

COCA ALICANTINA DE VERDURAS (foro)

Ingredientes:

- 150 gr. manteca o aceite
- 750 gr. harina aproximadamente (depende de la harina)
- 25 gr. levadura prensada
- 200 gr. de agua
- sal

Preparación:

Amasar como si de pan se tratara (en velocidad espiga siguiendo las normas del libro). debe quedar mas bien una masa floja. aplanarla en la bandeja del horno (1/2 cm. de espesor) añadir pimientos asados, pelados y en tiras, ajo, perejil, aceite, sal, pimienta y pimentón.

Se mete en el horno a media temperatura durante 15 min. aunque el tiempo depende del tipo de horno. te aconsejo que vayas probando y se tu misma quien calcule el tiempo.

Con la misma masa le puede añadir: acelgas con sardinitas, trampo (trozos de tomate, pimiento verde y cebolla,....usa tu imaginación