Coca de Boquerones



Tiempo de preparación: 50 Min

Ingredientes

Masa

Aceite De Oliva: 1 cdta
Agua templada: 235 miliitros
Harina: 475 Gramos
Levadura: 25 gr
Sal: 1 cdta

Rellenos

Aceite de oliva virgen extra: 4 cdas
Boquerones: 200 Gramos
Pimiento rojo: 1 unidad
Piñones: 50 Gramos
Sal: c/n
Tomate frito: 300 miliitros
Cebollas medianas: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- *Pelar* las cebollas, cortarlas en rodajas finas y rehogarlas en aceite.
- Incorporar los pimientos cortados en cuadraditos y la salsa de *tomate* frito.
- Rectificar de sal.
- Limpiar los boquerones, retirar las espinas, separar los filetes y sazonarlos con sal.
- Poner los piñones en agua para que no se quemen al hornear.
- Reservar.
- En un bol disolver la pastilla de *levadura* en el agua templada.
- En un bol volcar la *harina*, la sal y el aceite de oliva.
- Hacer un hueco en el centro y volcar la *levadura*.
- Amasar bien.
- Engrasar un bol con un poco de aceite y dejar reposar la masa durante 30 minutos tapada con papel film o con un gorro de ducha.
- Encender el horno a 200 ºC.

- Con ayuda de un rodillo de repostería, trabajar la masa sobre una superficie engrasada hasta que tengamos una *plancha* de unos 35cm x 25cm y un grosor de medio cm.
- Poner la masa en una bandeja de horno.
- Cubrirla con las verduras y repartir por encima los filetes de *boquerón* y piñones
- Hornear a 200ºC durante 20 minutos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/coca-de-boquerones