

Coca d'Arnes

Catalunya

Montse Campmany i Segarra

Ingredients

3 ous
1 tassetta de llet
2 mides de iogurt de sucre
1 mida de iogurt d'oli
200 g de farina
1 sobre de llevat en pols
Essència de vainilla



Preparació

Preescalfeu el forn a 250° C.

Bateu les clares d'ou a punt de neu. Afegiu-hi els rovells amb el sucre, la llet i la vainilla i remeneu-ho bé. Afegiu-hi l'oli (jo en faig servir d'oliva suau).

Un cop ho tingueu tot lligat, afegiu a la mescla la farina barrejada amb el llevat, tamisada, és a dir, passada per un colador, que així quedarà més esponjós.

Unteu el motlle amb mantega perquè no s'enganxi i aboqueu-hi la massa. Aflueixeu el forn a 180° C, enforneu-la i coeu-la uns 35-40 minuts (depenent del forn). Estarà llesta quan punxeu amb un escuradents i surti net. Deixeu-la refredar sobre la reixa i ja la teniu llesta per menjar!

Informacions culturals

Arnes és una vila de la comarca de la Terra Alta, a les Terres de l'Ebre, prop del Parc Natural dels Ports. Per a més informació: <https://ca.wikipedia.org/wiki/Arnes> i <http://www.arnes.altanet.org>.

Per a més informació sobre receptes d'aquestes terres, vegeu el llibre *Els cócs a la Terra Alta*, de Loreto Meix i Boira, de Cossetània Edicions.

ConSORCI per a la Normalització Lingüística – Servei Local de Català d'Esparreguera
Can Pasqual – Carrer dels Cavallers, 26, 1a planta – 08292 – Esparreguera
Tel. 93 772 92 92
<http://www.cpnl.cat>
www.twitter.com/SLCEsparreguera
www.facebook.com/slcesparreguera
<http://blogs.cpnl.cat/receptaris>
A/e: esparreguera@cpnl.cat
www.cpnl.cat/xarxa/cnlcanametller
www.twitter.com/jovesillengua
<https://instagram.com/slcesparreguera>
<http://blogs.cpnl.cat/esparreguera>