BÔNUS

RECEITAS BRASILEIRAS



LIVRO DE RECEITAS



RECEITAS BRASILEIRAS

AUTOR DO E-BOOK
(TAIGOR BECKER)



MENU DE RECEITAS

01 MOQUECA DE CAMARÃO
02 CUSCUZ DE FRANGO
03 CREPIOCA COM QUEIJO
04 BISTECA NA PANELA DE PRESSÃO
05 BANANA CHIPS DOCE
6 NHOQUE DE BATATA SIMPLES
7 TORTA DE PÃO AMANHECIDO
8 MASSA PARA SALGADOS FRITOS
9 ROCAMBOLE CREMOSO DE BATATA RECHEADO
10 BATATA FRITA SUPER SEQUINHA E CROCANTE
11 TROUXINHAS DE PRESUNTO E QUEIJO
12 BOLINHAS DE QUEIJO
13 BOLO DE FRANGO NO POTINHO
14 VACA ATOLADA
15 BISCOITINHOS FEITOS COM INGREDIENTES QUE TODOS EM CASA
16 EMPADINHA DE FRANGO
17 BOLINHO DE BATATA
18 PASTA DE BERINJELA
19 BOLINHO DE MANDIOCA RECHEADO COM CARNE MOÍDA
20 MASSA PODRE DE EMPADA
21 FAROFA DE COUVE BEM FÁCIL
22 PICANHA DE FORNO COM BATATAS
23 SANDUÍCHE DE PÃO DE FORMA ASSADO
24 QUEIJO CASEIRO EM MENOS DE 1 HORA
25 ALMÔNDEGAS AO MOLHO
26 BOLINHO DE ARROZ COM BACON E MUSSARELA
27 FRANGO COM QUIABO MINEIRO
28 FRANGO FRITO CROCANTE E SEQUINHO
29 FRANGO XADREZ CASEIRO
30 PIZZA DE FRIGIDEIRA COM MASSA SIMPLES
31 FILÉ DE PEIXE GRATINADO
32 PANQUECAS DE MILHO VERDE
33 PIZZA DE LIQUIDIFICADOR
34 FAROFA DE COUVE PARA CHURRASCO COMPLETA
35 MASSA DE EMPADA
36 MASSA DE SALGADINHOS PARA FESTA
37 RECEITA DE ENROLADINHO DE SALSICHA EMPANADO SEM OVO
38 MINI QUICHE DE QUEIJO
39 TORTA CREMOSA DE BATATA COM FRANGO
40 TORTA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA E BANANA
41 TORTA DE FRANGO CREMOSA



RECEITAS BRASILEIRAS

01 MOQUECA DE CAMARÃO

Ingredientes

600 gramas de camarão sem casca
6 tomates
1 pimentão verde
1 pimentão vermelho
2 cebolas
Suco de 1 limão
400 ml de leite de coco
3 colheres de sopa de azeite de oliva
3 colheres de sopa de azeite de dendê
Sal e pimenta-do-reino a gosto
Farinha de mandioca

Modo de Preparo

Corte em rodelas e reserve meio pimentão vermelho, meio pimentão verde, meia cebola e 1 tomate.
Liquidifique 5 tomates, uma cebola e meia, meio pimentão verde e meio pimentão vermelho. Reserve.
Tempere os camarões com suco de um limão, sal e pimentado-reino a gosto. Mas não faça isso com muita antecedência
para evitar que os camarões cozinhem no suco.
Aqueça o azeite de dendê e refogue a mistura liquidificada.
Tempere com sal e cozinhe por três minutos.
Acrescente os legumes cortados em rodelas e cozinhe por mais dois minutos.Acrescente os camarões e cozinhe por dois minutos. Adicione os leite de coco e cozinhe por mais dois.
Transfira um pouco do molho para outra panela (encha até a
metade). No fogo baixo, adicione um pouco de farinha de mandioca (apenas um pouco) e mexa até engrossar.
Devolva o molho engrossado para a panela com os camarões,
mexa bem em fogo baixo e sirva com o acompanhamento de sua preferência.



RECEITAS BRASILEIRAS

02 CUSCUZ DE FRANGO

Ingredientes

3 colheres (sopa) de azeite
2 dentes de alho espremidos
1 cebola picadinha
½ kg de peito de frango cozido e desfiado
½ lata de milho
½ lata de ervilha
½ pimentão vermelho em cubinhos
1 xícara (chá) de azeitonas verdes fatiadas
½ xícara (chá) de salsa picada
2 latas de polpa de tomate sal e pimenta do reino a gosto
2 xícaras (chá) de farinha de milho flocada

Para Decorar

Rodelas de pimentão
Rodelas de ovo cozido
Fatias de tomate
½ lata de milho
½ lata de ervilha
½ xícara (chá) de azeitonas

Modo de Preparo

Comece usando uma assadeira com furo central com óleo, disponha os ingredientes da decoração no fundo e ao redor.
Para o cuscuz refogue no azeite a cebola e o alho.
Em seguida coloque o frango, refogue e coloque o restante dos ingredientes com exceção da farinha.
Depois que estiver tudo fervendo, coloque a farinha aos poucos e misture até que fique uma massa úmida e homogênea.
Coloque delicadamente na assadeira o cuscuz apertando para ficar firme.
Espere amornar e desenforme em um prato



RECEITAS BRASILEIRAS

03 CREPIOCA COM QUEIJO



Ingredientes

– 1 ovo
– 1 clara
– 40g de goma de tapioca
(2 colheres de sopa)
– 30g de queijo picado (uso o minas)
– 15g de creme de ricota ou requeijão
(1 colher de sopa rasa)
- Sal a gosto

Modo de Preparo

Misture o ovo, a goma, o creme de ricota/requeijão e sal até ficar homogêneo.
Adicione o queijo picado e mexa.
Leve para frigideira para dourar bem ambos os lados (se não for antiaderente, precisa untar)

04 COMO FAZER BISTECA NA PANELA DE PRESSÃO

Ingredientes

1 kg de bisteca de porco
1/4 de xícara (de chá) de shoyu
3 colheres (de sopa) de azeite
1 xícara (de chá) de tomate sem pele e sem semente
1 folha de louro
1 colher (de sopa) de ajinomoto
1 xícara (de chá) de água
Suco de 2 limões
1 dente de alho picados
1 cebola em rodelas



Modo de Preparo

Primeiramente vamos misturar o shoyu, a cebola, o alho e o suco de limão.
Em seguida vamos deixar a bisteca marinando nesse molho.
Depois em uma panela de pressão coloque o azeite, as bistecas, o tomate, a folha de louro, o ajinomoto e a água, se desejar pode por cebola também.
Tampe a panela, quando pegar pressão espere mais 15 minutos.
Tire a pressão da panela e sirva em seguida.

