
Pretzel

Autore: Fabio Di Nunno

Fonte: Città Nuova

I pretzel o bretzel sono una sorta di pane tipico della Germania ma diffusi anche in Austria, Svizzera e Italia del nord.

I pretzel o bretzel sono indissolubilmente legati all'immagine della **Germania**, ma la ricetta sarebbe originaria della Francia e dell'Italia del nord dove, nel VII secolo d. C. venivano preparati dai monaci con i resti dell'impasto del pane e la loro forma voleva ricordare proprio le braccia di un monaco incrociate intento a pregare. Secondo la tradizione, **i pretzel o bretzel venivano dati in premio ai bambini che imparavano a memoria preghiere o versetti delle Sacre Scritture**. Nel XV sec. i pretzel o bretzel divennero in Germania, cibo pasquale, considerandoli simbolo di prosperità, pienezza spirituale e fortuna. **Ingredienti** 250 g di farina 00 250 g di farina Manitoba 1 bustina di lievito di birra disidratato 2 cucchiaini di sale fino 1 cucchiaino di zucchero 50 g di burro morbido 3 cucchiaini di bicarbonato per la cottura sale grosso per guarnire **Tempo di preparazione** Un'ora
Foto: Pixabay
Disporre su un tavolo da lavoro le farine ed aggiungere via via gli altri ingredienti (tenere da parte il sale grosso e il bicarbonato) e lavorare fino ad ottenere un impasto liscio ed elastico. Formare una palla e disporla in un contenitore a lievitare fino a quando non avrà raddoppiato il volume (normalmente mezz'ora). Quindi prendere l'impasto e sgonfiarlo, dividendolo in circa dieci parti. Formare con ciascuna di esse un lungo cordone. Intrecciare le estremità e fissarle nella parte opposta. Portate ad ebollizione dell'acqua in una pentola capiente e aggiungete il bicarbonato. Cuocere per pochi secondi un pretzel alla volta e, appena scolato, quando è ancora impregnato d'acqua, cospargere la superficie con sale grosso. Infine, disporre i pretzel su una teglia con carta da forno e cuocere in forno preriscaldato a 200° per 20-25 minuti. Servire caldi o freddi. ---

Sostieni l'informazione libera di Città Nuova! Come? [Scopri le nostre riviste, i corsi di formazione agile](#) e [i nostri progetti](#). *Insieme possiamo fare la differenza! Per informazioni: rete@cittanuova.it*