



Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition)

By The Blokehead

Download now

Read Online →

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead

Pão de Forma Paleo

Ingredientes

- 3/4 de chávena de manteiga de amêndoas demolhadas, macia, (de compra também serve perfeitamente)
- 6 ovos de galinhas de campo (criação ao ar livre)
- 2 colh.(sopa) de mel
- 1/4 de chávena de óleo de coco, derretido
- 1/2 colh.(chá) de vinagre de sidra
- 1/4 de chávena de sementes de linhaça dourada, moídas
- 3 colh.(sopa) de farinha de coco
- 1 colh.(chá) de bicarbonato de sódio
- 1/2 colh.(chá) de sal marinho

Modo de Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 180 °C. Forre uma forma de 20 x 10 cm (aprox.) com papel vegetal, unte bem com óleo de coco.
2. Numa taça grande, misture a manteiga de amêndoa, os ovos, o mel, o óleo de coco e o vinagre de sidra usando uma varinha mágica.
3. Noutra taça, misture a linhaça, a farinha de coco, o bicarbonate e o sal. Incorpore estes ingredientes secos na mistura líquida, verta na forma forrada e untada e leve a cozer por 35-40 minutos.

4. Retire do forno, e deixe arrefecer na forma durante 10 minutos. Desenforme, puxando o papel vegetal e coloque numa grelha para arrefecer completamente.

5. Guarde num recipient hermético, a temperature ambiente até 3 a 4 dias no máximo, no frigorífico até 7 a 10 minutos, ou no congelador até cerca de 1 mês.

Compre o livro para saber mais!

 [Download Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 M ...pdf](#)

 [Read Online Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 ...pdf](#)

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition)

By The Blokehead

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead

Pão de Forma Paleo

Ingredientes

- 3/4 de chávena de manteiga de amêndoas demolhadas, macia, (de compra também serve perfeitamente)
- 6 ovos de galinhas de campo (criação ao ar livre)
- 2 colh.(sopa) de mel
- 1/4 de chávena de óleo de coco, derretido
- 1/2 colh.(chá) de vinagre de sidra
- 1/4 de chávena de sementes de linhaça dourada, moídas
- 3 colh.(sopa) de farinha de coco
- 1 colh.(chá) de bicarbonato de sódio
- 1/2 colh.(chá) de sal marinho

Modo de Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 180 °C. Forre uma forma de 20 x 10 cm (aprox.) com papel vegetal, unte bem com óleo de coco.
2. Numa taça grande, misture a manteiga de amêndoa, os ovos, o mel, o óleo de coco e o vinagre de sidra usando uma varinha mágica.
3. Noutra taça, misture a linhaça, a farinha de coco, o bicarbonate e o sal. Incorpore estes ingredients secos na mistura liquida, verta na forma forrada e untada e leve a cozer por 35-40 minutos.
4. Retire do forno, e deixe arrefecer na forma durante 10 minutos. Desenforme, puxando o papel vegetal e coloque numa grelha para arrefecer completamente.
5. Guarde num recipient hermético, a temperature ambiente até 3 a 4 dias no máximo, no frigorífico até 7 a 10 minutos, ou no congelador até cerca de 1 mês.

Compre o livro para saber mais!

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead Bibliography

- Published on: 2015-09-28
- Released on: 2015-09-28
- Format: Kindle eBook

 [Download Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 M ...pdf](#)

 [Read Online Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 ...pdf](#)

Download and Read Free Online Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead

Editorial Review

About the Author

The Blokehead é uma série extensa de livros instrutivos e manuais que se pretende que sejam guias fáceis e rápidos de usar pelos leitores.

Users Review

From reader reviews:

Stephen Williams:

Do you have favorite book? If you have, what is your favorite's book? E-book is very important thing for us to understand everything in the world. Each reserve has different aim or goal; it means that book has different type. Some people feel enjoy to spend their the perfect time to read a book. They may be reading whatever they consider because their hobby is reading a book. What about the person who don't like reading through a book? Sometime, particular person feel need book when they found difficult problem or perhaps exercise. Well, probably you should have this Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition).

Hollie Hoffman:

The book Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) has a lot of knowledge on it. So when you check out this book you can get a lot of benefit. The book was published by the very famous author. The writer makes some research just before write this book. This particular book very easy to read you may get the point easily after looking over this book.

Brandi Anderson:

Would you one of the book lovers? If so, do you ever feeling doubt if you are in the book store? Try and pick one book that you find out the inside because don't evaluate book by its include may doesn't work this is difficult job because you are frightened that the inside maybe not seeing that fantastic as in the outside appearance likes. Maybe you answer may be Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) why because the fantastic cover that make you consider about the content will not disappoint you. The inside or content will be fantastic as the outside or perhaps cover. Your reading 6th sense will directly assist you to pick up this book.

Gary McIntosh:

Beside this kind of Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese

Edition) in your phone, it could give you a way to get more close to the new knowledge or facts. The information and the knowledge you will got here is fresh from oven so don't always be worry if you feel like an older people live in narrow village. It is good thing to have Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) because this book offers for you readable information. Do you oftentimes have book but you don't get what it's facts concerning. Oh come on, that will not end up to happen if you have this in your hand. The Enjoyable arrangement here cannot be questionable, such as treasuring beautiful island. Use you still want to miss it? Find this book and read it from now!

**Download and Read Online Dieta Paleo para Principiantes -
Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By
The Blokehead #2HEOYILUB14**

Read Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead for online ebook

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead books to read online.

Online Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead ebook PDF download

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead Doc

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead Mobipocket

Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead EPub

2HEOYILUB14: Dieta Paleo para Principiantes - Reveladas as 30 Melhores Receitas de Pão (Portuguese Edition) By The Blokehead