Comida de Santo

A culinária dos Orixás

A culinária dos Orixás

A culinária dos Orixás

Existem certas peculiaridades no Candomblé que às vezes as pessoas não compreendem muito bem.

EXÚ

Deve-se lembrar que Bara come, tudo que a boca come !!!

PADE COZIDO

Fritar uma cebola ralada em azeite de dendê, acrescentar sal, água e ir colocando farinha de milho amarela para formar ma massa que deve engrossar como polenta, colocar um pouco de Gin e Ataré. Por em um alguidar.

AKUPÓ PUPA

1 Galo de Oro, 1 copo grande de azeite de dendê, 2 cebolas grandes, 50 g de camarão seco e sal a gosto.

Oferecer o galo para Exu, limpar depenando, depois assá-lo inteiro na brasa, untado com azeite de dendê, cebola ralada, camarão e sal, fazer separadamente uma farofa de farinha de mandioca crua e azeite de dendê. Arrumar a forafa numa vasilha de barro e colocar o galo em cima da farofa, acompanhado de uma aguardente. E entregar a Exú.

ERAN PUPA

1 alguidar pequeno, 500 g de farinha de mandioca crua, 1/2 azeite de dendê, 2 cebolas roxas, 1 bife grande, pimenta à gosto, 1 l de cachaça, 1 charuto, sal a gosto e uma caixa de fósforo.

Coloque o dendê em uma frigideira, deixe ficar bem quente e passe o bife somente para ficar mal passado, retire o bife e corte a cebola em rodelas dourando no dendê, ponha em cima do bife, aproveitando o dendê quente jogue a pimenta e a farinha e mexa para fazer uma farofa. Depois em ordem, coloque a farofa dentro do alguidar e ponha o bife com as cebolas para cima.

Entregue em uma encruzilhada de chão de terra, juntamente com ma garrafa de cachaça aberta e o charuto aceso. Deixar a caixa de fósforo junto.

XINXIN DE BOFE

1kG de bofe fresco, camarão seco e cebola, 3 dentes de alho, pimenta malagueta, cheiro verde, amendoim para moer junto com o camarão. Corte o bofe em quadradinhos, coloque numa travessa com o alho e suco de limão, acrescente a pimenta e o cheiro verde. Coloque cebola para dourar no dendê, acrescente o camarão, amendoim e o bofe temperado. Refogue tudo.

OGUM

FEIJÃO PRETO

Cozinhar feijão preto de forma que os grãos fiquem inteiros, refogar cebola no azeite de dendê.

E colocar o feijão escorrido (sem o caldo) uma pitada de sal e refogar. Por em alguidar.

INHAME PALITO

Descascar o inhame cru dentro de uma bacia com água, cortar na forma de palitos e fritar no dendê, colocar sal e servir no alguidar.

INHAME ASSADO

Assar um ou dois inhames, colocar no alguidar regar uma parte com dendê e sal e a outra parte com mel. Enfeitar com 21 taliscas de mariô.

FAROFA DE FEIJÃO

Cozinhar o feijão preto, escorrer, dourar a cebola em dendê, acrescentar a farinha de mandioca crua para dar uma torrada no tempero, colocar o feijão por último e servir a farofa no alguidar.

ACAÇA DE INHAME

Cozinhar o inhame, amassar, colocar em folha de bananeira na forma de pirâmide.

ERAN

Miúdos de boi picadinhos, bem miúdos. Fritar a cebola no dendê e colocar os miúdos para fritar. Colocar em alguidar.

Quando fizer unto com Exú e Odé colocar camarão seco nos dois e o de Exú pimenta malagueta.

Preferencialmente em panela de barro.

Odé

AXOXÔ

Cozinhe o milho, escorra, coloque dendê e cebola ralada para dourar na panela, acrescente o milho, sal e açúcar, refogue, coloque o alguidar e enfeite com tiras de coco.

AXOXÔ COM AMENDOIM

Faz o axoxô (milho de galinha temperado com dendê, cebola, sal e açúcar) e mistura-se amendoim torrado no "mesmo.

AXOXÔ

Fazer um axoxo, enfeitar com coco, pegar uma espiga de milho verde e desfiar a palha deixando-a presa ainda na espiga, colocar no centro do axoxo com a palha do milho cobrindo o axoxo.

BATETE

Inhame cru cortado em lascas finas, misturado com epô (dendê), vinho tinto e sal.

CANJICA DE MILHO VERMELHO (CURAU)

12 espigas de milho verde e rale. Pode até ser passado na máquina de moer, depois de debulhado. Para aproveitá-lo bem, despeje uma xícara de água no ralador, a fim de retirar toda a polpa.

Retire e reserve o leite puro de 1 coco. Despeje dois copos de água quente no bagaço e esprema, podendo repetir a operação uma ou duas vezes para extrair todo o leite.

