

Chapati (Roti)

Un chapati (o roti) es un pan plano y delgado, nativo del subcontinente indio, popular en India, Pakistán, Nepal, Sri Lanka, Bangladesh, Indonesia, Singapur, Maldivas y Malasia.



Prep.	Cocinar	Tiempo de Reposo	Total
10 min	15 min	30 min	25 min

Enregistrar

Plato: Bread Cocina: Indian, Vegetarian Raciones: 12 chapatis

Autor: Nita Ragoonanan

Ingredientes

- 250 g de harina de trigo integral (+ 50 g para amasar y formar los panes)
- 180 ml de agua (o más)
- 1 cucharadita de sal
- 4 cucharadas de ghee (mantequilla clarificada), derretida

Utensilios

- Batidora de repostería
- 1 chakla (losa de mármol o madera)
- 1 belan (rodillo fino)
- 1 chimta (pinzas)
- 1 tawa (cacerola antiadherente de hierro fundido, cóncava)

Instrucciones

Masa

1. En el tazón de una batidora de repostería combine los 250 g de harina, sal y 1 cucharada de ghee.
2. Utilizando el gancho para masa, mientras se amasa a velocidad media, incorpore gradualmente el agua hasta obtener una masa suave y elástica. También es posible usar una máquina para hacer pan o amasar a mano. La cantidad de agua a incorporar varía dependiendo de la calidad de la harina de trigo integral.
3. Coloque la masa sobre una superficie de trabajo enharinada y amase.
4. Si es necesario, si la masa no es lo suficientemente flexible y elástica, agregue unas gotas de agua y amásela durante unos minutos sobre la superficie de trabajo.
5. Cubra la masa con un paño húmedo y déjela reposar durante 30 minutos. Esto ayudará a que el gluten se libere y la masa se volverá más elástica.
6. Después de 30 minutos, destape la masa y vuelva a amasarla, presionándola con las manos ligeramente engrasadas.

Formar los panes

1. Vierta el ghee restante en un tazón y la harina restante en otro tazón.

2. Enharine ligeramente un chakla o la superficie de trabajo.
3. Divida la masa en 12 trozos de igual peso.
4. Pase cada bola sobre la harina y colóquela en el chakla o la superficie de trabajo.
5. Usando un belan o un rodillo delgado, extienda cada bola en forma de un disco de aproximadamente 2-3 mm de grosor y de 12 a 15 cm de diámetro.

Cocción de los panes

1. Precaliente una tawa, una sartén o una plancha a fuego medio-alto.
2. Tome el roti y voltéelo entre las dos palmas para eliminar todos los rastros de harina. Transfiera el roti al tawa.
3. Voltee el roti cuando el color comience a cambiar y se formen pequeñas bolsas de aire, en aproximadamente 5 a 10 segundos.
4. Hornee directamente el otro lado del roti sobre la llama con unas pinzas chimta o pinzas metálicas, hasta que aparezcan manchas marrones en el roti.
5. Coloque el roti en una bandeja para hornear, con un cepillo, úntelo con un poco de ghee derretido y, con pinzas metálicas áselo durante unos segundos sobre una llama por ambos lados. Si no tiene una llama directa, cocínelo en un tawa por ambos lados.
6. Repita el proceso hasta que todas las bolas de masa se acaben.
7. Disfrute del roti caliente con cualquier curry, dal o verduras.