



Pães e Massas na Airfryer

Você não precisa de forno potente ou dias de espera pra sentir cheiro de pão quente em casa. Esse capítulo traz receitas que unem simplicidade, velocidade e o sabor de comida feita na mão — com resultados dignos de padaria.

1. PÃO DE QUEIJO DE 3 INGREDIENTES

Ingredientes e Preparo

 **Rendimento:** 12 mini pãezinhos  **Ideal para:** lanche rápido, café da manhã, congelar pronto  **Onde assar:** direto no cesto com papel manteiga perfurado ou forma de silicone

INGREDIENTES:

- 1 xícara de polvilho azedo
- 1 xícara de queijo ralado (muçarela ou meia cura)
- 1 caixinha de creme de leite (200g)



MODO DE PREPARO:

Passo 1: misture

- Em uma tigela, junte o polvilho, o queijo e o creme de leite.
- Misture com as mãos até formar uma massa firme. Se necessário, adicione mais polvilho até desgrudar.

Passo 2: modele

- Faça bolinhas pequenas. Para congelar, leve ao freezer em uma assadeira e, depois de duras, embale.

Passo 3: asse

- Leve à Airfryer a **180°C por 10 a 12 minutos**. Ficam dourados por fora, puxa-puxa por dentro.

DICA EXTRA:

Adicione ervas, páprica ou cubinhos de goiabada para versões diferentes.

2. PÃOZINHO CASEIRO SEM SOVAR

Misture tudo

Em uma tigela, misture os secos, depois adicione água morna e óleo. Misture com uma colher. A massa fica mole e pegajosa — é assim mesmo.

Deixe crescer

Cubra com pano e deixe descansar por **30 a 40 minutos** em local morno.

Asse

Divida em forminhas untadas. Leve à Airfryer a **180°C por 12 a 15 minutos**, até crescer e dourar.

 **Rendimento:** 4 pães médios  **Ideal para:** café da manhã ou lanche caseiro, sem complicação  **Onde assar:** forminhas pequenas, ramequins ou direto no cesto

INGREDIENTES:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1/2 xícara de água morna
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (sopa) de óleo ou azeite

DICA EXTRA:

Para casquinha brilhante, pincele gema antes de assar. Pode rechear com queijo ou goiabada.



3. ESFIHA ABERTA DE CARNE (OU RICOTA)



Prepare a massa

Misture os ingredientes da massa até formar uma bola lisa.
Deixe descansar por 20 a 30 minutos.



Modele as esfihas

Divida em 6 bolinhas, abra em discos e levante as bordas levemente.



Recheie e asse

Coloque uma colher de recheio em cada disco. Leve à Airfryer a **200°C por 8 a 10 minutos**, até dourar as bordas.

 **Rendimento:** 6 mini esfihas  **Ideal para:** lanche salgado, congelar, servir em porções  **Onde assar:** direto no cesto com papel manteiga perfurado

INGREDIENTES:

Massa rápida:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1/4 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1/2 colher (chá) de açúcar
- 1 pitada de sal

Recheio clássico de carne:

- 150g de carne moída
- 1/2 tomate picado
- 1 colher (sopa) de cebola ralada
- Suco de 1/2 limão, sal, pimenta síria ou cominho

(ou use ricota temperada com azeite e orégano)

DICA EXTRA:

Sirva com limão, molho de iogurte ou molho tahine para uma pegada árabe completa.

4. PÃO DE ALHO CASEIRO COM QUEIJO



Prepare o creme

Misture a manteiga amolecida, alho, maionese, sal, pimenta e salsinha.



Corte os pães

Faça cortes transversais no pão (sem separar), como um "acordeão". Espalhe o creme nos cortes e recheie com queijo.



Asse

Leve à Airfryer a **200°C por 6 a 8 minutos**, até derreter o queijo e dourar por fora.

 **Rendimento:** 4 pães individuais  **Ideal para:** churrasco, entrada ou lanche ultra rápido  **Onde assar:** direto no cesto com papel alumínio ou forma

INGREDIENTES:

- 4 pãezinhos franceses ou de leite
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 dentes de alho picadinhos ou amassados
- 1 colher (sopa) de maionese (opcional, deixa mais cremoso)
- 1/2 xícara de queijo muçarela ralado
- Salsinha, sal e pimenta-do-reino

DICA EXTRA:

Use requeijão cremoso no lugar da maionese para versão ainda mais derretida.

