



Pan Persa con labneh

Ingredientes	%	Gramos
Masa		
Harina panificable	100	350
Masa vieja	57	200
Sémola de trigo durum	43	150
Agua	86	300
Sal	0.3	10
Masa Vieja		
Harina panificable	100	125
Agua	60	75
Levadura instantánea	0.4	0.5
TOTAL		1210.5

Para decorar:

1 cucharilla de café de harina

1 vaso de agua

Semillas de ajonjolí (opcional ajenuz, también llamado kalonji o *Nigella sativa*-comino negro)

Para el Labneh:

4 yogures

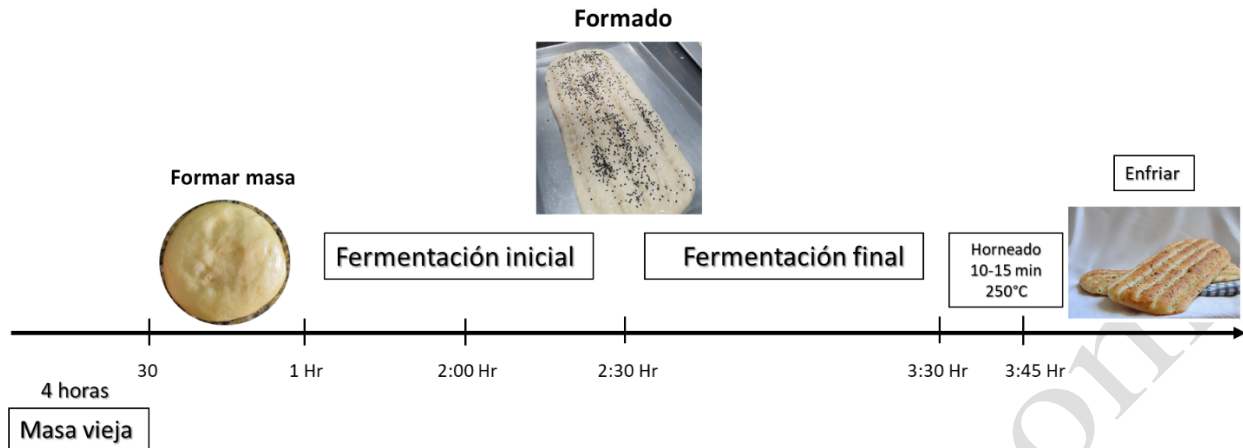
1 pizca de sal

Aceite aromatizado con hierbas



Labneh es un queso blando, similar en textura al queso crema, elaborado con yogur colado y muy popular en la cocina del Medio Oriente. Puede verlo escrito *lebneh*, *lebnah*, *labaneh*, *labane*, *labne*, o *labni*. Con aproximadamente la mitad de la grasa y las calorías del queso crema estándar, es una alternativa más saludable. Aunque tradicionalmente se elabora con yogur de leche de vaca, es posible convertir algunos yogures no lácteos como el coco y la soja en labneh.

El Pan Persa se acompaña muy bien con este exquisito queso de yogurt.



Preparación

1. El día anterior, mezclamos los ingredientes de la madre de levadura y amasamos un par de minutos. Se deja la bola de masa en la nevera en un contenedor hermético. Si hay prisa, se puede fermentar la mezcla en 3 ó 4 horas.
2. Se mezclan los ingredientes de la masa. Se dejan reposar cinco minutos y se amasa; la masa tiene que adherirse apenas a la mesa. Tras unos 8 ó 10 minutos amasando, la masa estará suave y sedosa. Se deja que fermente en el bol una hora y media.
3. Pasado el tiempo, se divide la masa en dos piezas y se estiran a mano o con el rodillo hasta que obtener dos lenguas de masa de unos 40 centímetros de largo y un centímetro de grosor. Se cubren y se dejan fermentar hasta que hayan alcanzado casi dos centímetros de grosor y se noten esponjosas.
4. Mientras la masa fermenta, se disuelve una cucharada de harina en un vaso de agua y se hierve un minuto. Finalmente, se esparcen sobre cada pan fermentado tres o cuatro cucharadas del líquido hervido se hacen unos surcos con las puntas de los dedos a lo largo de la masa. Se hacen hileras separadas por un par de centímetros. Se esparcen las semillas por encima del pan y se cuece a 250° durante 10 minutos-sin ventilador, luego 5 minutos con ventilador.

Para el labneh:

Se revuelven cuatro yogures (pueden ser desnatados) con una pizca de sal y se deja escurrir sobre un colador forrado con un paño o con papel de cocina. En pocas horas habrá espesado y se podrá untar; en un día será un queso denso con el que se pueden hacer bolas y dejarlas macerar en aceite aromatizado con hierbas.

Untar el pan persa en el labne aromatizado.

