

PÃO DE CASTANHA E CARRACENO



CONFEÇÃO

1. Num robot, misture todos os ingredientes secos (exceto as sementes). Adicione os ovos, o vinagre e a água e as sementes. Misture.
2. Verta a massa numa forma para bolo e cubra com película aderente. Coloque no cesto com 20 cl de água na cuba.
3. Programe a cozedura sob pressão durante 40 min.
4. Desenforme e deixe arrefecer antes de provar.

INGREDIENTES

- 150 G DE FARINHA DE CASTANHA
- 150 G DE FARINHA DE SARRACENO
- 1 COLHER DE CAFÉ DE AÇÚCAR MASCADO
- 1 COLHER DE CAFÉ DE FERMENTO QUÍMICO
- 1 COLHER DE CAFÉ DE BICARBONATO
- 1 COLHER DE CAFÉ DE SAL FINO
- 1 COLHER DE CAFÉ DE VINAGRE DE CIDRA
- 2 OVOS
- 35 CL ÁGUA
- 5 COLHERES DE SOPA DE SEMENTES DE GIRASSOL E SEMENTES DE LINHO