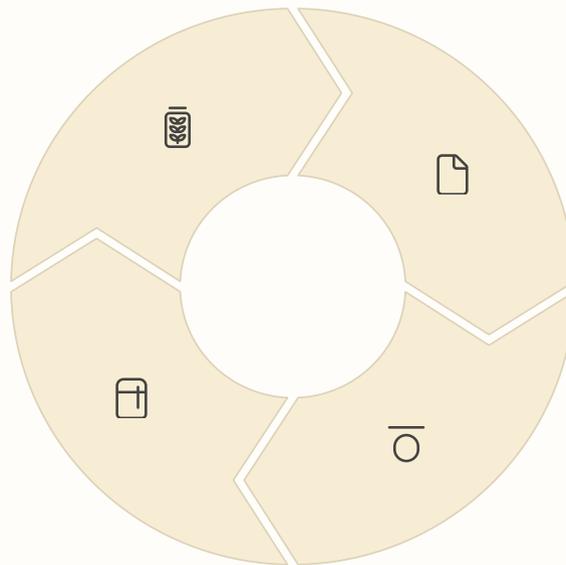
5. PÃO SÍRIO NA AIRFRYER

Misture e descanse

Misture tudo até formar uma massa lisa. Cubra e deixe descansar por **30 minutos**.

Armazene

Pode ser congelado pronto. Reaqueça por 2 minutos na Airfryer antes de usar.



Modele

Divida em 4 bolinhas e abra com rolo, em discos finos.

Asse

Leve à Airfryer a **200°C por 4 minutos**, um por vez. O pão infla e fica macio com leve casquinha.

 **Rendimento:** 4 discos médios  **Ideal para:** wraps, beirutes, base de pizza  **Onde assar:** direto sobre papel manteiga ou forma perfurada

INGREDIENTES:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/3 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1/2 colher (chá) de fermento biológico seco
- 1 pitada de sal

6. PIZZA DE FRIGIDEIRA FINALIZADA NA AIRFRYER



Prepare a massa

Misture tudo e despeje numa frigideira antiaderente. Cozinhe em fogo baixo até firmar a base (não precisa dourar). Vire se quiser mais crocante.



Monte a pizza

Passa o molho e adicione os recheios.



Finalize na Airfryer

Leve por **5 minutos a 200°C**, só pra gratinar o queijo e deixar a borda crocante.

 **Rendimento:** 1 pizza individual  **Ideal para:** janta rápida com cara de delivery  **Onde assar:** finalização no cesto com papel manteiga

INGREDIENTES:

Massa express:

- 1 ovo
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo (ou aveia)
- 1 colher (sopa) de leite
- 1 pitada de sal
- 1/2 colher (chá) de fermento químico

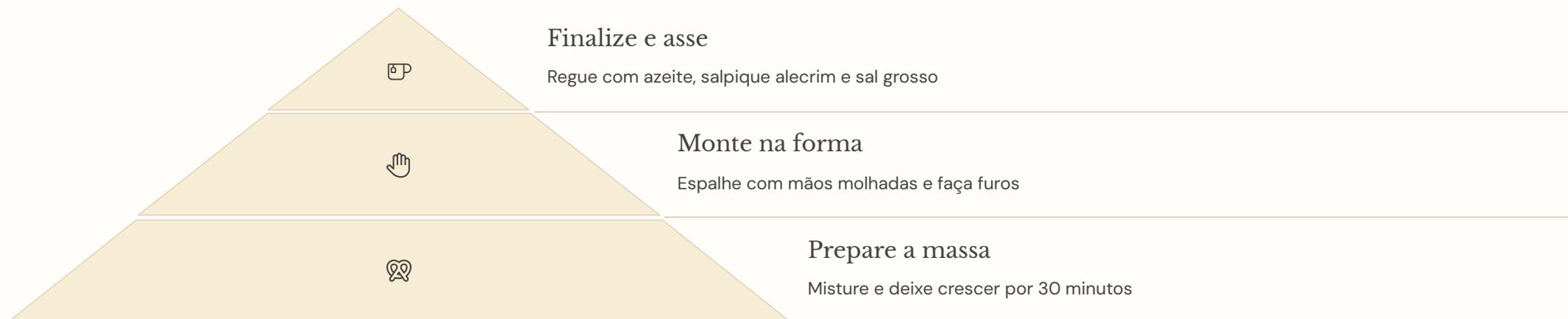
Cobertura:

- Molho de tomate
- Queijo, tomate, orégano, manjericão, etc.

