

# Paratha/ parotta



**Gerechten:** Bijgerecht

**Categorieën:** Brood

**Bron:** Appetijt - L. Van den Bos

## Ingrediënten

100 % patentbloem

50 - 60% water

klein beetje zout

Ghee, plantaardige olie of geklaarde boter (boter laten smelten en het bezonken waterige gedeelte, de wei, niet gebruiken)

## Bereiding

Kneed een goed samenhangend deeg van bloem, water en een klein beetje zout.

Pak dit deeg in in plasticfolie en laat het enkele uren in de koelkast rusten. Deze rusttijd komt de bewerking van het deeg, het uitrollen ten goede. Het deeg is dan veel minder stug en meer rekbaar.

Verdeel het deeg in bolletjes van 70 gram en rol ze één voor één uit tot een flinterdunne lap.

Bestrijk deze dunne deegplak met een vetstof en plooi het deeg dan als een harmonica op tot een lint. Rol dat lint op, druk het plat en rol uit tot een dunne ronde plak deeg die je bakt in een hete koekenpan met weinig vet. Bak ze 3 tot 4 minuten aan beide zijden.

## Notities

Uit de Indiase (Indische) keuken kennen we een aantal platte broodsoorten waarvan de chapati en de naan zowat de bekendste zijn.

Paratha en parotta zijn in Europa nu ook bekender aan het worden en in een goede Aziatische winkel - supermarkt kun je deze ook in de diepvries afdeling vinden.

Leuker is het natuurlijk om ze zelf te maken en de echte kenners van de Indiase keuken zullen mijn versie maar nep vinden (en gelijk hebben ze) maar ik vind het op deze manier toch een mooie versie op de platte broodsoorten die de variatie in ons dagelijks broodgebruik ten goede komt.

Als je al eens zelf bladerdeeg hebt gemaakt, zal je de gelijkenis wel opvallen. Dat is één van de dingen die het nog leuker maken om het zelf te doen: de ontdekking dat in de verschillende eet/voedingsculturen er zulke mooie overeenkomsten zijn.

Het verschil tussen paratha en parotta is voor westerse kookliefhebbers niet altijd duidelijk. Het mooie informatieve artikel uit Guide Michelin geeft hierin wat meer duidelijkheid.

Tekst vertaald door Google translate uit:

<https://guide.michelin.com/en/article/features/guide-to-indian-breads>

### Paratha

Een van de meest populaire ongezuurde flatbreads in India vanwege zijn veelzijdigheid, paratha's zijn schilferig, taai en dichter dan chapati's. In tegenstelling tot parotta's, waarvan de schilfering wordt bereikt door het rekbare deeg herhaaldelijk tegen de tava te slaan, wordt de schilferige, taaie textuur van de paratha bereikt door een reeks ghee-laagjes en vouwen - een techniek die typisch wordt gebruikt bij het maken van bladerdeeg. Paratha's worden vervolgens gebakken op een hete tava voordat ze ondiep worden gebakken.

Het resultaat is een prachtige knapperige flatbread die dikke curries en droge roerbakgerechten goed kan dragen zonder uit elkaar te vallen

### Parotta

Dit gelaagde flatbread vindt zijn oorsprong in Kerala, Tamil Nadu en de buurman van India, Sri Lanka. Het wordt vaak verward met de Noord-Indiase paratha omdat beide flatbreads vergelijkbare eigenschappen hebben, zoals de knapperige schilfering en laagjes. Er zijn echter subtiele verschillen tussen de twee broden. De parotta is, in tegenstelling tot de paratha, gemaakt met maidameel, dat een hoger glutenpercentage heeft. Het resultaat is een zijdezacht, deegachtig platbrood. Er wordt gezegd dat de roti prata die we kennen en liefhebben is afgeleid van deze Zuid-Indiase favoriet. Maleisiërs kennen de flatbread als roti canai, waarvan wordt aangenomen dat het een knipoog is naar de wortels van Chennai. Het brood wordt traditioneel geserveerd tijdens het ontbijt of de lunch met een dhal (lees: linzencurry) maar heeft de laatste tijd talloze moderne updates ondergaan - gevuld met uien, sardientjes en plakjes kaas of zoet geserveerd met gecondenseerde melk, nutella en bananen.

Zie ook:

<https://www.youtube.com/watch?v=Hugh-UZB8Uk>

Wikipedia audio artikel

<https://www.youtube.com/watch?v=OsvqqICSIDM>

<https://www.youtube.com/watch?v=IF1BYFOYhFU>

Er zijn nog veel meer goede instructiefilmpjes op YouTube te vinden over deze broodsoorten.

## Foto's



Paratha/ parotta  
Luchtig scheurbrood uit Azië



