MASSA FUNCIONAL PARA ESFIHA, PIZZA E PÃO (VEGANA)

INGREDIENTES

5 g de fermento seco para pão (1/2 pacote)

2 colheres (sopa) de açúcar

1 colher (chá) de sal

1 xícara (chá) de água morna

1 colher (chá) de alho em pó (opcional)

1/2 colher (chá) de manjericão desidratado (opcional)

1 colher (chá) de psylium (opcional)

2 colheres (sopa) de azeite

4 colheres (sopa) de aveia (qualquer tipo)

3 xícaras (chá) de farinha de trigo

MODO DE PREPARO

Aqueça a água

Em uma vasilha, misturar a farinha de trigo peneirada e o fermento para pão.

Reserve

No liquidificador, coloque a água morna, a aveia, o açúcar, o sal, o alho em pó, o manjericão desidratado, o psylium e o azeite.

Bata tudo até ficar homogêneo

Acrescente esta mistura aos poucos na farinha de trigo.

Misture tudo e sove até ficar uma massa lisa.

Se preciso, acrescente mais farinha de trigo até soltar da mão

Sove por uns 5 minutos

Deixe descansar por 15 minutos

Abra a massa e recheie a gosto

Leve ao forno preaquecido até dourar a massa

Essa massa é muito versátil, pode ser usada para fazer esfiha aberta, fechada, pizza e pão recheado.

Vai da criatividade as coberturas e os recheios.

Ela fica bem macia e crocante.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13749-massa-funcional-para-esfiha-pizza-e-pao-vegana.html