Mistura à massa do milho o leite com água, passando em peneira fina. Junte o sal e açúcar a gosto. Leve ao fogo.

PAMONHAS

6 espigas de milho verde + duas colheres, de sopa de açúcar +1 colher de sopa de leite + palha do milho para embrulhar as pamonhas. -

Rale as espigas. Passe a massa numa peneira para tirar as cascas do grão.

Misture o açúcar e o leite,, fazendo uma massa grossa.

Prepare uns pacotinhos com a palha e coloque um pouco da massa dentro.

Leve ao fogo dentro de uma panela com água e deixe ferver até as palhas ficarem amareladas. Escorra e coloque em um alguidar, quando estiverem sequinhas e frias ofereça ao orixá.

Odé Inrile (fazer tudo no azeite doce).

Omolocum (feijão fradinho cozido, temperado com cebola e azeite doce).
Ebo Ya (enfeitado com coco ralado)
8 Bolas de Inhame / 8 Acaça doce
Axoxô (milho de galinha) no azeite doce
Axoxô (milho de canjica) no azeite doce (enfeitado com coco ralado)
Frutas / Omintoro / Manjar

ABADÔ

Feitas de farinha de milho amarela, ou amendoim, previamente torrados, passado no triturador ou moinho, misturado com farinha de mandioca, sal e açúcar, também chamado de fubá de milho ou fubá de amendoim.

FAROFA DE OMOLU

Cozinhe feijão preto (uma xícara) e feijão preto (uma xícara) refogue a cebola, dendê, camarão seco e acrescente os feijões, coloque farinha de mandioca crua.

DEBURU (PIPOCA) DE OMOLU

Colocar areia do mar para esquentar bem e colocar o milho de pipoca, estourar sem queimar os grãos, colocar numa peneira, cesto ou alguidar enfeitar com as tiras de coco sem a casca marrom.

DEBURU COM DENDÊ

Estoure as pipocas no dendê coloque no alguidar, peneira ou cesto.

FEIJÃO PRETO

Cozinhar o feijão preto e refogar no dendê, cebola, sal e camarão seco.

FAROFA DE PATO

Pegar o peito do pato do oro, cozinhar e desfiar, fazer um refogado do pato, cebola, dendê, pó de camarão e sal com farinha de mandioca fazer a farofa.

Bife com Farofa

Farinha de mandioca ou farinha de milho, 1 bife de porco ou carré, 1 pimentão, cebola, dendê.

Misture bem a farinha com uma parte do dendê e coloque num alguidar, ponha o bife, e sobre tudo, a cebola e o pimentão cortados em rodelas, regue com dendê e ofereça ao orixá no seu local de actuação.

ABACATE DE OSSAIN - I

Corte um abacate ao meio e tire o caroço, coloque as duas partes numa tigela de barro. Coloque 500 g de amendoim e açúcar leve ao fogo e mexa até derreter o açúcar, derrame essa mistura no abacate, desfie fumo em corda enfeite, também com 7 folhas de louro.

ABACATE DE OSSAIN - II

Abrir um abacate ao meio no sentido vertical, retirar o caroço, encher as cavidades do abacate com amendoim e fumo em rolo esfarelado. Enfeitar o prato com 7 moedas e derramar mel sobre as cavidades.

FAROFA DE OSSAIN

Coloque numa bacia, farinha de mandioca crua, pinga e fumo desfiado, faça a farofa e coloque num alguidar, enfeite com galho de peregun.

BATATA DOCE DE OSSAIN

Cozinhe e amasse a batata doce, faça bolas enfeite com fumo desfiado e folhas de hortelã.

MILHO DE OSSAIN

Misture ebô cozido (canjica) com milho de galinha cozido, regue com azeite doce e coloque em prato de barro.

MANDIOCA FRITA

Cozinhar a mandioca e fritar no dendê, colocar sal por cima.

COMIDAS SEMPRE EM PRATOS DE BARRO
NÃO USAR METAL
UTILIZAR SOMENTE COLHER DE MADEIRA OU VIDRO

EBÔ
Canjica cozida e lavada, sempre em um prato branco.

EBO YA
Cozinhar a canjica e refogar com azeite doce e cebola ralada, uma pitadinha de sal.

ACAÇA DOCE (QUANTIDADES PARES)
Farinha de milho branca cozida e adoçada.

ABADÔ (ADO)
Feita de farinha de milho amarela, ou amendoim, previamente torrados, passado no moinho, misturado com farinha de mandioca, sal e açúcar, também chamado de fubá de milho ou fubá de amendoim.

EFÓ
Pode ser feita com a folha chamada língua de vaca ou com folha de mostarda. Preparação: Meio quilo de camarão seco, descascado. Uma cebola. Uma pitada de coentro. Um maço de língua-de- vaca (ou taioba, ou mostarda)* Primeiro, ferve-se a língua-de-vaca, escorre-se numa peneira, estende-se na tábua e bate-se bem com a faca, até ficar uniforme. Cozinha-se no dendê puro, temperado com o camarão e a cebola.

