
EXPERT
EM MASSAS

SUMÁRIO

Módulo 1
Massa básica sem glúten....03
Receita mix de farinha....03
Nhoque de batata doce....04
Espaguete....04
Nhoque de batata doce roxa....05
Canelone de abóbora com amêndoas....06
Molho de tomate fresco....07
Molho branco vegano....08

Módulo 3
Sofiole vegano....09
Receita mix de farinha....10
Lasanha de abobrinha....11
Montagem da lasanha....12
Lasanha de berinjela....13
Montagem da lasanha....14

Módulo 4
Massa básica....15
Rondele 4 queijos....15
Raviole de queijo fresco com copa....16
Nhoque recheado de gorgonzola com pêra caramelizada....17

Módulo 5
Nhoque de limão siciliano....18
Mezalluna....19
Caramelle de chocolate com recheio de beijinho com gotas de chocolate....20

Módulo 6
Molho calabres....21
Molho de ervas....21
Molho napolitano....22
Molho alsalote....22

Módulo 7
Massa de limão siciliano....23
Massa de azeitona....23
Massa de beterraba....24
Massa de cenoura....24
Massa de pimenta....25
Massa de tinta de lula....25
Massa de espinafre....26
Massa de salsa....26

MASSA BÁSICA SEM GLÚTEN

Ingredientes:

1kg de Mix de Farinha
10 Ovos
250ml de água (Aproximadamente)
10g de Mix de Goma (5g de goma guar ou cmc 5g de goma xantana)
Sal Quanto Baste

Modo de preparo:

Misture os ingredientes secos, acrescente os ovos aos poucos e vai dando o ponto com a água até ficar uma massa firme e elástica. Enrole em um saco plástico e deixe descansar por 15 min.

RECEITA MIX DE FARINHA

Ingredientes para 1 kg:

600 farinha de arroz
220 fécula de mandioca
180 fécula de batata
30g de Mix de Goma (15g de goma guar ou cmc 15g de goma xantana)

NHOQUE DE BATATA DOCE

Ingredientes:

1 kg de batata doce
2 ovos
20ml de azeite ou 50 gramas de margarina Betel
Sal à gosto
250 gramas aprox de farinha fsg

Modo de preparo:

Cozinhe a batata doce até que esteja macia, passe em um amassador e reserve. Em seguida adicione os ovos, o azeite e o sal e misture bem, agora adicione a farinha de uma só vez incorporando no tubérculo , deixando em um ponto que não grude nas mãos , agora faça rolinhos e corte em tamanhos do seu dedo indicador .Cozinhe em água fervendo por 1 minuto em seguida sirva com molho ou resfrie em água fria caso for usar em outra ocasião, impermeabilizando com óleo .

ESPAGUETE

Ingredientes:

Massa básica

Modo de preparo:

Lamine a massa em um cilindro até a espessura de 2 milímetros.
Corte com o comprimento de 30 centímetros.
Passe na máquina de corte e cozinhe.
Ou reserve polvilhando farinha e leve ao congelador.

NHOQUE DE BATATA DOCE ROXA

Ingredientes:

1 Kg de batata doce roxa
2 ovos
20 ml de azeite ou 50 g de margarina becel
sal a gosto
250 g aprox. de farinha fsg

Modo de preparo:

Cozinhar a batata doce roxa até que esteja macia, passe em um amassador e reserve. Em seguida adicione os ovos, a margarina e o sal e misture bem, agora adicione a farinha de uma só vez incorporando o tubérculo, deixando-o em ponto que não grude nas mãos, faça rolinhos e corte do tamanho do seu dedo indicador. Cozinhe em água fervendo por 1 minuto e depois resfrie em água fria para dar o choque térmico, impermeabilize com óleo. Sirva com molho de sua preferência ou congele.

EXPERT
EM MASSAS

CANELONE DE ABÓBORAS COM AMÊNDOAS

Ingredientes:

Massa básica

Modo de preparo:

Lamine a massa básica até que esteja com 1,5 milímetro de espessura, corte com 15 por 10 centímetros.
Em água fervendo cozinhe por 1 minuto, coloque em água fria em seguida escorra e coloque sobre o pano TNT para secar.

