

Título: Pão Multigrãos sem lactose e sem glúten para ser preparado em casa
Veículo: Portal ItLife
Cidade: Nacional

Mídia: Web
Data: 22/10/2019
Jornalista: Bruna Munhoz



Pão Multigrãos Sem Lactose E Sem Glúten Para Ser Preparado Em Casa

o by BRUNA MUNHOZ em OUTUBRO 22, 2019 • ADD COMMENT • 15 VIEWS
 SHARE f

Farinha à base de **Arroz** Tio João facilita o preparo de pães muito mais saudáveis de maneira rápida e prática em menos de 1 hora



Muito consumido por pessoas que buscam uma dieta mais equilibrada, o pão multigrãos também pode ser facilmente preparado em casa com a linha Padaria Tio João Sem Glúten e Sem Lactose, que oferece a mistura pronta para ter aquele pão quentinho e saboroso a qualquer hora do dia, especialmente para quem segue dietas restritas ou busca uma alimentação mais saudável e com fibras.

A mistura para Pão Multigrãos é perfeita para complementar a dieta, pois leva grãos e cereais em sua composição. Essas fibras são excelentes para o organismo, para o processo digestivo e ajudam na saciedade.

Como preparar: Pão Multigrãos Sem Glúten e Sem Lactose



INGREDIENTES

- 1 pacote de Preparo para Massa de Pão Multigrãos Tio João
- 2 colheres (sopa) de fermento biológico
- 1 ½ xícara (chá) de água morna
- 1 ovo
- 5 colheres (sopa) de óleo vegetal

MODO DE PREPARO

Misture o fermento ao conteúdo do pacote e separe. Em outra travessa, coloque a água, o ovo e o óleo. Junte tudo e bata na batedeira por 5 minutos, em velocidade máxima. Coloque em uma forma de pão (9x20cm) untada com óleo. Cubra a massa com uma embalagem plástica e deixe fermentar por 15 minutos. Asse em forno preaquecido a 210 - 240 graus por 40 minutos.

Sobre a Josapar

Produzindo qualidade desde 1922 e líder nacional do mercado de **arroz**, possui unidades industriais em Pelotas (RS), em Recife (PE), Itaquí (RS) e Campo Largo (PR). Além do tradicional **Arroz** Tio João, a **Josapar** está presente no mercado com o **arroz** e o **feijão Meu Biju**, a linha de alimentos em pó à base de proteína isolada de soja - **SupriSoy**, entre outras marcas, como **Azeite Nova Oliva**, Soy+, Beteza, Exato, Tio Mingote e No Ponto. Visite o site www.josapar.com.br

CONECTADOS

f 0 followers
 602 Subscribers

ASSUNTOS AGORA

- ESPORTE | FITNESS
Com Tecnologia Para Economia De Energia, ASICS Apresenta Seu Novo Tênis De Running Performance: GLIDERIDE
- BELEZA
A Beneficência Portuguesa De São Paulo Realiza Oficina De Turbantes Africanos

CATEGORIAS

Selecionar categoria

NUVEM DE TAGS

Acidas | Alok | Aplicativo | AVA MAX | Beleza
 Bem-Estar | Billboard | Brasil | Campanha
 CANAL SHOPTIME | Carnaval | Cinthia Souto
 Clipe | Cuidados | Dermatologista | Dia Dos Pais
 Dieta | Dr Rafael Ferreira | Emagrecimento
 Evento | Fashion | Festival | Gastronomia
 Inverno | Lançamento | LIZZO | Make
 Maquiagem | Moda | Musica | Pets | Receita
 Receitas | Rio De Janeiro | Saudavel | Saude
 Schraiber | Sem Glúten | SHOPTIME | Show
 SOFIA REYES | São Paulo | Vemplast | Viagem
 Youtube