QUENTE & GOSTOSO

Os Segredos da AIR FRYER



Licenciado para - Paula Taysse Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

SUMÁRIO

Doces

BOLO DE LARANJA..... 2
BOLO DE FUBÁ COM GOIABADA..... 3
BOLINHO DE CHUVA..... 4
CUPCAKE..... 5
PETIT G TEAU..... 6
BRIGADEIRO..... 7
RABANADA..... 8
PANETONE..... 9
TORTA DE MAÇÃ..... 10
BOLO DE CANECA..... 11
COOKIE DE AVEIA E NOZES..... 12
QUINDIM..... 13
MUFFIN DE BANANA..... 14
ILHA GREGA..... 15
ABACAXI COM SORVETE..... 16
BOLO DE CANECA DE BANANA COM NESTON..... 17
BROWNIE..... 18
COCADINHA..... 19
CHIPS DE MAÇÃ..... 20
PUDIM DE LEITE CONDENSADO..... 21



Licenciado para - Paula Taysse Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

BOLO DE LARANJA

INGREDIENTES

- 1 xícara de suco de laranja
- 2 ovos
- 1 xícara de leite
- 1 xícara de açúcar
- 2 xícara de farinha de trigo
- 1 colher (chá) de fermento químico
- 1 colher de raspa da laranja

CALDA:

- 1/2 casca de laranja
- 1 xícara de açúcar
- cravos e canela em pau a gosto
- 1 xícara de manteiga
- 200 ml de água
- 10 g de coco ralado (aproximadamente)

MODO DE PREPARO

MASSA:

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador.
2. Coloque na fôrma untada e cubra com papel alumínio.
3. Coloque na airfryer a 180° C

.

CALDA:

1. Acrescente os caros e a canela à manteiga e reserve.
2. Caramelize o açúcar e adicione a manteiga com as especiarias.
3. Adicione 100 ml de água e espere o caramelo desprender do fundo da panela.
4. Acrescente a casca e deixe aferventar por 20 minutos.
5. Acrescente o coco ralado e vá adicionando o restante da água, até que fique em ponto de fio.
6. Coloque a calda sobre o bolo pronto.



Licenciado para - Paula Tavsse Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