FEIJÃO PRETO DE NÃNA
Cozinhar o feijão preto, refogar em dendê, cebola e camarão, acrescentar pouco de pipoca para dar um contraste apenas, colocar na najé (prato de barro).

OMINTORO
Triturar a canjica, passar numa peneira, colocar de molho, cozinhar com água e açúcar ate formar um mingau ralo e homogêneo.

CANJIQUINHA
500g. de quirerinha branca

1 côco ralado

Azeite de Oliva

Cozinhe a quirerinha com bastante água para que ela fique meio "papa", tempere com oliva, coloque em uma tigela de louça, descasque, rale o côco com ele cubra a quirerinha.

OXUMARÊ

ABADÔ (ADO)

Feita de farinha de milho amarela, ou amendoim, previamente torrados, passado no moinho, misturado com farinha de mandioca, sal e açúcar, também chamado de fubá de milho ou fubá de amendoim.

FAROFA DE OVOS

Fritar no dendê, cebola, camarão seco moldo e alguns inteiros, colocar farinha de milho amarela e fazer uma farofa. Cozinhar ovos e descascá-los, alguns esfarelar na farofa, e 4 corta em rodelas para enfeitar por cima da farofa.

DÃ DE BATATA DOCE

Cozinhar batata doce, amassar e modelar uma serpente ou duas serpentes mordendo uma a cauda da outra, enfeitar com folha da costa e fradinho,

16 OVOS

Colocar ovos num colobo e cobrir com dendê.

BANANA DA TERRA FRITA

Fritar banana da terra no dendê.

INHAME

Milho vermelho, feijão fradinho, dendê, camarão seco, 1 oberó (aguidar), 1 inhame (grande), ovos cozidos, 1 coco, mel.

Cozinha-se o milho só em água. Separado, cozinha-se o feijão fradinho, também só em água. Refoga-se o feijão com Dendê, cebola ralada e camarão seco socado. Coloca-se o feijão em metade de um oberó e, na outra metade o milho vermelho. Frita-se um inhame e coloca-se por cima em fatias, em volta, enfeita-se um ovos cozidos em rodelas, fatias de coco e coloca-se bastante mel de abelha por cima.

Oxum

Nunca se experimenta !!!!!

ABADÔ

Feitas de farinha de milho amarela, ou amendoim, previamente torrados, passado no moinho, misturado com farinha de mandioca, sal e açúcar, também chamado de fubá de milho ou fubá de amendoim e acrescida de mel de abelha.

ADO

Feita de milho vermelho (ficar de molho antes) torrado e moído em moinho e temperado com azeite de dendê e mel, é oferecido principalmente ao Orixá Oxum.

OMOLOCUM

Feijão fradinho cozido, refogado com cebola ralada, pó de camarão, sal, azeite de dendê ou azeite doce.

Enfeitado com camarões inteiros e ovos cozidos inteiros sem casca, normalmente são colocados 5 ovos ou 8 ovos, mas essa quantidade pode mudar de acordo com a obrigação.

LELE

Doce feito com quirela de milho vermelho, coco ralado, açúcar e leite de coco. Pode ser feito numa forma ou em folha de bananeira como acaçá.

Cozinhar a Quirela em água, escorrer esta água e por para cozinhar mais um pouco com leite, leite de coco, leite condensado e açúcar .

Mexer até ficar homogêneo .

Nunca experimentar !!

DOCE DE BATATA INGLESA

Cozinhar a batata, amassar como purê, misturar açúcar, canela em pó e dar a forma de um coração.

XINXIN - I

Faça um refogado com dendê, cebola, alho, camarão seco (meio quilo) e amendoim torrado moído (100 gramas) e camarão em pó.

Junte a galinha, refogue bem, vá juntando pouquinha água de cada vez até cozinhar a galinha e formar um belo molho.

XINXIN - II

1 galinha ou frango grande cortado pelas juntas;

250gr de camarão seco moído; 100 gr de amendoim torrado e moído; 2 cebolas raladas; 1 molho de salsa; 2 dentes de alhos; Folhas de louro; suco de 1 limão; sal a gosto; Pimenta a gosto; Gengibre a gosto; dendê; Água;
Tempere a ave com sal e limão e alho. Refogue a cebola no azeite é vá juntando os outros temperos. Coloque a ave- e um pouco de água. Verifique quando estiver cozida. Deixe a água secar totalmente e junte um pouco mais de azeite e refogue por mais alguns minutos. Retire do fogo. Deixe esfriar e sirva com farofa de dendê. Ofereça a Oxum frio com pedidos de fartura e prosperidade.

