

ENROLADINHOS E ESFIRRAS



Acesse nosso Canal no Telegram: [@que.delicia](#)

47
RECEITAS

**DICAS PARA
FAZER ESFIRRAS
PERFEITAS**

RECEITAS DOCES E SALGADAS DE DAR ÁGUA NA BOCA

Brasil Revistas

Entre em nosso Canal no Telegram.

Acesse t.me/BrasilRevistas



Tenha acesso as principais
revistas do Brasil.

Distribuição gratuita, venda proibida!

Que Delícia Ed.29
7.908.182.050.642

Expediente

EDICASE

!!! Gestão de Negócios

Direção Geral
Joaquim Carqueijó

Gestão de Canais
Vanusa Batista, Sidney Almeida e
Wellington Oliveira

Gestão Administrativa Financeira
Elisiane Freitas, Vanessa Pereira,
Flaviani Aprigio e Pedro Moura

Mídias Digitais
Clausilene Lima e Sergio Laranjeira

EDICASE EUROPA

Sócia-gerente
Adriana Andrade
geral@edicase.pt

EDICASE

!!! publicações

Publisher
Joaquim Carqueijó

Direção de Arte
Tami Oliveira

Direção Editorial
Gabriela Magalhães

Design
Ligia Fagundes, Julio Cesar Prava
e Manu Lopes

Redação
Matilde Freitas (MTB 67769/SP)
e Saula Lima (MTB 82535/SP)

Editora Filhada


ANER
www.aner.org.br

PROIBIDA A REPRODUÇÃO
total ou parcial sem prévia autorização da editora.

PRESTIGIE O JORNALEIRO:
compre sua revista na banca

IMAGENS MERAMENTE ILUSTRATIVAS
Crédito: Shutterstock



O TELETON ACABOU, MAS AS NOSSAS CRIANÇAS CONTINUAM PRECISANDO DE VOCÊ.



Acesse nossa página no Telegram: [@meuRAIAREVISTA](#)

*O envio da mensagem é gratuito.

Torne-se um mantenedor da AACD.
A sua doação é fundamental para a manutenção da AACD e a realização de milhões de atendimentos a cada ano.



vida é movimento

MAIS INFORMAÇÕES: (11) 5576-0847 ou (11) 5576-0849

E-mail: mantenedores@aacd.org.br | Site: aacd.org.br (opção "Quero ajudar")

Se preferir fazer a doação única via SMS*, envie uma mensagem com a letra T para 28127.

AACD | Associação de Assistência à Criança Deficiente.



Enfira de carne moída

Massa Básica de Enroladinhos.....	5
Enroladinhos de salsicha	6
Enroladinho de Queijo.....	7
Enroladinho de Goiabada.....	7
Enroladinho de Pizza.....	8
Pão de Mel Enrolado	9
Enrolado de Massa Folhada.....	9
Pastel Enrolado	10
Enroladinho de Linguiça	10
Enrolado de mortadela	11
Esfirra Árabe	12
Enrolado de salame	12
Enroladinho de Maçã	13
Enroladinho de bacon e ameixa	13
Enroladinho Tradicional de Presunto e Queijo.....	14
Enroladinho de bauru	15
Enroladinho Doce.....	15
Torta Enrolada de Queijo e Mussarela	16
Enroladinho de ricota	16
Enroladinhos de Banana	17
Enroladinho de Forma.....	17
Enrolado de Atum e Escarola	18
Massa básica para esfirra	19

Esfirra de carne moída	20
Esfirra de Abóbora.....	21
Esfirra de Iogurte	21
Esfirra de Frango I.....	22
Esfirra de Ricota	22
Esfirra de Batata Ralada	23
Esfirra aberta	24
Esfirra de soja	25
Esfirra de coalhada	25
Esfirra de Brócolis	26
Esfirra integral	27
Esfirra de queijo.....	28
Esfirra de legumes	29
Esfirra de Zaatar.....	29
Esfirra creme	30
Esfirra de frango com catupiry	31
Esfirra de Calabresa.....	32
Esfirra de Requeijão e Presunto	33
Esfirra de Aliche e queijo	33
Esfiha Aberta de Chocolate com Morango	34
Esfirra de Banana	35
Esfirra Folhada Doce	35
Esfirra de Frango II.....	36

MASSA BÁSICA DE ENROLADINHOS

Ingredientes

- 2 copos de água
- 2 colheres de sopa de fermento de pão
- 6 colheres de açúcar
- 1 colher de sal
- 10 colheres de óleo
- 1 kg farinha de trigo

Modo de Preparo

Misture bem todos os ingredientes da massa, colocando a farinha por último até dar ponto a massa e não grudar nas mãos. Recheie e modele a gosto. Deixe descansar por 20 minutos e leve ao forno.



ENROLADINHOS DE SALSICHA

Ingredientes

UNILEVER

- 1 tablete de fermento biológico (15g)
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1 xícara de chá de ADES original morno
- 3 xícaras de chá de farinha de trigo
- 3 colheres de sopa de óleo
- 2 ovos
- 1 colher de chá de sal
- 20 mini salsichas de frango cozidas e frias
- 1 ovo batido para pincelar
- Óleo para untar

Modo de Preparo

Unte uma assadeira grande (40 x 28 cm). Reserve. Em uma tigela, esfarele o fermento, junte o açúcar e misture até ficar líquido. Adicione o ADES original e meia xícara (chá) de farinha. Misture, cubra e deixe crescer por 10 minutos. Acrescente o óleo, os ovos e o sal e misture até a massa ficar pastosa. Adicione aos poucos a farinha restante e amasse até soltar das mãos. Coloque a massa sobre uma superfície enfarinhada e sove-a até ficar lisa e homogênea. Cubra-a e deixe crescer por 1 hora ou até dobrar de volume. Abra a massa em uma superfície enfarinhada, formando um retângulo. Corte-o em triângulos com lados de 9 cm. Coloque uma salsicha no centro de cada triângulo e enrole. Arrume os enroladinhos, com a emenda para baixo, na assadeira reservada, deixando pequenos espaços entre eles. Cubra-os e deixe crescer por 30 minutos ou até dobrarem de volume. Preaqueça o forno em temperatura média (180°C). Pincele os enroladinhos com o ovo e leve-os ao forno por 20 minutos ou até dourarem. Retire-os da assadeira ainda mornos e sirva-os frios. (Caso não encontre a mini salsicha de frango, utilize 10 salsichas de frango de tamanho normal, cortadas ao meio).



ENROLADINHO DE QUEIJO

Ingredientes

- 1 kg de farinha de trigo
- 2 ovos
- 2 copo tipo americano de água
- 1 copo tipo americano de açúcar
- 1 copo tipo americano de óleo
- 100g de coco ralado
- 250 ml tipo americano de leite
- 1 lata de leite condensado
- 2 tabletes de fermento (fermento seco)
- 1 queijo fresco

Modo de Preparo

Coloque os dois copos de água morna, o óleo, os ovos, o açúcar e o fermento, mexa até dissolver o açúcar, em seguida vá adicionando a farinha de trigo até dar o ponto de enrolar. Corte o queijo e enrole com a massa. Deixe descansando por 30 minutos. Faça uma calda grossa com o leite e o leite condensado para quando o enroladinho estiver assado, passar por cima e colocar coco ralado.