RECHEIO

Ingredientes:

Abóbora 1 kg
Cebola 100 gramas
Alho 40 gramas
100ml de Azeite
Sal quanto baste
Amêndoas 50 gramas

Modo de preparo:

Refogue a cebola com o alho,, em seguida adicione a abóbora, refogando por alguns minutos em fogo baixo.
Adicione o sal e tampe para cozinhar, assim que cozida amasse e tempere com sal e amêndoas. Recheie seu canelone com 60 gramas de recheio de abóbora.

Recheie seu canelone com 60 gramas de recheio de abóbora .

MOLHO DE TOMATE FRESCO

Ingredientes:

100ml de Azeite
200g de Cebola
100g de Alho
100g de Salsão
100g de Cenoura
50ml de Vinho tinto seco
2 kg de Tomate pelado

Modo de preparo:

Em uma panela refogue com o azeite a cebola, o alho, o salsão e a cenoura. Quando os ingredientes começarem a pegar no fundo da panela, acrescente o vinho. Refogue por aproximadamente 2 minutos e adicione os tomates. Durante o cozimento, mexa os ingredientes com um fuê para que os tomates se desmanchem. O tempo aprox. de cozimento para que o molho fique pronto é de 2 horas.

EXPERT
EM MASSAS

MOLHO BRANCO VEGANO

Ingredientes:

1 litro de leite de amêndoas
150 ml azeite
120 gramas de farinha
50 gramas de cebola picada
Noz moscada q.b
Sal quanto baste

Modo de preparo:

Aqueça o azeite adicione a cebola em fogo baixo, de uma leva refogada, coloque a farinha de uma vez e mexa formando uma massa, agora aos poucos coloque o leite até formar um molhoconsistente. Adicione o sal e a noz moscada.

Preparo do leite de amêndoas:

100g de amêndoas para um litro de água. Bata no liquidificador e coe.

SOFIOLE VEGANO

Ingredientes:

Massa 500 gramas de mix de farinha
30 gramas de mix de goma (guar e xantana ou cmc e xantana)
80 gramas de salsa picada
05 gramas de sal

Laminação:

Lamine a massa até chegar 1,5 m de espessura e corte em quadrados de 10cm x 10cm. Cozinhe por 1 minuto em água fervendo, retire e coloque em água fria em seguida coloque sobre o TNT para secar.

I

RECHEIO

Ingredientes:

500 gramas de resíduo da amêndoa
30 gramas de salsa
40 gramas de azeitona
50 ml de azeite
12 gramas de alho
15 gramas de alho triturado

Modo de preparo:

Misture todos os ingredientes na ordem.
8 gramas de recheio para cada massa.

RECEITA MIX DE FARINHA

Ingredientes para 1 kg:

600 farinha de arroz
220 fécula de mandioca
180 fécula de batata
30g de Mix de Goma (15g de goma guar ou cmc 15g de goma xantana)

Modo de preparo:

Lamine a massa até chegar com 2 m de espessura corte com 15cm x 10cm e leve ao fogo para cozinhar. Cozinhe por 1 minuto em seguida coloque em água gelada, escorra e coloque sobre TNT para secar.

LASANHA DE ABOBRINHA

Ingredientes:

Massa básica sem glúten

1kg de Mix de Farinha
10 Ovos
250ml de água (Aproximadamente)
10g de Mix de Goma (5g de goma guar ou cmc 5g de goma xantana)
Sal quanto baste

Modo de preparo:

Misture os ingredientes secos, acrescente os ovos aos poucos e vai dando o ponto com a água até ficar uma massa firme e elástica. Enrole em um saco plástico e deixe descansar por 15 min.

Preparando os recheio:

Corte as abobrinhas em tiras, não muito finas e leve para chapa já aquecida, grelhe dos 2 lados e em seguida coloque em um recipiente e tempere com sal, azeite e orégano. Reserve para montagem.