BOLINHOS

Refoga cebola ralada com azeite doce; mistura camarão fresco e cozinha (sem cabeça ou casca), atrota e o taWo ativer grasso, esmague os camarões com um socador. Prepare um arroz branco e misture, com a mão, no refogado de camarão + farinha de milho até os dedos ficarem limpos. Formam-se bolos que são fritos de preferência no dendê.

ACARAJÉ (mínimo 9).

Na África, é chamado de àkàrà que significa bola de fogo, enquanto je possui >o significado de comer. No Brasil foram reunidas as duas palavras numa só, acara-je, ou seja, "comer bola de fogo".

Ò acarajé, o principal atrativo no tabuleiro, é um bolinho característico do candomblé. Sua origem é explicada por um mito sobre a relação de Xangô com suas esposas, Oxum e lansã. O bolinho se tornou, assim, uma oferenda a esses orixás. O acarajé é feito com feijão-fradinho, que deve ser quebrado em um moinho em pedaços grandes e colocado de molho na água para soltar a casca. Após retirar toda a casca-, passar novamente no moinho, desta vez deverá ficar uma massa bem fina. A essa massa acrescenta-se cebola ralada e um pouco de sal.

O segredo para o acarajé ficar macio é o tempo que se bate a massa. Quando a massa está no ponto, fica com a aparência de espuma. Para fritar, use uma panela funda com bastante dendê ou azeite doce.

Normalmente usam-se duas colheres para fritar, uma colher para pegar a massa e uma colher de pau para moldar os bolinhos. O azeite deve estar bem quente antes de colocar o primeiro acarajé para fritar.

Esse primeiro acarajé sempre é oferecido a Exu pela primazia que tem no candomblé. Os seguintes são fritos normalmente e ofertados aos órixas para os quais estão sendo feitos

EBÔ

Canjica cozida e lavada.

OMOLOCUM COM AXOXO

OMOLOCUM: Feijão fradinho cozido, refogado com cebola ralada, pó de camarão, sal, azeite de dendê ou azeite doce.

Enfeitado com camarões inteiros e ovos cozidos inteiros sem casca, normalmente são colocados 5 ovos ou 8 ovos, mas essa quantidade pode mudar de acordo com a obrigação.

AXOXO: milho vermelho cozido refogado com cebola ralada, sal, açúcar e azeite de dendê. Pode ser feito também o milho cozido e misturado com melaço (Mel de cana de açúcar), não confundir com mel de abelha.

Arrumar no alguidar metade omolocum e metade axoxo, ou misturar os dois e colocar no alguidar.

LELE

Doce feito com quirela de milho vermelho, coco ralado, açúcar e leite de coco. Pode ser feito numa forma ou em folha de bananeira como acaçá.
Cozinhar a Quirela em água, escorrer esta água e por para cozinhar mais um pouco com leite, leite condensado e açúcar.
Mexer até ficar homogêneo.
Nunca experimentar.

ARROZ COM FEIJÃO

Cozinhe arroz no azeite de oliva com cebola e uma pitada de sal. Tempere um omolocum com grãos inteiros. Reserve alguns camarões grandes. Numa forma de pudim ou em um colobô colocado um copo no meio para ficar um buraco, arrume primeiro o arroz em seguida o feijão, aperte bem para ligar o arroz com o feijão fradinho, desenforme num prato raso e enfeite o buraco que vai ficar no meio com os camarões grandes.

FEIJÃO FRADINHO

Coloque $^1/_2$ kg de feijão fradinho para fritar em dendê com uma pitada de sal.

PEIXE DE LOGUN

200gr de milho vermelho cozido + 200gr de feijão fradinho cozido + azeite-de-dendê + 1 bagre + pó de camarão seco + sal a gosto +1 cebola grande ralada + folhas de bananeira. Tempere o peixe com dendê, cebola e pó de camarão. Enrole em folha de bananeira e asse no forno. Refogue a cebola no azeite e o pó de camarão, Misture o feijão e mexa. Arrume o peixe assado no centro do práto de barro, ao lado coloque o refogado de feijão e do outro lado o milho.

PESCADO DE LOGUN

$^1/_2$ kg de peixe (pescada, anchova, vermelho) + 1 molho de cheiro verde + coentro a gosto + pimenta + sal + azeite de oliva + 1 xícara de amendoim torrado. Lave e tempere o peixe. Refogue com os temperos no azeite e deixe cozinhar. Depois de pronto, desligue o fogo, junte parte do amendoim e tampe a panela, deixando por 10 minutos. Coloque num alguidar ou prato de barro e enfeite.com o restante do amendoim.

PAMONHAS

5 espigas de milho verde + duas colheres de sopa de açúcar +1 colher de sopa de leite + palha do milho para embrulhar as pamonhas. Rale as espigas. Passe a massa

numa peneira para tirar as cascas do grão. Misture o açúcar e o leite, fazendo uma massa grossa.
Prepare uns pacotinhos com a palha e coloque um pouco da massa dentro.
Leve ao fogo dentro de uma panela com água e deixe ferver até as palhas ficarem amareladas. Escorra e coloque em um algidar quando estiverem sequinhas e frias e ofereça ao orixá.

