

AVUI FEIM LIBUM

Ara que tenim més temps a casa per cuinar, vos proposam fer una recepta romana molt saborosa i senzilla.

*Ens la va deixar Marc Porci Cató, que va néixer a Tusculum l'any 234aC i morí a Roma el 149aC, a la seva obra *De agricultura (Sobre l'agricultura)**

Libum Son uns panets sense llevat que servien com a ofrenes a Demèter (Ceres), deessa de la fertilitat de la terra, que sovint es representa amb un ram o una corona d'espigues, ara que hem entrat a la primavera i es retroba amb la seva filla Persèfone:

ESTRIS NECESSARIS:

*Un bol, una cullera de fusta,
un drap de cuina i una llauna
per posar al forn.*



INGREDIENTS

*600g de formatge ricotta o de broçat
ben cremós*

300g de farina fluixa, passada pel sedàs

1 ou

Un pessic de sal

Oli d'oliva

fulles de llorer



ELABORACIÓ:

Esmicoleu el formatge dins el bol i mesclau la farina, l'ou sencer i el pessic de sal

Pastau fins que en quedi una massa homogènia i deixa-ho reposar mitja horeta

Escalfau el forn 180°

Preparau la llauna de forn untada amb una mica d'oli i coberta amb les fulles de llorer

Untau-vos les mans amb l'oli i formau panets petits rodons que heu de compondre damunt les fulles de llorer

Enfornau i deixeu coure fins que els panets siguin ben daurats.

Treure del forn i si us agrada els podeu regar amb una mica de mel i ja estan apunt per menjar

*.... ah! no oblideu oferir-ne algun a Demèter perquè
ens doni una bona collita!*

