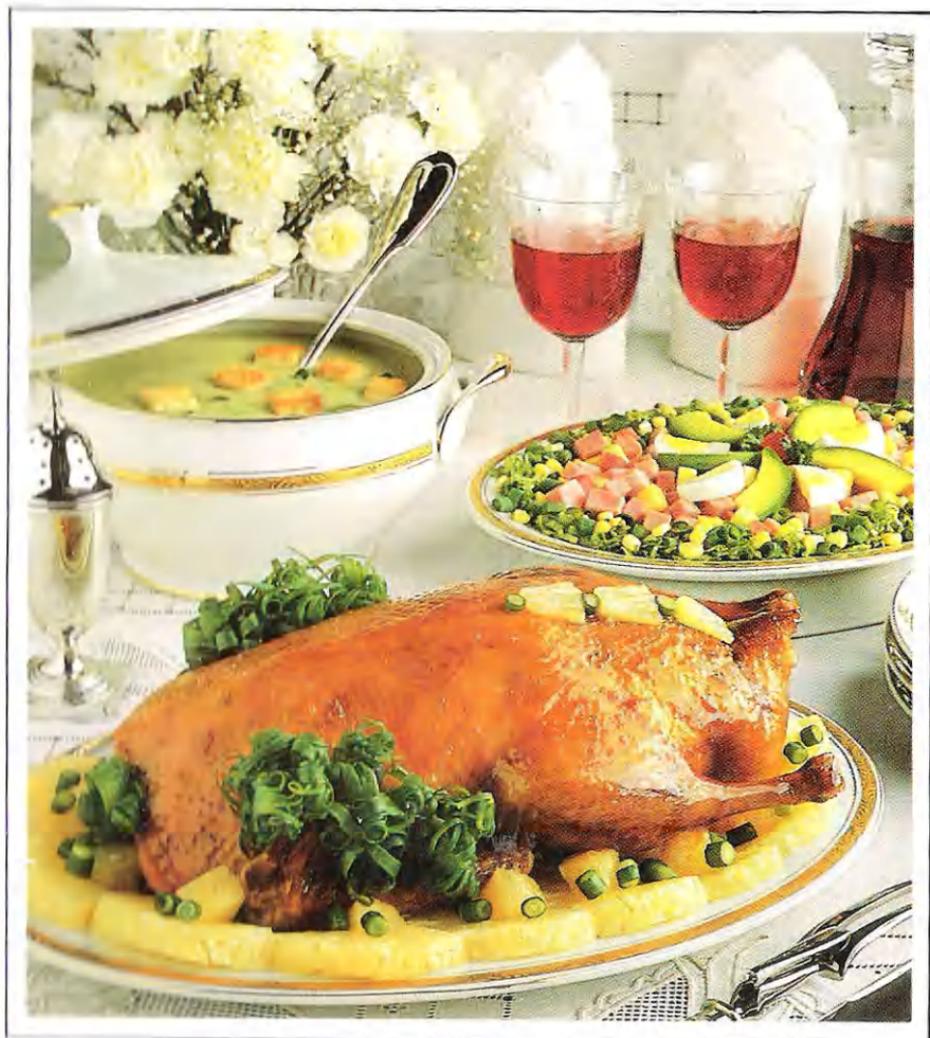
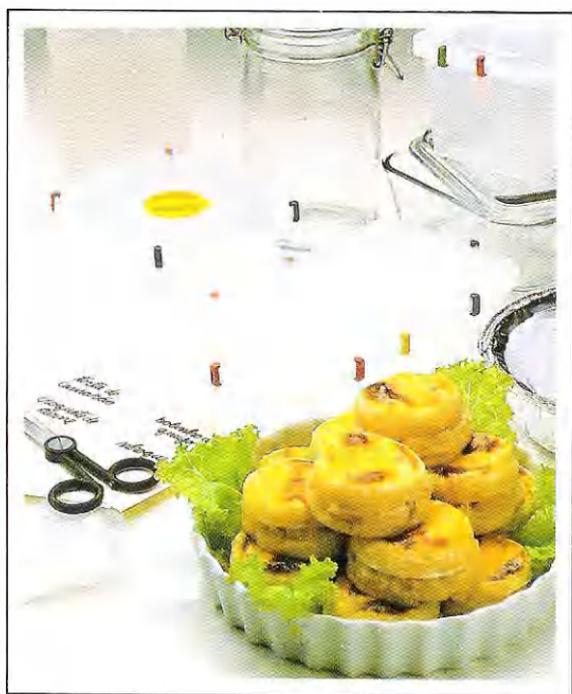


RECEITAS & DICAS



COLEÇÃO **UNIÃO** VOLUME 4

RECEITAS & DICAS



Receitas elaboradas e testadas pelo Docelar União
Centro de Orientação Culinária.

COMPANHIA **(UNIÃO)** DOS REFINADORES AÇÚCAR E CAFÉ

CAFÉ
PILÃO



CAFÉ
CABOCLO



CAFÉ
UNIÃO



RECEITAS & DICAS

Trazemos para você o quarto volume da coleção União. Com satisfação especial, porque neste trabalho fomos além da receita pura e simples, acrescentando mais informações técnicas, sugestões e dicas para ajudar a tornar seu trabalho na cozinha cada vez mais rápido e prático, sem roubar o prazer de cozinhar.

Dinamizar e simplificar o trabalho na cozinha foram pontos destacados porque hoje a mulher não tem o dia todo para dedicar exclusivamente ao papel de provedora da família. Trabalhando fora ou não, ela reúne, atualmente, vários compromissos que decididamente encurtam seu tempo.

Por isso, ao longo dos últimos anos, a mulher tem aprendido a desvencilhar-se dos detalhes exageradamente trabalhosos para dedicar mais tempo à administração da família e do lar, à profissão, aos estudos, enfim à todas as atividades que aumentaram, valorizando sua atuação na sociedade.

A cozinha, tradicional reduto feminino, não escapou às transformações. Muitos conceitos hoje são vistos sob novos ângulos. A qualidade dos alimentos, o cuidado e a dedicação no preparo das refeições, aliados à modernização tecnológica, invadiram os limites da mulher e trouxeram nos últimos anos, aparelhos para os mais variados usos, tornando o trabalho infinitamente mais simples.

Atenta a todas estas transformações, a Cia. União colocou, neste volume, um pouco mais da sua experiência, procurando atender às crescentes solicitações e necessidades da mulher moderna.

Receitas de fácil preparo, a melhor maneira de aproveitar o potencial dos aparelhos modernos, informações para as diversas ocasiões, dicas para salvá-la dos inevitáveis imprevistos, foram colocadas à disposição neste livro para ajudar a conciliar o seu tempo com os compromissos da vida atual.

Nossa intenção é oferecer mais do que nossos produtos. Queremos contribuir cada vez mais com você e lembrar que nenhuma mudança altera a importância do seu papel de mulher, mãe e esposa.

O cardápio ideal para os dias de verão ou de inverno, a culinária internacional, as melhores receitas para as festas e as férias, estão nos três primeiros volumes desta coleção. Agora, além de todas as informações já mencionadas, reunimos cardápios especialmente testados para conservar a satisfação de apresentar pratos bonitos, saborosos e sofisticados, sem perder um minuto a mais do precioso e curto tempo de que você dispõe para prepará-los.

Do lanche rápido às ocasiões especiais, sugerimos opções para todos os momentos, inclusive para o dia-a-dia. Todas as receitas foram testadas pelo Docelar União - Centro de Orientação Culinária, para garantia do melhor resultado, sem perder de vista o bom gosto, a praticidade e, principalmente o seu conforto.



INFORMAÇÕES TÉCNICAS

Da antiga mola de bater ovos aos modernos processadores de alimentos, a tecnologia esteve sempre presente na cozinha. Nos últimos anos ela trouxe inovações que já deixaram, há muito, de ser um luxo para se tornarem instrumentos indispensáveis do dia a dia. Os freezers e os microondas são os exemplos mais recentes da verdadeira transformação que a tecnologia tem operado nas cozinhas atuais, modificando os hábitos do dia a dia da mulher. O freezer permitiu às donas de casa criarem suas despensas particulares, libertando-as de vários inconvenientes como a dificuldade de encontrar certos produtos à venda no comércio ou mesmo a embaraçosa surpresa de ser pega com a geladeira vazia no momento de uma visita inesperada. Parceiro ideal do freezer, o microondas tornou mais fácil e rápido o preparo dos cardápios e proporcionou à mulher moderna a economia de um de seus bens mais preciosos: o tempo. Todas as receitas deste livro foram testadas tanto no fogão convencional como no microondas, além de terem seu armazenamento experimentado no freezer. Os procedimentos de cada um dos três casos faz parte dos textos das receitas e está detalhado em tabelas com os seguintes dados:

- Temperaturas do forno convencional em graus centígrados pelo processo caseiro (ex.: 200°C = forno quente);
- Tempo de preparo no forno convencional e no microondas, com capacidade das formas de rendimento;
- Congelamento e descongelamento.

O tempo de preparo das receitas na chama direta do fogão convencional depende do tipo e do tamanho das panelas utilizadas e de outras peculiaridades imprevisíveis. Por isso, esse tempo não foi pré-estabelecida nos textos das receitas. Classificado como forno, o microondas também serve para cozinhar alimentos que normalmente são preparados na chama dos fogões convencionais. O processo que utiliza é sempre o mesmo: a energia das microondas penetra nos alimentos produzindo uma vibração em suas moléculas que eleva a temperatura e provoca o cozimento. *A maneira correta de cozinhar no microondas está descrita passo a passo no texto das receitas, com letras inclinadas (Itálico), diferentes das demais.* Nas tabelas também se encontram as instruções para cozimento tanto no microondas quanto no fogão convencional. Para os assados no microondas não recomendamos o uso de ingredientes como molho de soja ou páprica para acentuar a cor dourada, pois podem alterar significativamente o sabor dos pratos. O processo ideal, indicado neste livro, é a utilização mista do microondas e do fogão convencional, tanto para dourar quanto para gratinar.

FOGÃO CONVENCIONAL

O fogão convencional dispensa apresentações. Mas para se obter um rendimento máximo na sua utilização, nunca é demais conhecer ou relembrar algumas informações úteis como estas:

- sempre pré-aqueça o forno antes de utilizá-lo. Para isso use a mesma temperatura que será empregada no preparo do prato que você vai fazer;
- mantenha o fogão bem regulado, para que as chamas, principalmente do forno, cozinhem e assem por igual os pratos;
- coloque a fôrma no centro do forno, mantendo a mesma distância das paredes na altura, largura e profundidade;
- se for utilizar duas fôrmas ao mesmo tempo no forno, coloque-as em grades diferentes, uma mais para frente e outra mais para trás, a fim de manter boa circulação do calor entre elas;
- nunca use o fundo do forno;
- ao utilizar a chama direta, escolha o tamanho dos queimadores de acordo com o tamanho do recipiente. A chama que ultrapassa a base das panelas serve apenas para queimar as peças ou os cabos das mesmas e desperdiçar gás;
- mantenha a ferverva em fogo baixo. A excessão das caldas de açúcar e dos óleos, todos os demais líquidos conservam a temperatura de ferverva (aproximadamente 100°C) quando a chama é diminuída.

TEMPERATURAS DO FORNO

Bem Quente - 250°C/300°C Quente - 200°C	Moderado - 175°C/180°C Brando - 120°C
--	--

MICROONDAS

Quem tem microondas certamente conhece as normas básicas para seu bom funcionamento e aproveitamento. Assim, limitamo-nos, em cada receita, a detalhar o processo utilizado em nossos testes que permitiu obter o melhor resultado e aproveitamento para deixar um lembrete a você: se tem um microondas e o utiliza apenas para esquentar ou descongelar alimentos, então você está deixando de aproveitar todo o seu potencial.

EQUIVALÊNCIA DAS CLASSIFICAÇÕES DE POTÊNCIAS NO SELETOR

Indicações utilizadas neste livro	Índice de potência	Termos existentes no mercado
Potência Alta (PA)	90% - 100%	Potência Alta - Potência Máxima - Forte
Potência Média (PM)	50% - 75%	Potência Média - Potência Média Alta - Fraco
Potência Baixa (PB)	10% - 30%	Potência Baixa - Potência Média Mínima - Mínima - Descongelar

FREEZER

Carne e peixe realmente frescos só podem ser encontrados em alguns poucos lugares privilegiados. Os produtos que normalmente são encontrados no mercado já foram congelados e descongelados pelo menos uma vez. Por isso, consideramos mais seguro e mais prático cozinhar, embalar e congelar carnes e peixes. As orientações para isso estão nas receitas.

MEDIDAS PADRONIZADAS

A medida padrão utilizada neste livro para dosagem dos ingredientes corresponde a 1 xícara de chá (200ml).

Esta medida para os nossos produtos tem as seguintes variações:

Açúcar UNIÃO	160g
Açúcar granulado DOÇUCAR	190g
Açúcar de confeitiro GLAÇUCAR	115g
Açúcar granulado GRANÇUCAR	170g
Açúcar mascavo DOURADINHO	120g

SUGESTÕES

Um pouco de recheios, crepes, molhos e ainda, bolo, cremes, merengues etc., guardados no freezer, são sempre de grande ajuda no dia a dia.

Trocando, alternando e compondo, sua criatividade vai elaborar novas receitas e resolver alguns problemas caseiros.

Veja como isso pode ser feito usando o próprio receituário deste livro.

RECEITAS DE SALGADOS

Crepes: "Bolo de crepes com recheio de camarão" (frite, esfrie, embale e congele).	Pág. 159
Alternativas: Fofos com recheio de carne	Pág. 18 - use o recheio
Torta fofa com carne à bolonhesa	Pág. 41 - use molho/rec.
Pizzas fritas e seus 2 recheios	Pág. 49 - use o recheio
Surpresa de batatas com molhos especiais	Pág. 69 - use o molho
Ramequins de sêmola de trigo	Pág. 111 - use o creme
Torta farrada de crepes	Pág. 124 - use o recheio

Tortilhas: "Falsas tortilhas de milho" (molde, esfrie, embale e congele em separado)	Pág. 71
Alternativas: Torta fofa com carne à bolonhesa	Pág. 41 - use o molho
Camarão fantasia	Pág. 108 - use completo
Bolo de crepes com recheio de camarão	Pág. 159 - use o recheio
Tortas de massa quebrada: "Torta americana de frango" (forre a fôrma, asse, esfrie, embale e congele)	Pág. 184
Alternativas: Fricassé de moela	Pág. 16 - use completo
Peixe aldrabão	Pág. 21 - use completo
Rim flambado	Pág. 23 - use completo
Frango com creme suíço	Pág. 42 - use completo
Creme de ostras gratinado	Pág. 175 - use completo

NOTA: Para congelar e descongelar rapidamente, os cremes e molhos devem ir para o freezer em fôrmas de gelo e, depois de endurecidos, ser acondicionados em sacos plásticos.

Os crepes e tortilhas podem ser descongelados em banho-maria, forno brando ou temperatura ambiente.

RECEITAS DE DOCES

MERENGUE

Massa que faz parte do grupo básico de massas internacionais. Quando preparada em pequenas porções e bem desidratada, em forno brando, leva o nome de suspiros.

Ingredientes

12 colheres de sopa de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR / 6 claras / 1 pitada de sal fino.

Modo de fazer

Bata o açúcar com as claras e o sal, até obter uma massa bem firme. Coloque na fôrma untada e leve ao forno em banho-maria até assar. Desenforme quente sobre um pano úmido e deixe esfriar. Fatie e divida em cubos para utilizar.

Fogão Convencional: Capacidade da fôrma de bolo inclês: 3000ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 30 minutos. Rendimento: 64 cubos.

Microondas:

Freezer: Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente.

CALDA DE CHOCOLATE COM CHERRY

Calda para cobertura de sorvetes, pudins e cremes gelificados, gelatinas, merengues, taças mistas.

Ingredientes

2 ½ xícaras de chá de açúcar granulado DOÇÚCAR / 2 xícaras de chá de água / 2 colheres de sopa bem cheias de chocolate em pó / 1 xícara de chá de cherry brandy.

Modo de fazer

Ferva o DOÇÚCAR com a água e o chocolate até obter uma calda em ponto de fio grosso. Acrescente o cherry, deixe levantar fervura e retire do fogo.

Ferva o DOÇÚCAR com a água na PA por 6 minutos, mexendo 2-3 vezes. Acrescente o cherry e volte à PA por 2-3 minutos. Esfrie e conserve na geladeira, em frasco bem fechado.

Fogão Convencional: Rendimento: 800ml (ver dicas pág. 8).

Microondas: Utilização total. Rendimento: 800ml (ver dicas pág. 8):

Freezer: Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; MO.

CREME INGLÊS

Creme básico para sorvetes, Bavaoís e coberturas de pudins.

Ingredientes

2 xícaras de chá de açúcar de confeitiro GLAÇUCAR / 8 gemas / 2 ½ xícaras de chá de leite fervente (PA por 4 minutos) / 1 colher de sobremesa de essência de baunilha.

Modo de fazer

Bata o açúcar com as gemas até obter uma gemada clara e fofa. Acrescente o leite e leve a banho-maria, mexendo sempre até espumar e engrossar levemente, fazendo uma ligeira capa na colher. *Acrescente o leite e cozinhe direto na PB por 9 minutos, mexendo 9 vezes.* Retire do banho-maria, coloque a baunilha e esfrie.

Fogão Convencional: Rendimento: 32 cubos.

Microondas: Utilização total. Rendimento: 32 cubos.

Freezer: Congele em gavetas de gelo. Destaque, embale em saquinhos plásticos, extraia o ar e mantenha no freezer.

CROCANTE

Receita francesa (pralin) utilizada em várias receitas e de fácil preparação, podendo ser conservada em potes de vidro com tampa de rosca. Indicado para: sorvetes, Bavaoís e pudins.

Ingredientes

1 ½ xícara de chá de açúcar granulado DOÇUCAR / 1 xícara de chá de água / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / ½ xícara de chá de nozes, amêndoas, ou castanhas de caju.

Modo de fazer

Ferva o DOÇUCAR com a água até obter o ponto de caramelo claro. Junte as nozes e a manteiga ou margarina e deixe no fogo até acentuar a cor. *Ferva o DOÇUCAR com a água na PA por 8 minutos, mexendo 4 vezes. Junte a manteiga ou margarina e as nozes e volte à PA por 1 minuto.* Jogue no mármore untado, esfrie, moa e guarde bem vedado.

Fogão Convencional: Rendimento: 450g.

Microondas: Utilização total. Rendimento: 450g.

Freezer: _____

PÃO DE LÓ

Massa utilizada com recheios e coberturas.

Ingredientes

4 colheres de sopa de açúcar UNIÃO / 4 ovos / 4 colheres de sopa de farinha de trigo.

Modo de fazer

Bata o açúcar com os ovos, até obter uma gemada clara. Misture a farinha e coloque na fôrma untada, o fundo forrado com papel também untado e asse no forno pré-aquecido. *Coloque no refratário sem untar e leve ao MO, na PM por 10-12 minutos. Tire do MO, cubra com papel-alumínio e aguarde 8 minutos.* Esfrie e corte em cubos.

Fogão Convencional: Capacidade da fôrma ou refratário tipo assadeira (n.º 2): 2500ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderada). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 46 cubos com 3 x 3cm.

Microondas: Utilização total. Rendimento: 46 cubos com 3 x 3cm.

Freezer: Congelamento: em aberto, embale e volte ao freezer. Descongelamento: gelaadeira; temperatura ambiente; forno brando; MO.

DICAS

- Para medir a capacidade de uma fôrma, encha-a de água e meça a quantidade usada.
- Prepare o purê de batata com leite em pó em vez de leite "in natura", pois, se a batata é aguada, o purê fica ralo.
- Use a batedeira para moer a batata cozida e quente. O purê fica perfeito, mas só coloque o leite quando o levar ao fogo.
- Use uma pitada de bicarbonato de sódio para "consertar" um molho (quente) em que exagerou no limão.
- Se um crema talhar, esfrie e bata no liquidificador para voltar a ligar.
- Se a maionese talhar, coloque uma colher de água fervente numa tigela e acrescente a maionese às colheradas.
- Abra as massas de tortas entre dois plásticos. Não gruda no mármore, nem no rolo, e fica com a mesma espessura.
- Quando caramelar calda, misture o açúcar com metade do seu volume de água. Não caramele açúcar sem água.
- Quando fizer rocambole não bata a massa demais. Quebra ao enrolar.
- Se o papel que forra o fundo da fôrma colar na massa, ensope-o, enquanto quente, com água fria. Ele solta com facilidade.
- Ao empanar carne, croquetes ou rissólis, não bata demais o ovo. A fritura ficará mais sequinha.
- Antes de colocar chantilly no saco de confeitar, enrole-o num pedaço de plástico como um cartucho. Colocando-o dessa forma, você fará menos sujeira e terá menos trabalho.
- Rodelas de limão na água do banho-maria evitam que o alumínio escureça.
- Croquetes de massa cremosa não quebram se, ao fritar, forem virados diversas vezes com colher ou escumadeira.
- Ferva o leite numa vasilha molhada para não grudar no fundo.
- Para bolinhos de bacalhau, use ovos inteiros ao invés de bater as claras em neve. Isso evita que fiquem gordurosos.
- Quando cozinhar arroz, depois de pronto, retire a panela do fogo e coloque-a sobre um pano molhado em água fria. Solta o arroz do fundo.
- Unte com margarina as beiradas e alças das travessas e fôrmas refratárias antes de levá-las ao forno, para que os tostados soltem com facilidade no momento de lavar.
- Antes de fritar as batatas, lave-as inteiras, enxugue num pano e só depois corte no tamanho desejado.
- Uma omelete precisa apenas que a gema e a clara estejam bem ligadas. Não bata demais os ovos para não deixá-la seca e quebradiça.
- Coe o óleo das frituras antes de guardar para que não conserve cheiros.
- Frite o peixe em pouco óleo para evaporar rápido sua umidade.
- Antes de preparar qualquer ave, deixe-a pelo menos 1 hora em água com rodela de limão, sal e um pouco de vinagre, para tirar o cheiro das penas.
- E mais rápido levedar massa de pão dentro de saco plástico.
- Vinhos, cerveja e refrigerantes gelam mais rápido se as garrafas forem colocadas dentro de um balde de metal, cobertas com gelo, dois punhados de sal e meio litro de álcool (COPERALCOOL). Rode a garrafa com as mãos e em cinco minutos a bebida estará gelada.

RECEITAS PRÁTICAS



SÁBADO E DOMINGO

Os sábados e domingos são sempre dias de planos e expectativas. É o momento de compensar a correria da semana, praticar seu esporte favorito, fazer compras, e estar mais tempo perto da família e dos amigos. Sabemos que para conciliar os compromissos em família com a administração da casa, o tempo torna-se curto e somente nos finais de semana se consegue a tranquilidade necessária para preparar aquele prato delicioso que você sempre apresenta.

Pensando na vontade que você tem de agradar o seu pessoal na hora da refeição, sem lhe roubar o prazer do merecido descanso e lazer, elaboramos e testamos algumas receitas adequadas para o seu cardápio do fim de semana.

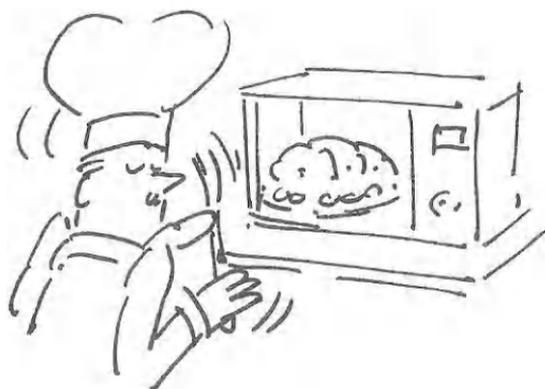
Algumas delas podem ser preparadas com antecedência e apresentadas, depois, com o mesmo brilho e sabor como se tivessem sido feitas no momento. Isso lhe deixa mais tempo disponível para outras atividades que também lhe dão prazer. Quase todas permitem o preparo de porções maiores que o necessário, para que sejam guardadas e voltem à mesa algum tempo depois ou mesmo durante a semana. Como diz o ditado, sempre é bom aproveitar quando se está com a mão na massa.

O Peixe Aldrabão tem a grande vantagem de não ter espinhas e pode ser preparado com antecedência. Além de excelente sabor, suave e delicado, você terá também um prato com bom visual.

Já que estará mexendo em peixe, aproveite para comprar um pouco mais. Dê uma fervida e guarde no freezer ou congelador, isso vai lhe ajudar para o cardápio do meio de semana.

Os Casadinhos de Vitela oferecem uma forma interessante de servir língua. Pode-se também comprar a língua num tamanho maior e, depois de cozida, guardar metade no freezer para preparar na semana seguinte de outra maneira, como por exemplo com molho vinagrete ou outro de sua preferência.

Às vezes, no fim de semana, a mesa se enche de gente amiga. Neste caso, sugerimos a Torta de Miúdos de Frango e Palmito que pode ser feita com alguma antecedência. Antes de servir é só levar ao forno e pronto.



E aproveite para preparar mais uma para congelar. Em qualquer dia das próximas semanas ela estará novamente presente à mesa.

E a sobremesa? Num fim de semana o doce faz parte dos planos.

A Surpresa de Café é boa escolha para uma família numerosa.

E, mais uma vez, faça o dobro de suspiros, do crocante e dos cremes.

Guarde metade no freezer.

A Torta Crespa, além de ser uma receita clássica, é muito simples e prática. É uma sobremesa discreta para apreciadores da simplicidade.

Mas ao sabor ninguém escapa. Experimente!

Sempre com sugestões para serem acrescentadas ao seu cardápio, o nosso critério de escolha nunca perdeu de vista que o fim de semana envolve sempre momentos de prazeres alternados.

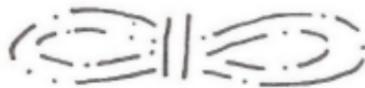
Descanse, divirta-se, curta o que lhe dá mais prazer e aceite nossa contribuição na área das comidas. Com tudo isso as possibilidades de um sábado e domingo bem aproveitados aumentam.



SÁBADO E DOMINGO

ÍNDICE

Cappelletti ao funghi.....	13
Torta de miúdos de frango e palmito.....	14
Ervilhas com frango.....	15
Fricassé de moelas.....	16
Bôla do norte.....	17
Fofas com recheio de carne.....	18
Peixe aldrabão.....	21
Escalopes de fígado com creme.....	22
Rim flambado.....	23
Casadinhos de língua de vitela.....	24
Surpresa de café.....	25
Torta crespa.....	26



CAPPELETTI AO FUNGHI

Ingredientes

500g de cappelletti de frango, cozido / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1 litro de leite fervente (PA por 8 minutos) / 40g de funghi (tipo de cogumelos secos), picado e deixado de molho até ficar macio (cubra com água fria e leve a PA por 1 minuto) / sal e noz-moscada, a gosto / 1 lata de creme de leite.

Modo de fazer *

Ligue o forno no máximo e coloque o recipiente de barro em que for preparar a receita. Reserve o cappelletti. Leve ao fogo a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo até cozinhar. Acrescente o leite aos poucos, mexendo bem após cada adição. Junte o funghi, o sal, a noz-moscada e o creme de leite, misture e deixe aquecer bem, sem ferver. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite aos poucos e leve à PA por 6-8 minutos, mexendo 2-3 vezes. Adicione os ingredientes restantes e leve à PA por 2 minutos, mexendo 1 vez. Utilize.* Misture $\frac{1}{3}$ desse creme ao cappelletti e coloque no recipiente aquecido. Cubra com o creme restante e volte ao forno para gratinar.

Sirva sem acompanhamento.

Fogão Convencional

Capacidade do recipiente de barro: 2500ml (ver dicas pág. 8).

Temperatura do forno: 250°C (bem quente).

Tempo de forno para gratinar: cerca de 10 minutos.

Rendimento: 6 porções.

Microondas

Utilização mista: fogão convencional e MO.

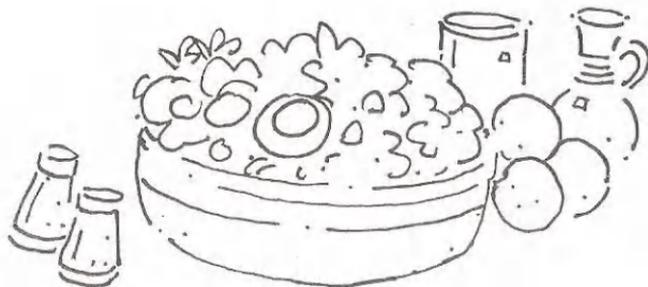
Rendimento: 6 porções.

Freezer

Congelamento: esfrie, embale e congele.

Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.

Aqueça para servir.



TORTA DE MIÚDOS DE FRANGO E PALMITO

Ingredientes - Massa

4 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (400g) / 1 xícara de chá bem cheia de manteiga ou margarina (250g) / 1 colher de sopa rasa de sal / água gelada suficiente para ligar a massa (2 a 3 colheres de sopa) / 1 gema para pincelar.

Ingredientes - Recheio

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 cebola média, ralada / 3 dentes de alho, socados / 300g de moelas de frango, cozidas e picadas / 300g de fígado de frango, cozido e picado / 1 vidro grande de palmito, escorrido e picado / 1 xícara de chá de caldo de galinha / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 3 gemas / 3 colheres de sopa de suco de limão / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 xícaras de chá de leite fervente (PA por 4 minutos) / sal e noz-moscada ralada, a gosto.

Modo de fazer - Massa

Faça uma "farofa" com a farinha, a manteiga ou margarina e o sal. Acrescente a água, trabalhando a massa com as pontas dos dedos, até ligar, sem amassar. Deixe descansar 30 minutos.

Modo de fazer - Recheio

Leve ao fogo a manteiga ou margarina com a cebola e o alho, cozinhando sem corar. Junte os miúdos, o palmito e o caldo, tempere com o sal e a pimenta e deixe ferver por 5 minutos. Bata as gemas com o limão e junte aos miúdos, mexendo até engrossar. Reserve. Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Adicione o leite, aos poucos, mexendo bem após cada adição. Tempere com o sal e a noz-moscada, e misture com os miúdos. Deixe esfriar e empregue.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite aos poucos e volte à PA por 3-2 minutos, mexendo, 2-3 vezes. Tempere e misture ao composto reservado. Esfrie e empregue.

Modo de montar - Torta

Com o rolo, abra $\frac{2}{3}$ da massa entre 2 folhas de plástico e forme a fôrma. Recheie e cubra com a massa restante, aberta do mesmo modo. Pincele com a gema e leve ao forno pré-aquecido até assar e corar. Sirva quente e acompanhe com salada crua ou legumes cozidos.

Fogão Convencional

Capacidade da fôrma: 2500ml
(ver dicas pág. 8).

Temperatura do forno: 175°C
(moderado).

Tempo de forno: cerca de
40 minutos.

Rendimento: 12 porções.

Microwondas

Utilização mista: fogão convencional e MO.
Rendimento:
12 porções.

Freezer

Congelamento: esfrie, embale e congele.

Descongelo: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.

Aqueça para servir.

ERVILHAS COM FRANGO

Ingredientes

1 frango grande, em pedaços / 1 xícara de chá de vinho branco seco / 1 colher de chá de sal / 1 colher de café de pimenta-do-reino preta / 1 cebola grande, picada / 1 colher de sopa de azeite / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2kg de ervilhas frescas, de bago miúdo e tenro / 1 colher de chá de açúcar UNIAO.

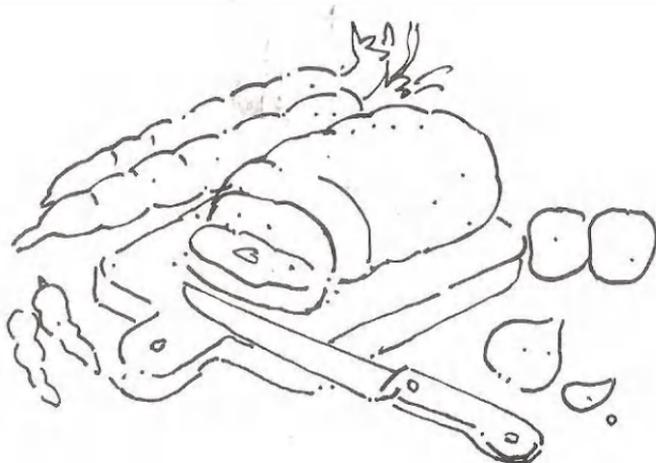
Modo de fazer

Tempere o frango com o vinho, o sal, e a pimenta. Deixe tomar gosto por 2 horas, nessa marinada.

Doure levemente a cebola com o azeite e a manteiga ou margarina. Junte o frango, mexendo sempre até dourar bem. Adicione a marinada, e deixe cozinhar, acrescentando pequenas porções de água quando necessário. Quando estiver meio cozido, junte as ervilhas e o açúcar e mantenha a panela tampada e o fogo baixo para não evaporar o molho antes do cozimento das ervilhas e do frango. Deve ficar com molho e bem apurado.

Sirva sem acompanhamento.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	Microondas	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente: banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	-------------------	--



FRICASSÉ DE MOELAS

Ingredientes

1kg de moelas de frango, sem peles e sem gorduras / 2 litros de água / 1 colher de chá de sal / 2 colheres de sopa de óleo / 1 cebola grande, picadinha / 6 gemas / 2 colheres de sopa de suco de limão / 1 colher de chá bem cheia de farinha de trigo / sal a gosto / 2 colheres de sopa bem cheias de salsa, picada bem fina.

Modo de fazer

Cozinhe as moelas com a água e o sal, até ficarem macias.

Cozinhe as moelas fatiadas em recipientes tampado na PA por 18-20 minutos.

Escorra e corte em fatias. Reserve o caldo.

Leve ao fogo o óleo com a cebola, refogando levemente. Junte as moelas e deixe apurar. Acrescente o caldo reservado e deixe ferver por 5 minutos.

Bata as gemas com o suco de limão e a farinha, misture com um pouco do molho quente e jogue na panela, mexendo até cozinhar e engrossar. Verifique o tempero e adicione a salsa.

Leve o óleo com a cebola à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Junte a moela e o caldo e volte à PA por 5-7 minutos, acrescente os ingredientes restantes e coloque na PM por 3-5 minutos, mexendo 2 vezes.

Este prato deve ficar com bastante molho.

Sirva quente. Acompanhe com quadradinhos de pão frito, arroz branco ou purê de batata, (ver dicas pág. 8) tostado no forno.

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
--	--	--



BÔLA DO NORTE

Ingredientes

1 colher de sopa rasa de açúcar UNIÃO / 1 tablete de fermento fresco (15g) / ½ xícara de chá de leite morno / 1 ovo / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 ⅓ de xícara de chá de fubá / ¾ de xícara de chá de farinha de trigo / 1 colher de chá rasa de sal / 1 alheira de 400g / 1 gema para pincelar.

Modo de fazer

Misture o açúcar com o fermento e o leite até dissolver.

Junte os ingredientes restantes, menos a alheira, sovando a massa. Deixe crescer até dobrar o volume.

Abra dois discos de mais ou menos 30cm de diâmetro. Coloque um disco sobre uma assadeira levemente untada, espalhe a alheira aos pedaços, cubra com o outro disco de massa, apertando as laterais.

Deixe crescer até dobrar o volume, pincele com a gema e leve ao forno pré-aquecido até assar e corar.

Sirva quente, de preferência no lanche.

Nota: A mesma receita pode ser feita utilizando-se lingüiça gorda, sem pele.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 8 porções.	Microondas _____	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; forno brando.
---	----------------------------	--



FOFOS COM RECHEIO DE CARNE

Ingredientes - Massa

1 colher de sopa de açúcar UNIÃO / 2 tabletes de fermento fresco (30g) / $\frac{3}{4}$ de xícara de chá de leite morno / 2 ovos / 1 colher de sopa bem cheia de manteiga ou margarina (50g) / 1 colher de sopa rasa de sal / 400g de batata cozida e espremida / 6 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (600g).

Ingredientes - Recheio

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 xícaras de chá mal cheias de leite fervente (350ml) (PA por 3 minutos) / 2 xícaras de chá de carne cozida ou assada, moída / sal, pimenta-do-reino preta e noz-moscada, a gosto.

Modo de fazer - Massa

Dissolva o açúcar, o fermento e o leite, e acrescente os ingredientes restantes, pela ordem.

