

## PÃO CASEIRO (SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE)



Uma verdadeira explosão de sabor! Esse pão traz uma combinação saborosa de textura leve e um toque de aroma acolhedor. Cada fatia é um pedacinho de conforto. Perfeito para acompanhar seu café ou como um lanche perfeito a qualquer hora do dia. Deixe-se conquistar pelo sabor inconfundível.

 41.1 Fatias

## INGREDIENTES

- 150 gramas de polvilho doce
- 160 gramas de farinha de arroz, branco
- 30 gramas de fécula de batata
- 25 gramas de açúcar
- 1 colher de chá de sal, cozinha (6 g)
- 150 mililitros de água, engarrafada, genérica (150 g)
- 5 unidades de ovo de galinha (225 g)
- 100 gramas de azeite de oliva

## MÉTODO DE PREPARO

- 1º Além dos itens citados acima precisaremos também de: 1 colher de chá de goma xantana e 10g de fermento de pão instantâneo.
- 2º Em uma tigela adicione todas as farinhas [polvilho doce, farinha de arroz e fécula de batata]. Misture bem.
- 3º Adicione a goma xantana e o açúcar. Misture bem. E adicione o sal.
- 4º Hora de misturar o fermento para pão [biológico].
- 5º Agora é a vez dos ingredientes úmidos. Na mesma tigela adicione a água em temperatura ambiente.
- 6º Misture também na mesma tigela os ovos [cada ovo com em média 50g].
- 7º Adicione o azeite de oliva [pode ser outro tipo de óleo também]. Mexa bem com uma espátula até obter uma massa homogênea.
- 8º Para obter uma massa mais leve, bata tudo posteriormente no mixer ou batedeira.
- 9º Unte uma forma [24cmx10cmx6cm - forma de pão] untem com azeite ou óleo de sua preferência, sem farinha.
- 10º Despeje a massa na forma. A massa deve ficar bem lisinha. E fica um pão delicioso, bem fofinho.
- 11º Com a espátula, alise o pão, e deixe ele crescer até chegar no topo da forma [em média 25min].
- 12º Ligue o forno a 180°C.
- 13º Leve o pão ao forno pré-aquecido a 180°C por em média 30 a 35 minutos.
- 14º Desinforme em uma grade. E ao esfriar, sirva. Bom apetite.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR FATIA (20 g)	% DDR
ENERGIA	306 kcal	61 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	38 g	8 g	3 %
PROTEÍNA	5 g	1 g	1 %
GORDURA	15 g	3 g	5 %
GORDURAS SATURADAS	3 g	1 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	316 mg	63 mg	3 %