



☰  
☰  
☰  
**CATEGORIA**

Panificação



**OCASIÃO**

Verão

## MINI LANCHE INTEGRAL LIGHT

### INGREDIENTES

#### Grupo Massa

Ingrediente	KG
<a href="#">Pré-mistura para Pão Integral Light Bakels</a>	1.000
Água gelada	0.600
<a href="#">Fermento Biológico Seco Instantâneo Platinum Bakels</a>	0.010
<b>Peso total:</b>	<b>1.610</b>

#### Grupo Recheio

Ingrediente	KG
Peito de peru	0.010
Ricota Fresca	0.020
Cenoura ralada	0.005
Ricota Fresca	0.005
Alface	0.003
<b>Peso total:</b>	<b>0.043</b>

#### Grupo Decoração

Ingrediente	KG
Tomate cereja	0.005
<b>Peso total:</b>	<b>0.005</b>

### MÉTODO

1. Colocar na masseira a Mistura Pão Integral Light Bakels, o fermento instantâneo Bakels Platinum;
2. Adicionar lentamente a água, com a masseira na velocidade 1, até obter uma massa homogênea;
3. Bater na velocidade 2 por aproximadamente 8 minutos;
4. Misturar até atingir uma massa no “ponto de véu”
5. Dividir a massa em 48 partes de 30 g
6. Deixar descansar por 15 minutos, coberto com plástico, modelar e colocar em assadeira untada com Desmoldante 65 Bakels;
7. Deixar fermentar por aproximadamente 90 minutos;
8. Levar ao Forno Lastro a temperatura de 180° por 25 minutos sem vapor. Em forno Turbo, 160° por 30 minutos;

#### MODO PREPARO MONTAGEM

1. Pegar uma bisnaguinha do pão integral light, cortar ao meio aplicar o requeijão e colocar uma folha de alface, e uma porção de cenoura ralada,
2. Colocar uma fatia de peito de peru e uma fatia de ricota fresca.
3. Decorar com metade do tomatinho cereja, espetado com um palito.