Deixe crescer até dobrar o volume.

Modo de fazer - Recheio

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Acrescente o leite, aos poucos, mexendo após cada adição. Junte a carne e os temperos, misturando bem.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto.

Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 1 vez. Acrescente o leite, aos poucos e cozinhe na PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Adicione a carne e os temperos, misturando bem.

Deixe esfriar completamente e empregue.

Modo de preparar - Fofos

Pegue porções da massa (mais ou menos 1 colher de sopa), abra entre as mãos, recheie com uma porção do recheio e enrole como uma bolinha.

Coloque sobre assadeiras polvilhadas com farinha e deixe crescer novamente.

Frite em óleo quente até dourar dos dois lados e escorra em papel absorvente.

Sirva quente ou frio e acompanhe com salada crua ou vegetais cozidas, temperados com azeite e vinagre.

Fogão convencional Rendimento: 50 fofos.	Microondas Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 50 fofos.	Freezer
--	--	----------------

A direita: Fofos com Recheio de Carne





PEIXE ALDRABÃO

Ingredientes

1 peixe inteira (mais ou menos 1,500kg) / miolo de 2 pãezinhos / 1 ½ xícara de chá de leite / 1 ½ colher de sopa de farinha de rosca / 1 ½ colher de sopa de queijo parmesão, ralado / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de salsa, picada / 2 gemas / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de chá de pimenta-do-reino branca / 1 colher de sobremesa de farinha de rosca / 1 colher de sobremesa de queijo, ralado / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de suco de limão.

Modo de fazer

Limpe o peixe, corte o rabo, a cabeça e as barbatanas, reservando-os para posterior utilização. Retire a pele e as espinhas e separe toda a carne do peixe. Moa, acrescente o pão já embebido no leite e os 7 ingredientes restantes, misturando bem. Faça o peixe num refratário untado. Coloque a cabeça, o rabo e as barbatanas nos seus devidos lugares, de maneira que fique como se fosse o peixe natural. Salpique com a farinha de rosca e o queijo misturados, a manteiga ou margarina e respingue com metade do suco de limão. Leve ao forno pré-aquecido até assar e corar. Tire do forno, regue o restante do suco do limão e sirva.

Acompanhe com couve-flor cozida e temperada com manteiga, ou creme de espinafre.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 6 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.

À esquerda: Peixe Aldrabão



ESCALOPES DE FÍGADO COM CREME

Ingredientes

1 kg de pequenos e finos bifés de fígado de porco (escalopes) /3 colheres de sopa de shoyu/3 colheres de sopa de farinha de trigo/1 tablete de margarina para dourar os escalopes/1 colher de sopa de manteiga ou margarina/1 cebola grande, ralada/1 1/2 xícara de chá de água fervente/2 tabletes de caldo de carne/1 xícara de vinho branco, seco/1 colher de chá de molho inglês/1 lata de creme de leite com o soro/2 colheres de sopa bem cheias de salsa, picada.

Modo de fazer

Tempere os escalopes com o shoyu e deixe por 5 minutos. Polvilhe com a farinha e passe muito rapidamente, pela margarina bem quente. Reserve os escalopes.

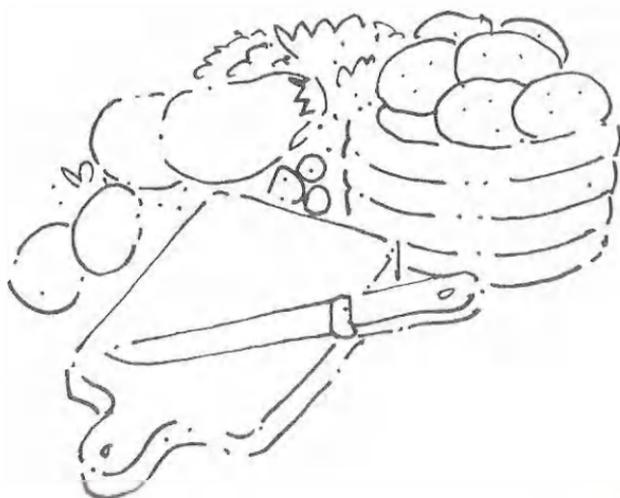
Na mesma frigideira, leve ao fogo a manteiga ou margarina (1 colher), com a cebola e deixe dourar levemente. Junte a água, o caldo, o vinho e o molho inglês, deixando ferver até apurar e reduzir o molho.

Acrescente os escalopes e deixe ferver 5 minutos. Adicione o creme de leite e misture deixando levantar fervura.

Polvilhe com a salsa e sirva quente.

Acompanhe com bolinhos de mandioca, salada de vegetais cozidos e arroz branco.

Fogão Convencional Rendimento: 10 porções.	Microondas	Freezer



RIM FLAMBADO

Ingredientes

1 kg de rim de vitela / leite suficiente para cobrir o rim / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 2 xícaras de chá de vinho tinto / 2 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de conhaque / 2 xícaras de chá de cogumelos, fatiados (frescos ou de lata) / 1 colher de chá de farinha de trigo / 1 lata de creme de leite com o soro / 2 colheres de sopa de salsa, picada.

Modo de fazer

Corte o rim em fatias, retire a gordura e os canais maiores. Lave com água, esfregue com sal, lave de novo em água corrente, escorra e deixe mergulhado no leite, no mínimo por 1 hora. Passe por várias águas, escorra e tempere com o sal, a pimenta e o vinho. Deixe nessa marinada no mínimo por 30 minutos e no máximo até o dia seguinte, na geladeira. Reserve a marinada.

Esquente a manteiga ou margarina numa frigideira funda, até começar a dourar.

Junte o rim bem escorrido e deixe tomar cor em fogo forte e mexendo sempre.

Esquente o conhaque numa concha sobre o fogo, até fazer chama. Jogue sobre o rim, deixe flambar e tampe antes que a chama se apague.

Retire o rim e refogue os cogumelos na gordura que ficou na frigideira. Acrescente a marinada e deixe apurar. Adicione a rim, salpique com a farinha, mexa bem e junte o creme de leite, tudo com fogo forte.

Verifique o tempero, acrescente a salsa e sirva bem quente. Acompanhe com batatinhas cozidas ou purê de batatas (ver dicas pág. 8).

Nota: Se não quiser usar o creme de leite, junte o rim aos cogumelos, com a marinada já reduzida, e sirva com a salsa e os mesmos acompanhamentos.

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	-------------------	--

CASADINHOS DE LÍNGUA DE VITELA

Ingredientes

1 língua de vitela cozida / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 3 salsichas moídas / 1 gema / 1 colher de sopa de leite / 1 colher de chá de shoyu / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 colher de sopa de salsa, picada / 1 colher de sopa de suco de limão / 1 colher de sopa de vinho branco seco / sal e pimenta-do-reino preto, a gosto / farinha de trigo, ovos batidos e farinha de rosca suficientes para empanar os casadinhos.

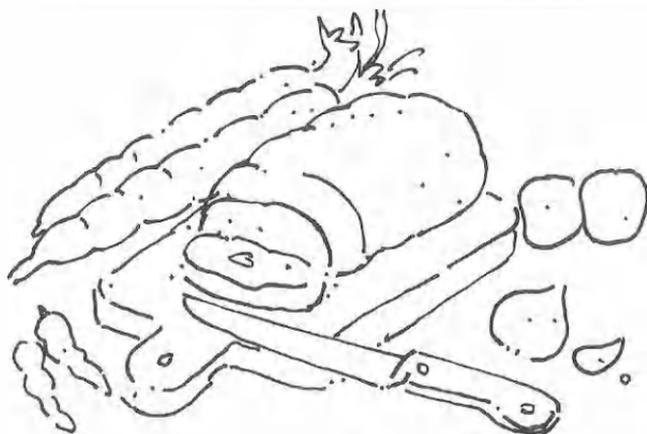
Modo de fazer

Fatie a língua e reserve.

Misture os ingredientes seguintes e recheie duas a duas as fatias da língua. Ajuste bem para segurar o recheio. Passe os casadinhos pela farinha de trigo, ovos e farinha de rosca. Frite em óleo quente, até ficarem tostadas e sequinhas. Escorra em papel absorvente e sirva quente.

Acompanhe com salada russa, com repolho roxo refogado ou legumes cozidos temperados.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	<i>Microondas</i> _____	Freezer _____
---	----------------------------	-------------------------



SURPRESA DE CAFÉ

Ingredientes - 1.ª Camada (Creme de Café) - 3 colheres de sopa de açúcar UNIÃO / 4 xícaras de chá mal cheias de leite / 1 lata de leite condensado / 4 gemas passadas pela peneira / 5 colheres de sopa rasas de maizena / 2 colheres de sopa rasas de manteiga ou margarina / ½ xícara de chá de café UNIÃO, CABOCLO ou PILÃO, coado e forte / 1 colher de chá de essência de baunilha.

Ingredientes - 2.ª Camada (Biscoitos) - 1 lata de creme de leite gelado, com o soro / 200g de biscoitos tipo inglês, esmigalhados (1 pacote).

Ingredientes - 3.ª Camada (Crocante) - 1 ½ xícara de chá de açúcar granulado DOÇUCAR / 1 xícara de chá de água / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / ½ xícara de chá de castanha de caju torrada e picada.

Ingredientes - 4.ª Camada (Suspiros) - 12 colheres de sopa de açúcar de confeiteiro GLAÇUCAR / 4 claras.

Ingredientes - 5.ª Camada (Calda de Café) - 3 colheres de sopa de açúcar UNIÃO / 1 xícara de chá de café UNIÃO, CABOCLO ou PILÃO, coado e forte / ¾ de xícara de chá de leite / 3 colheres de sopa rasas de chocolate em pó / 1 colher de sopa rasa de maizena / 1 colher de sopa rasa de manteiga ou margarina.

Modo de fazer - 1.ª Camada (Creme de Café) - Misture todos os ingredientes, menos a baunilha, e leve ao fogo, mexendo até engrossar. Tire do fogo, acrescente a baunilha e despeje no refratário. Deixe esfriar. *Misture todos os ingredientes, menos a baunilha e leve à PA por 20 minutos, mexendo 6-7 vezes. Tire do MO, junte a baunilha e utilize.*

Modo de fazer - 2.ª Camada (Biscoitos) - Misture bem o creme de leite. Reserve os dois ingredientes.

Modo de fazer - 3.ª Camada (Crocante) - Ferva o DOÇUCAR com a água até obter um caramelo claro. Acrescente a manteiga ou margarina e a castanha e deixe o caramelo tomar mais cor. Jogue sobre um mármore untado e deixe esfriar. Moa ou passe o rolo por cima, quebrando não muito fino. Reserve. *Ferva o DOÇUCAR com a água na PA por 6 minutos, mexendo 2-3 vezes. Acrescente a manteiga ou margarina e a castanha e volte à PA por 2-3 minutos. Jogue sobre um mármore untado e deixe esfriar. Moa e reserve.*

Modo de fazer - 4.ª Camada (Suspiros) - Bata o GLAÇUCAR com as claras até o ponto de merengue. Faça os suspiros pequenos em assadeira forrada com papel. Leve ao forno pré-aquecido até assar, sem corar. Deixe esfriar e reserve.

Modo de fazer - 5.ª Camada (Calda de Café) - Misture todos os ingredientes e leve ao fogo mexendo até engrossar. Deixe esfriar e utilize. *Misture todos os ingredientes e leve à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Deixe esfriar e utilize.*

Modo de montar - Doce - Sobre o creme de café já no refratário, espalhe os biscoitos, cubra com metade do creme de leite, metade do crocante, metade dos suspiros esmigalhados, e restante do creme de leite. Arrume por cima os suspiros inteiros, espalhe a calda de café e o restante do crocante. Sirva gelado.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno para o suspiro: 120°C (brando). Tempo de forno para o suspiro: cerca de 30 minutos. Capacidade do refratário: 3000ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 16 porções.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 16 porções.	

TORTA CRESPA

Ingredientes - Massa

6 colheres de sopa rasas de açúcar UNIÃO / 2 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (190g) / 5 colheres de sopa rasas de manteiga ou margarina (125g).

Ingredientes - Cobertura

1 xícara de chá mal cheia de açúcar UNIÃO (100g) / ½ xícara de chá de manteiga ou margarina (100g) / 3 colheres de sopa de leite / 100g de amêndoas, sem pele e grosseiramente picadas / 1 xícara de chá de chantilly (200g).

Modo de fazer - Massa

Misture os ingredientes, ligando com as pontas dos dedos, sem amassar. Deixe na geladeira coberto por 1 hora. Abra entre 2 folhas de plástico e forre o fundo da tarteira, levantando 0,5cm nas bordas.

Leve ao forno pré-aquecido até que seque, sem corar, enquanto prepara a cobertura.

Modo de fazer - Cobertura

Leve ao fogo o açúcar com a manteiga ou margarina, mexendo sempre até derreter. Acrescente o leite e as amêndoas, mexa até que comece a amarelar. Cubra a torta e leve-a de novo ao forno para tostar.

Desenforme depois de esfriar completamente.

Sirva simples ou com chantilly bem gelado.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da tarteira: 2500ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: - massa: 200°C (quente). - massa com cobertura: 175°C (moderado). Tempo de forno: - massa: cerca de 20 minutos. - massa com cobertura: cerca de 20 minutos. Rendimento: 16 porções.		

SEGUNDA A SEXTA



SEGUNDA A SEXTA

As exigências inevitáveis da sociedade atual envolvem a vida da mulher em todos os momentos, como esposa, mãe ou simplesmente mulher.

Ao longo do tempo ela assumiu uma quantidade bastante grande de compromissos antes longe de sua esfera de atuação. Hoje ela é secretária, executiva, administradora da família, sem falar dos cuidados consigo mesma, a prática de esporte, os cursos, enfim, todas as atenções que tem como parte da sua valorização pessoal.

Nada disso, porém, lhe tira a satisfação e a responsabilidade de manter a boa alimentação de sua família e o cardápio variado. Por isso, você precisa cada vez mais de soluções práticas e da garantia de bons resultados.

Pensando em como apoiar você, criamos um cardápio especial, cujas receitas cabem direitinho no seu tempo de segunda a sexta.

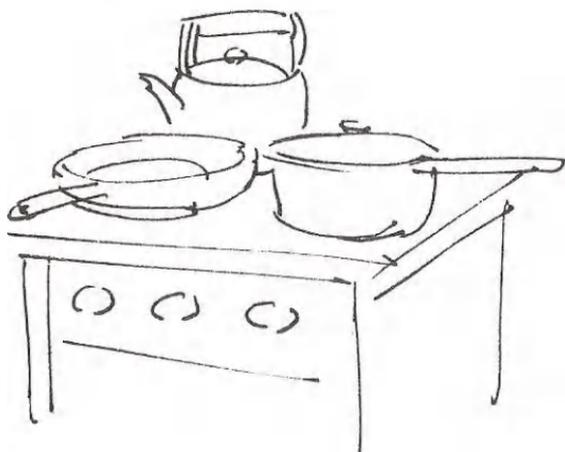
Nossa seleção de receitas indicadas para os dias de semana levou em consideração a praticidade e o pouco tempo que você tem para preparar as refeições. Portanto, rapidez e facilidade no preparo são características que determinam a confecção deste cardápio que propomos.

Começando pelo Pudim de Arroz. Sugerimos que o escolha para dias quentes. O preparo é extremamente simples e os ingredientes que compõem a receita são coisas que sempre se têm em casa.

Não nos preocupamos com os ovos pois você pode manter alguns já cozidos na geladeira, fazendo dois risquinhos para não serem confundidos com os crus.

Mesmo com toda a sua vida completamente absorvida pelo trabalho durante a semana, você não deixa de ter amigos para o jantar. Você os convida, isso lhe dá prazer! Apenas depende da receita, do que ele pode aferecer de prático e rápido.

A Salada Frescati é um misto de beleza e sabor. Ela dá à sua mesa uma elegância irresistível.



Às vezes, mesmo no dia a dia e com pouco tempo, e agradável uma refeição especial. Especial mas rápida!

Experimente esse Bife à Café. No fundo é um bife extremamente simples, com um molho de creme que lhe dá um sabor delicioso.

Sirva-o no jantar, em frigideiras de barro, as batatinhas separadas e acompanhe com fatias de pão tipo baguete.

Num dia frio, quando se curte de uma forma especial a intimidade da família, experimente a Torta Fofa de Carne à Bolonhesa. Dê uma olhada nas dicas no início do livro e veja porque essa receita faz parte deste capítulo da rapidez.

Mas falta o doce.

Todo mundo gosta de uma sobremesa. Ela complementa a refeição, e é sempre acolhida como um presente de amor e carinho.

As Taças Douradas são ótimas! Com apenas três ingredientes você prepara uma sobremesa extremamente rápida e que atende a todos os gostos e ao dia a dia.

E as Taças Fantasia? Dê uma olhada nas sugestões de doces e veja como é fácil.

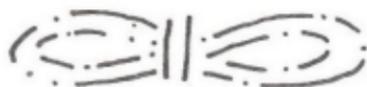
Para uma pessoa organizada como você, vai ser fácil fazer as receitas deste capítulo!



SEGUNDA A SEXTA

ÍNDICE

Consommé de leite	31
Sufilé de funghi	32
Arroz do prado	33
Pudim de arroz	34
Salada colorida	35
Salada frescati	36
Pastelão de batatas	39
Bife à café	40
Torta fofa com carne à bolanhesa	41
Frango com creme suíço	42
Taças fantasia	43
Taças douradas	44



CONSOMMÉ DE LEITE

Ingredientes

½ kg de batatas cozidas no vapor ou pressão / 2 alhos-porós cozidos no vapor ou pressão (PA por 3-4 minutos em saco próprio ou refratário com tampa) / sal a gosto / mais ou menos 1 litro de leite quente (PA por 4-5 minutos) / ½ lata ou 3 colheres de sopa de creme de leite / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina.

Modo de fazer

Junte as batatas (bem quentes), o alho-poró, o sal e o leite, e bata no liquidificador até ficar cremoso. É conveniente ir acrescentando o leite aos poucos porque depende muito do tipo da batata a cremosidade da preparação. Leve ao fogo brando, mexendo de vez em quando até levantar fervura. Desligue o fogo, acrescente o creme de leite, misture bem e adicione a manteiga ou margarina.

Passa para um refratário e leve à PA por 3-4 minutos, mexendo 1 vez. Tire do MO, acrescente o creme de leite e a manteiga ou margarina misturando bem.

Sirva em taças, tigelinhas ou xícaras, acompanhando com pequenas torradas ou bolachas salgadas.

Fogão Convencional Rendimento: cerca de 2 litros.	Microondas Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: cerca de 2 litros.	Freezer _____
---	---	-------------------------



SUFLÊ DE FUNGHI

Ingredientes

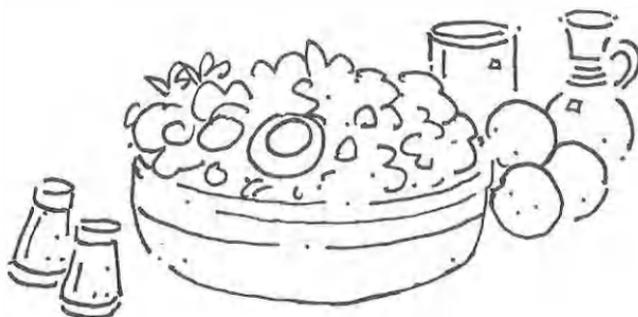
2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / ½ litro de leite fervente (PA por 4-5 minutos) / sal, pimenta-do-reino branca e noz-moscada ralada, a gosto / 4 gemas / 1 xícara de chá de funghi (tipo de cogumelos secos), picado e deixado de molho até ficar macio (cubra com água fria e leve à PA por 30 segundos) / 4 claras em neve.

Modo de fazer

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Acrescente o leite, aos poucos, mexendo após cada adição. Junte o sal, a pimenta, a noz-moscada e as gemas, mexendo até cozinhar. Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha e volte à PA por 2-3 minutos mexendo 2 vezes. Acrescente o leite, aos poucos e leve à PA por 3-4 minutos mexendo 2-3 vezes. Tempere e adicione a gema, misturando bem. Acrescente o funghi, misture e deixe amornar. Misture as claras, sem bater. Coloque no refratário bem untado e leve ao forno pré-aquecido até crescer e dourar.

Sirva imediatamente como entrada e sem acompanhamento.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 2000ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 30 minutos. Rendimento: 8 porções.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 8 porções.	_____



ARROZ DO PRADO

Ingredientes

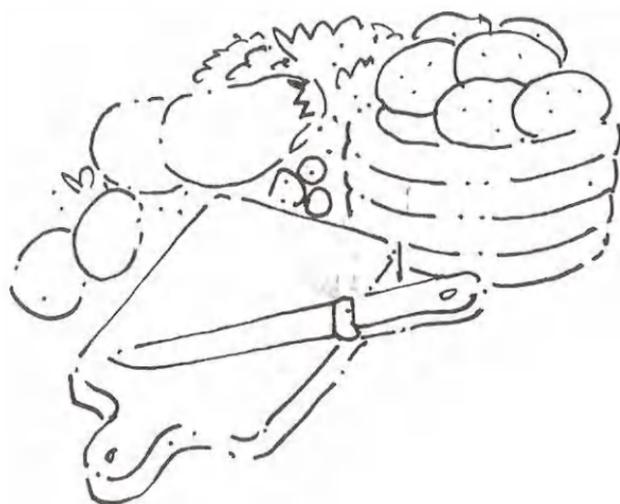
½ kg de arroz cru / 2 tabletes de caldo de carne / 300g de salame, bem picado / 4 colheres de sopa bem cheias de salsa, bem picada / frios em fatias finas / rabanetes para decoração.

Modo de fazer

Cozinhe o arroz em bastante água sem sal, escorra completamente sem deixar que esfrie. Misture com os tabletes de caldo de carne esfarelados, o salame e a salsa até ficar tudo bem envolvido. Coloque na forma bem untada, comprimindo para não desmontar ao desenformar. Desenforme, guarneça com os frios e decore com flores de rabanetes.

Sirva simples ou como acompanhamento de carnes ou Fofos com Recheio de Carne (ver receita pág. 18).

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 2750ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 16 porções.		



PUDIM DE ARROZ

Ingredientes - Pudim

2 xícaras de chá de arroz cru / 4 xícaras de chá de água / 1 cebola média, ralada / 1 raminho de salsa / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 latas de atum, escorrido e desfeito com garfo.

Ingredientes - Cobertura e Decoração

1 vidro de maionese (250g) / 1 colher de sopa de mostarda / 4 ovos cozidos, cortados em rodela.

Modo de fazer - Pudim

Cozinhe o arroz na água com a cebola, a salsa, o sal e a manteiga ou margarina. Pode ser usado arroz que tenha sobrado. Neste caso, mergulhe-o em água fervente para soltar os grãos, escorra bem, junte a manteiga ou margarina, e proceda de acordo com a receita. Numa tigela, faça camadas alternadas de arroz e atum, terminando com arroz. Aperte bem e desenforme.

Modo de fazer - Cobertura e Decoração

Misture a maionese com a mostarda e cubra o pudim usando o saco de confeitar. Decore com as rodela de ovos.
Sirva sem acompanhamento.

Fogão Convencional Capacidade da tigela: 1500ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 8 porções.	Microondas _____	Freezer _____
--	----------------------------	-------------------------

SALADA COLORIDA

Ingredientes

½ xícara de chá de cebolinha verde, bem picada / 250g de presunto cozido, cortado em cubinhos / 250g de queijo prato ou estepe, cortado em cubinhos / 1 lata pequena de milho verde, bem escorrido / 2 abacates meio verdes (bem firmes), cortados em cubinhos / 1 colher de chá de sal / 1 colher de chá de pimenta-do-reino preta / 2 colheres de sopa de azeite / 1 colher de sopa de vinagre / 1 colher de sobremesa de mostarda / 1 pé de alface (pequeno) cortado fino / ovos cozidos para decorar.

Modo de fazer

Junte os 4 primeiros ingredientes e misture delicadamente com o abacate. Tempere com sal, pimenta, azeite, vinagre e mostarda, previamente ligados, e coloque sobre a alface já arrumada na saladeira. Decore com os ovos cortados em rodelas e sirva em seguida.

Use como entrada ou acompanhando assados, Fofos com Recheio de Carne (ver receita pág. 18); Caixinhas Folhadas (ver receita pág. 183).

Rendimento: 8 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
_____	_____	_____



SALADA FRESCATI

Ingredientes

1 colher de sopa rasa de açúcar UNIÃO / 3 xícaras de chá de morangos maduros / 3 xícaras de chá de maçãs, picadas / 3 xícaras de chá de abacaxi fresco, picado / 3 xícaras de chá de salsão cortado fino / 1 xícara de chá de creme de leite fresco, gelado e batido até ficar bem espesso / ½ xícara de chá de maionese / 1 colher de sopa de alcaparras / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto.

Modo de fazer

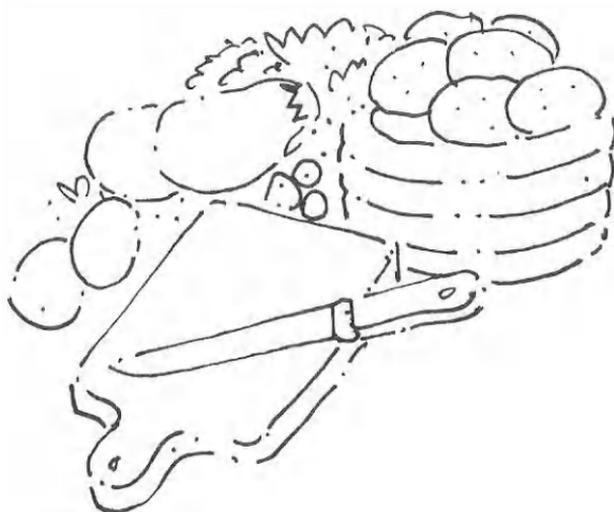
Polvilhe os morangos com açúcar enquanto prepara as outras frutas e o salsão. Misture tudo com o creme de leite, já liqüado com a maionese, as alcaparras e temperado. Arrume na saladeira e sirva gelado.

Use como entrada ou acompanhando assados, Fofos com Recheio de Carne (ver receita pág. 18) e Caixinhas Folhadas (ver receita pág. 183).

Rendimento: 8 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
_____	_____	_____

À direita: Salada Frescati







PASTELÃO DE BATATAS

Ingredientes - Massa

1kg de batatas cozidas e passadas pelo espremedor (ver dicas pág. 8) / 2 gemas / 1 colher de sopa bem cheia de manteiga ou margarina / sal e noz-moscada, a gosto / 1 gema para pincelar.

Ingredientes - Recheio

200g de queijo fresco e integral / ½ xícara de chá de salsa e cebolinha, bem picadas / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 2 colheres de sopa de uvas-passa pretas e nozes misturadas.

Modo de fazer - Massa

Junte todos os ingredientes e leve ao fogo, mexendo sempre até fazer um purê bem seco. Deixe esfriar um pouco para utilizar.

Modo de fazer - Recheio

Corte o queijo em pedaços grandes, misture com os outros ingredientes. Reserve.

Modo de montar - Pastelão

Abra a massa entre 2 plásticos, em formato oval. Coloque o recheio, dobre ao meio como um grande pastel, e arrume sobre uma assadeira untada. Pincele com a gema e com uma faca afiada faça talhos, não muito fundos para não chegarem ao recheio. Leve ao forno pré-aquecido, para corar.

Sirva com salada verde, simples ou com a Salada Colorida (ver receita pág. 35).

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 8 porções.	Microondas	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	-------------------	--

À esquerda: Pastelão de Batatas

BIFE À CAFÉ

Ingredientes

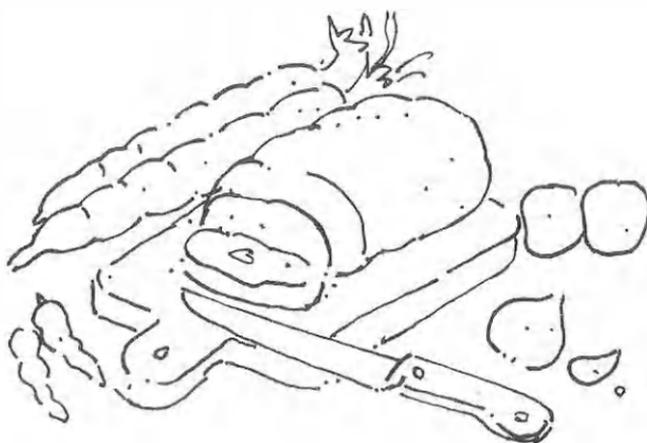
3 bifes grossos de contrafilé ou filé mignon (200g cada) / sal, pimenta-do-reino preta e alho, a gosto / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 colher de sopa bem cheia de manteiga / 5 colheres de sopa de vinho branco seco / 2 colheres de sopa de creme de leite.

Modo de fazer

Tempere a carne com o sal, a pimenta e o alho e deixe por 30 minutos, no mínimo. Polvilhe os bifes com a farinha e frite na manteiga com fogo forte, até dourarem os dois lados. Junte o vinho e tampe a frigideira, deixando por 3-4 minutos, ou conforme o gosto, para que fiquem mais ou menos passados. Acrescente o creme de leite, misture bem, deixe ferver e sirva em seguida.

Acompanhe com batatas fritas cortadas grossas e ovos mexidos.

Fogão Convencional Rendimento: 3 porções.	Microondas	Freezer
---	-------------------	----------------



TORTA FOFA COM CARNE À BOLONHESA

Ingredientes - Molho à Bolonhesa

2 colheres de sopa de óleo / 1 cebola grande, ralada / 2 dentes de alho, socados / 500g de carne bem moída (sem nervos nem gorduras) / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 100g de azeitonas verdes, picadas / ½ xícara de chá de salsa e cebolinha verde, picadas / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 xícaras de chá de polpa de tomate peneirada / 1 xícara de chá de água.

Ingredientes - Massa

500g de batatas cozidas no vapor ou pressão / ½ xícara de chá de leite / 4 gemas / 5 colheres de sopa de farinha de trigo / 1 colher de chá de sal / 1 pitada de noz-moscada / 1 colher de chá de fermento em pó / 4 claras em neve.

Modo de fazer - Molho à Bolonhesa

Leve ao fogo o óleo com a cebola e o alho, deixando amolecer, sem dourar. Acrescente a carne e refogue. Junte os ingredientes restantes pela ordem, e deixe ferver até obter um molho denso, com fogo baixo e com a panela tampada.

Leve o óleo com a cebola e o alho à PA por 3-4 minutos, mexendo 1 vez. Junte a carne e volte à PA por 4-6 minutos, mexendo 2-3 vezes. Acrescente os ingredientes restantes e volte à PA por 6-8 minutos, mexendo 2 vezes.

Escorra, reserve a parte rala do molho e coloque a carne na fôrma untada. Reserve.

Modo de fazer - Massa

Reduza as batatas à purê (ver dicas pág. 8), logo que acabaram de cozinhar, bem quentes.

Acrescente o leite, as gemas, a farinha, o sal e a noz-moscada batendo bem.

Junte o fermento e as claras, misturando sem bater.

Coloque a massa sobre a carne reservada e leve ao forno pré-aquecido até que asse e doure.

Leve ao MO na PM por 12-15 minutos.

Desenforme e cubra com o molho reservado e aquecido.

Desenforme e cubra com o molho reservado e engrossado com 1 colher de sopa de farinha de trigo na PM por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes.

Sirva quente e acompanhe com verdura cozida e refogada.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 2500ml (nº 25) (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente) Tempo de forno: cerca de 35 minutos. Rendimento: 8 porções.	Utilização mista: fogão con- vencional e MO. Rendimento: 8 porções.	

FRANGO COM CREME SUÍÇO

Ingredientes

1 pacote de sopa-creme (de galinha, cogumelos ou aspargos) / 2 xícaras de chá de leite (400ml) / 1 lata de creme de leite com o soro / 300g de frango cozido e desfiado.

Modo de fazer

Prepare a sopa-creme só com o leite, mexendo sempre porque fica grossa. Deixe amornar e acrescente o creme de leite, mexendo até obter um creme homogêneo. Junte o frango desfiado, verifique o tempero e misture bem. *Misture o pacote de sopa com o leite e leve à PA por 4-5 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente os ingredientes restantes, misturando bem.* Leve ao forno pré-aquecido em refratário retangular bem untado, até gratinar. Guarde um pouco antes de servir e acompanhe com legumes cozidos e temperados.

Fogão Convencional Capacidade do refratário: 1000ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 300°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banha-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
--	--	--



TAÇAS FANTASIA

Ingredientes da Montagem

4 pedaços de pão de lá (ver sugestões para doces, pág. 7) / 8 pedaços de merengue (ver sugestões para doces, pág. 6) / 8 pedaços de fruta fresca a gosto (abacaxi, morango, manga ou laranja) / 8 pedaços de creme inglês (ver sugestões para doces, pág. 7) / 4 colheres de sopa de calda de chocolate com cherry (ver sugestões para doces, pág. 6) / 4 colheres de sopa de crocante (ver sugestões para doces, pág. 7).

Modo de montar

Escolha 4 taças amplas, de vidro e comece a montagem com o pão de lá seguindo a ordem acima indicada. Aguarde um pouco antes de servir para que os pedaços congelados fiquem cremosos.

Essa composição, toda sobreposta, com um trabalho mínimo e rápido, apresenta-se no final, como uma sobremesa deliciosa que se pode preparar a qualquer momento.

Rendimento: 4 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer



TAÇAS DOURADAS

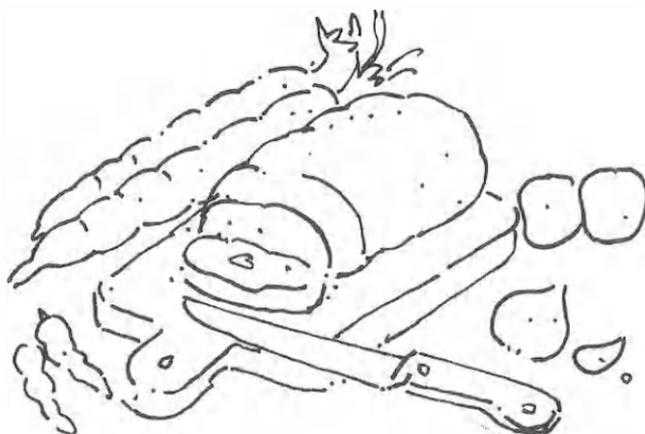
Ingredientes

2 xícaras de chá de açúcar granulado DOÇUCAR / 1 xícara de chá de água ($\frac{1}{4}$ de xícara de chá de água) / $1\frac{1}{2}$ litro de leite / 3 colheres de sopa de maisena / raspas de chocolate e castanha de caju, picada, suficientes para cobrir e decorar as taças.

Modo de fazer

Ferva o DOÇUCAR com a água, mexendo até derreter. Pare de mexer e mantenha no fogo até obter o ponto de caramelo. Acrescente o leite misturado com a maisena, mexendo sempre em fogo brando para desfazer o caramelo, ligar e cozinhar bem. Ferva a DOÇUCAR com a água na PA por 8 minutos, mexendo 2-3 vezes. Acrescente o leite misturado com a maisena e volte à PA por 7-8 minutos, mexendo 5-6 vezes. Coloque em taças, cubra com as raspas de chocolate que devem derreter com o calor do creme, e salpique com as castanhas de caju. Sirva morno ou frio.

Fogão Convencional Rendimento: 12 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 12 porções.	Freezer _____
--	--	-------------------------



ATENDENDO AS CRIANÇAS



ATENDENDO AS CRIANÇAS

Satisfazer os desejos das crianças nem sempre é tarefa simples para a mãe. Neste capítulo vamos falar de você, a fada madrinha dos filhos, que consegue na hora certa os salgadinhos e docinhos para a festinha inesperada da escola, ou então aquele lanche mágico para servir quando eles convidam repentinamente os amiguinhos para comer em sua casa.

Além da satisfação que você lhes proporciona, atendendo prontamente aos seus desejos, qual a criança que não sente um prazer especial em mostrar para os amiguinhos que sua mãe é a mais legal da turma? E, cá entre nós, vale a pena ver a alegria em suas carinhas quando os surpreendemos como num toque de magia.

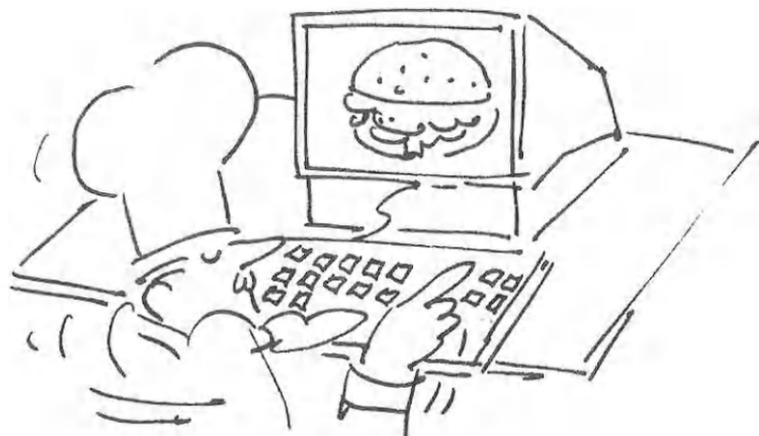
Tivemos a preocupação de reunir receitas com características de sabor que sempre agradam ao paladar das crianças. Nossa intenção, ao selecioná-las, foi ajudar a fada madrinha a contornar, sem sobressaltos, muitas situações inesperadas e ainda arrancar aplausos de seu pequeno público.

Aqui estão algumas sugestões para você manter sempre presente esta magia: salsichas são sempre do agrado das crianças e muito mais quando preparadas com uma massa simples e fácil de fazer. São as Scones Recheados que podem ser comidas num lanche rápido ou refeição. São ótimas para pic-nics e até para merenda do colégio. Do freezer ao forno é um toque rápido de varinha.

A maior parte das crianças gosta de um rissólis douradinho, crocante cheinho de creme. Quando se junta a oportunidade com a paciência, tudo na mesma hora, é só preparar, empanar e congelar os rissólis. Depois é só fritar!

O mesmo com as Coxinhas Encantadas e as Empadinhas Mágicas.

Igualzinho aos rissólis, congelados, esperando o óleo ou o forno bem quentinho, como uma mágica ou encanto, ficam prontos em instantes para esses momentos repentinos.



Pãezinhos de Batatas, que delícia! Disso eles gostam muito. E fazem parte deste conjunto de sugestões à disposição dessa mãe amorosa que você é.

A nossa ajuda está em dar os tempos certos, porções e medidas adequadas, tudo já prontinho. Fizemos isso, inspirados por você, pelo que conhecemos de sua capacidade, sua força e sua magia.

Nos tempos de hoje, até uma fada madrinha aceita ajuda com complicidades.

E para completar este sonho de que falamos, sugerimos o doce.

Sem ele não termina a refeição. As crianças sabem o que é bom!

Experimente a Açorda de Banana como sobremesa, ou então ao meio da tarde, no lanche. Eles vão adorar. Você vai aprovar!

Os Cookies são mais indicados para o lanche do colégio. Siga a receita e veja como são práticos.

E tem outras receitas. Todas foram selecionadas para ajudar a mãe a atender o universo das crianças.

Essa foi nossa intenção.



ATENDENDO AS CRIANÇAS

ÍNDICE

Pizzas fritas e seus 2 recheios	49
Scones recheados	50
Rissóis de camarão	51
Pic-nic	52
Coxinhas encantadas	53
Empadinhas mágicas	54
Pãezinhos de batata	57
Rocambole frio de batatas	58
Torta de trigo em grão	59
Nhoque de queijo	60
Açorda de banana	61
Cookies	62



PIZZAS FRITAS E SEUS 2 RECHEIOS

Ingredientes - Massa

1 colher de sopa de fermento biológico seco (granulado) / 550ml de cerveja clara / 1 colher de sopa de azeite / 1 colher de sopa rasa de sal / 7 xícaras de chá rasas de farinha de trigo (770g).

Ingredientes - Recheio de Queijo e Presunto

300g de muçarela, ralada no ralo grosso / 300g de presunto cozido, ralado no ralo grosso / 3 tomates maduros e firmes, sem peles, sem sementes e picados / 1 colher de chá de orégano / 1 colher de chá de azeite / pimenta-do-reino preta, a gosto.

Ingredientes - Recheio de Frango

1 colher de sopa de óleo / 1 cebola grande, ralada e escorrida / 2 dentes de alho, socados / 1 lata de milho verde / 1½ xícara de chá de leite / 1 colher de sopa de maizena / sal, noz-moscada e pimenta-do-reino branca, a gosto / 300g de carne de frango, cozida e desfiada.

Modo de fazer - Massa

Polvilhe o fermento sobre a cerveja e deixe por 30 minutos para dissolver.

Junte os ingredientes restantes, sovando bem a massa.

Deixe crescer até dobrar de volume enquanto prepara o recheio escolhido.

Modo de fazer - Recheio de Queijo e Presunto

Misture todos os ingredientes. Empregue.

Modo de fazer - Recheio de Frango

Leve ao fogo o óleo com a cebola e o alho, fritando sem dourar.

Bata no liquidificador o milho com a água, o leite e a maizena. Junte à cebola e cozinhe, mexendo sempre. Tempere a gosto e acrescente o frango, misturando bem.

Deixe esfriar para utilizar.

Leve o óleo com a cebola e o alho à PA por 2-3 minutos, mexendo 1 vez. Acrescente os ingredientes batidos e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 3 vezes.

Tempere e acrescente o frango fora do MO. Esfrie e empregue.

Modo de montar - Pizzas

Abra pequenas porções da massa com o rolo, coloque 1 colher de sopa bem cheia do recheio escolhido a intervalos regulares, cubra com massa aberta e corte em meios círculos com mais ou menos 12cm de diâmetro. Coloque em lugar enfarinhado, cubra com um pano e deixe crescer novamente.

Frite em óleo quente e escorra em papel absorvente.

Sirva quente, sem acompanhamento ou com salada verde, simples ou mista.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Rendimento: 30 pizzas.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 30 pizzas.	

SCONES RECHEADOS

Ingredientes

1 colher de sopa de açúcar UNIÃO / 4 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (400g) / 1 colher de sopa bem cheia de fermento em pó / 1 colher de chá de sal / 2 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina (100g) / 2 ovos ligeiramente batidos / ½ xícara de chá de leite / 500g de salsichas ou lingüiças, cozidas para rechear / gema para pincelar os scones.

Modo de fazer

Peneire juntas os ingredientes secos e prepare uma farofa grossa, com a manteiga ou margarina. Acrescente os ingredientes restantes e trabalhe a massa, só ligar. Não deve ser amassada.

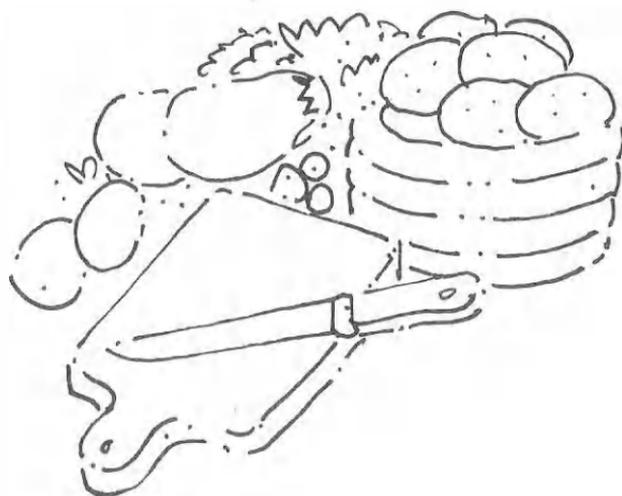
Abra a massa em duas tiras largas. Coloque as salsichas ou lingüiças bem no centro e feche, dando a forma de um rolo.

Pincele com gema, corte em pedaços enviesados e coloque em assadeira untada e enfarinhada.

Leve ao forno pré-aquecido até crescer e tostar.

Sirva quente, sem acompanhamento.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 25 scones.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; forno brando. Aqueça para servir.



RISSÓLIS DE CAMARÃO

Ingredientes - Caldo de Camarão

500g de camarão médio, inteiro, com casca / 1 litro de água / 1 colher de café de sal.

Ingredientes - Recheio

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1/2 xícara de chá do caldo do camarão reservado / 1 xícara de chá de leite fervente (PA por 2-3 minutos) / sal, pimenta-do-reino branca, a gosto / 1 gema / o camarão reservado, picado / 1 colher de chá de salsa, bem picada / 1 colher de chá de suco de limão.

Ingredientes - Massa

3 1/2 xícaras de chá de caldo do camarão (700ml) / 1 colher de sopa bem cheia de manteiga ou margarina (50g) / 1 colher de chá de sal / 5 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (500g) / ovo e farinha de rosca suficientes para empanar.

Modo de fazer - Caldo de Camarão

Cozinhe o camarão na água fervente com o sal, por 3 minutos. Deixe esfriar.

Cozinhe o camarão em água e sal na PA por 2 minutos, mexendo 1 vez.

Tire as cabeças e as cascas dos camarões (reserve a carne) e bata com água no liquidificador. Coe num pano. Separe 3 1/2 xícaras de chá desse caldo e reserve o restante.

Modo de fazer - Recheio

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Acrescente aos poucos o caldo de camarão e o leite, já misturados, mexendo sempre após cada adição. Tempere, ligue com a gema e volte ao fogo, mexendo até cozinhar. Junte o camarão, a salsa e o suco de limão, mexa, deixe esfriar e empregue.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha e cozinhe na PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o caldo de camarão com o leite, aos poucos, misturando bem. Volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes.

Tempere, misture a gema e volte à PA por 1 minuto. Tire do MO, junte o camarão, a salsa e o suco de limão, mexa, deixe esfriar e empregue.

Modo de fazer - Massa

Ferva o caldo de camarão com a manteiga ou margarina e o sal. Jogue de uma vez a farinha peneirada, mexendo sempre até cozinhar e soltar da panela. Deixe esfriar.

Ferva o caldo de camarão com a manteiga ou margarina e o sal na PA por 3-4 minutos. Misture a farinha e volte à PA por 1-2 minutos. Deixe esfriar.

Modo de montar - Rissólis

Abra com o rolo e faça os rissólis, colocando uma colher de chá de recheio espaçadamente. dobre a massa sobre o recheio e corte em semicírculos com mais ou menos 5cm. Passe no ovo batido e na farinha de rosca. Frite em óleo quente, até dourar. Escorra em papel absorvente.

Sirva quente, sem acompanhamento ou com vegetais cozidos ou salada simples.

Fogão Convencional Rendimento: 130 rissólis.	Microondas Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 130 rissólis.	Freezer Congelamento: sem fritar, em aberto, embale e congele. Descongelamento: no óleo quente, frite poucos por vez, ainda congelados.
--	--	--

PIC - NIC

Ingredientes - Fermento Básico

1 colher de sopa de açúcar UNIÃO / 1 tablete de fermento fresco (15g) / 1 xícara de chá de leite morno / 2 colheres de sopa de farinha de trigo.

Ingredientes - Massa

2 ovos / 2 colheres de sopa de óleo / 1 colher de sopa de sal / 6 xícaras de chá de farinha de trigo (660g) / 1 gema para pincelar.

Ingredientes - Recheio

300g de queijo fresco / 200g de muçarela / 3 bananas nanica maduras / $\frac{3}{4}$ de xícara de chá de azeitonas verdes, picadas (200g) / 1 colher de café de orégano / sal a gosto / 2 ovos ligeiramente batidas.

Modo de fazer - Fermento Básico

Dissolva o açúcar com o fermento e o leite, junte a farinha e deixe crescer até dobrar o volume.

Modo de fazer - Massa

Ao fermento básico crescido, junte os ingredientes restantes, sovando bem. Deixe crescer até dobrar o volume.

Modo de fazer - Recheio

Rale os queijos no ralo grosso e misture com os ingredientes restantes. Utilize.

Modo de montar - Pic-Nic

Abra a massa com o rolo em forma de retângulo, espalhe o recheio, enrole como rocambole e coloque na fôrma bem untada. Deixe crescer novamente, pincele com a gema e leve ao forno pré-aquecido até assar e dourar.

Sirva quente em fatias, sem acompanhamento.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma tipo bolo inglês: 3000ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 40 minutos. Rendimento: 20 porções.		

COXINHAS ENCANTADAS

Ingredientes - Caldo - 1 frango de 1,300kg / 1½ litro de água / 2 dentes de alho, socados / 1 cebola média, picada / 1 folha de louro / 1 colher de chá de sal.

Ingredientes - Massa - 1½ de xícara de chá de caldo do frango (250ml) / 1¼ de xícara de chá de leite (250ml) / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina (75g) / 1 colher de sopa rasa de sal / 2 xícaras de chá bem cheias de farinha de trigo (250g) / 1 xícara de chá de batata cozida e reduzida a purê (125g) (ver dicas pág. 8).

Ingredientes - Recheio - 2 colheres de sopa de óleo / 2 cebolas bem picadas / 2 dentes de alho, socados / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 1 colher de sopa de cebolinha, picada / a carne de frango reservada / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 xícara de chá mal cheia de leite fervente (PA por 2 minutos) / noz-moscada ralada, sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 4 gemas / 1 colher de chá de suco de limão.

Modo de fazer - Caldo - Tire as peles e o máximo de gorduras do frango, corte-o pelas juntas e cozinhe com os ingredientes restantes. Coe o caldo, retire os ossos da carne e reserve separadamente.

Modo de fazer - Massa - Ferva o caldo com o leite, a manteiga ou margarina e o sal. Junte de uma só vez a farinha peneirada, mexendo sempre até cozinhar. Tire do fogo, acrescente a batata e amasse com as mãos, sobre a mármore. *Ferva o caldo com o leite e a manteiga ou margarina na PA por 3-4 minutos. Junte a farinha, misture bem e volte à PA por 2 minutos. Tire do MO, acrescente a batata e amasse com as mãos, sobre o mármore.*

Modo de fazer - Recheio - Cozinhe o óleo, a cebola e o alho, sem refogar. Junte a salsa, a cebolinha e a carne do frango. Refogue e reserve. *Leve o óleo com a cebola e o alho à PA por 2 minutos, mexendo 1 vez. Junte a salsa, a cebolinha e a carne do frango e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes. Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Adicione o leite aos poucos, mexendo após cada adição. Junte o refogado de frango, verifique o tempero, misture as gemas, deixando cozinhar bem. Tire do fogo, misture o suco de limão e deixe esfriar, para utilizar. Derreta a manteiga ou margarina, na PA por 1 minuto. Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Junte o refogado de frango, verifique o tempero e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes. Tire do MO, acrescente a gema e o suco de limão, misturando bem. Deixe esfriar para utilizar.*

Modo de montar - Coxinhas - Com a massa ainda morna, abra pequenas porções entre as mãos, recheie e feche formando a coxinha. Passe no ovo batido e na farinha de rosca. Frite em óleo quente e escorra sobre papel absorvente. Espete um palito em cada uma na hora de servir. Sirva de preferência quente, sem acompanhamento.

Fogão Convencional Rendimento: 110 coxinhas.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 110 coxinhas.	Freezer Congelamento: em aberto, sem fritar, embale e congele. Descongelamento: não descongele totalmente (30 minutos antes tire do freezer e deixe em temperatura ambiente) e frite em óleo quente (poucas por vez).
--	---	--

EMPADINHAS MÁGICAS

Ingredientes - Massa

2 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (400g) / 1 xícara de chá bem cheia de manteiga ou margarina (250g) / 1 colher de chá bem cheia de sal / 2 ovos ligeiramente batidos.

Ingredientes - Recheio

1 colher de sopa de óleo / 1 cebola pequena, ralada / 1 vidro grande de palmito escorrido e bem picado / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 100g de azeitonas verdes, picadas / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 1 colher de sopa bem cheia de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1 ¼ de xícara de chá de leite fervente (PA por 2 minutos) / gemas para pincelar.

Modo de fazer - Massa

Misture os 3 primeiros ingredientes, esfregando-os entre as mãos, fazendo uma farofa. Junte os ovos, misturando com as pontas dos dedos, sem amassar. Reserve.

Modo de fazer - Recheio

Junte o óleo com a cebola, cozinhando sem dourar. Acrescente o palmito, a salsa e as azeitonas, tempere e deixe refogar. *Junte o óleo com a cebola na PA por 2-3 minutos, mexendo 1 vez, acrescente o palmito, a salsa e as azeitonas, tempere e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes.* Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre e adicione o leite, aos poucos, mexendo após cada adição. Misture com o refogado de palmito, e deixe esfriar. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha, misture bem, e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Adicione o leite, aos poucos, e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Misture com o refogado de palmito, deixe esfriar.*

Modo de montar - Empadinhas

Com 2/3 da massa forme forminhas de empada, recheie e cubra com a massa restante. Pincele com gema e leve ao forno pré-aquecido até dourar. Sirva sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 110 empadinhas.	Microondas <i>Utilização parcial: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 110 empadinhas.	Freezer Congelamento: esfrie, congele em aberto, embale e volte ao freezer. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	---	--

À direita: Empadinhas Mágicas e Coxinhas Encantadas (ver receita pág. 53)





PÃEZINHOS DE BATATA

Ingredientes

1 colher de sopa de açúcar UNIÃO/3 tabletes de fermento fresco (45g) / 1½ xícara de chá de leite morno / 1 colher de sopa de sal / 3 ovos / 3 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 xícara de chá de queijo parmesão, ralado / 750g de batatas cozidas e passadas pelo espremedor (ver dicas pág. 8) / 7 xícaras de chá de farinha de trigo (770g) / gemas para pincelar / queijo ralado grosso para guarnecer.

Modo de fazer

Dissolva o açúcar com o fermento e o leite. Acrescente os ingredientes restantes, pela ordem, batendo bem a massa.

Deixe levedar (crescer) até dobrar de volume.

Com 2 colheres de sopa, faça bolas ovais sobre assadeiras untadas e polvilhadas com farinha, do tamanho de 1 ovo pequeno.

Pincele com gema e guarneça com queijo.

Deixe levedar novamente até que a massa cresça de novo.

Leve ao forno pré-aquecido até que asse e core.

Sirva de preferência quentes, simples, com frios fatiados ou geléias.

Nota: Para variar o tempero, misture na massa: 2 colheres de chá de alcaravia (kumel), ou 2 colheres de sopa de salsa e cebolinha verdes, picadas ou 1 colher de sopa bem cheia de orégano ou 1 dente de alho bem socado.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 30 pãezinhos.	Microondas	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; forno brando.
--	-------------------	--

A esquerda: Pãezinhos de Batata



ROCAMBOLE FRIO DE BATATAS

Ingredientes: Massa

1½ kg de batatas cozidas e reduzidas a purê (ver dicas pág. 8) / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / sal a gosto / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 1 colher de sopa de cebola, ralada.

Ingredientes - Recheio

400g de salsichão sem peles, moído / 100g de pickles, bem picadas / 2 colheres de sopa de cebolinha verde, picada / 1 vidro pequeno de maionese (250g).

Modo de fazer - Massa

Misture todos os ingredientes até obter uma massa homogênea. Reserve.

Modo de fazer - Recheio

Misture muito bem e reserve.

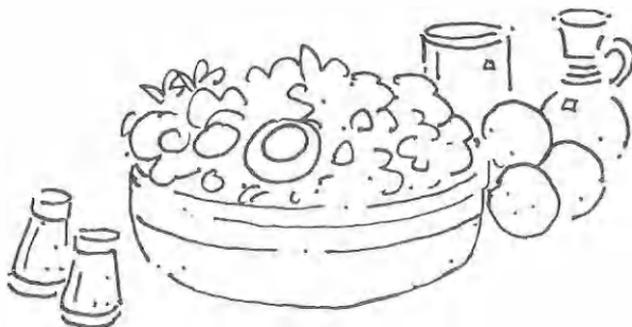
Modo de montar - Rocambole

Abra a massa entre dois plásticos com 40 x 35 cm. Espalhe o recheio, enrole com a ajuda do plástico e deixe na geladeira para firmar sem retirar o plástico.

Na altura de servir, retire o plástico, corte em fatias e sirva com salada verde de alface e agrião.

Rendimento: 20 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer



TORTA DE TRIGO EM GRÃO

Ingredientes - Massa

500g de trigo serraceno / 3 litros de água / 1 cebola média, ralada / 1 colher de sobremesa de sal / pimenta-do-reino preta, a gosto / 2 ovos / 3 colheres de sopa de farinha de trigo.

Ingredientes - Recheio

1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 cebolas grandes, bem picadas / 1 dente de alho, socado / 500g de carne moída (patinho ou colchão mole) / sal a gosto / 2 colheres de sopa de salsa e cebolinha, picadas / 1 colher de sobremesa de hortelã, picada / 1 colher de café de pimenta síria / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina.

Modo de fazer - Massa

Deixe o grão de trigo de molho na água, de véspera. Cozinhe na mesma água até amolecer.

Cozinhe em recipiente com tampa na PA por 10 minutos. Tire do MO, deixe descansar 20 minutos e volte à PA por mais 10 minutos.

Escorra e deixe esfriar.

Depois de frio, junte os outros ingredientes fazendo uma massa homogênea. Reserve.

Modo de fazer - Recheio

Leve ao fogo a manteiga ou margarina com a cebola e o alho, não deixando dourar. Junte a carne e refogue. Acrescente os ingredientes restantes, menos a última colher de manteiga ou margarina, misturando bem e deixe esfriar.

Leve a manteiga ou margarina com a cebola e o alho à PA por 3-4 minutos, mexendo 1 vez. Junte a carne e cozinhe na PA por 4-6 minutos, mexendo 2-3 vezes. Misture os ingredientes restantes, retire do MO e deixe esfriar.

Modo de montar - Torta

No refratário bem untado, coloque metade da massa de trigo, espalhe o recheio e cubra com a massa restante, nivelando bem.

Distribua a manteiga ou margarina reservada, em pedacinhos, sobre a torta, e leve ao forno pré-aquecido até assar.

Monte a torta na refratário levemente untado, distribua a manteiga ou margarina em pedacinhos sobre a torta e leve à PM por 15-17 minutos. Retire do MO, cubra com papel-alumínio e aguarde 10 minutos.

Sirva quente, simples ou acompanhe com salada crua, de alface e cebola.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 4000ml (ver dicas pág. 8).	<i>Utilização total.</i>	Congelamento: esfrie, embale e congele.
Temperatura do forno: 175°C (moderada).	<i>Rendimento:</i>	Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.
Tempo de forno: cerca de 20 minutos.	<i>12 porções.</i>	Aqueça para servir.
Rendimento: 12 porções.		

NHOQUE DE QUEIJO

Ingredientes

1 xícara de chá de leite / 1 xícara de chá de água / 1 tablete de manteiga ou margarina (100g) / 1 colher de chá de sal / 2 xícaras de chá de farinha de trigo / 1 xícara de chá de queijo parmesão ralado / algumas colheres de sopa de manteiga ou margarina para temperar e queijo para polvilhar os nhoques.

Modo de fazer

Ferva o leite com a água, a manteiga ou margarina e o sal. Jogue de uma só vez a farinha de trigo peneirada, mexendo sempre até cozinhar e desprender da panela.

Acrescente o queijo e misture bem até obter uma massa ligada.

Ferva na PA a água com a manteiga ou margarina e o sal por 4 minutos. Junte a farinha, misture e cozinhe na PA por 1 minuto. Tire do MO, acrescente o queijo e misture bem até obter uma massa ligada.

Faça os nhoques direto em água fervente com sal e um fio de óleo, usando o saco de confeitar com o bico perlê de 1 cm.

Deixe que cozinhem (3-4 minutos) e tire-os da água com uma escumadeira, pondo-os num escorredor. Coloque num refratário, regue com a manteiga ou margarina derretida e polvilhe com queijo.

Leve ao forno pré-aquecida para gratinar levemente.

Sirva quente sem acompanhamentos.

Nota: Sugestões de molhos: vermelha (al suga), à bolonhesa (ver receita pág. 41).

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 8 porções.	Microondas <i>Utilização mista:</i> fogão convencional e MO. Rendimento: 8 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	--	--

AÇORDA DE BANANA

Ingredientes

1 dúzia de bananas nanica, grandes e maduras / 4 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 pão de fôrma sem cascas / 2½ xícaras de chá de leite / 2½ xícaras de chá de açúcar UNIÃO / 1 colher de chá bem cheia de canela em pó / 6 ovos ligeiramente batidos / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina.

Modo de fazer

Corte as bananas em 3 fatias no sentido do comprimento e frite-as na manteiga ou margarina. Reserve.

No refratário untado faça uma camada com metade do pão e borrife com metade do leite. Espalhe 1/3 do açúcar misturado com a canela e cubra com a banana reservada. Polvilhe 1/3 da mistura de açúcar, cubra com o pão restante, borrife com o leite restante, espalhe o resto da mistura de açúcar e cubra tudo com os ovos. Deixe descansar 5 minutos.

Espalhe a manteiga ou margarina (1 colher) em pedacinhos e leve ao forno pré-aquecido até dourar e crescer.

Sirva morno.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário retangular: 3400ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 24 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; forno brando; MO.



COOKIES

Ingredientes - Preparação Básica

2 xícaras de chá mal cheias de açúcar UNIAO (300g) / 2 xícaras de chá mal cheias de açúcar mascavo DOURADINHO (200g) / 7 ½ xícaras de chá de farinha de trigo (825g) / 2 xícaras de chá de leite em pó (160g) / 3 ½ colheres de sobremesa de fermento em pó / 1 pitada de sal / 2 xícaras de chá de manteiga ou margarina (400g).

Ingredientes - Cookies de Chocolate

2 ½ xícaras de chá da preparação básica / 1 ovo / ½ xícara de chá de gotas de chocolate.

Ingredientes - Gotas de Chocolate

200g de chocolate de cobertura derretido e morno (PA por 3-4 minutos, mexer depois de tirar de MO, até derreter e ficar homogêneo) / 1 colher de chá de vodka.

Ingredientes - Cookies de Mel e Canela

3 xícaras da preparação básica / 3 colheres de sopa de mel / 1 colher de sobremesa de canela em pó / 1 ovo.

Modo de fazer - Preparação Básica

Junte todos os ingredientes, esfregando entre as mãos e faça uma "farofa". Guarde em vasilha bem tampada no congelador ou freezer.

Modo de fazer - Cookies de Chocolate

Misture todos os ingredientes e arrume a massa sobre a assadeira untada e polvilhada com farinha, dispondo-a com auxílio de 2 colheres de chá. Leve ao forno pré-aquecido, até ficarem levemente dourados.

Modo de fazer - Gotas de Chocolate

Misture o chocolate com a vodka até engrossar. Faça as gotas sobre papel alumínio, usando o saco de confeitar e o bico perlê fino. Leve à geladeira para endurecer. Destaque do papel e conserve na geladeira, em vidro com tampa, usando a porção indicada e reservando o restante para outras preparações.

Modo de fazer - Cookies de Mel e Canela

Prepare como os de chocolate.

Nota: Variações para preparo de outras cookies com a mesma preparação básica: 2 ½ xícaras de chá da preparação básica / 1 ovo / ½ xícara de chá de coco ralado fino ou em flocos, de amendoim torrado, de nozes, de amêndoas, de cerejas, de avelãs, de castanhas-do-Pará, de castanhas de caju, de frutas cristalizadas ou uvas-passa, tudo picado.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 25 cookies cada 2 ½ xícaras de chá da preparação básica.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 25 cookies cada 2 ½ xícaras de chá da preparação básica.	Congelamento: - preparação básica: embale e congele. Esta mistura fica sempre solta. - cookies já assados: embale e congele. Descongelamento: - preparação básica: use direto. - cookies já assados: geladeira; temperatura ambiente; forno brando.

TRANSFORMAÇÕES E APROVEITAMENTOS



TRANSFORMAÇÕES E APROVEITAMENTOS

Muitos hábitos e conceitos tradicionais têm sido alterados pela mudança da rotina diária da vida das mulheres. Nada de tão espantoso se levarmos em consideração o fato de que essas mesmas tradições são, por sua vez, produto de outras evoluções ocorridas tempos atrás.

Podemos afirmar que essas mudanças, praticamente inevitáveis, são muito expressivas na culinária.

A indústria alimentícia faz parte desta evolução. Novas formas de tratamento das matérias-primas, fórmulas aprimoradas e maior variedade de produtos à disposição das mulheres permite maneiras práticas e diferentes de preparar pratos novos e saborosos.

Toda mulher sabe, nos dias de hoje, que uma despensa bem abastecida de enlatados, semi-prontos, sopas, caldos desidratados, pós para pudins e tantos outros alimentos industrializados é fundamental.

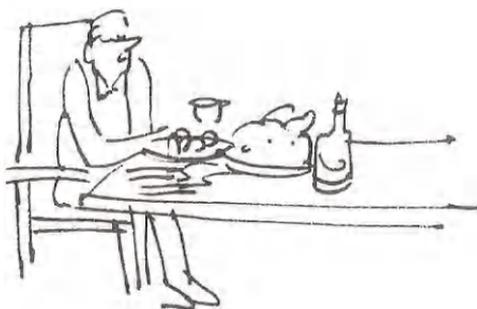
As dicas que colocamos nas receitas deste capítulo têm o objetivo de ampliar ao máximo as facilidades de uso desses produtos. Em nossa cozinha experimental foram feitos inúmeros testes de mistura e combinação de vários alimentos, para chegarmos em composições práticas, simples e surpreendentes quanto ao sabor e apresentação. São esses resultados que estamos oferecendo a você, esperando com isso ajudar a tornar mais longa sua lista de soluções.

Começando pelas Falsas Tortilhas de Milho, sua composição tem como base, produtos bastante comuns, que você costuma ter sempre na sua despensa. Experimentamos congelá-las e os resultados foram ótimos! Isto torna a receita ainda mais prática para você.

Às vezes, ou mesmo muitas vezes, sobra purê de batata.

Podemos batê-lo com leite, no liquidificador, acrescentar um pouco de creme de leite e servir como um leve consomme...

Essa é a forma mais tradicional de aproveitar o purê. Certamente você já usou esta "receita" muitas vezes. Mas que tal aproveitá-lo para criar um novo prato? E, mais ainda, uma preparação em que o purê seja fundamental?



Vamos ver como isso se faz.

Forre uma tigela com fatias de salame, barre com purê... e o resto... está na receita... da Pudim Vermelho.

O Pudim de Peixe é outra coisa boa! Dá para aproveitar peixe, frango ou palmito. A ligação é dada pelos ovos, farinha e molho de tomate. Daquele já pronto que você tem sempre guardado.

Experimente a receita de Croquetes Franceses, são cremosos por dentro e crocantes por fora. Congelados, fritam-se sem esperar que descongelem.

Estas alternativas de que falamos não se limitam apenas às receitas de salgados. Veja também as possibilidades para as receitas de doces.

Comece pelas coxinhas de pó para pudim, siga com o licor e o creme de leite, e faça essa delícia que é a Zuppa a L'Anglaise (Sopa Inglesa). Só está faltando o pão de ló e a fruta em calda, mas isso é o de menos, não acha?

Noviças, é outra sobremesa interessante e simples, mas muito saborosa e de grande apresentação.

Fatias de pão ensopadas em ovo, cozidas na calda e cobertas com creme inglês, quer coisa mais gulosa?

Estes foram alguns exemplos de cardápio alternativo e atraente para você. Não deixe de lado o seu talento, porque ele é um ingrediente precioso no preparo das receitas, e você conseguirá muitas outras alternativas práticas e simples das quais poderá lançar mão sempre que precisar. Principalmente nas ocasiões inesperadas quando o tempo é especialmente escasso.



TRANSFORMAÇÕES E APROVEITAMENTOS

ÍNDICE

Croquetes franceses	67
Sonhos com recheios salgados	68
Surpresa de batata com molhos especiais	69
Carne acebolada ao forno	70
Falsas tortilhas de milho	71
Pudim vermelho	72
Salmão fingido	75
Pudim de peixe	76
Bacalhau acrescentado	77
Rodelas amarelas	78
Noviças	79
Sopa inglesa (Zuppa à l'Anglaise)	80



CROQUETES FRANCESES

Ingredientes

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / 1 xícara de chá de leite fervente (PA por 2 minutos) / 2 xícaras de chá de sobras de carne cozida ou assada, moída (200g) / 2 gemas / 1 colher de sopa de suco de limão / sal, pimenta-do-reino preta e noz-moscada ralada, a gosto / farinha de trigo, ovos batidos e farinha de rosca, suficientes para passar os croquetes.

Modo de fazer

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Acrescente o leite, aos poucos, mexendo bem após cada adição.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Misture a farinha e volte à PA por 2 minutos, mexendo 1 vez. Acrescente o leite aos poucos, e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes.

Adicione a carne e os ingredientes restantes, mexa até que desprenda da panela, fazendo uma massa que não cole nas mãos. Deixe esfriar completamente. Forme os croquetes, passe pela farinha de trigo, pelos ovos batidos e pela farinha de rosca. Frite em óleo quente até que doure. Escorra em papel absorvente e sirva. Acompanhe com Arroz do Prado (ver receita pág. 33) e salada verde de agriões.

Fogão Convencional

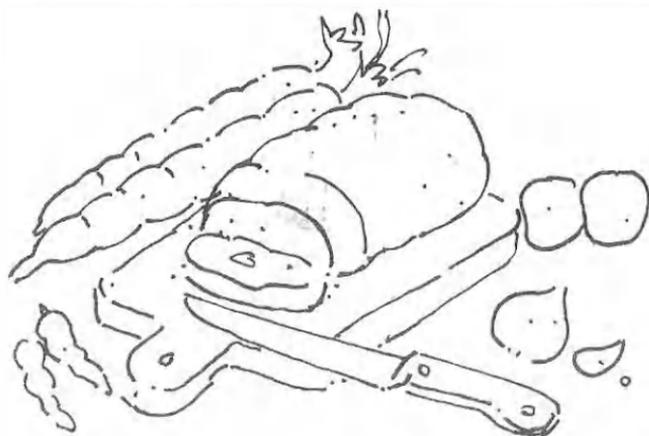
Rendimento: 24 croquetes.

Microondas

Utilização mista: fogão convencional e MO.
Rendimento: 24 croquetes.

Freezer

Congelamento: não frite, congele em aberto, embale e volte ao freezer.
Descongelação: frite em óleo quente, ainda congelados, poucos por vez.



SONHOS COM RECHEIOS SALGADOS

Ingredientes - Massa

1 xícara de chá de água / 1 colher de sopa bem cheia de manteiga ou margarina / 1 colher de café rasa de sal / 1 xícara de chá bem cheia de farinha de trigo / 4 ovos.

Ingredientes - Recheios

Recheio dos Fofos (ver receita pág. 18) / Patê de Salame (ver receita pág. 165) / Patê de Espinafre (ver receita pág. 167).

Modo de fazer - Massa

Ferva a água com a manteiga ou margarina e o sal. Junte de uma vez a farinha peneirada, mexendo até que a massa cozinhe e solte da panela.

Ferva a água com a manteiga ou margarina e o sal na PA por 3 minutos. Misture a farinha e volte à PA por 1 minuto.

Deixe amornar, leve à batedeira e acrescente os ovos um a um, batendo bem entre cada adição.

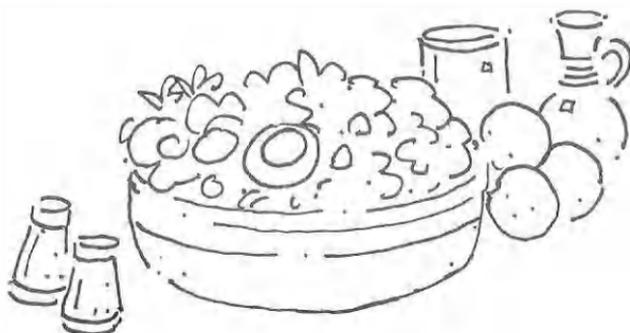
Frite às colheradas, em bastante óleo quente para crescerem, reduzindo depois o fogo para corarem sem queimar.

Conserve-os quentes para rechear.

Modo de Montar - Sonhos

Dê um golpe na lateral de cada sonho e coloque o recheio escolhido. Sirva quente e acompanhe com salada simples ou com a Salada Colorida (ver receita pág. 35).

Fogão Convencional Rendimento: 28 sonhos.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 28 sonhos.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; forno brando; MO.
---	--	--



SURPRESA DE BATATA COM MOLHOS ESPECIAIS

Ingredientes - Massa de Batatas - 1 kg de batatas em purê (ver dicas pág. 8) / 3 gemas / 1 xícara de chá de farinha de trigo / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de café rasa de noz-moscada.

