



CURSO DE

# Pães

MÓDULO 2 - PÃES DOÇES





***Derileusa Rosa:*** Derileusa Rosa é Pós-graduada em Gestão de Negócios e Serviços de Alimentação, formada no curso superior Tecnológico em Gastronomia e atualmente é professora dos cursos de gastronomia do Senac Aclimação nas áreas de confeitaria, cozinha quente e panificação, uma de suas especialidades. Neste ebook você encontrará receitas desenvolvidas por ela e outras de Receitas Nestlé.

***Sobre o Senac Aclimação:*** Iniciada suas atividades em 2011, a unidade Senac Aclimação atua capacitando jovens e adultos para atuarem com excelência, nas áreas: arte, cultura, beleza, estética, eventos, gestão, gastronomia, lazer, hotelaria, turismo, tecnologia da informação, saúde e bem-estar. Conheça mais em <https://www.sp.senac.br/senac-aclimacao>



@deladerylicias  
@senacaclimacao



# *Índice*

Cinnamon Rolls .....	04
Pretzels .....	06
Broa de Milho .....	08
Donuts .....	10

# Cinnamon Rolls



Foto: JRG Comunicação

## Ingredientes



**Tempo de Preparo:**  
175 minutos



**Rendimento:**  
10 porções

[VOLTAR PARA O ÍNDICE](#)

### Massa

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30 g)
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de água
- 3 colheres (sopa) de **NINHO® Forti+ Integral Pó**
- meia xícara (chá) de açúcar refinado
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 ovos
- 2 e meia colheres (chá) de manteiga sem sal

### Recheio e Montagem

- 1 xícara (chá) de açúcar mascavo
- meia xícara (chá) de manteiga sem sal amolecida
- 2 colheres e meia (sopa) de canela em pó

### Cobertura

- 1 xícara (chá) de cream cheese
- meia xícara (chá) de manteiga sem sal amolecida
- 1 colher (sopa) de essência de baunilha
- 1 xícara (chá) de açúcar de confeiteiro

CONFIRA A  
RECEITA NO SITE

## Modo de Preparo

### MASSA

1. Comece preparando a Esponja (método indireto). Em um recipiente coloque todo o fermento, adicione 1/3 de água (40 g) e um 1/3 de farinha (40 g). Misture tudo muito bem até obter uma mistura homogênea. Cubra com filme plástico e deixar descansar de 40 minutos a 1 hora.
2. Com a Esponja pronta, junte os ingredientes secos, depois os líquidos, sendo que o restante da água deve ser adicionado aos poucos. Sove até obter uma massa elástica e lisa. Cubra e leve à geladeira por 30 minutos.

### RECHEIO E MONTAGEM

3. Em um recipiente, misture todos os ingredientes do Recheio.
4. Após o descanso, com um rolo abra a massa no formato de um retângulo de aproximadamente 35 cm de comprimento. Espalhe o Recheio por toda a massa e enrole com cuidado, apertando bem para não ficar frouxo, sele bem a emenda. Fatie com o auxílio de uma faca em rolinhos no tamanho de 3 a 4 centímetros de espessura cada.
5. Coloque as fatias em uma assadeira untada com dois dedos de distância entre eles. Cubra e deixe fermentar por cerca 40 minutos. Em seguida, asse-os em forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 15 minutos até que dourem. Retire do forno e reserve.

### COBERTURA

6. Em um recipiente, misture todos os ingredientes muito bem até obter uma calda branca e cremosa. Despeje-a sobre os Cinnamon Rolls ainda quentes, espalhe delicadamente e sirva.



# Pretzels



Foto: JRG Comunicação

## Ingredientes



**Tempo de Preparo:**  
80 minutos



**Rendimento:**  
12 porções

VOLTAR PARA O ÍNDICE

### Massa

- 1 tablete de fermento biológico fresco (15 g)
- 1 xícara (chá) de água
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 3 colheres (sopa) de **NINHO® Forti+ Integral Pó**
- 6 colheres (sopa) de açúcar refinado
- meia colher (chá) de sal
- 1 ovo
- 4 colheres (sopa) de manteiga sem sal

### Casca Crocante

- 1 xícara (chá) de água
- 1 colher (sopa) de bicarbonato de sódio

### Finalização

- meia xícara (chá) de manteiga sem sal derretida
- 1 xícara (chá) de açúcar refinado
- 2 colheres (sopa) de canela em pó

CONFIRA A  
RECEITA NO SITE

## Modo de Preparo

### MASSA

1. Comece preparando a Esponja (método indireto). Em um recipiente coloque todo o fermento, adicione 1/3 de água (40 g) e um 1/3 de farinha (40 g). Misture tudo muito bem até obter uma mistura homogênea. Cubra com filme plástico e deixar descansar de 40 minutos a 1 hora.
2. Com a Esponja pronta, junte os ingredientes secos, depois os líquidos, sendo que o restante da água deve ser adicionado aos poucos. Sove até obter uma massa elástica, lisa e atingir o ponto conhecido como véu de glúten.
3. Porcione a massa em pedaços de 60 g, boleie-os sem farinha sobre uma bancada e coloque-os em uma assadeira untada. Leve-os à geladeira por cerca 20 minutos cobertos, para que fiquem mais fáceis de serem modelados.
4. Após esse tempo, faça rolos finos de 45 cm de comprimento e modele os Pretzels, intercalando as pontas para formar o desenho tradicional do centro. Reserve.