DICA EXTRA:

Use essa base como "massa universal" para pizzinhas individuais.

7. FOCACCIA RÁPIDA COM ALECRIM E SAL GROSSO



 **Rendimento:** 1 focaccia média (4 pedaços)  **Ideal para:** servir com antepastos, sopas, ou só com azeite  **Onde assar:** forma pequena ou marmittinha de alumínio

INGREDIENTES:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1/2 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) de azeite
- Sal a gosto
- Alecrim fresco e sal grosso para finalizar

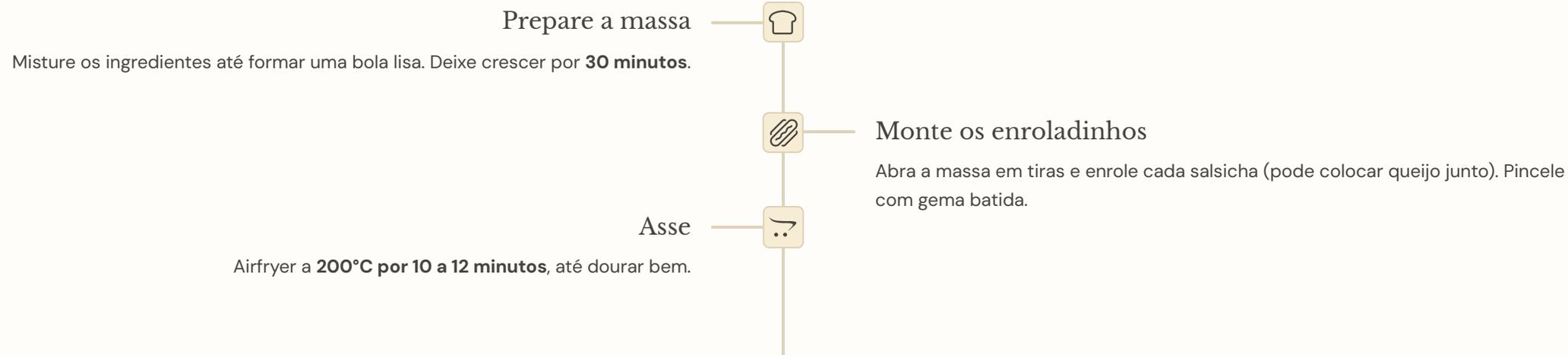
MODO DE PREPARO:

Misture farinha, fermento, sal, água e azeite. A massa fica levemente grudenta. Deixe crescer por **30 minutos** coberta com pano. Unte a forma com azeite. Coloque a massa, espalhe com as mãos molhadas e faça furos com os dedos. Regue com azeite, salpique alecrim e sal grosso. Airfryer a **180°C por 12 a 15 minutos**, até dourar por cima.

DICA EXTRA:

Adicione tomates-cereja cortados ao meio, azeitona preta ou cebola roxa em rodelas.

8. ENROLADINHO DE SALSICHA COM MASSA CASEIRA



 **Rendimento:** 6 unidades  **Ideal para:** lanche de tarde, festa ou congelar  **Onde assar:** direto no cesto com papel manteiga perfurado

INGREDIENTES:

Massa:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1/2 colher (chá) de açúcar
- 1/4 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 pitada de sal

Recheio:

- 6 salsichas
- Queijo (opcional)
- Gema para pincelar

DICA EXTRA:

Use mini salsichas para fazer versão "festa". Fica ótimo com ketchup caseiro ou mostarda dijon.

9. PÃO DE AVEIA COM IOGURTE (SEM FERMENTO BIOLÓGICO)

Misture os ingredientes

Em uma tigela, misture a aveia com o iogurte, o fermento e o sal. A massa deve ficar firme, modelável.

