Teresa




PA I PASTISSERIA · VEGETARIÀ

# Coca de iogurt amb variacions

45min · 8 racions · 366 kcal

## Ingredients

- **3** ous a temperatura ambient
- **1** iogurt natural
- **1/2** mida de iogurt d'oli
- **2** mides de iogurt de sucre blanc o morè
- **3** mides de iogurt de farina
- **1 sobre** d'impulsor
- **1** llimona o 1 taronja
- Sal
- Opcional: cacau en pols, nous, panses

PER RACIÓ

| | |
|---|---|
| Proteïnes | 9,6 g |
| Greixos | 18 g |
| Hidrats | 42 g |
| Fibra | 2,5 g |

## Elaboració

1. Batre els 3 ous amb dues mides de sucre fins que blanquegin
2. Incorporar l'oli i el iogurt i continuar batent fins que estigui ben integrat
3. Afegir la pell de la llimona ratllada (només part groga)
4. Preparar 3 mesures de farina amb l'impulsor
5. Incorporar la farina tamisada al bol en 3 o 4 vegades i barrejar bé
6. Untar un motlle amb mantega i farina o posar paper de forn
7. Posar la massa al motlle, millor deixar-la reposar 30 minuts
8. Coure al forn preescalfat a 180°C uns 40 minuts la coca, 20 minuts les individuals, calor dalt i baix
9. Comprovar que està cuit punxant amb un escuradents
10. Deixar refredar en una reixeta i desemmotllar

RECOMANACIONS

Una recepta molt senzilla que sempre surt bé. Amb la mateixa massa es poden fer: individuals tipus magdalena; afegint una cullerada de cacau pur en pols; tipus plum cake afegint al final nous, panses, prunes seques, orellanes, fruita confitada, etc.; de dos colors.

Fet amb CookNest