

# FOLAR ALGARVIO



## INGREDIENTES

- MASSA:
- SUMO DE UMA LARANJA
- 100G DE AÇÚCAR AMARELO
- 120G DE MANTEIGA, BANHA E AZEITE
- 98G DE LEITE
- FERMENTO PADEIRO 20G FRESCO (BIOLÓGICO) OU 11G DE FERMENTO SECO (BIOLÓGICO)
- 560G DE FARINHA T55
- 1,5 COLHER DE CHÁ DE ERVA DOCE MOÍDA
- 1,5 COLHER DE CHÁ DE CANELA
- 1 OVO
- 1/2 CÁLICE DE AGUARDENTE
- CAMELO:
- MANTEIGA Q.B.
- AÇÚCAR AMARELO Q.B.
- CANELA Q.B.
- ERVA DOCE MOÍDA Q.B.

## CONFEÇÃO

1. Com a lâmina amassar/triturar juntar o sumo de laranja, a margarina (ou manteiga), a banha, o óleo, o azeite, o leite e o fermento - 3min, 50°C, vel.4.
2. Adicionar a farinha, a canela, a erva doce moída e o ovo - 10seg, vel.7 e depois programa 1 de amassar.
3. Deixar a massa repousar dentro da taça 1 hora.
4. Depois esticar a massa com o rolo com um pouco de farinha, por forma a obter um rectângulo grande.
5. Espalhar bocados de manteiga na massa, polvilhar abundantemente com uma mistura de açúcar amarelo, canela e erva doce.
6. A quantidade de ingredientes utilizado para o caramelo vai determinar a humidade do folar, mais quantidade equivale a um folar mais húmido e mais doce.
7. Dobrar a massa no sentido do rectângulo até meio e do outro lado fazer o mesmo.
8. Espalhar novamente com manteiga, polvilhar com a mistura de açúcar. Enrolar pela parte mais pequena do rectângulo.
9. Untar um tacho de alumínio com banha, colocar no fundo bocadinhos de manteiga e uma boa quantidade da mistura de açúcar por cima.
10. Colocar a massa no tacho, pôr mais margarina e açúcar por cima.
11. A massa vai crescer bastante.
12. Abafar o tacho por uma hora ou levar ao forno por duas horas com a temperatura a 50°C.

13. Passado esse tempo levar ao forno a 180°C e programar 55min.

---

14. Aos 30min tapar o tacho.

---

15. Desenformar ainda quente.

---