Ingredientes - Molho de Gorgonzola - 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2½ xícaras de chá de leite quente (PA por 2-3 minutos) / 200g de queijo gorgonzola, esfarelado.

Ingredientes - Molho de Couve-Flor - 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1½ xícara de chá de leite quente (PA por 4 minutos) / 1 xícara de chá de água de cozedura da couve-flor / 2 xícaras de chá de couve-flor cozida e batida no liquidificador / 1 colher de chá de sal.

Ingredientes - Molho Cremoso de Sopa Pronta - 1 pacote de sopa de creme de aspargos ou cogumelos / 1 xícara de chá de água / 1 xícara de chá de leite / 1 lata de creme de leite com o soro.

Modo de fazer - Massa de Batatas - Ligue o purê com os ingredientes restantes. Abra a massa entre dois plásticos, com a espessura de 2cm e corte rodela de 7cm de diâmetro. Reserve.

Modo de fazer - Molho de Gorgonzola - Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Junte o leite aos poucos, mexendo bem após cada adição. Ligue com o gorgonzola, e utilize imediatamente. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Misture a farinha, e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Junte o leite aos poucos, e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Tire do MO, acrescente o gorgonzola e utilize imediatamente.*

Modo de fazer - Molho de Couve-Flor - Cozinhe a manteiga ou margarina, mexendo sempre até dourar. Junte o leite, misturado com a água da couve-flor, aos poucos, mexendo sempre após cada adição. Ligue com a couve-flor, tempere e utilize imediatamente. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Junte o leite misturado com a água da couve-flor, aos poucos, e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Tire do MO, ligue com a couve-flor e utilize imediatamente.*

Modo de fazer - Molho Cremoso de Sopa Pronta - Dissolva o pacote de sopa na água, leve ao fogo, cozinhando até obter um creme denso. Ligue com o creme de leite e utilize imediatamente. *Dissolva o pacote de sopa na água, junte o leite e cozinhe na PA por 4-6 minutos, mexendo 2-3 vezes. Utilize imediatamente.*

Modo de montar - Surpresa de Batata - Arrume as rodela de batata no refratário bem untado, cubra com o molho escolhido e leve ao forno pré-aquecido para gratinar.

Aguarde que esfrie um pouco para servir. Sirva quente sem acompanhamentos.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 6 porções.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 6 porções.	_____

CARNE ACEBOLADA AO FORNO

Ingredientes

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 3 cebolas grandes, em meias rodadas / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1 xícara de chá de vinho branco seco / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 800g de carne assada ou cozida, fatiada / 2 batatas grandes, cozidas, em rodelas.

Modo de fazer

Leve ao fogo a manteiga ou margarina com as cebolas e cozinhe, sem dourar. Polvilhe com a farinha, misture bem, acrescente o vinho, o sal e a pimenta e mexa até engrossar.

Junte a carne e deixe ferver 3 minutos. *Leve a manteiga ou margarina com as cebolas à PA por 4 minutos, mexendo 2 vezes. Misture a farinha, o sal, o vinho e a pimenta, e volte à PA por 2 minutos.*

Junte a carne e volte à PA por 2 minutos, mexendo 1 vez.

Coloque no refratário, guarneça com a batata e leve ao forno pré-aquecido para gratinar.

Sirva quente e acompanhe com legumes cozidos e temperados.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 2000 ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 10 minutos. Rendimento: 8 porções.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 8 porções.	Congelamento: sem as batatas, esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Coloque no refratário, guarneça com as batatas e gratine no forno.



FALSAS TORTILHAS DE MILHO

Ingredientes

1 colher de sopa de óleo / 2 colheres de sopa de cebola, picada / 2 dentes de alho, socados / 1 lata de molho de tomate pronto (refogado) (320g) / 1½ xícara de chá de água / 2 tabletes de caldo de galinha / 1 pimentão vermelho grande, picado / 1 vidro de palmito, escorrido e picado (300g) / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / ¾ de xícara de chá de azeitonas verdes, picadas (100g) / 2 ovos cozidos, picados / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 4 colheres de sopa de manteiga ou margarina (100g) / farinha de milho, em flocos, suficiente (cerca de 200g) / 2 latas de lombos de sardinhas em molho de tomate.

Modo de fazer

Leve ao fogo o óleo com a cebola e o alho, cozinhando sem dourar. Junte os 5 ingredientes seguintes e ferva 5 minutos. Tempere a gosto, adicione as azeitonas, os ovos e a salsa, mexendo bem. Ainda no fogo, junte a manteiga ou margarina, acrescente os flocos de farinha de milho, aos poucos, mexendo até ligar, obtendo uma massa úmida, mas firme.

Leve o óleo com a cebola e o alho à PA por 3 minutos, mexendo 2 vezes. Junte os 5 ingredientes seguintes e cozinhe na PA por 3 minutos, mexendo 1 vez. Tempere a gosto, adicione as azeitonas, os ovos, a salsa e a manteiga ou margarina, misturando bem e volte à PA por 1 minuto. Acrescente a farinha, aos poucos, mexendo até ligar.

Volte à PA por 1 minuto. Tire do MO e misture bem.

Divida essa massa em quatro discos, moldando-os em fôrma tipo pizza, ficando com aparência de tortilhas.

Coloque-as em prato de servir e distribua as sardinhas com o molho, cobrindo cada uma delas.

Sirva quente ou fria, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Rendimento: 4 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 4 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele (só os discos). Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; MO.
---	--	--

PUDIM VERMELHO

Ingredientes

100g de salame fatiado fino / 2 xícaras de chá de sobra de purê de batata / 6 ovos mexidos na frigideira e bem úmidos / pode usar o mesmo volume do recheio de carne, lingüiça frita sem a pele, presunto picado, couve-flor cozida e passada na manteiga, ou outro recheio que tenha sobrado.

Modo de fazer

Unte muito bem uma fôrma ou tigela. Forre com as fatias de salame, sobrepondo-as ligeiramente.

Cubra com uma camada do purê de batata e encha a cavidade central com o recheio. Feche a superfície com o resto do purê e aqueça em banho-maria.

Feche a superfície com o resto do purê e leve ao MO na PM por 2-3 minutos.

Desenforme e decore com folhas de alface, azeitonas pretas e cebola fatiada fina. Sirva quente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma ou tigela: 1 200 ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: <i>6 porções.</i>	Freezer
--	---	----------------

À direita: Pudim Vermelho







SALMÃO FINGIDO

Ingredientes

2 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / 3 latas de molho de tomate pronto (em pedaços) / 4 ovos / 1 kg de peixe cozido, em lascas / sal a gosto / 2 claras em neve, para rematar, se não desenformar.

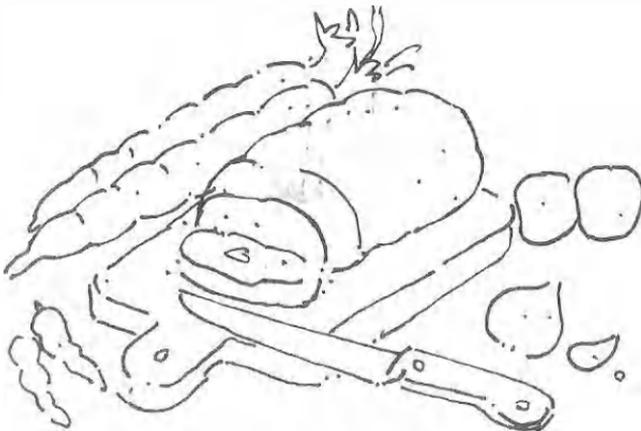
Modo de fazer

Derreta a manteiga ou margarina com a farinha. Sem retirar do fogo, junte aos poucos o molho de tomate, mexendo sempre após cada adição. Acrescente os ovos ligeiramente batidos e o peixe, misturando bem. Verifique o tempero e coloque em refratário ou fôrma bem untada. Leve ao forno pré-aquecido para cozinhar e corar. Um pouco antes de ficar pronto, arremate com as claras e volte ao forno para acabar de cozinhar e corar. Sirva quente, sem acompanhamento.

Nota: Se quiser desenformar, cozinhe no forno, em banho-maria. Deixe esfriar, desenforme e guarneça com alface, tomate e maionese bem temperada.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário ou fôrma: 3000 ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 40 minutos. Rendimento: 16 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; MO. Aqueça para servir.

A esquerda: Salmão Fingido



PUDIM DE PEIXE

Ingredientes

1 lata de molho de tomate, peneirado (350g) / 4 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / 4 gemas / 500g de sobras de peixe cozido ou assado / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 4 claras em neve.

Modo de fazer

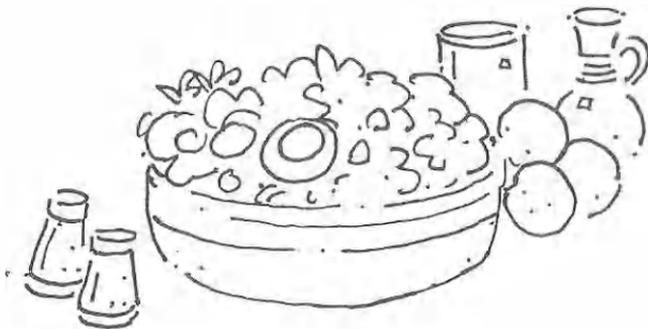
Misture o molho com a farinha e as gemas ligeiramente batidas.

Tempere a gosto, acrescente o peixe em lascas misturando as claras, sem bater.

Coloque no refratário untado e leve ao forno pré-aquecido para solidificar. Sirva quente e acompanhe com creme de espinafre, salada russa ou Salada Colorida (ver receita pág. 35).

Nota: O peixe pode ser substituído por palmito.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 1500ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 45 minutos. Rendimento: 10 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.



BACALHAU ACRESCENTADO

Ingredientes

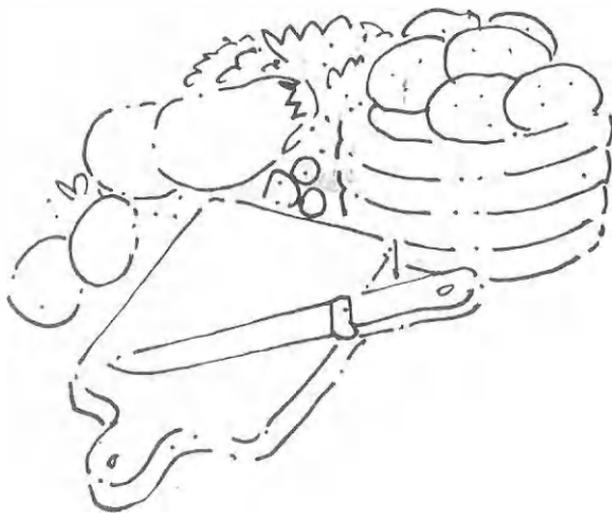
2 xícaras de chá de sobras de bacalhau cozido, desfiado / ½ xícara de chá de cebola, ralada / 1 pimentão, bem picado / 2 colheres de sopa de azeite / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 4 pãozinhos sem casca / 1½ xícara de chá de leite quente / 4 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / 4 gemas / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 1 colher de chá de fermento em pó / 4 claras em neve.

Modo de fazer

Refogue o bacalhau com a cebola, o pimentão e o azeite. Acrescente os ingredientes restantes, os pãozinhos amolecidos no leite e espremidos. Tempere e junte as claras, misturando sem bater.

Coloque em fôrma de barro, porcelana ou vidro refratário bem untado. Leve ao forno pré-aquecido, até crescer e formar uma crosta dourada. Sirva sem acompanhamento, ou, se preferir, com qualquer tipo de salada crua. Pepino, por exemplo.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 1200 ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 30 minutos. Rendimento: 6 porções.		



RODELAS AMARELAS

Ingredientes

1 kg de batatas em purê (ver dicas pág. 8) / 3 gemas / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina (50g) / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de café de noz-moscada, ralada / 3 colheres de sopa de farinha de trigo.

Ingredientes - Recheio de Creme de Peixe

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 xícaras de chá de leite quente (PA por 2 minutos) / 1 colher de chá de pimenta-do-reino branca / 1 colher de sobremesa de sal / 1 xícara de chá bem cheia de peixe cozido.

Modo de fazer - Massa

Misture todos os ingredientes e leve ao fogo, mexendo sempre até ficar bem enxuto. Deixe esfriar.

Modo de fazer - Recheio de Creme de Peixe

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Acrescente o leite aos poucos, mexendo bem após cada adição. Junte o sal e a pimenta e deixe ferver. Acrescente o peixe cozido e esfrie para utilizar.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Adicione os ingredientes restantes, e deixe esfriar para utilizar.

Modo de Montar - Rodelas Amarelas

Abra a massa entre 2 folhas de plástico e corte em rodelas de 7 cm de diâmetro. Junte em pares, recheando-as com o creme de peixe. Pincele com gema, polvilhe com farinha de rosca e arrume no refratário untado, colocando sobre cada uma, um pedacinho de manteiga ou margarina.

Leve ao forno pré-aquecido, para gratinar.

Sirva quente e acompanhe com salada verde ou vegetais cozidos e temperados.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 10 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 10 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	---	--

Ingredientes - Base

½ pão de forma sem casca / 10 gemas passadas pela peneira.

Ingredientes - Calda

2kg de açúcar granulado DOÇÚCAR / 1 litro de água.

Ingredientes - Creme

1 xícara de chá mal cheia de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR (100 g) / 6 gemas / 3 colheres de sopa rasas de maisena / 1 litro de leite fervente (PA por 8 minutos) / 1 colher de sobremesa de essência de baunilha / açúcar UNIÃO suficiente para polvilhar.

Modo de fazer - Base

Corte as fatias de pão ao meio e passe-as pelas gemas. Deixe descansar mais ou menos 10 minutos e cozinhe-as na calda fervente. Escorra e coloque-as no refratário. Reserve.

Modo de fazer - Calda

Ferva o DOÇÚCAR com a água até obter um ponto de fio brando. Utilize.

Ferva o DOÇÚCAR com a água na PA por 12 minutos, mexendo 4 vezes. Utilize.

Modo de fazer - Creme

Bata o GLAÇÚCAR com as gemas e a maisena até obter uma gemada clara.

Misture com o leite e leve ao fogo brando mexendo sempre até cozinhar e engrossar levemente. Tire o creme do fogo, acrescente a baunilha e utilize imediatamente.

Misture o leite com a gemada e cozinhe na PB por 10-12 minutos, mexendo 10 vezes.

Tire o creme do MO, acrescente a baunilha e utilize imediatamente.

Modo de montar - Sobremesa

Cubra o pão reservado no refratário com o creme. Polvilhe com o açúcar e leve ao grill do forno, pré-aquecido, ou utilize o ferro próprio para tostar.

Sirva morno ou gelado.

<p>Fogão Convencional Capacidade do refratário: 2000 ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 12 porções.</p>	<p>Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 12 porções.</p>	<p>Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente.</p>
--	--	---

SOPA INGLESA (ZUPPA À L'ANGLAISE)

Ingredientes - Pão de ló

6 colheres de sopa de açúcar UNIÃO / 6 ovos / 6 colheres de sopa de farinha de trigo.

Ingredientes - dos Recheios

2 copos de geléia de pêssegos (100g cada) / ½ xícara de chá de licor de pêssegos / 2 caixas de pó para pudim de baunilha, preparado de acordo com a embalagem, com 1 litro de leite (PA por 7-8 minutos, mexendo 2-3 vezes) / 1 lata de creme de leite com soro / 1 lata de pêssegos em calda escorridos e picados.

Modo de fazer - Pão de ló

Bata o açúcar com os ovos até obter uma gemada clara e crescida.

Tire da batedeira e acrescente a farinha, aos poucos, misturando sem bater.

Coloque em assadeira untada e forrada com papel também untado.

Leve ao forno pré-aquecido até assar e corar. Coloque em refratário retangular e leve à PA por 8-10 minutos.

Desenforme depois de frio e corte para rechear. Reserve.

Modo de fazer - Recheios

Recheie o pão de ló com a geléia e corte-o em quadradinhos.

Bata o pudim preparado e frio com o creme de leite. Reserve.

Modo de montar - Sopa Inglesa

Numa compoteira, faça uma camada de pão de ló, salpique com o licor, espalhe um pouco de pêssegos e creme de baunilha (pudim batido com o creme de leite). Repita até terminar os ingredientes, sendo a última camada de creme.

Leve à geladeira para gelar.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da assadeira: 2000ml (n.º 2) (ver dicas pág. 8). Tempo de forno: cerca de 30 minutos. Rendimento: 20 porções.	Utilização total. Capacidade do refratário: 3000 ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 20 porções.	

LANCHES E LANCHINHOS



LANCHES E LANCHINHOS

Sempre existe um momento no qual ainda é muito cedo para jantar e tarde para almoçar, mas que a fome não lhe deixa em paz. Ou então quando você resolve fazer compras depois do trabalho e acaba ficando sem tempo para comer alguma coisa. Ou ainda naquelas manhãs ou tardes em que você não tem a menor disposição de preparar uma refeição convencional. Aí um lanche ou lanchinho, super gostoso, rápido e prático, e irresistível.

Claro que todo mundo, mais ou menos vezes, diante destas situações acaba caindo no lanche, tão presente no hábito brasileiro. Porque é diferente, descontraído, ajuda a sair da rotina e valoriza a imaginação.

Não estamos falando nem lançando soluções inéditas, e você já deve ter escolhido muitas alternativas gostosas para esses momentos.

Mas uma fórmula nova, diferente, nunca é demais.

Por isso, aqui estão algumas sugestões e idéias de receitas simples mas diferentes, receitas que, de tanto pensar em você, foram surgindo e tomando seu jeito.

O Sanduíche Gribiche por exemplo, servido aberto, com faca e garfo fica bem parecido com um prato de almoço, que tal?

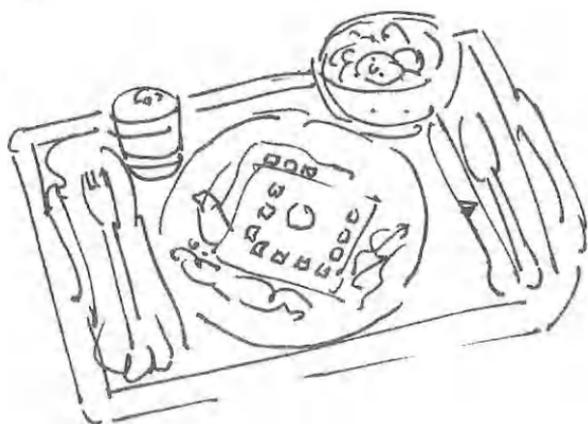
E tem outro, o Sanduíche de Pastrame. Já experimentou?

E aquele que é frito, duas fatias de pão, ensopadas com leite, recheadas com queijo, e depois passadas em ovo. Ficam fôfos, úmidos e quentinhos. Bem diferentes!

As Mini Pizzas também podem ser uma opção gostosa para um lanche prático e rápido. Veja a receita!

Deixe as crianças darem uma ajuda e prepare o Dip Arlequim.

Esmagar o queijo com a banana e misturar a maionese, isso elas podem ir fazendo, não acha?



Você termina arrumando-os nos pratos, sobre a alface.

E tem mais Dips, todos rápidos, saborosos e irresistíveis, como o Dip à Americana com flocos de milho, ou então, o Dip Costa Brava, com atum, anchovas, azeite e quadradinhos de pão.

Uma atenção especial para um lanche que mais parece um almoço: Açorda de Lingüiça.

Nem vamos dizer como é bom. Só experimentando. As crianças vão adorar!

Tudo rápido e muito gostoso, confira!

E também tem o doce que não pode faltar para tornar ainda mais completo o lanche.

Experimente a Mousse Negrita, geladinha, escura, coberta de branco, ou a Omelete au Confiture (Omelete Doce), como qualquer omelete, com recheio doce e depois bem flambada.

Já pensou, que delícia? Uma tentação!

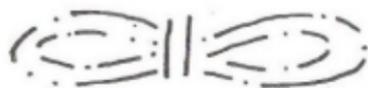
Acrescente estas alternativas gostosas de lanches às que você já costuma preparar e aproveite mais o seu pouco tempo disponível.



LANCHES E LANCHINHOS

ÍNDICE

Mini pizzas rápidas	85
Ovos escondidos	86
Ovos italianos	87
Dip arlequim	88
Dip à americana	89
Dip costa brava	90
Sanduiche gribiche	93
Sanduiches fritos	94
Sanduiche de pastrame	95
Açorda de lingüiça	96
Mousse negraita	97
Omelete com recheio doce (Omelette au Confiture)	98



MINI PIZZAS RÁPIDAS

Ingredientes

4 mini pizzas semi-prontas / 4 colheres de sopa de atum (Grated) / 2 colheres de sopa de molho de tomate pronto / 4 fatias de pimentão verde, picada / 4 fatias de cebola crua, picada / 2 colheres de chá de azeite / 1 colher de chá de orégano / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto.

Modo de fazer

Coloque as mini pizzas numa frigideira com um fio de óleo e deixe dourar em fogo baixo.

Arrume-as num refratário e cubra cada uma com atum.

Distribua o molho de tomate, o pimentão e a cebola, pelas 4, regue com o azeite e polvilhe com o orégano. Tempere com sal e pimenta.

Leve ao forno pré-aquecido para esquentar bem.

Sirva quente, sem acompanhamento.

Nota: Pode substituir o atum por queijo picado e o molho de tomate por maionese. Fica ótimo.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: 5 minutos. Rendimento: 4 mini pizzas.	<i>Microondas</i>	Freezer



OVOS ESCONDIDOS

Ingredientes

6 ovos / 6 fatias de presunto cozido / 1 vidro pequeno de maionese (250g) / 4 colheres de sopa de cebolinha francesa bem picada.

Modo de fazer

Coloque cada ovo, em um refratário levemente untado, com cuidado para que se mantenham inteiros. Cubra cada um com uma fatia de presunto picado grosso. Sobre o presunto, coloque uma colher de sopa bem cheia de maionese já misturada com a cebolinha.

Leve ao fogo, em banho-maria, com a panela tampada, até cozinhar, deixando a gema mole.

Sirva quente com torradinhas.

Fogão Convencional Capacidade do refratário: 175ml (ver dicas pág. 8). Tempo de cozimento: cerca de 5 minutos. Rendimento: 6 porções.	Microondas	Freezer
---	-------------------	----------------



OVOS ITALIANOS

Ingredientes

1 cebola média, bem picada / 1 lata de molho de tomate pronto (em pedaços) / 100g de manteiga ou margarina / 3 ovos / 100g de queijo prato fatiado / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / queijo ralado para polvilhar.

Modo de fazer

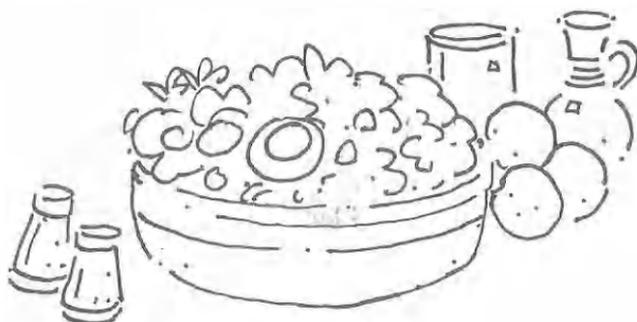
Leve ao fogo forte a cebola, o molho de tomate e metade da margarina, mexendo até enxugar um pouco.

Junta os ovos batidos, o restante da margarina, o queijo, o sal e a pimenta. Volte ao fogo brando, mexendo delicadamente deixando que o queijo derreta e envolva os ovos e o molho. Deve ficar sólido, mas úmido.

Coloque em cumbucas de barro, vidro ou porcelana refratária, polvilhe com o queijo ralado e leve ao forno pré-aquecido, para derreter o queijo.

Sirva quente com torradinhas.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Tempo de forno: 5 minutos. Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Rendimento: 3 cumbucas (100ml cada ver dicas pág. 8).		



DIP ARLEQUIM

Ingredientes

4 queijinhos fundidos (20g cada) / 2 bananas nanica bem picadas / 4 colheres de sopa de maionese / 2 xícaras de chá de aipo picado / 2 xícaras de chá de peito de peru defumado, picado / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 4 folhas de alface / 4 rodelas de ovo cozido.

Modo de fazer

Esmague o queijo e ligue com a banana e a maionese. Acrescente o aipo e o peru, misturando delicadamente. Tempere e arrume em montinhos nas folhas de alface já nos pratos. Decore com as rodelas de ovo, e pedacinhos de aipo. Sirva bem frio, com faca e garfo.

Rendimento: 4 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
_____	_____	_____



DIP À AMERICANA

Ingredientes

2 xícaras de chá de sobras de frango assado, sem pele e picado / 1 xícara de chá de maionese / 1 xícara de chá de cogumelos de conserva, escorridos e picados / 1 xícara de chá de flocos de milho / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 2 folhas de alface.

Modo de fazer

Misture o frango com a maionese e os cogumelos. Acrescente os flocos de milho, tempere e arrume em montinhos nas folhas de alface já nos pratos. Decore com um cogumelo aberto em dois e alguns flocos de milho. Sirva bem frio com faca e garfo.

Rendimento: 2 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer



DIP COSTA BRAVA

Ingredientes

4 folhas de alface bem verdes / 4 folhas de alface claras / 2 dentes de alho, socados / 1 lata pequena de filés de anchovas / 1 lata de atum / 2 gemas cruas / 4 colheres de sopa de azeite / 1 colher de café rasa de pimenta-de-caiena / 1 colher de chá de suco de limão / 2 xícaras de chá de quadrinhos de miolo de pão.

Modo de fazer

Divida as folhas de alface, uma escura e outra clara, por dois pratos de serviço. Junte os ingredientes restantes, como se fosse uma pasta bem cremosa, reservando o pão. Misture o pão delicadamente e divida pelas folhas já arrumadas nos pratos, fazendo um monte em cada uma.

Decore com anchovas, rodela de ovos cozidos e quadrinhos de pão. Sirva bem frio com faca e garfo.

Rendimento: 2 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
_____	_____	_____

À direita: Dip Costa Brava







SANDUÍCHE GRIBICHE

Ingredientes

4 fatias de pão integral / manteiga ou margarina para passar nas fatias / 10 fatias finas de rosbife (reserve 2 fatias para decorar) / 4 colheres de sopa de maionese / 4 gemas cozidas e picadas (reserve um pouco para decorar) / 1 colher de sopa de mostarda / 2 colheres de sopa de pepinos em conserva, bem picados / 1 colher de sopa de alcaparras (reserve algumas para decorar) / 1 colher de sopa de salsa, picada / 4 claras cozidas, bem picadas (reserve um pouco para decorar).

Modo de fazer

Coloque 1 fatia de pão em cada prato de servir. Passe manteiga ou margarina e cubra com as fatias de rosbife, 2 para cada fatia de pão. Misture os ingredientes restantes e divida pelas 4 fatias, fazendo uma camada grossa.

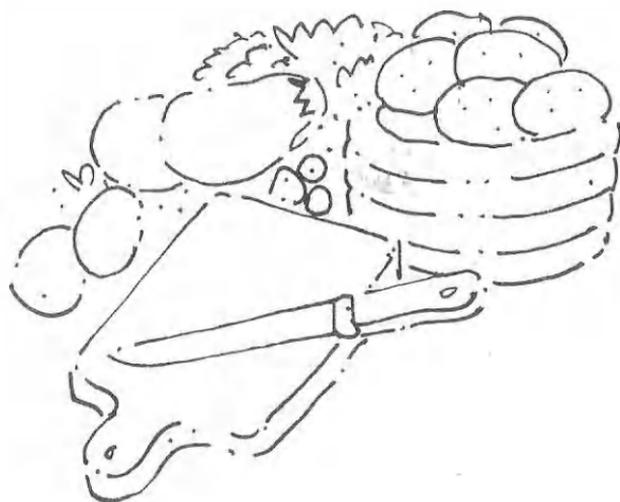
Decore com um rolinho de rosbife, gemas, claras e alcaparras reservadas.

Sirva bem frio, com faca e garfo.

Rendimento: 4 sanduíches abertos.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
_____	_____	_____

A esquerda: Sanduíche Gribiche



SANDUÍCHES FRITOS

Ingredientes

8 fatias de pão de fôrma sem casca / 1 colher de sopa rasa de manteiga ou margarina / 8 fatias de queijo estepe ou prato (200g) / 4 colheres de sopa de leite / sal a gosto / 4 ovos / óleo suficiente para fritar.

Modo de fazer

Passa a manteiga ou margarina nas fatias de pão. Prepare cada sanduíche com 2 fatias de pão e 2 de queijo. Prende bem para colar. Borrife com o leite temperado com o sal (verifique se o queijo é salgado), passe no ovo também com uma pitada de sal, comprimindo os sanduíches para embebê-los bem. Frite-os no óleo quente, virando repetidas vezes para crescerem, ficar bem dourados e dar tempo ao queijo de derreter. Escorra em papel absorvente e sirva em seguida.

Rendimento: 4 sanduíches.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer



SANDUÍCHE DE PASTRAME

Ingredientes

2 fatias de pão italiano, das maiores / 1 dente de alho / 1 colher de sopa de azeite / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 7 fatias de pastrame, sendo 1 para decorar / 1 xícara de chá de chourute.

Modo de fazer

Coloque as fatias de pão nos pratos de servir. Pise o alho no azeite com o sal e a pimenta e passe nas fatias de pão. Cubra cada uma com 3 fatias de pastrame, terminando com o chourute. Decore com tirinhas do pastrame reservado. Sirva em seguida com faca e garfo.

Rendimento: 2 sanduíches abertos.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer



ACORDA DE LINGÜIÇA

Ingredientes

½ kg de lingüiça fresca (magra) / 2 colheres de sopa de azeite / 2 fatias de bacon / 2 dentes de alho, socados / 4 pãezinhos com a casca, ensopados em água / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto.

Modo de fazer

Tire a pele da lingüiça, e leve ao fogo com o azeite, o bacon e o alho. Deixe fritar com fogo baixo até ficar bem passada. Esprema o pão e junte à lingüiça, mexendo bem para ligar. Tempere e dê o formato de uma omelete, com a ajuda de uma colher. Deixe tostar até ficar firme. Sirva em seguida sem acompanhamentos.

Rendimento: 2 porções.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
<hr/>	<hr/>	<hr/>



MOUSSE NEGRITA

Ingredientes

5 colheres de sopa de café UNIÃO, CABOCLO ou PILÃO, preparado bem forte / ½ tablete de chocolate meio amargo, picado (100g) / ½ xícara de chá de água fria / 3 colheres de chá rasas de gelatina incolor / 1 colher de sopa de rum / 5 claras / 1 xícara de chá de açúcar de confeitiro GLAÇUCAR / 1 lata de creme de leite com soro adoçado a gosto / raspas de chocolate meio amargo para decorar.

Modo de fazer

Leve o café com o chocolate ao banho-maria, mexendo até derreter. Tire do fogo e junte a gelatina já hidratada com a água, misturando bem para dissolver.

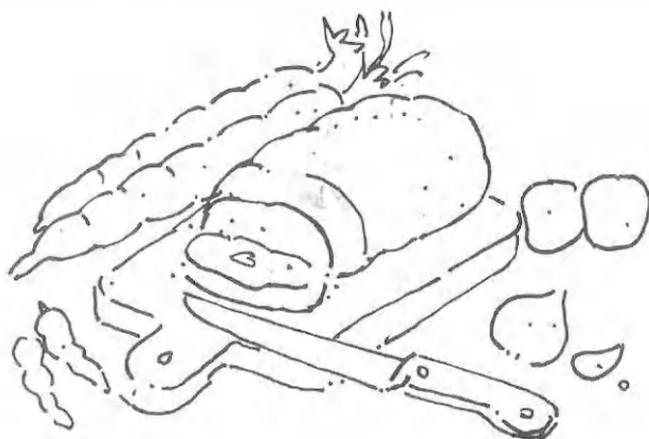
Leve o café com o chocolate à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes, até derreter e ficar homogêneo. Tire do MO e acrescente a gelatina hidratada mexendo para dissolver.

Acrescente o rum e reserve para esfriar.

Bata as claras com o GLAÇUCAR até obter um merengue bem firme, e misture delicadamente ao creme reservado.

Distribua pelas taças, cubra com o creme de leite e decore com as raspas de chocolate. Sirva gelado.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 8 porções.	Freezer Congelamento: nas taças, embale e congele. Descongelamento: geladeira e MO.
---	---	--



OMELETE COM RECHEIO DOCE (OMELETTE AU CONFITURE)

Ingredientes

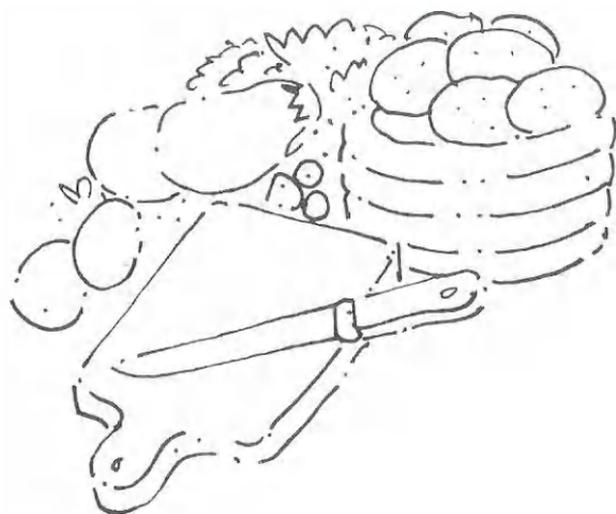
2 colheres de sopa rasas de açúcar UNIÃO / 3 ovos / 2 colheres de sopa de farinha de trigo peneirada / ½ xícara de chá de creme de leite com soro / 3 colheres de sopa de geléia, sabor a gosto / açúcar de confeitador GLACÜCAR suficiente para polvilhar / 2 colheres de sopa de rum.

Modo de fazer

Bata o açúcar com os ovos até obter uma gemada fofa e clara. Misture a farinha, sem bater. Acrescente o creme de leite misturando bem, sem bater. Coloque na frigideira quente e já untada com manteiga ou margarina, fazendo toda a operação com fogo baixo e sobre uma placa de amianto para que a omelete não queime. Vire a omelete e deixe dourar do outro lado. Retire do fogo e passe para um prato de servir aquecido. Espalhe a geléia na metade da omelete, dobre ao meio, polvilhe com o GLACÜCAR e flambe com o rum.

Para flambar, coloque o rum numa concha sobre o fogo esquentando bem até fazer chama. Jogue sobre a omelete, deixe flambar e cubra com uma tampa para que a chama se apague. Sirva em seguida.

Fogão Convencional Capacidade da frigideira: 1500 ml (n.º 20) (ver dicas pág. 8). Rendimento: 2 porções.	Microondas	Freezer
--	-------------------	----------------



RECEITAS ESPECIAIS



PARABÊNS A VOCÊ

Algumas datas são muito especiais, mas nenhuma é tão importante e bem comemorada como o aniversário.

Independente da idade, comemorar o nascer, o tempo, a vida, é muito bom! Saber viver e aproveitar tudo que está aí para nós, passa a ser cada vez mais importante. Estamos falando de todos os aniversários que são comemorados na sua família, mas muito particularmente do seu.

Até porque sabemos que dos outros você cuida... e muito bem.

Mas do seu, você muitas vezes fica meio desligada, não é?

Então vamos ver:

Pegue todas as coisas boas que envolvem a sua vida, se anime e não esqueça de todos que a amam e estão fazendo projetos para o seu dia.

Para este dia escolha e prepare um cardápio fácil de fazer.

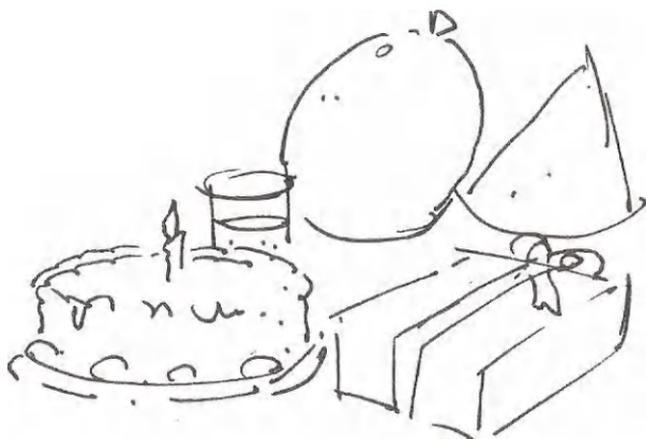
Podemos até sugerir alguma coisa gostosa para incrementar a sua mesa. Como entrada, a Pasta de Fígado ao Forno. Cortada em fatias e servida bem fria sobre folhas de alface. Ou, os Ramequins de Sêmola de Trigo, preparados individualmente. O sabor é suave, mas o queijo com que se prepara o gratinado aviva o apetite como compete a uma entrada.

