

Pa d'ordi i blat amb llavors d'api

(Parkhaus Opéra, Zurich, Suïssa, fa 5.000 anys)

INGREDIENTS (10 persones)

- . 1 kg d'ordi.
- . 0,5 kg de blat.
- . 2 litres d'aigua.
- . 10 g de llavors d'api.

ELABORACIÓ

1. Triturar per separat l'ordi i el blat fins aconseguir fer farina amb l'ajuda d'un processador d'aliments o un morter. Colar les farines.
2. Prendre una barbacoa amb llenya.
3. Barrejar les dues farines en un bol.
4. Afegir l'aigua a poc a poc fins a obtenir una massa hidratada i mal·leable.
5. Afegir les llavors d'api.
6. Modelar pans de 10-15 cm de diàmetre i 2 cm de grossor.
7. Rostir sobre una pedra dins la barbacoa tapada durant 15-20 minuts fins que es cuinin per dintre, girant els pans per a no cremar-los.
8. Servir.

OBSERVACIONS

- En comptes de llavors d'api es pot afegir sal d'api, una possibilitat que van plantejar els investigadors que van estudiar el pa neolític de *Parkhaus Opéra* (malgrat que no tenim evidències arqueològiques de la presència de sal al pa).
- Es pot cuinar el pa en un forn casolà a 180-200°C.

NOTES:
