

17 Δεκεμβρίου 2016

## Έτσι θα φτιάξετε ζύμη για πίτα!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Αν θέλετε να ανοίξετε φύλλο αλλά πιστεύετε ότι είναι κάτι ακατόρθωτο, τότε ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα και θα εκπλαγείτε!

Υλικά για την παρασκευή φύλλου για μία πίτα:

1 φλ. του τσαγιού νερό

1 φλ. του καφέ λάδι

1 κ. του γλυκού αλάτι

Το αλεύρι που θα χρησιμοποιήσετε θα είναι όσο χρειάζεται για να μην κολλάει η ζύμη στα χέρια σας όσο την πλάθεται, αλλά να μην είναι και τελείως ξερή. Θέλουμε μια ζύμη εύπλαστη και μαλακή (όχι πολύ μαλακή).

Αν θέλετε μπορείτε να προσθέσετε και λίγο ξύδι για να γίνει πιο τραγανό το φύλλο.

Αφού φτιάξατε τη ζύμη, τώρα πάμε να ανοίξουμε το φύλλο.

Αρχικά, πλάθεται τη ζύμη σαν να φτιάχνετε ένα φιδάκι, στη συνέχεια κόβεται το φιδάκι σε μικρότερα κομμάτια όσα θα είναι και τα φύλλα που θα χρησιμοποιήσετε. Γυρνάτε τα κομμάτια που κόψατε ένα ένα, με τα χέρια σας προς τα μέσα και κάτω για να δημιουργηθεί ένα μπαλάκι. Θα φτιάξετε τόσα μπαλάκια όσα και τα κομμάτια που κόψατε.

Τώρα, ρίχνουμε λίγο αλεύρι στην επιφάνεια που θα ανοίξουμε το φύλλο. Παίρνουμε τον πλάστη και πιέζουμε το μπαλάκι για να ανοίξει λίγο. Σιγά σιγά αρχίζουμε και πιέζουμε με τα χέρια μας το κέντρο της ζύμης και σιγά σιγά χαλαρώνουμε τα χέρια μας προς το εξωτερικό του πλάστη.

Επαναλαμβάνουμε την ίδια κίνηση μέχρι να έχει ανοίξει το φύλλο στο μέγεθος που το θέλουμε. Προσοχή, το φύλλο δεν θέλουμε να είναι παχύ, αλλά λεπτό και σχετικά μαλακό, αν δείτε ότι το φύλλο κολλάει στα χέρια σας, τότε ρίξτε λίγο αλεύρι.

Αυτό ήταν όλο...Καλή επιτυχία!

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)