Ainda como entrada, uma sugestão que, embora exija um pouco mais de trabalho, é compensadora pelo que tem de beleza e simultaneamente de sabor - o Aspic Primavera.

Siga o passo a passo da receita e verá que é mais simples do que parece...

Depois um peixe delicioso - Rolinhos de Peixe.

É um prato de forno, saboroso, elegante e extremamente simples de servir. Ainda temos o Camarão Fantasia, prato de peixe com molho à base de tomate, a que o leite de coco dá um toque bem tropical.



Continuando com peixe - um pouco discutível falar assim do bacalhau - experimente o Bacalhau Crocante. É bem diferente do que se costuma fazer, você vai gostar!

Se preferir a carne, escolha os Escalopes com Molho Especial.

Essa receita de Língua ao Vinho Madeira é muito gostosa. O molho é importante e acompanha as fatias dando-lhes um sabor inconfundível.

E que tal os Franguinhos? Todo mundo gosta de frango. Mas esses são bem especiais. Experimente!

Agora falando do doce:

Temos uma sobremesa, o Pudim de Festa que, independentemente de preferências especiais, é o mais indicado para um cardápio mais incrementado. E um pudim de claras com o açúcar caramelado, todo coberto com calda de gemas.

A Sobremesa Chamonix, pelo contrário é especialmente indicada para rematar uma refeição mais leve - uma surpresa de cremes e fatias de massa de nozes, tudo fechado numa capa de chocolate!

E assim chegamos ao fim.

Nossas sugestões são oferecidas a você com todo o nosso carinho, como forma de participação, desejando-lhe um belo dia de aniversário.



PARABÊNS A VOCÊ

ÍNDICE

Pasta de fígado ao forno	103
Rolinhos de peixe	104
Aspic primavera	105
Molhos: remoulade, francês e indiano	106
Bacalhau crocante	107
Camarão fantasia	108
Ramequins de sêmola de trigo	111
Escalopes com molho especial	112
Língua ao vinho madeira	113
Franguinhos crocantes	114
Pudim de festa	115
Sobremesa Chamonix	116



PASTA DE FÍGADO AO FORNO

Ingredientes

500g de fígado de frango / 250g de miolos de vitela / 200g de toucinho fresco / 200g de miolo de pão / leite suficiente para embeber o pão / 2 gemas / sal, pimenta-do-reino preta, cravo moído, noz-moscada e canela em pó, a gosto.

Modo de fazer - Base

No liquidificador, bata o fígado, os miolos, o toucinho e o pão embebido no leite e espremido. Misture as gemas, tempere e coloque no refratário untado com banha. Leve ao forno pré-aquecido, em banho-maria, até que cozinhe e doure.

Coloque no refratário untado com banha e com tampa, e leve à PM por 12-15 minutos. Na metade do cozimento, proteja as bordas com papel-alumínio para igualar o cozimento, mantendo a tampa.

Sirva gelado como entrada em fatias montadas em folhas de alface ou com bolachas ou torradinhas salgadas.

Nota: Pode desenformar ou servir no próprio refratário.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 1500 ml (ver dicas pág. 8).	Utilização total.	Congelamento: esfrie, embale e congele.
Temperatura do forno: 200°C (quente).	Rendimento: 15 porções.	Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.
Tempo de forno: cerca de 40 minutos.		
Rendimento: 15 porções.		



ROLINHOS DE PEIXE

Ingredientes - Rolinhos

12 filés pequenos de linguado ou pescada / 2 dentes de alho, socados / 1 colher de chá de sal / 1 colher de café de pimenta-do-reino branca / 1 caixa pequena de requeijão (do mais espesso) / 1 colher de sopa de suco de limão / farinha de trigo, ovos ligeiramente batidos e farinha de rosca suficiente para empanar o peixe.

Ingredientes - Molho Bêchamel

2 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / $\frac{3}{4}$ de litro de leite fervente (PA por 4-6 minutos) / 1 colher de sobremesa rasa de sal / 1 colher de café rasa de noz-moscada, ralada / queijo parmesão ralado suficiente para fazer uma farta camada sobre o creme.

Modo de fazer - Rolinhos

Tempere os filés com os 3 primeiros ingredientes e recheie cada um com uma colher de sobremesa de requeijão. Enrole e prenda com um palito. Pincele com o suco de limão, passe na farinha de trigo, no ovo e na farinha de rosca. Frite em óleo bem quente. Coloque sobre papel absorvente. Reserve.

Modo de fazer - Molho Bêchamel

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo até dourar levemente. Acrescente o leite, aos poucos, mexendo sempre após cada adição. Tempere com o sal e a noz-moscada.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha, misture e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 1-2 vezes. Acrescente o leite aos poucos e volte à PA por 6-8 minutos, mexendo 2-3 vezes. Tire do MO e tempere com o sal e a noz-moscada.

Modo de montar - Prato

Coloque os rolinhos fritos, num refratário, cubra com o bêchamel e polvilhe com o queijo ralado.

Leve ao forno pré-aquecido para gratinar ou use o grill do fogão, pré-aquecido. Sirva com purê de batatas, arroz ou legumes passados em manteiga.

Fogão Convencional Capacidade do refratário: 3400ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando, MO. Aqueça para servir.
---	---	--

ASPIC PRIMAVERA

Ingredientes - Geléia Temperada

1 1/2 litro de água (aproveitando a água de cozedura do frango) / 3 tabletes de caldo da frango / 4 envelopes de gelatina incolor / 2 colheres de sopa de vinho madeira.

Ingredientes - Montagem

6 ovos cozidos / 1 lata de cogumelos bem escorridos (200g) / 1 lata de ervilhas bem escorridas (200g) / 4 cenouras médias cozidas em fatias (*em saco próprio, com 1/4 de xícara de chá de água, fatiada, na PA por 5-6 minutos, mexendo 1 vez*) / 1 lata de azeitonas verdes, picadas (200g) / 1 peito grande de frango, cozido e fatiado (*em saco próprio, na PA por 5-6 minutos, virando 1 vez*) / 500g de frios fatiados.

Modo de fazer - Geléia Temperada

Retire 1 xícara de chá da água da cozedura do frango (fria), e com ela hidrate a gelatina. Leve a água restante ao fogo. Junte os caldos e ferva. Retire do fogo, acrescente a gelatina e mexa até dissolver. *Leve a água restante com os caldos à PA por 5-6 minutos. Retire do MO e acrescente a gelatina, mexendo para dissolver.* Coe por um pano malhado, acrescente o vinho e deixe esfriar completamente para utilizar.

Modo de fazer - Montagem

Numa fôrma de camada, untada com óleo e passada por água fria, faça uma camada de 0,5cm de geléia. Leve à geladeira até engrossar como clara de ovo. Decore com rodela de ovo, cogumelos, ervilhas e cenouras, colocando-as sobre a geléia. Volte à geladeira e deixe firmar. Decore a beirada com rolinhos de frango e frios, sempre intercalando com a geléia líquida e levando à geladeira para firmar. Encha o restante da fôrma, com camadas de legumes, ovos, carnes e geléia, sempre levando à geladeira para fixar cada camada. Cubra com papel-alumínio e deixe na geladeira até o dia seguinte. Desenforme sobre um prato de vidro, decore com maionese, passada pelo saco de confeitar com o bico pitanga, e meias fatias de limão. Sirva gelado como entrada.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma: 2750ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 25 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 25 porções.	Freezer _____
---	---	-------------------------

MOLHOS: REMOULADE, FRANCÊS E INDIANO

Ingredientes - Molho Remoulade

2 colheres de sopa bem cheias de maionese / 1 colher de sopa de mostarda / 1 colher de sopa de salsa, bem picada / 1 colher de sopa de alcaparras, picadas / 1 cornichon, picado (pepino em conserva) / ½ lata de creme de leite com soro.

Ingredientes - Molho Francês

1 colher de chá rasa de sal / 1 colher de café rasa de pimenta-do-reino branca / 8 colheres de sopa de azeite / 4 colheres de sopa de creme de leite com soro / 2 colheres de sopa de cebola, ralada muito fina / 2 colheres de sopa de conhaque.

Ingredientes - Molho Indiano

2 queijinhos fundidos (20g cada) / 1 maçã verde, bem picada / 1 colher de chá rasa de sal / 1 colher de café rasa de pimenta-do-reino branca / 1 colher de chá de curry / 1 colher de sopa de suco de limão / 1 colher de sopa de mostarda.

Modo de Fazer - Molho Remoulade

Misture os 5 primeiros ingredientes. Acrescente o creme de leite para ligar. Utilize. Indicado para servir com peixes cozidos ou grelhados.
Rendimento: 1 xícara de chá.

Modo de fazer - Molho Francês

Misture todos os ingredientes até obter um creme homogêneo. Utilize. Indicado para servir com carnes de porco, ou frios sem muito tempero.
Rendimento: 1 xícara de chá.

Modo de fazer - Molho Indiano

Misture todos os ingredientes até formar uma pasta homogênea. Utilize. Indicado para servir com carnes brancas, ou frios sem muito tempero.
Rendimento: 1 xícara de chá.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
<hr/>	<hr/>	<hr/>

BACALHAU CROCANTE

Ingredientes

400g de bacalhau deixado de molho por 24 horas / 3 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 cebola grande, picada / 1 dente de alho, socado / 3 colheres de sopa de farinha de trigo / pimenta-do-reino preta, a gosto / ½ litro de leite / ½ kg de batatas fritas (palha) / queijo ralado suficiente para polvilhar.

Modo de fazer

Tire a pele e espinhas do bacalhau cru e abra em lascas. Junte com a manteiga ou margarina a cebola e o alho e leve ao fogo, mexendo sempre até dourar. Acrescente a farinha, mantendo no fogo para cozinhar. Adicione o leite aos poucos, mexendo sempre. Quando engrossar, deixe ferver por mais 10 minutos, em fogo baixo. Misture as batatas, verifique o sal, tempere com a pimenta e coloque no refratário untado. Polvilhe com o queijo ralado e leve ao forno pré-aquecido, até gratinar. Sirva quente com salada verde, crua ou brócolis cozidos, temperados com azeite e vinagre.

Fogão Convencional	<i>Microondas</i>	Freezer
Capacidade do refratário: 3000ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 10 minutos. Rendimento: 12 porções.		



CAMARÃO FANTASIA

Ingredientes - Massa

½ kg de peixe fresco, moído / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 colher de chá de sal / farinha de trigo para polvilhar o mármore / manteiga ou margarina suficiente para fritar os rolinhos.

Ingredientes - Molho

1 colher de sopa de azeite / 1 colher de sopa de dendê / 1 cebola grande, ralada / 1 embalagem de purê de tomates (520g) / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 3 colheres de sopa bem cheias de coentros, picados / 1 vidro pequeno de leite de coco.

Modo de fazer - Massa

Misture o peixe com a farinha e o sal. Faça rolinhos sobre o mármore enfarinhado, como para nhoque, com a grossura de um lápis e com mais ou menos 3cm de comprimento. Frite rapidamente na manteiga ou margarina até dourar. Reserve. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto e passe os "camarões". Divida em 2 partes e leve cada uma à PA por 3-5 minutos, 2 vezes para cozinhar por igual. Reserve.*

Modo de fazer - Molho

Leve ao fogo o azeite, o dendê e a cebola, e deixe refogar. Acrescente o purê de tomates, o sal e a pimenta, e mantenha em fogo baixo para apurar. Junte os ingredientes restantes, ferva e adicione os "camarões", mantendo a fervura por mais 5 minutos. *Leve o azeite, o dendê e a cebola à PA por 4 minutos, mexendo 1 vez. Acrescente o purê de tomates, o sal e a pimenta e volte à PA por 3-5 minutos, mexendo 1 vez. Junte os ingredientes restantes e os "camarões". Tampe o recipiente e cozinhe na PA por 5-7 minutos.*

Modo de montar - Camarão Fantasia

Encha uma fôrma de savarin (redonda e com buraco bem largo no centro) com arroz branco bem solto. Desenforme num prato fundo e coloque os "camarões" e o molho no centro e à volta. Sirva quente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banha-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	--	--

À direita: Camarão Fantasia





RAMEQUINS DE SÊMOLA DE TRIGO

Ingredientes - Massa de Sêmola

1 litro de leite / 1 colher de sopa rasa de sal / 1 colher de café de pimenta-do-reino branca, moída na hora / 2 xícaras de chá mal cheias de sêmola de trigo / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina.

Ingredientes - Creme de Queijo

3 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina / 4 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / 1 litro de leite fervente (na PA por 6-8 minutos) / 1 lata de creme de leite com soro / 1 colher de café de noz-moscada, ralada na hora / 1½ xícara de chá de queijo parmesão, ralado / queijo parmesão ralado grosso, suficiente para cobrir o creme.

Modo de fazer - Massa de Sêmola

Ferva o leite com o sal e a pimenta. Jogue a sêmola em "chuva" sobre o leite fervente, mexendo sempre até cozinhar bem e enxugar, em fogo baixo.

Ferva o leite com o sal, a pimenta e 1 colher de sopa de manteiga ou margarina na PA por 6-8 minutos. Jogue a sêmola em "chuva", misturando bem, volte à PA por 8 minutos, mexendo 3-4 vezes.

Deixe esfriar um pouco, faça pequenas bolas com 2 colheres e reserve.

Modo de fazer - Creme de Queijo

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre. Acrescente aos poucos, o leite, mexendo bem após cada adição. Tire do fogo, junte o creme de leite, a noz-moscada e o queijo ralado, misturando bem. Utilize.

Derrreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a farinha, misture e leve à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite, aos poucos, e volte à PA por 6-8 minutos, mexendo 4-5 vezes. Tire do MO e misture o creme de leite, a noz-moscada e o queijo ralado. Utilize.

Modo de montar - Ramequins

Coloque as bolas reservadas no refratário untado. Espalhe sobre elas o creme de queijo, cubra com o queijo ralado grosso e leve ao forno pré-aquecido para gratinar. Sirva quente, sem acompanhamentos.

Nota. Pode ser feito em porções individuais, em pequenos refratários.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 2500ml (ver dicas pág. 8).	Utilização mista: fogão convencional e MO.	Congelamento: esfrie, embale e congele.
Temperatura do forno: 250°C (bem quente).	Rendimento: 12 porções	Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.
Tempo de forno: cerca de 15 minutos.		Aqueça para servir.
Rendimento: 12 porções.		

À esquerda: Ramequins de Sêmola de Trigo

ESCALOPES COM MOLHO ESPECIAL

Ingredientes

700g de filé mignon, cortado em fatias finas (escalopes) / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 100g de manteiga ou margarina / 250g de rins de porco, moídos (ver preparação receita Rim Flambado pág. 23) / ½ xícara de chá de vinho branco seco / 1 lata de creme de leite com soro / 2 colheres de sopa de salsa, picada.

Modo de fazer

Tempere a carne com o sal e a pimenta. Polvilhe com a farinha e leve ao fogo forte até dourar, na manteiga ou margarina. Retire da frigideira e conserve quente. Na mesma frigideira junte o rim, e deixe que frite até dourar, mexendo em fogo forte. Acrescente os ingredientes restantes, a carne reservada, e tampe, cozinhando em fogo muito brando por cerca de 10 minutos. Sirva bem quente e acompanhe com arroz branco ou batatas fritas e também com couve-flor ou vagem cozida.

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.



LÍNGUA AO VINHO MADEIRA

Ingredientes

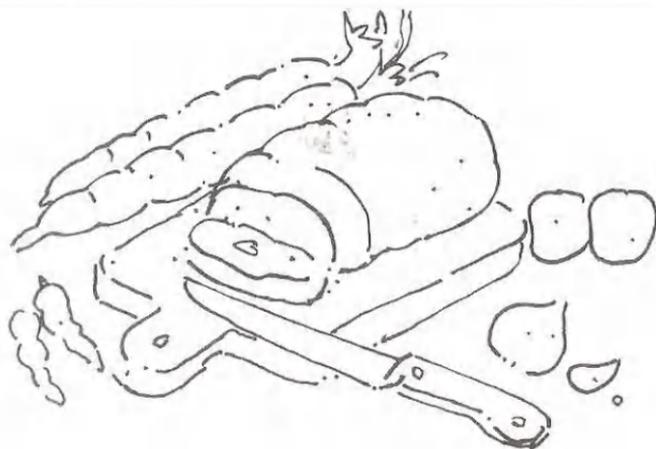
1 língua de vaca, cozida e fatiada / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 cebola grande, ralada / ½ xícara de chá de vinho madeira / 1 colher de chá de araruta / ½ xícara de chá de água / 1 colher de sobremesa de sal / 1 ramo de cheiro-verde / 10 cebolas pequenas / 10 cenouras pequenas.

Modo de fazer

Numa panela, aqueça a manteiga ou margarina e doure ligeiramente a cebola. Junte a língua e misture bem. Acrescente o vinho, a araruta dissolvida na água e o sal. Mantenha em fervura branda, junte o ramo de cheiro verde, as cebolas e as cenouras. Tampe e deixe estufar até apurar. Coe o molho, mantendo as cebolas e as cenouras intaiaras. Se for preciso, acrescente algumas gotas de água para não secar o molho. Lave a manteiga ou margarina com a cebola à PA por 2-3 minutos. Junte a língua, o vinho, a araruta dissolvida na água e o sal, e leve à PA por 3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o ramo de cheiro verde, as cebolas e as cenouras, cozinhe na PA por 4-5 minutos, mexendo 2-3 vezes.

Arrume as fatias na travessa de servir com as cebolas e cenouras e cubra com o molho. Sirva quente e acompanhe com purê de batatas (ver dicas pág. 8), ou arroz branco.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	Microondas Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 8 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	---	--



FRANGUINHOS CROCANTE

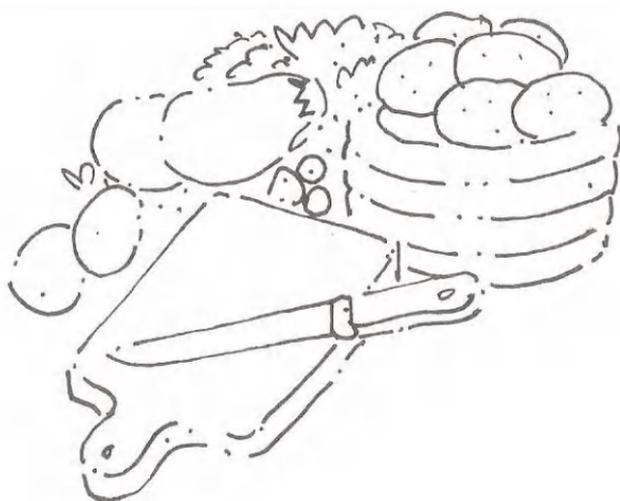
Ingredientes

6 franguinhos de leite / 3 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de pimenta calabresa seca (75g) / 2 colheres de sopa rasas de sal / 300g de bacon em fatias finas.

Modo de fazer

Besunte os frangos por dentro e por fora com a manteiga ou margarina, a pimenta e o sal, ligados em pasta. Envolve cada um com as fatias de bacon, prendendo-as com alguns palitos. Leve-os ao forno pré-aquecido até assarem, regando-os com o molho que se vai formando. *Coloque num refratário e cozinhe na PM por 30-35 minutos. Tire do MO, cubra com papel-alumínio e aguarde 10 minutos. Retire o papel e leve-os ao forno convencional para dar uma tostada e deixar os frangos crocantes.* Sirva bem quentes e acompanhe com verduras cozidas e temperadas com manteiga ou margarina, arroz branco e Chutney de Frutas Frescas (ver receita pág. 186).

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 40 minutos. Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
--	--	--



PUDIM DE FESTA

Ingredientes - Pudim

1 xícara de chá bem cheia de açúcar granulado DOÇÚCAR (200g) / 1 xícara de chá de água / 1 xícara de chá de água para dissolver o caramelo / 1 envelope de gelatina incolor, sem sabor / 4 colheres de sopa de água fria para hidratar a gelatina / 2 xícaras de chá bem cheias de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR (250g) / 5 claras.

Ingredientes - Calda de Gemas

1 1/3 de xícara de chá de açúcar granulado DOÇÚCAR (250g) / 1 xícara de chá de água / 1 colher de chá de manteiga ou margarina / 5 gemas passadas pela peneira / 1 colher de chá de essência de baunilha.

Modo de fazer - Pudim

Ferva o DOÇÚCAR com a água até obter um caramelo não muito claro. Acrescente a água, mexa para dissolver e deixe ferver.

Tire do fogo e junte a gelatina hidratada. Misture bem e utilize imediatamente.

Farva o DOÇÚCAR com a água na PA por 8 minutos, mexendo 4 vezes.

Acrescente a água e volte à PA por 3 minutos, mexendo 1 vez.

Tire do MO e misture a gelatina hidratada. Utilize imediatamente.

Bata o GLAÇÚCAR com as claras até obter um merengue firme. Sempre batendo adicione a calda fervente, e continue batendo até ficar homogêneo e começar a engrossar.

Coloque na fôrma untada com óleo e passada por água fria.

Leve à geladeira até solidificar.

Modo de fazer - Calda de Gemas

Ferva o DOÇÚCAR com a água até obter o ponto de fio grosso.

Junte a manteiga e deixe amornar.

Misture com as gemas e volte ao fogo mexendo sempre até cozinhar e engrossar levemente. Aromatize com a baunilha.

Farva o DOÇÚCAR com a água na PA por 7 minutos, mexendo 4 vezes. Junte a manteiga e deixe amornar. Misture com as gemas e volte ao MO na PB por 3 minutos, mexendo 3 vezes. Tire do MO e aromatize com a baunilha.

Modo de montar - Sobremesa

Deixe a calda esfriar completamente e cubra o pudim, já desenformado no prato de serviço.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma: 2500ml (ver dicas pág. 8). Tempo de geladeira: 4 horas. Rendimento: 14 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: <i>14 porções.</i>	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele, a calda separada. Descongelo: geladeira ou temperatura ambiente.
--	--	---

SOBREMESA CHAMONIX

Ingredientes - Massa

1½ xícara de chá de açúcar UNIÃO (250g) / 8 ovos / 150g de nozes, moídas finas / ¾ de xícara de chá de farinha de rosca (100g).

Ingredientes - Casquinha de Chocolate

300g de chocolate branco de cobertura, derretido (PA por 4 minutos, tire do MO e misture até ficar uniforme).

Ingredientes - Recheio e Cobertura

6 colheres de sopa de açúcar de confeitiro GLAÇUCAR / 1 litro de creme de leite fresco e gelado / 1 colher de chá de essência de baunilha / 300g de chocolate de cobertura escuro, cortado em lâminas finas.

Modo de fazer - Massa

Bata o açúcar com os ovos até obter uma gemada clara e fofa. Acrescente as nozes e a farinha, previamente misturadas, ligando com um garfo, sem bater. Coloque na fôrma untada, com o fundo forrado com papel também untado. Leve ao forno pré-aquecido, para assar.

Esfrie, desenforme e corte em fatias finas. Reserve.

Modo de fazer - Casquinha de Chocolate

Forre a mesma fôrma com papel-alumínio, e pincele com o chocolate. Leve à geladeira. Deve ficar como uma casquinha dura, fina mas não transparente.

Modo de fazer - Recheio e Cobertura

Bata o GLAÇUCAR com o creme de leite e a baunilha, na velocidade mínima da batedeira, até obter um chantilly bem espesso e uniforme.

Modo de montar - Sobremesa

Reserve 1/3 do chantilly e 1/3 das raspas de chocolate do recheio da cobertura.

Sobre a casquinha de chocolate, faça camadas alternadas de chantilly, raspas de chocolate e fatias de massa, com as quais deve terminar.

Cubra com papel-alumínio e leve à geladeira. Desenforme, retire o alumínio com cuidado e decore com o chantilly e as raspas de chocolate reservado.

Sirva gelado.

Fogão Convencional

Capacidade da fôrma: 3000ml
(nº 30) (ver dicas pág. 8).
Temperatura do forno: 175°C (moderado).
Tempo de forno: cerca de 30 minutos.
Tempo de geladeira: cerca de 1 hora.
Rendimento: 20 porções.

Microondas

Utilização mista: fogão convencional e MO.
Rendimento: 20 porções.

Freezer

Congelamento: em aberto; embale e volte ao freezer.
Descongelamento: geladeira.

DIA DAS MÃES E DOS PAIS



DIA DAS MÃES E DOS PAIS

O Dia das Mães e o Dia dos Pais representa um momento de rara emoção, beleza e, sobretudo, gratidão na vida das famílias.

Toda marca que o amor dos pais deixa nos filhos, manifesta-se de várias maneiras nessa data tão especial.

Escolhem-se carinhosamente os presentes, passa-se o domingo recordando os grandes acontecimentos do passado e fazendo projetos. Enfim, um dia de intimidade, de curtição e dedicação aos pais.

E por falar em momentos especiais, só está faltando escolher o que vai fazer de bom para o almoço, jantar ou mesmo para o lanche.

Pensando e repensando, estamos trazendo neste capítulo, algumas coisas boas para você avaliar e, quem sabe, escolher.

Por exemplo, se comemorar com um jantar, poderia ter como entrada o Mamão ao Gratin. É leve, refinado e simples de fazer. Diferente!

Ou então o Pudim Verde e Amarelo. Suave e perfeito para dar início ao jantar, portanto, como entrada.

Veja também os Nhoques Diferentes. Uma mistura de presunto com frango, tudo ligado com a massa de batata, enrolado em pelotinhas e, por cima, só queijo e manteiga.

Ahl e o Pão da Mamma? Na mesa do lanche, tostado e cheiroso, vale por muitos!

Passando para uma proposta mais simples e bem caseira, por que não dar uma boa alhada na Carbonada?

Saborosa, pode ser feita com bastante antecedência, tornando-se bem prática.

Mas temos mais. Um prato de origem grega, suculento e apetitoso, a Moussaka Original, preparado com carne de carneiro e berinjelas. Dos mais simples aos mais elaborados, nossas sugestões procuram exatamente diversificar as preferências.

Por isso, também escolhemos uma torta de frango, enformada com folhas finas de crepes. Você vai encontrá-la com o nome de Torta Forrada de Crepes.

E ainda tem o Bolo de Camarão cuja aparência lembra um pudim. Perfeito para almoço, lanches ou jantar!



Escolhida a entrada, e o prato principal, chegamos finalmente à tão esperada sobremesa.

Final delicioso de uma refeição preparada com tantas intenções e amor! O pudim do Amor pode ser definido como um creme fino de gemas e leite, que a gelatina torna suficientemente espesso para ser enformado.

Deliciosa e perfeita escolha para final de uma refeição menos leve. Se o seu cardápio tiver sido escolhido entre receitas mais leves, então a Torta de Cacau é a mais indicada.

É uma sobremesa à base de cacau, bem escura, embebida com calda, portanto bem úmida, e com recheio e cobertura de chantilly.

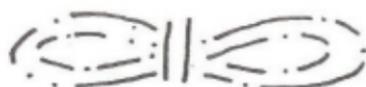
Finalizando esta conversa, podemos dizer que, usando nossas sugestões por inteiro ou combinadas com suas receitas, tirando uma idéia daqui e outra dali, estivemos juntos, procurando escolher o melhor para estes dias tão especiais, para os Pais e para os Filhos.



DIA DAS MÃES E DOS PAIS

ÍNDICE

Lulas de capoeira	121
Carbonada	122
Moussaka original	123
Torta forrada de crepes	124
Bolo de camarão	125
Mamão ao gratin	126
Nhoques diferentes	129
Pudim verde e amarelo	130
Pão da mamma	131
Bolso recheado	132
Pudim do amor	133
Torta de cacau	134



LULAS DE CAPOEIRA

Ingredientes - Lulas

1 kg de lulas pequenas, limpas / 100g de peito de frango, cozido e moído (PA por 4-6 minutos em saco próprio) / 100g de presunto cozido e moído / 1 colher de sopa de salsa, picada / 1 colher de chá de sal / 1 colher de chá de molho de pimenta vermelha / 1 colher de sobremesa de manteiga ou margarina / 1 colher de sobremesa de banha / ½ xícara de chá de cebola, ralada / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de farinha de trigo / ¼ de xícara de chá de leite fervente (PA por 2 minutos) / 1 gema / 1 colher de sobremesa de suco de limão.

Ingredientes - Molho

1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de banha / 1 xícara de chá de cebola, ralada / 500g de tomates maduros, picados sem peles e sementes / sal a gosto / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de café de açúcar UNIAO.

Modo de fazer - Lulas

Pique os tentáculos das lulas e reserve. Misture o frango com presunto, a salsa, o sal e o molho de pimenta. Reserve. Junte no fogo a manteiga ou margarina com a banha e refogue a cebola. Acrescente a mistura reservada, mexa e reserve. Cozinhe a manteiga ou margarina (1 colher de sopa) com a farinha. Acrescente o leite aos poucos e mexendo bem após cada adição. Adicione a mistura reservada, a gema, ligue e tire do fogo. Junte o suco de limão, deixe amornar e utilize. *Leve a manteiga ou margarina com a banha e a cebola à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente à mistura reservada, misturando bem. Reserve. Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite aos poucos e cozinhe na PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Adicione a mistura reservada, a gema, ligue bem e junte o suco de limão. Deixe amornar e utilize. Recheie as lulas e feche as aberturas com palitos. Reserve.*

Modo de fazer - Molho

Refogue a manteiga ou margarina com a banha e a cebola, deixando dourar levemente. Junte o tomate e o sal e deixe apurar como um molho. Faça alguns furos nas lulas com 1 palito e coloque-as com os tentáculos no molho, tampe e cozinhe em fogo brando, sacudindo a panela de vez em quando para não grudar. Depois de macias, retire as lulas para uma travessa, mantendo-as aquecidas. Mantendo o molho no fogo, junte e misture a manteiga ou margarina (1 colher de sopa) e o açúcar e jogue sobre as lulas. *Num refratário redondo leve a manteiga ou margarina, com a banha e a cebola à PA por 3-4 minutos, mexendo 2 vezes. Junte o tomate e o sal e cozinhe na PA por 6-7 minutos, com o recipiente tampado. Faça alguns furos nas lulas com 1 palito e coloque-as sobre este molho, com as aberturas voltadas para as bordas, e os tentáculos no centro. Cozinhe na PA por 18-20 minutos. Tire as lulas do molho para uma travessa, mantendo-as aquecidas. Junte ao molho a manteiga ou margarina, o açúcar e 1 colher de sopa de farinha de trigo, voltando à PA por 3-4 minutos. Mexa 2 vezes e jogue sobre as lulas. Sirva bem quente e acompanhe com arroz branco ou purê de batatas (ver dicas pág. 8).*

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas Utilização total. Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	--	--

CARBONADA

Ingredientes

1,400kg de carne de segunda (acém ou braço) / 2 dentes de alho, socados / 1 lata de cerveja clara (350ml) / 1 colher de sobremesa rasa de sal / 1 colher de café rasa de pimenta-do-reino preta / 3 colheres de sopa de açúcar mascavo DOURADINHO / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 cebola grande, ralada / ½ pão de forma, em fatias, cortadas em 4 e fritas.

Modo de fazer

Corte a carne em pedaços de mais ou menos 3 x 3 cm e tempere com o alho, a cerveja, o sal e a pimenta. Deixe por 2-3 horas.

Escorra a carne e reserve a marinada.

Leve ao fogo uma panela larga com o DOURADINHO. Quando este derreter, junte a carne e mexa até tomar cor e secar.

Junte a manteiga ou margarina e deixe que a carne doure. Adicione a cebola, mexendo bem para cozinhar sem queimar. Refresque com a marinada reservada. Quando ferver, abaixe o fogo, tampe e deixe que a carne cozinhe, adicionando pequenas porções de água se necessário, mantendo o molho denso e apurado.

Separe o molho e reserve-o quente.

Numa terrina disponha a carne e o pão frito, em camadas, começando e terminando com pão. Jogue o molho, bem quente, por cima.

Sirva imediatamente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	Microondas	Freezer
		Congelamento: esfrie, embale e congele (sem o pão). Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça e complete o prato com o pão.

MOUSSAKA ORIGINAL

Ingredientes

10 berinjelas médias, compridas / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 2 cebolas pequenas, bem picadas / 1 dente de alho pequeno, socado / 800g de carne de carneiro, cortada em quadradinhos / 200g de cogumelos, fatiados / 1 xícara de chá de molho de tomate / 1 colher de sopa bem cheia de salsa, picada / sal, pimenta-do-reino preta e noz-moscada, a gosto / 3 ovos ligeiramente batidos.

Modo de fazer

Corte 8 berinjelas ao meio, no comprimento e 2 em fatias com mais ou menos 1,5cm de espessura, sem tirar as cascas. Frite as metades e as fatias na frigideira, levemente untada, até ficarem macias, virando sempre, sem deixar queimar. Retire a polpa das 16 metades, elimine as sementes e reserve. Unte muito bem a fôrma e cubra totalmente com as cascas das 16 metades de berinjelas (a pele de encontro às paredes da fôrma). Reserve. Leve ao fogo a manteiga ou margarina com as cebolas e o alho, não deixando dourar. Junte a carne e doure bem, mexendo sempre.

Junte os cogumelos e o molho de tomate, tampe e deixe cozinhar até a carne ficar macia. Junte pequenas porções de água, se necessário, não deixando secar o molho. Acrescente os ingredientes restantes, misturando bem. Na fôrma já forrada, faça camadas alternadas da carne e das berinjelas em fatias, terminando com estas. Vire as pontas das cascas das berinjelas sobre o recheio e aperte bem. Leve ao forno pré-aquecido, em banho-maria.

Retire do forno e deixe descansar 5 minutos antes de desenformar. Sirva quente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma tipo suflê: 2750ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 1 hora. Rendimento: 6-8 porções.	Microondas	Freezer



TORTA FORRADA DE CREPES

Ingredientes - Crepes

1 xícara de chá de leite / 3 ovos / 1 colher de café de sal fino / 1 xícara de chá de farinha de trigo.

Ingredientes - Recheio

2 colheres de sopa de óleo / 1 cebola grande, ralada e escorrida / 3 dentes de alho, socadas / 800g de carne de frango crua, picada / 3 ovos batidos e previamente mexidos na frigideira / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 1 colher de chá de molho inglês / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1 lata de creme de leite com o soro.

Ingredientes - Crepes

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Deixe descansar 1 hora. Faça 6 crepes numa frigideira levemente untada, com 22 cm de diâmetro. Reserve.

Modo de fazer - Recheio

Cozinhe o óleo, a cebola e o alho, sem deixar tomar cor. Acrescente o frango e cozinhe, juntando pequenas porções de água aos poucos. Quando estiver quase pronto, adicione o restante dos ingredientes, reservando a farinha e o creme de leite. Deixe apurar mantendo o molho grosso. Polvilhe com a farinha mexendo até cozinhar. Junte o creme de leite, misture bem e deixe esfriar.

Modo de montar - Torta

Unte muito bem a fôrma e polvilhe fartamente com farinha de rosca. Arrume no centro um crepe e nas laterais, cinco metades de crepes, sendo o corte posto para cima. Encha com o recheio e cubra o centro com um crepe inteiro e o restante com as outras metades cortadas em quatro. Cubra tudo com papel-alumínio e leve ao forno pré-aquecido até dourar. Tire do forno, aguarde 5 minutos e desenforme. Sirva quente e acompanhe com salada simples ou com Salada Colorida (ver receita pág. 35) ou com a Salada Frescati (ver receita pág. 36).

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 2500 ml (nº 25) (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 10 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.

BOLO DE CAMARÃO

Ingredientes

½ kg de camarão médio, com casca e cabeça / ½ litro de água / 1 colher de café de sal / 3 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 3 colheres de sopa de farinha de trigo / 1½ xícara de chá do caldo dos camarões / 1½ xícara de chá de leite fervente / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 1 pão de fôrma sem casca / ¾ de xícara de chá de leite frio / ¾ de xícara de chá do caldo dos camarões, frio / 1 pitada de sal / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina.

