

30
RECEITAS

Farofas

Rápidas, práticas e deliciosas!

Farofa agridoce | pág. 10

EDICASE
digital



Farofa Colorida | pág. 14



Farofa de frutas secas | pág. 07



Farofa de Linguiça | pág. 09



Farofa Marroquina | pág. 03



Farofa de Banana | pág. 12



Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

EDICASE

/// Gestão de Negócios

Direção Geral

Joaquim Carqueijó

Gestão Administrativa Financeira

Elisiane Freitas

Gestão de Canais Impressos

Vanusa Batista e Vanessa Santos

Gestão de Canais Digitais

Claussilene Lima, Edilene Lima
e Sergio Laranjeira

Gestão Operação Brasil

Marco Marcondes, Edson Penetto e
Wellington Oliveira

EDICASE

/// publicações

Publisher

Joaquim Carqueijó

Coordenação de P.C.P.

Vanusa Batista

Coordenação Editorial

Matilde Freitas (MTB 67769/SP)

Chefe de Arte

Lais Magalhães | be.net/laismagalhaes8

Design

Julio Cesar Prava | be.net/juliocesarprava
Robson Araújo | be.net/robsonaraujo

Supervisão de Redação

Laleska Diniz

Assistente de Redação

Agnes Faria

Atendimento ao Leitor

Redação
atendimento@edicase.com.br

Vendas no Atacado

(11) 98265-0223

vanusa@edicase.com.br

ACESSE NOSSA LOJA EM

loja.portaledicase.com

IMAGENS ILUSTRATIVAS

Créditos:
Adobe Stock / Shutterstock

PROIBIDA A REPRODUÇÃO

total ou parcial sem prévia
autorização da editora

PRESTÍGIO JORNALEIRO

compre sua revista
na banca

Culinária fantástica ed03 / 7908182038756

A EdiCase não possui equipes de vendas de assinaturas das
suas revistas impressas, sejam elas próprias ou de terceiros



Novidade! Portal EdiCase

Agora você encontra os
milhares de conteúdos que
você já conhece em um clique:

www.portaledicase.com

Nos acompanhe nas redes sociais!

[f /edicasepublicacoes](https://www.facebook.com/edicasepublicacoes)

[ig /edicasepublicacoes](https://www.instagram.com/edicasepublicacoes)

Editora Filada



Membro Colaborador



Acesse nosso Canal no Telegram



Farofas

FAROFA MARROQUINA



Ingredientes

- 1 colher de sopa de margarina
- 1 xícara de chá de farinha de mandioca grossa
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva
- 1 colher de sopa de cebola processada
- 1 dente de alho processado
- 2 cenouras raladas no ralo grosso
- 1 berinjela japonesa com casca cortada em cubos
- 1 xícara de chá de milho verde
- ½ xícara de chá de azeitonas pretas processadas
- 1 xícara de café de hortelã picada
- Sal e páprica a gosto

Modo de preparo

Frite a cebola e o bacon na margarina. Adicione a banana e a salsinha, refogue bem, até a banana ficar macia, quase derretendo. Adicione a farinha, mexa bem, deixe dourar levemente.

Assine nosso Canal no Telegram: @BrasilRevistas

FAROFA DE OMELETE

Ingredientes

- 4 ovos
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- ½ xícara de chá de azeite de oliva
- 1 xícara de chá de linguiça fresca sem a pele
- 1 xícara de chá de bacon cortado em cubos
- 3 xícaras de chá de farinha de mandioca crua
- 2 colheres de sopa de azeitonas picadas
- 2 colheres de sopa de cheiro-verde picado
- Azeite de oliva a gosto para untar

Modo de preparo

Em uma frigideira antiaderente untada com azeite, coloque os ovos batidos com sal. Leve ao fogo baixo e deixe fritar dos dois lados até dourar levemente. Retire da frigideira, corte em tiras e reserve. Em uma panela, coloque o azeite, a linguiça sem pele desmanchada, o bacon e deixe fritar, mexendo de vez em quando, até estar frito e dourado, desligue o fogo. Junte a farinha de mandioca e misture até incorporar bem. Acrescente a omelete picada, a azeitona, o cheiro-verde, sal e a pimenta. Misture bem e sirva.