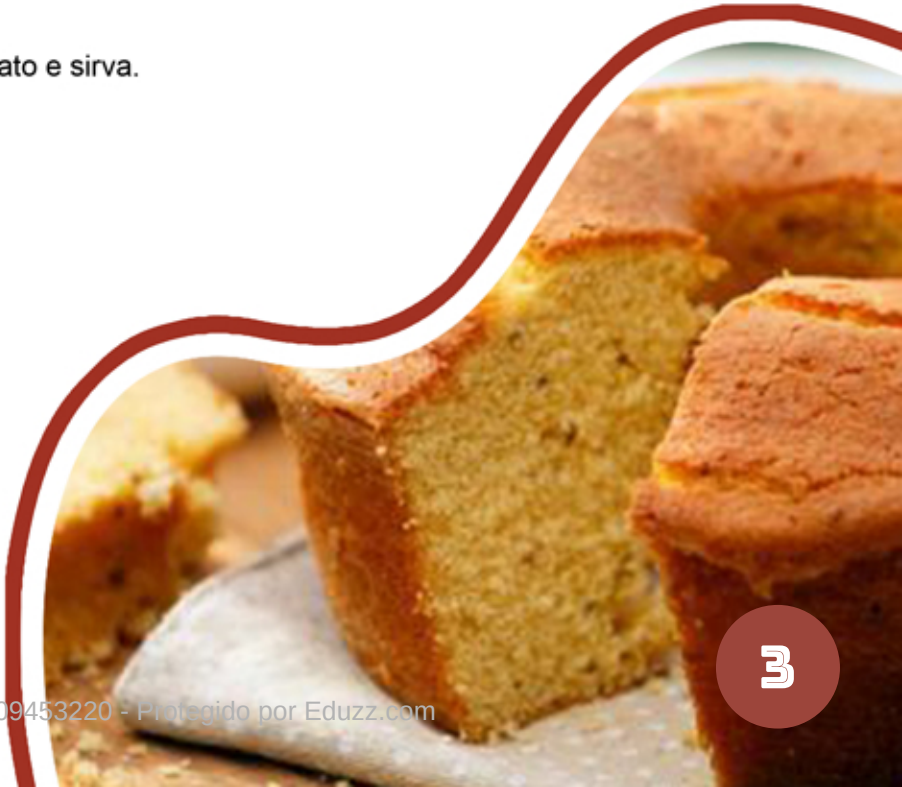
BOLO DE FUBÁ COM GOIABA

INGREDIENTES

- 1 xícara de fubá
- 1 xícara de açúcar mascavo
- 2 colheres (sopa) de farinha
- 1 colher (chá) de canela em pó
- 1 ovo
- 50 ml de óleo
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1/2 colher (sopa) de fermento em pó
- 2 colheres (sopa) de açúcar refinado
- 150 ml de leite
- 1/2 copo de requeijão
- tiras de goiabada a gosto

MODO DE PREPARO

1. Separe a gema da clara.
2. Bata a clara em neve, adoce com açúcar refinado e reserve.
3. Forre o fundo da forma com requeijão e coloque uma camada de tiras de goiabada.
4. Bata os demais ingredientes no liquidificador ou mixer (exceto o fermento).
5. Adicione o fermento e misture.
6. Junte a clara em neve e misture com uma colher.
7. Despeje a mistura em uma forma redonda antiaderente ou untada que caiba na airfryer.
8. Com a airfryer já pré aquecida com 5 minutos, programe para 35 min na temperatura entre 150° C e 160° C.
9. Após esfriar, vire a forma em um prato e sirva.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

BOLINHO DE CHUVA

INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de leite com 1 ovo dentro (200 ml)
- 1/2 xícara (chá) de açúcar (100 ml)
- 1 pitada de sal
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 2 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (500 ml)
- 1 colher (sopa) de fermento químico
- 1 colher (sopa) de chocolate em pó
- 1 colher (sopa) de essência de baunilha
- canela a gosto

MODO DE PREPARO

1. Misture tudo até obter uma massa homogênea
2. Aqueça a airfryer a 200° C por 5 minutos
3. Modele as bolinhas com duas colheres e vire quando dourar por cima (quando for virar, vá raspando para não grudar muito)
4. Se for a airfryer de grade, use uma forma de silicone.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

CUPCAKE

INGREDIENTES

- 3 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 3 colheres (sopa) de açúcar demerara
- 2 ovos
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 colher (chá) de fermento químico
- 1 colher (sopa) de chocolate em pó ou cacau em pó (opcional)

MODO DE PREPARO

1. Misture a farinha com açúcar
2. Adicione os ovos e misture
3. Adicione a manteiga e misture até ficar homogêneo
4. Adicione o fermento e após misturar, se quiser adicione o cacau/chocolate
5. Em forminha de cupcake, despeje o conteúdo de 1 colher de sopa em cada forminha
6. Asse na airfryer por 5 minutos a 180º.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

PETIT GATEAU

INGREDIENTES

- 6 colheres (de sopa) de manteiga sem sal cortadas em pedaços
- 150 g de chocolate meio amargo picado
- 1 ovo grande
- 1 gema de ovo
- 3 colheres (de sopa) de açúcar
- ½ colher (de chá) de extrato de baunilha
- 2 colheres (de sopa) de farinha de trigo
- 1 pitada de sal

MODO DE PREPARO

1. Unte 3 ramequins e reserve.
2. Derreta a manteiga e o chocolate em uma tigela para microondas por cerca de 1 minuto até derreter, mexendo a cada 30 segundos. Reserve.
3. Em uma tigela grande, use uma batedeira e bata os ovos, a gema, o extrato de baunilha e o açúcar até ficar bem misturado.
4. Em seguida, adicione a farinha, a mistura de chocolate e uma pitada de sal e mexa até misturar.
5. Despeje a mistura nos ramequins, enchendo cada um pela metade.
6. Coloque na cesta da fritadeira e asse a 180°C por 8 a 10 minutos.
7. Depois de assar, use um pano limpo e grosso para remover os ramequins do cesto da fritadeira.
8. Deixe o bolo esfriar em um ramekin por cerca de 1 minuto.
9. Use uma faca de manteiga para soltar o bolo do ramekin e vire para um prato.
10. Sirva com uma bola de sorvete e aproveite.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

