PÃO INTEGRAL DE CASCA DE ABÓBORA MORANGA

INGREDIENTES

10 g de fermento seco

600 g de farinha de trigo integral

1 ovo

2c olheres de azeite

5 g de sal rosa

2 xícaras de casca de abóbora moranga cozida

2 colheres de açúcar demerara

100 ml de água morna do cozimento das cascas

semente de girassol, gergelim, abóbora e castanhas a gosto

MODO DE PREPARO

Misture 100 ml de água morna, 10g de fermento seco, 2 colheres de açúcar demerara e 100 g de farinha de trigo integral

Em outra vasilha, misture todos os outros ingredientes

Após 15 minutos misturar a esponja e sovar bem

Após a sova, deixe descansar até dobrar de volume

Após, cilindrar e colocar em uma forma para bolo inglês untada e enfarinhada

Pincele com clara e coloque algumas sementes por cima para decorar

Deixe descansando mais 20 minutos enquanto preaqueça o forno a 200° C

Coloque para assar por mais ou menos 25 minutos até dourar por cima

Coloque em grade assim que retirar do forno

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/83-pao-integral-de-casca-de-abobora-moranga.html