

# MASSA PIZZA INTEGRAL

## INGREDIENTES

2 xícaras farinha de trigo integral

1 colher sopa margarina light

1 xícara água morna

10 g a 15 g de fermento de pão

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Em um refratário despeje a xícara de água morna.

Vá dissolvendo o fermento e o sal na água.

Depois coloque a margarina ( antes derreta a margarina no micro-ondas por trinta segundos).

Misture uma xícara de farinha de trigo e vá mexendo com uma colher.

Depois vá colocando aos poucos a outra xícara de trigo e vá mexendo com a mão, se necessário coloque mais umas colheres de trigo, até a massa soltar da mão.

Amasse bem e forme uma bola, deixe descansar tampado com um pano de prato por trinta minutos.

Depois de crescida a massa, corte a massa ao meio (rende duas massas).

Estique a massa na mesa com o rolo de macarrão até ficar no formato desejado.

Leve a massa ao forno por dez minutos.

Depois retire do forno para rechear ( da sua preferência) e leve novamente ao forno até derreter o queijo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33965-massa-pizza-integral.html>