



Jak to jest z pizzą,
jeść czy nie?

Pizza - to potrawa kuchni włoskiej, obecnie szeroko rozpowszechniona na całym świecie.

Jest to płaski placek z ciasta drożdżowego (focaccia), z sosem pomidorowym, posypany tartym serem (najczęściej jest to mozzarella) i ziołami, pieczony w bardzo mocno nagrzanym piecu. Pizzę podaje się na gorąco, lecz rozpowszechnione jest jedzenie jej również na zimno.

Tradycyjnym miejscem spożywania pizzy są pizzerie, lokale gastronomiczne specjalizujące się w przyrządzaniu i serwowaniu pizzy.

Płaskie, okrągłe i wypiekane placki znane są praktycznie wszystkim kulturom starożytnym, np. w dawnym Egipcie spełniały funkcję płatniczą. W starożytnym Rzymie popularne były focaccie przyprawiane ziołami i serem.

Słowo piza (w takiej właśnie formie) pojawia się po raz pierwszy w dokumencie z 997 roku. W XVII wieku mianem pizzy alla mastunicola określano wypiek przyprawiony bazylią i serem, a pizzą ai cecinelli - placek z rybą.

Po pojawieniu się we Włoszech pomidorów (przywiezionych z Ameryki) zaczęto wykorzystywać je do przyprawiania pizzy. Lokale gastronomiczne zwane "pizzeriami" pojawiły się po raz pierwszy w XVIII wieku w Neapolu. Ich popularność była tak duża, że wzbudziły zainteresowanie króla Ferdynanda II Burbona, który odwiedził jeden z nich i tym samym bardzo przyczynił się do wzrostu popularności pizzy.

W 1889 roku jeden z kucharzy, Raffaele Esposito, zadedykował królowej Małgorzacie Sabaudzkiej trzy rodzaje pizzy: alla mastunicola (z serem i bazylią), marinara (z pomidorami) - te dwa rodzaje były już dobrze znane - oraz nową wersję: z mozzarellą.

Ta trzecia pizza najbardziej przypadła do gustu królowej. Według legendy to od jej imienia pizza ta do dzisiaj zwana jest ''margeritą'', chociaż wariant z mozzarellą na pewno znany był i spożywany wcześniej, nie była to więc zupełna innowacja Esposito. Co najmniej 30 lat wcześniej pizzę o tej nazwie wymienia Francesco de Boucard w swoim dziele "Usi e costumi di Napoli e contorni descritti e dipinti". Bardziej prawdopodobne jest, że nazwa pochodzi od stokrotki (wł. margherita), której kwiat przypominają ułożone dookoła na cieście okrągłe kawałki mozzarelli.

Z Neapolu pizza trafiła do Stanów Zjednoczonych, gdzie wypiekano ją już pod koniec XIX wieku. W północnej części Włoch spopularyzowała się jednak dopiero po II wojnie światowej dzięki robotnikom z południa półwyspu emigrującym za pracą w północne rejony kraju.

We Włoszech wyróżnia się dwie charakterystyczne odmiany pizzy: neapolitańską i rzymską. Pizza rzymska ma grubsze ciasto - od 1 do 2 cm, aby dobrze podtrzymywało składniki, oraz mocno zarumienione i podniesione brzegi. Pizza neapolitańska jest bardzo cienka (maksymalnie 3 mm) i nie ma zaokrąglonych brzegów.

[/https://pl.wikipedia.org/wiki/Pizza/](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pizza/)

Jedni twierdzą, że pizza jest nie zdrowa bo to fastfood, zgadza się jeśli jemy ją codziennie i bardzo tłustą. Jednak można zrobić pizzę samemu. Załączam link do fajnego przepisu na dobre ciasto <https://aniagotuje.pl/przepis/najlepsze-ciasto-na-pizze> a dodatki wg uznania i smaku.

Pizza może być dobrą propozycją na obiad, kolację lub przyjęcie. Dobierajmy zdrowe dodatki oraz pamiętajmy o warzywach źródle witamin.

Pizza ma nawet swoje święto: Światowy Dzień Pizzy, obchodzony jest 17 stycznia. Natomiast 9 lutego celebrowany jest np. w Stanach Zjednoczonych, Hiszpanii czy Polsce.



Życzę miłego świętowania dnia pizzy.

Pozdrawiam
Anna Węcłewska