

A comida de Santo



Comida de Exú

Comida de Iansã

Comida de Iemanjá

Muitos se perguntam, por que dar comida aos Orixás, uma vez que espírito não se alimenta ? Concordo plenamente, realmente os espíritos não precisam mais da comida para a sobrevivência; o que muitos não sabem é que quando oferecemos um prato de alimento aos Orixás ou Entidades, estamos oferecendo a nós mesmo, para que Deus sempre nos abençoe, que nunca deixe faltar a nossa mesa e nem na mesa de nossos filhos.

Os Orixás e Entidades aproveitam também da substância das comidas para "medicar" as pessoas que as comem. Sim, se alguém tiver alguma infecção material ou espiritual, a comida vai servir de remédio e vacina, pois a **comida é abençoada** antes de ser servida.



Comida de Ogum

Comida de Omulu

Comida de Oxalá

Quando as mesas de alimentos que são entregues aos Orixás e Guias, estes levam a essência dos alimentos àqueles que passam fome, pois se a comida não pode chegar até eles, o espírito pode levar a essência daquele prato e cobrir a fome daquele outro que está sem comer. Nunca duvide da força de um Orixá que trabalha em nome de Deus.

Portanto, a alimentação, as comida de santo, o jejum, na Umbanda e no Candomblé são muito, mas muito sagrada...



Comida de Oxossi

Comida de Oxum

Comida de Xangô

Não há como expor todas as maravilhas que uma comida abençoada pode trazer em benefícios as pessoas; esperamos que esta home-page tenha conseguido mostrar pelo menos 1% da sua importância.



RECEITAS

CONHEÇA AS COMIDAS-DE-SANTO.

Aqui estão disponibilizadas algumas receitas da comida de santo, que hoje já estão incorporadas na culinária brasileira ou típica bahiana. Lembrando sempre que as comidas de santo, são preparadas dentro de um ritual significativo para trazer os benefícios acima citados; e que devem ser preparadas **de preferência** em panelas de barro e com colher de pau.



Acarajé

Preparo: 1 hora e 40 minutos

Fritura: 30 minutos

Rendimento: 25 acarajés

INGREDIENTES

- 500g de feijão fradinho
- 3 cebolas médias raladas
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 garrafa de azeite-de-dendê

MOLHO

- 500g de camarão seco torrado e moído

- 2 pimentas malaguetas
- 1 cebola ralada
- 1 colher (sopa) de coentro fresco bem batido
- 2 xícaras (chá) de azeite-de-dendê

PREPARO

1. De véspera, deixe o feijão de molho em água fria. Retire o olhinho preto e o resto da pele e triture-o.
2. Tempere com a cebola ralada e o sal. Bata muito bem, com uma colher de pau, até obter um creme de boa consistência.
3. Misture bem todos os ingredientes do molho e leve ao fogo baixo, deixando por cerca de 10 minutos. Cuidado para não deixar o azeite-de-dendê queimar.
4. Frite a massa às colheradas, no azeite-de-dendê bem quente, deixando dourar os dois lados. Em seguida, sirva quente, abrindo os acarajés com uma faca e recheando-os com o molho.

TOP



CARURÚ

Preparo: 30 minutos

Cozimento: 30 minutos

Para 6 a 8 pessoas

Acompanhamentos: arroz, farofa de azeite-de-dendê, xinxim de galinha, vatapá.

INGREDIENTES

- 1/4 Kg de camarão seco defumado
- 1 xícara (chá) de castanha de caju moída
- 1 xícara (chá) de amendoim torrado moído
- 1 cebola ralada
- 3 tomates sem pele nem sementes
- 1 maço de cheiro verde picado
- 1 litro de água fervente
- 1 Kg de quiabo cortados em cruz
- sal
- pimenta-do-reino
- 1 xícara (chá) de azeite-de-dendê

PREPARO

1. Deixe o camarão de molho em água fria por uma hora. Passe no liquidificador e junte a castanha de caju, o amendoim, a cebola, e os tomates bem picados. Adicione, por último, o cheiro verde e reserve.
2. Lave o quiabo várias vezes e escorra-o numa peneira. Coloque na água fervente e ponha sal e pimenta. Ferva por 10 minutos.

3. Acrescente a mistura de camarão e temperos. Deixe no fogo por 20 minutos, mexendo sempre. Cinco minutos antes de tirar do fogo, acrescente o azeite-de-dendê.
4. Sirva.

TOP



VATAPÁ

Preparo: 1 hora e 30 minutos

Fogo: 40 minutos

Para 8 a 10 pessoas

Acompanhamento: arroz branco

INGREDIENTES:

- 400g de pão sem a casca (mais ou menos 8 pãezinhos)
- 3 xícaras (chá) de leite grosso de coco
- 1/2 Kg de camarões médios limpos
- 1/2 quilo de peixe em postas (garopa)
- sal
- pimenta-do-reino
- suco de limão
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 1 cebola grande ralada
- 4 tomates batidos no liquidificador e passados na peneira
- 250g de camarão seco
- 1 xícara (chá) de amendoim torrado e moído
- 1 xícara (chá) de castanha de caju torrada e moída
- noz-moscada
- gengibre ralado
- 1 xícara (chá) de azeite-de-dendê

PREPARO

1. Pique e ponha o pão de molho no leite de coco por 30 minutos. Passe pela peneira.
2. Tempere os camarões e postas de peixe com sal, pimenta e suco de limão. Refogue no azeite com a cebola e o tomate. Deixe cozinhar por 15 minutos.
3. Retire o peixe da panela e junte com o camarão seco (moído e sem casca), amendoim, castanha de caju, massa de pão com leite de coco, gengibre e noz-moscada.
4. Acrescente aos poucos azeite-de dendê e deixe no fogo, mexendo até obter um creme grosso.
5. Adicione parte do peixe e mexa no fogo por mais 3 a 4 minutos. Tire e sirva colocando creme sobre o peixe restante.

TOP





Bobó de Camarão

Preparo: 20 minutos

Cozimento: 35 minutos

Para 8 pessoas

Acompanhamento: arroz ou açaá

INGREDIENTES:

- 1 1/2 Kg de camarões médios limpos
- sal
- pimenta
- suco de 2 limões
- 1 maço de cheiro verde picado
- 1 folha de louro picada
- 2 cebolas raladas
- 5 colheres (sopa) de óleo
- 2 pimentões sem pele picados
- 8 tomates sem pele nem semente
- 1 1/2 de aimpim cozido
- 2 copos de leite de coco
- 4 colheres (sopa) de azeite-de-dendê
- molho de pimenta vermelha a gosto

PREPARO:

1. Tempere o camarão com sal, pimenta, suco de limão, cheiro verde, louro e cebola. Deixe a mistura tomar gosto por cerca de 30 minutos.
2. Refogue o camarão no óleo, juntamente com os temperos.
3. Acrescente o pimentão e o tomate. Tampe e deixe apurar em fogo baixo durante 15 minutos.
4. Cozinhe o aimpim e bata no liquidificador com o leite de coco. Misture ao refogado de camarão e deixe apurar mais um pouco.
5. Acrescente o azeite-de-dendê, molho de pimenta, mexa e deixe mais 5 minutos.
6. Sirva bem quente, com arroz ou açaá.

TOP



Xinxim de Galinha

Preparo: 25 minutos

Fogo: 1 hora e 30 minutos

Para 4 a 6 pessoas

Acompanhamento: arroz branco

INGREDIENTES

- 300g de camarões secos
- 1 galinha de uns 1,800 Kg
- sal
- pimenta do reino
- 3 colheres (sopa) de vinagre
- 1 cebola batida
- 2 xícaras (chá) de azeite-de-dendê
- 1 maço de cheiro verde picado
- 3 sementes de coentro
- 2 xícaras (chá) de caldo de galinha

PREPARO

1. Deixe os camarões de molho em água por 2 horas. Limpe-os
2. Limpe a galinha. Corte-a e tempere com sal, pimenta e vinagre.
3. Doure a cebola em 1 xícara de azeite-de-dendê. Junte os pedaços de galinha e doure por igual. Adicione o cheiro verde, coentro e camarões.
4. Deixe refogar e acrescente o azeite restante. Junte o caldo de galinha aos poucos, durante o cozimento da ave (1h e 15 min).
5. Sirva logo.

TOP



Moqueca Mista

Moqueca mista de camarão e lagosta

Preparo: 25 minutos

Fogo: 20 minutos
Para 5 pessoas
Acompanhamento: acaçá ou arroz

INGREDIENTES

- 1/2 Kg de camarão médio
- 6 lagostas médias
- sal
- pimenta
- 2 colheres (sopa) de suco de limão
- 1/2 xícara (chá) de azeite-de-dendê
- 2 cebolas raladas
- 5 tomates aferventados e passados na peneira
- 1 pimenta vermelha
- 2 colheres (sopa) de coentro picado
- 1/2 xícara de chá de leite de coco

PREPARO

1. Limpe bem o camarão e a lagosta. Tempere com sal, pimenta e suco de limão.
2. Ponha em uma panela o azeite-de-dendê, cebola, tomate, sal e pimenta vermelha.
3. Junte o camarão e a lagosta e leve ao fogo. Conservar por cerca de 20 minutos.
4. Adicione o coentro picado e o leite de coco
5. Sirva

TOP



ABARÁ

INGREDIENTES:

- 500g de feijão-fradinho
- 6 folhas médias de bananeira cortadas em pedaços de 10 x 20cm
- 2 cebolas grandes cortadas em pedaços
- 250g de camarão seco defumado, sem casca
- 1 colher (chá) de gengibre ralado
- azeite-de-dendê

Para o molho

- 1 xícara de camarão seco defumado, sem cabeça e sem rabo
- 1 cebola grande picada
- 3 colheres (sopa) de azeite-de-dendê

PREPARO

Passar o feijão-fradinho pelo processador ou pelo liquidificador até ficar bem quebrado. Coloque de molho na água de um dia para o outro. Retire as cascas que subirem à superfície. Passe em água corrente e escorra. Reserve.

