



CALORÍAS*

212

INFORMACIÓN NUTRICIONAL (por ración)

2,8	Proteína
23,2	Hidratos de Carbono
11,6	Grasas Totales
1,7	Grasas Saturadas
7,9	Grasas Monoinsaturadas
1,3	Grasas Polinsaturadas
0,01	Colesterol
1,7	Fibra Alimentaria
0	Sodio

ALÉRGENOS gluten

* calorías por ración



15 h



10 PAX



VEGETARIANA



POSTRES

COCA DE HIGOS, MELOCOTÓN Y FRUTOS ROJOS CON ACEITE DE MANDARINA

PONS

UTILIZAMOS:



PONS SELECCIÓN FAMILIAR
AOVE Arbecuina



PONS CÍTRICO CON MANDARINA
AOVE con Mandarina



PONS CONDIMENTO DE MANZANA
Condimento de Manzana

MARIDAMOS:



FLOCS ROSÉ
Cava Brut Rosé



FLOCS
Cava Brut

INGREDIENTES

350 g Masa de hojaldre con aceite de Hinojo

Para el relleno:

200 g Higos

200 g Melocotón pelado y limpio

50 g Frutos rojos

60 g Miel de lavanda

Pons Selección Familiar AOVE Arbecuina

Pons Cítrico con Mandarina

Pons Vinagre de Manzana

Huevo batido

ELABORACIÓN

1. Heñir la masa de 350 g y dejar reposar durante 2 horas tapada. ❄️
- Mientras la masa reposa: ❄️
2. Cortamos los higos en rodajas. Podemos pelarlos previamente.
3. Pelamos los melocotones y los cortamos a gajos de media luna.
4. Espolvoreamos la superficie de trabajo con la harina y estiramos la masa con el rodillo.
5. La masa puede ser redonda o rectangular, pero debe ser fina, de unos 3 mm.
6. Una vez estirada la masa, ponemos los higos y el melocotón armónicamente encima de la coca.
7. Pintamos los bordes de la coca con huevo batido.
8. Untamos la miel encima de la fruta de la coca antes de hornear.
9. Disponemos la coca sobre una bandeja de horno, encima de papel de cocción. 🔥
10. Precalentamos el horno a 180°C.
11. Ponemos la bandeja de horno en la parte media durante unos 15 minutos. 🔥
12. La coca debe quedar crujiente y la fruta bien acaramelada. ❄️
13. Una vez hecha la coca, decoramos con los frutos rojos.
14. Al servir, aliñamos la coca con aceite Pons Cítrico con Mandarina.

Unas gotas de Pons Vinagre de Manzana, dan un punto magnífico de refrescante acidez.

ÚTILES



Horno con bandeja



Papel de horno



Balanza



Rodillo

OBSERVACIONES

Podemos disfrutar de la temporalidad de las frutas para este tipo de coca.



Fuego Alto



Fuego Medio



Fuego Bajo



Congelación



Refrigeración



Fresco