EXPERT
EM MASSAS

MONTAGEM DA LASANHA

Ordem:

Molho ao sugo
Massa
Cobrir a massa com Molho ao sugo
Abobrinha
Massa
Cobrir a Massa com Molho Branco
Abobrinha
Massa
Cobrir a Massa com Molho ao sugo
Abobrinha
Cobrir a Massa com Molho Branco
Massa
Cobrir a Massa com Molho ao sugo

LASANHA DE BERINJELA

Ingredientes:

Massa básica sem glúten

1kg de Mix de Farinha
10 Ovos
250ml de água (Aproximadamente)
10g de Mix de Goma (5g de goma guar ou cmc 5g de goma xantana)
Sal quanto baste

Modo de preparo:

Misture os ingredientes secos, acrescente os ovos aos poucos e vai dando o ponto com a água até ficar uma massa firme e elástica. Enrole em um saco plástico e deixe descansar por 15 min.

Preparando os recheio:

Corte as Berinjelas em tiras, não muito finas e leve para chapa já aquecida, grelhe dos 2 lados e em seguida coloque em um recipiente e tempere com sal, azeite. Reserve para montagem.

MONTAGEM DA LASANHA

Ordem:

Molho ao sugo
Massa
Cobrir a massa com Molho ao sugo
Berinjela
Queijo Mussarela
Massa
Cobrir a Massa com Molho ao sugo
Berinjela
Queijo Mussarela
Massa
Cobrir a Massa com Molho ao sugo
Berinjela
Queijo Mussarela
Massa
Cobrir a Massa com Molho ao sugo
Queijo Parmesão Ralado

EXPERT
EM MASSAS

MASSA BÁSICA

Ingredientes:

1 Kg de Farinha de trigo
6 ovos
180 ml de água aprox.
10 gramas de sal

Modo de preparo:

Misture a farinha e o sal, adicione os ovos aos poucos e vai dando o ponto com a água até ficar uma massa firme. Enrole em um plástico.

RONDELE 4 QUEIJOS

Ingredientes:

400 gramas de massa
Lamine a massa até 2 m de espessura
Corte na medida de 30 cm por 43cm
Cozinhe em água fervendo e em seguida coloque em agua fria para dar o choque térmico.
Coloque em cima do TNT para secar.

Modo de preparo:

Processe todos os ingredientes até ficarem homogêneos. Coloque as fatias de mussarela, deixando apenas um pequeno espaço descoberto para selar o rondele. Adicione na massa fazendo uma camada bem fina e enrole.

RECHEIO

350 gramas de mussarela
100 gramas de ricota
100 gramas de queijo fresco
50 gramas de provolone

RAVIOLE DE QUEIJO FRESCO COM COPA

Ingredientes:

Massa básica

Lamine a massa, até ficar com a 1,5 m de espessura corte quadrados com 7x7 centímetros e recheie com 5 gramas de recheio.
Cozinhe por 1 minuto em água fervendo e em seguida adicione em água fria e escorra, impermeabilize com óleo e embale.

Modo de preparo:

Processe todos os ingredientes até ficar uma pasta homogênea.

RECHEIO

300 gramas de copa
200 gramas de queijo fresco

EXPERT
EM MASSAS

NHOQUE RECHEADO DE GORGONZOLA COM PÊRA CARAMELIZADA

Ingredientes:

Massa

225 gramas de farinha de trigo
40 gramas de amido de milho
575 ml de leite
80 gramas de manteiga
15 gramas de sal

Modo de preparo:

Peneire a farinha e o amido de milho, reserve. Em uma panela de fundo largo ferva o leite com a manteiga e adicione o sal, quando o leite ferver adicione de uma vez a farinha com o amido e mexa até que a massa esteja cozida e comece a soltar da panela. Tire da panela e coloque em uma bancada, sove para dar o ponto.
Pegue pedaços de massa, faça uma cavidade e coloque o recheio dentro e feche dando formato de bolinhas recheadas.

RECHEIO

2 peras
80 gramas de açúcar

Modo de preparo:

Em uma panela coloque a pêra em cubos pequenos junto com açúcar em fogo baixo para caramelizar por aprox. 15 minutos, deixe esfriar e processe junto com o gorgonzola.

Quantidade de massa 10 gramas e 5 gramas de recheio.

