PÃO INTEGRAL DA VALDA

INGREDIENTES

2 xícaras de trigo integral

1 xícara de germe de trigo

1 xícara de aveia

1 xícara de farinha de linhaça

10 unidades de castanhas do pará picadas

1 colher de sopa de sal

3 colheres de sopa de açúcar

1 xícara de óleo

1 colher de fermento granulado seco

4 copos (americano) de água morna

trigo branco até dar ponto de soltar das mãos (não chega a 1 kg)

MODO DE PREPARO

Colocar todos os ingredientes numa bacia e a água morna.

Acrescentar um pouco de trigo até ficar um mingau grosso.

Deixar crescer até dobrar de volume (mais ou menos 30 minutos).

Depois, colocar farinha de trigo branca e sovar até a massa não grudar mais nas mãos.

Modelar os pães e deixar crescer até dobrar de volume.

Assar por 40 minutos em temperatura de 200ºC.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34259-pao-integral-da-valda.html