

Les Cocas aux poivrons oignons - tomates.

- Vous commencerez à préparer la garniture des cocas, car il faudra attendre son complet refroidissement avant la fabrication.

Ingrédients: Des poivrons verts, de préférence pas gros et épais, mais des poivrons verts longs et minces. A défaut, on peut utiliser les premiers!

- x 700 à 750 gr de poivrons verts
- x 4 oignons secs moyens de 6 à 7 cm de diamètre
- x 1 Kg de tomates fraîches, bien rouges et charnues

Dans une poêle à fonds épais, couvrir le fond largement avec de l'huile d'olive. (2 à 3 mm environ) y mettre à cuire à feu doux les oignons pelés, lavés, séchés avec 1 papier absorbant, et coupés en lamelles d'abord, puis en petits morceaux. Dès que les oignons commenceront à frémir (c'est à dire dès qu'ils auront chauffé, vous y ajouterez 1 bonne pincée de sel fin, ceci pour y donner plus de goût; On tourne souvent avec 1 c. en bois et lorsque ça sent bon, avant que les oignons soient dorés, il ne faut pas, vous rapoterez les poivrons préparés comme précédemment pour les oignons, en petits morceaux. On laisse cuire environ 10' en tournant souvent.

Les tomates seront mises à ce moment là. Donc, il faudra enlever la peau après les avoir trempées dans l'eau bouillante une minute.

Enlever les graines, et en faire des petits morceaux qui seront rapotés avec poivrons - oignons. On tourne un peu la préparation et surtout là, on rapote sel et poivre du moulin. Vous goûterez ensuite pour rectifier l'assaisonnement. A ce moment, on peut mettre le feu plus fort (sans trop) afin de faire évaporer l'eau des tomates.

Dans votre poêle, le mélange devra épaissir ce qui veut dire qu'il faudra le surveiller, pour qu'il ne brûle pas au fond. Cette farce à cocas doit être obligatoirement épaisse pour pouvoir ensuite la mettre sur la pâte.

Je vous conseille aussi, lorsque les tomates ne sont pas de saison, (donc il n'y a que de l'eau et des graines hors saison) d'y mettre 2 boîtes de Chair de Tomates de 400 gr chacune et franchement c'est plus vite fait et c'est aussi bon.

Pendant que la préparation va refroidir vous pourrez faire la pâte. → - - -

Pâte à Cocas

Cette pâte à faire, pourra faire pour d'autres préparations, avec d'autres ingrédients à l'intérieur.

- (+) Par exemple, un reste de viande de Rôti de porc ou volaille, haché avec de l'ail et du persil lié avec 1 œuf + 1 jaune sel et poivre. Selon la quantité de viande froide et hachée. ne pas rajouter un 2^e œuf entier mais 1 jaune ou 1 demi-œuf au besoin. Le blanc dans la préparation donnerait une force trop liquide.

- (x) Une autre façon d'utiliser cette délicieuse pâte à faire
x faire cuire au micro-ondes (moi, je les fais à la vapeur) 3 ou 4 belles pommes de terre - les écraser à la fourchette et y rajouter comme plus haut, 1 œuf entier + 1 ou 2 jaunes. + hachis Ail persil, sel et poivre. Faire comme pour les Cocas au sujet du pliage de la pâte et de la future - Vous verrez, c'est très bon.

Lorsque vous mettez les cocas à cuire, il faudra mettre dans la poêle environ 1 doigt de hauteur d'huile d'arachide.

Cette huile devra être chaude mais surtout pas bouillante, la pâte brunirait trop vite et dedans ne serait pas cuite.

Donc ceci est la base de la réussite de la cuisson des Cocas.

Pour 4 à 5 personnes voici des proportions que vous pourrez augmenter à volonté - Dans un saladier y mettre:
30 Cuillères à Soupe bien pleines de farine simple.
30 Cuillères à Café " " d'huile d'arachide.

+ 1 grosse pincée de sel fin
Mélanger le tout à la main et verser petit à petit de l'eau très chaude presque à ébullition, avec 1 Cuillère à Soupe, pour ne pas inonder la pâte. Toujours avec les mains, ramasser la farine et travailler votre pâte dans un saladier assez large, jusqu'à ce qu'elle ne colle plus aux doigts et soit très souple pour l'aplatir au rouleau, sur le plan de travail enduit d'un peu de farine. Laisser reposer cette pâte 1/2 d'heure seulement après ce temps elle durcit et s'étale moins facilement.

Je pense vous avoir bien expliqué la recette, alors, vous verrez c'est très simple, et je n'ai pas besoin de vous dire que c'est très bon n'est-ce pas ?