IYEWA

ABALÁ DE MILHO

Feita de massa de milho verde. É chamado popularmente de pamonha de milho verde. O milho verde é ralado e à massa resultante é misturada ao leite de coco com parte do bagaço, sal e açúcar. Esta massa é colocada em "palha" da própria casca do milho, atados nas extremidades. As pamonhas são submetidas a cozimento submersas em água fervente por um período de 15 minutos.

ABADÔ

Feitas de farinha de milho amarela, ou amendoim, previamente torrados, passado no moinho, misturado com farinha de mandioca, sal e açúcar, também chamado de fubá de milho ou fubá de amendoim.

LELE

Doce feito com quirela de milho vermelho, coco ralado, açúcar e leite de coco. Pode ser feito numa forma ou em folha de bananeira como acaçá.

Doce feito com quirela de milho vermelho, coco ralado, açúcar e leite de coco. Pode ser feito numa forma ou em folha de bananeira como acaçá.

Cozinhar a Quirela em água, escorrer esta água e por para cozinhar mais um pouco com leite, leite de coco, leite condensado e açúcar.

Mexer até ficar homogêneo.

PIRÃO DE BATATA DOCE

Cozinhar a batata doce, amassar, refogar cebola ralada no dendê com camarão e refogar a batata doce.

BATATA DOCE FRITA

Cortar a batata doce em tirinhas e fritar no dendê, colocar uma pitada de sal depois de frita.

OMOLOCUM DE IYEWA

Cozinhar o feijão fradinho na água, sal e dendê. Em seguida amassá-lo. Fazer o molho de camarão com cebola, cheiro verde. Cozinhar 6 ovos, descasca-los. O molho será adicionado a massa do feijão Os ovos são colocados sobre o pudim para enfeitá-lo. Regar tudo com azeite doce.

VATAPÁ DE GALINHA

Cozinha a galinha em pedaços, com bastante caldo. Prepara-se uma mistura de leite de coco, camarão, ' castanha de caju moída, gengibre e dendê. Desmanchar farinha de trigo com água fazendo uni mingau ralo, se necessário passe na peneira. Com a galinha cozida jogue o mingau e os temperos mexendo até dar ponto.

BANANA DA TERRA

Fritar banana da terra no azeite de dendê e colocar em prato de barro.

COMIDA DE YEWA I

1 kg de feijão fradinho, 500 ml azeite de dendê, sal, 1 cebola grande ralada ou triturada, um coco descascado e fatiado em tiras.

Torrar o feijão previamente molhado e escorrido em água e sal. Depois fazer um refogado de azeite de dendê, camarão e cebola e quando estiver bem frito misturar o feijão e o côco em fatias para que obtenha uma cor homogenia em todo o material. Deixar esfriar colocar em vasilha de barro ou louça de acordo com sei costume e está pronto.

COMIDA DE YEWA II

Torra-se feijão fradinho, milho vermelho e amendoim. Coloca-se num alguidar e cobre-se com mel de abelhas, vinho branco e canela em pó. Arreia-se aos pés do Orixá ou na beira de um lagoa, com duas velas acesas.

COMIDA DE YEWA III

Prepare os seguintes ingredientes, em pequenas quantidades, separadamente e, depois de prontos misture-os num alguidar: Pedaços (cubinhos) de coco cozido + feijão preto refogado (só os caroços) + feijão fradinho refogado + batata doce cozida em pedaços + milho de galinha cozido + banana-da-terra frita em cubinhos + camarão seco (lave-os para retirar o excesso de sal).

MANDIOCA DOCE

Cozinha-se 16 pedaços de mandioca cortados em cubo. Depois de bem cozidos, coloca-se numa panela de barro onde se acrescenta: Melado de cana; mel de abelhas; canela em casca e 8 favas de anis estrelado. Deixa-se ferver em fogo brando durante vinte minutos. Retira-se do fogo e, depois de frio, coloca-se à Yewá, deixando por sete dias com velas acesas. Despacha-se em um rio.

OBÁ

ABARA

O abará tem a mesma massa que o acarajé; a única diferença é que o abará é cozido, enquanto o acarajé é frito.

O preparo da massa é feito com feijão fradinho, que deve ser quebrado em um moinho em pedaços grandes e colocado de molho na água para soltar a casca. Após retirada toda a casca, passa-se novamente no moinho, desta vez deverá ficar uma massa bem fina. A essa massa acrescentam-se cebola raiada, um pouco de sal, duas colheres de dendê e um pouco de pó de camarão, colocam-se também camarões secos previamente escaldados para tirar o sal, que podem ser moído junto com o feijão, além de alguns inteiros.