Modo de fazer

Cozinhe o camarão por 2 minutos, na água temperada com o sal. Escorra e reserve a água. Tire as cascas e as cabeças, e elimine os filamentos escuros dos camarões. Reserve a carne. Bata as cascas e as cabeças, junto com a água reservada, no liquidificador. Coe por um pano fino, umedecido. Reserve.

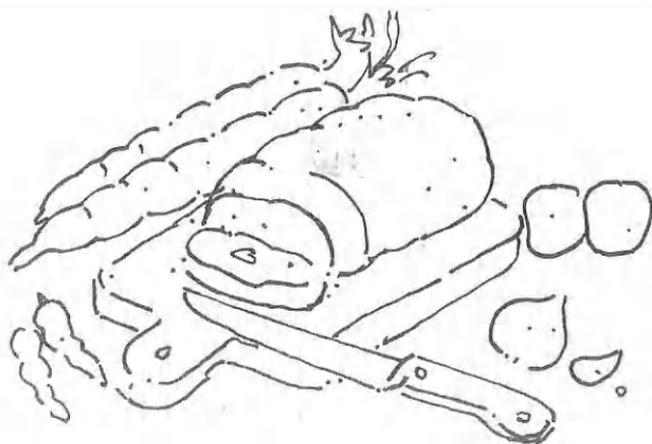
Cozinhe a manteiga ou margarina, mexendo até obter uma massa firme. Junte o caldo dos camarões misturado com o leite, aos poucos e mexendo sempre após cada adição. Tempere e adicione os camarões picados. Reserve.

Corte cada fatia de pão em três.

Na fôrma bem untada, faça camadas de pão embebido no leite misturado com o caldo e o sal, o creme de camarão e pedacinhos de manteiga ou margarina. Termine com pão e pedacinhos de manteiga ou margarina.

Leve ao forno pré-aquecido até crescer e corar. Desenforme, sirva quente e acompanhe com salada simples e crua.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 2400 ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno para gratinar: cerca de 30 minutos. Rendimento: 6-8 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.



MAMÃO AO GRATIN

Ingredientes

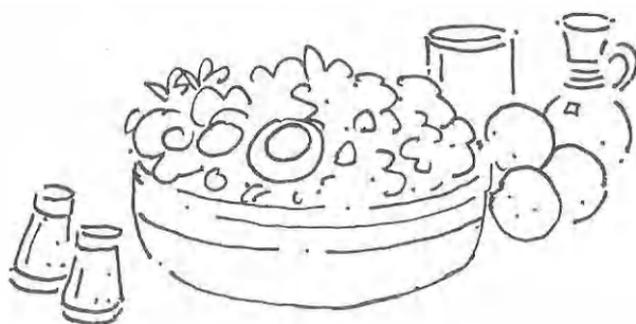
5 mamões (Papaya) maduros, mas firmes / 1 colher de sopa de margarina / 1 xícara de chá de alho-poró em fatias finas (só a parte branca) / 450g de ricota fresca, amassada / 2 colheres de sopa bem cheias de creme de leite / 1 colher de sopa de salsa, picada / 2 colheres de sopa rasas de farinha de trigo / 1 gema / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto.

Modo de fazer

Corte os mamões ao meio no sentido do comprimento e tire as sementes. Solte a polpa em pequenos pedaços com uma colher de chá, sem retirá-la das cascas. Reserve. Leve ao fogo a margarina com o alho-poró e deixe refogar, sem dourar. Junte os ingredientes restantes, misturando bem. Recheie as metades dos mamões e leve-as ao forno pré-aquecido para gratinar. Sirva em seguida, sem acompanhamentos, sobre um guardanapo pequeno, dobrado.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 10 porções.	Microondas	Freezer

A direita: Mamão ao Gratin e Pudim da Amor (ver receita pág. 133)







NHOQUES DIFERENTES

Ingredientes

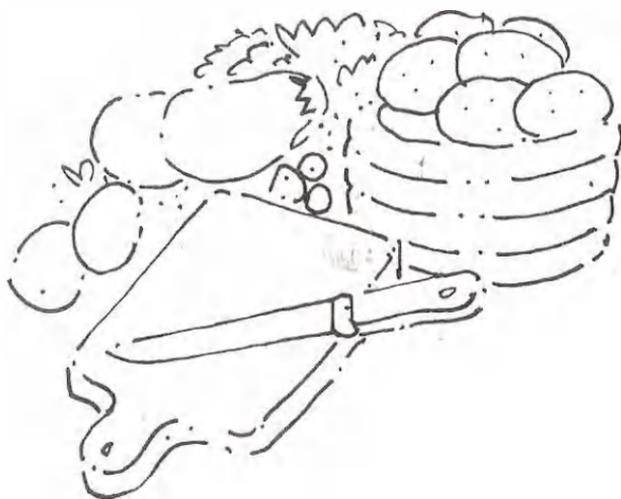
750g de purê de batatas (ver dicas pág. 8) / 250g de presunto cozido, moído / 250g de peito de frango cru, moído / 2 colheres de sopa de cebola, ralada / 1 ovo / 2 colheres de chá rasas de sal / noz-moscada a gosto / cerca de 200g de farinha de trigo para enxugar a massa.

Modo de fazer

Misture todos os ingredientes até obter uma massa que não grude nas mãos. Faça os nhoques um pouco maiores do que habitualmente, usando um pouco mais de farinha na mesa, para enrolar a massa. Cozinhe em água fervente, temperada com sal e um fio de óleo. *Aqueça a água com o sal e o óleo na PA por 6-8 minutos. Divida os nhoques em 4 porções e cozinhe cada porção na PA por 2-3 minutos.* Escorra e sirva bem quentes, com manteiga derretida e queijo parmesão ralado, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: passe os nhoques por 3 colheres de sopa de manteiga ou margarina derretida, esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira, temperatura ambiente; banho-maria no fogo, forno brando, MO. Aqueça para servir.
---	--	--

À esquerda: Nhoques Diferentes



PUDIM VERDE E AMARELO

Ingredientes

1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 maço de espinafre cozido e picado / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 5 ovos mexidos, mal passados.

Modo de fazer

Leve ao fogo a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo até cozinhar bem. Junte o espinafre aos poucos, mexendo sempre de maneira a obter um creme bem grosso. Tempere com o sal e a pimenta. No refratário bem untado ou em tacinhas individuais, faça camadas de creme de espinafre e ovos mexidos, terminando com espinafre. Leve ao forno pré-aquecido, para esquentar bem. Sirva quente como entrada, sem acompanhamento.

Fogão Convencional Capacidade do refratário: 1000ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 10 minutos. Rendimento: 8 porções.	<i>Microondas</i>	<i>Freezer</i>
--	-------------------	----------------



PÃO DA MAMMA

Ingredientes - Fermento Básico

1 colher de sopa de açúcar UNIÃO / 3 tabletes de fermento fresco (45g) / 1 xícara de chá de leite morno / 1 xícara de chá de farinha de trigo.

Ingredientes - Massa

1 xícara de chá de leite morno / 4 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina (100g) / 2 colheres de sopa de banha / 3 ovos / 1 colher de sopa rasa de sal / mais ou menos 1kg de farinha de trigo.

Ingredientes - Recheio

2 colheres de sopa de óleo / 2 dentes de alho, socados / 2 cebolas médias, bem picadas / 3 tomates grandes, sem peles e sementes, picados / 1 kg de mortadela, moída / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 1 colher de sopa de cebolinha verde, picada.

Modo de fazer - Fermento Básico

Misture tudo e deixe levedar até dobrar o volume.

Modo de fazer - Massa

Junte ao fermento básico todos os ingredientes sovando bem até obter uma massa que sa solte das mãos. Deixe levedar até dobrar o volume.

Modo de fazer - Recheio

Leve ao fogo o óleo com o alho e as cebolas, dourando levemente. Junte o tomate, tampe e deixe em fogo brando até que se desfaça. Acrescente a mortadela e polvilhe a farinha mexendo até que cozinhe. Misture a salsa e a cebolinha. Deixe esfriar.

Modo de montar - Pão da Mamma

Abra a massa em 3 retângulos. Divida o recheio entre elas e enrole como rocambole. Coloque em 3 fôrmas levemente untadas e deixe levedar até dobrar o volume. Leve ao forno pré-aquecido até assar e dourar. Desenforme morno e sirva sem acompanhamento.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade das fôrmas tipo bolo inglês: 3250ml cada uma (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 40 minutos. Rendimento: 3 pães grandes.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; forno brando. Aqueça no forno para servir.

BOLSO RECHEADO

Ingredientes

3kg de contrafilé, bem aparado, num pedaço só / 200g de cogumelo, em conserva, fatiados / 200g de patê de fígado (ver receita Pasta de Fígado ao Forno, pág. 103) / 1 cebola média, ralada e escorrida / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 150 g de bacon, fatiado fino / 3 colheres de sopa de óleo / 1 colher de chá bem cheia de farinha de araruta.

Modo de fazer

Cave a carne fazendo um "bolso". Moa a carne retirada e misture-a com os cogumelos, o patê, a cebola, o sal e a pimenta. Encha o "bolso" com essa mistura e prenda a abertura com palitos. Cubra toda a superfície com bacon e amarre com um fio, fazendo com que ela fique arredondada. Frite no óleo, deixando que fique bem dourada. Reduza o fogo, tampe e junte pequenas porções de água quente, aos poucos, até que cozinhe e deixe um molho denso (cerca de 2 xícaras de chá). Tire a carne do molho, desamarre e retire os palitos, colocando-a numa travessa. Leve ao fogo o molho com a araruta, mexendo até ferver. Sirva a carne fatiada e o molho separado em molheira. Acompanhe com purê de batatas (ver dicas pág. 8) e com uma salada de vegetais cozidos ou batatinhas coradas e uma salada simples e crua.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	Microondas	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele; o molho separado da carne. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	-------------------	---



PUDIM DO AMOR

Ingredientes

8 gemas passadas pela peneira / 3 xícaras de chá mal cheias de açúcar UNIÃO (500g) / 1 litro de leite quente (PA por 8 minutos) / a casca fina de 1 limão / ¼ de xícara de chá de água para hidratar a gelatina / 1 envelope de gelatina incolor, sem sabor / 1 colher de chá de baunilha.

Modo de fazer

Bata as gemas com o açúcar. Junte o leite e a casca de limão. Misture bem e leve ao banho-maria, mexendo sempre até engrossar ligeiramente. Hidrate a gelatina e adicione ao creme quente para dissolver, misturando muito bem. Leve a panela com o creme para dentro de um recipiente com água gelada e continue mexendo até começar a engrossar. Leve à PB por 9 minutos, mexendo 9 vezes. Tire do MO e misture a gelatina hidratada. Coloque então na fôrma previamente untada com óleo e passada por água. Leve à geladeira para firmar. Desenforme e sirva gelado.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma: 1500ml (ver dicas pág. 8). Tempo de geladeira: 4-5 horas. Rendimento: 12 porções.	Microondas Utilização total. Rendimento: 12 porções.	Freezer
---	---	----------------



TORTA DE CACAU

Ingredientes - Massa

$\frac{2}{3}$ de xícara de chá de açúcar UNIÃO / 4 ovos / 2 colheres de sopa de água / 4 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 colheres de sopa de cacau em pó / 1 colher de chá de fermento em pó / 1 colher de café de essência de baunilha.

Ingredientes - Calda

4 colheres de sopa de cacau em pó / 4 colheres de sopa de água / 9 colheres de sopa de açúcar UNIÃO / 3 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 ovo bem batido.

Ingredientes - Chantilly

2 colheres de sopa de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR / $\frac{1}{2}$ litro de creme de leite fresco e gelado / 1 colher de chá de essência de baunilha.

Modo de Fazer - Massa

Bata o açúcar com os ovos até obter uma gemada fofo e clara.

Acrescente o restante, sendo a farinha peneirada com o cacau e o fermento, misturando sem bater.

Coloque na fôrma untada, o fundo forrado com papel também untado.

Asse no forno pré-aquecido. Deixe amornar e desenforme.

Modo de Fazer - Calda

Leve ao fogo o cacau com a água, mexendo para derreter. Bata até ficar fofo. Acrescente o açúcar e a manteiga ou margarina e mexa bem. Quando ferver, adicione o ovo, mexendo até cozinhar. Utilize morno.

Modo de fazer - Chantilly

Bata os três ingredientes na velocidade mínima da batedeira, até obter um creme espesso e uniforme.

Modo de fazer - Torta

Corte a massa em duas camadas. Coloque uma delas no prato, regue com metade da calda e espalhe $\frac{1}{3}$ do chantilly. Cubra com a 2ª camada e repita a mesma operação, usando o chantilly restante para decorar toda a torta.

Sirva gelada.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 2500 ml (n.º 25) (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderada). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 12 porções.		Congelamento: em aberto, embale e congele. Descongelamento: geladeira ou temperatura ambiente.

PÁSCOA



PÁSCOA

A Semana Santa é uma data das mais importantes do calendário cristão que, como o Natal, representa um grande ato de amor pela humanidade. Tempo de meditação, de esperanças e mudanças perante a vida. De uma forma ou de outra, esse grande desejo de reconciliação com o mundo, com a nossa vida e com tudo o que nos envolve, manifesta-se de várias maneiras.

As culturas e as tradições de nossas origens são nossa expressão e isso é muito importante nas coisas que se preparam para esta data. Claro que uma das formas mais representativas e imediatas se refere à mesa, momento e centro de reunião da família. O aprimoramento, a escolha e o prazer de preparar uma boa comida são manifestações de amor.

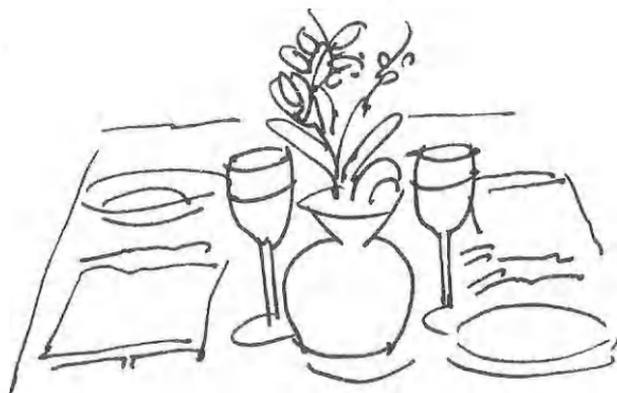
E para que sua mesa fique no tempo da Páscoa mais uma vez você prepara os pratos tradicionais dessa época. São as suas receitas, aquelas que herdou da família. Mas você pode acrescentar alguma coisa mais, criando sua própria tradição. Afinal foi assim que tudo começou.

Começando pelo peixe, escolhemos o Linguado com Banana.

É um prato fino, delicado e com seu toque tropical, prato de forno, é fácil levá-lo à mesa diretamente do forno.

Também a Mousse de Atum é uma boa opção como entrada. Dê uma alhada na receita. Simples, pode ser preparada com grande antecedência.

E o bacalhau? Essa receita de Bacalhau das Terras Altas é uma tradição das regiões frias, das serras onde o peixe fresco custa à chegar. Sem ser carne nem peixe, ainda temos as Berinjelas Recheadas. Talvez fique bem como entrada do almoço de Páscoa. O que você acha? Come-se muita carne de porco na época da Páscoa.



Claro que aquele leitão tostado, aquele cabrito com batatinhas que você costuma fazer, é uma delícia!

Mas que tal fazer este ano o Strudel de Perú Defumado?

Também é uma alternativa muito boa.

Outra sugestão interessante é o Lombo Escarlate, simples, pode ir à mesa fatiado, vermelho por fora e branquinho por dentro. É uma delícia, experimente!

E agora falando dos doces, não deixe de fazer o Brioche Remontado. Você verá como valeu a pena!

A Páscoa e o chocolate são uma boa associação. É tradicional há muitos anos, principalmente em outros continentes.

Mas a cocada é bem brasileira e sempre é servida com muito apreço.

Então veja como é simples esse Ovo de Cacada! Uma delícia!

Branco, saboroso e extremamente rápido e fácil de preparar.

Esperamos que aprecie estas sugestões de receitas para tornar este momento ainda mais envolvente.



PÁSCOA

ÍNDICE

Salpicão das mil cores.....	139
Berinjelas recheadas.....	140
Linguado com banana.....	141
Almôndega de peixe.....	142
Bacalhau das terras altas.....	143
Mousse de atum.....	144
Strudel de peru defumado.....	147
Pato com abacaxi.....	148
Lombo escarlate.....	149
Gibelota.....	150
Ovo de cocada.....	151
Brioche remontado.....	152



SALPICÃO DAS MIL CORES

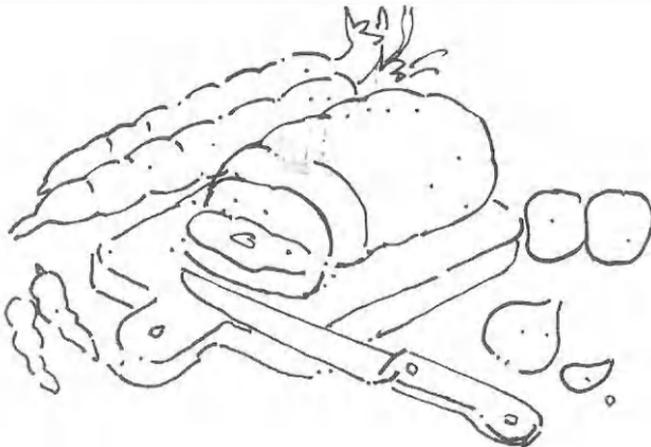
Ingredientes

2 xícaras de chá de presunto cozido, em tirinhas (200g) / 1 pimentão vermelho, em tirinhas / 1 pimentão verde, em tirinhas / 1 pimentão amarelo, em tirinhas / 1 pé de sal-são branco, bem picado / 2 cenouras grandes, cruas, raladas no ralo grosso / 2 maçãs verdes, sem casca, bem picadas / 1 lata grande de abacaxi em calda, bem escorrido, bem picado / 1 colher de sopa de cebola, ralada / 3 colheres de sopa de salsa e cebolinha, picadas / 3 colheres de chá de gelatina incolor sem sabor / 2 colheres de sopa de água fria para hidratar a gelatina / 2 colheres de sopa de creme de leite / 1 vidro pequeno de maionese (250g) / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto.

Modo de fazer

Misture bem os 10 primeiro ingredientes, tempere e reserve. Dissolva a gelatina, previamente hidratada, em banho-maria e deixe amornar. *Dissolva a gelatina, previamente hidratada, na PA por 30 segundos.* Ligue com o creme de leite e a maionese, misturando bem. Junte aos ingredientes reservados e já temperados. Sirva bem gelado como entrada ou acompanhando assados de carne ou aves (ver receita Rolo de Peito de Frango, pág. 185).

Fogão Convencional Rendimento: 12 porções.	Microondas Utilização total. Rendimento: 12 porções.	Freezer
--	--	----------------



BERINJELAS RECHEADAS

Ingredientes

3 berinjelas médias (800g) / água suficiente para cobrir as berinjelas / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de sopa de vinagre / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de cebola, ralada / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 xícara de chá de leite fervente (PA por 2-3 minutos) / 1 xícara de chá de queijo parmesão, ralado / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 1 pitada de noz-moscada, ralada / 1 colher de café de pimenta-do-reino preta / 2 gemas / 2 claras em neve.

Modo de fazer

Tire as pontas e corte as berinjelas ao meio, no sentido do comprimento. Afervente-as na água com o sal e vinagre por 3 minutos. Deixe escorrer bem. Tire a polpa e reserve as cascas, elimine as sementes da polpa. Reserve. Leve ao fogo a manteiga ou margarina com a cebola e cozinhe, sem deixar dourar. Junte a farinha, mexendo até cozinhar. Acrescente o leite, aos poucos, mexendo após cada adição. Cozinhe a manteiga ou margarina com a cebola na PA por 2 minutos. Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite, aos poucos e deixe cozinhar na PA por 2-3 minutos, mexendo 1-2 vezes. Retire do fogo, adicione a polpa reservada, o queijo, a salsa, a noz-moscada, a pimenta e as gemas, misturando bem. Deixe esfriar completamente. Misture as claras delicadamente, e encha as cascas com esse preparado. Leve ao forno pré-aquecido para gratinar. Sirva em seguida, como entrada, sem acompanhamento.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer _____
--	--	-------------------------



LINGUADO COM BANANA

Ingredientes - Filés Recheados

6 filés de linguado / 3 bananas nana / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de sobremesa de molho de pimenta vermelha / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina, derretida.

Ingredientes - Molho Bêchamel

2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 xícaras de chá de leite fervente (PA por 3-4 minutos) / 1 colher de sobremesa rasa de sal / 1 xícara de chá de creme de leite com soro / 1 pitada de noz-moscada, ralada / 1 colher de chá de suco de limão.

Modo de fazer - Filés Recheados

Abra os filés em 2, no sentido do comprimento. Dobre cada um ao meio, colocando dentro $\frac{1}{4}$ de banana.

Acomode-os num refratário untado. Polvilhe com sal e a pimenta. Regue com a manteiga ou margarina e com metade do molho bêchamel. Leve ao forno pré-aquecido até que cozinhe.

Leve-os ao MO num refratário, na PA por 5-7 minutos.

Cubra com o creme restante e leve ao forno para gratinar.

Modo de fazer - Molho Bêchamel

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre até dourar levemente. Acrescente o leite, aos poucos, mexendo bem após cada adição. Junte o sal, o creme de leite, a noz-moscada e o suco de limão, misturando bem. Utilize.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto.

Acrescente a farinha, misture e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Junte o leite, aos poucos e cozinhe na PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Adicione o sal, o creme de leite, a noz-moscada e o suco de limão, misturando bem. Utilize.

Sirva quente e acompanhe com couve-flor ou couve de Bruxelas na manteiga.

Fogão Convencional

Temperatura do forno:

- para cozinhar o peixe:

175°C (moderado).

- para gratinar: 250°C (bem quente).

Tempo de forno:

- para cozinhar o peixe: cerca de 30 minutos.

- para gratinar: cerca de 10 minutos

Rendimento: 12 porções.

Microondas

Utilização mis-

ta: fogão con-

vençional e

MO.

Rendimento:

12 porções.

Freezer

Congelamento: esfrie, embale e congele.

Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.

Aqueça para servir.

ALMÔNDEGAS DE PEIXE

Ingredientes

500g de garoupa ou pescada crua / 2 gemas / 1 colher de sopa de queijo parmesão, ralado / 1 colher de sopa de farinha de trigo / 1 pitada de mostarda em pó / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / farinha de trigo o suficiente para passar as almôndegas / 4 colheres de sopa de manteiga ou margarina (100g) / 2 latas de molho de tomate pronto (350g cada uma).

Modo de fazer

Moa o peixe e ligue com as gemas, o queijo, a farinha de trigo (1 colher), a mostarda, o sal e a pimenta.

Faça pequenas bolas com essa massa, passe na farinha de trigo e frite rapidamente na manteiga ou margarina, até ficarem douradas. Reduza o fogo, junte o molho de tomate e deixe cozinhar por mais ou menos 15 minutos, com fogo baixo e com a panela bem tampada.

Coloque as almôndegas fritas num refratário, junte o molho de tomate e leve à PA por 5-6 minutos, mexendo 2-3 vezes.

Sirva quente e acompanhe com arroz ou purê de batata (ver dicas pág. 8).

Fogão Convencional Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele sem o molho. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; MO. Aqueça. Coloque o molho e siga a receita.
---	--	---



BACALHAU DAS TERRAS ALTAS

Ingredientes

8 postas de bacalhau deixadas de molho por 48 horas / 8 fatias de presunto cru / 3 xícaras de chá de purê de batatas (ver dicas pág. 8) / 2 cebolas grandes, raladas / 4 colheres de sopa de azeite / 2 dentes de alho, socadas / ½ folha de louro / 3 tomates grandes maduros, sem pele e sementes / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 2 colheres de sopa de salsa, picada.

Modo de fazer

Elimine as espinhas e tire a pele das postas de bacalhau, sem a romper. Enxugue bem as postas e coloque num refratário untado com azeite.

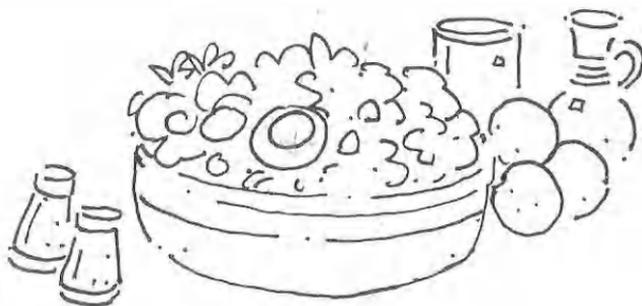
Cubra cada uma com uma fatia do presunto, uma camada do purê, e prenda a pele novamente, usando palitos. Reserve.

Leve ao fogo a cebola com o azeite e o alho, cozinhando sem dourar. Junte o louro e os tomates, e deixe apurar. Tempere e adicione a salsa.

Distribua esse molho sobre o bacalhau e leve ao forno pré-aquecido até assar e ficar dourado.

Sirva quente e acompanhe com verdura cozida, por exemplo brócolis.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 2 horas. Rendimento: 8 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.



MOUSSE DE ATUM

Ingredientes

1 colher de sopa de óleo / 1 colher de sopa de óleo do atum / 1 cebola grande, ralada / 1 envelope de gelatina incolor, sem sabor / 3 colheres de sopa de água fria / 2 latas de atum / 1 lata de creme de leite com soro / 4 claras em neve / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto.

Modo de fazer

Leve ao fogo os óleos e a cebola e refogue, não deixando dourar.

Junte a gelatina, hidratada com a água e mexa para derreter.

Leve os óleos e a cebola à PA por 2 minutos, mexendo 1 vez. Junte a gelatina hidratada com a água e mexa para derreter.

Retire do fogo, acrescente o atum bem desfeito com um garfo.

Deixe amornar e ligue com o creme de leite.

Mexa até engrossar. Junte as claras, misturando bem, mas delicadamente.

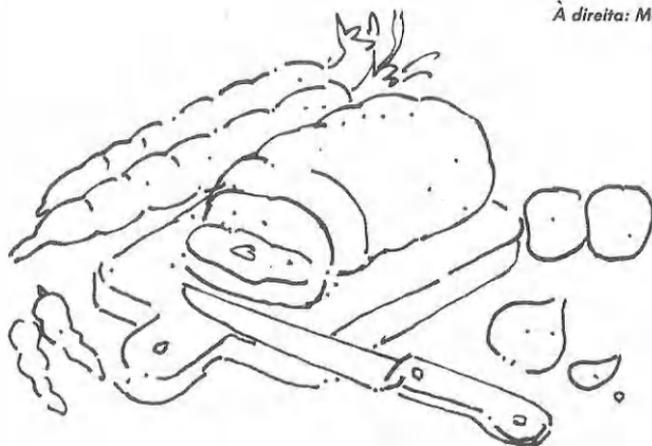
Coloque em fôrma untada com óleo e passada por água fria.

Leve à geladeira até solidificar. Desenforme e decore com Tomates Guarneidos (ver receita pág. 176).

Sirva gelado e acompanhe com Salpicão das Mil Cores (ver receita pág. 139).

Fogão Convencional Capacidade da fôrma: 1500 ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 12 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 12 porções.	Freezer Congelamento: embale e congele. Descongelamento: geladeira ou temperatura ambiente.
--	---	--

À direita: Mousse de Atum







STRUDEL DE PERU DEFUMADO

Ingredientes - Massa e Recheio

3 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (300g) / 1 colher de chá bem cheia de sal / ¼ de xícara de chá de água morna / 1 gema / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina derretida / 3 colheres de sopa de farinha de rosca / 700g de peito de peru defumado, faticado fino / 3 colheres de sopa de salsa, bem picada / 3 colheres de sopa de cebolinha verde, bem picada / 1 lata de abacaxi, escorrido e picado / 1 xícara de chá de uvas-passa brancas / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina derretida para pincelar o strudel.

Modo de fazer - Massa e Recheio

Junte todos os ingredientes, amassando até obter uma massa lisa. Embrulhe em plástico e deixe descansar por 1 hora.

Abra a massa com as pontas dos dedos sobre um pano polvilhado com farinha, até que fique com a transparência de papel de seda.

Salpique com a manteiga ou margarina derretida e polvilhe a farinha de rosca.

Em 1/3 da massa coloque camadas de peru, salsa, cebolinha, abacaxi e uvas-passa. Enrole como rocambale.

Coloque numa assadeira grande, untada e pincele com a manteiga ou margarina. Leve ao forno pré-aquecido até ficar bem corado. Retire do forno e pincele com manteiga ou margarina. Sirva quente e acompanhe com Salada Colorida (ver receita pág. 35), Salada Frescati (ver receita pág. 36) ou Salpicão das Mil Cores (ver receita pág. 139).

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 30 minutos. Rendimento: 12 porções.		

À esquerda: Strudel de Peru Defumado e Ovo de Cocada (ver receita pág. 151)

PATO COM ABACAXI

Ingredientes

1 pato com cerca de 2kg / ½ xícara de chá de conhaque / ½ xícara de chá de melado de cana / 1 colher de sobremesa rasa de sal / 1 colher de café de pimenta-do-reino preta / 2 fatias de abacaxi fresco, batidas no liquidificador / 4 colheres de sopa de manteiga ou margarina / o restante do abacaxi cortado em 4 fatias, sem o miolo / 1 batata grande cortada em rodellas.

Modo de fazer

Depois de limpo e lavado, enxugue o pato e tempere com o conhaque, o melado, o sal, a pimenta e o abacaxi batido.

Deixe assim por uma hora. Escorra dos temperos, besunte-o com a manteiga ou margarina amarre as pernas, ajeite as asas sob o corpo e coloque na assadeira sobre as rodellas de batata.

Leve ao forno até começar a dourar. Refresque com o caldo do tempero reservado, cubra com papel-alumínio e vá regando com o molho que se vai formando. Quando já estiver macio, junte as rodellas de abacaxi, retire o papel-alumínio e aguarde até que fique bem dourado e apurado.

Sirva quente e acompanhe com arroz branco e com o Salpicão das Mil Cores (ver receita pág. 139), ou com o Chutney de Frutas Secas (ver receita pág. 161) ou com os Tomates Guarnecidos (ver receita pág. 176).

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 2 horas. Rendimento: 6 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.



LOMBO ESCARLATE

Ingredientes

1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 pimentão vermelho grande, cozido no vapor / 1 colher de chá bem cheia de sal / 1 kg de lombo de porco, magro / 1 xícara de chá de vinho branco seco ($\frac{1}{2}$ xícara de chá).

Modo de fazer

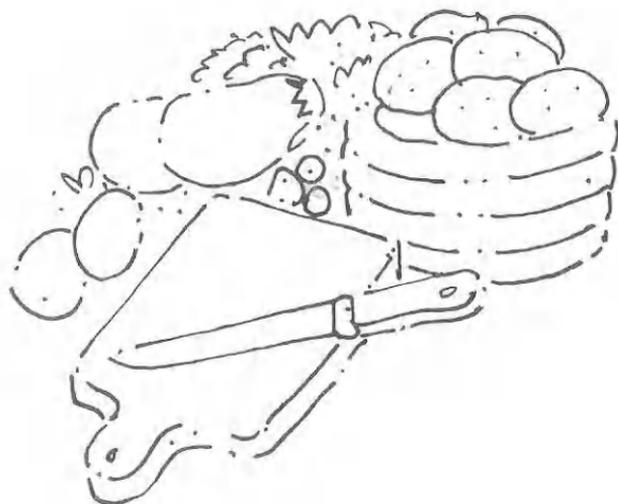
Misture a manteiga ou margarina com a polpa do pimentão e o sal. Cubra todo o lombo com essa mistura e deixe por 2 horas tomando gosto. Coloque-o sobre uma grelha numa assadeira pequena (do tamanho do lombo) e leve ao forno pré-aquecido até começar a dourar.

Refresque com o vinho, diminua a temperatura e deixe que asse lentamente, pincelando a carne com o molho que se vai formando na assadeira, ao qual se vão juntando pequenas porções de água para não secar.

Coloque-o sobre uma grelha própria, cubra com papel-manteiga e cozinhe na PM por 35-40 minutos, pincelando com o molho que se vai formando e com o vinho, acrescentando aos poucos.

Sirva quente e acompanhe com batata-palha e salada verde, crua.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente) por 15 minutos, 175°C (moderado) por cerca de 45 minutos. Tempo de forno: cerca de 1 hora. Rendimento: 6 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 6 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	---	--



Ingredientes

1 coelho em pedaços (cerca de 1,800kg) / 1 colher de chá bem cheia de sal / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de azeite / 50g de toucinho magro, picado / 1 colher de chá bem cheia de araruta / ½ xícara de chá de vinho branco seco / ½ xícara de chá de caldo de carne / 1 dente de alho pequeno, socado / 1 ramo de cheiro-verde / 200g de cogumelos em conserva, bem escorridos e fatiados / pimentão-reino e sal a gosto.

Modo de fazer

Tempere o coelho com o sal. Leve ao fogo a manteiga ou margarina, o azeite e o toucinho, até que este derreta. Acrescente o coelho e deixe dourar bem, mexendo sempre. Junte a araruta, mexa para dourar. Refresque com o vinho, adicione o caldo, o alho e o cheiro-verde.

Coloque numa panela de barro com tampa e leve ao forno pré-aquecido. Depois de meia hora, adicione os cogumelos e a pimenta, tampe e volte ao forno até amaciar. Retempere com sal se necessário.

Coloque num refratário com tampa e leve à PA por 25 minutos, mexendo 2-3 vezes. Adicione os cogumelos e a pimenta e volte ao MO na PM por 20-25 minutos, mexendo 2-3 vezes.

Sirva quente e acompanhe com purê de batatas gratinado (ver dicas pág. 8).

<p>Fogão Convencional Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 1h40 min. Rendimento: 4 porções.</p>	<p>Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 4 porções.</p>	<p>Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.</p>
---	---	---



OVO DE COCADA

Ingredientes

3 xícaras de chá bem cheias de açúcar UNIÃO (600g) / 1 coco grande, ralado fino (500g).

Modo de fazer

Misture o açúcar com o coco e leve ao fogo mexendo sempre até ficar bem seco e começar a acucarar. Jogue nas fôrmas, espalhe, calcando rapidamente com as costas de uma colher. Apare as rebarbas, espere amornar e desenforme sobre papel. Deixe secar bem e embale cada metade, embrulhando em papel de bombons e depois em celofane. O recheio fica a gosto, bombons de chocolate, docinhos ou balas.

Nota: não coloque ao sol para secar, porque fica amarelado.

Fogão Convencional Fôrma de Ovo: n.º 10 (2 fôrmas). Rendimento: 1 Ovo n.º 10 (750g).	<i>Microondas</i> _____	<i>Freezer</i> _____
---	----------------------------	-------------------------



BRIOCHE REMONTADO

Ingredientes - Fermento Básico

1 colher de sopa de açúcar UNIÃO / 1 tablete de fermento fresco (15g) / 1 xícara de chá de leite morno (200ml) / 1 xícara de chá de farinha de trigo (110g).

Ingredientes - Massa

$\frac{3}{4}$ de xícara de chá de açúcar UNIÃO (130g) / 3 ovos / $\frac{1}{2}$ xícara de chá de manteiga ou margarina (100g) / 1 colher de chá rasa de canela em pó / 5 xícaras de chá de farinha de trigo (550g).

Ingredientes - Recheio

$\frac{1}{2}$ xícara de chá de uvas-passa brancas (100g) / $\frac{1}{3}$ de xícara de chá de rum / 1 xícara de chá de açúcar granulado DOÇUCAR / 1 xícara de chá de água / 2 $\frac{1}{2}$ xícaras de chá de leite / 6 colheres de sopa de maisena / 5 gemas passadas pela peneira / 1 colher de sobremesa de essência de baunilha / geléia de frutas a gosto, para pincelar o brioche.

Modo de fazer - Fermento Básico

Misture tudo e deixe levedar até dobrar o volume.

Modo de fazer - Massa

Junte todos os ingredientes ao fermento básico, sovando a massa até saltar-se das mãos. Deixe crescer até dobrar o volume.