NHOQUE E LIMÃO SICILIANO

Ingredientes:

500 gramas de batata
1 gema de ovo
Raspa de 1 limão siciliano
10 gramas de sal
30 gramas de manteiga
150 gramas de farinha

Modo de preparo:

Cozinhe a batata, amasse e reserve. Em uma bancada adicione a batata em seguida a gema, sal, raspas do limão e a manteiga, misture de uma só vez. Adicione a farinha e de o ponto. Faça rolinhos e corte na espessura do seu dedo indicador. Cozinhe em água fervendo por 1 minuto, após coloque em água gelada para parar de cozinhar. Retire e impermeabilize com óleo para não grudar.

MEZALLUNA

Massas de espinafre:

500 gramas de farinha
1 maço de espinafre
3 ovos
sal 5 gramas

Modo de preparo:

Coloque uma panela com água para ferver, enquanto isso limpe o espinafre, assim que ferver adicione o espinafre e cozinhe por 2 minutos, retire e coloque em água gelada, escorra para tirar a água e reserve.
Em um bowl adicione a farinha e o sal, misture e reserve.
Em um liquidificador, bata os ovos com o espinafre até formar uma pasta em seguida adicione na farinha aos poucos até formar uma massa firme, depois de pronto cubra com rolo plástico.

RECHEIO

400 gramas de queijo de cabra
250 gramas de pistache

Modo de preparo:

Processe o pistache em seguida adicione ao queijo de cabra, reserve.
Lamine a massa até chegar na espessura de 1,5 m, corte em formato redondos e junte as partes. Coloque para cada massa 5 gramas de recheio.
Cozinhe por 1 minuto em água fervendo, retire e coloque em água gelada, escorra e passe óleo para impermeabilizar.

CARAMELLE DE CHOCOLATE COM RECHEIO DE BEIJINHO COM GOTAS DE CHOCOLATE

Massas de chocolate:

500 gramas de chocolate
60 gramas de chocolate do padre
3 gramas de açúcar refinado
3 ovos
100 ml de água

Modo de preparo:

Em um bowl adicione a farinha e o açúcar, misture. Coloque o chocolate e mexa, em seguida coloque os ovos e misture. Agora aos poucos coloque a água até dar o ponto de uma massa firme. Enrole em um plástico.

RECHEIO

Beijinho com gotas de chocolate

Modo de preparo:

Em uma panela adicione o leite condensado em fogo baixo e coloque o coco ralado aos poucos em seguida a manteiga e deixe até ficar firme. Reserve e deixe esfriar.
Lamine a massa em espessura de 1,5 m e corte em quadrados de 5x5.

Coloque 4 gramas de recheio.

MOLHO CALABRES

Ingredientes:

1cebola picada
3 dentes de alho
1 pimentão vermelho
50 ml de azeite
1 gomo de linguiça calabresa
300 gramas de molho ao sugo
pimenta calabresa quanto basta
sal á gosto

Modo de preparo:

Aqueça o azeite e doure a cebola e o alho, em seguidaadicione a calabresa em cubos e deixe dourar. Adicione os pimentões e por fim a pimenta calabresa e sirva.

MOLHO DE ERVAS

Ingredientes:

50 ml de azeite
50 gramas de manteiga
ervas frescas: tomilho, alecrim, salvia e manjericão
sal á gosto

Modo de preparo:

Adicione a manteiga e o azeite em seguida coloque as ervas e sirva com a melhor massa.

MOLHO NAPOLITANO

Ingredientes:

1 cebola picada
50 ml de azeite
2 dentes de alho
50 gramas de manteiga
manjericão o quanto basta
400 gramas de tomate pelado

Modo de preparo:

Aqueça o azeite junto com a manteiga, em seguida adicione o alho e a cebola e deixe dourar. Adicione o tomate em tiras ou pedaços com o manjericão. Abafe por 1 minuto e sirva com uma boa massa.

MOLHO SALSALOTE

Ingredientes:

50 ml de vinho branco seco
1 abobrinha itáliana em ubos
50 ml de azeite
50 gramas de manteiga
100 grams de bacon
400 gramas de tomate pelado
sal á gosto

Modo de preparo:

Aqueça o azeite e doure o bacon, em seguida coloque o tomate, e abobrinha e o vinho, deixe cozinhar por 10 minutos, acerte o sal e sirva.