ENROLADINHO DE GOIABADA

Ingredientes

- 2 gemas
- 3 xícaras de chá de farinha de trigo
- 15 g de fermento biológico
- 1/2 xícara de chá de açúcar
- 1/2 xícara de leite
- 1 xícara de margarina
- 300 g de goiabada cascão em tirinhas
- 2 gemas para pincelar

Modo de Preparo

Dissolva o fermento com o açúcar, junte o leite, as gemas, a margarina e misture bem. Acrescente a farinha e amasse até ficar homogêneo e maleável. Coloque em uma travessa e cubra com um pano de prato, deixe crescer até dobrar de tamanho.

Abra a massa com um rolo uns 3 centímetros, coloque a goiabada em tirinhas, corte a massa e enrole. Coloque em uma assadeira untada com farinha e margarina. Leve ao forno por aproximadamente uns 25 minutos em forno preaquecido ou até dourarem.

ENROLADINHO DE PIZZA

Ingredientes

- 250 g de farinha de trigo
- 1 colher de sopa e meia de açúcar
- ½ colher de sopa de sal
- 15 g de fermento biológico fresco
- Água o suficiente até dar o ponto (cerca de 130ml)
- 100 ml de molho de tomate
- 200 g de queijo mussarela ralado
- 200 g de presunto picado
- Orégano a gosto
- Óleo para untar a massa
- 1 ovo batido para pincelar

Modo de Preparo

Numa tigela coloque a farinha de trigo, o açúcar e o sal, misture bem e reserve. À parte dissolva o fermento biológico fresco em aproximadamente 130 ml de água (quantidade suficiente para dar o ponto) e adicione na mistura de farinha (reservada acima). Misture até obter uma massa homogênea. Numa superfície polvilhada com farinha, coloque a massa e sove até que fique lisa e elástica. Deixe crescer numa tigela untada com óleo, coberta com um pano ou saco plástico, por 1 hora ou até dobrar de volume.

Volte a massa para a superfície enfarinhada e abra-a com um rolo até obter um retângulo de mais ou menos 30 x 40 cm e espalhe o molho de tomate.

Numa tigela misture o queijo mussarela ralado, o presunto picado e orégano a gosto e distribua sobre a massa. Enrole a massa (pelo lado maior). Para colar a ponta da massa pincele 1 ovo batido e grude a ponta no rocambole. Corte 14 fatias com 2 cm de espessura cada. Numa assadeira untada e enfarinhada, coloque as fatias separadamente e leve ao forno preaquecido moderado (170 graus) por 30 minutos ou até que estejam douradas. Sirva as fatias de pizza enrolada quentes. (diferente de uma pizza comum que precisa alta temperatura para assar a massa, esta receita precisa de forno médio para não queimar o recheio e a massa ficar assada por dentro).

PÃO DE MEL ENROLADO

Ingredientes

- 4 ovos
- 150 g de manteiga sem sal
- 100 g de chocolate meio amargo picado
- 1/4 de xícara de chá de licor de chocolate
- 1 colher de chá rasa de canela em pó
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 120 g de açúcar mascavo
- 1/2 xícara de chá de mel
- 230 g de farinha de trigo
- 1 pitada de sal

Recheio:

- 400g de chocolate branco
- 150 ml de creme de leite (lata sem soro)
- 1 colher de sopa de essência de caramelo

Modo de Preparo

Leve ao fogo, em uma panela média, o açúcar, a manteiga, o leite e o mel e mexa até derreter. Desligue o fogo e junte o chocolate picado até ficar morno. À parte, coloque em uma vasilha farinha de trigo peneirada. Junte a mistura de mel, a canela e os demais ingredientes e, por último, os ovos ligeiramente batidos e misture tudo muito bem. Despeje em uma assadeira número untada e enfarinhada e leve ao forno a 180 graus, até que fique bem assado. Derreta o chocolate, misture o creme de leite e a essência. Leve para a geladeira até ficar um pouco firme e recheie a massa. Enrole e faça a decoração com chantilly e arabescos de chocolate 1/2 amargo puro. Deixe esfriar completamente, recheie com o creme, enrole e decore a gosto.

ENROLADO DE MASSA FOLHADA

Ingredientes

- 1 pacote de massa folhada comprada pronta
- 100g de queijo mussarela
- 100g de presunto magro
- 2 colheres de sopa de massa de tomate

Modo de Preparo

Abra a massa folhada pronta. No meio coloque o queijo, o presunto e o molho de tomate. Feche bem e leve por mais ou menos 30 minutos ao forno.

PASTEL ENROLADO

Ingredientes

- 1 pacote de pastel quadrado pronto
- 1 tomate picado
- 200g de queijo (fatia)
- Orégano
- Banha de porco

Doce:

- 200g de queijo (fatia)
- Chocolate a gosto

Modo de Preparo

Pegue o pastel quadrado pelo comprimento e coloque a fatia do queijo inteiro todo. Depois, o tomate picado e o orégano e enrole, até que fique fininho (um pouco mais grosso que sushi).

Nas laterais, amasse com o garfo. Coloque a banha para esquentar e quando bem quente, coloque o pastel enrolado, até ficar douradinho.

ENROLADINHO DE LINGUIÇA

Ingredientes

- 4 xícaras de farinha de trigo
- 6 colheres de sopa de margarina
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de açúcar
- 1 colher de sobremesa de sal
- 1 lata de creme de leite

Recheio:

- 200g de linguiça calabresa
- 200g de mussarela picada
- 2 tomates picados sem semente
- 1 cebola picada
- 1/2 xícara de cheiro verde picado

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes da massa em uma vasilha até obter uma massa lisa e homogênea. Coloque o queijo e depois espalhe o recheio (misture os ingredientes do recheio) sobre a massa. Enrole, feche bem as laterais, pincele com ovo e leve para assar em forno preaquecido por 30 minutos.

ENROLADO DE MORTADELA

Ingredientes

- 1 tablete de fermento biológico
- 1 copo de requeijão de leite morno
- 4 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 colher de chá de sal
- 1/2 xícara de chá de óleo
- 1 gema para pincelar

Recheio:

- 300 g de mortadela, cortada bem fininha
- 300 g de queijo mussarela
- 4 tomates em rodela
- Orégano, salsinha e sal a gosto

Modo de Preparo

Dissolva o fermento no leite morno, acrescente o sal, o óleo e a farinha de trigo. Amasse bem. Divida a massa em duas partes e deixe crescer por 15 minutos. Abra as massas e recheie com mortadela, tomate, salsinha, orégano, sal e mussarela. Enrole e passe a gema. Leve para assar em forno médio de 180 graus, por aproximadamente 30 minutos. Retire do forno, deixe esfriar e corte em pedaços.

Assista nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



ESFIRRA ARABE

Ingredientes

Massa:

- 1 kg de farinha de trigo
- 2 tabletes de fermento biológico
- 1 xícara de açúcar
- 3 colheres de óleo de girassol
- 1 colher de sal
- Água morna o suficiente

Recheio:

- 1 kg de patinho moído duas vezes
- 1 cebola grande ralada
- Pimenta de cheiro e cheiro verde
- 4 tomates bem maduros
- Suco de 2 limões
- Sal a gosto
- 1 colher de manteiga de leite

Modo de Preparo

Coloque todos os ingredientes da massa em uma vasilha grande e acrescente água morna até a massa soltar das mãos e ficar macia. Deixe crescer por 20 minutos. Pique os tomates com semente e casca bem pequenos, acrescente a carne moída, a cebola, o cheiro verde, o suco de limão, sal e a manteiga. Mexa bem e deixe tomar gosto por uns 20 minutos. Depois da massa crescida, faça pequenas bolinhas, abra a massa com um rolo e coloque o recheio espremido e feche as esfirras. Deixe crescer mais uns 20 minutos e leve para assar em forno bem quente.

