

Aula Especial **PÃO MULTIGRÃOS**

SEM GLÚTEN • SEM LEITE • SEM OVOS • SEM SOJA • VEGANO




CARLA MAIA
COZINHA INCLUSIVA E NATURAL

2025

Carla Maia

Professora de Confeitaria e Panificação Sem Glúten e Vegana. Desenvolvo conteúdos autorais em Panificação e Confeitaria livres de glúten, leite, ovos, soja, ingredientes de origem animal e sou fundadora da primeira plataforma de cursos online do Brasil direcionada à Inclusão Alimentar, a Escola de Cozinha Inclusiva e Natural, que já capacitou milhares de alunas e alunos no Brasil e no Mundo. Estudei nas melhores Escolas do Brasil e também tive a chance de estudar com um dos melhores Chefs do Mundo da Cozinha Sem glúten e Vegana, o espanhol Jordi Bordas. Desde 2014, dedico-me a oferecer o melhor da Confeitaria e Panificação Inclusivas Sem Glúten e Vegana.



jordibordas

NAS REDES SOCIAIS

Facebook/chefcarlamaia
Instagram/@chefcarlamaia
Youtube/chefcarlamaia
Website/chefcarlamaia.com

CONTATO

contato@menubacana.com

PÃO MULTIGRÃOS



INGREDIENTES

160G DE FARINHA DE ARROZ
50G DE FARINHA DE GRÃO DE BICO
40G DE FÉCULA DE BATATA
20G DE FÉCULA DE MANDIOCA
2,5G DE GOMA XANTANA
5G DE PSYLLIUM
50G DE LEVAIN SEM GLÚTEN
OU 2,5G DE FERMENTO BIOLÓGICO SECO
200G DE ÁGUA FILTRADA
30G DE ÓLEO VEGETAL
15G DE AÇÚCAR DEMERARA
3G SEMENTES DE CHIA
3G SEMENTES DE GIRASSOL
3G SEMENTES DE GERGELIM
3G SEMENTES DE ABÓBORA
1G DE SEMENTES DE LINHAÇA
DOURADA
4G DE SAL

MODO DE PREPARO

CONFORME AULA GRATUITA

FORMA UTILIZADA: 14,6X7,6X5,4CM

NOSSAS INDICAÇÕES:

 [FORMA PÃO](#)

**PARA FICAR POR DENTRO DAS NOVIDADES,
ENTRE EM NOSSO GRUPO EXCLUSIVO.
CLIQUE NO BOTÃO ABAIXO:**



CLIQUE AQUI



CHEFCARLAMAIA.COM

© COPYRIGHT CARLA MAIA 2026 . PROIBIDA A VENDA E/OU REPRODUÇÃO PARCIAL OU TOTAL DESTE MATERIAL .



@CHEFCARLAMAIA

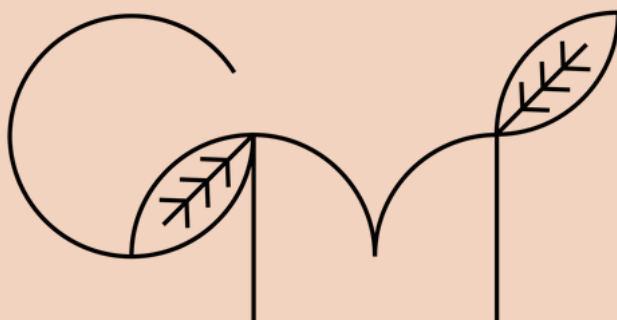


CURSOS CHEF CARLA MAIA



ATENDIMENTO

**Este material é de autoria da Chef Carla Maia.
É expressamente proibida a reprodução total e parcial ou
divulgação comercial deste material sem a autorização
prévia e expressa da autora, conforme previsto na Lei
9.610/98 (artigo 29). A infração implicará ao autor as
sanções previstas na legislação.**



CARLA MAIA
COZINHA INCLUSIVA E NATURAL

CHEFCARLAMAIA.COM

© COPYRIGHT CARLA MAIA 2026 . PROIBIDA A VENDA E/OU REPRODUÇÃO PARCIAL OU
TOTAL DESTE MATERIAL .