

Coca de poma sense sucre



Ingredients

- 3 ous
- 50 ml d'oli d'oliva
- 15 dàtils
- 300 g de poma ratllada
- 150 g de farina de civada
- 1 sobre de llevat

Preparació

1. Eliminem els pinyols dels dàtils i els posem coberts amb una tassa d'aigua en una cassola a foc lent. L'objectiu és que els dàtils s'estovin per després integrar-los al pastís.
2. Pelem les pomes i les ratllem. Hi tirem unes gotes de llimona perquè no s'oxidin.
3. Batem els ous, hi afegim l'oli i després la poma ratllada. Remenem.
4. Barregem la farina amb el llevat i els anem afegint a la barreja poc a poc i tamisant-los.
5. Triturem els dàtils fins que ens quedi una pasta i l'afegim al pastís.
6. En un motlle desmuntable untat amb oli i farina per evitar que s'enganxi hi aboquem la massa i la fiquem al forn preescalfat a 180°, durant uns 35-40 minuts o fins que el pastís estigui cuit (ho comprovem introduint-hi una broqueta llarga, si surt neta és que ja està fet).

Extret de:

<https://elsnousfogonsdelalourdes.wordpress.com/2020/03/18/coca-de-poma-sense-sucre/>