

Coca de tomàquet

2008-07-19 02:19:53

Un dels menjars que més trobem en els poblets del Maestrat és la *Coca de tomàquet*. De coques hi ha moltes varietats arreu de la geografia catalana. Començant per la Coca de recapte fins a la Coca de trempó de les balears. Totes genials i boníssimes. Aquí us presento una recepta hereva de la tradició familiar de la meva mare. Jo l'he vist fer a ca nostra i també moltes vegades hem parlat, la meva mare i jo, de com millor-la i que s'ha de fer i que no es pot afegir. En tot cas: serveix per a qualsevol moment de l'estiu. Per endur-se-la a la platja o per veure les corregudes de Ciutadella de Menorca. També per la resta de l'any. Jo la porto sovint quan sóc convidat a una festa d'amics. Triomfa sempre. Us animo a que mantingueu viva aquesta genial recepta!

Els ingredients de la *coca de tomàquet* per a 6 persones (una llanda):



—per preparar la massa:

—25-35 grams de llevat fresc.

—mig got d'aigua

—mig got d'oli d'oliva

—mig got de llet

—una culleradeta de sal

—mig quilogram de farina deforça (que no sigui farina de pastisseria)

—per preparar la resta de la coca de tomàquet:

—mig quilogram de tomàquets (poden ser de pot de llauna, pelat sense triturar)

—mitja cullera de sucre

—un got d'oli d'oliva

—un pebrot verd

—un pebrot vermell

—una ceba seca

::: A l'ombra de l'atzavara /// mariano arranz i Muñoz :::

Coca de tomàquet

—olives verdes farcides d'anxova

—una llauna petita de filets d'anxova

—3 llaunes de tonyina en conserva d'oli

Tot i que sembli el contrari, la preparació és senzilla:

Primer de tot, agafem el llevat fresc i la culleradeta de sal i la afegim al mig got amb aigua. Li donem voltes fins que quedi tot ben dissolt.

En una font (o qualsevol recipient amb les parets rodones i una mica fondo) es fica el mig got d'aigua, el mig got d'oli i el mig got de llet. Barregem els ingredients. Aquest líquid ens servirà per crear la massa. A continuació afegim el mig quilo de farina. Bé l'experiència en la preparació d'aquest tipus de massa m'ha demostrat que és millor afegir la farina a poc a poc. D'aquesta manera ajudem a la farina en l'assimilació del líquid i també tindrem millor mesura de la quantitat real de farina que ens fa falta. Afegim i pastem la massa fins que arribem al punt de saturació de massa, és a dir; quan la pasta no admet més farina. Això últim ho veurem en comprovar com la massa pastada es va desenganxant de les mans, a mesura que l'estem pastant. No caldrà marejar-la gaire més.

La massa no ha de quedar massa dura ni massa seca. Això representaria un error (molta farina i molt pastada). La pasta de la coca ha de conservar el seu punt d'humitat.

Tot seguit deixem reposar la massa. Durant una mitja hora o més si és possible. Per tal que el llevat la faci pujar, ficarem la massa dins del recipient on l'hem pastat i tapada amb un drap de cuina. No la fiquem a la gelera.

Mentre puja la massa, preescalfem el forn a una temperatura d'uns 120 graus.

També anirem preparant el sofregit del tomàquet:

Molt senzill tot plegat. En un pot de batre fiquem el tomàquet de pot sencer, una ceba, el pebrot verd i el vermell tot picolat una mica. Ho batem una mica. No cal que quedi massa líquid. Això ho fiquem a fregir. Vigilem el punt de cocció. Tot pesant que també el forn és una forma de cocció. Si fregim molt el sofregit, després la coca pot quedar una mica forta de gust. També com a precaució hem d'afegir mitja cullera de sucre per tal de matar l'acidesa del tomàquet. Quan ho tinguem fet al punt que ens agrada ho reservem.

Preparem les olives verdes farcides d'anxova (gran invent de la civilització humana). De petit el meu avi sempre m'explicava que a les terres on conreava les oliveres hi havia fet un empelt on feia olives farcides d'anxova. I jo com un babau ingenu de cinc anys m'ho creia! Les olives farcides només cal tallar-les en tres trossos cadascuna.

Molt bé! tornem a recuperar la massa que teniem en repós. L'agafem. Damunt del marbre de la cuina llencem una mica de farina i la pastem una mica més. Però deixant que conservi la seva esponjositat.

Agafem una llauna d'enfornar i l'espolvoregem amb farina. Amb un corró —jo empro un got enfarinat—, anirem estenent la massa per la llanda. fins que més o menys ens arribi a la totalitat de llanda i amb una gruix homogeni a totes les bandes. És normal que pels costats de la llanda quedi una mica més de pasta. Això ens servirà per a fer els límits de la coca de tomàquet.

::: A l'ombra de l'atzavara /// mariano arranz i muñoz :::

Coca de tomàquet

Acte seguit afegim el sofregit de tomàquet damunt de la pasta que hem enllaunat. Mirem de retirar el líquid, aigua bàsicament, que el sofregit ha deixat anar. Estenem el sofregit per damunt de la pasta. Ficarem com afegitó la tonyina feta en migues, distribuïda per tota la coca. També ficarem les olives picolades.

Com a punt de gràcia decorem la coca amb els filets d'anxova.

La coca de tomàquet està a punt per enfornar. La fiquem al forn preescalfat i pugem la temperatura a uns 180 graus.

Anem vigilant en punt de cocció. És una qüestió purament subjectiva i visual. El forn ha d'escalfar per damunt i per sota de la coca.

Un cop cuita la treiem del forn i tothom a tastar la coca de tomàquet!!!