Modele os pães

Faça 4 bolinhos achatados ou coloque em forminhas.

Asse

Leve à Airfryer a **180°C por 10 a 12 minutos**, até dourar.

 **Rendimento:** 4 mini pãezinhos  **Ideal para:** café da manhã saudável e sem glúten (se usar aveia sem contaminação)  **Onde assar:** forminhas ou direto sobre papel manteiga

INGREDIENTES:

- 1 xícara de aveia em flocos finos
- 1 pote de iogurte natural (170g)
- 1 colher (chá) de fermento químico (tipo bolo)
- 1 pitada de sal
- Ervas secas ou chia (opcional)

DICA EXTRA:

Fica ótimo com manteiga, requeijão ou pasta de amendoim. Pode adicionar queijo na massa pra versão salgada.

10. PÃO DE BATATA RECHEADO



Prepare a massa

Misture a batata com manteiga, leite, fermento, açúcar e sal. Acrescente a farinha aos poucos até formar massa lisa. Deixe crescer por 30 a 40 minutos.



Recheie e modele

Divida em 4 partes, abra e recheie a gosto. Feche em formato de bolinha.



Asse

Leve à Airfryer a **180°C por 12 a 15 minutos**, até dourar.

 **Rendimento:** 4 pãezinhos  **Ideal para:** lanche reforçado, marmitta ou vender  **Onde assar:** direto no cesto ou forminhas

INGREDIENTES:

Massa:

- 1 batata média cozida e amassada
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1/4 xícara de leite morno
- 1 pitada de sal

Recheio (opcional):

- Muçarela, presunto, frango ou calabresa

DICA EXTRA:

Pincele gema com parmesão antes de assar pra casquinha dourada e sabor extra.



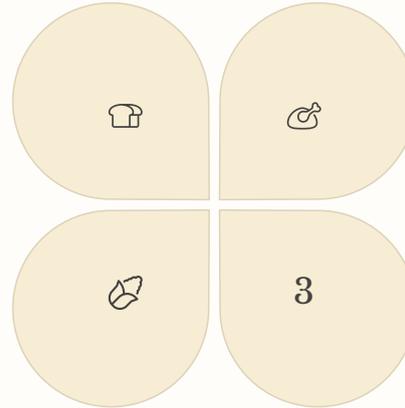
11. TORTA DE FRANGO COM MASSA DE PÃO

Prepare a massa

Misture todos os ingredientes da massa. Deixe crescer por 30 minutos.

Dica Extra

Adicione milho, ervilha e azeitona pro clássico brasileiro de padaria.



Monte a torta

Forre o fundo e as laterais com metade da massa. Coloque o recheio e cubra com o restante. Pincele com gema.

Asse

Leve à Airfryer a **180°C por 15 minutos**, até dourar.

 **Rendimento:** 2 porções individuais ou 1 torta média  **Ideal para:** janta completa ou lanche especial  **Onde assar:** potinhos de vidro, ramequim ou marmitinha

INGREDIENTES:

Massa:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1/4 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 pitada de sal e açúcar

Recheio:

- 1/2 xícara de frango desfiado com molho
- Requeijão ou queijo (opcional)

12. PANETONE SALGADO NA AIRFRYER

2

Xícaras de farinha

Base da massa

1

Hora de crescimento

Tempo de fermentação inicial

20

Minutos adicionais

Segunda fermentação na forma

25

Minutos de forno

Tempo máximo de cozimento

 **Rendimento:** 1 unidade média  **Ideal para:** ceia, brunch ou presentear  **Onde assar:** forma de papel ou alumínio própria para panetone

INGREDIENTES:

- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1/2 colher (chá) de sal
- 1 ovo
- 3 colheres (sopa) de leite
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1/2 xícara de recheio (frango, calabresa, bacon + queijo)

MODO DE PREPARO:

Passo 1: misture e sove

Junte todos os ingredientes e sove por 5 minutos (pode ser na mão mesmo). Deixe crescer por 1 hora.

Passo 2: recheie e modele

Misture o recheio na massa ou intercale em camadas. Coloque na forma e deixe crescer por mais 20 minutos.

