

La Socca

La Socca

Ingrédients : pour 8 personnes

- › 1 l d'eau,
- › 300 g de farine de pois chiches,
- › 8 cuillerées à soupe d'huile d'olive,
- › 1 cuillerée à café de sel fin.

VARIANTES

- › On peut tenter de cuire la socca dans une poêle anti adhésive.
- › Faire chauffer l'huile au préalable dans la poêle et cuire des deux côtés comme une crêpe.

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 5 min par plaque

Saison : toute l'année

Verser dans un saladier l'eau froide, la farine de pois chiches, l'huile d'olive et le sel. Battre vivement au fouet pour éliminer les grumeaux. Passer au chinois.

Faire chauffer une plaque en cuivre de 50 centimètres de diamètre grassement huilée. Une fois bien chaude, verser et étaler l'appareil dans cette plaque (environ 2 à 3 millimètres). Cuire à four très chaud (environ 280°).

Retirer la plaque du four, dès que la pâte est bien dorée et croustillante, voire légèrement brûlée par endroits. Couper des petits morceaux, poivrer et servir rapidement.