Modo de fazer - Recheio

Coloque as uvas-passa no rum e reserve.

Ferva a DOÇUCAR com a água até obter o ponto de fio grosso.

Esfrie, acrescente o leite, a maisena e as gemas, já misturados e leve ao fogo, mexendo até engrossar. Misture as uvas-passa escorridas e reserve até esfriar.

Modo de fazer a remontagem

Abra com o rolo $\frac{1}{4}$ da massa e forre uma fôrma untada. Barre a massa com $\frac{1}{3}$ do recheio. Abra a massa restante em retângulo, cubra com o recheio restante e enrole como rocambole. Corte em fatias de 3 dedos de espessura e coloque-as com o corte para cima na fôrma, diretamente sobre o recheio. Deixe levedar até dobrar o volume. Asse no forno pré-aquecido. Enquanto quente, pincele com a geléia. Deixe esfriar e desenforme.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma: 3000 ml (n.º 30) redonda com fundo removível. Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 35 minutos. Rendimento: 16 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; forno brando; MO.

NATAL E REVEILLON



NATAL E REVEILLON

De todas as festas, o Natal é, afinal, a grande festa. Talvez o momento mais esperado e comemorado em todos os lugares.

Para a maioria das famílias, ele traz boas lembranças e se tem bons motivos para trocar presentes, votos de felicidade e retribuir tudo o que se recebeu durante o ano inteiro. É o momento no qual temos a sensação de que podemos começar outra vez. É a ocasião em que se lembra de todos os amigos e também o coroamento das tradições. Cada povo, cada região, tem sua maneira especial e secular de comemorar a ocasião. Essa tradição se aplica de forma especial ao cardápio da ceia ou do almoço, conforme o costume do local de origem de cada família.

Nesta ocasião tão especial, o peru de Natal domina a cena, como é seu direito conquistado ao longo de anos e anos de presença infalível.

Se você quiser uma variação dentro do tradicional, então a saída pode ser uma nova receita, que concilie o novo e o antigo. Como a de Peito de Perú ao Champagne. Além de variar um pouco o cardápio, esta receita é simples de preparar, o que facilita muito o trabalho desse dia. E tem ainda uma outra vantagem: é servido já fatiado, com um belo molho dourado de damasco e passas, bem temperado. Isso elimina o velho problema de cortar o peru no momento de servir.

Muitas famílias fazem questão de esperar a meia-noite para trocar os presentes e só depois sentar à mesa. Enquanto esperam até lá, pequenos salgadinhos para beliscar ajudam a manter a fome sob controle e acalmam um pouco a impaciência das crianças. Os Cartuchinhos de Queijo, são bem crocantes por fora e recheados de um creme de queijo de dar água na boca. Enquanto os convidados se entretêm em repeti-los, não se preocupam em ficar de olhos grudados no relógio.

Apesar de tudo, às vezes quebrar a tradição também pode ser uma boa escolha. Para esses casos, propomos o Bolo de Crepes com Recheio de Camarão. Redondo, todo montado com crepes finos e creme e os camarões rosados. Tudo coberto com um molho suave e saboroso. Ousar não vai lhe trazer arrependimentos.

E se o camarão não é o que procura e o peru também já cansou, o Frangão Recheado é a solução que recomendamos. Também é prático de servir, pois chega à mesa desossado, macia e bem tostado.



E para adoçar ainda mais este momento de prazer e alegria você poderá servir com o seu belo Panettone, uma receita tradicional, do sul da Europa: as Azevias. São doces fritos, com recheio de grão de bico, tudo passado no açúcar com canela.

Já no Reveillon o clima é um pouco diferente. Menos tradição e mais folia, a festa é barulhenta e pouco comportada.

Por isso, nossa sugestão são pratos que podem ser colocados à mesa ou no bufê, para se comer aos poucos, entre uma brincadeira e outra.

As Bolinhas de Queijo dispensam apresentação. Mas nem sempre se tem a receita disponível. Assim, agora você a terá sempre à mão.

Outra opção são os Patês de Salame ou Patê Italiano, ótimos para acompanhar os coquetéis ou os vinhos, no meio da conversa e da alegria esperando o Novo Ano.

Como sobremesa não deixa de fazer a Mousse Marmorizada.

Imagine uma mousse de creme branco e escuro, alternados e mesclados, desenhada, coberta com chantilly e raspas de chocolate, tudo bem gelado!

Estas receitas que estamos juntando às suas, vão com uma grande mensagem de carinho, para este momento tão especial do ano.



NATAL E REVEILLON

ÍNDICE

Cartuchinhos de queijo	157
Bolinhas de queijo	158
Bolo de crepes com recheio de camarão.....	159
Frangão recheado.....	160
Chutney de frutas secas	161
Peito de peru ao champagne	162
Patê de salame.....	165
Patê italiano	166
Patê de espinafre	167
Rocambole de sêmala com creme	168
Mousse marmorizada	169
Azevias	170



CARTUCHINHOS DE QUEIJO

Ingredientes

1 colher de sopa bem cheia de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / 1 xícara de chá de leite fervente (PA por 2 minutos) / sal, pimenta-do-reino branca e noz-moscada, a gosto / 1 xícara de chá de queijo parmesão, ralado / 12 fatias de queijo prato / farinha de trigo, ovos batidos e farinha de rosca, suficientes para empanar os cartuchinhos.

Modo de fazer

Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre.

Acrescente o leite aos poucos, mexendo bem após cada adição. Junte os temperos e o queijo ralado, misture bem e deixe esfriar.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Misture a farinha e cozinhe na PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Acrescente o leite, aos poucos e volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Junte os temperos e o queijo ralado, misture bem e deixe esfriar.

Divida esse creme pelas fatias de queijo prato e dobre como um canudinho, prendendo com palitos.

Passa pela farinha de trigo, pelos ovos e pela farinha de rosca.

Frite em óleo bem quente, só o tempo necessário para dourar.

Coloque em papel absorvente.

Sirva quente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional

Rendimento: 12 cartuchinhos.

Microondas

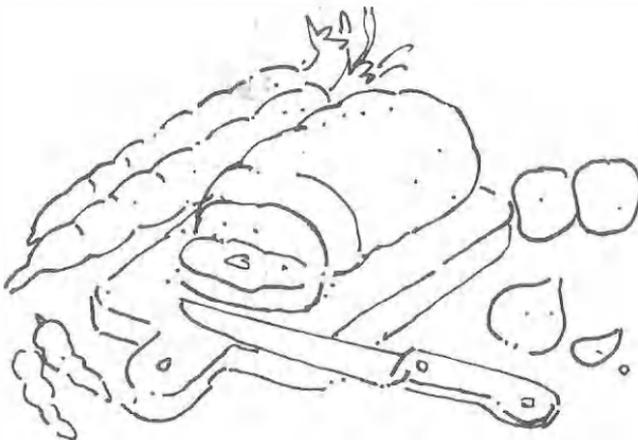
Utilização mista: fogão convencional e MO.

Rendimento: 12 cartuchinhos.

Freezer

Congelamento: em aberto, sem fritar, embale e congele.

Descongelamento: direto no óleo quente, poucos por vez.



BOLINHAS DE QUEIJO

Ingredientes

3 claras em neve / 300g de queijo parmesão, ralado fino / pimenta-do-reino preta e noz-moscada ralada, a gosto / farinha de trigo, ovos batidos e farinha de rosca suficiente para empanhar as bolinhas.

Modo de fazer

Misture as claras, o queijo, a pimenta e a noz - moscada, amassando bem. Faça pequenas bolas (do tamanho de uma avelã grande), passe pela farinha de trigo, ovos e farinha de rosca. Frite em óleo quente e coloque em papel absorvente. Sirva quente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Rendimento: 55 bolinhas.	<i>Microondas</i>	Freezer Congelamento: em aberto, sem fritar, embale e congele. Descongelamento: direto no óleo quente, poucas por vez.
---	-------------------	---



BOLO DE CREPES COM RECHEIO DE CAMARÃO

Ingredientes - Crepes

2 xícaras de chá de leite / 2 ovos / 1 colher de café de sal / 1 xícara de chá bem cheia de farinha de trigo.

Ingredientes - Recheio

1 litro de água / 1 colher de chá de sal / 1 kg de camarão com casca / 2 colheres de sopa bem cheias de manteiga ou margarina / 2 cebolas médias, raladas e escurridas em peneira / 3 colheres de sopa bem cheias de farinha de trigo / 1 xícara de chá de leite bem quente (PA por 2 minutos) / 1 xícara de chá do caldo de camarão / 1 vidro pequeno de leite de coco / 2 colheres de sopa de extrato de tomate / o camarão reservado / 2 colheres de sopa de coentro, bem picado / 1 colher de sopa de salsa, bem picada / 1 colher de sopa de cebolinha verde, bem picada / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 5 colheres de sopa de leite quente (PA por ½ minuto).

Modo de fazer - Crepes

Bata todos os ingredientes no liquidificador e deixe descansar por 1 hora. Faça 10 crepes na frigideira com mais ou menos 20cm de diâmetro, usando 4 colheres de sopa de massa para cada um. Empilhe e reserve-os quentes.

Modo de fazer - Recheio

Ferva a água com o sal, junte o camarão e aguarde mais 2 minutos de fervura. *Leve a água com o sal e o camarão à PA por 2 minutos, em recipiente tampado, mexendo 1 vez.* Deixe esfriar, tire as cascas e as cabeças e bata-as com água da cozedura do camarão no liquidificador, reservando a carne que deve ser limpa dos filamentos escuros. Passe o caldo por peneira forrada com pano úmido. Reserve.

Leve ao fogo a manteiga ou margarina com as cebolas e frite, sem deixar dourar. Acrescente a farinha, cozinhe-a e, sem parar de mexer, junte o leite aos poucos, o caldo dos camarões, o leite de coco e o extrato de tomate. Deixe ferver para engrossar e junte as camarões. Adicione os temperos, misture bem, deixe amornar e utilize.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Junte a cebola e cozinhe na PA por 2 minutos. Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Adicione os ingredientes restantes, misture e cozinhe na PA por 4-5 minutos, mexendo 2 vezes. Adicione os temperos, junte o camarão, deixe amornar e utilize.

Modo de montar - Bolo

Reserve 1½ xícara de chá do recheio e divida o restante em 9 partes. Monte os crepes e o recheio, intercalados, começando e terminando com crepes. Ao recheio reservado, adicione o leite (5 colheres de sopa) e misture bem. Cubra com ele o bolo de crepes. Sirva quente e acompanhe com vegetais cozidos e temperados como por exemplo, couve-flor ou brócolis.

Fogão Convencional Rendimento: 8 porções.	Microondas Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 8 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele, a malho separado. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	---	--

FRANGÃO RECHEADO

Ingredientes

1 frangão de mais ou menos 3,500kg, desossado / 2 xícaras de chá de vinho branco seco / 3 dentes de alho, socados / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 1 peito de frango grande e moído cru / a carcaça e os miúdos do frangão / 2 peitos de frango / 200g de moelas de frango / 1 litro de água / sal a gosto / 2 pãezinhos amanhecidos / 1 cebola média, ralada / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sobremesa de sal / 1 colher de café de noz-moscada, ralada / 1 colher de chá de pimenta-do-reino branca / 2 colheres de sopa de vinho madeira / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 1 xícara de chá de uvas-passa pretas (80g) / ½ xícara de chá de azeitonas verdes, picadas (50g) / ½ xícara de chá de nozes grosseiramente picadas (50g) / 1 gema / manteiga ou margarina para besuntar o frango.

Modo de fazer

Tempere o frangão com o vinho, o alho, o sal e a pimenta.

Deixe neste tempero por 2 horas, escorra e reserve a vinha d'alhos.

Na parte interna das costas do frangão, coloque o peito moído, fazendo uma camada não muito grossa.

Cozinhe a carcaça do frangão, os miúdos, os 2 peitos restantes e as moelas com a água e o sal.

Cozinhe na PA, em recipiente tampado, por 10-12 minutos, mexendo 2 vezes.

Escorra, pique todas as carnes e, com o caldo embeba os pãezinhos. Escorra e amasse-os com as mãos. Reserve.

Refogue a cebola na manteiga ou margarina e misture com as carnes picadas, o pão, os temperos, as uvas-passa, as azeitonas e os ingredientes restantes.

Refogue a cebola com a manteiga ou margarina na PA por 2-3 minutos, mexendo 1 vez. Tire do MO e acrescente as carnes picadas, o pão, os temperos e os ingredientes restantes.

Recheie o frangão, costure as aberturas, prenda as asas e as coxas com linha grossa. Coloque-o numa assadeira untada e forrada com cenouras em fatias ou folhas de salsa. Besunte-o com manteiga ou margarina e leve ao forno pré-aquecido. Vá regando com a vinha d'alhos reservada até que cozinhe e doure.

Besunte-o com manteiga ou margarina, colocando num refratário. Cubra com papel-manteiga e leve à PM por 50-60 minutos, regando com algumas colheres da vinha d'alhos.

Coe o molho que deve ficar bem apurado e coloque em molheira aquecida.

Sirva quente ou frio e acompanhe com batatinhas coradas, Salada Frescati (ver receita pág. 36) ou Salpicão das Mil Cores (ver receita pág. 139).

Fogão Convencional

Temperatura do forno: 175°C (moderado).

Tempo de forno: cerca de 1h30min.

Rendimento: 20 porções.

Microondas

Utilização total.

*Rendimento:
20 porções.*

Freezer

Congelamento: esfrie, embale e congele, o molho separado.

Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO.

CHUTNEY DE FRUTAS SECAS

Ingredientes

1 xícara de chá mal cheia de damascos secos, bem picados (125g) / 1 xícara de chá de vinho branco seco (200ml) / 3 xícaras de chá mal cheias de açúcar mascavo DOURADINHO (300g) / 1kg de maçãs ácidas, sem cascas, sem sementes e bem picadas / 1½ xícara de chá de ameixas pretas, bem picadas (250g) / 2 xícaras de chá de uvas-passa brancas, sem sementes (250g) / 3 colheres de sopa de gengibre fresco, ralado / 1 colher de sobremesa de alho, socado / 1 colher de café de pimenta-do-reino preta / 1 xícara de chá de vinagre branco (200 ml).

Modo de fazer

Deixe o damasco de molho no vinho por 2 horas. Reserve o vinho e junte os damascos com os ingredientes restantes, usando apenas metade do vinagre.

Leve ao fogo e mexa até dissolver o DOURADINHO. Tampe a panela e deixe ferver em fogo médio até ficarem bem macios (cerca de 30 minutos). Tire do fogo, acrescente o vinagre restante e o vinho. Deixe esfriar.

Leve todos os ingredientes, reservando metade do vinagre e o vinho, à PA em recipiente tampado por 18-20 minutos, mexendo 4-5 vezes. Tire do MO e acrescente o vinagre restante e o vinho. Deixe esfriar.

Guarde em vidros pequenos, bem tampados, na geladeira, por até 2 anos.

Sirva com assados de aves (ver receitas Frangão Recheado, pág. 160; Rolo de Peito de Frango, pág. 185), ou carnes de porco ou frios.

Fogão Convencional Rendimento: 2,400kg.	Microondas Utilização total. Rendimento: 2,400kg.	Freezer
---	---	----------------



PEITO DE PERU AO CHAMPAGNE

Ingredientes

1 peito de peru sem osso (mais ou menos 2,600kg) / 2 xícaras de chá de champagne seco / 1 colher de sopa de pimenta-do-reino branca, em grão / sal a gosto / 1 ramo de cheiro-verde / 200g de cebolas pequenas / 4 colheres de sopa de manteiga ou margarina (100g) / 1 xícara de chá de uvas-passa brancas, sem sementes / 1 xícara de chá de damascos secos / 1 xícara de chá de champagne seco / 1 colher de chá rasa de araruta.

Modo de fazer

Temperar o peru com o champagne (2 xícaras), a pimenta, o sal, o cheiro-verde e as cebolas, deixando descansar por 2 horas.

Escorra dos temperos, reservando esta marinada. Leve ao fogo com a manteiga ou margarina, virando sempre até que fique bem dourado. Junte a marinada, sem as cebolas, e cozinhe até ficar macio. Se for preciso acrescente pequenas porções de água, aos poucos, mantendo a panela tampada e o fogo baixo.

Coloque o peru num refratário com a marinada, coberto com papel-manteiga e leve à PA por 15 minutos e depois na PM por mais 15 minutos. Tire o papel, vire a carne e volte à PA por 15 minutos. Junte as cebolas e as frutas, e volte à PA por 3 minutos. Leve ao forno convencional para coar.

Acrescente as cebolas reservadas, as uvas-passa e os damascos, previamente deixados de molho no champagne (1 xícara) por 1 hora. Deixe ferver para estufar, com o fogo baixo, até apurar.

Fatie o peru e coloque numa travessa aquecida e guarneça com as cebolas e as frutas. Acrescente a araruta ao caldo da panela (cerca de 2 xícaras) e volte ao fogo, mexendo até que engrosse ligeiramente. Coe, verifique o tempero e reaqueça.

Fatie o peru e coloque numa travessa aquecida e guarneça com as cebolas e as frutas.

Acrescente a araruta ao caldo do refratário, misture bem, e volte à PA por 3 minutos, mexendo 2 vezes.

Coloque o molho à parte, em molheira aquecida.

Sirva bem quente e acompanhe com Salada Frescati (ver receita pág. 36), arroz branco ou batatinhas coradas.

Fogão Convencional Rendimento: 10 porções.	Microondas Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: 10 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele, o molho separado. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
--	--	---

À direita: Peito de Peru ao Champagne





PATÊ DE SALAME

Ingredientes

200g de salame, moído / 1 copo de requeijão cremoso (250g) / $\frac{3}{4}$ de xícara de chá de pepinos em conserva, picadas.

Modo de fazer

Junte o salame com os ingredientes restantes e misture bem.

Conserve na geladeira.

Utilize em canapés, torradinhas ou mesmo pão fresco cortado em fatias.

Rendimento: 500g.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer Congelamento: embale e congele. Descongelação: geladeira ou temperatura ambiente.

À esquerda: Patê de Salame



PATÊ ITALIANO

Ingredientes

2 colheres de sopa de óleo / 2 cebolas médias, picadas / ¼ de xícara de chá de água / 6 pimentões vermelhos grandes, em pedaços / 3 tomates grandes maduros, sem peles e sementes, em pedaços / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 1 caixa grande de requeijão cremoso, do mais espesso (400g).

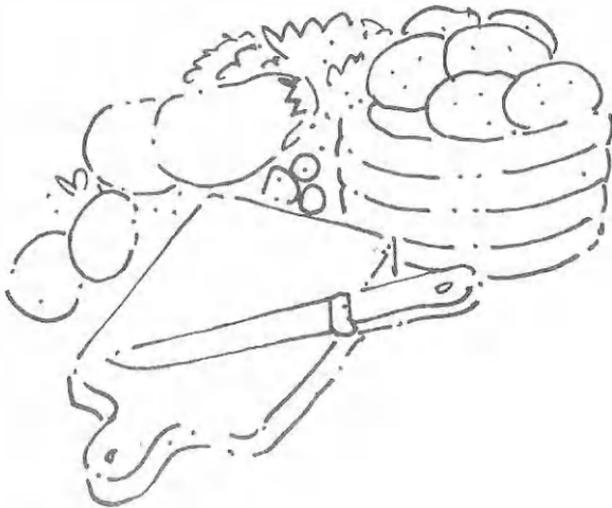
Modo de fazer

Leve ao fogo o óleo com a cebola até que esta murche. Bata no liquidificador com a água, o pimentão e o tomate. Leve ao fogo e deixe apurar. Tempere com o sal e pimenta, e acrescente o requeijão, mexendo até ligar.

Leve o óleo com a cebola à PA por 4-5 minutos, junte e bata no liquidificador o pimentão e o tomate. Cozinhe na PA por 5-6 minutos, mexendo 2 vezes. Misture os temperos, e o requeijão em pedaços e 1 colher de sopa de maisena, e leve à PA por 3-5 minutos, mexendo 2-3 vezes.

Utilize em canapés, torradinhas, ou mesmo em pão fresco cortado em fatias.

Fogão Convencional Rendimento: 1,500kg.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 1,500kg.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira e temperatura ambiente.
---	--	---



PATÊ DE ESPINAFRE

Ingredientes

1 maço de espinafres cozidos no vapor, bem escorridos e bem picados (*em refratário com tampa ou saco próprio, PA por 4-6 minutos*) / 500g de ricota fresca, passada pela peneira / ½ xícara de chá de creme de leite com soro / sal, pimenta-do-reino preta e noz-moscada, a gosto.

Modo de fazer

Bata todos os ingredientes na batedeira, até ligar.

Conserve na geladeira.

Utilize em canapés, torradinhas, ou mesmo em pão fresco cortado em fatias.

Fogão Convencional Rendimento: 850g.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 850g.	Freezer Congelamento: embale e congele. Descongelamento: geladeira e temperatura ambiente.
--	---	---



ROCAMBOLE DE SÊMOLA COM CREME

Ingredientes - Recheio

½ copo de requeijão cremoso (125g) / ½ xícara de chá de azeitonas verdes, picadas (100g) / 2 colheres de sopa de salsa, picada / 200g de presunto cozido, fatiado e picado / noz-moscada e pimenta-do-reino branca, a gosto.

Ingredientes - Creme

½ copo de requeijão cremoso (125g) / ½ lata de creme de leite com soro / ½ colher de café de gengibre em pó / sal a gosto.

Ingredientes - Massa

½ litro de leite / 1 colher de café de sal / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / ¾ de xícara de chá de sêmola de trigo (110g) / 2 colheres de sopa de queijo parmesão, ralado / 1 gema para pincelar o rocambole.

Modo de fazer - Recheio

Misture todos os ingredientes muito bem. Reserve.

Modo de fazer - Creme

Misture todos os ingredientes, levando ao fogo em banho-maria, até fundir e ligar. *Misture todos os ingredientes e leva à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes.*

Modo de Fazer - Massa e Montagem

Ferva o leite com o sal e a manteiga ou margarina. Sem tirar do fogo, acrescente em "chuva", a sêmola, mexendo sempre até cozinhar. Tire do fogo e misture o queijo.

Ferva o leite com o sal e a manteiga ou margarina na PA por 4-5 minutos.

Acrescente a sêmola em "chuva", misture bem e cozinhe na PA por 2-3 minutos, mexendo 1 vez.

Espalhe em formato de retângulo, sobre papel-alumínio untado. Recheie, cobrindo toda a massa com a mistura reservada, e enrole como rocambole. Feche as pontas, apertando-as para que o recheio não derrame, e coloque num refratário untado. Pincele com a gema.

Leve ao forno pré-aquecido, até corar.

Sirva quente e acompanhe apenas com o creme bem quente, colocando em molheira aquecida.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 10 minutos. Rendimento: 8 porções.	Microondas <i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> Rendimento: 8 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele, o creme separado. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir. Nota: Pela rapidez do preparo, o creme pode ser feito na hora de servir.
--	--	--

MOUSSE MARMORIZADA

Ingredientes - Chantilly Gelatinado

3 colheres de sopa de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR / 500ml de creme de leite fresco e gelado / 2 colheres de chá rasas de gelatina incolor e sem sabor / 2 colheres de sopa de água para hidratar a gelatina.

Ingredientes - Mousse de Chocolate

200g de chocolate meio amargo, picado / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 3 colheres de chá rasas de gelatina incolor e sem sabor / 2 colheres de sopa de água para hidratar a gelatina / 7 colheres de sopa bem cheias de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR / 4 gemas / 4 claras em neve.

Modo de fazer - Chantilly Gelatinado

Bata o GLAÇÚCAR com o creme de leite até ficar bem grosso.

Acrescente a gelatina previamente hidratada com a água, dissolvida em banho-maria, e ainda morna, continuando a bater até obter uma espessura firme. Reserve na geladeira.

Dissolva a gelatina hidratada na PA por 30 segundos. Deixe amornar e utilize.

Modo de fazer - Mousse de Chocolate

Derreta o chocolate com a manteiga ou margarina em banho-maria. Ainda quente junte a gelatina hidratada com a água, misture bem e deixe esfriar.

Derreta o chocolate com a manteiga ou margarina na PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Tire do MO e acrescente a gelatina hidratada com a água, misturando bem. Deixe esfriar.

Bata o GLAÇÚCAR com as gemas até obter uma gemada fofo e clara, misture com o creme de chocolate. Acrescente as claras, misturando lentamente, sem bater.

Leve à geladeira até engrossar.

Modo de montar - Mousse Marmorizada

Na fôrma untada com óleo e passada por água fria, coloque o chantilly gelatinado e a mousse de chocolate, em colheradas alternadas.

Leve à geladeira até ficar bem firme.

Desenforme, sirva simples com chantilly ou decore com chantilly, raspas, flores ou pastilhas de chocolate.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma: 2750 ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 20 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 20 porções.	Freezer Congelamento: na fôrma em aberto até ficar bem firme, desenforme, embale e congele. Descongelamento: geladeira.
---	--	--

AZEVIAS

Ingredientes - Massa

1 kg de farinha de trigo / 1 colher de sopa de banha de porco / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina / 1 colher de sopa de pinga / 1 colher de chá de sal / cerca de 2 xícaras de chá de água morna.

Ingredientes - Recheio

1½ xícara de chá de açúcar granulado DOÇÚCAR / 1 xícara de chá de água / 1 pau de canela / 1 casquinha de limão / 2 xícaras de chá de purê de grão-de-bico (sem peles) / 2 gemas / 1 colher de chá de canela em pó / açúcar UNIÃO e canela em pó para envolver as azevias.

Modo de fazer - Massa

Junte todos os ingredientes, sovando bem até obter uma massa lisa, soltando-se das mãos. Deixe descansar 1 hora.

Modo de fazer - Recheio

Ferva o DOÇÚCAR com a água, a canela e a casca de limão, até obter uma calda em ponto de fio grosso. Deixe amornar e junte o purê e as gemas, voltando ao fogo, e mexendo sempre até engrossar. Tire do fogo, misture a canela em pó e deixe esfriar completamente.

Modo de montar - Azevias

Abra a massa fina, faça pequenos montes do recheio, feche e recorte com carretilha, como pastéis.

Frite em óleo quente, coloque em papel absorvente e passe pelo açúcar e canela em pó previamente misturados.

Sirva mornas.

Fogão Convencional Rendimento: 60 azevias.	Microondas	Freezer
--	-------------------	----------------

REFEIÇÕES SOCIAIS



REFEIÇÕES SOCIAIS

Receber é uma arte. O ditado é muito antigo e parece estabelecer de antemão que apenas poucos diferenciados, os artistas, são capazes de receber bem.

Basta prestar atenção no passado não muito distante, porém, para perceber que a arte de receber mudou. O que antigamente era ostentação, formalismo exagerado, hoje foi substituído por simplicidade com elegância e bom gosto.

É uma mudança conceitual: a arte de receber não está mais nas exigências formais, atualmente quase impossíveis de serem cumpridas. Hoje o segredo reside em ser agradável, natural.

As reuniões sociais são programadas com antecedência, o que lhe permite escolher com calma o cardápio, da entrada à sobremesa. Seja qual for a opção, prefira as receitas de boa apresentação, bem decoradas, mas de execução simples. Nessas ocasiões o que menos se quer é correr riscos, não é mesmo?

Antes de determinar os pratos, avalie bem o tipo de reunião. Mesmo com elegância e bom gosto, você pode oferecer um cardápio mais simples ou um bastante sofisticado. Tudo depende do motivo da reunião e do grupo de convidados que você estará recebendo.

Para a entrada, temos cinco sugestões, todas muito especiais, desde a mais simples à mais sofisticada.

Para o cardápio mais requintado, a escolha pode ficar entre a Lagosta Caubourg e o Creme de Ostras. As duas receitas integram o rol da alta culinária.

Já para uma seleção mais simples, os Tomates Guarnecidos ou a Torta de Frango Americana são ótimas sugestões.

Entre uma alternativa e outra, as Caixinhas Folhadas servem para qualquer ocasião. Uma entrada clássica, são geralmente bem apreciadas, sobretudo graças ao camarão. Os pratos principais também devem ter bonita apresentação. O que não significa necessariamente complicação para quem está na cozinha. A receita de Pato Janota, por exemplo, é simples mas muito original. A própria escolha da carne de pato já é um requinte, já que no Brasil a ave não integra o cardápio trivial.



Os Escalopes Empapelados podem ser uma boa opção de carne. São servidos diretamente no papel-alumínio. Isso ajuda a mantê-los bem quentes, sem que ressequem. No campo da sofisticação, o Turbante de Linguado é fantástico. O peixe branco e macio entornado e recheado com o creme de camarões forma um conjunto interessante e apetitoso.

Pode-se servir, ainda, a tradicional carne de frango, mas numa apresentação completamente diferente das habituais. É o Rolo de Peito de Frango. A carne enrolada, com a forma de um lombo, fatiada e coberta por um molho bastante aromático. Acompanhado por Chutney de Frutas Frescas, seu sabor fica ainda mais acentuado.

Para a sobremesa, oferecemos duas sugestões, uma sofisticada e outra mais simples. No primeiro caso, propomos a Cartuxada de Avelãs, montada com massa de chocolate e mousse crocante de avelãs, coberta de chocolate.

A outra, extremamente simples, é a Sobremesa de Viena. Trata-se de um creme de chantilly enformado coberto com calda de morangos maduros. Fácil, mas bonita e muito gostosa.

Acrescente ao cuidado que teve na escolha do cardápio toda sua simpatia, elegância, bom gosto e simplicidade no momento de receber os convidados e sua reunião terá todos os ingredientes para ser um sucesso. Com muita arte.



REFEIÇÕES SOCIAIS

ÍNDICE

Creme de ostras gratinado	175
Tomates guarnecidos	176
Pato janota	177
Lagosta caubourg	178
Escalopes empapelados	179
Turbante de linguado	180
Caixinhas folhadas	183
Torta americana de frango	184
Rolo de peito de frango	185
Chutney de frutas frescas	186
Cartuxada de avelãs	187
Sobremesa de Viena	188



CREME DE OSTRAS GRATINADO

Ingredientes

2 dúzias de ostras na casca, lavadas e escovadas / 1 cebola pequena, ralada / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 xícaras de chá de cogumelos em conserva, bem escorridos e fatiados / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / ½ xícara de leite / 1 xícara de chá de creme de leite com soro / sal, pimenta-do-reino preta e noz-moscada, a gosto / 1 colher de sopa de queijo suave, ralado (tipo gruyère) / 1 colher de sopa de farinha de rosca / 1 colher de sopa de manteiga ou margarina derretida / 1 colher de sopa de queijo ralado.

Modo de fazer

Abra as ostras no fogo, retire-as das conchas e coe o líquido por pano fino. Reserve. Leve ao fogo a cebola com a manteiga ou margarina, sem deixar tomar cor. Junte os cogumelos, deixe enxugar com fogo baixo, polvilhe a farinha, ligue com o caldo das ostras e o leite, mexendo até obter um creme espesso. Retire do fogo.

Leve ao MO a cebola com a manteiga ou margarina, na PA por 3-4 minutos.

Junte os cogumelos, polvilhe a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes.

Acrescente o caldo das ostras e o leite, aos poucos, e volte à PA por 2 minutos, mexendo 2 vezes.

Adicione o creme de leite, os temperos, o queijo (1 colher de sopa) e as ostras picadas.

Coloque nas próprias conchas, se forem grandes e finas ou num refratário untado cobrindo com a farinha de rosca, manteiga ou margarina, e queijo de forma a fazer uma leve camada sobre o creme.

Leve ao forno pré-aquecido para gratinar. Retire do forno e aguarde um pouco.

Sirva quente, sem acompanhamentos, como entrada.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade do refratário: 900 ml (ver dicas pag. 8). Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Tempo de forno: cerca de 15 minutos. Rendimento: 4 porções.	<i>Utilização mista: fogão convencional e MO.</i> <i>Rendimento: 4 porções.</i>	Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; banho-maria no fogo; MO. Aqueça para servir.

TOMATES GUARNECIDOS

Ingredientes

4 tomates médios, sem peles / 4 colheres de sopa de polpa de tomate levemente batida / 2 colheres de sopa de creme de leite com soro / 1 colher de chá de suco de limão / 1 colher de chá de açúcar mascavo DOURADINHO / algumas gotas de molho inglês / sal e pimenta-do-reino preta, a gosto / 4 tronquinhos de aipo cortados em fatias finas / 4 folhas de alface cortadas bem fininhas.

Modo de fazer

Corte uma tampa em cada tomate. Cave com cuidado, retirando as sementes, a parte líquida e, cuidadosamente, um pouco da polpa, mantendo-os bem firmes. Use a polpa retirada acrescentando um pouco, se necessário para perfazer a porção acima indicada.

Misture com o creme de leite, já temperado com o suco de limão, o DOURADINHO, o molho inglês, o sal, a pimenta e o aipo.

Preencha as cavidades dos tomates, colocando cada um sobre uma base de alface. Leve à geladeira só para refrescar.

Sirva em seguida, como entrada, como guarnição ou acompanhando os Fofos com Recheio de Carne (ver receita pág. 18), a Mousse de Atum (ver receita pág. 144) ou o Rolo de Peito de Frango (ver receita pág. 185).

Fogão Convencional Rendimento: 4 porções.	Microondas	Freezer



PATO JANOTA

Ingredientes

1 pato limpo, com mais ou menos 1,800kg / 1 colher de sopa de sal / 2 dentes de alho, socados / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 4 cenouras pequenas / 2 cebolas grandes, cortadas em quatro / 1 ramo de salsa / os miúdos do pato cozidos, (picados, com ½ xícara de chá de água, em recipiente com tampa, na PA por 3-4 minutos) / ½ xícara de chá de vinho branco seco (¼ de xícara de chá) / 1 xícara de chá do caldo da cozedura dos miúdos (½ xícara de chá) / 200g de cogumelos, picados.

Modo de fazer

Tempere o pato com o sal e o alho. Amarre as penas e coloque as asas para trás. Doure na manteiga ou margarina com fogo alto.

Junte as cenouras, as cebolas, a salsa, e as miúdos. Mantenha no fogo para refogarem levemente. Refresque com o vinho e, em seguida, acrescente o caldo e deixe cozinhar, com a panela tampada.

Tire o pato da panela,coe o caldo, descartando as cenouras, as cebolas e a salsa, deixando os miúdos.

Volte o pato e o caldo ao fogo, adicione os cogumelos e deixe reduzir um pouco o molho.

Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto. Besunte todo o pato, já temperado e amarrado.

Coloque num refratário, com o peito para baixo, junte os ingredientes restantes (reserve os cogumelos) e leve à PA por 10 minutos, coberto com papel-manteiga. Vire o pato,coe o molho descartando as cenouras, as cebolas e a salsa, deixando os miúdos. Adicione os cogumelos e volte ao MO, na PM por 15-20 minutos, coberto com papel-manteiga.

Tire do MO e leve ao forno convencional, bem quente, sem o papel, para corar.

Sirva quente e acompanhe com batatinhas coradas, creme de milho ou de espinafre, purê de batatas (ver dicas pág. 8) ou arroz branco.

Fogão Convencional Rendimento: 4 porções.	Microondas Utilização total. Rendimento: 4 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.
---	--	--

LAGOSTA CAUBOURG

Ingredientes - Lagosta e Molho Normando

2 lagostas médias (cerca de 1,500kg as duas) / 2 litros de água / 2 cenouras médias / 3 cebolas pequenas / 1 colher de sopa de sal / 5 grãos de pimenta-do-reino branca / 1 colher de chá de manteiga ou margarina / ½ xícara de chá de vinho branco seco / 150g de cogumelos frescos / 1 xícara de chá de água / 500g de ameijoas com casca (vôngole) / ½ xícara de chá do caldo da lagosta / ¼ de xícara de chá da água dos cogumelos / ¼ de xícara de chá da água das ameijoas (vôngole) / 5 gemas / 1 lata de creme de leite com soro / 1 colher de sopa de suco de limão / 1 colher de chá de maizena / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 100g de manteiga bem fresca e sem sal.

Modo de fazer - Lagosta e Molho Normando

Amarre as lagostas numa ripa de madeira para ficarem bem retas, depois de cozidas. Prepare o caldo para cozinhar as lagostas (Court-bouillon) fervendo a água com as cenouras, cebolas, sal, pimenta, manteiga e o vinho, durante 30 minutos. Coloque as lagostas que devem cozinhar por, aproximadamente, 15 minutos. Deixe-as esfriar dentro do caldo. Retire-as então, coe o caldo e reserve. Aproveite a carne das patas e pinças. Abra as carapaças ao meio, no comprimento, usando uma tesoura para ficarem perfeitas e reserve. Fatie a carne da lagosta e reserve também.

