

La mona

Ruralmur

ruralmur2@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/368/la-mona>

Dirección: [Región de Murcia](#)



La mona es un postre de gran tradición en todo el Mediterráneo.

Ingredientes para cuatro comensales: 6 huevos enteros, 350 g de azúcar, 200 g de harina, 100 g de levadura, 50 g de crecienta madre, 100 g de almendras en polvo, Ralladura de limón

Modo de elaboración:

Paso 1. Preparar la masa: Batir las 6 claras de huevo, junto con parte del azúcar, a punto de nieve

Se baten las yemas, con la ralladura de limón y el resto del azúcar hasta conseguir una mezcla esponjosa.

Añadir las claras a las yemas y mezclarlas bien. Después, agregar la harina moviendo la masa con una espátula de madera. Se incorpora a esta masa la harina, la crecienta madre, la levadura y las almendras en polvo.

Paso 2. Reposar: La masa debe reposar para que actúe el crecienta y la levadura. El tiempo de espera varía en función de la temperatura ambiente. A una temperatura aproximada de 25°C, la masa subirá hasta casi el doble de su volumen inicial en unas dos horas.

Es el momento de proceder al modelado de la mona. A la masa se le pueden dar formas divertidas de muñequitos o de estrellas, aunque la tradicional de la Región de Murcia es oblonga.

Paso 3. Hornear: También se pueden utilizar moldes para hornear. Se vierte la masa en

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)

La mona

[Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
https://ruralmur.com/y3baacpy7](https://ruralmur.com/y3baacpy7)