



RECEITAS DA FIA

Pão Folha (Rap10)

www.receitasdafia.com/receitas/pao-folha-rap10

Descubra a versatilidade e o sabor único dessa receita, faça em casa seu próprio pão folha.

É super fácil e perfeito para rechear com ingredientes frescos e criar uma explosão de sabores em cada dobra! Pão Folha (Rap10) unknown

 75 min

 8 porções

Ingredientes

- 250 gr de [farinha de trigo](#)
- 120 gr a 130 gr de água morna
- 35 gr de [óleo](#) (girassol, soja ou banha de porco)
- 5 gr de sal

Modo de Preparo

1. Primeiramente coloque 120gr de trigo em uma vasilha, adicione a água morna e o óleo a seu gosto.
2. Comece misturando com uma colher em movimentos circulares, quando a maior parte do líquido ficar incorporado mexa com as pontas dos dedos pegando a farinha das laterais e incorporando na massa.
3. Empurre a massa com a base da mão e volte as laterais pro centro da massa para misturar bem.
4. Se precisar de mais trigo, vá adicionando aos poucos.(O objetivo não é sovar e sim misturar todos os ingredientes e obter uma massa uniforme).
5. Quando parar de grudar na mão, modele uma bola, cubra com o pano umedecido e deixe descansar por 30 a 40 minutos.
6. Após esse tempo vai perceber que a massa ficou mais elástica sem quebrar quando estica.
7. Coloque a massa sobre uma bancada e com o auxílio de uma faca grande e lisa divida e 8 parte como uma pizza.
8. Modele as bolinhas apertando uma de cada vez com a ponta dos dedos e junte as extremidades como se fosse uma trouxinha, vire a dobra para baixo e faça uma concha com a mão fazendo movimentos circulares sobre a bancada para formar uma bolinha outra vez.(Repita isso com todas as partes)
9. Coloque-as uma do lado da outra, cubra com papel filme e depois um pano e deixe descansar por 15 a 20 minutos.
10. Polvilhe um pouco de farinha sobre a bancada, coloque a bolinha com a dobrinha voltada para cima aperte com as pontas dos dedos até virar um disco.
11. Com o auxílio de um rolo comece abrindo a massa do centro até as extremidades, nunca ao contrário.
12. Quando estiver bem esticada, vire a massa e passe novamente o rolo.
13. Faça esse movimento até atingir um diâmetro de 20 centímetros.
14. Use uma frigideira ou uma chapa de ferro com mais de 20 centímetros de diâmetro, ligue o fogo médio pra baixo, nunca alto.
15. Quando a frigideira estiver quente, coloque a massa com cuidado evitando que dobre.
16. Quando começar a criar bolhas, vire o disco para fritar o outro lado e aperte as bolhas para manter a massa em contato com a frigideira.
17. Retire da frigideira quando estiver pronto, coloque em um prato e borrife água para não ressecar.
18. Coloque o recheio de sua preferência e mantenha na geladeira por até uma semana armazenado dentro de um saquinho próprio para alimentos.