AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	30 Min.	ganzjährig	Italien

FARINATA



Rezept: Der Silberlöffel. Edel Germany 2016 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Eine Farinata, auch Cecina, bereichert einen Apéro oder ein Antipasti. Die veganen Pfannkuchen mit dem charakteristischen Kichererbsenmehl werden vor allem in Ligurien und in der Toskana gebacken. (+30 Min. ruhen lassen)

ZUTATEN (6 PERSONEN)

1.5 l	Wasser, kalt	1 dl	Olivenöl
300 g	Kichererbsenmehl	1 TL	Salz
			Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Das kalte Wasser in eine grosse Schüssel geben. Das Mehl unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Es dürfen sich keine Klümpchen bilden. Öl und Salz zugeben und gut verrühren.
2. Mindestens 30 Min. quellen lassen. Backofen auf 220° C Unterhitze vorheizen.
3. Eine flache Auflaufform einfetten. Den Kichererbsenteig dünn hineingiessen. 10 - 15 Min. auf der untersten Rille backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. In Streifen servieren.

TIPP: Farinata-Streifen am Tisch pfeffern.