

MONA DE PASQUA TRADICIONAL Forki

Nota: Es una massa de briox poc enriquida que ha de fermentar 3 cops.

Nota: Es prepara el dia abans i s'enforna l'endemà. Amb aquesta recepta queda força bona.

Opció-1 amb massa mare: Refrescar la m.mare durant dos dies seguits perquè estigui ben activa.

Opció-2 amb llevat fresc: Preparar un preferment amb llevat fresc de forner el dia abans.

Opció-3 amb llevat sec de forner: Preparar un preferment amb llevat sec el dia abans.

Opció-4: També la podem fer directament amb llevat fresc el mateix dia, sense fer cap preferment.

PREPARAR UN PREFERMENT

OPCIÓ-1: amb massa mare				OPCIÓ-2: amb llevat fresc	OPCIÓ-3: amb llevat sec
100 grs	farina força		farina força	100 grs	100 grs
60 ml	aigua		aigua	65 ml (65%)	65 ml (65%)
50 grs	de massa mare activa (refrescada el dia abans)		llevat Scch.serevisiae	2,0 grs (2,0%) llevat fresc	1,0 grs (1,0%) llevat sec
210 grs	Total		Total	170 grs	168 grs

Amb massa mare	Amb llevat fresc o sec
<u>La tarda abans:</u> Activar la massa. - Treure la massa mare de la nevera cap al migdia i deixar-la temperar 5-6 hores. - Separar-ne 50 grs en un bol i refrescar segons costum : - 50 massa mare - 50 farina - 50 aigua - i deixar-la en un bol tapat fora de la nevera fins l'endemà. - La resta que mantenim al pot la refresquem segons costum i la tornem a lla nevera.	<u>La tarda abans:</u> preparar el preferment - Pastar dins d'un bol la farina + l'aigua + el llevat triat segons el pesos indicats en el quadre d'ingredients Opció-2 u Opció-3, fins que tinguem una massa ni massa enganxosa ni massa dura. - Bolcar la massa sobre el marbre enfarinat i pastar-la durant 4-6 minuts, fins que es torni suau i mal·leable, adherent però no enganxosa. - Untar lleugerament un bol amb oli i deixar-hi reposar tapat amb un paper flim: - entre 2-4 hores fins que dobli la mida. - Passat aquest temps bolquem la massa sobre el marbre, pastem suaument perquè perdi l'aire i la tonem a posar al bol tapat: - a la nevera fins l'endemà (a la nevera aguanta tres dies), o fins i tot, si volem, el podem congelar en lloc de posar-lo a la nevera.
<u>L'endemà al matí:</u> Tornar a refrescar la m.m - Al matí tornem a refrescar la massa mare del bol, ara amb les mides indicades en el quadre d'ingredients Opció-1. - Pastar durat 5-6 minuts. - Es deixa reposar unes hores dins del bol tapat: - unes 2 hores abans de fer-la servir per pastar la massa de la mona.	<u>L'endemà al matí</u> - Treure el preferment de la nevera i deixar-lo recuperar temperatura ambient: - unes 1:30 hores abans de fer-lo servir per pastar la massa de la mona.

INGREDIENTS MASSA DE LA MONA

<u>Una mona</u>	<u>Ingredients</u>
els 210 grs o els, 170 grs o, 25 grs	de la massa mare, si hem optat per l' Opció-1 o del preferment preparat, si hem optat per l' Opció-2 o l' Opció-3 o llevat fresc de forner si optem per l' Opció-4 de fer-la directament amb llevat, sense preferment
250 grs	farina força
70 ml	aigua o llet (atenció: d'entrada no li posarem tota, només una mica per a infundir les espècies). Segons el pes dels ous es probable que no faci falta posar-li tota.
2 grs	OPCIONAL: llevat premsat fresc (o sec 1,5 grs) Si l'estem fent amb massa mare o amb preferment i la volen enfornar el mateix dia del pastat hi podem posar una mica de llevat (no es imprescindible) però si la deixem reposar una altra nit a la nevera no n'hi posarem.
2	ous de mida mitjana
50 grs	mantega o llard a temperatura ambient
50 grs	succe
3 grs	sal
20 ml	anís (*)
10 ml	moscatell (*)
2 grs	canyella en pols
5 grs	matafaluga passada per la ma de morter
1/3	nou moscada ratllada
1	clau d'olor picat a la ma de morter
1	ratlladura llimona
15 grs (1 cullerada rasa)	mel
	Per decorar
1	rovell d'ou per pintar
una mica	llet per pintar
2 cullerades	succe blanc
ous durs	OPCIONAL: per decorar la mona

(*) També es pot fer amb ratafia en lloc del moscatell i l'anís, amb aigua d'azahar,

