

IRUÑEKO
EKOMERCADO
DE PAMPLONA

Sukaldaritza klase magistrala
Clase magistral de cocina

Sukaldari gonbidatua: Mariela Goñi.
Eraulgo La Panpinela jatetxeko sukaldaria.
Cocinera invitada: Mariela Goñi.
Pizzeria La Panpinela de Eraul.

EKOENCUENTRO

MASA DE PIZZA
LA PANPINELA
LA PANPINELAKO
PIZZA OREA



www.ekomercado.org



Nafarroako
Gobernua  Gobierno
de Navarra

CPAEN NNPEK 
CONSEJO DE LA PRODUCCIÓN AGRARIA ECOLÓGICA DE NAVARRA
NAVARROAN ETIKAZAL PRODUKzio EKOLOGIKOAREN KONTSEILUA


Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural
Europa Inwestuje w las zonas rurales

 Ayuntamiento de
Pamplona | Iruñeko
Udala

Osagaiak

Ingredientes

75 g ur

75 gr de agua

150 g irin ekologiko

150 gr de harina ecológica

12 g legami

12 gr de levadura

Koilarakada 1 oliba-olio birjina estra ekologikoa

1 cucharada de aceite de oliva virgen extra ecológico

Ekoizleak

Productoras

Ardi-gazta Queso de oveja:

Larrezabal Eko, Axuribeltz

Behi-gazta Queso de vaca:

Pittika

Barazkiak Verduras:

El Puente Viejo

Olioa Aceite de oliva:

Ecológicos Aranda, Gil Pagola



Elikagai guztiak hileko lehen larunbatean erosi ahal izango dituzu EKOMerkatuan 9:30etik 14:00etara

Podrás comprar todos los alimentos el primer sábado de cada mes en el EKOMercado de 9:30 a 14:00 horas

Errezeta

Receta



Nola prestatu

Elaboración

Nahastu eta oratu ongi osagaiak, ore homogeen bat geratu arte. Utzi 5 orduz giro-temperaturan pausatzen.

Mezclar y amasar bien los ingredientes hasta que quede una masa homogénea. Dejar reposar a temperatura ambiente 5 horas.

Pizza egiteko:

Luzatu ore eta gehien gustatzen zaizun lodierarekin utzi.

Estali tomate geruza fin batekin, haren gainean gehien gustatzen zaizun gazta ipini.

Gehitu osagaiak nahierara: barazkiak, arrautza, hestebeteak...

Berotu labea (Panpinelan labea 500 °C inguruan dago) potentzia handiengan.

Zaindu pizza zure gustura egon arte.

Para hacer la pizza:

Estira la masa y déjala con el grosor que más te guste.

Cúbrela con una capa fina de tomate, sobre ella el queso que más te guste.

Añádele ingredientes al gusto: verdura, huevos, embutidos...

Calienta el horno (En la Panpinela el horno está a unos 500°C) a máxima potencia.

Vigila la pizza hasta que esté a tu gusto.