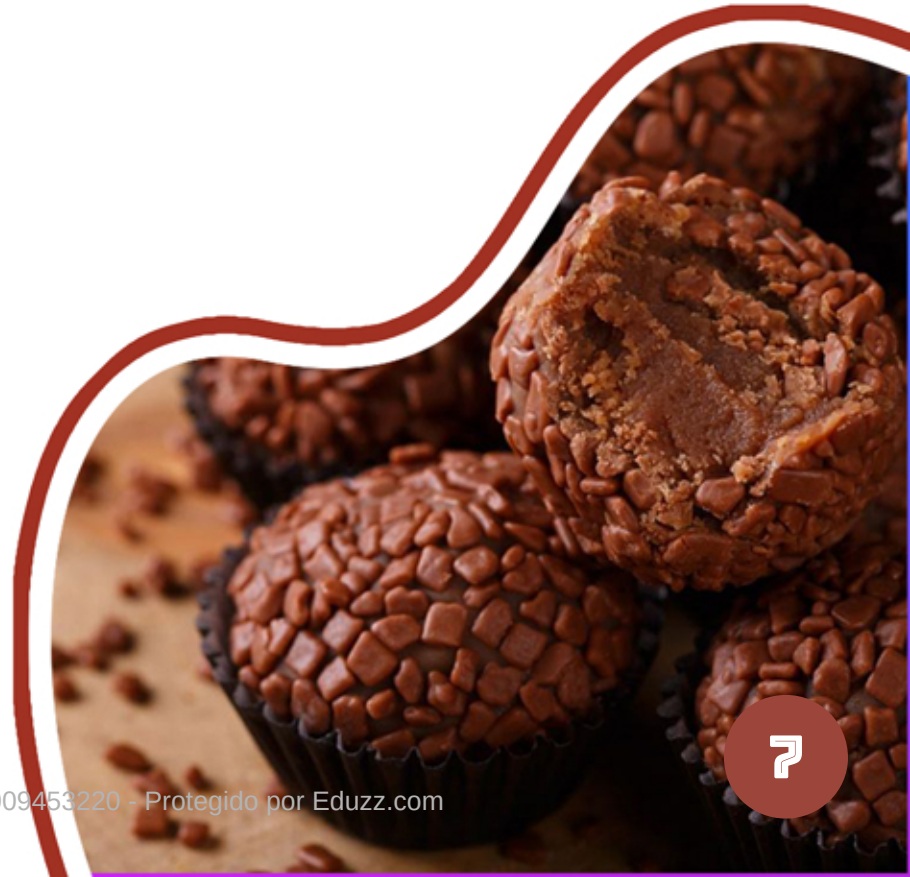
BRIGADEIRO

INGREDIENTES

- 1 lata de leite condensado
- 4 colheres de Nescau

MODO DE PREPARO

1. Utilize pequenos potes ou de preferência um Ramekin.
2. Coloque o leite condensado e misture com o Nescau.
3. Leva para o Airfryer por 4 minutos a 180º.
4. Abra a gaveta e com uma colher misture bem.
5. Repita esse ciclo mais 2x.



Licenciado para - Paula Tayssa Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

RABANADA

INGREDIENTES

- 3 pães francês do dia anterior (mais duros)
- 1 xícara de leite integral
- 1/2 lata de leite condensado ou 3 colheres (de sopa) de açúcar
- 2 ovos
- Açúcar para decorar
- Canela em pó para decorar

MODO DE PREPARO

1. Corte os pães em fatias grossas, de aproximadamente 2 cm.
2. Num recipiente misture bem os ovos, adicione o leite e o leite condensado e misture.
3. Mergulhe as fatias de pão nessa mistura, escorra o excesso, e coloque na cesta da AirFryer.
4. Ligue à 200ºC e deixe por 7 minutos, vire as rabanadas e deixe mais 7 minutos. Se não ficarem douradinhas deixe mais tempo.
5. Num recipiente misture o açúcar com um pouco de canela.
6. Retire da AirFryer e passe as rabanadas na mistura do açúcar. Agora é só servir.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

PANETONE

INGREDIENTES

- 1 ovo jumbo ou 2 médios
- 3 colheres (sopa) de açúcar peneirado
- 4 colheres (sopa) de leite
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 3 colheres (sopa) de frutas cristalizadas [ver dicas]
- 4 a 8 gotas de essência de panetone ou ½ colher (chá) de raspas de casca de laranja e limão [ver dicas]
- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo peneirada
- 1 colher (café) de fermento químico