05 BANANA CHIPS DOCE

Ingredientes

5 bananas
2 xícaras de açúcar refinado
½ xícara de açúcar mascavo
½ xícara de água
1 pau de canela
1 pitada de sal
Óleo para fritar

Modo de Preparo

Descasque as bananas e deixe-as de molho na água com gelo e um pouco de sal por 10 minutos.
Corte em fatias finas e iguais.Deixe secar um pouco.
Aqueça bem o óleo e frite os chips por 2 minutos, até as bananas dourarem.
Retire as bananas com o auxílio de uma espumadeira e coloque-as sobre o papel-toalha.
Em uma outra panela, prepare uma calda de açúcar, usando os dois tipos de açúcar, a canela e a água.
Por fim, é só mergulhar os chips fritos nessa calda e sirva.



RECEITAS BRASILEIRAS

6.NHOQUE DE BATATA SIMPLES



Ingredientes

1 kg de batata cozida
Farinha, o quanto baste
1 ovo
1 pitada de sal
Molho de tomate a gosto

Modo de Preparo

Lave bem as batatas e cozinhe-as com a pele em uma panela com água e sal. Este é o detalhe que queremos destacar: as batatas com casca absorvem menos água durante o cozimento, e desta forma, precisam de menos quantidade de farinha na preparação da massa.Retire-as assim que o garfo entrar na batata. Se a batata ficar muito cozida, o nhoque não vai ficar bom porque vai precisar de muita farinha para dar o ponto de enrolar. Então fique de olho no ponto de cozimento da batata, ok?

* Assim que as batatas estiverem cozidas, retire-as imediatamente da água e descasque-as com o cuidado, claro, de não se queimar.
* Em uma tigela, esprema as batatas no espremedor de batatas para fazer a massa.
* Coloque as batatas espremidas e abra um buraco no meio delas, coloque sal a gosto e um ovo (apenas um ovo, independentemente da quantidade de batatas) e um pouco, tipo duas colheres de sopa, de farinha.
* Amasse as batatas com as mãos e vá colocando farinha devagar e até dar o ponto de enrolar. Não precisa ficar duro, faça a um ponto médio: nem mole, nem duro.
* Enrole a massa como uma cobra e corte-a em pedaços de 1 a 2 centímetros mais ou menos. Faça em cada nhoque uma leve pressão sobre ele ou com o garfo ou com o dedo polegar. Se quiser, faça riscas em cada nhoque com a ajuda de um garfo.
* Espalhe sempre farinha por cima dos nhoques já enrolados para que não grudem enquanto enrola o resto da massa.

RECEITAS BRASILEIRAS

07 TORTA DE PÃO AMANHECIDO



Ingredientes

6 a 8 pãezinhos amanhecidos
1 litro de leite
3 ovos
1 xícara de óleo
1 sazón ou qualquer outro tempero pronto
1 porção de salsinha e cebolinha
RECHEIO:
300 g de carne moída
Azeitonas picadinhas
1 tomate rasteiro em rodelas
1 cebola em rodelas
2 colheres de extrato de tomate ou 4 colheres de molho pronto sabor manjericão

Modo de Preparo

Coloque o pão no leite fervido de preferência sem a casca, deixe amolecer.
Despeje o conteúdo no liquidificador.
Junte os ovos, o óleo e os demais ingredientes, bata tudo, se achar que ficou muito mole acrescente 1 xícara de farinha, mas se não, a intenção é mesmo substituir a farinha pelo pão.
É importante temperar a massa com cheiro verde e sazón, ela vai ficar com um sabor inigualável.Aqueça uma panela e refogue a carne moída com temperos de sua preferência, alho, cebola etc.
Junte o molho de tomate e deixe ferver um pouco, o molho tem que ficar bem encorpado porque a massa da torta é mais molinha.
Faça uma camada de molho e torta, por cima decore com os tomates, a cebola e azeitonas.A textura é ótima e você pode variar com outros recheios, frango, palmito etc.

RECEITAS BRASILEIRAS

RECEITAS BRASILEIRAS

8.MASSA PARA SALGADOS FRITOS

Essa massa é maravilhosa para fazer coxinha, risoles, bolinha de queijo e outros tipos de salgados fritos. Não tem erro, pode apostar nessa massa para usar como base nos seus salgados, vai ser sucesso e se você fizer para vender os clientes vão amar. A grande dica para quem vai usar essa receita para vender é congelar a massa e quando for fritar é só deixar descongelando na geladeira mesmo, assim você pode fazer em grande quantidade e na hora de fritar vai ser bem prático.

Ingredientes

3 copos americanos de farinha de trigo
3 colheres (sopa) de margarina
3 copos americanos de água
2 tabletes de caldo de galinha

Modo de Preparo

Leve a água para ferver e dissolva o caldo de galinha e a margarina.Em seguida vá adicionando a farinha de trigo pouco a pouco, para que não empelote.Mexa até desgrudar do fundo da panela (Se preciso for, adicione um pouco mais de farinha).Espere esfriar e recheie a gosto.
Depois de recheado, empane e frite-os em óleo quente.
Obs: Frite sempre em pequenas quantidades para não ficarem encharcados. Ser você quiser, você pode congelar os salgados.



9.ROCAMBOLE CREMOSO DE BATATA RECHEADO

Ingredientes

6 porções
5 ovos
450 gr de batatas (cruas)
1 cebola
300 gr de queijo mussarela
4 fatias de presunto
sal
pimenta

Modo de Preparo

Descasque e raspe as batatas. Bata os ovos como se fosse omelete. Tempere-os com sal e pimenta. Misture agora as batatas raspadas. Junte também a cebola picada.

Coloque então essa massa sobre o tabuleiro. Deixe de maneira lisa e uniforme.

