

## Ingredientes

### Recheio

200g	Linguiça Calabresa Defumada
------	-----------------------------

10g	Alho Picado
-----	-------------

200g	Requeijão Tipo Catupiry
------	-------------------------

100g	Cebola Picada
------	---------------

200g	Couve Picada
------	--------------



### Preparo

60g	Fermento Biológico Fresco
-----	---------------------------

100g	Ovos
------	------

100g	Queijo Parmesão Ralado
------	------------------------

280ml	Água Gelada
-------	-------------

50g	Manteiga Sem Sal
-----	------------------

1kg	Pão Amigo Pão Amigo
-----	---------------------

## Modo de Fazer

### RECHEIO

01. Ralar a linguiça calabresa defumada. Reservar.

02. Em uma frigideira aquecida, colocar um fio de azeite a gosto, a cebola, o alho e refogar até dourar.

03. Adicionar a couve picada e refogar até murchar.

04. Temperar com sal e pimenta do reino branca moída a gosto.

05. Deixar esfriar.

06. Adicionar a calabresa ralada reservada e o requeijão tipo catupiry e mexer até ficar homogêneo.

07. Reservar na geladeira.

### PREPARO

01. Colocar o Zeelandia Pão Amigo, os ovos e a água gelada na masseira e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 5 minutos.

02. Adicionar o fermento fresco e misturar por mais 1 minuto.

03. Bater em velocidade alta (velocidade 2) até atingir o ponto de véu.

04. Bolear, cobrir com plástico e descansar por 10 minutos.

05. Com o auxílio de uma bilha, abrir a massa até obter um retângulo de aproximadamente 65 x 40 cm.

06. Cortar em triângulos de aproximadamente 20 x 5 cm.

07. Colocar na base do triângulo aproximadamente 15 g de recheio de espinafre com ricota reservado.

08. Dobrar as pontas da base do triângulo para que fiquem juntas com o recheio e enrolar para obter o formato caseirinho.

09. Colocar em assadeiras previamente untadas.

10. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 2 horas ou até o ponto.

11. Fornear a 210°C por aproximadamente 12 minutos em forno lastro.

12. Pincelar o pão com a manteiga sem sal e salpicar com o queijo parmesão ralado.

- Outro forneamento:
- \* Forno Turbo: 180°C por aproximadamente 10 minutos.

## Rendimento / Quebra

40 Unidades de 46 g

## Validade Sugerida

24 horas

## Equipamentos

Masseira
Forno
Fogão
Geladeira
Ralador
Bilha
Colher
Panela
Balança
Assadeiras Lisas
Faca
Pincel
Recipiente
Tábua Para Corte
Frigideira
Câmara De Fermentação

## Tabela Nutricional

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

V. Energético (kcal)	155	8
V. Energético (kJ)	649 kJ	8
Carboidratos (g)	20	7
Proteínas (g)	5.5	11
Fibra Alimentar (g)	0.6	2
Sódio (mg)	314	13
Açúcares (g)	3.1 g	**
Açúcares totais (g)	3.0	
Aç adicionados (g)	2.1	4
Gorduras totais (g)	6.0	9
Gorduras saturadas (g)	2.9	15
Gorduras trans (g)	0	0