MODO DE PREPARO

1. Em uma tigela misture todos os ingredientes até que vire uma massa (deixe a farinha e o fermento por último).
2. Antes de acrescentar as frutas cristalizadas, passe-as na farinha
3. Separe duas canecas que caibam dentro da fritadeira elétrica (ou no micro), podem ser de porcelana, cerâmica ou de vidro,
4. Unte as canecas com manteiga.
5. Despeje a massa dentro das canecas, coloque na cesta da Air Fryer
6. programe por 13 minutos a 180°.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

TORTA DE MAÇÃ

INGREDIENTES

- 2 maçãs grandes sem sementes em fatias
- meia xícara (chá) de farinha de trigo
- 1/4 xícara (chá) de açúcar
- meia colher (chá) de canela em pó
- meia colher (chá) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1 caixinha de Creme de Leite
- 2 colheres (sopa) de manteiga derretida
- 2 ovos batidos
- 2 colheres (sopa) de açúcar cristaL

MODO DE PREPARO

1. Pré Aqueça a airfryer a 160º.
2. Em um recipiente misture a farinha, o açúcar, a canela, o fermento e o sal. Reserve.
3. Escolha uma forma redonda de fundo falso que caiba dentro da cesta da fritadeira (20 cm) e unte-a com manteiga.
4. Forre o fundo com 1 maçã em fatias e despeje a mistura dos secos por cima.
5. Em outro misture o Creme de Leite, a manteiga e os ovos, e em seguida sobre a torta.
6. Organize as fatias da outra maçã por cima da torta, distribuindo-as em formato de flor.
7. Polvilhe o açúcar cristal, coloque a forma na cesta e deslize-a para dentro da airfryer, ajustando o timer por cerca de 20 minutos, até que a torta esteja dourada.
8. Sirva em seguida polvilhada com mais um pouco de canela.



Licenciado para - Paula Teysse Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

BOLO DE CANECA

INGREDIENTES

- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 2 colheres (café) de fermento químico em pó
- 1 unidade de ovo
- 3 colheres (sopa) de leite
- 3 colheres (sopa) de óleo de soja

MODO DE PREPARO

1. Coloque na caneca a farinha, o chocolate e o açúcar.
2. Misture com um garfo.
3. Adicione o ovo e misture novamente.
4. Coloque o leite e o óleo.
5. Mexa.
6. Pré-aqueça a sua fritadeira por 5 min.
7. Leve à AirFryer por 15 min à 160o.
8. Obs: Você pode adicionar uma calda ou cobertura de sua escolha para ficar mais gostoso!



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

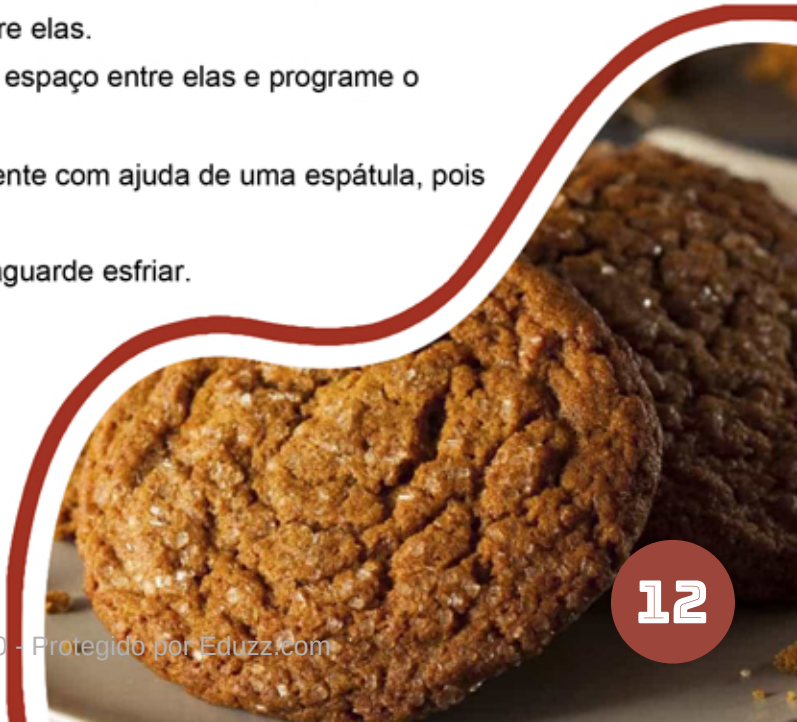
COOKIE DE AVEIA E NOZES

INGREDIENTES

- ½ xícara (chá) de açúcar mascavo
- 1 ovo
- ¾ de xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 100g de manteiga em temperatura ambiente
- 1 xícara (chá) de aveia em flocos
- 300g de nozes ou castanhas do Pará picadas para rechear

