

DIA 15

QUE TAL APROVEITAR MELHOR O FERMENTO NATURAL?

Essa receita foi compartilhada por **Vera Silva**.

A Vera faz pão de fermentação natural e nos contou que sempre sobrava da receita na geladeira, pois ele precisa ser alimentado antes de usar para o pão e sempre sobra algo dele. Uma parte é guardada para criar novo fermento, mas por causa das proporções (1 fermento: 2 farinha: 2 água), sempre sobra um "descarte".

Então para não desperdiçar ela buscou algumas receitas no canal do **Youtube** do pessoal do **Pão da Casa Wit**. A que ela mais gostou e compartilhou com a gente foi a de panquecas.

Para cada cerca de **500g** de descarte, acrescento **1 colher** (sopa) de açúcar e **1 colher** (chá) de sal (pode mudar um pouquinho isso, se for usar para receita salgada - menos açúcar e mais sal), e **2 ovos**. Se a massa ficar muito grudenta, acrescente mais um ovo. Misture com o fouet e frite suas panquecas. Recheie como preferir.

Fica MUITO bom! A receita rende **8 panquecas**.

+vida simples