

PÃO (D. Célia – Mãe da Sandra)

03 ovos
1/2 xíc. de óleo
02 col. chá de super liga neutra
01 col. chá de margarina
01 xíc de leite baixa lactose, leite ou água
04 col. chá de açúcar
02 col. chá de sal
02 xíc. de polvilho doce
01 xíc. de farinha de arroz
01 xíc. de maizena
01 envelope fermento biológico

Bata bem no liquidificador os ovos, óleo, margarina e a liga neutra. Misture numa bacia o sal, açúcar, as farinhas e o fermento. Em seguida vá alternando os secos com o leite no liquidificador. Coloque em forma untada e deixe crescer por 10 minutos. Asse em forno pré-aquecido médio de 30 a 40 minutos. Está pronto quando estiver dourado e desgrudando do lado da forma.

Pão (Receita Silmara)

03 ovos
1/2 xíc. óleo
1 xíc. água
1 colher sopa rasa de açúcar
2 col. café de sal
4 xíc. farinha preparada
4 col. sopa linhaça
4 col. sopa gergelim
1 col. sopa fermento pão
2 col. chá de super liga neutra

Bata no liquidificador os ovos e o óleo até virar um creme, depois acrescente o leite e bata mais um pouco. Coloque essa mistura na batedeira e acrescente aos poucos os ingredientes secos já misturados, batendo por mais alguns minutos.

Despeje a massa em forma de pão untada com óleo, deixe crescer por 30 minutos. Leve ao forno por aproximadamente 30 minutos.

FARINHA PREPARADA:

1 xíc. polvilho doce / 1 xíc. farinha de arroz / 1 xíc. fécula de batata / 1 xíc. amido de milho

PÃO (Lisiane)

01 batata cozida (pode variar com batata salsa, aipim, batata doce, cenoura ralada crua ou banana crua)
03 ovos
1/2 xíc. óleo
01 xíc. leite ou água
01 col. sopa rasa de açúcar
01 col. chá de sal
02 col. super liga neutra
02 xíc. polvilho doce
01 xíc. farinha arroz
½ xíc. farinha soja
½ xíc. fécula de batata ou amido de milho
01 col. sopa fermento pão

Cozinhar a batata, deixar amornar um pouco, bater no liquidificador os ovos, óleo e a batata, acrescentar o leite ou a água, misturar separadamente todos os ingredientes secos e a acrescentar a mistura do liquidificador, batendo com colher ou na batedeira. A Cenoura ralada crua não precisa ser batida no liquidificador, pode ser só acrescentar na massa.

Pode também triturar 02 a 04 col. linhaça no liquidificador (a gosto), e acrescentar nos ingredientes secos, a linhaça deve ser triturada somente a quantidade que será utilizada, se sobrar guardar por no máximo 2 dias em vidro na geladeira. Se fizer pão com banana, bata no liquidificador a banana com os ovos e óleo e acrescentar + 1 colher de açúcar e canela.

Depois da massa pronta untar a forma, deixar crescer e então pôr p/ assar. Pode tirar um pouco da massa p/ pizza, tire do forno antes do pão p/ continuar assando depois que acrescentar a cobertura.

PÃO DE LIQUIDIFICADOR COM FERMENTO DE BOLO

03 ovos
½ copo de óleo
01 copo de iogurte natural
1 ½ copo de farinha de arroz
01 col. sopa açúcar
01 col. chá sal
01 col. sopa fermento químico em pó

Bater todos os ingredientes no liquidificador, colocando por último o fermento. Coloque em forma untada e polvilhada e leve imediatamente p/ assar.

PÃO RÁPIDO INTEGRAL (Matilde)

1 e ½ xíc. (chá) farinha de arroz
½ xíc. (chá) de polvilho doce
2 col. (sopa) de linhaça
1 col. (sopa) semente de girassol
1 ovo
½ xíc. (chá) de abóbora seca
2 col. (sopa) de óleo
2 col. (sopa) açúcar mascavo ou melado
1 col. (chá) de sal
1 col. (sopa) fermento químico pó

Misture em um recipiente a farinha de arroz, polvilho doce e o açúcar. No liquidificador coloque a linhaça, a semente de girassol, o ovo, a abóbora descascada, o óleo a água e o sal. Bata bem até homogeneizar. Despeje aos poucos os ingredientes liquidificados aos secos e misture até que a massa esteja totalmente incorporada. Acrescente o fermento suavemente, misturando em toda a massa. Coloque em uma assadeira untada e leve imediatamente para assar.

