Scottish Oatcakes – Outlander

Le **Oatcakes –** chiamate p*ane nazionale scozzese* **–** sono delle gallette o focaccine croccanti preparate con farina di avena, burro e acqua. Vengono servite al posto del pane oppure accompagnate da formaggi o salumi per uno spuntino e guarnite con miele o marmellata per colazione.

Hanno origini antichissime, se ne hanno notizie durante la conquista romana della Gran Bretagna, 43 dC.
L'**avena**, ingrediente base di molte ricette scozzesi, è l'unico grano in grado resistere al freddo delle Highlands.

Quando i membri dei *Clan Scozzesi* viaggiavano spesso si portavano un piccolo sacco di farina d'avena che mescolata con acqua diventava l'impasto per delle oatcakes che venivano cucinate sui loro scudi sopra il fuoco.

Ci sono molte varianti regionali delle *Oatcakes*: a **Edimburgo** e a **Lothian** viene aggiunta anche la farina di grano mentre nelle **Highlands** e nelle **Lowlands** usano solo la farina di avena. Tradizionalmente, le focaccine di avena venivano cucinate su una *cintura* (antica pietra) appesa sopra un fuoco all'aperto mentre oggi vengono cotte su piastra o in forno.
Per farle particolarmente croccanti bisogna usare una farina fininemente macinata, una volta preparate durano molti giorni.

Quando **Claire** giunge nel castello Leoch durante il primo incontro con il *Laird* **Colum MacKenzie** (2° puntata della prima stagione) le viene offerto un vassoio di *oatcakes* con birra. Durante i viaggi per le Highlands con **Jamie** e il clan MacKenzie le mangiavano, come la ricetta da noi proposta, insieme a salumi e marmellata.

Ingredienti per 10 pezzi
Scottish Oatcakes

Avena 230 gr
Farina integrale 60 gr
Burro 60 gr
Sale 1 cucchiaino

Zucchero ½ cucchiaio
Acqua calda 80 ml

Mescolate l’avena con la farina, sale e zucchero.
Aggiungete il burro morbido e lavorare finchè otterrete una consistenza come il pane grattugiato.
Versate l’acqua e lavorate fino ad ottenere un impasto morbido ma consistente.

Cospargete il piano con un po’ di farina e stendete la pasta ad uno spessore di circa ½ cm.

Ricavatene dei cerchi con un tagliapasta circolare.

Infornateli a 190° per 20 minuti.

Sfornate e fate raffreddare

Consigli

- Chiusi ermeticamente in un barattolo potete conservarli fino a 2 settimane
- Potete farli seccare un paio di minuti in più in forno
- Serviteli con miele o marmellata

Volete accompagnare con la marmellata di fichi fatta in casa? Ecco la ricetta:

Marmellata di fichi

1 kg di fichi sbucciati o neri
300 g di zucchero
1 bicchiere di acqua (200 ml)
il succo di un limone non trattato

Sbucciate i fichi e tagliali a metà. Se sono molto grandi, è opportuno tagliarli in quattro parti.

Disponete i fichi in una pentola con il bicchiere di acqua, lo zucchero e il succo del limone.
Mettete sul fuoco e portate a bollore; abbassate il fuoco e vai avanti con la cottura.

Mescolate spesso con un cucchiaio di legno, fino a quando i fichi saranno una poltiglia, circa 30 minuti.

Consigli

- Utilizzate il minipimer per creare un composto liscio e uniform
- Potete aggiungere una bacca di vaniglia in cottura