



Pequenos-almoços e Lanches Pão

## Pães-de-Leite com Sementes de Funcho

🕒 60 min.

👤 Fácil

€ Económico

✂ 18 doses

### Ingredientes

930 g de farinha tipo 65 sem fermento  
70 g de farinha custard  
40 g de Leite em Pó MOLICO  
1 c. de sobremesa de sal fino  
100 g de açúcar em pó  
100 g de manteiga  
1 ovo  
600 g de água  
60 g de levedura fresca  
sementes de funcho (erva doce) q.b.  
mistura de sementes (sementes sésamo, linhaça, abóbora, girassol) q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	270,1 kcal	14%*
<b>Proteínas</b>	5,6 g	11%*
<b>Lípidos</b>	5,6 g	8%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	48,3 g	19%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

## Preparação

- 1** Comece por levar ao micro-ondas a água até ficar morna. Depois acrescente o fermento desfeito. Reserve por 10 minutos.
- 2** Numa taça coloque as farinhas, o açúcar, o sal, o Leite em Pó MOLICO e a manteiga derretida. Faça um buraco no centro e coloque metade da água.
- 3** Comece a misturar tudo e vá acrescentando a restante água. Misture bem.
- 4** Amasse a massa numa superfície polvilhada com farinha e bata a mesma algumas vezes.
- 5** Coloque a massa numa taça, tape com película aderente e leve a levedar pelo menos 1 hora ou até duplicar de tamanho.
- 6** Findo o tempo, divida-a em partes iguais formando pequenas bolas (cerca de 80gr cada) colocando-as sobre um tabuleiro forrado com papel vegetal. Deixe levedar mais uns 40/45 minutos.
- 7** Pré aqueça o forno a 180°C. Pincele os pães com ovo batido e polvilhe com as sementes de funcho e a mistura de sementes.
- 8** Leve a cozer durante 15 minutos ou até estarem dourados.