Essa massa deve ser envolvida em pequenos pedaços de folha de bananeira, semelhante ao processo usado para fazer o acaçá, e deve ser cozido no vapor em banho-maria. É servido na própria folha.

ABALÁ DE MILHO

Feita de massa de milho verde. É chamado popularmente de pamonha de milho verde e . O milho verde é ralado e à massa resultante è misturada ao leite de coco com parte do bagaço, sal e açúcar. Esta massa é colocada em "palha" da própria casca do milho; atados nas extremidades. As pamonhas são submetidas a cozimento submersas em água fervente por um período de 15 minutos.

LELE

Doce feito com quirela de milho vermelho, coco ralado, açúcar e leite de coco. Pode ser feito numa forma ou em folha de bananeira como acaçá.

Doce feito com quirela de milho vermelho, coco ralado, açúcar e leite de coco. Pode ser feito numa forma ou em folha de bananeira como acaçá.

Cozinhar a Quirela em água, escorrer esta água e por para cozinhar mais um pouco com leite, leite de coco, leite condensado e açúcar .

Mexer até ficar homogêneo .

PIRÃO DE FRADINHO

Cozinha o feijão fradinho, refoga com cebola dendê e camarão seco, coloca um pouco de água e aos poucos farinha de mandioca para ficar na forma de pirão.

AKARA DE OBÁ

Faz a massa do acarajé, encaixa um quiabo inteiro em cada bolo arrumado para fritar, frita-se no dendê bem quente.

Ovos de Obá

– temperos verdes

– ovos a vontade

– azeite de dendê

Modo de preparo: reúna numa frigideira uma porção de temperos verdes e faça um refogado com azeite de dendê. Abra os ovos que quiser sobre o refogado, e vá cobrindo esses ovos com o dendê fervente. Quando estiverem duros, coloque-os no recipiente, espere esfriar e entregue ao orixá.

OYÁ

ABARA

O abará tem a mesma massa que o acarajé: a única diferença é que o abará è cozido, enquanto o acarajé é frito.

O preparo da massa é feito com feijão fradinho, que deve ser quebrado em um moinho em pedaços grandes e colocado de molho na água para soltar a casca. Após retirada toda a casca, passa-se novamente no moinho, desta vez deverá ficar uma massa bem fina. A essa massa acrescentam-se cebola ralada, um pouco de sal, duas colheres de dendê e um pouco de pó de camarão, colocam-se também camarões secos previamente escaldados para tirar o sal, que podem ser moído junto com o feijão, além de alguns inteiros.

Essa massa deve ser envolvida em pequenos pedaços de folha de bananeira, semelhante ao processo usado para fazer o acaçá, e deve ser cozido no vapor em banho-maria. É servido na própria folha.

ACARAJÉ

Na África, é chamado de àkàrà que significa bola de fogo, enquanto je possui >o significado de comer. No Brasil foram reunidas as duas palavras numa só, acara-je, ou seja, "comer bola de fogo".

Ò acarajé, o principal atrativo no tabuleiro, é um bolinho característico do candomblé. Sua origem é explicada por um mito sobre a relação de Xangô com suas esposas, Oxum e lansã. O bolinho se tornou, assim, uma oferenda a esses orixás. O acarajé é feito com feijão-fradinho, que deve ser quebrado.em um moinho em pedaços grandes e colocado de molho na água para soltar a casca. Após retirar toda a casca-, passar novamente no moinho, desta vez deverá ficar uma massa bem fina. A essa massa acrescenta-se cebola ralada e um pouco de sal.

O segredo para o acarajé ficar macio é o tempo que se bate a massa. Quando a massa está no ponto, fica com a aparência de espuma. Para fritar, use uma panela funda com bastante dendê ou azeite doce.

Normalmente usam-se duas colheres para fritar, uma colher para pegar a massa e uma colher de pau para moldar os bolinhos. O azeite deve estar bem quente antes de colocar o primeiro acarajé para fritar.

Esse primeiro acarajé sempre é oferecido a Exu pela primazia que tem no candomblé. Os seguintes são fritos normalmente e ofertados aos órixas para os quais estão sendo feitos.

AMALÁ

Prepara-se o amalá em rodelas e serve numa sopeira de louça (neste caso).

Separar 12 quiabos grandes inteiros e frita-los no dende.
Cortar em cruz/rodela/palito ou lasca de lápis quiabos suficientes.
Fritar cebola ralada e camarão seco moído
Juntar o quiabo e refogar
Untar uma gamela com creme de acaçá/geleia de goiabada/creme de farinha de mandioca (pirão)/creme de fubá (polenta) colocar o amalá. Servir quente.

Os amalás podem levar carne de peito, rabada, ser ainda enfeitados com acarajés, abaras, acaçás etc.

