

Pa Amb Oli

Wie das beliebte Butterbrot in Deutschland, so lieben die Mallorquiner ihr "Pa amb Oli " (Brot mit Öl). Nur das hier die Butter immer mit Olivenöl ersetzt wird.

Viel gesünder, hält sich länger und hat gute Inhaltsstoffe. Den Geschmack darf jeder selber bestimmen: das Olivenöl "Arbequina"schmeckt mild, das "Picual" pikant und das "Mallorquina" Öl fruchtig.

Das Brot wird mit der Ramallet Tomate eingerieben und ein wenig Meersalz bestreut - das ist die Basis. Danach sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt.

Zubereitungsdauer: 10 min. · Schwierigkeitsgrad: sehr einfach

Portionen

1 P.

Zutaten

- 2 St. rustikales Bauernbrot oder nach Wahl
- 2 EL Olivenöl extra virgen
- 1 St. Käse, Serrano oder Kochschinken nach Wahl
- 1 St. Tomate Ramallet
- 1 St. grüne Paprika

Zubereitung

Rustikales Bauernbrot wählen und die Scheiben leicht anrösten. Mit gutem virgen extra Olivenöl D.O. übergießen, so dass es in das Brot einziehen kann. Eine Ramallet Tomate (besonders feste Haut) halbieren und eine Hälfte über die Brotscheibe reiben. Meersalz drüber streuen und mit Mahónkäse, Schafskäse oder Serranoschinken belegen.

Wer mag kann auch eine Salattomate in Scheiben schneiden und auf dem Brot verteilen.

Zu jedem Pa amb Oli gehören grüne oder schwarze Oliven und die typischen hellgrünen Paprika - in Streifen geschnitten.

Die Luxusvariante beinhaltet Fonoll marí - Meeresfenchel, der in einzelnen Stielen dazu gegessen wird.