Leve ao forno por 30 minutos a 180°C.

Desenforme e coloque a massa por cima do papel manteiga. Coloque então o queijo por cima (cubra apenas 2/3 da massa com o queijo). Por cima, coloque também o presunto.

Enrole tudo (quando enrolar, não esqueça de ir apertando um pouco). Leve ao forno quente por 5 minutos (ou até derreter o queijo).

Seu rocambole salgado está pronto!



RECEITAS BRASILEIRAS

10

BATATA FRITA SUPER SEQUINHA E CROCANTE MAIS GOSTOSA DE TODAS

Ingredientes

800g de batatas
1/3 de uma xícara de (chá) de farinha para polenta
1 colher de (café) de sal (bem cheia)
2 colheres de (sopa) de óleo de milho

Modo de Preparo

Passo 1
O preparo não poderia ser mais simples, descasque as batatas e corte-as em palitos. Essa batata fica muito mais saborosa se cortada um pouco mais grossa. Deixe de molho coberta por água (para que o amido em excesso se deposite no fundo) até a hora de colocar na panela. Se for usar a fritadeira Actifry o ideal é colocar 600g de batata, no máximo 800g.
Passo 2
Seque bem as batatas em um pano de prato limpo antes de colocá-las na panela ou no forno.Coloque uma colher de sopa de óleo e ligue a panela, deixe assar por 40 minutos.
Passo 3
Passados 20 minutos pare a panela, acrescente a farinha e mais uma colher de sopa de óleo de milho. Ligue a panela novamente, deixe por mais 20 minutos ou até que fique bem crocante.



RECEITAS BRASILEIRAS

RECEITAS BRASILEIRAS

11 TROUXINHAS DE PRESUNTO E QUEIJO

Ingredientes

1 rolo de massa folhada (retangular)
4 fatias de presunto cozido (não muito finas e cortadas em cubos)
4 fatias grossas de queijo Emmental
1 gema
1 colher de sopa de leite
Uma pitada de sal

Modo de Preparo

Abra o rolo de massa folhada e corte retângulos. Bata a gema de ovo em uma tigela com um pouco de sal e leite.
Recheie cada retângulo com alguns cubos de presunto e queijo.
Dobre as 4 pontas de massa folhada em direção ao centro.
Pincele cada retângulo com a gema.Asse em forno já quente a 180 graus por 20/25 minutos.
Sirva imediatamente.Essas trouxinhas podem ser armazenadas perfeitamente por dois dias no máximo, fechadas em uma caixa hermética.





RECEITAS BRASILEIRAS

12 BOLINHAS DE QUEIJO



Ingredientes

Para a massa:
500 ml de leite
1 colher de sopa rasa de sal
50 g de manteiga
300 g de farinha de trigo
30 g de queijo parmesão ralado
Para modelar as bolinhas:
250 gramas de queijo de massa filada cortado em cubinhos
farinha de trigo
1 ou 2 ovos batidos com uma pitada de sal
farinha de rosca
óleo de amendoim para fritar

Modo de Preparo

1. Em uma panela grande aquecer o leite com a manteiga e o sal.
2. Quando o leite ferver abaixar o fogo e juntar a farinha toda de uma vez. Misturar energicamente com uma colher de pau para dissolver os grumos, até obter uma bola de massa lisa completamente destacada da panela. São necessários apenas poucos minutos. Apagar o fogo, acrescentar o queijo ralado e misturar bem. Deixar amornar. Esta massa pode ser conservada na geladeira, embrulhada em filme plástico, para utilizar no dia seguinte.
3. Se quiser que a massa fique mais maleável, amasse-a um pouco com as mãos.
4. Dividir a massa em pequenas bolinhas (cerca de 18 g cada). Formar uma cavidade no centro de cada bolinha, rechear com um cubinho de queijo e fechar bem.
5. Passar as bolinhas na farinha, no ovo batido com uma pitada de sal e na farinha de rosca.
6. Fritar em abundante óleo quente, poucas unidades de cada vez, para não abaixar a temperatura do óleo. A temperatura do óleo está boa para iniciar a fritura quando, ao colocar um palito de dente, formam-se bolhas ao redor. Quando estiverem douradas retirar do óleo e deixar escorrer em papel absorvente para retirar o excesso de óleo. Servir imediatamente, bem quentes.

Notas:·
Podem ser requentadas em forno a gás ou elétrico.· Podem ser congeladas depois de terem sido empanadas, para serem fritas na hora de servir, sem precisar descongelar.· Pode-se empanar as bolinhas passando na água com um pouco de farinha ou na água muito fria (quase gelada) e depois na farinha de rosca.Rendimento: 45 bolinhas de queijo.



RECEITAS BRASILEIRAS

13

BOLO DE FRANGO NO POTINHO

Ingredientes

1 Kg de Batata
Pão de forma
Cenoura crua ralada
1 caixinha de creme de leite
300/500 g de Peito de Frango cozido, temperado e desfiado
Azeitona e Batata Palha a gosto
1 colher de sopa de leite

Modo de Preparo

Cozinhe a batata até que ela fique macia o suficiente para um garfo atravessa-la com facilidade.Em seguida amasse as batata, junte o creme de leite e o leite e mexa até virar um purê Tempere o purê com sal e pimenta (a gosto). Reserve.
Corte o pão de forma no formato do pote que será usado (descarte as bordas).
MONTAGEM
Coloque um pouco do purê no fundo, coloque o pão, regue com um pouco de leite, coloque o frango, mais uma camada de purê e decore com batatas palhas, cenoura ralada e azeitonas.



RECEITAS
BRASILEIRAS

14
VACA ATOLADA

Ingredientes

1kg de costela de boi cortada em pedaços pequenos
2 cebolas grandes cortadas em rodelas
2 dentes de alho picados
3 caldos de costela dissolvido em 1 litro de água quente
3 folhas de louro
1 colher de sopa de molho de pimenta (opcional)
500g de mandiocasal e cheiro verde a gosto

Modo de Preparo

Na panela de pressão, coloque metade da cebola, a costela, o alho, o molho de pimenta, o louro, a outra metade da cebola e o caldo de costela dissolvido em água.
Quando a panela pegar pressão, marque 25 minutos e desligue o fogo depois desse tempo.Abra a panela, adicione as mandiocas e deixe cozinhar mais 15 minutos com a panela fechada.Retire do fogo, coloque em uma travessa, salpique o cheiro verde e sirva.



