

Creador: Flor Roja



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Entrante

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

El truco de esta receta:

Se le pueden poner anchoas casi al final.

Puede ser una buena merienda

acompañado de un zumo. Una forma fácil y rápida de darles verduras de

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- - Para la MASA
- - 1 vaso harina
- - 1 vaso agua
- Pizca de sal - Levadura fresca
- ½ vaso de aceite de oliva
- Para el relleno:
- - Pimiento - Tomate
- Cebolla - Champiñones
- - Aceite - Sal

Preparación:

Paso 1

Con la masa mezclamos todos los ingredientes . Amasamos. Dejamos reposar hasta que doble su volumen.

Paso 2

Mientras troceamos todas las verdura, lo mas finas que podamos, menos el champiñón, que lo haremos en laminas.

Paso 3

Cuando la masa ha doblado su volumen, se extiende y se pone en la bandeja del horno, se añaden las verduras a las que antes hemos aliñado con aceite y sal. Extender las verduras meter al horno. Hasta que esté doradita.
¡Coca de verduras lista!

