

Hoy cocinamos en casa: BOCADILLO DE POLLO AL ESTILO MARROQUÍ CON PAN BATBOUT

Dejamos Colombia y el continente americano para desgustar un platillo africano, concretamente del cercano Marruecos, cuya cocina con influencias de la cultura bereber y mediterránea entre otras, se caracteriza por el uso frecuente de especias, que llenan de color y aroma los platos, así como por el uso de verduras, de cuscús, de carnes como la del cordero y las aves de corral, y de pescados.

El ejemplo que os traemos a nuestra sección *¿A qué sabe?* es un bocadillo muy fácil de preparar, a base de sabroso pollo impregnado de varias especias y de un pan típico de Marruecos parecido al pan de pita, el *batbout*, que os proponemos hacer con vuestras propias manos. El origen de este pan es bereber y se toma tradicionalmente en Ramadán, pero también el resto del año.

INGREDIENTES PARA EL BATBOUT:

- 150 gr. de harina de trigo
- 250 gr. de sémola de trigo (o alternativamente maicena)
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de levadura seca
- 1/2 vaso de agua (medida aproximada)

Notas:

-Las cantidades son aproximadas, si notáis que la masa está muy seca, agregad un poco más de agua y si está demasiado húmeda, un poquito más de harina.

-Si estáis algo perezosos y no os apetece hacer el pan *batbout* vosotros mismos, podéis sustituirlo por pan de pita.

INGREDIENTES PARA EL POLLO (4 PERSONAS):

- 1 pechuga de pollo
- 1 cebolla pequeña
- Un puñadito de aceitunas verdes sin hueso
- Sal
- Pimienta negra
- Cúrcuma en polvo
- Jengibre seco en polvo
- Opcional: salsa *harissa* (u otra salsa picante)

PASOS A SEGUIR PARA LA PREPARACIÓN DEL BATBOUT:

1. Ponemos los ingredientes secos en un bol: la harina, la sémola de trigo, la sal y la levadura. Mezclamos bien todo y echamos el agua poco a poco, previamente templada. Amasamos hasta que deje de estar pegajoso y, a partir de ese momento, continuamos amasando durante 10 minutos más.
2. Estiramos la masa con un rodillo hasta dejarla aproximadamente con un centímetro de grosor. Si sigue estando pegajosa, podemos esparcir un poco de sémola de trigo sobre la encimera para que resulte más sencillo extenderla.
3. Una vez estirada, utilizamos un vaso para cortar con su borde varias porciones redondas. Dejamos reposar tapándolas con un trapo de algodón donde no haya corriente, hasta que hayan doblado su tamaño.
4. Cocinamos los panecillos en una sartén sin aceite, dejándolos dos minutos por cada lado aproximadamente.

PASOS A SEGUIR PARA LA PREPARACIÓN DEL POLLO:

1. Pelar la cebolla muy fina.
2. Cortar en tiras finas o daditos el pollo y salpimentar.
3. Cocinar a fuego suave en la sartén la cebolla hasta pocharla.
4. Añadir el pollo a la sartén y mezclarlo todo.
5. Añadir la cúrcuma y el jengibre en polvo, y solo si os gusta el picante, añadir la *harissa* u otra salsa picante que tengáis.
6. Cuando el pollo esté casi cocinado, añadir las aceitunas picadas y mezclarlo todo bien. Dejar cocinando a fuego lento hasta que el pollo esté hecho del todo.
7. Para terminar, poned una cantidad del preparado de pollo entre los panecillos de *batbout* y ¡déjaos llevar por esta explosión de olores y sabores!