RECEITAS BRASILEIRAS

15

BISCOITINHOS FEITOS COM INGREDIENTES QUE TODOS TEM EM CASA

Ingredientes

10 porções
200 gr de farinha de trigo
1 ovo
1 colher chá de sal
1 colher chá de fermento
45 ml de água
45 ml de óleo
Sal
Temperos a gosto



Modo de Preparo

PASSO 1
Em uma tigela, coloque todos os ingredientes e misture bem até formar uma massa homogênea. Deixe na geladeira por 30 minutos.

PASSO 2
Em uma superfície enfarinhada, abra a massa com o rolo.

PASSO 3
Com ajuda de um cortador, corte os futuros biscoitos.

PASSO 4
Coloque os biscoitos numa assadeira e faça os furinhos com a ajuda de um garfo.

PASSO 5
Polvilhe os biscoitos com sal ou ainda com pimenta, paprika, semente de papoula, gergelim ou ervas.

PASSO 6
15 minutos à 180˚C.

PASSO 7
Seus biscoitos aperitivos estão prontinhos!



RECEITAS BRASILEIRAS

16

EMPADINHA DE FRANGO



Ingredientes

MASSA:
1 kg de farinha de trigo
400 g de manteiga
3 gemas de ovos
Sal a gosto
RECHEIO:2
peitos de frango
Sal, alho e pimenta-do-reino
1 cebola grande
2 colheres (sopa) de manteiga
Salsa, cebolinha, tomate e pimentão a gosto
200 ml de leite
5 colheres (sopa) de farinha de trigoGema para pincelar

Modo de Preparo

Coloque os ingredientes em uma bacia.
Trabalhe a massa com as mãos até ficar homogênea e soltando dos dedos.
Tempere o frango com sal, alho e pimenta-do-reino.
Depois de cozido, desfie.Pique a cebola, coloque a manteiga, a salsa, a cebolinha, o tomate e o pimentão, refogue o frango.
Acrescente um pouco do caldo que sobrou do cozimento.
Misture a farinha no leite e jogue no refogado.
Misture até encorpar.
Vai virar um creminho.
Desligue o fogo e deixe esfriar.
Despeje nas forminhas já forradas com a massa.Com o restante da massa, faça tampinhas e cubra as empadas.Pincele a gema e arrume-as numa assadeira.
Leve ao forno médio por 25 a 30 minutos.



RECEITAS BRASILEIRAS

17 BOLINHO DE BATATA

Ingredientes

1/2 kg de batatas (descascadas)
2 colheres (sopa) de queijo ralado bem cheias
1 colher (sopa) de amido de milho
1 ovo
sal a gosto
papel toalha

Modo de Preparo

Cozinhe as batatas em água e sal, escorra e passe imediatamente pelo espremedor.
Em seguida, acrescente o amido de milho, o queijo, o ovo e acerte o sal.
Misture bem.
Deixe esfriar o suficiente para por as mãos e faça pequenas bolinhas (como brigadeiro) arrumando em uma travessa.
Leve à geladeira por no mínimo 2 horas.
Frite aos poucos em bastante óleo quente (10 a 12 bolinhas por vez).
Retire e coloque sobre papel toalha.





RECEITAS BRASILEIRAS

18
PASTA DE BERINJELA



Ingredientes

2 berinjelas
3 dentes de alho
Suco de 1 limão
1 colher de chá de tahini (pasta de gergelim)
Salsinha
1/4 xícara (chá) de azeite
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de Preparo

Antes de começar a preparar a sua receita, vale lembrar que é preciso higienizar a berinjela antes de usá-la!
Coloque a berinjela inteira e sem descascar em uma assadeira e leve ao forno médio. Retire do forno quando ela estiver bem macia. Para saber, utilize um garfo ou um palito.
Com uma faca bem afiada e com cuidado para não despedaçar a berinjela, corte-a ao meio e, com uma colher, retire todo o seu interior e descarte a casca.
No liquidificador ou no processador de alimentos, coloque a berinjela, os alhos amassados, o azeite de oliva e o suco de limão. Bata por alguns minutos até que ela esteja bem triturada.
Acrescente o tahine a salsinha e os temperos. Misture bem até formar adquirir a consistência de uma pasta homogênea e lisa.
Coloque em um recipiente com tampa e guarde na geladeira.
Sirva gelado com torradinhas ou pão árabe caseiro.



RECEITAS BRASILEIRAS

19
BOLINHO DE MANDIOCA RECHEADO COM CARNE MOÍDA

Ingredientes

1 kg de mandioca
1 ramo de cebolinha verde
1 colher de sopa de sal
4 copos de farinha de trigo
2 copos de leite
2 copos de água
500 g de carne moída ou o recheio de sua preferência

Modo de Preparo

Cozinhe a mandioca na pressão com 1 colher de sopa de sal por 45 minutos.
Escorra bem e amasse com um garfo até virar um purê, jogue a cebolinha picadinha e misture a massa, reserve.
Refogue a carne moída como de costume, deixe ela bem sequinha, sem água.
Em uma panela ferva o leite e a água, tempere a gosto, deixe ferver e jogue a farinha toda de uma vez.
Amasse até ficar homogênea.
Jogue essa massa em uma bancada e deixe esfriar um pouco, sove bem.
Misture a massa da mandioca reservada, passe óleo na mão e monte os bolinhos recheando.
Fritar em óleo bem quente.





20
MASSA PODRE DE EMPADA



Ingredientes

1/2 pacote de gordura vegetal hidrogenada
200 ml de guaraná
1/2 kg de farinha de trigo
1 colher de chá de sal

Modo de Preparo

Amasse a gordura vegetal com o guaraná.
Junte a farinha, aos poucos, até dar o ponto de enrolar.
Deixe descansar por 20 minutos.
É só abrir a massa e fazer as empadas com o seu recheio favorito.Se quiser pode pincelar com ovos batidos.

