

Pão Light Multigrano (Receita Principal)

856

Ingredientes

Preparo

150g	Fermento Biológico Fresco
------	---------------------------

3.15L	Água Gelada
-------	-------------

5kg	T-Multi-Light T-Multi-Light
-----	-----------------------------



Modo de Fazer

01. Colocar o Trigale Multigrano Light, e a parte da água gelada (2,7 L) na masseira e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 5 minutos.
02. Adicionar o fermento fresco e o restante da água gelada (450 ml) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 3 minutos ou até atingir o ponto de véu.
03. Dividir em partes de 300 g. Bolear.
04. Cobrir com plástico. Descansar por 20 minutos.
05. Modelar.
06. Umedecer a superfície da massa com água e passar na decoração.
07. Colocar em formas para pão de forma (15 x 11 x 10 cm) previamente untadas.
08. Fermentar em câmara de fermentação (32° C) por aproximadamente 1:30 h.
09. Fornear a 200°C por aproximadamente 40 minutos em forno lastro com vapor.
10. Retirar imediatamente das formas.
11. Esfriar, fatiar e embalar.

Dicas

- O tempo de forneamento poderá variar de acordo com o tamanho das peças.
- Evitar bater a massa em excesso.
- Não exceder o tempo de fermentação.
- Evitar abrir o forno durante o forneamento.
- O Trigale Multigrano Light apresenta melhor resultado quando forneado em forno turbo com vapor.
- Para fermento biológico seco:
 - * Em 5 kg de mistura adicionar 50 g de fermento biológico seco e 3,1 L de água.
- Outro Forneamento:
 - * Forno Turbo com vapor: 180°C por aproximadamente 30 minutos.

- Outros Formatos:
 - Para as formas Trigale (22 x 11 x 10 cm), dividir a massa em partes de 500 g. Fornear a 200°C por aproximadamente 35 minutos em forno lastro com vapor e a 180°C em forno turbo com vapor. Rendimento: 16 pães de 420 g.
 - * Pão de Forma Fechado: Dividir em partes de 800 g. Fermentar. Fornear por aproximadamente 35 minutos a 200°C em forno lastro e a 180°C em forno turbo. Rendimento: 10 pães de 673 g.
 - * Pão Bolinha: Dividir em partes de 40 g. Fermentar. Fornear por aproximadamente 20 minutos a 200°C em forno lastro com vapor e a 180°C em forno turbo com vapor. Rendimento: 203 unidades de 34 g.
 - * Pão Bola: Dividir em partes de 80 g. Não dar descanso de mesa. Umedecer a superfície da massa com água e óleo (70 / 30%). Com auxílio de um vincador formato bola, vincar a massa (não pressionar até o final). Fermentar. Fornear por aproximadamente 25 minutos a 210°C em forno lastro com vapor e a 170°C em forno turbo com vapor. Rendimento: 101 unidades de 64 g.
 - Para modelar em formato baguete e baguetinha, diminuir a água para 2,8 L.
 - * Baguete: Dividir em partes de 300 g. Fermentar. Fornear por aproximadamente 25 minutos a 200°C em forno lastro com vapor e a 180°C em forno turbo com vapor. Rendimento: 26 unidades de 236 g.
 - * Baguetinha: Dividir em partes de 80 g. Fermentar. Fornear por aproximadamente 20 minutos a 200°C em forno lastro com vapor e a 180°C em forno turbo com vapor. Rendimento: 99 unidades de 60 g.
- Congelamento
 - É possível congelar a massa do pão crua por 30 dias se adicionar 1% de Zea Massa Congelada sobre o peso da pré-mistura. Pode ser necessário aumentar a dosagem do fermento e reduzir a dosagem de água. Recomenda-se o uso de equipamentos adequados tais como ultra congelador e câmara de fermentação.

Rendimento / Quebra

27 Unidades de 245 g

Validade Sugerida

168 horas

Equipamentos

Masseira
Forno Com Vapor
Balança
Forma Para Pão De Forma
Câmara De Fermentação

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média):		% VD (*)
V. Energético (kcal)	128	6
V. Energético (kJ)	540 kJ	6
Carboidratos (g)	24	8
Proteínas (g)	5.2	10
Gord. Monoinsat (g)	0.5 g	0
Gord. Poliinsat (g)	0.9 g	0
Colesterol (mg)	0	0
Fibra Alimentar (g)	2.5	10
Sódio (mg)	167	7
Açúcares (g)	0.9 g	**
Açúcares totais (g)	1.0	
Aç adicionados (g)	0.0	0
Gord. monoinsatu (g)	0.5	3
Gord. poli-insat (g)	0.9	5
Gord. monoinsaturadas (g)	0.5	3
Gord. poliinsaturadas (g)	0.9	5
Gorduras monoinsaturadas (g)	0.3	2
Gorduras poliinsaturadas (g)	0.7	4
Gorduras totais (g)	2.0	3
Gorduras saturadas (g)	0.6	3
Gorduras trans (g)	0	0