PÃO DE CARÁ COM TAPENADE DE ABOBRINHA

**Orientações iniciais:**

* Leia ATENTAMENTE **toda** a receita antes de iniciar qualquer procedimento e planejem a divisão das tarefas para otimizar o tempo
* Higienize todos os alimentos que necessitarem de higienização como frutas, folhas, legumes e vegetais

| **PÃO DE CARÁ COM TAPENADE DE ABOBRINHA**INGREDIENTES DO PÃO* 2 tabletes de fermento para pão
* 1/2 xícara (chá) de água (aproveite a água em que cozinhou o cará)
* 2 colheres (sopa) de óleo
* 2 colheres (chá) de sal
* 1 colher (sopa) de açúcar
* 2 xícaras (chá) de purê de cará (1/2 kg de cará)
* 4 xícaras (chá) de farinha de trigo

MODO DE PREPARO1. Lave e descasque o cará.
2. Coloque para cozinhar em água fervente, após o cozimento reserve a água e passe-o no espremedor.
3. Dissolva em uma vasilha, o fermento na água morna do cozimento e junte o óleo, o açúcar, o sal e o purê de cará.
4. Misture a metade da farinha de trigo e amasse.
5. Aos poucos, acrescente o restante da farinha e continue sovando a massa.
6. Quando a massa não estiver grudando mais na mão, deixe crescer até dobrar de volume.
7. Amasse novamente e forme dois pães, ou se preferir faça em tamanhos menores.
8. Coloque-os em uma forma untada e enfarinhada, passe a gema por cima, cubra-os e deixe crescer por uma hora.
9. Asse em forno quente por 50 minutos.

INGREDIENTES TAPENADE DE ABOBRINHA COM AZEITONAS PRETAS* 1 abobrinha
* 1 limão siciliano
* 200 grs de azeitonas pretas
* 3 ramos de manjericão
* Azeite a gosto

MODO DE PREPARO1. Rale a abobrinha no ralador médio e esprema o suco de limão por cima da abobrinha ralada. Deixe “cozinhar” por aproximadamente 10 minutos.
2. Enquanto isso, pique a azeitona e o manjericão.
3. Escorra a abobrinha, adicione a azeitona e o manjericão. Misture bem.
4. Tempere com o azeite.
 |
| --- |

**Orientações finais:**

* Toda a louça (utensílios e equipamentos) utilizados em aula devem ser lavados e guardados nos locais onde foram retirados.
* As bancadas devem ser higienizadas com água e sabão e álcool.
* Os aventais recebidos devem ser devolvidos ao laboratório no final da aula.