
Broa de sardinha, tomate seco e manjeriçã

Dificuldade: **Média** ⌚ 1h30min



Broa de sardinha, tomate seco e manjeriçã



Dificuldade: **Média** ⌚ 1h30min ⬇️ 220° 🌀 ¼ Vapor + Aquecimento Ventilado

Chef Fábio Bernardino
Travel&Flavours

Ingredientes (4 porções)

500 gr farinha de milho

50 cl água

300 gr farinha de trigo tipo 55

25 cl azeite

50 gr levedura

40 gr tomate seco

500 gr sardinha

50 gr manjeriçã

Sal&Vida

pimenta

Preparação

Amasse cuidadosamente as farinhas com a água e a levedura, temperando a gosto com Sal&Vida e pimenta. Adicione $\frac{3}{4}$ do azeite, o tomate seco picado e o manjeriçã. Volte a amassar tudo e molde em pequenas broas.

Coloque as sardinhas inteiras por cima e regue com o resto do azeite.

Ligue o forno no modo vapor na potência máxima. Deixe aquecer e baixe para os 40°, assim conseguirá que o seu forno a vapor funcione como uma estufa onde levará o pão a levedar durante cerca de 30 minutos.

Após este tempo, volte a aumentar a temperatura para os 240° a vapor e coza durante 15 minutos. Desligue a opção de vapor e continue a cozedura do pão cerca de 10 minutos.

Assim, consegue um pão perfeitamente cozido e estaladiço.