

Pão de trigo sarraceno

5 porções

Ingredientes

ou

3 unidades de ovo de galinha cru (234 g)

ou

3 colheres de sopa de azeite de oliva (24 g)

ou

6 unidades de castanha do pará (24 g)

ou

15 unidades de amêndoa (15 g)

ou

15 colheres (sopa) de farinha de trigo sarraceno (150 g)

ou

1 xícara de chá de farinha de arroz, integral (158 g)

ou

1 grama de sal dietético

ou

1 colher de sopa cheia de açúcar mascavo (19 g)

ou

1 colher de sopa de semente de linhaça (10 g)

ou

1 colher de sopa de gergelim semente (10 g)

ou

1 colher de sopa de fermento químico em pó (10 g)

Método de preparo

1

Obs: 1 xícara de água, se precisar use mais 1/4 de xícara de água, 01 col (sob) de goma xantana

2

Bater no liquidificador a água, os ovos e o azeite. Adicionar o sal, o açúcar, as castanhas, a goma xantana e as farinhas de trigo sarraceno e de arroz. Continuar batendo até homogeneizar. Colocar a massa em uma tigela e adicionar as sementes. Adicionar o fermento e misture com uma colher ou espátula. Aguardar alguns minutos para massa crescer antes de colocá-la em uma forma untada. Levar ao forno pré aquecido a 180°C por aproximadamente 35 minutos ou até o pão estar assado.