

Torta de tomate



INGREDIENTES (8 PERSONAS)

- 1 vaso de agua
- 1 vaso de aceite de oliva
- 1 pizca de sal
- 1 sobre de levadura en polvo
- 1/2kg de harina tamizada
- 1 bote de fritada
- 1 lata de atún en aceite
- 1 puñado de piñones



ELABORACIÓN

Para elaboración de la masa:

Mezcla bien todos los ingredientes y amasa a mano hasta que la mezcla quede bien ligada.

Una vez amasada déjala reposar en un bol tapada con un paño de cocina durante dos o tres horas para dar tiempo a que suba.

Para la elaboración de relleno:

Utiliza un bote grande o uno y medio de fritada (casera o comercial), y mézclalo con una lata de atún en aceite.

Extiende la masa sobre una bandeja de horno, previamente untada con aceite de oliva, de forma que quede una fina capa.

Extiende el relleno encima de la masa y coloca unos piñones por encima.

Hornea a 180-200°C durante 30-45min.

COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Valores por...	ración	100 g
Energía	572.96 kcal	363.5 kcal
Grasas	38.15 g	24.2 g
Hidratos	47.77 g	30.31 g
Proteínas	8.94 g	5.67 g
Fibra	2.75 g	1.74 g
Sal	1.61 g	1.02 g



Curiosidad:

El tomate es considerado una fruta y la primera variedad de tomate que llegó a Europa no era roja, sino amarilla, de ahí, que en Italia se le llame pomodoro (manzana de oro).