

Pão Sovado Amigo

2262

Ingredientes

Espanja

225g Fermento Biológico Fresco

1.4L Água Gelada

3.5kg Pão Amigo Pão Amigo

Reforço

500g Ovos

1.5kg Pão Amigo Pão Amigo



Modo de Fazer

ESPONJA

01. Colocar o Zeelandia Pão Amigo e parte da água gelada (1 L) na masseira e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 2 minutos.
02. Adicionar o fermento biológico fresco e o restante da água gelada (400 ml) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 4 minutos. Não atingir o ponto de véu.
03. Bolear.
04. Cobrir com plástico. Descansar por 50 minutos.

REFORÇO

01. Colocar o Zeelandia Pão Amigo e os ovos à esponja e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 8 minutos ou até atingir o ponto de véu.
02. Dividir em 4 partes e cobrir com plástico.
03. Com o auxílio de um cilindro, abrir cada parte da massa em tiras e enrolar para obter um bastão.
04. Juntar os quatro bastões unedecendo com água e unindo os fechos.
05. Dividir em partes de 580 g.
06. Colocar em assadeiras perfuradas previamente untadas deixando o corte para cima.
07. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 1:30 h.
08. Pincelar com ovos inteiros batidos a gosto e dar o fio.
09. Fornear a 180°C por aproximadamente 30 minutos em forno lastro.
10. Esfriar e embalar.

Outro forneamento:

* Forno Turbo: 150°C por aproximadamente 25 minutos.

Dicas

Rendimento / Quebra

12 Unidades de 510 g

Validade

Equipamentos

Masseira

Forno

Cilindro

Balança

Assadeira Perfurada

Pincel

Recipiente

Câmara De Fermentação

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média): % VD (*)

V. Energético (kcal)	155	8
V. Energético (kJ)	648 kJ	8
Carboidratos (g)	29	10
Proteínas (g)	4.3	9
Fibra Alimentar (g)	0.6	2
Sódio (mg)	203	8
Açúcares totais (g)	4.6	
Aç adicionados (g)	3.2	6
Gorduras totais (g)	2.2	3
Gorduras saturadas (g)	0.9	5
Gorduras trans (g)	0	0