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

ENROLADO DE SALAME

Ingredientes

- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 ovo
- 1/2 xícara de chá de leite
- 3 colheres de sopa de óleo
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 1 colher de café de sal
- 150grs de salame fatiado fino
- 100grs de mussarela fatiada
- 1 gema batida para pincelar

Modo de Preparo

Aqueça o forno em 180°C. Em um recipiente, misture a farinha de trigo, sal, o ovo, o leite, o óleo, a margarina, e o fermento. Trabalhe a massa até ficar homogênea. Abra a massa com um rolo e esparrame as fatias de salame e mussarela. Enrole como um rocambole e pincele a gema. Ponha em uma forma retangular já untada com óleo e farinha e leve ao forno por 20 minutos aproximadamente, ou até dourar. Sirva quente ou frio.

ENROLADINHO DE MAÇÃ

Ingredientes

Recheio:

- 5 maçãs sem casca e sem sementes
- Suco de 1 limão
- 3 colheres de sopa de manteiga derretida
- 3 colheres de sopa de açúcar
- 2 colheres de sopa de farinha de rosca
- 1/2 xícara de chá de passa sem sementes
- 1 colher de chá de canela em pó.

Massa:

- 300 g de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1 ovo
- 1 pitada de sal
- Água o suficiente

Modo de Preparo

Corte as maçãs em fatias finas, coloque-as em um recipiente, regue com suco de limão e reserve. Misture a farinha de trigo, o açúcar, o ovo, o sal e acrescente água aos poucos até obter uma massa homogênea. Embrulhe em filme plástico e deixe descansar por uma hora. Aqueça o forno a 180°C. Abra a massa em uma superfície enfarinhada com um rolo até que fique bem fininha. Pincele toda a superfície da massa com 2 colheres de sopa de manteiga derretida. Polvilhe com 2 colheres de sopa de açúcar, espalhe a maçã, ponha mais 1 colher de sopa de açúcar, a farinha de rosca, a passa e a canela em pó. Enrole a massa, pincele com a manteiga derretida restante e leve ao forno por cerca de 30 minutos ou até que a massa esteja dourada. Retire do forno, polvilhe com mais um pouco de açúcar e sirva.

ENROLADINHO DE BACON E AMEIXA

Ingredientes

- 14 colheres de farinha de trigo
- 1 colher de fermento
- 2 colheres de margarina
- 3 colheres de óleo
- 2 colheres de leite
- Recheio:
- 250 gramas de ameixa preta sem caroço
- 250 gramas de bacon em fatias

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes da massa até ficar uniforme. Abra a massa com um rolo e corte em tiras. Coloque uma fatia de ameixa e uma de bacon e enrolar. Coloque na forma untada, pincele com uma gema e leve ao forno por 20 minutos

ENROLADINHO TRADICIONAL DE PRESUNTO E QUEIJO

Ingredientes

- 1 pacote de massa para pastel média de 500g
- 500g de presunto magro
- 500g de queijo mussarela
- 800 ml de leite
- 100g de queijo ralado grosso



Modo de Preparo

Abra a massa para pastel e retire os plásticos, coloque em cima de cada massa uma fatia de queijo e uma fatia de presunto. Em seguida envolva como um enroladinho de salsicha. Quando terminar de enrolar todas as massas, coloque-as em carreira em um refratário untado, cubra com leite e em seguida polvilhe o queijo ralado. Depois de montado leve ao forno baixo até dourar.



Assista nosso Canal no Telegram: [@CHOCABRASURREVISTAS](#)

ENROLADINHO DE BAURU

Ingredientes

- 1/2 kg de farinha de trigo
- 25 g de fermento para pão
- 1/2 copo de água
- 2 colheres de óleo
- 2 ovos
- Margarina para untar o tabuleiro
- Orégano
- 200 g de queijos
- 200 g de presunto
- 2 cebolas
- 1 pitada de sal e açúcar

Modo de Preparo

Misture o fermento com o açúcar, o sal, o ovo e com o óleo, coloque a água e misture novamente. Vá colocando a farinha pouco a pouco e misturando até começar a desgrudar da vasilha. Então coloque a farinha na mesa e comece a misturar na mão até desgrudar e ficar uma massa homogênea. Abra a massa com a ajuda de um rolo coloque o presunto, e depois o queijo. Corte a cebola em rodelas finas e coloque no meio, feche e corte em pedaços. Unte o tabuleiro com a margarina, pincele com a gema e coloque o orégano em cima. Deixe crescer dentro do forno desligado por exatamente 30 minutos. Preaqueça o forno por 15 minutos e coloque para assar a 180° graus. Quando a gema estiver dourada estará pronto. Sirva a seguir.

ENROLADINHO DOCE

Ingredientes

- 3 xícaras de farinha de trigo
- 1 pacotinho de fermento para pão
- 1 colher de sopa margarina
- 1 colher de sopa de óleo canola
- 1 ovo
- 1 xícara de água morna
- 1 pitada de sal

Para o recheio:

- 100g margarina em temperatura ambiente
- 1/2 xícara de açúcar refinado

Para a cobertura:

- 1/2 lata de leite condensado

Modo de Preparo

Misture a farinha, o sal e o fermento, depois junte os demais ingredientes. Coloque a água aos poucos até a massa dar liga, sem que grude nas mãos. Se a massa ficar grudenta, coloque mais uma ou duas colheres de sopa de farinha de trigo. Depois sove a massa e deixe-a descansar por 10min. Misture todos os ingredientes do recheio e reserve. Abra a massa com um rolo, em superfície enfarinhada, de modo que forme um retângulo com 1 cm de espessura. Passe, com uma colher, o recheio sobre toda a superfície. Enrole este retângulo como um rocambole, depois fatie formando rolinhos de mais ou menos 1 cm. Coloque os rolinhos em assadeira untada e coloque 1 colher (de café) de leite condensado em cima de cada rolinho. Depois leve ao forno 180 graus até que estejam dourados.

TORTA ENROLADA DE QUEIJO E MUSSARELA

Ingredientes

Massa:

4 xícaras de chá de farinha de trigo

1 xícara de chá de leite morno

50 g de fermento biológico

1 xícara de óleo

1 ovo inteiro

Sal

Recheio:

250 g de queijo prato fatiado

250 g de mussarela fatiada

2 a 3 tomates em rodelas

Cheiro verde picado a gosto

Orégano a gosto

Azeitonas verdes picadas a gosto

2 a 3 ovos cozidos e cortados em rodelas

Pimenta do reino e sal a gosto

Modo de Preparo

Numa vasilha funda, dissolva o fermento no leite morno. Junte os demais ingredientes da massa, misture bem com a ajuda de uma colher de pau, cubra e deixe descansar por 1/2 hora. Coloque sobre uma superfície lisa limpa e estenda com o auxílio de uma garrafa ou rolo. Distribua o recheio e enrole como rocambole, vedando bem as laterais para o recheio não se soltar. Coloque a torta em forma retangular grande e leve ao forno médio preaquecido até dourar. Sirva a seguir.

