

| Ingredients | Form. base | %sobre farina | % total | Pes en g. | Pes en kg. |
|------------------------|---------------|----------------|----------------|---------------|-------------|
| F. Semiforça 210 o 240 | 1000 g | 100 % | 58,65 % | 2000 g | 2 |
| Sal | 20 g | 2 % | 1,17 % | 40 g | 0,04 |
| Mantega | 200 g | 20 % | 11,73 % | 400 g | 0,4 |
| Aigua | 400 g | 40 % | 23,46 % | 800 g | 0,8 |
| Llevat | 10 g | 1 % | 0,59 % | 20 g | 0,02 |
| M.M (opcional) | 75 g | 7,5 % | 4,40 % | 150 g | 0,15 |
| TOTAL | 1705 g | 170,5 % | 100,0 % | 3410 g | 3,41 |

1 Amassar i deixar reposar la massa durant 20 minuts aproximadament.
A continuació, realitzar el plegat típic del llonguet.

20 minuts d'amassat
30 minuts de repòs
10 minuts al forn

Workshop amb
Daniel Jordà

2 Tallar i deixar reposar fins que la peça dobli el volum durant 30 minuts.

3 Col·locar les peces als forn a una temperatura de 240 °C sense vapor durant uns 10 minuts.