Cozinhe os cogumelos na água (1 xícara), escorra e reserve a água da cozedura. Abra as ameijoas numa frigideira em fogo forte, sem água, apenas abafadas com a tampa. Retire as cascas e reserve o caldo das ameijoas, depois de coado. Misture o caldo da lagosta à água dos cogumelos e das ameijoas e reserve.

Bata as gemas com $\frac{2}{3}$ do creme de leite, (reserve o restante), o suco de limão e a maizena, até ligar. Acrescente os caldos reservados, aos poucos, e leve ao fogo mexendo até reduzir à $\frac{2}{3}$. Passe pela peneira, tempere, junte o creme de leite reservado e a manteiga, volte ao fogo, mexendo até engrossar. Reserve metade desse molho e, no restante, misture a carne das pinças e patas, os cogumelos e as ameijoas. Distribua essa mistura nas 4 carapaças das lagostas reservadas. Disponha por cima as fatias da lagosta e cubra com o molho reservado.

Leve ao forno pré-aquecido para gratinar. Retire do forno e aguarde um pouco. Sirva quente como entrada, sobre um guardanapo, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional Temperatura do forno: 250°C (bem quente). Rendimento: 4 porções.	<i>Microondas</i>	<i>Freezer</i>

ESCALOPES EMPAPELADOS

Ingredientes

1 kg de pequenos e finos bifes de vitela (escalopes) / 400g de cogumelos frescos / 3 dentes de alho / 1 colher de chá de sal / 1 colher de café de pimenta-do-reino branca / 2 colheres de sobremesa de azeite.

Modo de fazer

Reserve os escalopes.

Bata no liquidificador ou processador de alimentos, os ingredientes restantes até se transformarem numa pasta.

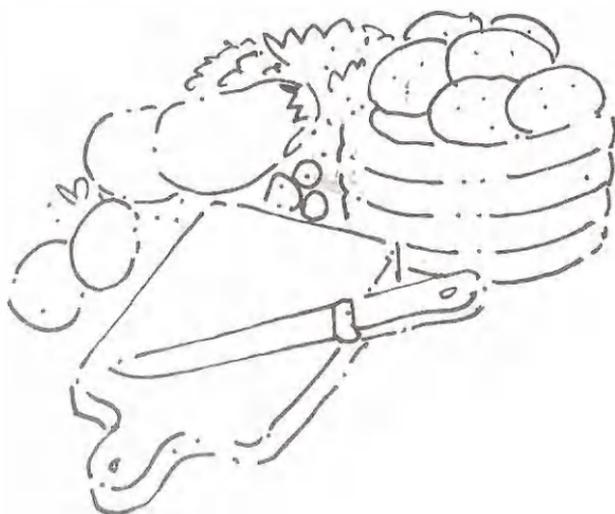
Num quadrado de papel -alumínio, coloque 1 colher de sobremesa da pasta, 2-3 escalopes por cima e cubra com mais 1 colher de sobremesa da pasta.

Feche bem o papel-alumínio como pacotinhos e coloque-os em uma assadeira.

Leve ao forno pré-aquecida até ficarem bem passados.

Sirva quente, sem retirar o papel-alumínio e acompanhe com arroz branco e o Salpicão das Mil Cores (ver receita pág. 139).

Fogão Convencional Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 40 minutos. Rendimento: 6 porções.	Microondas	Freezer



TURBANTE DE LINGUADO

Ingredientes - Peixe

4 linguados médios abertos em 8 filés (guarde as carcaças) / 1 dente de alho, socado / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto.

Ingredientes - Recheio

1 kg de camarões médios com casca / 3 xícaras de chá de água levemente salgada e fervente / 4 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 4 colheres de sopa de farinha de trigo / 2 xícaras de chá de leite fervente (PA por 4 minutos) / 1 xícara de chá de caldo de camarões / ½ lata de creme de leite sem soro / 2 gemas / sal, pimenta-do-reino branca, noz - moscada e suco de limão, a gosto / 1 colher de chá de manteiga ou margarina.

Ingredientes - Molho

As carcaças do peixe / 2 xícaras de chá de água / 1 ramo de cheiro-verde / 1 colher de sopa de vinho branco seco / 1 cebola pequena / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / 1 colher de sobremesa de maisena / 2 colheres de sobremesa de manteiga ou margarina / 1 xícara de chá do caldo do peixe / ½ lata de creme de leite com o soro.

Modo de fazer - Peixe

Tempere o peixe e reserve, no mínimo por 30 minutos. Enquanto isso prepare o recheio.

Modo de fazer - Recheio

Ferva os camarões na água por 3 minutos. *Ferva os camarões na água, em recipiente tampado, PA por 2 minutos, mexendo 1 vez.* Retire as cascas e cabeças e bata-as com a água dos camarões. Coe por um pano e reserve. Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha mexendo sempre, acrescente o leite e o caldo, aos poucos, misturando bem após cada adição. Junte os camarões e o restante, reservando o limão e a manteiga ou margarina que se juntam fora do fogo. Utilize quente. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto, junte a farinha e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 1 vez. Acrescente o leite e o caldo, aos poucos e volte à PA por 6-7 minutos, mexendo 3-4 vezes. Junte o restante, reservando o limão e a manteiga ou margarina, que se juntam fora do MO, e volte à PA por 2 minutos. Utilize quente.*

Modo de fazer - Molho

Ferva as carcaças do peixe na água com os temperos, reduzindo a 1 xícara de chá de caldo, coe e reserve. *Ferva as carcaças do peixe na água com os temperos em recipiente tampado, na PA por 5 minutos, mexendo 2 vezes.* Coe e reserve. Cozinhe a manteiga ou margarina com a maisena, mexendo sempre. Acrescente o caldo de peixe aos poucos, mexendo entre cada adição. Junte o creme de leite. *Derreta a manteiga ou margarina na PA por 1 minuto, junte a maisena e volte à PA por 2 minutos, mexendo 1 vez. Acrescente o caldo, volte à PA por 3-4 minutos, mexendo 2-3 vezes. Tire do MO e junte o creme.*

Modo de montar - Turbante

Arrume os filés na fôrma untada, uma ponta para a beirada externa e outra para a interna. Encha com o recheio, dobre as pontas sobrepondo-as e leve ao forno em banho-maria. *Leve ao MO sem banho-maria, PA por 12-15 minutos.* Tire, tampe com papel-alumínio e aguarde 10 minutos. Desenforme e sirva quente, coberto com o molho, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma savarin: 1850ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 1 hora. Rendimento: 12 porções.	<i>Utilização total.</i> Rendimento: 12 porções.	Congelamento: esfrie, embale e congele dentro da fôrma, com o molho separado. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.

À direita: Turbante de Linguado





CAIXINHAS FOLHADAS

Ingredientes - Massa

5 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (500g) / 1 pitada de sal / água suficiente para amassar (cerca de 1 xícara de chá) / 400g de margarina / farinha suficiente para polvilhar a mesa de trabalho / 1 clara para colar as camadas da massa / gema para pincelar.

Ingredientes - Recheio

2½ xícaras de chá de água / 1 colher de chá de sal / 500g de camarão médio (com casca) / 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina / 2 colheres de sopa de farinha de trigo / o caldo da cozedura do camarão, reservado / 4 colheres de sopa de leite em pó / sal e pimenta-do-reino branca, a gosto / alguns camarões para decorar as caixinhas.

Modo de fazer - Massa

Misture a farinha com o sal e acrescente a água, aos poucos, amassando bem. Deixe descansar por 1 hora. Abra em forma de retângulo e cubra toda a massa com ¼ da margarina (100g) em pedacinhos. Dobre em três e novamente em três. Embrulhe em plástico deixando bem fechada. Deixe na geladeira por 15 minutos. Abra novamente, repita a mesma operação até que a margarina termine. Embrulhe e deixe na geladeira até ficar bem firme, podendo deixar até o dia seguinte.

Modo de fazer - Recheio

Ferva a água com o sal, coloque o camarão e ferva mais 3 minutos. *Cozinhe o camarão com a água e o sal na PA por 2 minutos, em recipiente tampado.* Escorra, reservando a água. Tire as cabeças e as cascas dos camarões e reserve a carne. Bata as cabeças, as cascas e o caldo dos camarões no liquidificador e coe por um pano úmido. Se preciso, acrescente água para obter meio litro. Reserve. *Cozinhe a manteiga ou margarina com a farinha, mexendo sempre.* Acrescente o caldo reservado, e já misturado com o leite em pó, aos poucos, mexendo bem após cada adição. Junte o camarão picado, tempere e deixe esfriar para utilizar. *Leve a manteiga ou margarina à PA por 1 minuto. Misture a farinha e volte à PA por 2-3 minutos. Acrescente o caldo misturado com o leite em pó, aos poucos, misturando bem. Volte à PA por 3 minutos, mexendo 2 vezes. Tire do MO, adicione o camarão picado, tempere e deixe esfriar para utilizar.*

Modo de montar - Caixinhas Folhadas

Abra a massa com mais ou menos 0,5cm de espessura e corte em rodela, com um cortador redondo (7cm de diâmetro). Divida o número das rodela em 2 partes iguais. Corte uma delas com um cortador menor (5cm) e monte as que têm o centro aberto sobre as inteiras, colando a beirada com a clara. Pincele com a gema a beirada superior e arrume em assadeira molhada. Leve ao forno pré-aquecido até crescerem e corarem. Reserve. Com uma colher de café, cave um pouco mais a caixinha e recheie. Na hora de servir, leve ao forno para esquentarem e decore com os camarões. Sirva quente, como entrada, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 20 minutos. Rendimento: cerca de 30 caixinhas.	Utilização mista: fogão convencional e MO. Rendimento: cerca de 30 caixinhas	

TORTA AMERICANA DE FRANGO

Ingredientes - Massa

4 xícaras de chá mal cheias de farinha de trigo (400g) / 1 xícara de chá bem cheia de manteiga ou margarina (250g) / 1 colher de sopa rasa de sal / água gelada suficiente para ligar / 1 gema para pincelar a massa.

Ingredientes - Recheio

2 peitos, 2 coxas e 2 sobre coxas de frango / 1 litro de água / 1 cebola média, picada / 1 colher de sobremesa de sal / 2 colheres de sopa de óleo / 1 cebola média, ralada / 2 dentes de alho, socados / ½ xícara de chá de salsaõ branco, picado / ½ xícara de chá de pimentão verde, picado / ½ xícara de chá de pimentão vermelho, picado / ½ xícara de chá de cebolinha verde, picada / 2 xícaras de chá do caldo da cozedura do frango / 1 colher de sopa bem cheia de extrato de tomate / 1 xícara de chá de uvas-passa pretas / 1 lata pequena de milho verde, com a água / ½ xícara de chá de salsa, picada / 3 colheres de sopa de farinha de trigo.

Modo de fazer - Massa

Misture a farinha com a manteiga ou margarina e o sal, e esfregue entre as mãos, fazendo uma farofa. Ligue com a água juntando-a com as pontas dos dedos, sem amassar. Deixe descansar meia hora.

Modo de fazer - Recheio

Tire a pele e a gordura do frango e cozinhe com a água, a cebola e o sal. Escorra, reserve o caldo e desosse, cortando a carne em pedaços médios. Reserve. Leve ao fogo o óleo com a cebola e o alho, cozinhe sem deixar dourar. Acrescente o salsaõ, os pimentões, a cebolinha, o caldo reservado e o extrato de tomate. Deixe ferver por 5 minutos, junte o frango, as uvas-passa, o milho e ferva mais 3 minutos. Adicione a salsa, polvilhe com a farinha, mexendo bem. Deixe esfriar e utilize.

Modo de montar - Torta de Frango

Abra 2/3 da massa entre duas folhas de plástico e forre a fôrma.

Recheie e cubra com a massa restante, aberta do mesmo modo.

Decore com recortes da massa, fazendo uma chaminé no meio da tampa e pincele tudo com a gema.

Leve ao forno pré-aquecido até assar e corar. Retire do forno, desenforme (fôrma de fundo falso ou refratário) ou deixe sem desenformar.

Sirva quente, sem acompanhamentos.

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Capacidade da fôrma de fundo falso ou refratário: 2500 ml (ver dicas pág. 8). Temperatura do forno: 175°C (moderado). Tempo de forno: cerca de 40 minutos. Rendimento: 12 porções.		Congelamento: esfrie, embale e congele. Descongelação: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça para servir.

ROLO DE PEITO DE FRANGO

Ingredientes - Rolo

2kg de peito de frango moído cru / 18 bolachas de água e sal, moídas / 1 colher de sopa rasa de sal / 1 colher de café rasa de pimenta-do-reino branca, moída / 1 colher de chá de molho inglês / 1 colher de sopa bem cheia de cebola ralada e escorrida / 1 ovo / 2 dentes de alho inteiros / ½ xícaras de chá de manteiga ou margarina amolecida (PA por 30 segundos) / ½ xícara de vinho branco seco.

Ingredientes - Molho Ácido

½ xícara de chá de vinho branco seco / 1 colher de chá de tomilho seco / 1 cebola pequena cortada ao meio / 1 xícara de chá de suco de laranja / 4 colheres de sopa de suco de limão / 1 colher de café de raspas de laranja / 1 colher de café de raspas de limão / 1 colher de café rasa de pimenta-de-caiena / 1 colher de chá de sal / 1 xícara de chá de caldo de frango / 1 colher de chá bem cheia de araruta.

Modo de fazer - Rolo

Reserve a manteiga ou margarina e o vinho, misture os ingredientes restantes, retire o alho e forme um rolo grosso (ver dicas pág. 8). Cubra com a manteiga ou margarina e leve ao forno pré-aquecido, em assadeira deixando tomar cor. Refresque com o vinho e deixe assar, regando o rolo repetidas vezes.

Coloque no refratário, no MO, cubra com a manteiga ou margarina e com papel-manteiga e leve à PA por 7 minutos. Refresque com o vinho, vire o rolo, cubra e volte à PA por mais 7 minutos. Tire do MO, cubra com papel-alumínio e aguarde 10 minutos.

Modo de fazer - Molho Ácido

Ferva o vinho com o tomilho, a cebola, os sucos e raspas dos cítricos até reduzir à metade. Acrescente os temperos e o caldo, aproveitando o resíduo do molho do assado. Ferva por cerca de 3 minutos,coe e acrescente a araruta. Leve ao fogo mexendo sempre até engrossar ligeiramente.

No MO, ferva o vinho com o tomilho, a cebola, os sucos e raspas dos cítricos, na PA por 6 minutos. Acrescente os temperos e o caldo e volte à PA por 2 minutos. Coe, junte a araruta e volte à PA por 2 minutos mexendo 2 vezes.

Coloque o rolo na travessa aquecida, fatie, sirva com o molho bem quente, em molheira e acompanhe com batata-palha ou purê de batata (ver dicas pág. 8), a Salada Frescati (ver dicas pág. 36), o Chutney de Frutas Frescas (ver dicas pág. 186).

Fogão Convencional Temperatura do forno: 200°C (quente). Tempo de forno: cerca de 50 minutos. Rendimento: 24 porções.	Microondas <i>Utilização total.</i> Rendimento: 24 porções.	Freezer Congelamento: esfrie, embale e congele com o molho separado. Descongelamento: geladeira; temperatura ambiente; banho-maria no fogo; forno brando; MO. Aqueça no forno deixando tostar para servir.
--	--	--

CHUTNEY DE FRUTAS FRESCAS

Ingredientes

500g de açúcar mascavo DOURADINHO / 250g de maçãs verde sem cascas e sementes, bem picadas / 250g de peras sem cascas e sementes, picadas / 250g de bananas nanica firmes, picadas / 100g de uvas-passa pretas / 2 colheres de sopa de curry / 2 colheres de sopa de pimentão picante, em pó / 1 colher de chá de cravo-da-Índia, em pó / 1 pimenta malagueta, picada / 2 colheres de chá de sal / 250ml de vinagre branco.

Modo de fazer

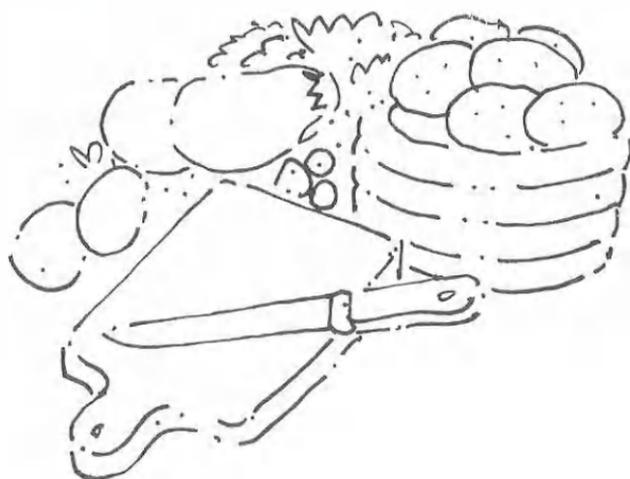
Coloque numa panela todos ingredientes, misturando bem.

Leve ao fogo, mexendo de vez em quando para não pegar no fundo.

Quando tudo estiver bem cozido, está pronto. Deixe esfriar e coloque em vidros bem tampados, na geladeira.

Sirva frio como acompanhamento do Frangão Recheado (ver receita pág.160) ou do Rolo de Peito de Frango (ver receita pág. 185).

Fogão Convencional	Microondas	Freezer
Tempo de cozimento: cerca de 30 minutos. Rendimento: 950g.		



CARTUXADA DE AVELÃS

Ingredientes - Massa - 5 colheres de sopa de açúcar UNIÃO / 5 ovos / 4 colheres de sopa de farinha de trigo / 3 colheres de sopa de chocolate em pó.

Ingredientes - Mousse - ½ (¼) xícara de chá de açúcar granulado DOÇÚCAR (açúcar UNIÃO) / ½ (¼) xícara de chá de água / 20 avelãs sem pele picadas grossas / ½ lata de creme de leite com soro / 200g de chocolate meio amargo, picado / 3 colheres de chá de gelatina incolor e sem sabor / 3 colheres de sopa de água fria / 4 claras / 2 colheres de sopa de açúcar de confeitiro GLAÇÚCAR.

Ingredientes - Cobertura - ½ lata de creme de leite com soro / 200g de chocolate meio amargo, picado.

Ingredientes - Placas de Chocolate - 200g de chocolate de cobertura derretido e morno (PA por 4-5 minutos, ligado fora do MO para homogenizar) / 1 colher de chá de vodka.

Modo de fazer - Massa - Bata o açúcar com os ovos até obter uma gemada fofo e clara. Misture a farinha e o chocolate peneirados juntos e coloque em assadeira untada, o fundo forrado com o papel também untado. Asse no forno pré-aquecido. Esfrie, desenforme e corte em tiras de mais ou menos 2cm.

Modo de fazer - Mousse - Ferva o DOÇÚCAR com a água até obter um caramelo claro. Junte as avelãs e deixe tomar cor. Leve ao MO o açúcar com a água na PA por 6 minutos, mexendo 3 vezes. Junte as avelãs e volte à PA por 2-3 minutos, mexendo 2 vezes. Jogue no mármore untado, esfrie e moa grosso. Leve o chocolate e o creme de leite ao banho-maria, mexendo até derreter. Acrescente a gelatina hidratada com a água, misture bem e esfrie. Leve o chocolate e o creme de leite ao MO na PA por 4-5 minutos, mexendo 2 vezes. Retire, acrescente a gelatina hidratada com água, misture bem e esfrie. Bata as claras com o GLAÇÚCAR até obter um merengue firme. Lique delicadamente com o creme de chocolate e com o crocante. Reserve.

Modo de fazer - Cobertura - Leve o creme de leite e o chocolate ao banho-maria, mexendo até homogenizar. Esfrie e reserve. Leve o creme de leite e o chocolate ao MO, na PA por 4-5 minutos, mexendo 2 vezes. Esfrie e reserve.

Modo de fazer - Placas de Chocolate - Misture os 2 ingredientes. Coloque no saco de confeitar com o bico perlê e faça as placas, finas e com 4cm de diâmetro, sobre papel-alumínio. Leve à geladeira até endurecerem, destaque o papel e conserve em frasco, na geladeira.

Montagem - Cartuxada - Unte a tigela com o óleo e forre com papel-alumínio. Forre com as tiras de massa, lado a lado. Encha com a mousse. Cubra com papel e leve à geladeira para firmar. Cubra com as tiras restantes e deixe na geladeira por 2-3 horas. Desenforme, retire o papel, cubra com a cobertura e decore com os discos de chocolate.

Fogão Convencional

Capacidade da assadeira:
2000ml (n.º 1) (ver dicas pág. 8).
Temperatura do forno: 200°C (quente).
Tempo de forno: cerca de 20 minutos.
Capacidade da tigela para montagem:
2250ml (ver dicas pág. 8)
Rendimento: 10 porções.

Microondas

Utilização mista: fogão convencional e MO.
Rendimento: 10 porções

Freezer

Congelamento: congele em aberto, embale e volte ao freezer.
Descongelação: geladeira ou temperatura ambiente.

SOBREMESA DE VIENA

Ingredientes - Creme

6 colheres de sopa de açúcar de confeitador GLAÇUCAR / 1 litro de creme de leite fresco e gelado / 4 colheres de chá rasas de gelatina incolor, sem sabor / 4 colheres de sopa de água fria.

Ingredientes - Calda de Morangos

1 ½ xícara de chá de açúcar UNIÃO / 800g de polpa de morangos, batidos e passados por peneira.

Modo de fazer - Creme

Bata na batedeira, na velocidade mínima, o GLAÇUCAR com o creme de leite até ficar bem grosso. Sem parar de bater, acrescente a gelatina previamente hidratada com a água, derretida no banho-maria e morna, até ficar espesso e uniforme. (*Gelatina hidratada na PA por 30 segundos*). Coloque na fôrma, untada com óleo e passada por água fria, e leve à geladeira para firmar (cerca de 4 horas).

Modo de fazer - Calda de Morangos

Leve ao fogo o açúcar com metade da polpa de morangos, mexendo sempre, até obter uma geléia espessa. Tire do fogo e misture a outra metade reservada. *Leve o açúcar com metade da polpa de morangos à PA por 6 minutos, mexendo 3 vezes. Tire do MO e misture a outra metade reservada.* Deixe a calda esfriar completamente e cubra o creme, já desenformado num prato fundo. Decore com morangos frescos. Sirva gelado.

Fogão Convencional Capacidade da fôrma: 1500 ml (ver dicas pág. 8). Rendimento: 12 porções.	Microondas <i>Utilização Total.</i> Rendimento: 12 porções	Freezer _____
--	---	-------------------------

O CAFÉ ESTÁ SERVIDO



O CAFÉ ESTÁ SERVIDO

Agora que você já tem uma série de sugestões de receitas deliciosas especialmente elaboradas para as mais diferentes ocasiões, nada melhor do que encerrar com um bom cafezinho. Para muitas pessoas a refeição só termina depois deste prazer. E nada substitui o cafezinho bem feito.

Com produtos de qualidade e os cuidados que você tem no preparo do café, o sucesso da refeição estará completo. São estes aspectos que fizeram do café uma das mais tradicionais e apreciadas bebidas do Brasil e do mundo.

Quando tomamos um cafezinho, seja no restaurante, no escritório ou em casa, não imaginamos todos os cuidados necessários para que ele chegue à nossa mesa com o melhor sabor e qualidade.

Há cafés de diferentes tipos e para os mais variados gostos. Os fatores que determinam os seus tipos e qualidades são muitos, começam na lavoura e terminam na embalagem do pó moído.

Vamos conhecer um pouco mais a respeito deste processo.

DO PLANTIO À MESA

Originário da Arábia o café se desenvolve bem em regiões de clima temperado, solos férteis, bem drenados e ricos em matéria orgânica. Como qualquer outra cultura, ele exige uma técnica apurada durante o seu plantio e crescimento.

Após o plantio, que se dá entre os meses de novembro e fevereiro, a árvore leva aproximadamente três anos para começar a produzir. Depois desse período, porém, o cafeeiro proporciona uma safra a cada ano, por décadas.

A colheita é feita entre o fim de maio e começo de junho, podendo se estender até setembro em algumas regiões, quando então os frutos estão bem maduros e o tempo bem seco. Os frutos verdes permanecem nas árvores até o seu total amadurecimento.

A etapa que se segue à colheita é a secagem do café. Em algumas fazendas ainda guarda-se o costume dos tempos das antigas propriedades cafeeiras. Secam os frutos ao sol espalhados pelos terreiros em espaços pré-determinados e rigorosamente limpos para evitar a contaminação dos grãos. Hoje, porém, já existem técnicas modernas e adequadas ao ritmo do processo industrial, como os secadores mecânicos. Uma vez secos os grãos são beneficiados, ou seja, retira-se as cascas e separa-se o café das impurezas que possam existir entre os grãos, para que seja feita, a seguir, a classificação do tipo do produto.



Neste momento aparece a figura do Classificador ou Degustador, um profissional altamente especializado, encarregado da análise e determinação do tipo de café e qualidade da bebida. É a partir daí que se trabalha na preparação do "blend", isto é, a mistura de dois ou mais tipos de grãos, com o objetivo de se obter o nível de qualidade e sabor desejados.

O Brasil é o único país do mundo no qual são produzidos todos os tipos de cafés conhecidos.

Apesar de vivermos na terra do café, existe muita diferença de qualidade entre os diversos tipos de grãos comercializados no nosso mercado, em função principalmente das características e peculiaridades de cada região onde é produzido. É por isso que a Cia. UNIÃO tem um cuidado muito especial ao selecionar e classificar os grãos que compra para a produção do CABOCLO, PILÃO e UNIÃO. Além disso, ela os torra, moe e embala sempre de acordo com rígidas especificações. Tudo isso para que eles cheguem à sua casa com a melhor qualidade e sabor.

O café CABOCLO é tradicional. Lembra os cafés da fazenda, as coisas boas do campo. Seu ponto de torra é o mesmo usado nas fazendas pelos que o plantam e o conhecem em todos os seus estágios.

Já o PILÃO é um café de moagem média e ponto de torra acentuado. Um café de paladar forte e encorpado. Esse seu sabor acentuado dá-lhe também um maior rendimento. Usando menos pó, pode se obter o mesmo número de xícaras de café semelhantes ao de um pó normal.

O UNIÃO EXTRA-FORTE, reúne os melhores grãos da terra do café, a nata da produção brasileira. É também um café bem forte, com ponto de torra acentuado e moagem extra fina. Isto lhe proporciona um paladar marcante, com grande concentração de aroma e sabor. Isso faz com que o seu gosto permaneça na boca durante muito tempo e apresente um retrogosto longo e agradável.



Um café sofisticado, fino, ideal para viagens e para quem quiser estocar por mais tempo, pois é embalado à vácuo e vem numa caixinha bem rígida, que o protege durante muito tempo.

São várias as opções de cafés que a Cia. UNIÃO lhe oferece, para agradar na medida certa o paladar de quem não dispensa esse tradicional hábito brasileiro. E para aproveitar ao máximo da qualidade dos cafés da UNIÃO é sempre bom tomar alguns cuidados com o café em sua casa. A sua contribuição é vital, pois o arremate, o toque final, quem dá é você.

Assim, aqui estão algumas dicas e informações importantes a serem seguidas para a conservação do café e garantia do melhor resultado:

GARANTINDO A QUALIDADE

- Nunca ferva o pó junto com a água, pois isto altera o sabor da bebida;
- Evite requeentar o café após o seu preparo;
- Guarde o pó de café na geladeira em potes com tampas bem vedadas para aumentar o tempo de conservação de seu aroma e sabor;
- Não armazene o pó de café próximo a produtos com odores intensos, como gelatinas, essências, sabonetes, detergentes e outros.

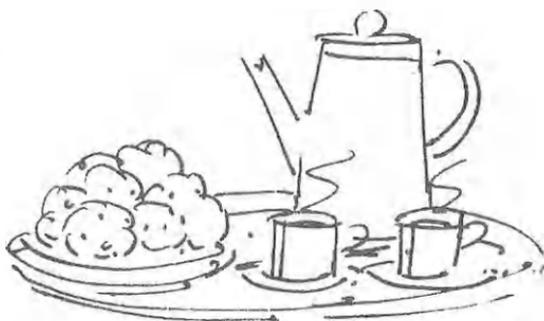
DICAS PARA PREPARAR UM BOM CAFÉ

Tanto para quem não dispensa o coador de pano como para os que se utilizam das facilidades dos coadores de papel na cozinha, as dicas a seguir poderão ajudar a preparar um cafezinho ainda mais gostoso.

Em ambos os casos, encha o bule e as xícaras com água fervente mantendo-os assim até o momento de coar o café.

Coador de Papel

- Ajuste o coador de papel no suporte sobre o bule já sem a água e coloque o pó sem comprimir;
- Quando a água que está no fogo iniciar a fervura, jogue-a em pequenas porções sobre toda a superfície do pó para que fique molhada. A água restante deve ser jogada em fio, bem no centro do coador. Nunca misture o pó com a água antes de coar;
- Sirva nas xícaras aquecidas;
- Mantenha os coadores de papel em lugares secos e livres de odores, mesmo enquanto as embalagens ainda estiverem fechadas.



Coador de Pano

- Coloque a água no fogo na medida certa para preparar o café;
- Coloque o pó de café em recipiente separado e quando a água que está no fogo iniciar a fervura, jogue-a sobre o pó, mexendo bem para misturar, até que se forme uma espuma cremosa na superfície;
- Jogue fora a água fervente que manteve o bule bem quente e despeje o café no coador, diretamente para o bule;
- Sirva nas xícaras aquecidas;
- Para que não haja interferência no aroma e no sabor, utilize vasilhas diferentes e exclusivas para ferver a água e para misturar o pó de café;
- Lave o coador só com água corrente sem sabão ou detergente;
- Conserve o coador mergulhado em água limpa ou seque-o no varal antes de guardá-lo;
- Antes de usar um coador novo pela primeira vez, ferva-o com água e borra de café para que o mesmo perca a cheira característico de pano e fique bem impregnado pelo odor de café.



ÍNDICE GERAL

Introdução	3
Informações técnicas	4
Sugestões	5
Dicas	8

RECEITAS PRÁTICAS

SÁBADO E DOMINGO

Introdução	10
Índice	12
Cappelletti ao funghi	13
Torta de miúdos de frango e palmito	14
Ervilhas com frango	15
Fricassé de moelas	16
Bôla do norte	17
Fofos com recheio de carne	18
Peixe aldrabão	21
Escalopes de fígado com creme	22
Rim flambado	23
Casadinhos de língua de vitela	24
Surpresa de café	25
Torta crespá	26

SEGUNDA A SEXTA

Introdução	28
Índice	30
Consommé de leite	31
Suflê de funghi	32
Arroz do prado	33
Pudim de arroz	34
Salada colorida	35
Salada frescati	36
Pastelão de batatas	39
Bife à café	40
Torta fofa com carne à bolonhesa	41
Frango com creme suíço	42
Taças fantasia	43
Taças douradas	44

ATENDENDO AS CRIANÇAS

Introdução	46
Índice	48
Pizzas fritas e seus 2 recheios	49
Scanes recheados	50
Rissóis de camarão	51
Pic-nic	52
Coxinhas encantadas	53
Empadinhas mágicas	54
Pãezinhos de batata	57
Rocambole frio de batatas	58
Torta de trigo em grão	59
Nhoque de queijo	60
Açorda de banana	61
Cookies	62

TRANSFORMAÇÕES E APROVEITAMENTOS

Introdução	64
Índice	66
Croquetes franceses	67
Sonhos com recheios salgados	68
Surpresa de batata com molhos especiais	69
Carne acebolada ao forno	70
Falsas tortilhas de milho	71
Pudim vermelho	72
Salmão fingido	75
Pudim de peixe	76
Bacalhau acrescentado	77
Rodelas amarelas	78
Noviças	79
Sopa inglesa (Zuppa à l'Anglaise)	80

LANCHES E LANCHINHOS

Introdução	82
Índice	84
Mini pizzas rápidas	85
Ovos escandidos	86
Ovos italianos	87
Dip arlequin	88
Dip à americana	89
Dip costa brava	90
Sanduiche gribiche	93
Sanduiches fritos	94
Sanduiche de pastrame	95
Açorda de lingüiça	96
Mousse negrita	97
Omelete com recheio doce (Omelette au Confiture)	98

RECEITAS ESPECIAIS

PARABÊNS A VOCÊ

Introdução.....	100
Índice.....	102
Pasta de fígado ao forno.....	103
Rolinhos de peixe.....	104
Aspic primavera.....	105
Molhos remoulade, francês e indiano.....	106
Bacalhau crocante.....	107
Camarão fantasia.....	108
Ramequins de sêmola de trigo.....	111
Escalopes com molho especial.....	112
Língua ao vinho madeira.....	113
Franguinhos crocantes.....	114
Pudim de festa.....	115
Sobremesa Chamonix.....	116

DIA DAS MÃES E DOS PAIS

Introdução.....	118
Índice.....	120
Lulas de capoeira.....	121
Carbonada.....	122
Moussaka original.....	123
Torta farrada de crepes.....	124
Bolo de camarão.....	125
Mamão ao gratin.....	126
Nhoques diferentes.....	129
Pudim verde e amarelo.....	130
Pão da mamma.....	131
Bolso recheado.....	132
Pudim do amor.....	133
Torta de cacau.....	134

PÁSCOA

Introdução.....	136
Índice.....	138
Salpicão das mil cores.....	139
Berinjelas recheadas.....	140
Linguado com banana.....	141
Almôdegas de peixe.....	142
Bacalhau das terras altas.....	143

Mousse de atum	144
Strudel de peru defumado	147
Pato com abacaxi	148
Lombo escarlate	149
Gibelota	150
Ovo de cocada	151
Brioche remontado	152

NATAL E REVEILLON

Introdução	154
Índice	156
Cartuchinhos de queijo	157
Balinhas de queijo	158
Bolo de crepes com recheio de camarão	159
Frangão recheado	160
Chutney de frutas secas	161
Peito de peru ao champagne	162
Patê de salame	165
Patê italiano	166
Patê de espinafre	167
Rocambole de sêmola com creme	168
Mousse marmorizada	169
Azevias	170

REFEIÇÕES SOCIAIS

Introdução	172
Índice	174
Creme de ostras gratinado	175
Tomates guarnecidos	176
Pato janota	177
Lagosta caubourg	178
Escalopes empapelados	179
Turbante de linguado	180
Caixinhas folhadas	183
Torta americana de frango	184
Rolo de peito de frango	185
Chutney de frutas frescas	186
Cartuxada de avelãs	187
Sobremesa de Viena	188

O CAFÉ ESTÁ SERVIDO

O café está servido	189
---------------------------	-----



CENTRO DE ORIENTAÇÃO CULINÁRIA

Rua Oscar Freire, 1463
Cep 05409 - São Paulo - SP.

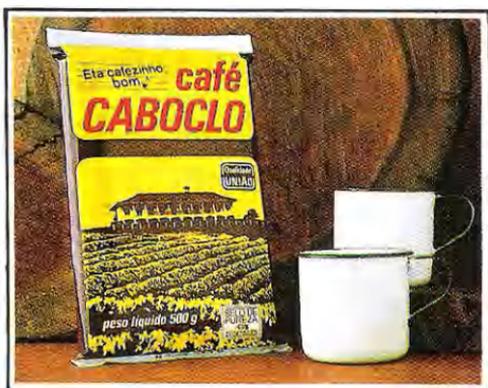
Os direitos de publicação deste livro pertencem à Companhia União dos Refinadores - Açúcar e Café, sendo proibida sua reprodução total ou parcial.

Criação, planejamento, layouts e produção:
D'Art Merchandising e Comunicação Ltda.
Fotos: Antonio Salles Filho

Capa: Foto das receitas:
Consommé de leite. pág. 31
Salada Colorida. pág. 35
Pato com Abacaxi. pág. 148
1.ª página - Foto da receita:
Rodelas Amarelas. pág. 78

Fotolito: Marprint

Impressão: CLY





COMPANHIA UNIÃO DOS REFINADORES AÇÚCAR E CAFÉ