



CLUB NATACIÓ BARCELONA  
Pioners de l'esport 1907



# PREPAREM LA MONA PER LA PASQUA

## FITXA DE L'ACTIVITAT

**Edat dels Destinataris:** 4-12 anys

**Durada de l'Activitat:** 45m. (aprox)

**Objectius Educatius:**

- Estimular la imaginació i creativitat
- Treballar la psicomotricitat fina
- Desenvolupar el sentit de massa i volum
- Experimentar amb diferents textures
- Ser capaç de seguir les instruccions



**Recursos:**

- 1 iogurt (125 gr.)
- 1 mesura de iogurt d'oli d'oliva
- 2 mesures de iogurt de sucre
- 3 mesures de iogurt de farina de blat
- 3 ous
- 1 sobre de llevat (16 gr.)
- 1 pessic de sal
- Mantega
- Elements de decoració: ous de xocolata, plomes, lacasitos....
- Un bol gran
- Utensilis de cuina
- Motlle del pastís

\* *Les persones intolerants o celíacs poden utilitzar aliments en substitució com per exemple, iogurt sense lactosa o sense proteïna de la llet; o canvi de farines.*

**Desenvolupament de l'activitat:**

1. Afegim el iogurt en un bol gran. Seguidament, rentem el pot de iogurt, ja que l'utilitzarem com a mesura per afegir els altres ingredients.
2. **AMB L'AJUDA D'UN ADULT!** Pre-escalfarem el forn a 200° C durant uns 15 minuts. Tot seguit, empastifem el motlle de mantega (una cullerada de sucre com a mesura)
3. Empolvorarem un pessic el motlle de farina i seguidament, traiem l'excés.
4. Batem els ous amb unes varetes. Tot seguit afegim: un pessic de sal i el sucre (Recordeu! 2 mesures de iogurt de sucre!)
5. Tornem a barrejar i, afegim l'oli d'oliva suau, el llevat i la farina (Recordeu les mesures!)



6. Barregem molt bé tots els ingredients!! Ha de quedar una massa homogènia i fina!!.
7. Amb molt de compte, aboquem la massa en el motlle. Ha de quedar tota la massa en repartida i homogènia per tot el motlle.
8. Enfornem de 30 a 35 minuts el nostre pastís. El motlle s'ha de col·locar en la safata del mig del forn, amb calor a dalt i a baix i a 180°C.
9. Important obrir el forn el mínim possible! Passat el temps de cocció, apagar la temperatura i deixar reposar el pastís uns 5 minuts. Finalitzat aquest temps, enretirem el pastís del forn i el deixem fora, tapat amb un drap net.
10. Passat uns 30 minuts, enretirem el drap i ja podem DECORAR!
11. Aquest darrer pas és el més divertit. Pots decorar el pastís de forma original i divertida amb elements de decoració com plomes, ous de xocolata, lacasitos, sucre glaç...

