NOTA TÉCNICA Nº 026/2022

COMO UTILIZAR O FERMENTO BIOLÓGICO SECO

O fermento biológico seco costuma render três vezes mais do que o fermento fresco, além de ser mais fácil de armazenar, pois não necessita de refrigeração, basta colocar em um recipiente sem umidade e tampar bem, guardando em um lugar sem luz e seco.

Esse tipo de fermento passa por um estágio a mais do que o fermento biológico fresco, deixando a levedura semi-dormente devido ao baixo teor de umidade, o tornando mais estável e de fácil manipulação.

Esse tipo de fermento pode ser utilizado em pães, bolos, pizza e diversas massas.

Dicas de uso

- Para ativar o fermento basta colocá-lo em água morna (entre 38 e 43°C), misture até dissolver;
- Adicione uma pitada de açúcar e mexa até dissolver. Assim, você fornece um pouco de "alimento" para o fermento, o que estimula o seu metabolismo e favorece o seu funcionamento;
- Deixe descansando por 10 a 15 minutos. Passado esse tempo, caso a mistura esteja com bolhas na superfície, significa que o fermento está ativo e já pode ser utilizado na receita;
- Adicione o fermento já ativo aos ingredientes secos e misture bem.

Curitiba, 21 de setembro de 2022.

Equipe Técnica de Nutricionistas

Coordenação de Planejamento da Alimentação Escolar