Pão integral de liquidificador

Ingredients

2 ovos (médios)

1/2 xícara de chá de azeite de oliva (120 ml)

1 colher de sopa de sal (9 gramas)

2 xícaras de chá de água morna (480 ml)

3/4 xícara de chá de açúcar mascavo (112 gramas)

2 sachês de fermento biológico seco (20 gramas)

3/4 xícara de chá de aveia em flocos grossos (75 gramas)

4 xícaras de chá de farinha de trigo 100% integral (600 gramas)

Linhaça e aveia em flocos para decorar (1 colher de sopa ou a gosto)

Preparo

Reúna os ingredientes do pão integral de liquidificador e unte duas formas de pão com óleo e farinha;

Coloque a água em um caneco e leve ao fogo baixo para amornar. Antes mesmo de ferver, você pode desligar - o ponto ideal é você poder colocar o dedo na água sem se queimar;

Em um recipiente pequeno, quebre um ovo de cada vez e transfira para o liquidificador - se algum ovo estiver estragado, você não perde a receita inteira. Adicione o azeite, o sal e o açúcar mascavo. Utilize a função pulsar do liquidificador para misturar esses ingredientes;

Em seguida, adicione a água morna, o fermento e a aveia em flocos. Bata novamente apenas para incorporar os ingredientes.;

Despeje a mistura numa tigela e, aos poucos, acrescente a farinha e vá mexendo delicadamente com uma colher de pau ou espátula;

transfira a massa para as formas untadas e enfarinhas, preenchendo cada uma até a metade - o pão precisa de espaço para crescer. Com a colher, alise a superfície do pão para ficar uniforme;

Salpique aveia em flocos e linhaça por cima dos pães. Deixe o pão crescer por cerca de 40 minutos a 1 hora e 30 minutos, em um local quentinho - você pode colocar dentro do forno desligado ou colocar as formas em um saco plástico com ar e fechar;

Assim que o pão crescer, leve para assar em forno preaquecido a 180ºC por cerca de 40 a 50 minutos ou até passar no teste do palito - espete o pão, se sair limpo é porque está pronto;

Retire o pão do forno e deixe amornar antes de desenformar. Quando amornar, desenforme e sirva quentinho com manteiga. Aproveite!