

ESPIRALS DE CANYELLA i PANSES (Cinnamon buns)

4-6 pastes	<u>Ingredienst</u>
225 grs (100%)	farina panificable
52 grs (23,0%)	sucre
3,6 grs (1,6%)	sal
3,2 grs (1,4%)	llevat instantani de forner (ha de ser llevat)
25 grs (11,0%)	ou sencer Posar-hi el pes indicat, i el que sobra guardar-lo a la nevera per pintar al final
40 grs (17,2%)	mantega a temperatura ambient
120-135 ml (aprox un 57%)	llet sencera a temperatura ambient
1	llimona (la pell ratllada)
	<u>Per farcir un cop estirada la massa</u>
60-70 grs	mantega pomada
2 culleradetes café	canyella en pols
25 grs	sucre de canya
70 grs	OPCIONAL: panses (remullades i escorregudes)
	<u>Pel glassejat</u>
40 grs	sucre glass
	llet (una culleradeta o dues)



- Treure la mantega i la llet de la nevera 2 hores abans de preparar les pastes, pesar la quantitat necessària i deixar-les a temperatura ambient.
- Posem a macerar les panses en una mica de licor.
- Barrejar la mantega a temperatura ambient + el sucre + la sal amb la pala "K" a velocitat MITJA (o dins d'un bol i barrejar amb una cullera).
- Afegir-hi l'ou lleugerament batut + la ratlladura de llimona i seguir amb la pala "K" a velocitat MITJA.
- Afegir la farina + el llevat + la llet (no tota per a poder regulant la hidratació final, es molt possible que no faci falta posar-li tota la llet) i seguir amb la pala "K" a velocitat BAIXA fins que es faci una bola.
- Canviar la pala "K" per la "cua de porc" i pastar a velocitat MITJA durant 10 minuts.
 - Si pastem a ma, bolcarem la massa sobre el marbre lleugerament enfarinat i la pastarem durant 13 minuts, fins que tinguí la consistència indicada. Si cal, anar fent reposos i pastats.
- La massa ha de quedar fina i sedosa, adherent però no molt enganxosa. Ha de superar la prova de la membrana i tenir una temperatura interna d'uns 25-27°C.
 - Si no passa la prova de la membrana deixar-la reposar 5 minuts i tornar repetir pastats i repós fins que tinguí la consistència desitjada.
- Deixar reposar la massa durant 2 hores en un bol lleugerament engreixat amb oli i tapada amb un paper film fins que dobli el seu volum inicial.

- La podem deixar dins del forn APAGAT amb un pot d'aigua calenta a la safata per donar una mica de temperatura i humitat.
- Si dobra el volum abans de les 2 hores li fem uns plecs i la tornem a deixar dins del bol fins que passin les 2 hores.
- Treure la mantega per pintar el farciment de la nevera perquè estigui ben pomada a l'hora de fer-la servir.
- Passat el temps de repòs untar lleugerament el marbre amb una mica d'oli i bolcar la massa.
- Desgasificar la massa pressionant suaument amb els dits.
- Deixar-la reposat 10 minuts.
- Estirar la massa amb suavitat amb el corró fins a donar-li una forma rectangular d'aproximadament 1,5 cm de gruix i d'uns 45x22 cm amb el corró. No pressionar massa fort amb el corró per evitar que la massa quedi atapeïda.
 - Si la massa es retrau a l'intentar estendre-la la deixarem reposar 10 minuts i ho tronarem a intentar.
- En un bol petit barrejem la mantega pomada + sucre + la canyella en pols + ratlladura pell llimona i l'escampem pel damunt de la massa deixant sense pintar una franja d' 1cm d'ample en el lateral llarg més proper a nosaltres.
- Si hi volem posar les panses les tirem pe damunt. Les hem d'haver remullat un temps i ben escorregues abans de posar-les.
- Anar cargolant la massa sobre si mateixa com un cigar, començant pel lateral llarg més allunyat, creant una espiral de sucre i canyella. Anem ajustant les voltes però sense prémer.
- Mullem amb un mica d'aigua la franja que hem deixat sense pintar amb mantega i segellem bé la junta premem amb bels dits. Voltem la barra per deixar la junta a sota.
- Tallar el corró a rodells d'uns 3 cm-3,5 cm de gruix amb un ganivet esmolat.
- Si tenim un motllo de cassoles suficientment grans, untem el motllo amb mantega i posem les rodells a les cassoles del motllo amb l'espiral de sucre i canyella a la vista.
 - Si no tenim motllo, forrar una safata amb paper de forn.
 - Col·locar les rodells a la safata amb l'espiral de sucre i canyella a la vista, separades uns 2,0-2,5 cm les unes de les altres perquè puguin créixer sense tocar-se.
- Deixar reposar les pastes durant 60-70 minuts, tapades amb un drap de cuina.
 - Les podem deixar a la nevera perquè facin la fermentació secundària en fred durant 24 hores (fins i tot queden queden més bons). Els hi podem tenir dos dies. Quan les traiem les deixarem 3 o 4 hores a temperatura ambient abans d'enfornar.
- Preescalfar el forn a 175°C durant 30 minuts abans de enfornar amb la reixeta situada a mitja alçada.
- Mentrestant preparem el glacejat blanc:
 - Barrejar el sucre + l'extracte de llimona + unes cullerades de llet tèbia i remenar fins que es dissolgui el sucre.
 - Anem afegint llet a poc a poc fins que tinguem una pasta espesa i homogènia.
- Just abans d'entrar al forn pintem la cara superior de les pastes amb una mica de llet o amb una barreja de rovell d'ou + llet.
- Enfornar a 175°C durant 25-30 minuts.
- Quan les traiem les deixem refredar a la safata durant uns 10 minuts i quan siguin tebis hi tirem la cobertura glacejada blanca per sobre, dibuixant fils de glacejat, no pintant.
 - Per fer fils de glacejat mullem una forquilla en el glacejat i passem per damunt de les pastes els fils que cauen de la forquilla.
- Les traiem de la safata i les deixem refredar uns 20 minuts sobre una reixeta abans de menjar-nos-les.