Cozinhe a folha de bananeira no vapor por 4 minutos ou até começar a murchar.

Bata o feijão, a cebola, o camarão e o gengibre no processador, até ficar uma massa homogênea. Junte o azeite-de-dendê e misture bem.

Enxugue bem as folhas e em cada uma coloque uma colher da mistura preparada. Numa das pontas, sobreponha um lado da folha sobre o outro. Dobre as laterais para o centro, como uma flecha. Dobre para baixo. Repita a operação com a outra extremidade.

Cozinhe os abarás no vapor por 30 minutos ou até aumentar de tamanho.

Prepare o recheio: passe o camarão no processador. Frite a cebola no azeite-de-dendê até murchar. Junte o camarão e refogue por 10 minutos, em fogo baixo. Se secar, junte um pouco de água. Sirva o abará quente ou frio na própria folha de bananeira. Cada pessoa corta o abará ao meio e coloca um pouco do recheio. Rende 30 unidades.

TOP



FAROFA DE FEIJÃO

Cozinha-se o feijão com água e sal, tendo o cuidado de mexer, para conservar os caroços inteiros. Escorre-se na peneira. Numa frigideira derrete-se o toucinho, com rodelas de cebola. Quando a cebola estiver tostando joga-se a farinha de mandioca para torrar e por último o feijão, misturando tudo. Pode-se colocar pimenta com moderação.

TOP



CANJICA

Deixe de molho ½ quilo de canjica. A seguir escorra a água, ponha outra e leve a canjica a cozinhar em fogo brando até que os grãos fiquem moles (verifique apertando os grãos entre os dedos). Acrescente então, 1 litro de leite, 1 colher de manteiga e pedaços de canela em pau. Deixe ferver para engrossar. Junte depois 1 garrafinha de leite de coco. Deixe ferver novamente e sirva.

TOP



BOLO DE FUBÁ

INGREDIENTES

1 xícara (de chá) de fubá.
1 xícara (de chá) de farinha de trigo.
1 xícara (de chá) de açúcar.
1 xícara (de chá) de leite.
4 colheres (de sopa) de banha ou manteiga.
1 ½ (uma e meia) colher (de sopa) de pó Royal.
½ (meia) colher (de chá) de sal.
2 ovos.
Canela em pó a gosto.

PREPARO

Esquentar o forno.
Peneirar e medir os ingredientes secos.
Peneirar juntos esses ingredientes.
Misturar em outra vasilha os ingredientes líquidos: ovos ligeiramente batidos, leite e gordura derretida.
Acrescentar, aos poucos, os ingredientes líquidos aos secos, misturando bem até a massa ficar homogênea.
Despejar em forma ou tabuleiro untado com banha ou manteiga.
Assar em forno quente.
Passar canela com açúcar refinado sobre a superfície do bolo ainda quente.
Desenformar depois de frio.

***** Sirva o bolo com café forte e sem açúcar para os pretos-velhos *****

TOP



MANJAR BRANCO

INGREDIENTES

1 lata de leite condensado
1 lata de leite de coco
2 latas de leite de vaca
3 colheres de sopa de maizena

PREPARO

Misture tudo e leve ao fogo mexendo sempre até ver o fundo da panela. Forme um mingau firme. Despeje num prato pirex, molhado e faça uma calda de ameixas e coloque por cima do manjar. Sirva gelado.

TOP



FAROFA DE CARNE SECA

INGREDIENTES

350 g de carne seca
Azeite de dendê
1 cebola grande, picada
1 dente de alho esmagado
2 xícaras (chá) de farinha de mandioca torrada (300 g)
1 maço pequeno de coentro picado
2 pimentas vermelhas picadas

PREPARO

Deixe a carne seca de molho por uma noite
Troque a água e afervente-a por 40 minutos em panela de pressão
Deixe esfriar e desfie a carne
Numa panela de tamanho médio, aqueça o azeite-de-dendê e doure a cebola
Acrescente o alho e a carne seca, deixando por alguns minutos para que a carne absorva bem o sabor dos temperos .
Junte a farinha, mexa bem e retire do fogo .
Acrescente o coentro e a pimenta, misture e sirva.

TOP

