KOCHREZEPTE FRISCH AUS MALLORCA von Fet a Sóller

Coca de Trampó majorquine

Chaque famille majorquine a sa propre recette familiale et chacune s'écarte un peu de la recette de base.
La coca de trampó est un incontournable des réunions de famille et un en-cas très apprécié sur la plage. Traditionnellement, elle se mange froide.

· Niveau de difficulté: très facile · vegan

Portions

Ingrédients pour 1 plaque de cuisson.

Ingrédients

Pour la pâte :
500 g Farine
300 ml Eau
150 ml Huile d'olive vierge extra
1 paquet Levure
2 c.à.c Fleur de sel
Pour la garniture :
3 pièce Oignons
6 pièce Poivrons verts doux de Majorque
6 pièce Tomates
Huile d'olive vierge extra
1 c.à.c Paprika Tap de Corti
Sel
Huile d'olive épicée FOC

Préparation

Travailler tous les ingrédients de la pâte jusqu'à obtenir une masse souple, puis laisser reposer pendant environ 15 minutes. La quantité d'eau peut également être remplacée par de la bière (ou du lait), la pâte aura alors un goût plus prononcé. En principe, la pâte doit rester plate et ne devenir que croustillante.

Pendant ce temps, épluchez les oignons et coupez-les en dés, épépinez le poivron et coupez-le en dés. Couper la chair extérieure de la tomate et la diviser en cubes. Mélanger l'huile d'olive assaisonnée de paprika avec les légumes. Préchauffer le four à 200°C.

Étendre la pâte très finement sur une plaque de cuisson, la piquer plusieurs fois avec une fourchette. Répartir uniformément le mélange de légumes sur la pâte, faire cuire au four pendant environ une demi-heure.

Laissez refroidir et servez avec une bière bien fraîche !