

421

## Ingredientes

### Preparo

700g	Farinha De Trigo
400g	Ovos
200ml	Leite Líquido
180g	Óleo
1kg	Bolo De Fubá Bolo De Fubá
20g	Volumex Volumex
40g	Arti F Arti F



## Modo de Fazer

01. Colocar a farinha de trigo, o Arti, o Volumex e o Zealandia Bolo de Fubá na batedeira.
02. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 1 minuto ou até homogeneizar. Utilizar batedor tipo raquete.
03. Adicionar o óleo e os ovos e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 2 minutos e adicionar o leite aos poucos. Cuidado: não bater demais para a massa não pegar liga.
04. Dividir em partes de 70 g. Bolear.
05. Colocar em assadeiras previamente untadas. Manter distância entre as broas.
06. Pincelar a superfície das broas com gemas de ovos a gosto .
07. Fornear a 190°C por aproximadamente 20 minutos em forno lastro.

## Dicas

- O Zealandia Bolo de Fubá pode ser substituído por Zealandia Broa Mineira e 5 g de erva doce.
- Outro forneamento:
  - \* Forno Turbo: 140°C por aproximadamente 20 minutos.

## Rendimento / Quebra

36 Unidades de 64 g

## Validade Sugerida

72 horas

## Equipamentos

Forno

Batedeira

Batedor Tipo Raquete

Balança

Assadeiras Lisas

Pincel

## Tabela Nutricional

Porção de 40g contém (em média): % VD (\*)

V. Energético (kcal)	151	8
V. Energético (kJ)	632 kJ	8
Carboidratos (g)	24	8
Proteínas (g)	3.0	6
Fibra Alimentar (g)	0.8	3
Sódio (mg)	96	4
Açúcares (g)	9.3 g	**
Açúcares totais (g)	9.0	
Aç adiconados (g)	8.7	17
Gorduras totais (g)	4.6	7
Gorduras saturadas (g)	1.0	5
Gorduras trans (g)	0	0