

Pão de Rúcula Selvagem

VITACRESS

Naturalmente nutritivo!

6 Pessoas

Grau de Dificuldade: Fácil

Custo: Económico

Tempo de Preparação: 1 hora e 20 minutos

Ingredientes:

1 embalagem de Rúcula Selvagem

VITACRESS;

180 g de farinha;

1 colher (chá) de fermento em pó;

3 ovos;

25 g de manteiga;

1 cebola, em rodellas;

1 dl de leite;

1 dl de azeite;

1 colher (sopa) de raspa de casca de laranja;

100g de queijo ralado;

Sal e pimenta q.b;

Manteiga para untar;

Farinha para polvilhar.



Preparação:

Ligue o forno a 180 graus. Leve um tacho ao lume com as rodellas de cebola, a manteiga e 3 colheres de sopa de água. Quando a água evaporar, retire e deixe arrefecer. Pique a Rúcula VITACRESS grosseiramente. Unte uma forma com manteiga e polvilhe-a com farinha. Bata os ovos com o azeite; adicione o leite e a raspa da laranja, mexa e acrescente também a farinha e o fermento. Volte a mexer e acrescente o preparado de cebola e a rúcula picada. Mexa bem. Verta tudo na forma e leve ao forno durante 45 minutos. Antes de desenformar o pão, deixe-o arrefecer um pouco e sirva-o em fatias.