Massas

PÃO INTEGRAL DE SEMENTES

Receita de Fã
Fácil
90 Min.
2 Doses

INGREDIENTES

- 300 GR ÁGUA
- 25 GR FERMENTO PADEIRO FRESCO
- 150 GR FARINHA T65
- 350 GR FARINHA INTEGRAL
- 60 GR DE CEREAIS, GIRASSOL, SESAMO, LINHAÇA
- 1 COLHER CHÁ DE SAL

CONFEÇÃO

1. Na CC colocar lâmina amassar / triturar com fermento e água 2 minutos, 35º, vel 4.
2. Adicionar farinhas, sal, sementes "massas" P2 até ao fim. Retirar lâmina deixar levedar.
3. Moldar dois pães colocar algumas sementes em cima deixar levedar 1 hora.
4. Levar ao forno pré-aquecido a 200ºC por 30 minutos.