

Evento: Pão sem Glúten - Um Mundo de Possibilidades!

17.11.2021 - por Carla Serrano

PÃO RÚSTICO ITALIANO SEM GLÚTEN E VEGANO DE FERMENTAÇÃO BIOLÓGICA

Rendimento da massa: cerca de 803g

Temperatura do forno de convecção: aquece a 210oC / assa a 190oC

Temperatura do forno doméstico (elétrico ou à gás): de 210 a 220 oC

Tempo de forno: cerca de 40 a 50 minutos

ATENÇÃO: Lembre-se que a temperatura e tempo de forno podem variar de equipamento para equipamento, então sempre observe e aprenda com o seu próprio forno.

INGREDIENTES:

125g de farinha de arroz

75g de farinha de grão-de-bico (ou farinha de aveia sem glúten)

75g de fécula de batata (ou amido de milho)

50g de polvilho doce

7g de goma xantana

1,6g de fermento biológico seco instantâneo (é isso mesmo, menos de 2g)

10g de açúcar demerara

325g de água

10g de azeite de oliva

10g de psyllium

100g de água fervente para hidratar o psyllium (conforme a aula do evento)

8g de sal

6,5g de vinagre de maçã (opcional) - na aula eu não usei

PREPARO:

Assista a aula que ainda está disponível no YouTube por tempo limitado!

Inscrições abertas para o meu Treinamento Online em Panificação sem Glúten com Fermentação Natural - O Melhor Pão sem Glúten!

[Clique aqui e saiba de todos os detalhes!](#)