



INGREDIENTES:

PARA LA MASA:

- 60 gramos de manteca de cerdo
- 60 gramos de aceite de oliva
- 120 gramos de agua
- 20 gramos de levadura fresca de pan
- 350 gramos de harina de fuerza, si es la de Mercadona. Si es la de Harinas de Mallorca, bolsa azul y blanca, serán 25 ó 30 gramos más (es más fina)
- Si no tuviésemos harina de fuerza, podemos poner harina de repostería, y serían unos 30 ó 40 gramos más)
- 1 cucharada de postre de sal

TRAMPÓ PARA EL RELLENO:

- 1 cebolla grande (unos 200 gramos)
- 130 gramos de pimiento verde
- 130 gramos de pimiento rojo
- 2 ajos
- 2 ó 3 tomates rojos (unos 300 gramos)
- sal, pimentón, y un chorrito de aceite
- pimienta negra en polvo (opcional)



ELABORACION:

1. Empezar haciendo **la masa**, poniendo en el vaso, los líquidos y la manteca, y **programar 3 minutos a temperatura 37 grados, velocidad 2**.
2. Seguidamente, agregar la levadura fresca rompiéndola mientras se echa, por alrededor de las cuchillas, y **programar 12 segundos a velocidad 4**.
3. Al término, añadir la harina y la sal y **programar 30 segundos a velocidad 6**, volver a bajar los restos de la tapa y las paredes, y volver a **amasar 30 segundos a velocidad 6**.
4. Sacar y amasar, haciendo unos cuantos dobleces a la masa para sacarle bien el aire. Extendemos la masa con un rodillo, dejándola más o menos fina (la podemos estirar encima de la lámina de silicona, que se vende para poner en las bandejas de horno, ó entre dos plásticos, y ponerla sobre papel de hornear, así evita engrasar la bandeja, y no se pega).
5. Una vez estirada, hagámosle un cordoncillo en el borde de la masa, por todo alrededor de la coca, y puesta en la bandeja del horno, pincharla toda con un tenedor, la tapamos con un paño,

y la reservamos en un lugar cálido sin corrientes de aire, y mantenerla así de 30 a 45 minutos para que tobe la masa, y así quede más crujiente.

6. Mientras tanto seguiremos con la preparación. Sin lavar el vaso, vamos a hacer el trampó, **el relleno**

7. Ponemos a trozos homogéneos (como huevos) los pimientos, los ajos a trocitos, y la cebolla, y **troceamos 3 ó 4 segundos a velocidad 5**, lo sacamos y lo reservamos en un bol. Seguimos, y aquí vamos a decidir como hacemos el tomate, tenemos dos opciones, poniendo el tomate a trozos (como la verdura) pero sin la piel y sin líquido, en el vaso de Thermomix, **troceándolo 3 segundos a velocidad 5**, o lo troceamos a mano pequeñito (yo lo prefiero hacer a mano queda mejor)

8. Precalentamos el horno a 200 grados unos 10 minutos antes, con calor arriba y abajo.

9. Mezclamos con la verdura reservada, y antes de aliñarlo, lo dejamos escurrir en un colador (si lo ponemos sin escurrir, se nos mojará la masa y la coca, y nos saldrá blanda, por debajo) una vez bien escurrido, aliñamos todo con el aceite, la sal y las especias, colocamos bien repartido, el relleno por encima de la masa, que tenemos estirada y preparada, en la bandeja del horno.

10. Metemos la coca en el horno, a la misma temperatura con calor arriba y abajo unos 25 minutos aproximadamente (el tiempo dependerá como siempre de la potencia de nuestro horno)

Al sacarla y en caliente con una aceitera la rociamos con un hilito de aceite por encima de toda la coca. Lista y muy rica.

