

PÃO AUSTRALIANO INTEGRAL

INGREDIENTES

ESPONJA:

Esponja: 2 sachês de fermento seco
2 xícaras de água morna
6 colheres (sopa) de açúcar mascavo
1/2 xícara de farinha de trigo
4 colheres (sopa) de manteiga
1/2 xícara de melado de cana-de-açúcar

MASSA:

Massa: 1 e 1/2 xícara de farinha de trigo
3 xícaras de farinha de centeio
3 xícaras de farinha de trigo integral
2 colheres (chá) de sal
2 colheres (sopa) de cacau em pó ou chocolate em pó
fubá de milho para polvilhar os pães

MODO DE PREPARO

ESPONJA:

Esponja: Misture o fermento e o açúcar mascavo.
Adicione a água morna e o trigo.
Deixe descansar por 15 minutos.
Adicione a manteiga e o melado mexendo até dissolver bem.

MASSA:

Massa: Misture todos os ingredientes da massa.
Adicione esses ingredientes secos aos poucos na esponja.
Sove por tempo suficiente para a massa ficar uniforme.
Deixe descansar até dobrar de tamanho.
Em um tabuleiro ou forma para assar, polvilhe fubá de milho
Modele os pães e disponha sobre a forma polvilhada.

Polvilhe sobre os pães um pouco de fubá de milho.

Deixe descansar e crescer por no mínimo 1 hora e 30 minutos ou até dobrar de tamanho.

Asse em forno preaquecido a 180°C.

Após assado, retire da forma e disponha sobre um pano de prato ou grelha vazada por que eles suem.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18590-pao-australiano-integral.html>