Passo 3: asse

Airfryer a **160°C por 20 a 25 minutos**, até dourar e firmar no topo.

DICA EXTRA:

Finalize com parmesão ou orégano por cima antes de assar.

🧀 13. PÃO RECHEADO ESTILO "TRANÇA" COM QUEIJO E ERVAS



Pão Trançado

Visual impressionante com recheio aparente nas dobras da trança



Técnica de Trançar

Corte ao meio no sentido do comprimento e trançe as duas tiras, com o recheio virado para cima



Resultado Final

Interior macio com queijo derretido e exterior dourado com ervas aromáticas

🗂️ **Rendimento:** 1 pão grande trançado 🎯 **Ideal para:** mesa de café, lanche coletivo ou presentear 🔥 **Onde assar:** marmitinha ou forma de alumínio retangular

INGREDIENTES:

- 1 xícara e 1/2 de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1/4 xícara de água morna
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1/2 colher (chá) de sal
- 1/2 xícara de queijo muçarela ralado
- Ervas secas (orégano, alecrim, tomilho)

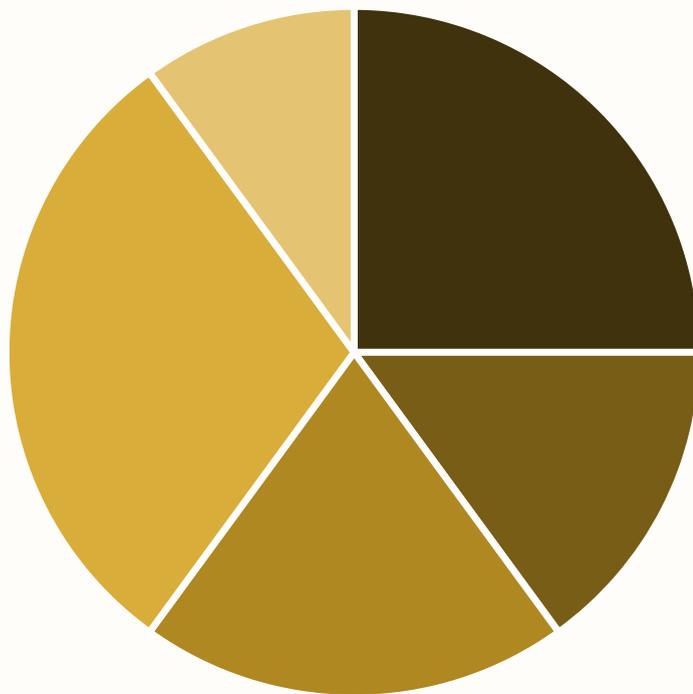
MODO DE PREPARO:

Misture tudo (menos o queijo e as ervas) até formar massa lisa. Deixe descansar 30 a 40 minutos. Abra a massa como um retângulo. Espalhe o queijo e as ervas. Enrole como um rocambole e corte ao meio no sentido do comprimento. Trançe as duas tiras, com o recheio virado pra cima. Coloque na forma untada e leve à Airfryer a **180°C por 15 a 18 minutos**, até crescer e dourar.

DICA EXTRA:

Finalize com alho frito e parmesão por cima. Fica com visual gourmet.

🍷 14. CALZONE DE FRIGIDEIRA FINALIZADO NA AIRFRYER



■ Preparar massa ■ Recheiar e fechar ■ Pré-cozinhar ■ Finalizar Airfryer ■ Descanso

🍷 **Rendimento:** 2 calzones médios 🎯 **Ideal para:** janta rápida ou lanche recheado 🔥 **Onde assar:** frigideira + finalização na Airfryer

INGREDIENTES:

Massa express:

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1/4 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 pitada de sal
- 1 colher (chá) de fermento químico (de bolo)

Recheio:

- Queijo, presunto, frango, carne moída, legumes

MODO DE PREPARO:

👉 Passo 1: prepare a massa

Misture tudo até formar massa lisa. Abra dois discos grandes.

👉 Passo 2: recheie e feche

Coloque o recheio em metade do disco. Feche como pastel, apertando as bordas.

👉 Passo 3: pré-cozinhe na frigideira

Doure dos dois lados (sem óleo) por 2 minutos cada lado.