ENROLADINHO DE RICOTA

Ingredientes

2 xícaras de farinha de trigo integral

1/2 xícara de leite de soja

1/2 xícara de óleo

1 colher de queijo ralado (opcional)

1 colher de sal

1 ricota temperada com sal, azeite, alho e salsa

Modo de Preparo

Misture tudo, exceto a ricota temperada e o queijo ralado. Depois de pronta a massa, abra com um rolo, em espessura não muito fina. Corte em quadradinhos, recheie com a ricota temperada, enrolando como caracóis ou rolinhos. Coloque em uma assadeira untada e leve para assar. Se quiser, pincele gema de ovo e polvilhe queijo ralado.

ENROLADINHOS DE BANANA

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de açúcar
- 3 colheres de sopa de manteiga
- 1 gema
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 1/2 xícara de chá de leite
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 6 bananas-nanicas cortadas ao meio
- Farinha de trigo para polvilhar
- Açúcar para polvilhar
- Canela em pó para polvilhar
- Óleo para fritar
- 1 lata de leite condensado
- 4 colheres de sopa de chocolate em pó
- 1/2 colher de chá de essência de baunilha

Modo de Preparo

Em uma tigela, misture o açúcar com a manteiga, a gema, o fermento e o leite. Acrescente a farinha e misture bem até a massa ficar homogênea. Abra a massa em uma superfície enfarinhada com um rolo de macarrão, corte em tiras de 2 cm de largura. Polvilhe açúcar e canela sobre as bananas, enrole com as tiras de massa e frite em óleo bem quente. Escorra em papel absorvente e reserve. Em uma panela, misture o leite condensado, o chocolate em pó e a essência de baunilha, leve ao fogo médio por cerca 3 minutos. Retire do fogo e sirva sobre os enrolados de banana.

ENROLADINHO DE FORMA

Ingredientes

- 500 g de massa de pastel
- 250 g de presunto
- 250 g de mussarela
- 1/2 lata de milho
- 2 gemas
- 1 colher de sopa de óleo

Modo de Preparo

Bata no liquidificador o presunto, a mussarela e o milho (sem água). O recheio tem que ser bem seco. Faça rolinhos e coloque dentro das rodela de massa de pastel. Enrole, pincele com uma mistura das gemas com o óleo, coloque em forma untada e leve a assar. As rodela de massa de pastel podem ser compradas já prontas no mercado.

ENROLADO DE ATUM E ESCAROLA

Ingredientes

- 1 e ½ xícara de chá de farinha de trigo integral
- 1 xícara de chá rasa de leite desnatado
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de margarina cremosa
- 4 colheres de sopa de óleo de canola
- 1 colher de chá de açúcar
- 1 colher de chá de sal
- 1 tablete de fermento de pão
- 1 gema para pincelar

Recheio:

- 1 colher de chá de azeite
- 200 g de ricota esfarelada
- 1 dente de alho amassado
- 1 lata de atum em água
- 1 pé de escarola picado
- sal a gosto

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Modo de Preparo

Refogue a escarola no alho e no azeite. Reservar. Em um recipiente coloque o açúcar e o fermento, misturar. Acrescente o leite morno, o óleo, a margarina, a farinha integral e depois adicione a farinha de trigo aos poucos até a massa soltar das mãos. Depois de pronta deixe crescer por 30 minutos. Abra a massa em forma de retângulo, em uma mesa enfarinhada. Misture a escarola, a ricota, o atum, o sal, espalhe na massa e enrolar. Coloque em uma assadeira, deixe descansar por mais 30 minutos, pincele com a gema e espetar levemente com uma faca para que não abra. Leve ao forno.

MASSA BÁSICA PARA ESFIRRA

Ingredientes

30 a 32 gramas de fermento biológico seco
250 gramas de óleo de soja refinado
1 litro a 1 litro e $\frac{1}{4}$ de água filtrada
2 e $\frac{1}{2}$ quilos de farinha de trigo
250 gramas de açúcar refinado
25 gramas de sal refinado
Fubá

Modo de Preparo

Com o auxílio da batedeira, misturar a farinha com o fermento e o açúcar. Deixar descansar por cerca de cinco segundos. Adicionar o óleo, a água e o sal. Colocar a massa sobre uma superfície de mármore e sovar até que fique com aparência homogênea. Com uma faca cortar uma tira larga da massa. Depois, cortar ao meio. Fazer um rolo, deslizando a tira de massa sobre a mesa. Tomando como medida três dedos dispostos no sentido vertical, medir o rolo de massa e cortar os pedaços. Colocar um pedaço de massa sob a palma de cada mão ligeiramente côncava e fazer então movimentos circulares, formando bolinhas. Peneirar o fubá no outro extremo da mesa e jogue as bolinhas sobre ele. A farinha não permite que as bolinhas grudem, além de dar um sabor especial. Utilizar a sobra de fubá para jogar em cima das bolinhas. Deixar descansar enquanto estiver trabalhando o restante da massa. Utilizando novamente três dedos, achatar cada bolinha, forçando-os juntos sobre a massa. Dê formato à borda, girando quatro disquinhos de massa juntos. Deixar a massa descansar no tabuleiro, polvilhado de fubá, por 10 a 20 minutos. O tempo de cozimento é de 40 minutos de cozimento em forno convencional preaquecido a 180°C.

ESFIRRA DE CARNE MOÍDA

Ingredientes

- 45g de fermento fresco para pão
- 2 colheres de sobremesa de açúcar
- 1 colher de sobremesa de sal
- 1 xícara de chá de leite morno
- 1/2 xícara de chá de óleo
- 1 ovo inteiro
- 1/2 kg de farinha de trigo

Recheio:

- 1/2 kg de carne moída (acém moído)
- 1 tomate grande picado
- 1 cebola grande picada
- Suco de 2 limões
- Temperos a gosto: caldo de carne em pó, sal, orégano e tempero pronto
- Salsinha ou cheiro verde a gosto

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes do recheio e reserve. Dissolva o fermento com o açúcar e o sal, depois acrescente o leite morno, junte o óleo, o ovo e coloque a farinha de trigo, sove até ficar homogênea a massa, faça bolinhas do tamanho que deseja a esfirra, deixe reservada até espremer a carne até que saia todo o caldo, coloque um pouco da carne no centro da bolinha já aberta, e feche em formato de triângulo, pincele com gema misturada em um pouquinho de café, deixe crescer por 30 minutos e asse em forno preaquecido por aproximadamente 40 minutos.



ESFIRRA DE ABÓBORA

Ingredientes

- 1 colher de chá de fermento biológico granulado
- 3 copos de farinha de trigo integral
- 4 colheres de sopa de óleo
- 1 copo de farinha de aveia
- 1 colher de chá de sal
- 1 copo de água

Recheio:

- 600g de abóbora japonesa
- 300g de cebola
- 15 azeitonas verdes
- Shoyu e Sal

Modo de Preparo

Misture as farinhas, colocar o fermento. Dilua o sal na água morna e acrescentar o óleo. Aos poucos adicione esta mistura à farinha amassando bem até que a massa fique homogênea, flexível e macia. Coloque a massa em vasilha tampada e deixar fermentar até que dobre de tamanho (aproximadamente 2 horas). Divida a massa em três partes, abrir cada parte e colocar o recheio de abóbora. Montar as esfirras. Asse em forno médio até que fiquem douradas. Corte a abóbora, a cebola e a azeitona em cubos. Em uma panela preaquecida colocar duas colheres de sopa de óleo, refogar a cebola em fogo médio, acrescentar a abóbora por cima e uma pitada de sal, tampe e cozinhe em fogo baixo, adicionando um pouco de água se necessário. Quando a abóbora estiver cozida, misturar com a cebola e temperar com shoyu. Adicione a azeitona picada e recheie as esfirras.

