

Παραδοσιακή Τσουκνιδόπιτα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



locaboca.gr

Υλικά

(για τη γέμιση)

- 500 γρ τσουκνίδα (πλυμένη και στραγγισμένη)
- 120 γρ. αλεύρι
- 3 κ.σούπας έξτρα παρθένο ελαιόλαδο
- 60 ml. νερό
- αλάτι

(για τη ζύμη)

- 1 κιλό αλεύρι (ή όσο σηκώσει)
- 300 ml. νερό
- 20 γρ. μαγιά
- 2 κ.σούπας έξτρα παρθένο ελαιόλαδο
- 1 κ.γλυκού ζάχαρη
- 1 κ. γλυκού αλάτι
- Σουσάμι (για πασπάλισμα)

Εκτέλεση

Φτιάχνουμε τη γέμιση: πλένουμε καλά την τσουκνίδα (χρησιμοποιώντας γάντια).

Κόβουμε και αφαιρούμε τα περισσότερα κοτσάνια και κρατάμε τα τρυφερά μέρη.

Σκουπίζουμε καλά με απορροφητικό χαρτί. Τρίβουμε τα χόρτα με λίγο αλάτι, προσθέτουμε το αλεύρι, το νερό και το λάδι.

Σε λίγο χλιαρό νερό λιώνουμε την μαγιά και προσθέτουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη και το ελαιόλαδο. Ζυμώνουμε καλά. Αφήνουμε τη ζύμη να «ξεκουραστεί» και να φουσκώσει περίπου 1 ώρα.

Τη χωρίζουμε στα δύο. Λαδώνουμε ένα στρογγυλό ταψί. Ανοίγουμε και απλώνουμε το κάτω φύλλο, βάζουμε τη γέμιση και την απλώνουμε ομοιόμορφα . Ανοίγουμε και τοποθετούμε και το επάνω φύλλο.

Στρίβουμε το ζυμάρι προς τα μέσα περιμετρικά και κλείνουμε την πίτα . Λαδώνουμε καλά την επιφάνεια και πασπαλίζουμε με σουσάμι. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο για 20΄ στους 240°C και άλλα 10΄ στους 200ο C.

Πηγή: flashnews.gr