FAROFA COM CREME DE LEITE

Ingredientes

1 lata de creme de leite
1 lata de milho
200g de manteiga
250g de uvas-passas
5 ovos cozidos
1 cebola grande
200g de azeitonas picadas
400g de farinha de mandioca fina

Modo de preparo

Derreta a manteiga e doure a cebola. Coloque a lata de creme de leite aos poucos, intercalando com a farinha de mandioca. Coloque as uvas-passas, o milho, as azeitonas e os ovos bem picados. Acrescente sal a gosto. Misture tudo e sirva.

FAROFA PARA SALADA

Ingredientes

1 tomate grande picado
1 cebola grande picada
½ pimentão picado
100g de uvas-passas
1 colher de sopa de vinagre
Sal a gosto
1 ½ xícaras de café de farinha de mandioca
1 colher de sopa de margarina

Modo de preparo

Misture o tomate, a cebola e o pimentão picados junto com as passas em uma travessa. Tempere com sal e vinagre. Reserve. Em uma frigideira coloque a margarina e a farinha de mandioca, leve ao fogo e mexa até torrar. Retire do fogo e coloque por cima da salada, mexa e sirva.

Assine nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

FAROFA DE SALSICHA

Ingredientes

2 colheres de sopa de manteiga
6 salsichas picadas
2 tomates picados, sem pele e sem sementes
Sal a gosto
Orégano a gosto
Azeite de oliva a gosto
1 cebola ralada
Pimenta-do-reino branca moída a gosto
Farinha de mandioca crua a gosto
1 xícara de chá de azeitonas verdes sem caroço
2 ovos cozidos e picados

Modo de preparo

Em uma caçarola derreta a manteiga e junte as salsichas, os tomates, o sal, o orégano, o azeite de oliva, a cebola e a pimenta-do-reino branca. Deixe apurar. Depois de tudo pronto e com o molho bem apurado, acrescente a farinha de mandioca até obter uma farofa bem molhada. Junte as azeitonas e os ovos picados.

FAROFA RÁPIDA



Ingredientes

6 cenouras raladas
1 xícara de chá de azeite de oliva
1 xícara de chá de farinha de rosca e farinha de mandioca torrada (misturadas)
½ xícara de chá de azeitonas picadas
1 cebola picada
2 dentes de alho picados
3 ovos cozidos e picados
Salsinha, cebolinha e sal a gosto

Modo de preparo

Rale a cenoura e numa panela a parte coloque um pouco do azeite (não esquentar tudo, para não perder os benefícios), o alho, a cebola e refogue levemente. Deixe esfriar. Numa tigela, coloque a cenoura ralada, o alho e cebola refogados, o restante do azeite de oliva, as azeitonas, os ovos, a salsinha, a cebolinha e o sal e por último a mistura de farinha de mandioca e da farinha de rosca. Misture bem. Sirva em uma travessa decorada com alface. Acompanha muito bem carnes assadas, peixes e aves.

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

FAROFA DOCE

Ingredientes

1 xícara de chá de nozes moídas
1 xícara de chá de leite em pó
1 xícara de chá de açúcar
1 xícara de chá de biscoito champagne triturado
4 colheres de sopa de margarina culinária
1 xícara de chá de achocolatado em pó

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes muito bem, tampe e leve à geladeira.

FAROFA DOURADA

Ingredientes

4 ovos cozidos
3 colheres de sopa de manteiga
1 cebola ralada
100g de azeitonas pretas picadas
Sal a gosto
Farinha de mandioca torrada a gosto

Modo de preparo

Separe as claras dos ovos e passe as gemas por uma peneira fina. Leve ao fogo 2 colheres de sopa de manteiga e a cebola, para dourar. Adicione as azeitonas e, sempre mexendo, junte a farinha de mandioca, aos poucos, até obter farofa úmida. Adicione as gemas peneiradas, mais 1 colher de sopa de manteiga, tempere com o sal, mexa rapidamente e retire. Sirva em seguida.

FAROFA PARA CHURRASCO

Ingredientes

- 3 pepinos picados
- 3 cenouras raladas
- 250g de maionese
- Cheiro-verde a gosto
- 1 limão
- Sal a gosto
- 1 colher de café de pimenta-do-reino branca moída
- 1 pacote de farinha de mandioca crua

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes até formar uma farofa molhada. Leve à geladeira. Tem validade de 2 dias.

FAROFA FRIA PICANTE



Ingredientes

- 2 tomates picados sem sementes
- 1 cebola picada
- 1 dente de alho amassado
- ½ xícara de chá de cheiro-verde picado
- ½ xícara de chá de ervilhas
- 1 pimenta dedo-de-moça picada

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes, tempere, coloque a farinha de mandioca e sirva.

