



PÃO ITALIANO INTEGRAL

Modo de preparo

- 300 g de Farinha de Trigo Maria Inês
- 200 g de Farinha de Trigo Maria Inês Integral
- 400 gramas/ml de água
- 10 gramas de sal
- 2 pitadas de fermento biológico seco

Modo de preparo

- 1) Em uma tigela, misture todos os ingredientes (para um melhor resultado, utilize uma balança ou copo de medidas).
- 2) Cubra a tigela com um pano limpo e deixe a massa fermentar por 12 a 16 horas em local que não tenha vento.
- 3) Passado esse tempo, despeje a massa numa bancada e faça as dobras por duas vezes, unindo as pontas da massa no centro.
- 4) Deixe descansando novamente na tigela enfarinhada por 2 a 3 horas, com a dobra para baixo.
- 5) Pré-aqueça o forno e uma panela por 30 minutos em fogo alto. Atenção: Não utilize uma panela com cabo plástico ou de silicone.
- 6) Depois de crescida, transfira a massa para a panela enfarinhada com a dobra pra baixo e faça um corte em cruz.
- 7) Asse o pão por 60 minutos, sendo 30 minutos com a tampa da panela fechada e 30 minutos com a panela destampada.

