

BROAS DE MEL

INGREDIENTES PARA 52 BROAS

500g de farinha de trigo sem fermento
260g de açúcar amarelo
75g de nozes picadas grosseiramente
250 ml de azeite
200 ml de mel
500 ml de água
Meia colher de café de sal
5g de erva-doce em pó
5g de canela em pó
Farinha para polvilhar
Açúcar branco para polvilhar



Tempo de preparação: 1 hora

Custo: 4.00 € | Custo por broa: 0.08 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f23/broas-mel-32846/>

PREPARAÇÃO

1. Num tacho largo leve ao lume a água, o azeite, o mel, a canela em pó, a erva-doce, o sal e o açúcar amarelo.

Mexa e deixe ferver.

2. Quando começar a ferver, baixe o lume.

Adicione as nozes e a farinha de uma só vez.

Sem parar de mexer, deixe cozer em lume brando durante 3 minutos.

Passado os 3 minutos e quando a massa descolar do fundo, retire.

3. Coloque a massa por cima da bancada polvilhada com farinha.

Deixe arrefecer ligeiramente até que a consiga moldar.

4. Com bolinhas de massa faça broas pequenas em formato de folha e acalque ligeiramente.

Coloque as broas num tabuleiro de ir ao forno polvilhado com farinha.

Com a ajuda de uma faca utilizando o lado contrário da lâmina faça losangos na superfície da broa.

5. Leve ao forno pré-aquecido nos 230º e deixe cozer entre 15 a 20 minutos.

Quando as broas estiverem loirinhas, retire-as.

Deixe arrefecer ligeiramente.

6. Coloque-as num prato e polvilhe-as com açúcar.

Depois de frias estão prontas a servir.

Se quiser, coloque numa caixa e pode guardar até 1 mês.

A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!