

Pão 7 grãos com massa madre e banana com passas

INGREDIENTES

MASSA:

FARINHA DE TRIGO
FARINHA INTEGRAL
NÚCLEO INTEGRAL 7 GRÃOS
FERMENTO FRESCO

RECHEIO:

BANANA
UVAS PASSAS



| RECEITA | | | |
|-------------------------|----|------|------|
| INGREDIENTE | % | 1 kg | 5 kg |
| FARINHA DE TRIGO | 80 | 800g | 4 kg |
| FARINHA INTEGRAL | 20 | 200g | 1 kg |
| NÚCLEO INTEGRAL 7 GRÃOS | 20 | 200g | 1 kg |
| FERMENTO FRESCO | 3 | 30g | 150g |
| ÁGUA | 60 | 600g | 3 L |

MODO DE PREPARO:

- 1- Colocar o núcleo integral 7 grãos, a farinha de trigo e a farinha na masseira e misturar por 1 minuto.
- 2- Adicionar água gelada aos poucos e bater em velocidade baixa por 5 minutos ou até homogeneizar.
- 3- Adicionar o fermento fresco e bater em velocidade baixa por aproximadamente 7 minutos.
- 4- Bater em velocidade alta por aproximadamente 3 minutos ou até obter o ponto de véu.
- 5- Dividir em porções de 300 gramas. Recheiar com as uvas passas e a banana.
- 6- Modelar em formato de filão passar a cobertura, e colocar em assadeira previamente untada com DBO PMAN.
- 7- Fermentar em câmara de fermentação a 30°C por aproximadamente 1,5 horas ou até o ponto.
- 8- Fornear a 180°C por aproximadamente 20 minutos em forno de lastro.