

BROA NUTRITIVA DE FUBÁ

INGREDIENTES

1 xícara de fubá
1/4 de xícara de farinha de mandioca
1/2 xícara de gérmen de trigo
1 e 3/4 xícara de leite desnatado
1/2 xícara de açúcar demerara
1/4 de xícara de óleo de coco
1 colher (sopa) de erva-doce
1 pitada de sal
2 ovos
1 colher (sobremesa) de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Peneire, em uma panela, os dois primeiros ingredientes. Acrescente o leite, o açúcar, o óleo, a erva-doce, o sal e o gérmen de trigo. Misture bem e leve ao fogo até formar uma massa firme que se assemelha à da coxinha.

Espere esfriar (coloquei num prato e pus no freezer por uns 10 minutos), coloque na tigela da batedeira. Use o gancho para bater. Junte os ovos, batidos (peneirei as gemas) misture a massa cozida, já fria, e bata por cerca de 5 minutos. Junte o fermento em pó e bata mais para misturar bem.

Pegue uma xícara e coloque, aproximadamente, 2 colheres de sopa rasa de fubá. Com duas colheres de sobremesa coloque, uma de cada vez, porções da massa e faça círculos para que enrolem sem grudar. Pegue nas mãos e molde a broa. Aperte com o garfo levemente.

Leve ao forno, pré-aquecido, até ficarem douradas, numa assadeira untada com manteiga e fubá.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41080-broa-nutritiva-de-fuba.html>