



Fruitu
lehorrak



Arrautza

Aukerak



Beganoa



Azukrerik
gabe

Panelletak

Panelletak, tradizioz, azaroaren lehen jaten dira, Santa guztien egunean

Osagaiak

200 g arbendol eho

100 g patata

100 g azukre-hauts

200 g pinazi

Limoi bat

Arrautza bat

Egiteko modurik estimatu eta tradizionalena pinaziekin da, baina kokoarekin, kakaoarekin, algarrobo-leka hautsarekin eta beste fruitu lehor batzuekin ere egiten dira.

Prestatzeko modua

1. Garbitu ondo patata azal eta guzti, eta sartu ur irakinetan gatz pixka batekin. Egosita dagoenean, atera, hoztu eta zuritu. Pasatu puregailutatik edo zapaldu ondo sardexka batekin, ore fina bihurtu arte.
2. Garbitu limoia eta birrindu azala, alde zurira heldu gabe. Nahasi birrindutakoa azukrearekin.
3. Nahasi patata azukrearekin eta gero arbendola ehoarekin. Oratu apur bat, nahaski homogeneousa izan arte.
4. Utzi ore a hozkailuan 3 orduz edo, hobeto, biharamunera arte.
5. Berotu labea 220 °C-tan, goialdean eta behealdean. Estali labeko erretilua laberako paper-orri batez.
6. Katilu batean, irabiatu ondo arrautza. Ondoan, jarri pinaziak plater batean. Atera hozkailutik ore a, zatitu 15 g inguruko puskatan eta bakoitzarekin egin bola bat.
7. Lehenengo, arrautzaztatu bolak arrautzetan; ondoren, estali pinaziekin. Gero, biribildu eskuekin. Egiaztatu pinaziak behar bezala itsatsita daudela.
8. Jarri panelletak labeko erretiluan eta arrautza irabiatuaren gainerakoarekin margotu bakoitza pixka bat. Sartu labean 6 minutu inguru, pinaziak apur bat gorritu arte.
9. Zerbitzatu aurretik, utzi giro-tenperaturan hozten.

Oso gozoki tipikoa da Aragoiko Erkidego ia osoan, Katalunian, Levanten eta Balearretan

Aukerak

Patata beharrean batata erabiliz gero, ez dago zertan panelletak azukrez gozatu.

Pinaziak lotzeko eta panelletei distira emateko erabiltzen den arrautza irabiatua erabili nahi ez bada, eskuak olio z igurtz daitezke panelletei forma emateko eta, horrela, pinaziak lotzeko, eta pintzelarekin ur epeletan diluitutako abrikot-marmeladaz busti daitezke.