Acesse nos [Blogs](#), [Telefones](#) e [REVISTAS](#)

ESFIRRA DE IOGURTE

Ingredientes

- 50g de fermento para pão
- 1 colher de sopa de sal e de açúcar
- 1 colher de margarina
- 1/2 xícara de óleo
- 1/2 xícara de água
- 1 ovo
- 1 copo de iogurte natural
- 700g de farinha de trigo

Recheio:

- 1/2kg de carne moída
- Suco de limão a gosto
- 1 cebola picada
- 1 tomate picado sem sementes

Modo de Preparo

Dissolva o fermento no açúcar e no sal e misture o ovo, a margarina, água, óleo, iogurte e misture a farinha até dar o ponto de soltar das mãos. Reserve. Misture a carne moída com o suco de limão, a cebola e o tomate e deixe de um dia pra outro. Depois, coloque numa peneira para escorrer o líquido da carne. Não é necessário deixar a massa crescer, faça as esfirras, recheie e leve ao forno até dourar.

ESFIRRA DE FRANGO I

Ingredientes

- 700g de farinha de trigo especial
- 2 copos de água
- 200 ml de óleo biológico
- 6 colheres sopa de açúcar
- 1/2 colher sopa de sal

Recheio:

- 500g peito de frango
- 1 cebola ralada
- 3 dentes de alho
- Cheiro verde
- Noz-moscada pitada
- Orégano
- Tomate picado sem semente
- Catupiry
- 1 colher de sopa de colorau
- 1 colher de sopa de margarina

Modo de Preparo

Dissolva o fermento com o açúcar e acrescentar os demais ingredientes e por último coloque a farinha aos poucos. Sove bem até a massa ficar lisa e depois fazer bolinhas e esticar com o rolo. Reserve. Cozinhe o frango com o colorau e a margarina e depois desfie o frango e refogue os outros ingredientes do recheio. Coloque o recheio nas bolinhas e pincele com a gema do ovo e coloque para assar.

ESFIRRA DE RICOTA

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de azeite de oliva
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 200 gramas de ricota fresca
- 2 cebolas grandes

Modo de Preparo

Prepare a massa para esfirra, conforme a receita de Esfirra Fechada. Recheie com a ricota, misturada com a cebola bem picada, sal, pimenta e azeite. Feche os triângulos de massa, colocar em assadeira polvilhada com farinha de trigo e pincelar com leite. Levar ao forno preaquecido durante 20 minutos.



ESFIRRA DE BATATA RALADA

Ingredientes

- 1 kg de farinha de trigo
- 2 ovos
- 1 colher de sopa de sal
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 1 xícara de óleo
- 2 xícaras de leite
- 120g de fermento biológico fresco ou 2 envelopes de fermento biológico instantâneo

Recheio

- 6 batatas grandes raladas e deixadas de molho na água e sal
- 200g de carne moída refogada com sal e pimenta a gosto
- 4 tomates picados
- 1 maço de salsinha picado com a cebolinha junto
- 1 cebola picada
- Sal, pimenta e pimenta síria a gosto
- 1/2 xícara de óleo

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Modo de Preparo

Misture os ovos com o óleo, leite, açúcar, sal, fermento e água. Adicione a farinha de trigo, aos poucos e amasse até obter uma massa lisa e homogênea. Unte uma bandeja, faça bolinhas com a massa e deixe descansar até dobrar de volume. Enquanto isso prepare o recheio: Escorra a batata e lave, esprema entre a palma das mãos para tirar o excesso de líquido delas. Ponha em uma tigela e adicione os demais ingredientes do recheio e misture muito bem. Sobre uma superfície untada com óleo, abra a bolinha em um círculo, ponha uma porção do recheio e feche a esfirra. Arrume numa travessa untada com óleo, com a abertura para cima e leve para assar em forno quente preaquecido até dourar dos dois lados.

ESFIRRA ABERTA

Ingredientes

- 3 tabletes de fermento para pão
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1 xícara de água
- 4 xícaras de farinha de trigo
- 1 xícara de óleo

Recheio:

- 200g de carne de vaca magra moída
- 1 cebola pequena bem picada
- Tomate bem picado, Sal e pimenta síria a gosto
- ½ colher de sopa de cheiro verde picado

Modo de Preparo

Misture o fermento com o açúcar. Reserve. Numa vasilha grande, coloque a farinha de trigo e faça um buraco no meio. Junte a mistura de fermento, óleo e misture devagar com uma colher de pau. Continue amassando até obter uma massa que não grude nas mãos. Se necessário, junte um pouco mais de água. Sove bem por uns 5 minutos. Cubra com um pano e deixe crescer até dobrar de volume. À parte, misture bem todos os ingredientes do recheio. Abra a massa em uma superfície de farinha, numa espessura bem fina. Corte rodela de 5 cm de diâmetro e espalhe um pouco de recheio no centro, pressionando levemente. Leve para assar até que as bordas estejam douradas.

Receita
da
Capa



ESFIRRA DE SOJA

Ingredientes

Massa:

45 gramas de fermento para pão

3 colheres de sopa de açúcar

½ colher de sopa de sal

4 xícaras de farinha de trigo

¾ xícara de água

½ xícara de óleo

Recheio:

Soja temperada

Modo de Preparo

Dissolva o fermento com o açúcar, o sal e a água. Numa tigela grande, coloque a farinha. Faça uma depressão no centro, acrescente a mistura do fermento e o óleo aos poucos e vá misturando tudo com uma colher de pau. Coloque o restante da água e amassar até obter uma massa de consistência mole e elástica, mas que não grude nas mãos. Se necessário, acrescente mais água. Sove bem a massa por uns 5 minutos. Cubra com plástico, coloque um pano por cima e deixe crescer por uns 30 minutos ou dobrar de volume. Preaqueça o forno em 300° C (quente). Pegue a massa crescida, colocar numa superfície com farinha e abrir numa espessura fina. Corte rodela de 7cm de diâmetro e acrescentar uma colher de chá do recheio de soja. Se quiser fazer esfirras abertas, basta distribuir o recheio por igual. Se quiser fechá-las, unir três laterais no meio da esfirra. Asse por 10 minutos até ficar com o fundo e as bordas ligeiramente douradas.

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

ESFIRRA DE COALHADA

Ingredientes

3 colheres de sopa de coalhada fresca

1 colher de chá de açúcar

1 colher de chá de sal

1 colher de chá de azeite

4 xícaras de farinha de trigo

1 tablete de fermento

1 copo de leite

Recheio:

3 colheres de sopa de coalhada fresca

2 colheres de sopa de manteiga

1 lata de carne vegetal

1 cebola média picada

Sal e limão a gosto

Modo de Preparo

Junte todos os ingredientes da massa e amasse até ficar macia, sem grudar nas mãos, faça bolinhas e cubra para crescer por 2 horas. Refogue a cebola na manteiga, depois junte a carne vegetal, a coalhada e o sal. Recheie a massa e leve ao forno.