FAROFA DE ATUM

Ingredientes

- 4 colheres de sopa de manteiga
- 1 dente de alho amassado
- 1 cebola cortada em rodela
- 1 colher de chá de colorau
- 1 lata de atum
- 1 xícara de chá de farinha de mandioca torrada
- Sal a gosto

Modo de preparo

Derreta a manteiga e frite a cebola e o alho até começarem a dourar. Acrescente o colorau, a farinha, o sal e, por último, o atum, mexendo sempre.

FAROFA DE FRUTAS SECAS



**Receita
da
Capa**

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

Ingredientes

1 cebola picada
100g de margarina
250g de bacon picado
4 colheres de sopa de ameixa preta picadas
4 colheres de sopa de uvas-passas
½ kg de farinha de mandioca crua
Sal a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, frite bem o bacon até dourar, derreta a margarina e refogue a cebola. Acrescente as frutas secas e continue refogando. Tempere com sal, junte a farinha de mandioca de uma só vez e mexa muito bem. Deixe no fogo até a farinha ficar levemente torrada.

FAROFA D'ÁGUA

Ingredientes

3 ½ xícaras de chá de farinha de mandioca crua
2 colheres de sopa de margarina
1 cebola roxa
½ xícara de chá de água
½ xícara de chá de cheiro-verde
Sal a gosto

Modo de preparo

Frite a cebola picada na margarina somente até murchar. Tempere com sal. Adicione a água, o cheiro-verde, a farinha e mexa. Deixe criar as bolotas características da farofa. Se ficar muito úmida, adicione mais farinha a gosto.

FAROFA DE ABOBRINHA

Ingredientes

- 3 abobrinhas sem casca
- 2 cebolas picadas
- 3 ovos cozidos picados
- Azeitonas pretas picadas a gosto
- ½ maço de salsinha
- 2 xícaras de chá de farinha de milho amarela em flocos
- 3 colheres de sopa de azeite de oliva
- 3 dentes de alho esmagados
- Sal a gosto
- 1 colher de café de pimenta-do-reino branca moída

Modo de preparo

Aqueça o azeite de oliva em uma panela grande, doure o alho e a cebola. Acrescente a abobrinha em cubos pequenos e refogue bem. Junte as azeitonas, os ovos picados, a farinha de milho e a salsinha. Tempere com sal e pimenta a gosto. Misture tudo muito bem, conservando ainda a panela no fogo por alguns minutos. Corrija o tempero e a consistência, se necessário acrescentando mais farinha ou azeite de oliva.

FAROFA DE PASSAS E BACON



INGREDIENTES

- 60g de bacon cortado em cubos
- 2 colheres de sopa de cebola picada
- ¼ de xícara de chá de uvas-passas
- 2 xícaras de chá de farinha de mandioca crua
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Molho inglês a gosto

Modo de preparo

Corte o bacon em cubos e coloque em uma panela, leve ao fogo até dourar. Sem eliminar a gordura que se formou na panela, adicione a cebola e refogue até que fique bem macia. Adicione aos poucos a farinha de mandioca, misturando bem. Doure a farinha sem parar de mexer. Acrescente as uvas-passas e tempere com o sal e a pimenta-do-reino.

FAROFA DE MANTEIGA

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de manteiga
- 1 ½ xícara de chá de farinha de mandioca crua
- Sal a gosto
- 1 xícara de chá de salsinha picada

Modo de preparo

Coloque a manteiga numa frigideira alta ou panela. Espere derreter e junte a farinha de mandioca. Mexendo sempre, deixe que doure a farinha, com cuidado para não queimar, mesmo depois de ter desligado o fogo, pois a panela vai aquecer muito. Tempere com sal a gosto e, no final, estando bem dourada a farinha, junte a salsinha picada.

DICAS

- Se quiser, poderá preparar com antecedência e congelar.
- Dura até 4 meses no freezer.
- Você pode preparar uma quantidade razoável e congelar em porções para uso diário.

