

# PÃO INTEGRAL ESPECIAL DA GEL

## INGREDIENTES

- 1 copo 240 ml de leite desnatado morno
- 2 ovos em temperatura ambiente
- 1/4 copo de azeite extra virgem
- 4 colheres de sopa de mel
- 2 colheres de chá de sal
- 2 copos de farinha de trigo integral
- 2 copos de farinha de trigo especial
- 1 copo de farelo de aveia
- 1 xícara de chá de passas sem semente
- 1 xícara de chá de castanhas-do-pará cortadas
- 2 colheres de sopa de linhaça
- 2 colheres e 1/2 de sopa de fermento biológico granulado

## MODO DE PREPARO

Coloque em uma tigela todos os ingredientes começando pelos secos, inclusive o fermento, adicione o leite, os ovos, o azeite, o mel e o sal.

Misture até que a massa solte das mãos, se for necessário acrescente mais um pouco de farinha integral.

Tampe com um pano e deixe crescer por aproximadamente 40 minutos.

Distribua em duas formas para pão ou faça pequenos pães.

Deixe crescer novamente por mais 30 minutos e asse em forno preaquecido.

Asse por aproximadamente 30 minutos em forno a 180°C.

Esta receita pode ser feita na sua panificadora, ciclo massas.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33866-pao-integral-especial-da-gel.html>