Coca de sardinas

10/04/2015



Cualquier excusa es perfecta para hacer una coca, una excursión al campo, una celebración de cumpleaños, una fiesta o simplemente como entrante. Para esta coca he utilizado sardina de bota, pero también se puede sustituir por anchoas, aunque la sardina está más gustosa… no a todo el mundo le gusta.

Ingredientes:

- 200 gramos de cerveza.
- 75 gramos de aceite de oliva virgen extra (y un poco más para añadir por encima antes de meterla al horno)
- 20 gramos de levadura prensada
- 1 cucharadita de sal
- 50 gramos de manteca de cerdo (opcional)*
- 400 gramos de harina
- 3 sardinas de bota (en salazón)
- 3 tomates maduros
- 2 pimientos verdes



Elaboración de la masa con Thermomix:

- Verter en el vaso la cerveza, el aceite, la manteca de cerdo y la sal, programar 2 minutos, 37º, vel. 2.
- Echamos la harina, la levadura desmenuzada y mezclamos 10 segundos, vel. 6.
- Programamos 3 minutos, vaso cerrado, vel. espiga.
- Sacamos la masa del vaso y amasamos ligeramente de forma manual sobre una base enharinada, hasta que tengamos una bola lisa.
- Forramos una placa de horno con papel sulfurizado y la extendemos con las manos o ayudándonos de un rodillo.
- Limpiamos las sardinas (quitamos las escamas y las vísceras). Las troceamos y las disponemos sobre la masa a nuestro gusto, junto con las rodajas de tomate y el pimiento.
- Regamos con un poco de aceite por encima antes de meterla en el horno a 200º.
- Horneamos unos 30 minutos, hasta que la veamos doradita.

Elaboración de la masa tradicional:

- Templar la cerveza y mezclar con el aceite, la sal y la manteca de cerdo semiderretida. Añadir la harina junto con la levadura, poco a poco hasta que quede integrada.
- Amasar hasta obtener una masa consistente.

*La manteca de cerdo lo que hará, es mantener la coca más blandita si las vais a consumir de un día para otro.