Pão de Batata (18 pãezinhos)

Ingredientes

2 batatas grandes cozidas e espremidas quentes
1 col. (sopa) açúcar
2 col. (sopa) margarina
1 tablete de fermento fresco
150ml de leite
200gr de farinha de arroz
200gr de fécula de batata
1 colher (chá) sal
3 ovos

Misture bem o açúcar, a margarina, o fermento e o leite com as batatas espremidas. Depois acrescente as farinhas, o sal e os ovos. Misture bem. Deixe descansar coberto com um pano por 20 minutos. Pré-aqueça o forno por 10 minutos em 250 graus. Faça bolinhas e coloque na assadeira sem untar. Abaixar o forno p/ 180 graus e asse os pães por 20 ou 35 min. Depende de cada forno.

PÃO DE INHAME (Lisiane)

Ingredientes:

½ kg de inhame(cru) +ou– 5 peq.
3 col.de sopa semente de linhaça
2 colheres de chá de açúcar
1 col. sopa fermento biológico
2 ovos
3 colheres de sopa de óleo
1 colher de chá de sal
1 colher de chá de vinagre
2 xíc. de farinha de arroz

Modo de fazer:

Triture a linhaça no liquidificador, descasque e corte o inhame em pedaços pequenos e acrescente junto a linhaça para bater com um xícara de água quente. Despeje em uma bacia, veja se a massa está apenas morna (não pode estar quente). Coloque o fermento e açúcar e mexa, acrescente os ovos inteiros, o sal, o vinagre e o óleo. Misture bem e acrescente a farinha de arroz aos poucos até virar uma massa de bolo consistente. Despeje em forma untada e deixe crescer. Asse em forno pré aquecido por + ou – 40 minutos

PÃO (Mãe da Victoria – receita p/ 2 pães)

03 ovos
01 xíc. óleo
02 copos de água morna ou leite
03 xíc. farinha de arroz
01 xíc. fécula de batata
½ xíc. polvilho doce
01 col e ½ (sopa) de fermento biológico
01 col. (sopa) rasa de liga neutra
01 col. (sopa) açúcar
01 col. (sopa) rasa de sal

Bater tudo no liquidificador.

Rende 2 pães, colocar nas formas untadas,
deixar crescer até faltar um dedo na forma.

Coloque para assar por aproximadamente 30 a 40 minutos.

PÃO (Rosa Valente – adaptação Lisiane)

Coloque no liquidificador:

1 colher (sopa) de fermento biológico seco
1 colher (sopa) de açúcar
2 ovos bem pequenos ou 1 grande
1 colher (sopa) linhaça (opcional)
1 colher (chá) liga neutra
1 copo (requeijão) de água ou leite levemente aquecido (aqueça só um pouco para quebrar a temperatura, não precisa ficar morna).

Ligue o liquidificador e vá acrescentando:

2 colheres (sopa) óleo
5 col. (sopa) de farinha de arroz, 2 col. (sopa) de polvilho doce, 2 col. (sopa) de amido de milho, 2 col. (sopa) de farinha de soja, 2 col. (sopa) fécula de batata
1 colher café de sal.

Desligue, tampe e deixe crescer por +- 30 minutos no próprio liquidificador.

Unte uma forma para pão com óleo e polvilhe com farinha de arroz.

Ponha no forno frio e asse por 30 minutos.

Não mude a farinha de arroz e o polvilho doce que são a base, as outras farinhas pode substituir.

PÃO DE LEITE

Num recipiente misture:

1 1/2 xíc. (chá) de polvilho doce
1 1/2 xícara (chá) leite em pó
1 xícara (chá) farinha de arroz
1 colher (sopa) rasa de açúcar
1 sachê de fermento de pão
Deixe descansando.

Enquanto isso leve ao fogo:

300ml de água
6 colheres(sopa) de polvilho doce
Vá mexendo sempre até formar um grude (goma) transparente, desligue o fogo e reserve.

