



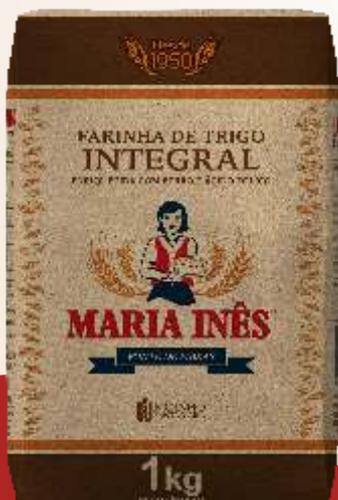
# PÃO DE HAMBÚRGUER INTEGRAL

## Ingredientes

- 250 g de Farinha de Trigo Maria Inês Integral
- 1 colher (sopa) de açúcar mascavo
- 1/2 colher (chá) sal
- 1 colher (sopa) fermento biológico seco
- 150 ml água morna (não pode estar quente)
- 2 colheres (sopa) azeite

### Para pincelar:

- 1 gema peneirada
- 1 colher (chá) de água
- Gergelim para polvilhar



## Modo de preparo

- 1) Em uma tigela, coloque a farinha, sal, fermento e açúcar. Misture bem, acrescente a água e mexa. Sove a massa até incorporar.
- 2) Faça uma bola, regue de azeite, coloque um plástico no recipiente e deixe crescer em um ambiente fechado como micro-ondas ou forno desligado por 1 hora.
- 3) Após esse tempo, divida a massa em 4 partes e modele os pães.
- 4) Pincele a gema e polvilhe gergelim.
- 5) Deixe crescer por mais 25 minutos e leve ao forno pré-aquecido a 180 graus entre 20 a 25 minutos ou até que esteja dourado.