Manipulacions prèvies

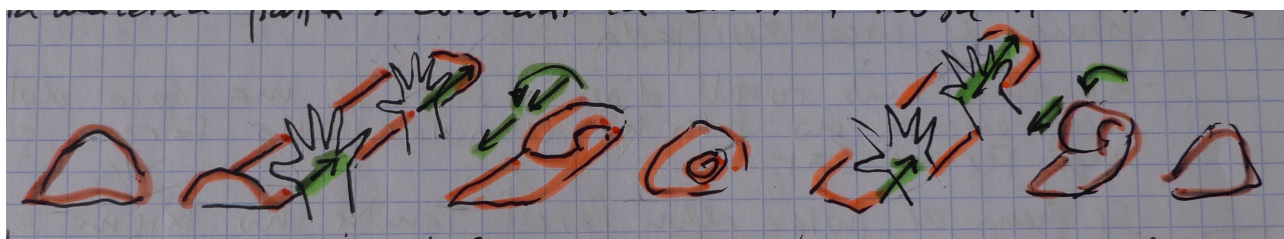
- Si hi volem posar ous durs sobre de la mona els haurem de coure amb antel·lació suficient perquè es refredin abans de encastar-los a la mona.
- **Opció-1:** Si estem fent la mona amb massa mare la haurem d'haver refrescat al matí i deixada reposar unes 5.6 hores abans de fer-la servir.
- **Opció-2 i Opció-3:** Si estem preparant la mona amb un preferment que hem fet el dia abans l'haurem de treure de la nevera entre 1:30 i 2:00 hores abans de fer-lo servir
- **Opció-4:** Si estem fent la mona directament amb un llevat fresc desfarem el llevat en una mica de la llet tèbia uns 30 minuts abans de fer-lo servir.
- Deixar la mantega fóra de la nevera una hora abans perquè es temperi una mica.
- Tamisar la farina (però si no ho fem no passa res).

Aromatitzar una mica de la llet amb les espècies

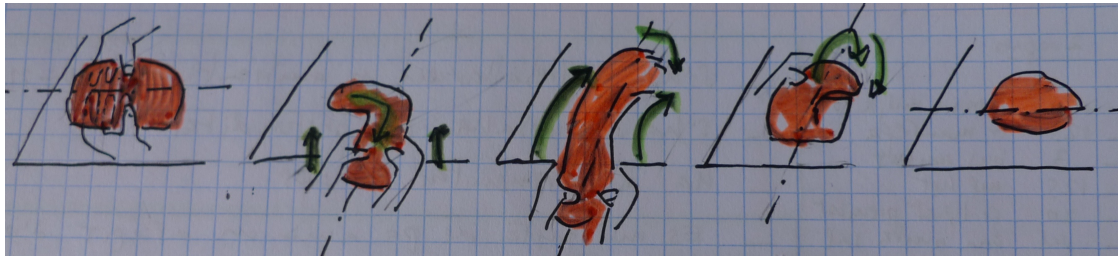
- Picar el clau d'olor + la mataluga a la mà de morter.
- Traspasar-ho al bol del pymer o a un molinet de café i afegir-hi la nou moscada ratllada + canyella en pols i moldre-ho tot plegat el màxim de fi possible.
- Posem la 1/2 de la llet a escalfar fins a uns 45°C i hi infusionem les espècies. Reservar.
- La resta de la llet es probable que no la necessitem fer servir si la mida dels ous es una mica gran.

Pastar la massa

- En un bol gran hi barregem:
 - el sucre
 - la mel
 - la mantega pomada o a trossets petits
 - la sal
 - la part de llet amb les espècies infusionades, o directament les espècies picades a la mà de morter
 - la resta de la llet (o aigua)
 - la ratlladura de pell de llimona
 - l'anís i el moscatell
 - el llevat que fem servir (massa mare, preferment o el llevat fresc dissolt en la mica de llet).
 - Ho anem remenant amb els dits fins que estigui tot ben barrejat.
 - **Amb la pastadora:** Ho barregem amb la pala "K" o la "bola de varetes" durant 4 minuts
 - Hi afegim els ous i ho anem remenant fins que s'integrin.
 - **Amb la pastadora:** Ho seguim barrejant amb la pala "K" o la "bola de varetes" .
 - Hi afegim 3/4 part de la farina tamisada (no tota de cop, perquè en funció de la mida dels ous n'admetrà més o menys) i ho seguim pastant dins del bol, anant plegant la massa sobre si mateixa i girant el bol..
 - Anem afegint la resta de la farina de cullerada en cullerada, i ho seguim pastant fins que veiem que ja tinguem massa homogènia que en pastar-la es va despenant de les parets del bol. Podem trigar força estona a tenir una massa prou consistent que permeti ja treure-la del bol per a continuar sobre el marbre.
- Nota: Es molt possible que no faci falta afegir-hi la resta de llet.
- **Amb la pastadora:** Seguim amb la pala "K" o la "bola de varetes" fins que estigui ben barrejat.
 - Canviem la pala "K" per la "cua de porc" i ho pastem durant 7-8 minuts.
 - Pastem amb la "cua de porc" durant 10-12 minuts (5 minuts a velocitat lenta i la resta a velocitat mitja) fins que es desenganxi de la paret. Si no es desenganxa de les parets repetirem el cicle fent un repòs de 5 minuts i pastant 5 minuts, fins que es desprengui de les parets i formi una bola que es separa de les parets però segueix enganxada al cul del bol.
 - Quan es desenganxi de la paret del bol abocarem la massa sobre el marbre i la treballarem estirant-la i plegant-la perquè agafi aire durant uns 5 minuts més. La forma de treballar la massa perquè s'aïregi i el gluten es desenvolupi es forçar-la a estirar-se amb el palmell de la mà i després plegar-la a sobre si mateixa.