Faça um buraco no meio da mistura que estava descansando e coloque:

1 colher (sopa) sal
2 ovos
3 colheres(sopa) óleo
1 colher (sopa) margarina

Misture bem, coloque a goma reservada ainda quente e vá amassando com as mãos. É preciso colocar mais ou menos 1 xícara de farinha de arroz até obter uma massa lisa (parecida com a de trigo)

Divida a massa em pequenas porções,modele os pães.

Deixe crescer, coloque uma bolinha num copo com água - quando ela subir o pão está crescido. Antes de ir ao forno faça cortes com uma faca e pincele leite para dar brilho.

OBS:Depois de assado esse pão pode ser congelado e aquecido antes de servir.

PÃO (Vanessa)

02 ovos inteiros
½ xíc. de óleo
Bater os dois ingredientes por 10 minutos e deixar separado
02 xíc. farinha de arroz
02 xíc. polvilho doce
04 col. médias de açúcar
01 col. rasa de sal
01 col. chá de liga neutra
01 col. de sopa de fermento pão

Misturar numa tigela todos os ingredientes, por último os ovos e o óleo batidos, e as 2 xícaras de água ou leite morno.

Assar em forma untada.

PÃO DE QUINUA GERMINADA (Site RJ)

Ingredientes:

3 col.(de sopa) de Quinoa em grão
1 colher (de sopa) de linhaça
3 a 4 col. (de sopa) farinha de arroz 1/2 colher (de sopa) de leite em pó
1 col.(de chá) de fermento p/ bolo
sal a gosto e água filtrada

É rápido e feito na frigideira. Coloque à noite para germinar, 3 col. de sopa de quinoa em sementes e uma colher de semente de linhaça, cubra com água. Na manhã seguinte, acrescente 4 a 5 col. de sopa de farinha de arroz, meia col. de sopa de leite em pó, meia col. de café de fermento em pó (para bolo) e sal a gosto. Não leva nem gordura e ovo.

Faça uma massa resistente mas não dura, colocando água até a consistência desejada, como um mingau grosso. Coloque a massa em frigideira de teflon (se necessário, unte ligeiramente) e tampe (fogo baixo). Ao dourar em baixo, vire a massa e espere dourar do outro lado, já sem a tampa. A aparência é de um pãozinho integral. Leva de 5 a 6 min . Coloque por cima requeijão, mel,etc.

PÃO DE IOGURTE

8 col.(sopa) de farinha de arroz
1 col. (sopa) linhaça triturada
1 colher de sopa de leite em pó
1 ovo
2 colheres de sopa de óleo
1 colher de sopa de manteiga
1 colher de sopa de gergelim
1 col. (sopa) rasa fermento em pó
1 copo iogurte natural desnatado

Misture todos os ingredientes secos, acrescentando depois o restante. Bata como se fosse massa para bolo (é bem suave e leve). Coloque em forma para pão e leve para assar até que ao colocar um palito, este, saia limpo e seco. Esta massa é fácil e o preparo muito rápido, dá para fazer enquanto se prepara o café da manhã e servi-lo quentinho.

PÃO DE POLVILHO

03 ovos
½ xícara de óleo
½ xícara de água
02 col. (sopa) rasas de açúcar
01 colher (café) rasa de sal
02 xícaras de polvilho doce
03 col. (sopa) linhaça
01 colher (sopa) fermento Royal

Bater no liquidificador, misturando o fermento por último. Coloque em forma grande untada. Asse em forno médio pré-aquecido.

PÃO

02 ovos
1/2 xíc. óleo
01 copo de leite ou 01 xíc. e 1/4
01 col. sopa rasa de açúcar
01 col. chá de sal
02 col. chá de super liga neutra
01 xíc. polvilho doce
01 xíc. farinha arroz
01 xíc. farinha soja
½ xíc. de fécula de batata
½ xíc. de amido de milho
02 col. sopa de linhaça triturada
01 col. sopa fermento de pão

Misture todos os ingredientes secos, bata os ovos com o óleo na batedeira e aos poucos vá acrescentando os secos e o leite a mistura batida. Despeje em forma de pão untada e deixe crescer por aproximadamente 30 min. e coloque para assar. Depois de assado retire da forma e enrole em pano de prato, para que a casca não fique muito dura.

