

PÃOZINHO DE BATATA E POLVILHO

 34 porções

INGREDIENTES

- 250 gramas de batata inglesa cozida
- 6 xícaras de polvilho doce (120 g)
- 6 xícaras de polvilho azedo (120 g)
- 1 colher de chá de sal, cozinha (6 g)
- 3 colheres de chá cheias de açúcar demerara (12 g)
- 2 unidades de ovo de galinha (90 g)
- 1/4 de azeite de oliva extra virgem (45g) ou 1/4 de óleo de cozinha
- Fubá para polvilhar
- 5 colheres de chá, moído de condimento, orégano, moído (9 g) - Opcional

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Corte as batatas em cubos grandes e cubra com água e leve para cozinhar até que fiquem macias.
- 2º Em uma tigela misture o polvilho doce, o azedo, o sal, açúcar e o orégano.
- 3º Assim que a batata estiver cozida escorra muito bem e com ela ainda totalmente quente esprema diretamente sobre os ingredientes da tigela, você pode usar um espremedor de batatas ou uma peneira.
- 4º Usando uma colher grande integre a batata aos ingredientes da tigela até obter uma farofa graúda.
- 5º Assim que essa mistura estiver morna adicione o azeite e os ovos e misture bem com as mãos até obter uma massa uniforme e levemente grudenta.
- 6º Unte as mãos e faça as bolinhas do tamanho que desejar, as minhas foram feitas com aproximadamente 20 g cada.
- 7º A massa gruda um pouco na mão, mas elas são fáceis de moldar, você também pode apenas umedecer as mãos com água, para facilitar.
- 8º Polvilhe levemente a forma com farinha de milho fina (fubá), não precisa untar, acomode as bolinhas deixando um espaço entre elas, pois os pães vão crescer um pouco.
- 9º Polvilhe levemente a forma com farinha de milho fina (fubá), não precisa untar, acomode as bolinhas deixando um espaço entre elas, pois os pães vão crescer um pouco.
- 10º Leve para assar em forno preaquecido a 180C por 30 minutos ou até que estejam firmes e delicadamente douradas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (21 g)	% DDR
ENERGIA	223 kcal	47 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	37 g	8 g	3 %
PROTEÍNA	2 g	0 g	1 %
GORDURA	7 g	2 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	338 mg	72 mg	3 %