

PÃO DE CENOURA SAUDÁVEL

INGREDIENTES

1 kg de farinha de trigo
1 cenoura média
1 fermento seco para pão
1/2 xícara de azeite
1 xícara de açúcar
1 pitada de sal
erva doce a gosto
2 colheres de sopa de aveia
1 copo de água

MODO DE PREPARO

Bata a água com o óleo, a cenoura e a erva doce no liquidificador.

Em uma bacia coloque 750 g de farinha, a aveia, o açúcar, o sal e o fermento.

Em seguida coloque a mistura do liquidificador diretamente nos ingredientes da bacia e vá misturando. Se for necessário acrescente um pouco mais de água até ficar uma massa macia e que grude um pouco nas mãos.

Retire da bacia e coloque sobre uma superfície lisa e com o restante da farinha dê o ponto de sovar.

Sove a massa e coloque numa forma os três pães ou em formas individuais.

Espere até crescer.

Asse em fogo médio por 45 minutos, pode variar conforme a forma e o fogão.

Rende três pães.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35895-pao-de-cenoura-saudavel.html>