21.FAROFA DE COUVE BEM FÁCIL

Ingredientes

1 maço de couve lavado e bem picadinho
200 gramas de bacon picado
200 gramas de linguiça calabresa picada
1 cebola picadinha
2 dentes de alho picados
1 pacote de farofa de mandioca pronta sabor bacon
1/2 copo americano de água
Óleo



Modo de Preparo

1. Doure o alho e a cebola no óleo, acrescente o bacon e a linguiça e frite bem.
2. Adicione a couve e a água e refogue como de costume, antes de secar totalmente a água, adicione aos poucos a farofa e mexa bem para farofa incorporar bem na couve.
3. Deixe aquecer um pouco e sirva a seguir.
4. A farofa fica úmida, se quando adicionar a farofa pronta a farofa de couve ficar muito seca, coloque um pouco mais de água, o quanto achar necessário.
5. Pode se colocar milho, ervilha, essa é a farofa básica.

22
PICANHA DE FORNO COM BATATAS

Ingredientes

1 picanha inteira (quanto menor mais macia)
Batatas descascadas cozidas em água com caldo de carne
1 xícara (chá) de vinho seco
1 xícara (café) de água
Sal grosso
Alho desidratado
Pimenta a gosto
Óleo

Modo de Preparo

Esfregar bem a picanha com uma mistura de sal grosso, alho desidratado e pimenta.
Em seguida besuntar a carne com um pouco de óleo, coloque em uma assadeira e ao redor acomode as batatas cortadas ao meio.
Junte no fundo da assadeira o vinho e a água.
Leve ao forno médio-alto por mais ou menos 50 minutos, ou conforme o ponto desejado da carne.
Fatie e regue com o molho da assadeira.
Sirva acompanhado das batatas e salada.





RECEITAS BRASILEIRAS

23
RECEITA DE SANDUÍCHE DE PÃO DE FORMA ASSADO

Ingredientes

1 pacote de pão forma
300g de mussarela fatiada
300g de presunto fatiado
2 tomates cortados em rodelas
1 caixinha de creme de leite
1 sachê de molho de tomate
1 envelope de tempero a gostoorégano a gosto

Modo de Preparo

Retire a casca do pão de forma e reserve.
Em uma tigela, misture o creme de leite com o molho de tomate e o tempero a gosto.
Em uma forma, alterne camadas de pão, molho, presunto e mussarela.
Salpique com orégano e decore com as fatias de tomate.
Leve ao forno a 180°C por 30 minutos.Retire do forno e sirva em seguida.





RECEITAS BRASILEIRAS

24
QUEIJO CASEIRO EM MENOS DE 1 HORA

Esta receita de queijo caseiro é feita a base de leite, limão e iogurte. Se você procura manter uma dieta saudável, mas não abre mão da variedade de alimentos saborosos, sem sombra de dúvida, vai saborear essa sugestão culinária.
Não é preciso ser um vencedor do Master Chef para produzir esse queijo caseiro, que além de muito simples, também é econômico e delicioso. Basta acompanhar o nosso post!

Ingredientes

1 litro de leite integral
1 copo de iogurte natural sem açúcar
Meio limão
1 tolha de algodão limpa
1 panela com a forma de 12 centímetros

Modo de Preparo

Coloque o leite no fogo por cerca de 15 minuto, depositando o suco de limão e o iogurte em seguinte.
Você deve misturar por um tempo, deixando a repousar por cerca de três horas.
Posteriormente, você precisa colocar uma toalha de pano no interior de um escorregador e, na sequencia, o escorregador dentro de uma panela.
O próximo passo é despejar a mistura no pano, fazendo com que você possa separar o queijo do soro. O que sobrou no pano precisa ir para forma e ser deixada na geladeira por meia-hora.Logo após, você apenas deve tirar, descobrir e acrescentar sal, se desejar. Por fim, você deve deixar na geladeira por cerca de 8 horas.
Agora, você pode cortar e aproveitar o seu saboroso queijo caseiro.





25 ALMÔNDEGAS AO MOLHO

Ingredientes

500g de carne moída (coxão mole)
2 ovos
3 colheres (sopa) de farinha de rosca
1/2 cebola picada
Sal, pimenta e sazón a gosto



MOLHO:
1/2 cebola picada
1/2 alho picado
3 colheres (sopa) óleo
1 lata de molho de tomate
1/2 lata de água
1 cubo de caldo de galinha
1 pitada de açúcar
Sal, pimenta, salsinha desidratada, sazón a gosto

Modo de Preparo

Junte todos os ingredientes em uma vasilha e misture bem.Pegue uma colher de sobremesa como medida e faça as bolinhas (rende em torno de umas 45 unidades).
Esquente uma panela com 2 a 3 dedos de óleo e frite as almôndegas até que fiquem levemente douradas (dentro poderá ficar crú, pois elas terminarão de cozinhar junto ao molho de tomate e ficarão mais suculentas).
Reserve-as.

MOLHO:
Refogue a cebola e o alho no óleo.Junte o molho de tomate, a água, o caldo de galinha, os temperos a gosto e deixe ferventar em fogo médio.
Assim que o molho começar a borbulhar, junte as almôndegas (coloque também o caldinho que elas devem ter soltado no recipiente em que ficaram reservadas), tampe a panela e deixe em fogo baixo/médio por mais 5 minutos.
Coloque em um prato, decore com salsinha desidratada e bom apetite!



RECEITAS BRASILEIRAS

26
BOLINHO DE ARROZ COM BACON E MUSSARELA



Ingredientes

2 ovos
2 colheres de sopa de leite
3 colheres de sopa de azeite
3 xícaras de chá de arroz cozido
50g bacon picado bem pequeno
50g de queijo ralado
2 colheres de sopa de farinha de trigo (aproximadamente)
sal e pimenta do reino a gosto
salsinha picada a gosto
mussarela picada em cubos de cerca de 1cm (para o recheio)óleo (para fritar)

Modo de Preparo

No processador, bata o arroz, os ovos e o leite, até obter uma mistura homogênea.
Despeje a mistura em uma tigela e misture o azeite, o bacon, o queijo ralado, o sal, a pimenta do reino e a salsinha picada a gosto.
Por último, acrescente a farinha de trigo aos poucos, até a massa ficar em ponto de modelar.
Unte as mãos com óleo e pegue uma pequena porção de massa com a ajuda de uma colher.Abra a massa, coloque um cubinho de mussarela e feche, formando uma bolinha.
Repita o procedimento com toda a massa e frite os bolinhos em óleo quente até dourar.
Escorra em uma travessa forrada com papel toalha e sirva em seguida.



