Mana'queesh

De Libanese Barbara Abdeni Massaad geeft in haar boek Man'oushé – Inside the Street Corner Lebanese Bakery een prachtig overzicht van de vele manieren waarop in Libanon brood, taart, platbrood en pizza's worden gemaakt. Ze geeft hierin ook vier varianten van kleine vleespizza's met Awarma (een confit van schapenvlees) op traditioneel Libanees platbrood, het Khoubiz.

Bron: Barbara Abdeni Massaad, Man'oushé – Inside the Street Corner Lebanese Bakery, 2005

Ingrediënten

- 360 gram witte bloem
- 150 gram cakemeel
- 2 tl zout
- 1 tl suiker
- 2 tl gist of 1 tl gedroogde gist
- 15 ml olie
- 250 ml lauwwarm water
- 400 gram Awarma

Bereiding

- Meng de bloem en het cakemeel met zout en suiker, en los de gist op in het water.
- Meng beide met de olie, en kneed hiervan een deeg. Kneedt dit 5 tot 10 minuten door.
- Laat dit deeg in een met een theedoek afgedekte schaal voor 1,5 tot 2 uur rijzen.
- Kneed het deeg opnieuw, en verdeel het in vier stukken.
- Maak van de vier deegstukken vier ronde plakken.
- Beleg de vier deegplakken met elk 100 gram Awarma, en bak dit in een oven op 200°C of in een koekenpan op middelhoog vuur voor 7 tot 10 minuten, tot het deeg goudbruin is.
- Twee andere varianten van Barbara Abdeni Massaad:
    - Eieren: beleg het deeg met de Awarma en 2 eieren per deegplak.
    - Hangop: spreidt de Awarma samen met 60 ml hangop uit op de deegplak, vouw die dicht, en bak voor 7 tot 10 minuten in een oven op 200°C.

Awarma

Awarma is de traditionele manier van Libanezen om schapenvlees te conserveren. Mager vlees wordt hierbij in vet geconfijt. Goed klaar gemaakt kan het wel een jaar goed blijven. Schapen hebben in Libanon een aparte vetbult rond de staart, waar lekker en goed smeltbaar vet vandaan komt. In Nederland hebben de schapen dit vet niet. Het is dan ook aan te raden om de Awarma met ander vet te maken, zoals ganzenvet of varkensvet.

Ministerie van Economische Zaken

DAAROM ETEN WE SCHAAP

Birkagulyás | Dograma | Dolma's | Booya | Shepherd's pie | Shami kebab | Brunswick stew | Mafé | Tikka | Shoarma

Awarma kan het best gemaakt worden van de nek, de buik of borst of van de rug.

Ingrediënten

- 1,5 kg schapenvet (wil je het minder vet, dan kan dat, een verhouding vet:vlees van 1:1 is ook mogelijk)
- 1 kg mager schapenvlees
- 2,5 tl zeezout
- 240 ml water
- 1 laurierblad
- 1 ui (optioneel)
- 0,5 tl zwarte peper (optioneel)
- 1 kaneelstok (optioneel)

Bereiding

- Doe het water in de pan. Dit zorgt dat het vet niet aan de bodem plakt.
- Voeg het schapenvet toe. Breng dit langzaam aan de kook. Kook door tot het vet helemaal is gesmolten.
- Voeg het magere vlees toe, en de kruiden en specerijen. Laat dit langzaam op een laag vuur garen, tot het vlees uiteenvalt.
- Schep de stukken vlees in gesteriliseerde potten. Schenk daarover het vet om af te dekken.
- Maak de rand van de potten schoon met een schone, vochtige doek. Sluit goed af.
- Bewaar de potten op een koele, donkere plek. De Awarma is 1 jaar te bewaren.
- Bewaar de Awarma in de koelkast als de pot eenmaal is opengemaakt.

Ministerie van Economische Zaken