

Coca de Trempó

La coca de trempó o trampó, es una coca salada típica de las Islas Baleares y especialmente de Mallorca. Consiste en una masa de pan plana y cuadrada, con hortalizas cortadas a trocitos. Se consume especialmente en verano.

INGREDIENTES MASA:

- 300g Harina integral
- 110ml Agua
- 100ml Aceite oliva
- 25g Levadura de panadería
- 10g Impulsor (levadura tipo Royal)
- 5g Sal

INGREDIENTES TREMPÓ:

- 100g Pimiento verde italiano
- 100g Pimiento rojo
- 100g Cebolla
- 2 Tomates grandes de pera
- 30ml Aceite oliva
- 1 Cucharada Pimentón dulce
- 1 Cucharadita pimienta
- Una pizca de sal

6
Raciones



ELABORACIÓN:

1. Hacer la masa, mezclando todos sus ingredientes y amasar 5 minutos. Dejar reposar 20 minutos tapada.
2. Mientras, lavar las verduras y pelar la cebolla. Cortar en trocitos de medio centímetro y aliñar con el aceite, pimentón, pimienta y un poco de sal.
3. Estirar la masa sobre la bandeja del horno, sobre papel de hornear, repartir las verduras sobre la masa, dejando un dedito de borde y reposar 20 minutos más.
4. Hornear a 200°C durante 35 minutos o hasta que la masa se dore y crujiente.