



LA SOCCA

La socca

Symbole du goustaroun encore plus que le pan bagnat, la socca n'est véritablement parfaite que sur un marché avec un verre de vin et quelques amis. Elle ne révèle toute ses qualités qu'au milieu des appels des marchands, des conversations de comptoir, et de ce mélange d'odeur de feu de bois, de légumes, de fromages, d'épices, et de stockfish.

Vous pouvez vous lancer dans sa réalisation si vous possédez un four à bois ou, à la rigueur et si vous êtes vraiment en manque, dans votre four amené à chaleur maximum. On peut aussi en cuisiner un succédané de qualité en la cuisant comme une crêpe un peu épaisse dans une poêle anti adhésive bien huilée.

LES INGRÉDIENTS (pour 2 plaques de 50 cm de diamètre)

- 250 g de farine de pois chiche
- 0,5 litre d'eau
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de sel fin, poivre du moulin
- Huile d'olive pour la cuisson

PRÉPARATION

- 10 minutes
- Cuisson : 5 minutes

Versez dans un saladier l'eau froide, la farine de pois chiche, l'huile d'olive et le sel. Battez vivement au fouet pour éliminer les grumeaux. Passez au chinois.

Laissez reposer la pâte minimum 2 heures à température ambiante. La pâte doit avoir une consistance de crème liquide ou de pâte à crêpe. Si elle est trop épaisse, il faudra l'allonger avec un peu d'eau et la mélanger à nouveau.

Faites chauffer une plaque en cuivre de 50 centimètres de diamètre grassement huilée. Une fois bien chaude, versez et étalez l'appareil dans cette plaque (environ 2 à 3 millimètres). Cuire à four très chaud, de préférence à bois, à minimum 280° C.

Retirez la plaque du four, dès que la pâte est bien dorée et croustillante, voire légèrement brûlée par endroit. Coupez de petits morceaux, poivrez et servez très rapidement.

Label Cuisine Nissarde/OTMNCA

Recette officielle établie par les membres du Comité Technique



VILLE DE NICE