1 copo de leite morno 2 colheres de açúcar mascavo 2 tabletes de fermento biológico	Dissolva o fermento e o açúcar no leite. Junte a farinha até formar uma meleca e espere crescer até dobrar de tamanho
4 ovos 1 copo de chá de erva doce bem forte Açúcar a gosto 1 copo de nata ou creme de leite 2 colheres de manteiga	Juntar todos esses ingredientes a massa (meleca) já crescida
Farinha de trigo branca Farinha de trigo integral	Vá juntando farinha branca e integral aos poucos até desgrudar das mãos
Manteiga para untar	Unte duas formas redondas com buraco no meio. Coloque metade da massa em cada forma e deixe crescer

Coloque uma bolinha de massa em copo com água.
Quando a bolinha subir, a massa já estará crescida.

(Texto extraído da apostila Cotovia, que é uma publicação dirigida aos educadores da Educação Infantil da Secretaria de Educação e Cultura da Prefeitura da Estância de Atibaia e interessados na proposta aqui apresentada. Ano I - nº1 – março/2006)