MASSA DE LIMÃO SICILIANO

Ingredientes:

500 gramas de farinha
2 raspas de limão siciliano
3 ovos
80 ml de água
5 gramas de sal
10 gramas de açafrão da terra

Modo de preparo:

Adicione em um bowl a farinha e o sal, reserve. Rale os limões em ralo fino sem atingir a parte branca, adicione na farinha, misture. Agora adicione os ovos e mexa aos poucos, adicione a água até dar o ponto de uma massa firme. Cubra com plástico.

MASSA DE AZEITONA

Ingredientes:

500 gramas de farinha
2 ovos
80 gramas de azeitona preta picadas
sal 3 gramas

Modo de preparo:

Em um bowl adicione a farinha e o sal, reserve. Pique as azeitonas, bem picadinha e adicione na farinha, agora coloque os ovos e misture, caso houver necessidade adicione 50 ml de água. Cubra com rolo plástico.

MASSA DE BETERRABA

Ingredientes:

500 gramas de farinha
250 gramas de beterraba cozidas
3 ovos
sal 5 gramas

Modo de preparo:

Cocção da beterraba: Corte em pedaços com casca e coloque em um saco plástico para cozinhar em microondas, cozinhe por volta de 10 minutos. Em seguida coloque em água gelada para dar o choque térmico.
Em um bowl adicione a farinha e o sal, bata em um liquidificador os ovos com a beterraba cozida, até ficar uma textura firme e sem pedaços em seguida adicione na farinha aos poucos até dar o ponto de uma massa firme, depois de pronta cubra com rolo plástico.

MASSA DE CENOURA

Ingredientes:

500 gramas de farinha
250 gramas de cenouras cozidas
3 ovos
sal 5 gramas

Modo de preparo:

Cocção da cenoura: Corte em pedaços com casca e coloque em um saco plástico para cozinhar em microondas, cozinhe por volta de 10 minutos. Em seguida coloque em água gelada para dar o choque térmico.
Em um bowl adicione a farinha e o sal, bata em um liquidificador os ovos com a cenoura cozida até ficar uma textura firme e sem pedaços, em seguida adicione na farinha aos poucos até dar o ponto de uma massa firme, depois de pronta cubra com rolo plástico.

MASSA DE PIMENTA

Ingredientes:

500 gramas de farinha
3 ovos
5 gramas de sal
8 gramas de pimenta aprox.
80 ml de água

Modo de preparo:

Em um bowl adicione a farinha e o sal, misture e reserve. Coloque a pimenta e mexa, agora adicione os ovos, misture. Aos poucos adicione a água até dar o ponto de uma massa firme. Enrole em um plástico.

MASSA DE TINTA DE LULA

Ingredientes:

500 gramas de farinha
3 ovos
80 ml de água
5 gramas de sal
8 gramas de tinta de lula

Modo de preparo:

Em um bowl adicione a farinha e o sal, misture e reserve.
No liquidificador bata a tinta de lula com os ovos e adicione na farinha mexendo. Agora dê o ponto com a água até ficar uma massa firme. Cubra com plástico.

MASSA DE ESPINAFRE

Ingredientes:

500 gramas de farinha
1 maço de espinafre
3 ovos
sal 5 gramas

Modo de preparo:
Coloque uma panela com água para ferver, enquanto isso limpe o espinafre, assim que ferver adicione o espinafre e cozinhe por 2 minutos, retire e coloque em água gelada, escorra para tirar a água e reserve.
Em um bowl adicione a farinha e o sal, misture e reserve.
Em um liquidificador, bata os ovos com o espinafre até formar uma pasta, em seguida adicione na farinha aos poucos até formar uma massa firme, depois de pronto cubra com rolo plástico.

MASSA DE SALSA

Ingredientes:

500 gramas de farinha
3 ovos
sal 5 gramas
80 ml de agua
70 gramas de salsa

Modo de preparo:

Em um bowl adicione a farinha e o sal, reserve. Pique a salsa, bem picadinha e adicione na farinha. Em seguida os ovos e misture aos poucos, adicione a água até dar o ponto de uma massa firme. Cubra com plástico.