

# Pão Integral com Kümmel - Pães pelo Mundo

Tempo de preparo  
🕒 220 minutos

Rendimento  
🍞 8,150kg

## Sobre a Receita

O pão integral com kümmel é uma receita que segue uma linha mais rústica e tradicional, com foco em sabor e simplicidade.

A base integral traz um perfil mais encorpado, com um sabor levemente marcante e uma textura mais firme em comparação aos pães brancos. O destaque fica para o kümmel (ou erva-doce, na adaptação), que adiciona um toque aromático discreto, mas perceptível, deixando o pão mais interessante sem pesar no conjunto.

O preparo é direto e prático, seguindo o padrão clássico da panificação: mistura, desenvolvimento da massa e fermentação. A modelagem em formato de filão e o acabamento com fubá reforçam o aspecto artesanal, além de contribuir para uma casca mais seca e levemente crocante.

Depois de assado, o pão apresenta uma casca dourada e um miolo firme, ideal para quem prefere pães mais estruturados. O leve aroma das ervas equilibra o perfil integral, deixando o sabor mais agradável e versátil.

No geral, é um pão funcional, com identidade simples e bem definida, que combina bem com acompanhamentos salgados e com a proposta de uma alimentação mais próxima do natural, sem exigir um preparo complicado.

## Ingredientes

Mistura Pré-Mescla Pão 62,3% Integral:  
5,000kg

Fermento Fresco: 0,100kg

Kümmel ou Erva Doce: 0,150kg

Água: 2,900L (aprox.)

## Modo de Preparo

### Massa

1. Coloque na masseira a Pré Mistura Pré Mescla Pão Integral, a erva doce, a água e misture em velocidade baixa (1ª velocidade) por 5 minutos.
2. Em seguida, coloque o fermento, aumente a velocidade da masseira para a alta (2ª velocidade) e bata a massa até obter ponto de véu.
3. Corte a massa em porções de 350g, boleie e deixe descansar por 20 minutos, coberto com um plástico.
4. Modele no formato de filão, passe a massa no fubá, com uma lâmina de corte faça pestanas e coloque em assadeiras retas e lisas.
5. Deixe fermentar até o ponto de forno.
6. Asse a uma temperatura de 200°C em forno de lastro ou a 170°C em forno turbo com vapor por (aprox.) 25 minutos.
7. Utilize Fubá para polvilhar por cima dos pães.