MODO DE PREPARO

1. Em uma tigela misture com as mãos a manteiga, o açúcar, o açúcar mascavo e a aveia.
2. Adicione a essência de baunilha.
3. Bata o ovo em um recipiente e adicione aos poucos na receita.
4. Misture bem.
5. Acrescente a farinha, aos poucos, até formar uma massa homogênea.
6. Junte o fermento em pó e misture novamente.
7. Abra a massa sobre uma superfície lisa e adicione as castanhas ou nozes.
8. Misture com a mão até ficar homogêneo.
9. Faça bolinhas com cerca de 3cm de diâmetro coloque em uma assadeira e leve ao freezer por uma hora ou até a massa ficar bem dura.
10. Forre o fundo da cesta da AirFryer com um pedaço de papel alumínio.
11. Preaqueça a AirFryer à 200ºC até que a luz verde se apague.
12. Coloque uma bolinha ao lado da outra, em uma fôrma forrada com papel de alumínio, deixando espaço de dois dedos entre elas.
13. Coloque 6 bolinhas dentro da cesta deixando espaço entre elas e programe o TIMER da AirFryer de 6 a 8 minutos.
14. Quando terminar de assar retire cuidadosamente com ajuda de uma espátula, pois os cookies ainda estarão moles.
15. Coloque sobre uma superfície limpa e lisa e aguarde esfriar.



Licenciado para - Paula Teysse Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

QUINDIM

INGREDIENTES

- 6 gemas de ovo
- 50 g de coco ralado
- 150 ml de leite de coco
- 75 g de açúcar
- Manteiga e açúcar, para untar

MODO DE PREPARO

1. Separe as claras das gemas.
2. Passe as gemas numa peneira para retirar a película.
3. Na tigela em que estão as gemas, junte o açúcar, o leite de coco e o coco ralado.
4. Misture delicadamente até ficar homogêneo.
5. É importante não misturar muito.
6. Unte com manteiga e açúcar uma forma com buraco no meio.
7. Coloque a mistura dentro da forma.
8. Deixe descansando por pelo menos 1 hora (para separar o coco).
9. Cubra a forma com papel alumínio, remova o cesto furadinho da fritadeira, coloque água quente dentro da cuba da fritadeira que chegue até a parte de baixo da forma (1/4) para cozinhar em banho maria.
10. Programe a fritadeira 30 minutos por 2 vezes (total de 60 minutos) a 160 graus.
11. Retire o papel alumínio, e programe mais 10 minutos a 180 graus para corar um pouco a parte de cima do quindim na forma.
12. Para saber se o mesmo está pronto, verifique se a parte de cima está corada e espete um palito dentro para ver se sai seco.
13. Quando o quindim estiver pronto, retire da fritadeira e deixe ficar morno.
14. Coloque um prato por cima da fôrma e vire delicadamente para o quindim cair sobre o prato.
15. É importante não desenformar quente, pois o quindim quebra, e nem frio, pois pode não soltar da forma.
16. Deixe esfriar na geladeira e sirva.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

MUFFIN DE BANANA

INGREDIENTES

- Meia xícara chá de óleo
- Meia xícara de chá de açúcar
- 1 ovo
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 colher chá de baunilha
- 1 colher de sobremesa de canela
- 2 bananas pequenas amassadas
- 1 colher de chá de fermento
- Açúcar e canela para polvilhar

MODO DE PREPARO

1. Preaqueça a Air Fryer a 200°C de 4 a 6 minutos.
2. Bata bem o óleo, o ovo e o açúcar.
3. Depois, acrescente o restante dos ingredientes apenas misturando delicadamente.
4. Despeje em 10 forminhas de silicone especiais para muffins (podem ser usadas forminhas de papel ou forminhas de metal).
5. Polvilhe com açúcar e canela.
6. Leve 5 unidades para assar na Air Fryer a 180°C, de 6 a 8 minutos ou até que ao espetar um palito ele saia limpo e seco.
7. Retire com uma espátula e deixe esfriar antes de desenformar.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

ILHA GREGA

INGREDIENTES

- 2 bananas cortadas em rodelas
- 1 pote de iogurte Grego Light
- Canela

MODO DE PREPARO

1. Coloque a banana na Airfryer por 7 minutos.
2. Sirva com iogurte Grego Light e Canela.



Licenciado para - Paula Teysse Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