ESFIRRA DE BRÓCOLIS

Ingredientes

Massa:

- 1 envelope de fermento biológico em pó
- 3 colheres de sopa de açúcar mascavo
- 4 xícaras de chá de farinha integral
- ½ xícara de chá de azeite de oliva
- ½ colher de sopa de sal marinho
- 2 colheres de sopa de gergelim
- óleo de soja para untar
- 180 ml de água morna

Recheio:

- 2 tomates picados, sem pele, sem sementes
- 4 colheres de sopa de cebolinha verde picada
- ½ colher de sopa de pimenta-do-reino branca
- 2 colheres de sopa de salsinha picada
- 2 colheres de sopa de alecrim fresco
- 2 colheres de sopa de hortelã fresca
- ½ colher de sopa de cominho em pó
- ½ xícara de chá de óleo de soja
- 5 dentes de alho picados finamente
- 1 e ½ pimentão verde picado
- 1 maço de brócolis cozido
- 2 cenouras raladas
- 1 cebola picada

Modo de Preparo

Misture, o fermento com o açúcar e 4 colheres de (sopa) de farinha integral e vá adicionando a água aos poucos até ficar com a consistência de um mingau. Feito isto, deixe-o de lado e espere o fermento crescer. Numa tigela grande, coloque o resto da farinha e o sal, faça uma depressão no centro, acrescente a mistura do fermento e o óleo aos poucos e vá misturando tudo com uma colher de pau. Coloque o restante da água e amasse até obter uma massa de consistência mole e elástica, mas que não grude nas mãos. Se necessário, acrescente mais água. Sove bem a massa por uns 5 minutos. Cubra com um pano e deixe crescer até a massa dobrar de volume. Pegue a massa crescida, coloque numa superfície com farinha e abra-a numa espessura fina. Corte rodela de 7 cm de diâmetro e acrescente uma colher de chá do recheio. Una as três laterais no meio da esfirra vire-a coloque em uma forma untada com óleo. Preaqueça o forno em 300° C, e asse por aproximadamente 10 minutos, até ficar com o fundo e as bordas ligeiramente douradas. Se quiser fazer esfirras abertas, basta distribuir o recheio por igual, levar à forma untada com óleo de soja e assar nas mesmas condições citadas acima. Coloque o óleo, o alecrim e a hortelã em uma panela e deixe aquecer, depois de aquecido o alecrim e a hortelã começarão a fritar, deixe que isso aconteça por uns 2 minutos e depois os retire do óleo. No óleo que ficou na panela, refogue a cebola, a cenoura, o alho, o pimentão e o tomate deixando-o fritar até evaporar a água. A seguir acrescente o brócolis deixando-o fritar por uns 2 minutos, e vá adicionando aos poucos, a pimenta, o cominho, o orégano, a cebolinha verde e a salsinha. Tudo isso deve ser feito em fogo alto e mexendo sem parar.

ESFIRRA INTEGRAL

Ingredientes

- 3 colheres de sopa de azeite extra virgem (opcional)
- 2 colheres sopa de semente de linhaça
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 2 xícara de chá de farinha de trigo integral fina
- 1 xícara de chá de iogurte natural desnatado
- 1 xícara de chá de gérmen de trigo tostado
- 1 xícara de chá de farinha comum
- ½ xícara de chá de leite desnatado

Recheio:

- 1 xícara de chá de proteína texturizada de soja granulada
- ½ xícara de chá de shoyu (molho de soja)
- 1 xícara de chá de tomates em cubo
- 1 xícara de chá de água
- 1 colher de sopa de azeitonas picadinhas
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva
- 3 colheres de sopa de cebola
- Sal moído iodado marinho à gosto

Instagram: t.me/BRASILREVISTAS

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes secos, abra um espaço no centro, adicione os outros ingredientes e envolva todos aos poucos. Leve a massa à geladeira por aproximadamente 30 minutos. Hidrate a proteína de soja na água com shoyu por 20 minutos, espremer e desprezar a água. Refogar a cebola no azeite, acrescentar a proteína, tomates, azeitonas e deixar apurar. Abrir a massa com o rolo, modelar a esfirra e rechear. Levar para assar em forno preaquecido até dourar. Se desejar pincelar gema de ovos.

ESFIRRA DE QUEIJO

Ingredientes

30 a 32g de fermento biológico seco
250 g de açúcar refinado
250 g de óleo de soja refinado
1 litro a 1 litro e ¼ de água filtrada
2 e ½ quilos de farinha de trigo
25 gramas de sal refinado
Fubá

Recheio:

3 quilos de queijo fresco tipo Minas
Salsinha e Sal

Modo de Preparo

Com o auxílio da batedeira, misture a farinha com o fermento e o açúcar. Deixe descansar por cerca de 5 segundos. Adicione o óleo, a água e o sal. Coloque a massa sobre uma superfície de mármore e sovar até que fique com aparência homogênea. Corte com uma faca uma tira larga da massa. Depois, corte ao meio. Faça um rolo, deslizando a tira de massa sobre a mesa. Tomando como medida 3 dedos dispostos no sentido vertical, medir o rolo de massa e cortar os pedaços. Coloque um pedaço de massa sob a palma de cada mão ligeiramente côncava e fazer então movimentos circulares, formando bolinhas. Peneire o fubá no outro extremo da mesa e vá jogando as bolinhas sobre ele. Utilize a sobra de fubá para jogar em cima das bolinhas. Deixe descansar enquanto estiver trabalhando o restante da massa. Utilizando novamente 3 dedos, achate cada bolinha, forçando-os juntos sobre a massa. Dê formato à borda, girando quatro disquinhos de massa juntos. Deixe a massa descansar no tabuleiro, polvilhado de fubá, por 10 a 20 minutos. O tempo de cozimento é de 40 minutos de cozimento em forno convencional preaquecido a 180°C. Passe o queijo no moedor,

junto com a salsinha e o sal. Se achar necessário, misture no mix. Com a mão gire o disco e com a outra espalhar o recheio (cerca de 30 gramas) em movimentos circulares das bordas para o centro. Leve para assar em forno preaquecido por 40 minutos. A massa de esfirra deve ser consistente (acrescente farinha se necessário).



ESFIRRA DE LEGUMES

Ingredientes

Massa:

- ½ tablete de fermento biológico
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de açúcar
- 3 colheres de sopa de óleo

Recheio:

- ½ xícara de chá de ervilha fresca cozida
- ½ cenoura média cozida em cubos pequenos
- 2 dentes de alho amassados
- 1 gema ligeiramente batida
- Sal a gosto

Modo de Preparo

Em uma tigela pequena, coloque o fermento, o açúcar, o sal e ½ xícara de chá de água e misture até dissolver o fermento. Junte, aos poucos, a farinha de trigo peneirada e 1 colher de sopa de óleo. Sove até obter uma massa lisa e elástica. Cubra a tigela com filme plástico e deixe descansar por 30 minutos, ou até dobrar de volume. Aqueça em uma panela 1 colher de sopa de óleo, junte o alho, a cenoura, a ervilha e o sal. Refogue até os legumes ficarem macios. Ligue o forno à temperatura média. Abra a massa em uma superfície enfarinhada e cortar em 20 quadrados de 10 cm. Distribua o recheio e una as pontas da massa formando uma pequena trouxa. Pincele as esfirras com a gema e leve ao forno em forma untada com óleo, até dourar.

ESFIRRA DE ZAATAR

Ingredientes

- 1/2 kg de farinha de trigo peneirada
- 1/2 copo de água morna
- 1 colher de sopa de Sal
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1/2 tablete de fermento biológico

Recheio:

- 6 colheres de sopa de Zaatar (a venda em casas árabes)
- ½ xícara de chá de azeite de oliva.