27
RECEITA DE FRANGO COM QUIABO MINEIRO

Ingredientes para o frango



1 frango inteiro cortado em pedaços
5 dentes de alho amassados
1 cebola grande picadinha
1 colher de sopa de vinagre (opcional)
1 colher de sobremesa de colorau
pimenta a gosto
2 colheres de sopa de óleo
3 xícaras de chá de água fervente (aproximadamente)

Para o quiabo

1kg de quiabo
1 xícara de chá de óleo

Modo de Preparo do quiabo

Lave o quiabo e seque com um pano, deixando-o bem sequinho.
Pique-o em rodelinhas finas.
Em uma panela, aqueça 1 xícara de óleo, acrescente o quiabo picado e deixe refogar até que não tenha mais nenhuma baba (aproximadamente 20 minutos). Mexa de vez em quando, com cuidado, para o quiabo não desmanchar.
Quando estiver sem baba, desligue o fogo, espere amornar e coe, para retirar o óleo.
Descarte o óleo e reserve o quiabo.

Modo de preparo do frango

Tempere o frango com o alho, o sal, a pimenta e o colorau. Se desejar, acrescente o vinagre.
Deixe marinar na geladeira por, aproximadamente, 30 minutos.
Em uma panela, aqueça de óleo e doure muito bem a cebola, como se estivesse queimando (isso fará com que solte um corante natural no frango).
Acrescente o frango e deixe-o fritar muito bem.Quando estiver bem dourado, adicione a água fervente até quase cobrir o frango.
Corrija o sal, se necessário, e deixe cozinhar em fogo médio, com a panela semi-tampada por mais ou menos 20 minutos, ou até que o frango esteja bem macio.
Junte o quiabo reservado e deixe apurar até que fique encorpado.
Se estiver com muito caldo, aumente o fogo e deixe secar um pouco mais.Acerte o sal e acrescente o cheiro-verde.



28
FRANGO FRITO CROCANTE E SEQUINHO

Ingredientes

1kg de frango (coxa ou sobrecoxa, sassami ou frango à passarinho)
3 dentes de alho
Suco de 2 limões
Azeite a gosto
Sal e pimenta do reino a gosto
1 ovo
1 xícara de chá de leite
1 xícara de chá de água
Farinha de trigo (o quanto baste)
Óleo (para fritar)



Modo de Preparo

Em uma tigela, coloque o frango e tempere com o alho, o suco de limão, o azeite, o sal e a pimenta do reino a gosto. Tampe e leve à geladeira por 30 minutos.
Em uma tigela, misture o ovo, a água e o leite e acrescente os pedaços de frango.
Coloque a farinha de trigo em um saco plástico grande e acrescente uma pitada de sal e pimenta do reino.
Coloque os pedaços de frango, aos poucos, dentro do saco e chacoalhe bem para que a farinha grude.
Em uma panela, coloque bastante óleo e leve ao fogo até ele ficar bem quente.
Acrescente os pedaços de frango, pouco a pouco, virando de um lado para o outro.Retire o frango quando os pedaços começarem a boiar (isso indica que estão cozidos).
Escorra os pedaços de frango em uma travessa forrada com papel toalha.Sirva em seguida.

Notas

Quanto mais óleo você utiliza na fritura, mais sequinha e crocante ela ficará



29 RECEITA DE FRANGO XADREZ CASEIRO

Ingredientes

500g de filé de frango sem pele e cortado em cubos
2 colheres de sopa de azeite de oliva
2 cebolas médias cortadas em cubos
2 dentes de alho amassados
sal a gosto
1 pimentão verde cortado em cubos
1 pimentão vermelho cortado em cubos
1 pimentão amarelo cortado em cubos
1 xícara de chá de cogumelos em conserva cortados ao meio
1/4 xícara de chá de molho shoyu
1 colher de sopa de amido de milho
1/2 xícara de chá de água
2 colheres de sopa de amendoim torrado

Modo de Preparo

Em uma frigideira ou panela grande, misture a metade do azeite de oliva, a cebola e o alho e deixe fritar. Retire e coloque em um prato.
Na mesma panela, coloque o sal, o restante do azeite e frite os pimentões e os cogumelos por 5 minutos. Retire e despeje em outro prato.
Ainda na mesma panela, coloque o frango e frite até dourar.
Coloque todos os ingredientes novamente na frigideira, misture bem com uma colher de pau e refogue por mais 2 minutos.
Em uma xícara, misture o molho shoyu, a maisena e a água. Mexa bem e junte à mistura de frango.
Cozinhe, mexendo constantemente, até formar um molho espesso.
Coloque em uma travessa, polvilhe o amendoim e sirva quente.





30
PIZZA DE FRIGIDEIRA COM MASSA SIMPLES

Ingredientes para a massa

1 xícara (chá) de leite integral
1 ovo
1/2 colher (sopa) de sal
1/2 colher (café) de açúcar
1 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
1 colher (chá) de fermento em pó

INGREDIENTES PARA O RECHEIO

4 colheres (sopa) de molho de tomate temperado
2 xícaras (chá) de presunto magro em cubos pequenos
2 xícaras (chá) de tomate sem sementes picado
1 cebola picada
2 xícaras (chá) de queijo muçarela ralada
Sal, pimenta do reino, azeite e orégano a gosto

Modo de Preparo

Bata no liquidificador, o leite com o ovo, o sal, o açúcar, a farinha de trigo e o fermento, até obter uma massa homogênea.
Aqueça uma frigideira antiaderente com um fio de azeite. Despeje metade da massa e frite-a dos dois lados.Em seguida, desligue o fogo e espalhe metade do molho de tomate. reserve.Numa tigela, junte o presunto com o tomate, a cebola e tempero com sal, pimenta, azeite e orégano. Coloque metade desse recheio na massa e espalhe metade da muçarela por cima.
Tampe a frigideira e leve-a ao fogo baixo por cerca de 3 minutos ou até derreter a mussarela.Repita o processo com o restante dos ingredientes.





