

PÃO FOFINHO

 29.6 fatias

INGREDIENTES

- 240 gramas de farinha de arroz
- 60 gramas de polvilho doce
- 30 gramas de fécula de batata
- 1 colher de sopa rasa de açúcar mascavo ou demerara [11 g]
- 1 colher de chá de sal [5g]
- 1 sachê [10g] de fermento biológico seco
- 1 unidade de ovo de galinha [45 g]
- 1 unidade de clara de ovo de galinha cozida [30 g]
- 1 colher de sopa [15ml] de azeite de oliva
- 300 ml de água

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o polvilho doce, a fécula, o açúcar e o sal.
- 2º Acrescente o fermento biológico seco e misture bem.
- 3º Em outro recipiente, bata o ovo, a clara e o azeite, e depois adicione à mistura seca.
- 4º Vá acrescentando a água morna aos poucos, mexendo com uma colher ou espátula até obter uma massa mais mole e pegajosa [não é igual a pão tradicional].
- 5º Transfira para uma forma untada ou forrada com papel manteiga.
- 6º Cubra e deixe descansar por 30 minutos em local abafado.
- 7º Leve ao forno preaquecido a 180°C por 35 a 40 minutos, até dourar levemente.
- 8º Retire, espere esfriar um pouco e desenforme.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR FATIA (25 g)	% DDR
ENERGIA	197 kcal	49 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	38 g	10 g	3 %
PROTEÍNA	3 g	1 g	1 %
GORDURA	3 g	1 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	424 mg	106 mg	4 %