

PÃO DE ABÓBORA INTEGRAL

INGREDIENTES

FERMENTO:

Fermento: 1/2 xícara da água morna (cozimento da abóbora)

2 colheres de açúcar refinado ou demerara

1/2 xícara de farinha de trigo branca

1 pacotinho de fermento seco biológico (10 g)

MASSA:

Massa: 1 colher de sopa manteiga

2 colheres de café de sal

1 xícara da abóbora amassada

200 g farinha de trigo integral

200 g farinha de trigo branca

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Misture a manteiga com o sal, acrescente a abóbora, as farinhas e por último o fermento crescido.

Bata tudo na batedeira planetária ou na mão.

Sove bem a massa até ficar bem lisa, se necessário acrescente um pouco mais de farinha (branca).

Coloque a massa em uma forma de pão ou molde da maneira que achar melhor.

Cubra com um pano de prato e deixe a massa descansar até dobrar de tamanho (em média 20 minutos).

Asse em forno baixo por 30 minutos, ou até que fique bem cozido por dentro (espetar o palito no meio).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37486-pao-de-abobora-integral.html>