Varie o sabor da massa coloque 01 batata cozida ou batata salsa, inhame, aipim, batata doce, cenoura ralada crua ou banana que podem ser batidos no liquidificador junto com os ovos e óleo ou amassados muito bem e incorporados na massa, menos a cenoura que é ralada crua e colocada direto na massa.

PÃO DE MÁQUINA (Britânia) São os mesmos ingredientes nas mesmas quantidades acima. Não utilize o copo da máquina, pois suas medidas não conferem, use o copo medida do 1,99 ou a xícara de costume. Coloque os ovos e óleo na forma e aperte opção Ciclo 4 – Rápido – 1:40. Inicie e deixe bater um pouco, em seguida vá colocando os ingredientes secos previamente misturados, alternando com o leite, cuidando para não derramar fora da forma. Vá ajudando com uma espátula de plástico em volta da forma. A máquina para de funcionar após alguns minutos, caso você ache que não ficou bem misturado, cancele e reinicie. Caso contrário ela voltará a bater mais um pouco dentro de alguns minutos e em seguida os queimadores começarão esquentar para crescer um pouco e logo começará assar. Assim que apitar o término, retire já a forma da máquina p/ tirar o pão e enrole em pano de prato.

Pão Máquina (Lisiane) (usar copo medida da máquina)

02 ovos
100ml óleo
1 copo água morna ou leite
01 copo polvilho doce
01 copo farinha arroz
01 copo amido de milho
01 copo farinha de soja
01 colher sopa linhaça triturada
02 col. chá liga neutra
01 col. chá sal
03 col. chá açúcar
01 col. sopa rasa fermento biológico instantâneo

Coloque na máquina. Escolha do botão Opções – Ciclo 4 – Rápido 1:40

Passa uma espátula de plástico em volta da forma, p/ que não fique nada grudado enquanto está batendo. Retire assim que apitar. Enrole em pano de prato.

PÃO DE MÁQUINA (Dica da Carlinda)

Faça a receita de sua preferência, mas deixe a massa mais mole em torno de 3 xíc. de farinha, programe massa 08 e quando terminar o ciclo programe 12 assar, o resultado é muito melhor do que escolher outra programação.

Pão Máquina (usar copo medida da máquina) – Receita Odette – Florianópolis

½ copo óleo vegetal
02 ovos batidos c/ 01 copo de água morna
01 colher chá sal
01 col. sopa açúcar
02 copos de farinha arroz misturada previamente com 01 copo de araruta,
02 col. chá liga neutra
02 col. chá de fermento biológico

Fazer um buraco na farinha e colocar 02 col. chá fermento biológico instantâneo.

Colocar a forma na máquina, fechar o buraco com a farinha.

Ajustar a máquina para programa básico 1. Quando começar a bater cuide p/ que a farinha não fique grudada nas laterais, mecha com uma espátula de plástico. Controle a textura da massa, não deve ficar muito dura, nem muito mole.

PANETTO (pão de forma sem glúten e sem lactose - Receita de Raquel Benati)

Ingredientes: colocar na forma nessa ordem - (o copo-medida é de 300 ml)

2 claras
1 copo-medida de água (use água morna em dias muito frios)
2 colheres de sopa de óleo
1 copo (copo-medida) de farinha de arroz
1/2 de copo (copo-medida) de polvilho azedo
1/2 de copo (copo-medida) de polvilho doce
1 colher de sopa de açúcar
1 colher de chá de sal
2 colheres de chá de fermento biológico seco (ou 1 tablete de fermento fresco dissolvido com açúcar)
2 colheres de chá de vinagre de maçã
1/2 colher de chá de Goma Xantana ou 2 colheres de chá de CMC (carboximetil celulose)
3 colheres de sopa de linhaça (pode-se usar a farinha de linhaça, batendo no liquidificador na hora de fazer o pão) - *opcional*

Use a opção "ciclo básico" (**máquina Cadence**). Coloque a forma na máquina, ligue e ajude a misturar com uma espátula de silicone. Se for preciso, coloque mais água - a consistência da massa deve ficar parecendo uma massa de bolo bem "grossa". Feche a tampa e deixe a máquina trabalhar. Quando pronto, retire da máquina e deixe esfriar. Só fatie depois de completamente frio.