

La Coca d'Hélène

Ingrédients pour la pâte

- 1 verre d'huile d'olive
- 1 verre d'eau tiède avec une pincée de sel
- 300 gr de farine fluide

Mélanger les ingrédients, et laissez reposer une demi-heure

Ingrédients pour la frita

- 3 poivrons rouges et 2 verts *(si l'on veut épluchés et grillés)*
- 6 à 8 tomates
- 3 gros oignons et 2 gousses d'ail
- Thon à l'huile *(facultatif)*

Epluchez et coupez les oignons et les faire revenir dans de l'huile d'olive (si on met du thon en boîte, y ajouter l'huile d'olive de la boîte)

Coupez les poivrons en dés puis les ajouter aux oignons.

Ebouillantez les tomates, enlevez la peau et épépinez-les. Coupez-les en morceaux et ajoutez-les au plat, salez, poivrez et ajoutez l'ail dégermé et pressé.

Laissez mijoter 30 minutes au moins

Laissez un peu refroidir et ajoutez le thon égoutté. Bien mélanger

Etalez la pâte dans une tourtière, le plus finement possible (faire cuire à blanc pour que la pâte soit plus croustillante) garnie de la préparation

Recouvrez d'une pâte feuilletée, bien souder les 2 pâtes et avec la pointe du couteau décorez comme il vous plait.

Cuire au four – chaleur tournante si vous avez – 20 à 30 mn