Modo de Preparo

Misture bem a farinha, o açúcar e o sal. Dilua o fermento na água e despeje no centro da farinha. Sove a massa, cubra e deixe-a descansar por 6 horas. Misture bem o Zaatar e o Azeite. Reserve. Abra pequenos discos de massa em espessura fina e distribua o recheio a gosto. Assar em forno pré-aquecido a 185oC por aproximadamente 15 minutos.

ESFIRRA CREME

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de margarina
- 1 colher de açúcar
- 1 colher de chá de sal
- ½ xícara de chá de óleo
- 3 xícaras de chá de leite
- Farinha para enfarinhar a superfície
- 4 tabletes de fermento biológico
- 1 quilo de farinha de trigo
- 4 ovos

Recheio:

- 4 xícaras de chá de folhas de espinafre picado
- 1 xícara de chá de leite
- 2 xícaras de sopa de manteiga
- 400 g de ricota amassada
- 2 dentes de alho amassado
- 1 cebola grande picada

Sal a gosto [Canal no Telegram: t.me/BASILREVISTAS](https://t.me/BASILREVISTAS)

Modo de Preparo

Bata no liquidificador o fermento dissolvido no leite morno, o óleo, os ovos, o açúcar, a margarina e o sal até ficar homogêneo. Coloque a farinha peneirada em uma vasilha, abrir uma cova e despejar o líquido aos poucos, mexendo com uma colher de pau até incorporar. Transfira a massa para uma superfície lisa e levemente enfarinhada, sovar a massa por uns 10 minutos ou até ficar macia e elástica e com uma consistência ligeiramente mole. Cubra e deixe descansar por 40 minutos. Derreta a manteiga numa frigideira grande, refogue o alho e a cebola até amolecer, junte o espinafre e deixe cozinhar por 4 minutos. Bata no liquidificador o refogado de espinafre, a ricota e o leite até obter um creme. Faça bolinhas com a massa, abrir com a ajuda de um rolo, colocar o recheio no centro e unir as pontas, formando um triângulo. Cubra e deixar descansar por mais 15 minutos. Leve para assar em forno médio, preaquecido, por 20 minutos ou até ficar ligeiramente dourado.

ESFIRRA DE FRANGO COM CATUPIRY

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de açúcar
- 1 colher de sopa de sal
- 2 xícaras de chá de água morna
- 1 xícara de chá de óleo
- 2 ovos ligeiramente batidos para pincelar
- 50 gramas de fermento biológico
- Farinha de trigo para polvilhar
- 1 quilo de farinha de trigo

Recheio:

- 2 colheres de sopa de salsa picada
- 6 colheres de sopa de azeite
- 2 caixas de requeijão tipo catupiry (410 gramas cada)
- 1 quilo de peito de frango cozido e desfiado
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 2 cebolas picadas
- 2 tomates picados

Modo de Preparo

Junte o açúcar, o sal e o fermento e misturar até ficar homogêneo. Junte o óleo, a água e a farinha, aos poucos, até soltar das mãos. Sove e faça bolinhas do mesmo tamanho. Distribua sobre uma superfície enfarinhada e deixar crescer por 20 minutos. Reserve. Refogue a cebola e o tomate no azeite. Junte o frango, o sal e a pimenta-do-reino a gosto e refogar por mais 5 minutos. Misture a salsa e deixar esfriar. Junte o catupiry e misture. Recheie as esfirras e feche-as. Coloque em uma assadeira, pincele os ovos e leve ao forno por 25 minutos ou até dourar.



ESFIRRA DE CALABRESA

Ingredientes

Massa:

700g de farinha de trigo especial

2 copos de água

200 ml de óleo biológico

6 colheres sopa de açúcar

1/2 colher sopa de sal

Recheio:

4 gomos de calabresa

2 cebolas raladas

Limão

Cheiro verde

Tomate picado

Orégano

Modo de Preparo

Dissolva o fermento com o açúcar e acrescente os demais ingredientes e por último coloque a farinha aos poucos. Sove bem até a massa ficar lisa. Ralar a calabresa e acrescente os ingredientes do recheio. Faça bolinhas e estique com o rolo. Coloque o recheio e pincele com a gema do ovo e coloque para assar.

[Acesse nosso Canal no Telegram: @BRASILREVISTAS](#)



ESFIRRA DE REQUEIJÃO E PRESUNTO

Ingredientes

- 1 colher de sopa de manteiga ou gordura hidrogenada
- 1 colher de sobremesa de sal
- 2 colheres de sopa de açúcar
- ½ xícara de chá de iogurte natural
- 1 e ½ xícara de chá de água morna
- ½ xícara de chá de óleo
- 1 quilo de farinha de trigo mais ou menos
- 50 gramas de fermento para pão
- 2 ovos

Recheio:

- 1 colher de sopa de orégano
- ½ quilo de presunto picado
- 300 gramas de requeijão
- 2 tomates picados
- 1 cebola picada

Modo de Preparo

Dissolva o fermento com o açúcar, acrescente a água morna, o óleo e o restante dos ingredientes e a farinha de trigo até soltar das mãos. Faça bolinhas, deixe crescer. Misture todos os ingredientes do recheio. Depois monte as esfirras, pincele com gema e leve para assar.

ESFIRRA DE ALICHE E QUEIJO

Ingredientes

- 100 g de fermento biológico
- 1 colher de sopa de sal
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 1 xícara de chá de óleo
- 2 xícaras de chá de água morna
- 1 kg de farinha de trigo
- 1 gema para pincelar

Recheio:

- 300g de queijo mussarela
- 200g de aliche picado

Modo de Preparo

Misture o fermento, o sal e o açúcar até virar um líquido. Junte o óleo, a água e misture. Acrescente a farinha aos poucos e misture bem até desgrudar das mãos. Sove bem. Divida em bolinhas e deixe crescer por 30 minutos. Misture os ingredientes do recheio. Abra a massa. Coloque o recheio e feche. Coloque em uma assadeira, deixe espaço entre elas. Pincele a gema e leve ao forno, preaquecido, por 30 minutos. Sirva a seguir.

ESFIIHA ABERTA DE CHOCOLATE COM MORANGO

Ingredientes

- 750 g de farinha de trigo
- 3 colheres de sopa de açúcar
- 1 colher de sopa rasa de sal
- 1 pacote de fermento biológico desidratado
- 1/2 xícara de chá de gergelim
- 2 ovos
- 1 copo de água/leite (meio a meio ou 1 copo de leite desnatado)
- 1/2 copo de óleo (de preferência de girassol)

Recheio

- 2 caixas de morangos picados e descansados com açúcar por meia hora;
- 1 barra de chocolate ao leite
- 1 lata de creme de leite sem soro

Modo de Preparo

Coloque numa vasilha os ovos, o leite, o fermento, o óleo, o sal e o açúcar. Deixe o fermento hidratar por 10 minutos. Acrescente então 500 g de farinha de trigo e o gergelim. Sove a massa até os ingredientes se incorporarem. Reserve de deixe a massa crescer até dobrar de tamanho. Importante: Esta massa pode ser preparada de véspera e guardada “crua” na geladeira. Para isso, siga os procedimentos de preparo da massa, porém, não deixe crescer. Assim que terminar de sovar, coloque-a numa vasilha grande e fechada dentro da geladeira. Dura até 4 dias na geladeira. Faça bolinhas médias com a massa. Então abra a bolinha como se fosse fazer uma mini-pizza (fica redondinha). Derreta a barra de chocolate em banho-maria ou no micro-ondas, adicione o creme de leite e os morangos e coloque uma colher de sopa generosa dessa mistura na bolinha juntando as extremidades do círculo no centro como se fosse uma “trouxa de roupa”. Use o restante da farinha (250 g) para manipular e abrir a massa. Coloque as esfirras numa assadeira polvilhada com farinha e leve ao forno alto 180° a 250° (depende do forno). Sirva quente ou fria.

