

FLAÓ

Ingredients per la cassoleta:

250 g de farina
50 g de sucre
1 ou
Una pisca de sal
65 g de saïm a temperatura ambient
¼ de sobre de llevat en pols
½ copa d'anís
½ culleradeta de matafaluga (llavors d'anís)
Ratlladura de 1 llimona



Preparació de la cassoleta:

En un bol gros bat l'ou, el sucre i una pisca de sal fins que tripliqui el seu volum. Afegeix el saïm i ves remenant fins que quedi ben integrat. Afegeix-hi l'anís i la matafaluga prèviament picada junt amb la ratlladura d'una llimona.

Continua remenant lentament per tal que es mesclin tots els ingredients. Introdueix el llevat i la farina i mescla-ho amb l'ajuda d'una espàtula fins que vegis que la pots seguir pastant amb les mans. La pasta ha de quedar elàstica, les mans greixoses i ha de ser bona de treballar. Fes una bolla i deixa-la reposar mentre facis el següent pas.

Ingredients pel farciment:

400 g de brossat o de formatge de fresc (si és de cabra molt millor)
3 ous
250 g de sucre
Unes 15 fulles d'herba sana

Preparació del farciment:

Calenta el forn a 170°C. Mentres, mescla en un bol el formatge fresc, els ous, el sucre i les fulles d'herba sana (picades ben finetes).

Muntatge:

Posa un poc de saïm al motllo. Agafa la bolla de pasta i aplan-la amb l'ajuda d'un corró. Fica-la dins el motllo, estira-la amb les mans i puja-la pels laterals fins a formar la cassoleta.

Aboca-hi el farciment i cou-lo al forn durant 45 minuts. El farciment ha de quedar ben quallat i un pèl daurat per damunt.

Desmotlla-ho quan estigui fred i de manera opcional, posa-hi sucre per damunt i adorna-ho amb unes fulles d'herba sana.

FLAÓ

