



UAC em casa!
Vamos fazer as receitas da UAC?

PÃO INTEGRAL

INGREDIENTES

0,5 kg de farinha de trigo branca

0,5 kg de farinha de trigo integral

3 ovos

1 xícara de leite

1/3 xícara de óleo

1 colher de sopa de açúcar

1 colher de sobremesa de sal

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador os ovos, o óleo, o leite, o sal, o açúcar e o fermento.

Coloque 1 xícara de farinha em uma bacia e despeje a massa batida. Com o auxílio de uma colher mexa e vá acrescentando o restante das farinhas. Continue a amassar com as mãos.

Retire a massa da bacia e sove bem em uma mesa (por uns 5 minutos).

Cubra a massa com um pano e deixe descansando por 1 hora.

Pegue a massa, misture novamente e dê a forma desejada aos pães.

Unte uma assadeira e acomode os pães distantes um do outro. Reserve e deixe crescer por mais 1 hora.

Leve ao forno por 40 minutos. Aguarde esfriar, corte em fatias e sirva.