



Ania Gotuje
Tylko najlepsze przepisy

Stromboli

Czas przygotowania: 30 minut

Czas wyrastania ciasta: 1 godzina

Czas pieczenia: 35 minut

Liczba porcji: około 960 g pizzy

W 100 g pizzy:

Wartość energetyczna 255 kcal

Składniki na ciasto

- ☐ 2 szklanki mąki mąki pszennej - najlepiej typ. 00* - 320 g
- ☐ 200 ml lekko ciepłej wody - do 4/5 szklanki
- ☐ 7 g drożdży instant - mała saszetka
- ☐ 1 łyżka ulubionej oliwy
- ☐ 1 płaska łyżeczka soli - lub mniej
- ☐ szczypta cukru

Składniki na farsz

- ☐ 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- ☐ 200 g sera mozzarella - nie z zalewy
- ☐ 100 g ulubionej szynki
- ☐ 70 g ulubionego salami
- ☐ 50 g papryki konserwowej
- ☐ 50 g świeżej papryki np. zielonej
- ☐ 1 łyżeczka mieszanki przypraw włoskich

Ukryj zdjęcia

Stromboli

Szklanka ma u mnie pojemność 250 ml.

Kalorie policzone zostały na podstawie użytych przeze mnie składników. Jest to więc orientacyjna liczba kalorii liczona na podstawie produktów, których użyłam w danym przepisie. Z podanej ilości składników otrzymasz Stromboli o wadze około 960 gramów. Po pokrojeniu będą to cztery nieduże porcje. Przed szykowaniem Stromboli zachęcam też do przeczytania najpierw całego wpisu, by przygotować się odpowiednio wcześniej do kolejnych etapów wykonania.

Stromboli przepis

Przygotuj ciasto na Stromboli. Do miski wlej 200 ml lekko ciepłej wody (temperatura do 30 stopi). Wsyp 7 gramów drożdży suszonych instant oraz niewielką szczyptę cukru. Poczekaj kilka minut, by drożdże same rozpuściły się w wodzie, po czym do miski wsyp też 320 gramów mąki pszennej do pizzy lub też mąki tortowej. Na koniec wlej jeszcze płaską łyżkę oliwy extra vergine i wsyp płaską łyżeczkę soli.

Ciasto wyrabiaj ręcznie lub mikserem z hakami do ciasta drożdżowego przez minimum 5 minut. Elastyczne i gładkie ciasto powinno się ładnie formować w kulę. W razie potrzeby możesz je lekko podsypać mąką, uformować kulę i odłożyć do miski. Miskę z ciastem przykryj bawełnianą ściereczką lub folią spożywczą i odstaw do wyrastania na godzinę. Zimą wybierz cieplejsze miejsce np. blisko kaloryfera.

Po godzinie ciasto nie musi bardzo wyrosnąć. Ważne, by się ładnie napuszyło (musi być widać, że zwiększyło objętość i zrobiło się pulchne i pełniejsze).

Możesz już zacząć nagrzewać piekarnik. Ustaw 190 stopni z opcją pieczenia pizzy lub grzaniem góra dół. Z termoobiegiem z grzałką od dołu ustaw 180 stopni.

Wyrośnięte ciasto umieść na desce, czy stolnicy obsypanej mąką. Ciasto rozciągaj dłońmi na kształt zaokrąglonego prostokąta o wymiarach około 30 x 35 cm (ciasto nie grubsze niż na 1 cm). Na placku rozsmaruj łyżkę koncentratu pomidorowego. Całość posyp mieszanką ziół np. prowansalskich.

Porada: Ciasto smaruję tylko koncentratem pomidorowym, ale można też zrobić domowy sos. Nie więcej 70 gramów pomidorów San Marzano (1-2 sztuki) świeżych lub z puszki, obierz ze skórki i posiekaj na drobne kawałki. Małą patelnię nagrzej z łyżeczką oliwy, a następnie dodaj też obrany i przepuszczony przez praskę mały ząbek czosnku (czosnek można pominąć lub dać go mniej). Po minucie dodaj też pomidory oraz przyprawy: po szczycie suszonego oregano, pieprzu i soli. Wymieszaj sos i po dwóch minutach podgrzewania wyłącz (nie doprowadzam pomidorów do wrzenia, ale nic się nie stanie jak to zrobisz). Sos rozsmarowujesz po cieście dopiero, gdy całkiem przestygnie.

Na sos wysyp połowę startego na tarce lub drobno posiekanego sera mozzarella. Kolejno wyłóż też wszystkie plasterki salami (może być klasyczne lub pepperoni) oraz wszystkie plasterki szynki (u mnie delikatna drobiowa).

Porada: Możesz użyć wyłącznie ulubionego salami lub tylko szynki, a nawet plasterków kiełbasy. Można je też pominąć lub zastąpić usmażonymi wcześniej kawałkami piersi z kurczaka (posypane np. odrobiną ulubionej mieszanki przypraw).

Na salami i szynce rozłóż resztę sera (mogą być też plasterki sera żółtego). Po całości lub tylko w jednym pasku wyłóż pokrojoną w

paski paprykę konserwową.

Porada: Paprykę można zastąpić plasterkami ogórków konserwowych lub oliwkami. Można ją też całkiem pominąć, a wyłożyć podsmażone wcześniej pieczarki (pokrojone w plasterki i smażone na odrobinie oleju).

Podczas zwijania Stromboli w rulon (ciasto krótszą stroną) można jeszcze wyłożyć porcję cieniutko pokrojonej świeżej papryki (u mnie zielona). Można też dodać suszone pomidory w oleju.

Po zwinieniu ciasta w rulon, lekko podwiń do środka oba końce. Całość można posmarować przed pieczeniem wodą lub rozbełtanym jajkiem i posypać oregano lub mieszanką przypraw włoskich. Ponieważ ciasto odpoczywa i wyrasta jeszcze podczas wykładania składników, to nie trzeba odstawiać go do wyrastania przed pieczeniem.

Stromboli przełóż na blaszkę do pieczenia (od spodu lekko podsyp ciasto mąką) i umieść na kratce w piekarniku nagrzanym do 190 stopni (odrobinę niższa niż środkowa półka z opcją pieczenia góra/dół). Pizzę Stromboli piecz przez około 35 minut do wyrośnięcia i zarumienienia ciasta. Stromboli możesz wyjąć z piekarnika od razu po upieczeniu. Najlepiej jest kroić taki chlebek po lekkim przestudzeniu.

Stromboli dość długo zachowuje świeżość. Jeśli jednak nie zostanie zjedzone w dniu pieczenia, polecam zawinąć je w papier śniadaniowy, a następnie luźno w torbę spożywczą przezroczystą i trzymać w lodówce. Stromboli można śmiało jeść na zimno lub podgrzewać na suchej patelni lub w piekarniku na niskiej mocy. Smacznego.

Dziękuję za wspólne gotowanie.

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania

