

# Cocas

## Cocas

### Ingredientes

#### para 4 cocas individuales

- 300 gr. de Harina de Fuerza.
- 100 gr. de Aceite de Oliva Virgen Extra ( variedad Arbequina).
- 100 gr. de Vino Blanco Dulce ( he usado Mistela de Moscatel).
  - 30 gr. de pipas de Girasol Peladas (sin tostar).
  - Una Cucharadita pequeña de Sal del Himalaya.
  - 20 gr. de Levadura Fresca.



He preparado la masa en la termomix pero la puedes hacer a mano calentando un poco el aceite con el vino el vino, diluyendo en ellos la levadura y poniendo en un bol todos los ingredientes amasando con las manos hasta tener una bola, que dejarás reposar durante una hora dentro de una bolsa de plástico.

Para los que tenéis el aparatejo, los pasos en la termomix son los siguientes:

Ponemos en el vaso el aceite junto con el vino y programamos 30 segundos a 37°C velocidad 2.

Añadimos entonces la levadura desmenuzada con la mano y mezclamos 5 segundos velocidad 5. Incorporamos entonces la harina, la sal y las pipas de girasol y programamos 30 segundos a velocidad 6.



Nos quedará una masa que sacaremos del vaso y terminaremos de formar con ella, a mano, una bola que meteremos en una bolsa de plástico y dejaremos reposar un mínimo de una hora.



Pasado ese tiempo, precalentamos el horno a 225°C y forramos una de sus bandejas con papel de hornear (o la pintamos con un poco de aceite si no tuviéramos papel). Extendemos la masa sobre ella con ayuda de un rodillo. La dejamos lo más fina posible ( a mi me han quedado un pelín gruesas ) y de la parte central cortamos cuatro tiras que usaremos para esta receta ( el resto puedes usarlo con el relleno que quieras). Recortamos los bordes para que estén rectos y horneamos, bajando la temperatura a 200°C, hasta que esté bien dorada y crujiente (aprox. media hora).

Retiramos del horno y dejamos enfriar en la bandeja hasta emplatar.





El corte de la coca puedes hacerlo de la forma que desees o incluso dejarla sin cortar.