- Anirem combinant l'estirat exposat anteriorment amb el pastat segons mètode Bertinet que permet aireja i lligar la massa molt bé:
 - Agafem la massa per sota amb les dues mans i cap al mig de la massa
 - L'estirem cap a nosaltres al mateix temps que s'aixeca del marbre
 - Es voleia i es colpeja la massa contra el marbre a una certa distància perquè s'allargui
 - La part que tenim agafada amb les mans es plega sobre la que ha quedat estesa al marbre i es torna a començar
- Després es boleia la massa.



2ª Fermentació:

- Deixar reposar la massa en un bol gran lleugerament untat amb oli i tapat amb paper film. Podem optar per fer-li un repòs llarg en fred fins l'endemà (i fer la mona també l'endemà) o per un repòs curt a temperatura ambient i fer mona seguidament.
- Opino que queda més bona si deixem reposar la massa fins l'endemà, llavors:
 - la deixarem reposar 1 hora a temperatura ambient perquè agafi comenci a agafar activitat
 - i després la posarem a la nevera fins l'endemà perquè reposi unes 12 hores en fred.
- Si volem fer la mona aquest mateix dia deixarem reposar la massa fins que doble el seu volum a temperatura ambient:
 - en Opció-1 amb massa mare: pot trigar unes 5-6 hores fins que dobli el volum
 - en Opció-2 o Opció-3: amb preferment pot trigar unes 2 hores
 - en Opció-4 directament amb el llevat fresc: pot trigar unes 1:00 i 1:30 hores
- Passat el temps de repòs, o l'endemà si la tenim a la nevera ja podem conformar la corona (quan la traiem de la nevera no cal deixar-la recuperar temperatura abans de fer la corona perquè ja reposarà durant la 3ª fermentació un cop feta la corona).

Formar la corona

- Hi ha dues maneres de formar la corona:
 - Anar eixamplant un forat central inicial fet a la massa
 - Conformar una barra i tancar-la sobre si mateixa fent una circumferència (necessària si la voléssim farcir)

Anar eixamplant un forat central	Conformant primer una barra necessària si la volem farcir
- Col·locar paper sulfuritzat a la safata del forn i engreixar-lo lleugerament - Bolcar la massa directament sobre el paper sulfuritzat - Ara amb les mans hi fem un forat al mig i l'anem ampliant a poc a poc fins aconseguir un diàmetre d'uns 30 cm. Si es contrau, la deixem reposar uns minuts	- Bolcar la massa sobre el marbre lleugerament enfarinat - Estirar-la amb el corró donant-li una forma lleugerament trapezoidal - Col·locar el farcit a la part estreta de la base i enrotllar la massa conformant una barra - Col·locar la barra a la safata del forn sobre paper sulfuritzat lleugerament engreixat - Deixar reposar la barra 5 minuts - Tancar la barra sobre si mateixa formant una corona

- 3ª fermentació: amb la mona ja formada

- Un cop conformada la corona encastar els ous durs al voltant (OPCIONAL).
- Pintar la corona amb rovell d'ou lleugerament diluït en una mica d'aigua o llet.
- Deixar-la reposar per tercer cop durant 2 hores en un lloc on no li toqui l'aire.
 - La podem deixar dins del forn (AMB EL FORN APAGAT)
- Quan faltin 35 minuts per enfornar TRAIEM LA MONA DEL FORN i preescalfar el forn a 180°C.
- Abans d'enfornar la tornem a pintar amb rovell d'ou lleugerament diluït en una mica d'aigua o llet.
- Agafar 2 cullerades de sucre blanc en un platet i mullar-lo amb unes gotes d'aigua (gotes) i tirar-lo pel damunt de la mona.

Enfornar

- Enfornar a 180°C durant uns 30 minuts.
- Quan la traiem la deixarem refredar sobre una reixeta.