### CASCA CROCANTE

5. Em um recipiente, misture a água e o bicarbonato. Em seguida, mergulhe os Pretzels montados nessa solução, seque-os levemente com um papel toalha para retirar o excesso e coloque-os em uma assadeira untada. Leve-os para assar em forno médio-alto (220°C), preaquecido, até que cresçam e dourem. Retire e reserve-os.

### FINALIZAÇÃO

6. Após retirar os Pretzels do forno, pincele-os com a manteiga derretida e passe-os na mistura de açúcar e canela para aderir bem. Sirva.



# Broa de Milho



Foto: JRG Comunicação



**Tempo de Preparo:**  
40 minutos



**Rendimento:**  
20 porções

VOLTAR PARA O ÍNDICE

## Ingredientes

- 2 xícaras (chá) de fubá
- meia xícara (chá) de farinha de trigo
- 2 xícaras (chá) de **Leite Líquido NINHO® Forti+ Integral**
- 1 tablete de manteiga sem sal (200 g)
- 5 colheres (sopa) de açúcar refinado
- meia colher (chá) de sal
- 5 ovos
- Fubá para polvilhar





CONFIRA A  
RECEITA NO SITE



## Modo de Preparo

1. Em um recipiente, misture o fubá com a farinha de trigo e reserve.
2. Em uma panela coloque o **Leite NINHO®**, a manteiga, o açúcar e o sal. Leve para ferver, junte a mistura de fubá e farinha de trigo de uma vez e mexa com uma espátula. Mexa bem até obter uma massa lisa e que se solte da panela.
3. Retire do fogo, transfira a massa para uma tigela ou batedeira, junte os ovos um a um e bata até ficar
4. homogênea.
5. Coloque a massa em um saco de confeitar com um bico liso ou pitanga. Pingue em uma assadeira untada e enfarinhada ou em cima de um papel manteiga, deixando espaço livre entre elas. Polvilhe fubá e leve para assar em forno médio-alto (200°C), preaquecido, por 10 minutos, em seguida diminua para 180°C e deixe assar até que fiquem douradas. Sirva.



# Donuts



Foto: JRG Comunicação



**Tempo de Preparo:**  
100 minutos



**Rendimento:**  
10 porções

VOLTAR PARA O ÍNDICE

## Ingredientes

- 1 tablete de fermento biológico fresco (15 g)
- 1 xícara (chá) de água
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de **NINHO® Forti+ Integral Pó**
- 1 colher (chá) de sal
- 1 ovo
- 2 gemas
- 4 colheres (sopa) de manteiga sem sal
- 5 gotas de essência de baunilha



CONFIRA A  
RECEITA NO SITE



## Modo de Preparo

- 1.** Comece fazendo a Esponja (método indireto): em um recipiente, coloque todo o fermento, adicione 1/3 de água (40 g) e 1/3 de xícara de farinha (40 g). Misture tudo muito bem até obter uma mistura homogênea. Cubra com filme plástico e deixar descansar por 40 minutos.
- 2.** Com a Esponja pronta, junte os ingredientes secos, depois os líquidos, sendo a água adicionada aos poucos. Sove até obter uma massa elástica e lisa.
- 3.** Porcione a massa em bolinhas de 60 g, boleie-as e deixe descansarem por 15 minutos cobertas sobre a bancada.
- 4.** Em seguida, estique as porções com as mãos ou com um rolo e corte-as utilizando um cortador de donuts ou cortador circular de alumínio. Faça um furo no meio com um cortador menor e deixe-os descansarem por 20 minutos cobertos sobre a bancada.
- 5.** Após esse tempo, frite cada Donut em óleo a 160°C até dourarem e tomando cuidado para não queimarem por fora nem ficarem crus por dentro. Em seguida, deixe esfriarem caso queiram fazer alguma decoração.





WWW.RECEITASNESTLE.COM.BR



O destino ideal para quem ama se inspirar e fazer receitas maravilhosas

# ALÉM DE RECEITAS VOCÊ ENCONTRA:



Ingrediente / Produto

e ou

Ingrediente / Produto

e ou

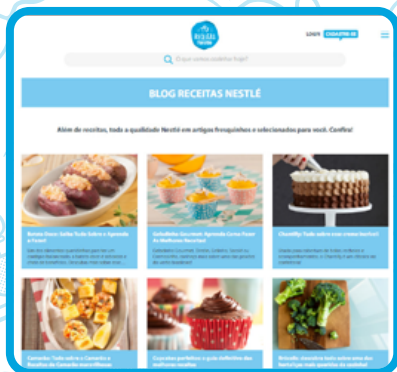
Ingrediente / Produto

*ver receitas*

Foodlists temáticas onde sugerimos receitas deliciosas e você também pode criar a sua!

A ferramenta "O que tem em casa?" te ajuda a aproveitar os ingredientes que você tem na geladeira para inovar nas receitas do dia-a-dia.

Vídeos com passo-a-passo das receitas e programas de entretenimento.



O Blog tem sempre matérias fresquinhas e selecionadas para você!

E além disso, você pode nos acompanhar na sua rede social favorita e nas embalagens dos seus produtos queridinhos!