FAROFA DE LINGUIÇA

**Receita
da Capa**



Assine nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

Ingredientes

½ kg de linguiça calabresa fresca em pedaços pequenos
150g de azeitona verde
2 cebolas picadas
2 dentes de alho amassados
4 colheres de sopa de manteiga
2 colheres de sopa de óleo de soja
Quanto baste de farinha de mandioca crua
Sal a gosto
Pimenta-do-reino a gosto
1 xícara de chá de cheiro-verde picado

Modo de preparo

Doure bem a cebola e o alho no óleo com duas colheres de manteiga. Feito isso, junte a linguiça e as azeitonas, refogue bem e, sempre mexendo, vá adicionando farinha de mandioca até obter farofa úmida e solta. Tempere com sal e pimenta a gosto, junte o cheiro-verde, mexa rapidamente, retire do fogo e sirva.

FAROFA DOCE DE PAÇOCA

Ingredientes

50g de amendoim
10g de cacau em pó
50g de açúcar
100g de soja

Modo de preparo

Cozinhe a soja em água fervente até que fique macia. Escorra e asse juntamente com o amendoim, em forno preaquecido moderado até dourar. Bata no liquidificador até esfarelar. Junte o açúcar e o cacau fazendo uma farofa.

FAROFA AGRIDOCE



Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

Ingredientes

½ cebola picada
2 colheres de sopa de margarina
2 bananas-nanicas picadas
100g de bacon picados
Salsinha picada a gosto
350g de farinha de mandioca crua
Sal a gosto
Salsinha picada a gosto

Modo de preparo

Frite a cebola e o bacon na margarina. Adicione a banana e a salsinha, refogue bem, até a banana ficar macia, quase derretendo. Adicione a farinha, mexa bem, deixe dourar levemente.

FAROFA FRIA DE PALMITO

Ingredientes

4 ovos cozidos
1 xícara de chá de cenoura ralada
1 xícara de chá de tomate picado
1 lata de ervilha
1 lata de milho
1 xícara de chá de azeitonas verdes picadas
1 pimentão verde picado
½ xícara de chá de cebola picada
1 vidro de palmito picado
½ xícara de chá de salsinha picada
Sal a gosto
1 colher de sobremesa de pimenta-do-reino branca moída

1 xícara de chá de farinha de rosca
2 xícaras de chá de farinha de milho amarela
1 ½ xícara de chá de azeite de oliva

Modo de preparo

Misture tudo muito bem, formando uma farofa bem úmida. Essa farofa vai bem com churrasco ou assados.

FAROFA COM SARDINHA

Ingredientes

6 xícaras de chá de arroz cozido
3 ovos cozidos
6 tomates picados sem pele e sem sementes
1 lata de sardinha
10 azeitonas verdes picadas
1 lata de ervilha
1 lata de milho
1 xícara de chá de cheiro-verde picado
1 colher de sobremesa de pimenta dedo-de-moça
½ xícara de chá de óleo de soja
1 cebola ralada
4 colheres de sopa de farinha de mandioca crua
1 xícara de café de água

Modo de preparo

Coloque em uma panela o óleo e refogue a cebola, junte os tomates picados, a ervilha, o milho, a sardinha, as azeitonas, o cheiro-verde, os ovos picados, a pimenta e o arroz. Acrescente 1 xícara de café de água e deixe refogar bem, adicione a farinha de mandioca e misture bem.

FAROFA FÁCIL DE MILHO



Ingredientes

1 lata de milho
½ xícara de chá de azeitonas
1 lata de ervilhas
1 lata de seleta de legumes
1 cenoura picada
1 cebola picada
Farinha de mandioca a gosto
4 colheres de sopa de azeite de oliva

Modo de Preparo

Refogue a cebola no azeite, junte os demais ingredientes, empregando por último a farinha e temperos a gosto. Sirva a seguir.

FAROFA CROCANTE SUPERFÁCIL

Ingredientes

1 tablete de margarina
1 xícara de chá de uvas-passas sem caroço
1 pacote de sopa de cebola
Farinha de mandioca a gosto

Modo de preparo

Derreta a margarina e frite as uvas. Coloque a sopa de cebola e depois a farinha, mexa bem até agregar tudo.

FAROFA DE BANANA



Ingredientes

4 bananas em rodela
200g de farinha de mandioca
2 colheres de sopa de margarina
Bacon fatiado a gosto
1 cebola ralada
Salsinha picada a gosto
Óleo de soja a gosto

Modo de Preparo

Pique um pouco de bacon bem fino e miúdo e frite em um pouco de óleo. Depois de frito coloque uma boa quantidade de margarina. Quando derreter acrescente a cebola e deixe dourar. Junte então as bananas. Misture um pouco. Vá acrescentando a farinha de mandioca mexendo sempre, deixando que fique bem umedecida. Apague o fogo e acrescente a salsinha picada.

Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

RECHEIO DE FAROFA PARA FRANGO

Ingredientes

½ colher de chá de noz-moscada em pó
1 ½ colher de chá de canela em pó
5 colheres de sopa de óleo de soja
4 xícaras de chá de pão de forma picado
1 xícara de chá de cheiro-verde picado
150g de miúdos de frango
400g de linguiça defumada tipo portuguesa
50g de azeitonas verdes picadas
6 ovos cozidos picados
3 cebolas picadas
1 frango

Modo de preparo

Corte a linguiça defumada em cubos e reserve. Coloque em uma panela o óleo, os miúdos do frango picados e leve ao fogo para refogar. Acrescente a linguiça defumada e deixe fritar. Junte as cebolas, o pão, as azeitonas, os ovos, a canela, a noz-moscada, o cheiro-verde e misture bem. Recheie o frango com um pouco da farofa e o restante sirva como acompanhamento.

FAROFA DE ABÓBORA

Ingredientes

- 3 xícaras de chá de farinha de mandioca crua
- 500g de abóbora japonesa
- 1 maço de cheiro-verde picado
- 1 tablete de caldo de carne
- 2 colheres de sopa de manteiga

Modo de preparo

Cozinhe a abóbora no caldo de carne deixando que fique bem tenra, e com caldo. Quando estiver cozida, retire do fogo e amasse imediatamente, acrescentando a farinha e mexendo com uma colher. Acrescente a manteiga enquanto envolve rapidamente os ingredientes, para aproveitar a alta temperatura. A seguir, coloque o cheiro-verde finamente cortado, misture e tampe o recipiente. Sirva quente. Esse prato acompanha peixe, carne de sol ou de charque.

FAROFA CAIPIRA

Ingredientes

- 500g de farinha de milho amarela
- 3 ovos cozidos picados
- 100g de bacon picado
- 1 cebola picada
- 3 dentes de alho amassados
- Sal a gosto
- 1 xícara de chá de cheiro-verde picado
- 1 colher de sopa de óleo de soja
- 2 linguiças toscanas picadas e sem pele
- 1 xícara de café de água

Modo de preparo

Frite a linguiça e o bacon em óleo quente. Quando estiverem fritos, acrescente a cebola e o alho, e refogue até amolecerem. Umedeça a farinha só com um pouco de água (cerca de 1 xícara de café), mexa bem e acrescente ao refogado. Mexa por alguns minutos, com uma colher de pau. Apague o fogo, acrescente os ovos e o cheiro-verde picado. Se necessário, acerte o sal.

FAROFA DE RICOTA

Ingredientes

- 1 colher de sopa de alho picado
- 2 colheres de sopa de salsa picada
- 1 clara de ovo cozida e picada
- 300g de ricota fresca
- Sal a gosto

Modo de preparo

Coloque a ricota em uma panela antiaderente e leve ao fogo, mexa sempre até ficar bem solta. Junte os temperos, a clara e mexa bem. Sirva.

FAROFA COLORIDA



Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de azeite
- ½ pacote de farinha de milho amarela
- 1 lata de atum
- 1 tomate pequeno sem sementes picado
- ¼ de xícara de chá de azeitonas verdes picadas
- 1 pimentão vermelho pequeno picado em cubinhos
- 1 cebola picada

Modo de preparo

Refogue primeiro o pimentão e a cebola, deixe dourar. Junte o atum, o tomate e a azeitona. Tempere com o restante dos condimentos. Deixe ferver por uns 2 minutos. Desligue o fogo e acrescente a farinha aos poucos para que não fique muito seca. Por último regue um pouco de azeite por cima.

FAROFA DOCE DE NOZES

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de manteiga derretida
- 6 colheres de sopa de leite em pó
- 200g de biscoito de leite triturado
- 20g de nozes

Modo de preparo

Misture muito bem todos os ingredientes da farofa. Sirva sobre as sobremesas.

Novidade!



Acesse nosso Canal no Telegram: t.me/BrasilRevistas

Agora você encontra os
milhares de conteúdos que você
já conhece em um clique.

www.portaledicase.com

EDICASE

/// Gestão de Negócios

CONTEÚDO DE TODAS AS FORMAS

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

///
assessoria

///
publicações

///
europa

///
digital

///
op. Brasil