31
FILÉ DE PEIXE GRATINADO PRONTO EM MENOS DE 20 MINUTINHOS

Ingredientes

1 kg de filé de merluza ou tilápia
2 xícaras (chá) de farinha de trigo para empanar
Suco de 1 limão
3 dentes de alhoSal a gosto

INGREDIENTES PARA O MOLHO
1 cebola picadinha
2 colheres (sopa) de margarina
2 xícaras de (chá) de leite
2 colheres (sopa) de farinha de trigo para o molho
1 colher (sopa) de molho de tomate
Sal a gosto

Modo de Preparo

Tempere os filés de merluza com o suco do limão, sal e alho. Em seguida passe os filés na farinha de trigo, e retire o excesso e reserve.
Refogue a cebola na manteiga e adicione 2 colheres de sopa da farinha de trigo, o leite, o molho de tomate e o sal.
Mexa e deixe o molho apurar em fogo médio por cerca de 5 minutos.
Faça uma camada desse molho num refratário, em seguida disponha os files empanados, por último, coloque o restante do molho branco.Leve ao forno para assar por 15 minutos em forno médio ou até gratinar.





32
PANQUECAS DE MILHO VERDE

Ingredientes

1 xícara de milho verde (2 espigas médias debulhadas)
1 colher (sopa) de farinha de linhaça
2 colheres (sopa) de água filtrada
1/2 xícara de leite (usei leite vegetal)1 colher (sopa) de óleo vegetal ou azeite de oliva + para untar a frigideira
1/2 xícara de amido de milho (ou farinha de aveia)
1/2 colher (sopa) de fermento em pó
2 talos de cebolinha verde picados
Sal e pimenta do reino

Modo de Preparo

Reserve um pouco dos grãos de milho inteiros.
Misture a farinha de linhaça com a água filtrada em uma tigelinha. Reserve por alguns minutos para hidratar.
Bata no liquidificador o milho, a linhaça hidratada, o leite, óleo vegetal e o amido de milho até ficar homogêneo.Junte o fermento, o milho reservado, a cebolinha e tempere com sal e pimenta. Misture somente para incorporar.
Aqueça uma frigideira antiaderente em fogo médio. Junte com óleo ou azeite usando papel toalha.
Coloque colheradas da massa na frigideira. Deixe dourar por 3 minutos de cada lado.
Repita com o restante da massa e sirva em seguida.





33
PIZZA DE LIQUIDIFICADOR DELICIOSA E RÁPIDA

Ingredientes

1 xícara (chá) de leite
1 unidade de ovo
1 colher (chá) de sal
1 colher (chá) de açúcar
1 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
1 colher (sopa) de fermento químico em pó
1 colher (sopa) de margarina

Modo de Preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador até borbulhar.
Despeje a mistura numa assadeira para pizza, untada.
Asse em forno previamente aquecido.
Coloque a cobertura de sua preferência.
E leve novamente para o forno e deixe alguns minutos.Salpique orégano e sirva.





34
RECEITA DE FAROFA DE COUVE PARA CHURRASCO COMPLETA

Ingredientes

1 maço pequeno de couve (cortado bem fino)
3 linguiças calabresas fritas e cortadas em rodelas finas
3 ovos cozidos e cortados em rodelas grossas
2 xícaras de farinha de mandioca torrada
1 sachê de caldo de carne em pó (Sazón)
2 colheres (sopa)de manteiga
1 cebola grande cortada em cubinhos
1 colher (sopa) de alho moído

Modo de Preparo

1 – coloque duas colheres de manteiga na panela e refogue o alho e a cebola, em seguida a couve.
2 – Adicione o sachê de caldo de carne, mexendo sempre, em seguida a linguiça e a farinha (aos poucos para não ficar muito seca a farofa).
3 – Mexe bem para agregar os ingredientes.
4 – Coloque os ovos e mexe mais um pouquinho.





35
MASSA DE EMPADA DELICIOSA

Ingredientes

1 xícara (chá) de manteiga
1/2 xícara (chá) de óleo
3 gemas
1 xícara (chá) de leite
2 colheres (sopa) de fermento
Sal a gosto
4 xícaras (chá) farinha de trigo

Modo de Preparo

1 – Junte todos os ingredientes em uma bacia, menos a farinha e uma gema de ovo. Mexa até misturar bem.
2 – Vá colocando a farinha de trigo aos, sempre mexendo até ficar firme.
3 – Despeje em cima de uma superfície reta (sem sovar) até que pare de grudar nas mãos. Se ainda estiver oleosa adicione mais farinha.
4 – Coloque a massa em forminhas para empadas, cortar e colocar de modo que sobre massa pra fora, para que possa fechar, adicione o recheio desejado, feche apertando bem as bordas. Pincele a gema por cima e leve ao forno pré-aquecido até dourar.





36
MASSA DE SALGADINHOS PARA FESTA DELICIOSOS



Ingredientes

1 kg de farinha de trigo
1 peito de frango
2 colheres bem cheias de margarina
1 pacote de queijo ralado (50 g)
Caldo knnor de bacon e galinha (mais ou menos 6 de cada)
1 cebola grande
1 pimentão médio
1 tomate grande
1 cabeça de alho pequena
Sal a gosto
1/2 litro de leite
Salsa, cebolinha, e hortelã (a gosto)
Farinha de rosca para empanar

Modo de Preparo

Em uma panela de pressão soque o alho, pique a cebola, tomate, pimentão, cheiro verde.
Coloque 2 caldos knnor de bacon e 2 de frango, coloque bastante água, peito de frango e sal a gosto.
Depois de cozido na pressão, separe 1 litro do caldo do frango coado.
Coloque em uma panela grande e adicione a margarina e mais caldo knnor a gosto, sal, 1/2 litro de leite e queijo ralado.
Quando levantar fervura adicione de uma só vez a farinha de trigo, mexa bem até soltar do fundo da panela,
Deixe esfriar e sove a massa, recheie com o recheio de sua preferência, passe na farinha de rosca e frite-os.
Obs: O caldo tem que ficar um pouco salgado para ficar com o sabor.



