

MOUNA ORANAISE



Ingrédients

- Farine T45 - 500g
- Levure de boulanger FRAICHE - 35g
- Oeufs - 150g (environ 3oeufs de tailles moyennes)
- Beurre doux - 100g
- Zeste de citron - 1/2 citron
- Zeste d'orange - 1 orange
- Jus d'orange - le jus d'une orange
- Fleur d'oranger - 2 càs
- Graines d'anis - 1càs 1/2
- Sucre semoule - 150g + 2càs pour le levain
- Sel - 1 pincée
- Lait - 180ml

- Pour la dorure et la déco
- Sucre perlé
- Jaunes d'oeufs – 2

Recette

Avec cette recette vous pourrez obtenir deux belles mounas!! Si vous n'en voulez qu'une n'hésitez pas à diviser les quantités en deux.

La préparation se fait en plusieurs temps :

1 - Préparation de la pâte à brioche ---> pousse pendant 6h

2- Façonnage des mounas ----> pousse au frais toute une nuit (conseillé) ou 1 à 2h à température ambiante

Avant de commencer la préparation de la pâte à brioche : on fait infuser les graines d'anis et on prépare le levain :

- Dans une casserole, faire chauffer le lait (arrêter avant l'ébullition)
- Une fois que le lait est hors du feu, ajouter les graines d'anis
- Laisser infuser (20-30 minutes)
- Filtrer la préparation (à l'aide d'un chinois par exemple).
Garder le lait et jeter les graines d'anis (certains conservent les graines d'anis dans la pâte mais moi je n'aime pas trop ça)
- Dans le lait encore tiède (attention il ne doit pas dépasser 50° c'est donc important qu'il soit TIÈDE), délayer la levure fraîche
- Ajouter 2 càs de sucre à ce mélange-Réserver
Moi je fais ce mélange dans un verre doseur en verre (car haut et large) et le pose sur mon radiateur (que j'active) pendant que je commence à préparer la pâte de la mouna

Préparation de la pâte à brioche :

- Faire fondre le beurre
- Préparer vos zestes et le jus de l'orange
- Dans le bol de votre robot, verser la farine, le sucre, le sel, les zestes
- Au centre verser le jus d'orange et l'eau de fleur d'oranger
- Commencer à faire tourner le robot à petite vitesse
- Ajouter les œufs progressivement
- Puis le beurre fondu
- Continuer de faire tourner le robot à petite vitesse
- Verser progressivement le mélange préparé en amont (lait+levure+sucre)

ATTENTION : Il est possible que vous n'ayez pas besoin de mettre tout le mélange lait+levure selon la qualité de votre farine ou de la taille de votre orange et du jus qu'elle a plus moins rendu.

A vous de juger à vue d'œil et de doser correctement.

Rassurez-vous, si jamais vous versez tout le mélange par mégarde il faudra rattraper en ajoutant progressivement de la farine pour avoir le rendu souhaité au

fur et à mesure du pétrissage (*la pâte doit se "décoller" des parois de la cuve de votre robot en fin de pétrissage*)

- Pétrir à vitesse moyenne pendant 15 bonnes minutes
- Votre pâte doit se décoller des parois du bol de votre robot
- Fariner légèrement un grand saladier et transvasez-y votre pâte
- Laissez la pâte lever pendant **6h** à l'abri des courants d'airs
Pour moi c'est très simple : pendant la préparation de la pâte je fais chauffer mon four à 75°

Lorsque j'ai fini ma pâte j'éteins mon four et je place mon saladier contenant la pâte à l'intérieur. Je ferme mon four (j'évite de faire des pizzas pendant les 6h qui vont suivre) et j'attends.

Au bout des 6h de pousse :

- Fariner votre plan de travail
- Dégazer la pâte en la retravaillant très rapidement
- Faire deux boules de taille identique
- Là vous avez le choix :
Soit vous laissez reposer les deux boules de pâtes 1 à 2h à température ambiante recouverte d'un torchon ou dans le four éteint et fermé
Soit vous les laissez toutes une nuit recouvertes d'un torchon au réfrigérateur....
A vous de voir selon le temps dont vous disposez ☐
- Préchauffer le four à 160°
- Dorez-les à l'aide d'un jaune d'œuf
- Faites une incision en forme de crois à l'aide d'une paire de ciseaux sur le dessus de la mouna
- Saupoudrer de sucre perlé
- Faire cuire 35-40 minutes à 160°
- Déguster sans plus attendre!