

# Pão de 7 grãos com massa madre com escarola com queijo prato

## INGREDIENTES

### MASSA:

FARINHA DE TRIGO  
FARINHA INTEGRAL  
NÚCLEO INTEGRAL 7 GRÃOS  
FERMENTO FRESCO

### RECHEIO:

QUEIJO PRATO  
ESCAROLA



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 integral 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 ou até obter o ponto de véu.
- 4- Dividir em porções de 400 gramas.
- 5- Modelar em formato de pão de forma passar a cobertura, e colocar em assadeira previamente untada com DBO PMAN.
- 6- Fermentar em câmara de fermentação a 30°C por aproximadamente 1,5 horas ou até o ponto.
- 7- Fornear a 180°C por aproximadamente 20 minutos em forno de lastro.