

# Pão Italiano integral

## INGREDIENTES

### MASSA:

FARINHA DE TRIGO  
NÚCLEO DE PÃO INTEGRAL  
FERMENTO BIOLÓGICO FRESCO  
ÁGUA GELADA



### RECEITA

INGREDIENTE	%	1 kg	5 kg
FARINHA DE TRIGO	100	1 kg	5 kg
NÚCLEO ITALIANO	5	50g	250g
FERMENTO BIOLÓGICO FRESCO	0,5	5 g	25g
ÁGUA GELADA	60	600g	3 L

## MODO DE PREPARO:

- 1- Misturar o núcleo Italiano e a farinha de trigo na masseira por 1 minuto em velocidade baixa (velocidade 1).
- 2- Adicionar água gelada aos poucos e bater em velocidade baixa (velocidade 1) por 3 minutos ou até homogeneizar.
- 3- Adicionar o fermento fresco e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 7 minutos ou até atingir o ponto de véu.
- 4- Dividir em peças de 350 gramas, bolear e dar descanso de 60 minutos em mesa coberta com plástico.
- 5- Bolear e colocar em assadeiras untadas com o DBO PMAN.
- 6- Fermentar em câmara de fermentação a 30°C por aproximadamente 120 minutos ou até atingir o tamanho desejado.
- 7- Fornear a 230°C no começo abaixar para 190°C por aproximadamente 20 minutos em forno de lastro ou 180°C por 18 minutos em forno turbo, ambos com vapor.