



Hu maḥsub li l-ewwel li għamlu l-**Pretzels** kienu patrijiet kattoliċi. Huma magħmulin mid-dqiq, ilma u ftit melħ. Malajr saru ikel favorit għal matul ir-Randan.

Il-forma tradizzjonali tirrappreżenta lit-**Trinità Qaddisa** – il-Missier, l-Iben u l-Ispirtu s-Santu. Oħrajn jgħidu li l-forma tirrappreżenta l-mod kif kienu jitolbu f’dawk iż-żminijiet – l-idejna msallba fuq sidirhom.

Il-kelma pretzel ġejja minn kelma taljana *pretiola* li tfisser rigal żgħir. Kienu jingħataw lit-tfal meta jitgħallmu t-talb bl-amment. Dawn il-pretzels jistgħu jkunu ta’ rigal tajjeb biex jingħataw lil dawk li qed titlob għalihom u tfakkarhom fl-imħabba ta’ Alla, u tiegħek ukoll!

Jekk tixtieq tagħmel dawn il-pretzels mal-familja tiegħek, ara dan il-video. Ftakar li għandek tagħmel dan flimkien ma’ adult.

<https://www.youtube.com/watch?v=WMx9ynviC3o>

PRETZELS

Biżżejjed għal 8

INGREDJENTI

Kikkra u nofs ilma fietel

Magħrfa melħ

Magħrfa zokkor

Pakkett ħmira

4 kikkri u nofs dqiq

3 imgħaref żejt

Żewġ terzi ta' kikkra baking soda

Żewġ bajdiet, imħabta

Melħ oħxon

METODU

1. Ixgħel il-forn 450°F (230°C).
2. Fi skutella ħawwad l-ilma, melħ u zokkor. Żid il-ħmira u ħalli t-taħlita toqgħod għal 5 minuti sakemm il-ħmira tibda tagħmel ir-rawa.
3. Żid id-dqiq u 2 imgħaref żejt, ħawwad sakemm tiġi għaġina. Neħħi l-għaġina, idlek l-iskutella bil-bqija taż-żejt. Erġa poġġi l-għaġina fl-iskutella.
4. Agħti l-iskutella bil-plastic wrap u ħalliha għas-sħana, għal madwar siegħa.
5. Aqsam l-għaġina fi 8 porzjonijiet u rembilhom biex jiġu qishom ħabel, irwi fil-forma ta' pretzel.
6. Żid il-baking soda ma' borma kbira bl-ilma, u ħallih jgħalli.
7. Għalli kull pretzel għal madwar 30 sekonda minn kull naħa.
8. Poġġi l-pretzels fuq dixx tal-forn, idlek bil-bajd u xerred il-melħ oħxon fuqhom. Aħmi għal 10-15-il minuta, sakemm isiru kulur id-deheb.