

Pão de batata doce com chia

8 porções

Ingredientes

ou

100 gramas de batata doce cozida

ou

100 gramas de polvilho doce

ou

100 gramas de polvilho azedo

ou

1/4 xícara de chá de azeite, oliva, mesa ou cozinha [54 g]

ou

1 colher [sopa] de chia em grãos [jasmine] [10 g]

ou

1 colher de chá, folhas de condimento, manjericão, seco [1 g]

ou

2 gramas de sal dietético

ou

1 pedaço de tablete de fermento biológico, levedura [15 g]

ou

1 unidade de ovo de galinha [45 g]

Método de preparo

1

Hidrate a chia e o fermento em 1/2 xícara de água. Água morna se necessário para dar o ponto.

2

Junte todos os ingredientes e sove, coloque pouca água e vá sovando até ficar em ponto de massinha. (coloquei a água com uma colher). Faça bolinhas e leve para assar em forno pré aquecido por uns 35 min ou até ficarem levemente dourados.

3

O Rendimento depende do tamanho das bolinhas, quanto menores menos tempo de forno.