ESFIRRA DE BANANA

Ingredientes

- 2 kg de farinha de trigo
- 1 l de leite
- 2 kg de farinha de trigo
- 1 pitada de sal temperado
- 1 pitada de açúcar
- 20g de fermento
- 24 bananas
- Açúcar a gosto

Modo de Preparo

Prepare uma massa fina com todos os ingredientes, exceto a manteiga. Deixe descansar para que a massa cresça e, depois disso, faça bolinhos médios, tamanho de pizza brotinho. Vá puxando uma camada dessa massa e bezunte com manteiga enquanto enrola cada uma das camadas como um rocambole. Leve ao freezer de um dia para o outro. Corte a massa em fatias pequenas, cerca de 10 cm de espessura, e amasse bem até chegar ao formato da esfirra. Coloque a banana picada para rechear e leve ao forno com 200°. Retire após 15 minutos e sirva com uma bola de sorvete de creme.

ESFIRRA FOLHADA DOCE

Ingredientes

- 1 kg de farinha de trigo
- 25g de sal
- 25g de açúcar
- 600 ml de água (aproximadamente)
- 600g de margarina para folhar

Recheio:

- 1L e 200 ml de leite
- 400g de açúcar
- 100g de amido de milho
- 6 gemas
- Essência de baunilha a gosto
- 1 xícara de chá de chocolate meio amargo picado
- 1 xícara de chá de maçãs picadas

Modo de Preparo

Misture bem todos os ingredientes da massa até formar uma massa lisa. Abra essa massa em formato retangular e coloque a margarina em dois terços dela. Dobre em três partes, abra com rolo e repita o processo por 4 vezes. Ferva um litro de leite, misture os 200 ml de leite, o açúcar, o amido de milho e as gemas e despeje essa mistura no leite fervendo e cozinhe por mais dois minutos. Divida o creme em duas partes, em uma adicione a essência e a maçã e na outra o chocolate picado e recheie as esfirras.

ESFIRRA DE FRANGO II

Ingredientes

Massa

30g de fermento biológico

1/2 colher de sopa de açúcar

500g de farinha de trigo

3 colheres de sopa de manteiga

1 xícara de chá de leite morno

1/2 xícara de chá de água

1 colher de chá de sal

Gemas (para pincelar)

Óleo (para pincelar)

Recheio:

1 kg de peito de frango cozido com água e temperos, desossado e picado

2 colheres de sopa de azeite

1 cebola picada

3 dentes de alho amassados

2 tomates picados

1 colher de chá de pimenta síria

2 colheres de sopa de salsinha picada

Sal a gosto

Modo de Preparo

Para fazer a massa, dissolva o fermento com o açúcar, adicione os demais ingredientes, misture e sove até que fique homogênea e deixe descansar por 20 minutos. Faça o recheio, refogando a cebola com o alho no azeite aquecido até dourar. Adicione os tomates, misture e acrescente os demais ingredientes, exceto a salsinha. Adicione a salsinha e o sal por último. Faça bolas de massa, modele as bordas, coloque-as em fôrma untada e leve para assar em forno médio e preaquecido por 20 minutos.



DICAS PARA FAZER UMA BOA ESFIRRA

- Polvilhe a superfície de trabalho com farinha de trigo e fubá.
- Para fazer esfirras do mesmo tamanho separe as massas em bolinhas antes de amassar.
- O forno deve estar bem quente.
- Para fazer esfirra aberta, corte a massa em círculos e pressione o recheio no meio, deixando uma borda de massa elevada.
- Para fechar a massa, use um pouco de água para umedecer as pontas e moldá-las.
- Sirva com limão!



CURIOSIDADES SOBRE ENROLADINHOS E ESFIRRAS

Você sabia que o enroladinho de presunto e queijo é um salgadinho muito tradicional no Rio de Janeiro! Com o nome de Italiano, Nata e principalmente Joelho, é vendido em todas as esquinas cariocas?

Você sabia que a esfirra, cada vez mais sinônimo da pizza, surgiu no Líbano quando passou a se cobrir o disco de pão chato e redondo, tradicional do Iraque, com carne de carneiro e cebola?



CONTEÚDO DE TODAS AS FORMAS

Revistas Impressas, Revistas Digitais e Portal de Conteúdo: tudo com a maior diversidade de segmentos do Brasil.

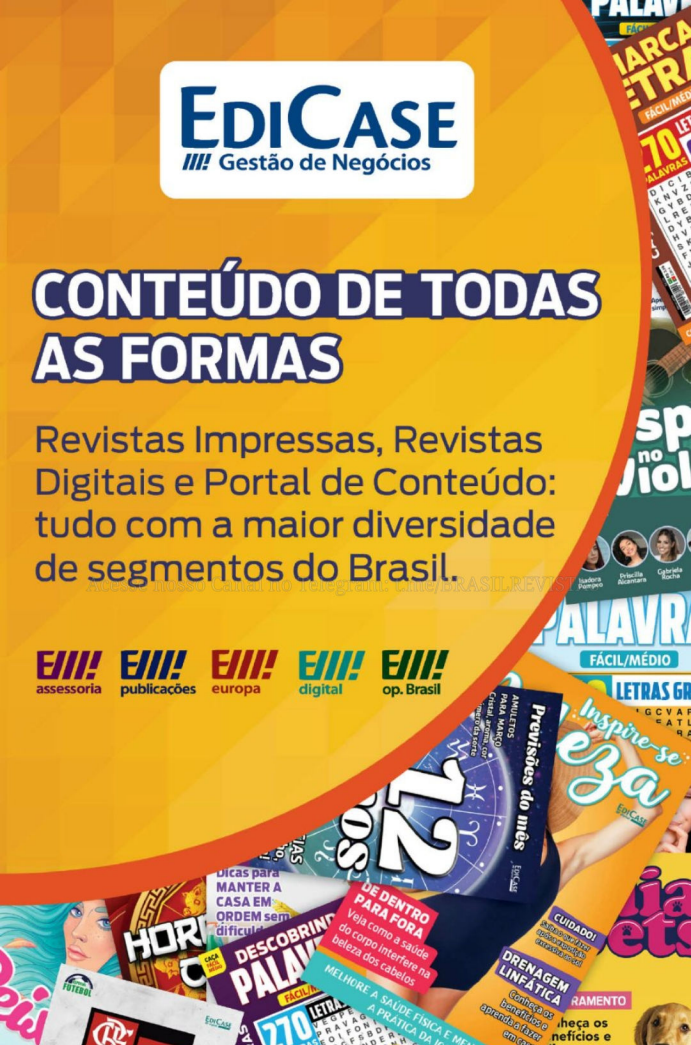
EDI
assessoria

EDI
publicações

EDI
europa

EDI
digital

EDI
op. Brasil



Brasil Jornais

Entre em nosso Grupo no Telegram!

Acesse t.me/Brasiljornais



Tenha acesso aos principais jornais do Brasil.

Distribuição gratuita, venda proibida!

