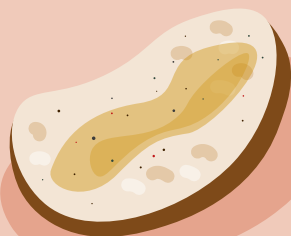


PANIS CUM LACTE

PA AMB LLET



CUINA AMB HISTÒRIA

Fes un viatge en el temps passant per la cuina de casa. Descobreix què menjaven a l'època romana i gaudeix dels sabors del **panis cum lacte**. És hora de posar-se el davantal, arremangar-se les mànigues de la samarreta i embrutar-se les mans!

Ingredients:

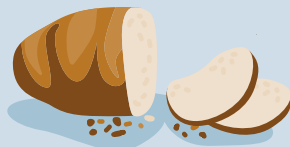
Pa, llet, mel i pebre.



Preparació:

1

Talla el pa en llesques.



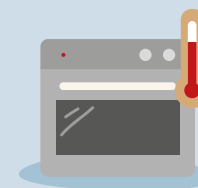
2

Aboca tres dits de llet en un plat i posa el pa a la llet durant una estoneta.



3

Mentrestant escalfa el forn a 200°.



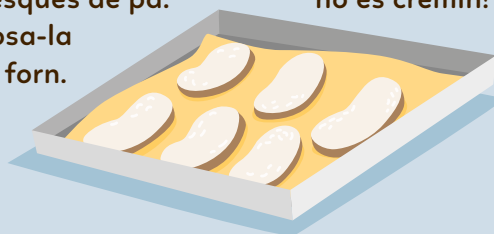
4

Si el pa ja ha absorbit la llet, és moment de ficar-lo al forn. Sembla una esponja, oi?



5

Prepara una safata amb paper de forn i col·loca-hi, amb molta cura, les llesques de pa. Posa-la al forn.



6

Espera 5 minuts i tindràs les llesques de pa a punt. Ves amb compte que no es cremin!

7

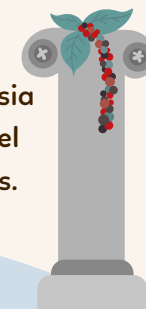
Col·loca el pa en una safata i punxa les llesques amb una forquilla. Unta-les amb un regalim de mel i afegeix-hi una mica de pebre per sobre.

8

I ara gaudeix del *panis cum lacte*!



- Sabies que el pebre és un magnífic conservant? En el món antic el pebre era una espècie molt cotitzada. S'utilitzava per emmagatzemar aliments i que no es fessin malbé.
- Els **grecs** van importar el pebre de l'Àsia oriental, però van ser els **romans** qui el van estendre pels territoris conquerits.



ÈPOCA ANTIGA



@mhistoriacat - #cuinaambhistoria



Museu d'Història
de Catalunya



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura