

## PÃO DE TALOS E FOLHAS

### **Ingredientes:**

- 4 ½ xícaras (chá) de farinha de trigo;
- 2 xícaras (chá) de folhas e talos picados e cozidos;
- 2 xícaras (chá) de caldo do cozimento dos talos e folhas (couve, brócolis, talos de beterraba, ora-pro-nobis);
- 1 xícara (chá) de óleo;
- 1 ovo;
- 1 colher (sopa) de açúcar;
- 1 colher (sopa) de sal;
- 15g de fermento biológico;
- ½ xícara (chá) de leite morno.
- Óleo para untar.

### **Modo de preparo:**

1. Coloque a farinha em uma tigela e reserve;
2. No liquidificador, bata as folhas e talos com água do cozimento;
3. Adicione óleo, ovo, açúcar, sal e fermento dissolvido no leite morno e bata;
4. Despeje aos poucos sobre a farinha reservada e amasse até desgrudar das mãos;
5. Cubra com um pano e deixe crescer por 1 hora ou até dobrar de volume;
6. Sove por 5 minutos, divida em duas partes e molde rolos;
7. Deixe crescer por mais 20 minutos e leve ao forno médio pré-aquecido por 40 minutos ou até dourar.



**INSTITUTO PARANAENSE DE  
DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL**

