

COCA de FORNER_Teresa March

<u>recepta de la mare de la Teresa March</u>	<u>Ingredients</u>
400 grs	farina panificable o també amb farina força
— —	aigua
70 ml	oli d'oliva
20 grs	llevat fresc premsat de París
8 grs	sal
15 grs	matafaluga
un pessic	canyella en pols i sucre per la cobertura
un pessic	nou moscada
2	ous
175 ml	llet sencera
	<u>Cobertura</u>
100 grs	pinçons
si	oli per pintar
si	sucre
— —	anís

Elaboració

- Picar la matafaluga a la mà de morter.
- Reservar 120 ml d'aigua.
- Barrejar tots els ingredients (menys l'aigua reservada) i pastar-ho a màquina a velocitat lenta durant 5 minuts.
- Pujar a velocitat ràpida i anar-hi afegint la resta d'aigua reservada, a poc a poc, fins que l'hagi absorbit tota. Pastar a velocitat ràpida durant uns 12 minuts.

NOTA: Si treballem a mà s'ha de pastar durant una bona estona, uns 45 minuts com a mínim.

- Comprovar si la massa és prou elàstica fent la prova de la membrana. S'agafa un trosset de massa i es va estirant, ha d'anar cedint fins a ser un tel quasi transparent però que no es trenca ni si fan forats. Si la foradem amb el dit el forat ha de quedar sensiblement rodó i no esquinçat.
- Deixar reposar la massa dins d'un bol tapat, en un lloc tebi, durant 1 hora i mitja.
- Passada l'hora i mitja bolquem amb compte la massa sobre el marbre enfarinat i l'anem estirant fins a conformar un rectangle.
- Ara plegar la massa des de cada extrem fins al mig.
- Després es torna a plegar sobre si mateixa, segellant la junta però sense compactar-la. Fer rodolar la massa fins a conformar una barra i tallar-la en tantes porcions com coques volem fer.



- Posar els pinçons en remull.
- Deixar reposar les porcions durant 1 hora tapades amb un drap enfarinat.

- Agafar una porció i estirar-la amb els dits fins a donar-li forma de coca.
- Col·locar-la a la safata del forn i acabar de donar-li forma de coca pressionant amb les puntes dels dits per provocar els típics enfonsaments de la massa.
- Pintar amb oli d'oliva i posar-hi els pinyons ben escorreguts (el sucre ENCARA NO).
- Preescalfar al forn a 250°C.
- Deixar-la reposar tapada durant uns 30 minuts si la volem una mica més gruixuda.
- Espolsejar-hi sucre pel damunt i enfornar.
- Forn a 250°C i quan ha fet la pujada (uns 3 minuts) baixar a 190°C i deixar-la 10 o 12 minuts.
- Quan la traiem del forn si tira un raig d'anís per sobre (OPCIONAL)

<u>recepta de la mare de la Teresa March</u>	<u>Ingredients</u>
400 grs	farina panificable o també amb farina força
— —	aigua
70 ml	oli d'oliva
20 grs	llevat fresc premsat de París
8 grs	sal
15 grs	matafaluga
un pessic	canyella en pols i sucre per la cobertura
un pessic	nou moscada
2	ous
175 ml	llet sencera
	<u>Cobertura</u>
100 grs	pinyons
si	oli per pintar
si	sucre
— —	anís