👉 Passo 4: finalize na Airfryer

Leve a **200°C por 5 a 6 minutos** para derreter o queijo e deixar crocante.

DICA EXTRA:

Passe molho de tomate por cima antes de assar pra criar "crostinha de pizza".

🍩 15. ROSQUINHA DE PADARIA (VERSÃO ASSADA)



📏 **Rendimento:** 6 rosquinhas médias 🎯 **Ideal para:** café da manhã ou lanche da tarde 🔥 **Onde assar:** direto no cesto com papel manteiga

INGREDIENTES:

- 1 xícara e 1/2 de farinha de trigo
- 1/2 colher (sopa) de fermento biológico seco
- 1 ovo
- 1/3 xícara de leite morno
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 pitada de sal
- Açúcar e canela para polvilhar

MODO DE PREPARO:

👉 Passo 1: misture os ingredientes

Misture tudo até formar massa lisa. Deixe crescer por 40 minutos.

👉 Passo 2: modele

Divida em 6 porções, enrole como corda e una as pontas formando argolas.

👉 Passo 3: asse

Leve à Airfryer a **180°C por 10 a 12 minutos**, até dourar.

👉 Passo 4: finalize

Passe em manteiga derretida e depois em açúcar com canela.

DICA EXTRA:

Recheie com doce de leite ou goiabada pra deixar irresistível.

16. BAGUETINHA RÚSTICA COM FERMENTAÇÃO RÁPIDA

Ingrediente	Quantidade	Função
Farinha de trigo	1 xícara e 1/4	Base da massa
Fermento biológico seco	1/2 colher (sopa)	Fermentação
Açúcar	1/2 colher (chá)	Ativar fermento
Sal	1/2 colher (chá)	Sabor
Água morna	1/2 xícara	Hidratação
Azeite	1 colher (sopa)	Maciez

 **Rendimento:** 2 mini baguetes  **Ideal para:** servir com pastinhas, azeite ou como sanduíche artesanal  **Onde assar:** direto no cesto ou forma baixa

MODO DE PREPARO:

Passo 1: prepare a massa

Misture todos os ingredientes até formar uma massa lisa. Deixe crescer por **30 a 40 minutos**.

Passo 2: modele

Divida a massa em 2 partes e modele em formato alongado (baguete). Faça 2 cortes diagonais rasos por cima com faca afiada.

Passo 3: asse

Leve à Airfryer a **200°C por 10 a 12 minutos**, até formar casca crocante e dourada.

DICA EXTRA:

Pincele com azeite + flor de sal antes de assar ou finalize com ervas e parmesão.

17. MINI PIZZA DOCE COM MASSA DE PÃO



Versão com Doce de Leite e Banana

Base de pão coberta com doce de leite cremoso e rodelas de banana caramelizadas



Versão com Nutella e Morango

Combinação clássica de chocolate e frutas vermelhas sobre massa de pão



Versão com Maçã e Canela

Inspirada em torta de maçã, com fatias finas e canela polvilhada

 **Rendimento:** 2 mini pizzas doces  **Ideal para:** sobremesa prática, lanche doce ou café da manhã especial  **Onde assar:** forma rasa ou papel manteiga perfurado

INGREDIENTES:

Massa:

- 1/2 receita da massa do pão de leite ou pão de batata (já crescida)

Cobertura:

- 2 colheres (sopa) de doce de leite, nutella ou geleia
- Frutas fatiadas (banana, morango, maçã)
- Canela, açúcar, castanhas ou coco ralado

MODO DE PREPARO:

Passo 1: abra a massa

Divida em 2 bolinhas, abra com as mãos em discos médios.

Passo 2: pré-asse

Leve à Airfryer por **5 minutos a 180°C**, só pra firmar a base.

Passo 3: adicione a cobertura

Passa o doce de leite ou creme, adicione as frutas e finalize com canela e castanhas.

Passo 4: asse novamente

Volte à Airfryer por **4 a 5 minutos**, só pra derreter e caramelizar levemente.

DICA EXTRA:

Sirva com uma bola de sorvete ou um fio de mel. Fica com cara de sobremesa de restaurante.