



COCA DE SANT JOAN INTEGRAL

Data: 26/04/2017

Ingredients	Form. base	%sobre farina	% total	Pes en g.	Pes en kg.
Farina de Força	1000 g	100 %	18,64 %	500 g	0,5
Farina Integral	1000 g	100 %	18,64 %	500 g	0,5
Massa Mare	700 g	70 %	13,05 %	350 g	0,35
Sal	40 g	4 %	0,75 %	20 g	0,02
Llevat	100 g	10 %	1,86 %	50 g	0,05
Llet	400 g	40 %	7,45 %	200 g	0,2
Avena	330 g	33 %	6,15 %	165 g	0,165
Oli d'Oliva	700 g	70 %	13,05 %	350 g	0,35
Millorant (opcional)	20 g	2 %	0,37 %	10 g	0,01
Sucre (melassa i mel)	360 g	36 %	6,71 %	180 g	0,18
Canyella	16 g	1,6 %	0,30 %	8 g	0,008
Ous	700 g	70 %	13,05 %	350 g	0,35
Vainilla				s/c	
TOTAL	5366 g	536,6 %	100,0 %	2683 g	2,683

- 1 Primerament, amassar les dues farines amb els ous i l'oli d'oliva i deixar-ho reposar entre 20 i 30 minuts.
Afegir la sal, la massa mare i el millorant (opcional), així com la melassa i la mel (90 g de cada). 15 minuts abans, deixar l'avena amb la llet i després l'afegim amb el llevat.

20-30 minuts de repòs després del primer amassat.
12-15 minuts de cocció

Workshop amb Daniel Jordà

- 2 Per últim hi afegirem la canyella i la vainilla. Un cop afegida la canyella i la vainilla, formar coques (d'entre 300 i 400 grams), estirar i decorar.

- 3 Enfornar (sense vapor) a una temperatura de 180°C durant 12-15 minuts.
Finalment, ja es poden treure les peces del forn i deixar refredar.

