

WORKSHOP

CASEIRINHOS *de sucesso* 2.0

com Gustavo Mota



Olá, eu sou Gustavo Mota!

Após emagrecer quase 50kg em um processo de reeducação alimentar, comecei a criar receitas saudáveis e a postar em meu Instagram com a seguinte frase: "E se eu te disser que é fit, cê acredita?".

A partir daí a minha vida mudou! Essas receitas viralizaram, me aprofundei no assunto e comecei a ser convidado para consultorias nos restaurantes de Fortaleza, até que em Janeiro de 2019 fui para a Globo ensinar uma de minhas criações ao vivo no programa É de casa.

Hoje, além de viajar todo o pais ministrando cursos, também ajudo pessoas a viverem a paixão da culinária saudável através da internet.

Troquei uma vida de empresário da moda para viver minha paixão na confeitaria.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Mix de farinha sem glúten:

Ingredientes:

380g farinha de arroz integral;
350g fécula de mandioca;
250g farinha de amêndoas;
10g goma xantana;

Caseirinho de Baunilha:

Ingredientes:

4 ovos;
160g mix de adoçantes;
100g ghee;
80g leite vegetal;
186g mix de farinha sem glúten;
20g extrato de baunilha;
8g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

Na batedeira bata os ovos, junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, o leite vegetal, o extrato de baunilha, o fermento por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho chocolatúdo:

Ingredientes:

4 ovos;
160g mix de adoçantes;
100g ghee;
100g leite vegetal;
160g mix de farinha sem glúten;
30g cacau em pó alcalino;
8g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem. Acrescente o mix de farinha, o leite vegetal, o cacau alcalino e o fermento.

Por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Ganache:

Ingredientes:

200g chocolate em gotas 70% cacau;
250g leite vegetal;
30g mix de adoçante;

Modo de preparo:

Aqueça o leite vegetal junto com o mix de adoçante.

Acrescente o chocolate e bata no mix ou no liquidificador até ficar homogêneo.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho de maracujá:

Ingredientes:

4 ovos;
150g mix de adoçantes;
80g ghee;
195g mix de farinha sem gluten;
100g suco de maracujá puro;
9g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, o suco puro de maracujá, o fermento por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Calda de Maracujá

Ingredientes:

150g suco puro de maracujá;
30g mix de adoçantes;

Modo de preparo:

Junte o suco puro de maracujá com o mix de adoçante e leve ao fogo por uns 5 minutos.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho de Laranja:

Ingredientes:

4ovos;
150g mix de adoçantes;
80g ghee;
195g mix de farinha sem glúten;
100g suco de laranja puro;
9g fermento químico em pó;
Raspas de 1 laranja ou a gosto;

Modo de preparo:

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, o suco puro de laranja, o fermento, e as rapas de laranja por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Calda de Laranja:

Ingredientes:

150g suco puro de laranja;
30g mix de adoçantes;

Modo de preparo:

Junte o suco puro de laranja com o mix de adoçante e leve ao fogo por uns 5 minutos.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho de banana invertido:

Ingredientes:

4 ovos;
120g mix de adoçantes;
80g ghee;
80g banana amassada;
146g mix de farinha sem glúten;
12g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, a banana amassada, o fermento por último e envolva bem.

Enforme na forma já com a calda e a banana, e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme, desenforme ainda quente.

Calda de Banana:

Ingredientes:

60g xilitol;
40g agua;
10g suco de laranja;

Modo de preparo:

Derreta o xilitol, acrescente o suco de laranja, e deixe atingir a cor desejada.

Acrescente a agua por último com cuidado, e deixe reduzir.

Coloque na forma que vai utilizar, espere esfria e coloque banana fatiada por cima.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho Romeu e Julieta:

Ingredientes:

6 ovos;
160g mix de adoçantes;
90g manteiga da terra;
165g mix de farinha sem glúten;
60g queijo parmesão ralado;
15g fermento químico em pó;
Pitadinha de sal;

Modo de preparo:

Na batedeira bata os ovos, junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a manteiga da terra derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, o parmesão ralado, o fermento, e a pitadinha de sal por último.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Calda de Goiaba:

Ingredientes:

200g de polpa de goiaba;
40g mix de adoçantes;

Modo de preparo:

Leve a polpa de goiaba junto com o mix de adoçante até cozinhar bem.

Depois de frio, coloque por cima do bolo e finalize com parmesão ralado por cima.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho de maçã caramelizada

Ingredientes:

4 ovos;
96g mix de adoçantes;
90g ghee;
130g mix de farinha sem glúten;
50g maça em cubinhos;
2g canela em pó;
8g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, a maça em cubinhos, a canela em pó, o fermento por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Maça caramelizada:

Ingredientes:

60g xilitol;
60g de agua;
10g suco de laranja puro;
90g maça em cubinhoS;

Modo de preparo:

Derreta o xilitol, acrescente o suco puro de laranja, e deixe atingir a cor desejada.

Acrescente a agua, a maça em cubinhos e deixe reduzir bem.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho de cenoura:

Ingredientes:

4 ovos;
110g óleo de coco;
136g mix de adoçantes;
150g cenoura ralada;
100g leite vegetal ou água;
234g mix de farinha sem glúten;
12g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

No liquidificador, bata a cenoura, o óleo de coco e o leite vegetal ou agua, até ficar homogêneo e reserve.

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a mistura que você reservou e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, o fermento por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme.

Ganache:

Ingredientes:

200g chocolate em gotas 70% cacau;
250g leite vegetal;
30g mix de adoçante;

Modo de preparo:

Aqueça o leite vegetal junto com o mix de adoçante.

acrescente o chocolate e bata no mix ou no liquidificador até ficar homogêneo.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.

Caseirinhos de Sucesso 2.0

Caseirinho Indiano:

Ingredientes:

5 ovos;
90g ghee;
140 mix de adoçantes;
146g mix de mix de farinha;
6g canela em pó;
8g fermento químico em pó;

Modo de preparo:

Na batedeira, bata os ovos junto com o mix de adoçantes até dobrar de tamanho.

Acrescente a ghee derretida e envolva bem.

Acrescente o mix de farinha, a canela em pó, o fermento por último e envolva bem.

Enforme e asse entre 170 a 180° até ficar dourado e firme

Cobertura:

Ingredientes:

100g leite em pó;
200g água;
50g mix de adoçantes;
2 gemas;

Modo de preparo:

Bata no liquidificador o leite em pó, a agua e o mix de adoçante.

Coloque em uma panela, acrescente as gemas, e deixe no fogo até atingir a consistência desejada.

Coloque por cima do bolo, e polvilhe com canela.

Este material de apoio faz parte do Workshop Caseirinhos de sucesso 2.0 com Gustavo Mota. Ele é protegido de acordo com a lei de direitos autorais, ficando assim proibido a reprodução ou divulgação total ou parcial deste conteúdo sem autorização prévia e expressa do autor.