

Pizza med Söl (Dulse)



Opskriften er beregnet til to. Gang op eller ned, om der er flere eller færre deltagere i måltidet.

INGREDIENSER:

250 gram pizzamel (italiensk hvedemel)
½ tsk. salt (Himalaysalt eller havsalt, ej kogesalt)
1½ deciliter lunkent vand
12½ gram maltekors bagegær
75 gram kejserhatte svampe
½ lille squash
14 gram Söl tang (hedder Dulse på engelsk)
2 dåser á 70 gram koncentreret tomat puré
1 tsk. hvidløgsuré eller to friskpressede hvidløgsfed
120 gram revet parmasanost
olivenolie

Gæren smuldres ud i det lunkne vand. Rør rundt til gæren er helt opløst. Saltet røres ud i melet med en gaffel. Det opløste gær røres i mel/salt blandingen med gaflen. Gå videre med håndæltning, når arbejdet bliver for hårdt med gaflen. Når dejen efter 5 minutters håndæltning føles elastisk, smøres den med én ½ spiseskefuld olivenolie på den synlige overflade.



Dejfadet dækkes med et rent viskestykke og stilles til hævnig ved stuetemperatur ca. 1 time, eller til dejen er hævet til dobbelt størrelse.



I denne pizza er der brugt 75 gram kejserhatte svampe, en $\frac{1}{2}$ revet, lille squash og 14 gram söl. Urenhederne skæres væk fra kejserhattene og de parteres med kokkekniven til ca. 1 cm små stykker på alle ledder. Squashen parteres på et rivejern, groft revet. Grønsagerne er tilfældigt udvalgt. Det er kun fantasien der sætter grænser for, hvilke grønsager, der kan anvendes.



I opskriften er der brugt Søl (Dulse) fra nordøst amerikansk kyst. Det kan købes online direkte fra leverandøren Maine Coast Sea Vegetables på adressen http://seaveg.com/shop/index.php?main_page=index

En anden god mulighed er Søl fra Island. Det kan købes ved Nordatlantens Brygge: <http://www.bryggen.dk/default.asp?Doc=155> Det nemmeste er at ringe til dem på tlf.: 3283 3700. Man kan få det sendt med posten, mod at betale for det ved at overføre penge til deres bankkonto.

Man kan også få udmærket Søl fra det engelske Clearspring her:

<http://helseudsalg.dk/shop/search-1.html?keyword=dulse> Det er meget kompakt, men har Søls karakteristiske gode smag og duft.

Søl fra det franske Bretagne kan man købe her:

<http://www.gourmettang.dk/> Der fås det både i en hel udgave og som et granulat, der som noget usævanligt egner sig fortrinligt til at smags- og næringsberige våd, varm mad.

Endelig er der mulighed for ved <http://www.havetsspisekammer.dk/> at finde links til at købe Søl fra Irland.



Dulsen på billedet er fra Maine Coast Sea Vegetable. Det hvide på billedet er salt. Indholdet af kalium salte er stort i Dulse. I modsætning til kogesaltet, der består mest af natrium, virker kalium salt blodtrykssænkende. Det er saltindholdet i Dulsen, der gør, der kun er tilsat en $\frac{1}{2}$ tsk. salt til dejen. Pizzaen skulle jo ikke gerne blive alt for saltsmagende i munden. Dulse er *meget* salt i smagen.



Det er anbefalelsesværdigt at pille Dulsen godt og grundigt fra hinanden, for at fjerne eventuelle urenheder. Der *kan* være sandkorn i det, rodfæstninger og miniature sneglehuse.



Ovenstående billede viser i midten rodfastningen fra en Dulse vækst. Sporerne klæber sig fast til en sten på havbunden og derfra opstår væksten. I Dulsen fra Maine er de for det meste pillet fra, men man *kan* være uheldig at en enkelt eller flere er overset. De er bestemt ingen fornøjelse at tygge i.



Efter at have tjekket Dulsen for *samtlige* urenheder, klippes det til småstykker med en køkkensaks.



Det færdigklippede Dulse



Ingredienserne til pizzaen er færdig forberedt



Dejen har hævet til dobbelt størrelse.



På et meldrysset køkkenbord, (for at dejen ikke skal klæbe sig fast) rulles dejen ud til en $\frac{1}{2}$ cm's tykkelse.



Pizzabunden placeres på et stykke bagepapir på en bageplade.



Dejen efterhæver i 30 minutter. Imens varmes ovnen op til 225 grader.



Parmasanosten grovrives på rivejernet



Efter at pizzabunden er blevet forbagt i ti minutter i den til 225 grader forvarmede ovn, tages den ud. Samtidigt skrues ovnen ned til 180 grader. Pizzabunden smøres med et rimeligt tykt lag koncentreret tomatpuré. Tomatpuréen smøres godt ud med en spatel.



Det klippede Dulse drysses ud over tomatpastaen. Dulsen optager væde fra tomatpuréen under bagningen i ovnen, der får dets unikkke smag til at udfolde sig i al sin ynde.



Resten af fyldet og osten anrettes oven på. Er man ikke til ost lader man naturligvis bare være med at bruge det. I det hele taget, - dette er blot en pizzabund, hvor der anvendes Dulce som grundsubstans. Grønsagerne kan være hvad som helst, - så længe det ikke er alt for vådt. Det kan gå ud over bundens sprødhed. Pizzaen bager i ovnen indtil osten er så gylden som man gerne vil have den, eller indtil den i øvrigt ser ud til at være færdigtbagt, - brun i kanten og så videre.



Det færdige resultat:



Guffe li guf. Dulsen giver en *vildt god smag* til pizzaen og to stykker pizza, hvor et af dem ses på billedet, giver en *fuldkommen* let mæthedsfølelse.