

✦ "Guia Rápido: 3 Erros Fatais na Sua Colomba Sem Glúten (e Soluções!)"



🔍 **Erro #1: Farinhas Desbalanceadas**

• **Sintoma:** Massa seca/quebradiça

• **Solução:**

- Use 3+ farinhas (ex: arroz + polvilho + trigo sarraceno)
- Adicione 1% *psyllium* ou goma xantana
- **Proporção Ideal:**

45% arroz
25% polvilho
20% trigo sarraceno
10% aveia

🔥 **Erro #2: Fermentação Inadequada**

• **Sintoma:** Massa ácida/compacta

• **Solução:**

- Tempos por temperatura:
24-26°C → 2-2.5h (1ª fermentação) + 1-1.5h (2ª)
4-6°C → 14-18h (slow rise)
- Teste do dedo: marca deve voltar lentamente

💧 **Erro #3: Hidratação Errada**

• **Sintoma:** Borrachudo (úmido) ou seco

• **Solução:**

- **70-75% hidratação** (350ml água/500g farinha)
- Ajuste com:
 - +1 ovo = +15ml líquido
 - 1 col. mel = retenção de umidade

- 🎁 **Bônus:**
- **Tabela de Farinhas**

Tabela Comparativa: As melhores farinhas para Colomba sem Glúten.

Farinha	Função	Benefício	Proporção Ideal
Arroz	Base	Neutra e leve	40-50% da mistura
Polvilho Doce	Maciez	Textura aerada	20-30%
Trigo Sarraceno	Sabor	Umidade e nutrientes	15-25%
Aveia	Estrutura	Fibra e consistência	10-15%
<i>Psyllium</i>	Elasticidade	Substitui o glúten	1-2% do total