Pão De Hamburguer Com Cenoura

2067

Ingredientes

Preparo

120g	Fermento Biológico Fresco
200g	Ovos
350ml	Água Gelada
400g	Cenoura Ralada
2kg	Pão Amigo Pão Amigo

Modo de Fazer

01. Colocar parte da cenoura ralada (300 g) e a água gelada no liquidificador e bater até homogeneizar.
02. Colocar o Zeelandia Pão Amigo, os ovos e parte da água com cenoura (500 g) na masseira e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 3 minutos.
03. Adicionar o fermento fresco e o restante da água com cenoura (150 g) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 5 minutos ou até atingir o ponto de véu.
04. Adicionar a cenoura ralada, misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 1 minuto ou até ficar homogêneo.
05. Dividir em partes de 70 g. Bolear.
06. Cobrir com plástico. Descansar por 15 minutos.
07. Bolear novamente em formato hambúrguer.
08. Colocar em assadeiras lisas previamente untadas.
09. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 2 h ou até o ponto.
10. Fornear a 190°C por aproximadamente 12 minutos em forno lastro.
11. Esfriar. Embalar

Dicas

- Outro forneamento:
* Forno Turbo: 150°C por aproximadamente 10 minutos.

Rendimento / Quebra

43 Unidades de 62 g

Validade Sugerida

168 horas

- Masseira
- Forno
- Liquidificador
- Ralador
- Balança
- Assadeiras Lisas
- Câmara De Fermentação

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média):		**% VD (*)**
V. Energético (kcal)	145	7
V. Energético (kj)	610 kJ	7
Carboidratos (g)	28	9
Proteínas (g)	4.3	9
Fibra Alimentar (g)	0.8	3
Sódio (mg)	185	8
Açúcares (g)	4.3 g	**
Açúcares totais (g)	4.3	
Aç adicionados (g)	3.0	6
Gorduras totais (g)	1.9	3
Gorduras saturadas (g)	0.7	4
Gorduras trans (g)	0	0