

Illes Balears

Temps




1h 50'

Racions



10

Al·lèrgens

 Cereals
amb gluten

 Ous

Alternatives

 Vegana

 Sense
gluten



Flaó eivissenc

Ingredients per a la
massa

250 g de farina de rebosteria
1 ou
20 g de llard de porc a
temperatura ambient
2 culleradetes de licor d'anís
Ratlladura d'1 llimona
35 g de sucre
Un pessic de sal
Llavors d'anís

Ingredients per al
farciment

600 g de mató
4 ous
220 g de sucre
Menta fresca

*El flaó és una de les icones de
la rebosteria de les illes
d'Eivissa i Formentera*

Elaboració

1. Preescalfar el forn a 180 °C. Barrejar tots els ingredients per a la massa i pastar. Feu una bola i reposeu-la tapada durant uns 25 minuts. Estirar la massa al motlle.
2. Batre els ous al costat del sucre i anar afegint el mató i les fulles de menta picades fines.
3. Enfornar durant 55 minuts a 180 °C. Retira-ho del forn i deixa-ho refredar.
4. Per servir: Escampar-hi sucre glaç i decorar amb fulles de menta

Alternatives

Per a la versió vegana es pot substituir el mató per un formatge vegà tipus mató d'ametlles. El llard de porc per oli d'oliva verge extra. Els ous de la massa per llavors de lli mòltes i els ous del farcit per tofu sedós batut.

La farina de rebosteria de blat per a la versió sense gluten se substitueix per una barreja de farina sense gluten tipus: Civada i arròs amb una mica de farina de cigrons.

*Antigament, s'elaborava exclusivament el
diumenge de Pasqua, però actualment es
prepara durant tot l'any*