



## PREPARAÇÃO



### BISNAGUINHA INTEGRAL COM GERGELIM



#### INGREDIENTES

- . 150ML DE LEITE MORNHO OU ÁGUA MORNHA;
- . 2 COLHERES DE SOPA DE ÓLEO;
- . 2 COLHERES DE SOPA DE AÇÚCAR DEMERARA;
- . 1/2 COLHER DE SOPA (5G) DE FERMENTO BIOLÓGICO SECO INSTANTÂNEO;
- . 1 E 1/4 DE XÍCARA DE CHÁ (250G) DE FARINHA DE TRIGO BRANCA;
- . 1 XÍCARA DE CHÁ (200G) DE FARINHA DE TRIGO INTEGRAL;
- . 1/2 COLHER DE CAFÉ DE SAL;
- . 1 COLHER DE SOPA DE GERGELIM.

#### MODO DE PREPARO

MISTURE O LEITE OU A ÁGUA MORNHA, O AÇÚCAR E O FERMENTO BIOLÓGICO EM UM POTINHO E RESERVE POR 3 MINUTOS. EM UMA BACIA, MISTURE AS FARINHAS DE TRIGO (A BRANCA E A INTEGRAL), O SAL E O GERGELIM, ACRESCENTE O LÍQUIDO COM O AÇÚCAR E O FERMENTO BIOLÓGICO. ADICIONE O ÓLEO AOS POUÇOS E SOVE A MASSA POR 7 A 10 MINUTOS E DEIXE DESCANSAR POR 40 MINUTOS.

ABRA A MASSA SEM SOVAR OU MEXER NELA, SOMENTE ABRIR EM UM FORMATO RETANGULAR COM APROXIMADAMENTE 1CM DE ESPESSURA.

COM O AUXÍLIO DE UM CORTADOR DE MASSA FAÇA TIRAS DE ATÉ 2 DEDOS, DEPOIS CORTE AS BISNAGUINHAS.

EM UMA FORMA UNTADA COM ÓLEO COLOQUE AS BISNAGUINHAS E DEIXE CRESCER POR 30 MINUTOS.

AQUEÇA O FORNO A 180°C E RETIRE APÓS 20 MINUTOS OU ATÉ CRESCER E DOURAR.



**céu de brasilía**  
EDUCAÇÃO INFANTIL

**CONFIRA MUITAS OUTRAS RECEITAS NA NOSSA PÁGINA**  
**WWW.ESCOLACEUDEBRASILIA.COM.BR**