

# HAMBÚRGUER DENTRO DO PÃO



## INGREDIENTES

- PÃO:
- 140 ML LEITE
- 100 ML ÁGUA
- 420 G FARINHA
- 1 SAQUETA FERMENTO PARA PÃO
- SAL Q.B.
- COUVE:
- 100 G COUVE PICADA
- 100 G COGUMELOS
- 1/2 CEBOLA
- 1 DENTE DE ALHO
- AZEITE
- SAL E PIMENTA Q.B.
- MONTAGEM:
- QUEIJO RALADO OU FATIADO A GOSTO
- HAMBURGUERS
- LEITE PARA PINCELAR
- SEMENTES DE PAPOILA OU DE SESAMO

## CONFEÇÃO

### 1. Pão

3. 1. Colocar o leite, a água, o fermento e o açúcar e seleccionar 40º, velocidade 2, 1 minuto.

4. 2. Colocar o sal e a farinha e seleccionar velocidade 5, 20 segundos e depois 2 minutos, velocidade 3.

5. 3. Passado esse tempo podem deixar levedar no robot ou num recipiente tapado durante 30 minutos aproximadamente (geralmente selecciono 20 minutos e temperatura 35ºC para ajudar na levedação).

### 7. Couve:

9. 1. Colocar o azeite, cebola e alho na taça e saltear com acessório picador no programa p1 cozedura lenta.

10. 2. Adicionar a couve e os cogumelos e saltear no mesmo programa.

11. 3. Triturar 15 segundos na velocidade 7. Deixar arrefecer.

### 13. Montagem:

15. 1. Começar por esticar a massa e cortar em quadrados, colocar o queijo, seguido da couve e por fim do hambúrguer e enrolar a massa num quadrado (para os das crianças omiti a couve e optei por dar a forma de um sapo, para ser engraçado e para os distinguir).

16. 2. Deixar levedar aprox. 15-20 minutos.

---

17. 3. Pincelar com leite e colocar sementes de papoila.

---

18. 4. Levar a forno pré-aquecido a 200°C até estar cozido (aprox. 20-30 minutos - se necessário tapar com papel de alumínio para que cozinhe uniformemente).

---