Pão De Forma Amigo

2263

Ingredientes

Preparo

90g	Fermento Biológico Fresco
200g	Ovos
600ml	Água Gelada
2kg	Pão Amigo Pão Amigo

Modo de Fazer

01. Colocar o Zeelandia Pão Amigo, os ovos e parte da água gelada (400 ml) 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 (200 ml) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 5 minutos ou até atingir o ponto véu.
03. Dividir em partes de 480 g. Bolear.
04. Cobrir com plástico. Descansar por 20 minutos.
05. Modelar.
06. Colocar em forma para pão de forma aberta (30 x 10 x 10 cm) previamente untadas.
07. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 2:30 h ou até o ponto.
08. Fornear a 180°C por aproximadamente 25 minutos em forno lastro.
09. Retirar imediatamente das formas.
10. Esfriar, fatiar e embalar.

DICA
- Outro forneamento:
* Forno Turbo: 150°C por aproximadamente 25 minutos.

Dicas

Rendimento / Quebra

6 Unidades de 412 g

Validade Sugerida

216 horas

Equipamentos

- Masseira
- Forno
- Balança
- Forma Para Pão De Forma
- Fatiadeira
- Câmara De Fermentação

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média):		**% VD (*)**
V. Energético (kcal)	153	8
V. Energético (kJ)	641 kJ	8
Carboidratos (g)	29	10
Proteínas (g)	4.4	9
Fibra Alimentar (g)	0.6	2
Sódio (mg)	198	8
Açúcares totais (g)	4.6	
Aç adicionados (g)	3.3	7
Gorduras totais (g)	2.1	3
Gorduras saturadas (g)	0.8	4
Gorduras trans (g)	0	0