37
ENROLADINHO DE SALSICHA EMPANADO SEM OVO

Ingredientes

Massa:
3 xícaras de água(uso leite)
3 xícaras de trigo(para cada xícara de leite uma de trigo)
2 colheres de óleo
1 sazon
Sal a gosto
Recheio:
1 kg de salsicha
Farinha de rosca pra empanar

Modo de Preparo

Misture tudo da massa e leve ao fogo.
Mexa bastante (o ponto é a massa desgrudar da panela), quando der o ponto retire do fogo e reserve.
Corte todas as salsichas pela metade.
Junte as mãos com óleo e enrole as salsichas na massa.
Passe na farinha de rosca e frite em óleo novo e bem quente.
Uma dica: Jogue um fósforo no óleo, se o fósforo ascender o óleo está quente.





38 MINI QUICHE DE QUEIJO

Ingredientes

INGREDIENTES PARA A MASSA
2 xícaras de chá de farinha de trigo
4 colheres de sopa de manteiga
1 xícara de café de leite
Sal a gosto

INGREDIENTES PARA O RECHEIO
1 xícara de chá de creme de leite
1 xícara de chá de cream cheese
1 xícara de chá de queijo tipo mussarela ralado grosso
1 xícara de chá de queijo tipo parmesão ralado
1 xícara de chá de requeijão
3 ovos
1 pitada de noz moscada

Modo de Preparo

1 – Misture a farinha de trigo, a manteiga, o leite e o sal até que fique homogêneo.
2 – Cubra e deixe descansar por 20 minutos
3 – Em seguida, forre o fundo e a lateral das forminhas com a massa e faça furos nela com o auxílio de um garfo. Reserve
4 – Em outra tigela, misture o creme de leite, o cream cheese, o queijo tipo mussarela, o queijo tipo parmesão, o requeijão, os ovos, a noz moscada e despeje sobre a massa
5 – Leve para assar em forno pré-aquecido (200 °C) por cerca de 20 minutos.





39
TORTA CREMOSA DE BATATA COM FRANGO

Ingredientes



1 xícara (chá) de batata cozida e amassada
2 xícaras (chá) de leite
1 xícara (chá) de óleo
3 ovos
1 cubo de caldo de galinha
Sal e orégano a gosto
1/2 xícara (chá) de maisena
2 xícaras (chá) de farinha de trigo
1 colher (sopa) de fermento em pó
Margarina para Juntar
Recheio
4 colheres (sopa) de azeite
1 cebola picada
2 dentes de alho picados
1 tomate picado
2 colheres (sopa) de extrato de tomate
1/2 lata de ervilha escorrida
1/2 lata de milho verde escorrido
3 xícaras (chá) de frango cozido e desfiado
Sal e salsa picada a gosto1 e 1/2 xícara (chá) de Catupiry

Modo de Preparo

Aqueça o azeite, em fogo médio, e doure a cebola e o alho.
Junte o tomate, o extrato, a ervilha, o milho e refogue por 3 minutos.
Junte o frango, sal, salsa e refogue por 3 minutos.Deixe esfriar.
Bata no liquidificador a batata, o leite, o óleo, os ovos e sal.
Misture a maisena, a farinha e o fermento com uma colher e despeje metade da massa em uma fôrma de 30cm x 22cm untada e enfarinhada.
Espalhe o recheio, o Catupiry e cubra com a massa restante.
Polvilhe com orégano e leve ao forno médio, preaquecido, por 40 minutos ou até dourar.
Tempo: 1h15
Rendimento: 8 porções



40
TORTA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA E BANANA



Ingredientes

Massa:
3 ovos
2/3 de xícara (chá) de óleo
1 xícara (chá) de leite
1 colher (chá) de sal
1 xícara (chá) de fubá
1 xícara (chá) de farinha de trigo
1 colher (sopa) de fermento em pó químico
Margarina e farinha de trigo para juntar e polvilhar
Recheio:
1 cebola pequena picada
1 dente de alho socado
2 colheres (sopa) de óleo
400g de carne moída
1 tomate sem pele e sem sementes picado
1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado
Sal e pimenta a gosto
2 bananas-nanicas maduras cortadas no comprimento em fatias finas
Margarina e farinha de trigo para juntar

Modo de Preparo

Prepare o recheio refogando a cebola e o alho no óleo. Deixe dourar e acrescente a carne, fritando bem, junte o tomate e mexa até secar todo o líquido.
Desligue o fogo, coloque o cheiro-verde e tempere com sal e pimenta. Reserve. Leve todos os ingredientes da massa no liquidificador e bata até ficar homogêneo.
Monte a torta numa fôrma de pão grande retangular untada e enfarinhada, despeje 1/3 da massa na fôrma de bolo inglês grande untada com manteiga e polvilhada com farinha de trigo, por cima coloque as fatias de banana e depois a carne temperada, cubra com o restante da massa.
Asse em forno médio, preaquecido, por cerca de 40 minutos, ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia limpo.



41 TORTA DE FRANGO CREMOSA



Ingredientes

MASSA:
4 xícaras de farinha de trigo sem fermento
3 gemas de ovo
3 tabletes de margarina (em um pacote use 3/4 – 300 g)
1 colher de fermento em pó
1 colherinha de sal
RECHEIO:
1 peito de frango Seara temperado, cozido e desfiado
salsa picada a gosto
100 g de catupiry
1 caixinha de creme de leite

Modo de Preparo

Misture os ingredientes secos em um recipiente fundo
Misture o restante dos ingredientes com as mãos limpas e reserve tampando com uma toalha de mesa por uns 15 a 20 minutos
RECHEIO:
Em uma tigela, misture o frango Seara, a salsa, o catupiry, o creme de leite.
Em uma forma retangular de alumínio com o fundo falso, forre o fundo e as laterais com a mão mesmo.
O que sobrar será feito a tampa da torta.
Depois do recheio pronto e colocado na onde foi forrado abra a massa da seguinte forma: abra um saquinho transparente de supermercado, aqueles que usamos pra colocar as verduras, frutas.
Coloque a massa em cima e em cima da massa outro saquinho transparente.
Abra com um rolo de abrir massa.
Esse processo tem que ser assim porque a massa é chamada de massa podre, tipo de empada.
Se abrir de outra forma ela quebra todinha.
Com a massa aberta tire o saquinho de cima e tampe a torta.
Retire o excesso que sobrar nas laterais.
Com a sobra pode enfeitar em cima.
Coloque no forno pré-aquecido por uns 20 minutos.
Passe gema de ovo em cima da torta para dar uma aparência brilhosa quase no fim da espera do tempo estimado.