ABACAXI COM SORVETE

INGREDIENTES

- 1 abacaxi maduro (sem casca e em rodelas)
- 4 colheres de sopa de açúcar
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 1 bola de sorvete de creme do sabor de sua preferência

MODO DE PREPARO

1. Pré aqueça a airfryer por 5 minutos à 200ºC
2. Misture o açúcar e a canela
3. Em uma vasilha polvilhe o abacaxi com a mistura de açúcar e canela
4. Coloque as rodelas de abacaxi no cesto da Airfryer, e deixe assar por 15 minutos
5. Retire as rodelas, coloque-as numa travessa
6. Sirva quente ou em temperatura ambiente, com sorvete do sabor de sua preferência.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

BOLO DE CANECA DE BANANA COM NESTON

INGREDIENTES

- 1 ovo
- 1 colher de sopa de óleo
- 4 colheres de sopa de Neston
- 2 colheres de sopa de achocolatado
- meia colher de chá de fermento em pó
- meia banana nanica picada

MODO DE PREPARO

1. Em uma caneca, misture bem todos os ingredientes
2. Pré-aqueça a AirFryer por 5 minutos
3. Leve à AirFryer e deixe assar por 15 min à 160º



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

BROWNIE

INGREDIENTES

- 150g de chocolate amargo
- 140g de manteiga
- 160g de açúcar
- 3 ovos
- 65g de trigo
- 1 colher de sopa de cacau em pó
- 1 pitada de sal
- Nozes ou confetes a gosto

MODO DE PREPARO

1. Derreta o chocolate junto com a manteiga e reserve
2. Em outra tigela coloque os ovos e o açúcar e misture
3. Acrescente o trigo, o cacau e o sal
4. Junte as duas misturas e acrescente as nozes
5. Coloque na Airfryer por 25 minutos com temperatura de 160º



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

COCADINHA

INGREDIENTES

- 1 xícara de chá de coco ralado
- 1 clara de ovo
- 1 e 1/2 colher de sopa de leite condensado
- 1/2 colher de sopa de açúcar

MODO DE PREPARO

1. Em um recipiente, misture todos os ingredientes até formar uma massa homogênea
2. Em seguida, modele a massa bolinhas do tamanho que desejar e granule açúcar por cima
3. Unte sua fritadeira elétrica com óleo
4. Disponha as bolinhas e deixe fritar por 15 minutos.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

CHIPS DE MAÇÃ

INGREDIENTES

- 3 maçãs médias
- Canela em pó

MODO DE PREPARO

1. Faça fatias bem finas com as maçãs e polvilhe com canela
2. Coloque uma porção na fritadeira elétrica sem óleo em temperatura alta por 20 min
3. Mexa entre intervalos de 5 minutos, até a maçã ficar sequinha



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com

PUDIM DE LEITE CONDENSADO

INGREDIENTES

Calda:

- meia xícara (chá) de açúcar

Pudim:

- 1 Leite Condensado (lata ou caixinha) 395 g
- 500 ml de Leite
- 3 ovos

MODO DE PREPARO

Calda:

1. Pré Aqueça a airfryer a 160ºC.
2. Em uma panela derreta o açúcar em fogo baixo até ficar dourado.
3. Adicione ¼ de xícara (chá) de água com cuidado e continue mexendo em fogo baixo até que o caramelo fique com a textura lisa e engrosse.
4. Despeje a calda em uma forma de furo no meio (18 cm de diâmetro).
5. Reserve.

Pudim:

1. Em um liquidificador bata o leite condensado, o leite e os ovos por 1 minuto.
2. Despeje a mistura sobre o caramelo frio.
3. Coloque a forma do pudim em uma fôrma redonda (20 cm de diâmetro) com água até a metade e deslize e em seguida no centro da fritadeira, deslizando-o para dentro da airfryer.
4. Ajuste o timer por cerca de 30 minutos e asse.
5. Após esse tempo, verifique se seu pudim está firme.
6. Caso esteja mole no centro, ajuste o timer para cerca de 10 minutos e asse.
7. Retire a forma e deixe o pudim esfriar.
8. Em seguida, leve à geladeira por cerca de 4 horas. Desenforme e sirva.



Licenciado para - Paula Tavares Ferreira Tibes - 81009453220 - Protegido por Eduzz.com