MAÇAS
9 maças fervidas sobre uma bacia de Ebô (canjica) regada com mel.

CURAU DE MILHO
6 espigas de milho verde raladas + 1 xicara de açúcar mascavo + 1/2 litro de leite de coco. Misturar os ingredientes em uma panela até cozinhar.

FAROFA DE CAMARÃO
Farinha de mesa + 1 xícara de azeite de dendê + 1 cebola grande ralada + 250gr. de camarões secos. Refogue a cebola no azeite e acrescente a farinha com o camarão socado. Coloque em uma travessa de barro e enfeite com camarões inteiros.

IGBEJI

CARURU

É preparado com quiabo cortado em quatro de comprido e depois em rodelas, cebola ralada ou batida no processador, pó de camarão, sal, azeite de dendê, castanha-de-caju torrada e moida, amendoim torrado sem casca e moido.

Preparação: Numa panela coloque azeite de dendê, a cebola e o sal, refogue um pouco, em seguida coloque o quiabo cortado, colocar um pouco de água e deixar cozinhar, quando estiver cozido colocar aos poucos a castanha e o amendoim acrescentando um pouco mais de dendê, depois de pronto é colocado numa gamela.

VATAPÁ I

Coloque o pão de molho na metade do leite de coco e reserve a outra metade. Deixe por 2 ou 3 horas. No liquidificador, bata os pães deixados de molho, o amendoim, a castanha de caju, a gengibre, as cebolas, o alho, o camarão seco e o sal. Triture todos os ingredientes. Leve ao fogo e vá adicionando aos poucos o restante do leite de coco e o azeite de dendê, acerte o sal e deixe por 20 a 30 minutos. Deve até atingir o ponto de consistência de uma pasta firme. Se ficar ralo acrescente um pouco de farinha de trigo.

VATAPÁ II (PARA SERVIR AS PESSOAS)

1 peixe de 2,5kg em postas
1 cebola grande em rodelas
4 tomates sem casca em rodelas
5 colheres de sopa de coentro picado
5 colheres de sopa de azeite de dendê
200g de camarão seco defumado torrado e descascado
1 xícara de chá de castanha de caju .
1 xícara dé chá de amendoim torrado e descascado
1 pedaço de 7cm de gengibre
2 pães de forma sem casca
2 xícaras de chá de leite de côco
4 xícaras de châ de água
Sal e pimenta do reino a gosto

Tempere o peixe com sal e pimenta. Arrume as postas numa panela fazendo camadas alternadas de cebola, tomate e coentro. Molhe com suco de limão. Acrescente o

azeite-de- Dendê por cima, tampe a panela e leve ao fogo. Cozinhe até que o peixe esteja macio. Retire o peixe dos temperos do caldo. Tire as espinhas e reserve o peixe. Passe os temperos de cozimento do peixe pelo liqüidificador junto com o caldo, o camarão seco, a castanha de caju o amendoim e o gengibre. Reserve.

Numa vasilha grande, coloque todas as fatias de pão, junte o leite de côco e amasse bem.
Acrescente a água e mexa. Junte os temperos moídos e coloque tudo numa panela. Acrescente 1/2 xícara de dendê e leve ao fogo para cozinhar, mexendo com uma colher de pau.
Deixe ferver por 15 minutos, mexendo até obter um creme brilhante. Acrescente os pedaços de peixe reservados e misture. Sirva quente.

Yemanja

ARROZ COM COCO

Cozinhar canjica e escorrer bem, refogar numa panela dendê, cebola e camarão seco. Juntar o ebô (canjica) cozido. Ralar meio coco seco com a pele e meio sem a pele, enfeitar intercalando as cores.

BOLAS DE ARROZ

Colocar arroz para cozinhar em água e azeite de oliva até ficar papa. Fazer bolas e deixar esfriar.

COMIDA DE YEMANJA

1k de milho branco, 1k de arroz branco, cebola descascadas trituradas ou raladas, um uma colher de sopa de banha de ori (gordura vegetal de origem africana.) sal a gosto. Cozinhar o milho branco bem cozido depois lavar em água corrente e escorrer, em outra vasilha cozinhar o arroz em bastante água e depois de cozido escorrer e lavar em água corrente. Fazer um refogado de cebola e banha de ori sal a gosto e refogar cada um separadamente depois colocar em uma única vasilha as duas comidas ocupando a metade da vasilha com cada uma das comidas. Deixar esfriar e está pronto.

MANJAR COM PEIXE

Fazer um manjar de creme de arroz colocar numa travessa, deixar esfriar, assar um peixe no azeite e colocar por cima.

MANJAR

Preparado de amido de milho, leite, açúcar e côco ralado. Cozido até dar o ponto colocado em forma para desenformar quando frio.

EBÔ PUPA

Cozinhar o ebô, refogar cebola e camarão seco, acrescentar o ebô (canjica).

Barriga de Arroz

Cozinhar arroz papa, refoga com azeite doce e cebola. Unta um prato fundo um fio de azeite, coloca o arroz e aperta para dar formato, depois vira em um prato raso e faz um furo como se fosse o umbigo da barriga.

XANGO E AIRÁ

CARURU

É preparado com quiabo cortado em quatro de comprido e depois em rodelas, cebola ralada ou batida no processador, pó de camarão, sal, azeite de dendê, castanha-de-caju torrada e moída, amendoim torrado sem casca e moído. Preparação: Numa panela coloque azeite de dendê, a cebola e o sal, refogue um pouco, em seguida coloque o quiabo cortado, colocar um pouco de água e deixar cozinhar, quando estiver cozido colocar aos poucos a castanha e o amendoim acrescentando um pouco mais de dendê, depois de pronto é colocado numa gamela.

ABALÁ DE MILHO

Feita de massa de milho verde. E chamado popularmente de pamonha de milho verde e . O milho verde é ralado e à massa resultante é misturada ao leite de coco com parte do bagaço, sal e açúcar. Esta massa é colocada em "palha" da própria .casca do milho, atados nas extremidades. As pamonhas são submetidas a cozimento submersas em água fervente por um período de 15 minutos.

ABARA

O abará tem a mesma massa que o acarajé: a única diferença é que o abará é cozido, enquanto o acarajé é frito.

O preparo da massa é feito com feijão fradinho, que deve ser quebrado em um moinho em pedaços grandes e colocado de molho na água para soltar a casca. .Após retirada toda a casca, passa-se novamente no moinho, desta vez deverá ficar uma massa bem fina. A essa massa acrescentam-se cebola ralada, um pouco de sal, duas colheres de dendê e um pouco de pó de camarão, colocam-se também camarões secos previamente escaldados para tirar o sal, que podem ser moído junto com o feijão, além de alguns inteiros.

Essa massa deve ser envolvida em pequenos pedaços de folha de bananeira, semelhante ao processo usado para fazer o acaçá, e deve ser cozido no vapor em banho-maria. É servido na própria folha.

ABEJEBÓ

Cortar quiabos em rodelas finas, acrescentar água e bater até formar baba (mexendo com movimentos e cima para baixo puxando a baba). Pode levar açúcar, mel ou oliva. Ferver.

AMALÁ

Separar 12 quiabos grandes inteiros e fritá-los no dendê.
Cortar em cruz/rodela/palito ou lasca de lápis quiabos suficientes.
Fritar cebola ralada e camarão seco moído
Juntar o quiabo e refogar
Untar uma gamela com creme de acaçá/geleia de goiabada/creme de farinha de mandioca (pirão)/creme de fubá (polenta) colocar o amalá. Servir quente.

Os amalás podem levar carne de peito, rabada, ser ainda enfeitados com acarajés, abaras, acaçás etc.

OBS: cortar somente a coroa e jogar em cima do telhado.

OXALÁ

Sempre em pratos BRANCO !!
JAMAIS USARÁ DENDÊ !!!!!!

EBÔ
Canjica branca, mel, algodão. Cozinhar a canjica somente em água, depois colocar em vasilha branca regar com mel e cobrir com algodão.

EBÔ
Cozinhar ebô (canjica) em água, colocar em travessa branca, regar com azeite de oliva e mel colocar um cacho de uva Itália por cima.

MUNHÃ MUNHÃ
Cozinhar inhame (cará) ainda meio duro tire do fogo e raie em tiras, arrumar em travessa branca.

BOLAS DE INHAME
Cozinhe o inhame, amasse como purê, misture oliva e banha de ori, faça bolas e coloque numa travessa branca.

BOLAS DE ARROZ
Cozinhar arroz somente em água, depois de papa, fazer bolas e arrumar em travessa branca.

ABERÉM DE OXALÁ
Com a massa de acarajé, mistura azeite de oliva e cozinha em folha de bananeira como o ekuru.

OMIMTORO
Triturar a canjica, passar numa peneira, colocar de molho, cozinhar com água e açúcar até formar um mingau ralo e homogêneo.

CANJICA DOCE
Canjica cozida que se acrescenta açúcar, leite e coco.

ARROZ DOCE
Arroz que se acrescenta leite e coco.

IROKO

Farofa para Tempo/Iroko

Farinha de Mandioca torrada, mel e 1 pepino;
Coloque a farinha de mandioca num alguidar, vá colocando o mel e com as mãos faça uma farofa, corte o pepino em três partes no sentido longitudinal, coloque as fatias do pepino sobre a farofa de maneira que eles fique em pé, regue com mel.

ABEJEBÓ
Cortar quiabos em rodelas finas, acrescentar água e bater até formar baba (mexendo com movimentos e cima para baixo puxando a baba). Pode levar açúcar, mel ou oliva. Ferver.