EDICASE digital

Receitas
SEM SEGREDOS

PRATOS ECONÔMICOS

CLUBE DE REVISTAS



+ de 40 receitas

Pão de queijo prático - Pág. 06

MASSAS, CARNES, SOBREMESAS E MUITO MAIS!

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 Aprígio e Pedro Moura

Mídias Digitais
Clausilene Lima e Sergio Laranjeira

Distribuição em Bancas e Livrarias
Total Publicações (Grupo Abril)

TOTAL publicações

EDICASE EUROPA

Sócia-gerente
Adriana Andrade
geral@edicase.pt

EDICASE
publicações

Publisher
Joaquim Carqueijó

Direção Editorial
Gabriela Magalhães

Atendimento ao Leitor
Redação
atendimento@caseeditorial.com.br

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

Direção de Arte
Tami Oliveira

Design
Ligia Fagundes, Julio Cesar Prava e Manu Lopes

Editora Filiada

ANER
www.aner.org.br

CLUBE DE REVISTAS

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

PRESTIGIE O JORNALEIRO:
compre sua revista na banca

IMAGENS MERAMENTE ILUSTRATIVAS
Créditos: Shutterstock



Receitas sem segredos Ed.43
7.908.182.059.140


50
REAIS
100
REAIS
20
CLUBE DE REVISTAS

CARNE RÁPIDA

Ingredientes

1 cebola picada
4 dentes de alho picados
4 colheres de sopa de azeite
1 kg de carne moída
1 tomate picado
1 pimentão verde picado
Sal e pimenta do reino a gosto
1 lata de creme de leite
1 colher de café de colorau ou colorífico

Modo de preparo

Em uma panela de pressão, coloque a cebola, o alho, o azeite, a carne, o tomate, o pimentão, sal, pimenta e refogue por 5 minutos. Acrescente o creme de leite, o colorau e misture bem. Tampe a panela e leve ao forno médio por 10 minutos, após começar chiar. Desligue o fogo, retire a pressão, abra a panela e sirva.



CLUBE DE

REVISTAS



Entre em nosso grupo no Telegram t.me/clubederevistas

Clique aqui!

Tenha acesso as principais revistas do Brasil de forma gratuita!

SOPA DE LEGUMES

Ingredientes

1 colher de sopa de óleo
250 g de paleta picada
1 cebola grande picada
½ xícara de chá de cevadinha
5 xícaras de chá de água
2 cubos de caldo de carne
1 xícara de chá de cenoura picada
1 xícara de chá de batata picada
½ xícara de chá de salsão picado
1 xícara de chá de abobrinha picada
1 tomate maduro sem sementes picado

Modo de preparo

Em uma panela de pressão, aqueça o óleo em fogo alto e refogue a carne por 5 minutos ou até dourar. Adicione a cebola e refogue por 3 minutos. Acrescente a cevadinha, metade da água, tampe a panela e cozinhe por 20 minutos, após começar a chiar. Retire a pressão, abra a panela e volte ao fogo. Acrescente a água restante, o caldo de carne, a cenoura, a batata, o salsão, a abobrinha e cozinhe por 15 minutos ou até amaciar. Junte o tomate, sal, pimenta e cozinhe por 5 minutos. Sirva polvilhado com salsa.

CLUBE DE REVISTAS

PUDIM DE PAÇOCA

Ingredientes

6 ovos (claras e gemas separadas)
2 colheres de sopa de maisena
1 xícara de chá de leite
1 xícara de chá de achocolatado em pó
2 latas de leite condensado
1 colher de sopa de manteiga
1 xícara de chá de paçoca esfarelada para polvilhar

Modo de preparo

Em uma panela, em fogo médio, coloque as gemas, a maisena dissolvida no leite, o achocolatado, o leite condensado e a manteiga. Mexa até dissolver e começar a engrossar. Desligue e espere esfriar. Na batedeira, bata as claras em neve e misture cuidadosamente ao creme da panela. Adicione o amendoim e despeje em uma forma de buraco no meio de 22 cm de diâmetro untada com margarina e polvilhada com açúcar. Leve ao forno baixo, preaquecido, em banho-maria, por 20 minutos. Espere esfriar e leve à geladeira por 2 horas. Desenforme e polvilhe com a paçoca esfarelada.

PÃO DE QUEIJO PRÁTICO

Receita da Capa

Ingredientes

½ xícara de chá de leite
½ xícara de chá de óleo
2 ovos
2 xícaras de chá de polvilho doce
100 g de queijo parmesão ralado
1 colher de chá de sal
Óleo para untar

Modo de preparo

Bata no liquidificador o leite, o óleo, os ovos, o polvilho, o queijo e o sal até obter uma mistura homogênea. Distribua a massa em forminhas untadas com óleo, coloque-as em uma assadeira e leve ao forno médio, preaquecido, por 20 minutos.


CLUBE DE REVISTAS

BOLO COM COBERTURA DE RAPADURA

Ingredientes Bolo:

5 colheres de sopa de margarina
7 colheres de sopa de açúcar
1 ½ xícara de café de água
1 colher de café de sal
2 xícaras de chá de farinha de trigo
1 colher de chá de fermento em pó
½ colher de sopa de margarina para untar

Calda:

1 ½ xícara de chá de água
1 xícara de chá de rapadura

Modo de preparo

Derreta a margarina, coloque no liquidificador, bata juntamente com o açúcar, a água e o sal até ficar homogêneo. Aos pouco, adicione a farinha de trigo misturando bem e, depois, o fermento. Leve para assar em forma untada com margarina, em forno moderado por aproximadamente 30 minutos. Para a calda, derreta a rapadura, junte a água e faça uma calda em ponto de fio. Bata no liquidificador ainda quente, até ficar cremoso. Coloque em cima do bolo. Deixe secar.

CLUBE DE REVISTAS

FRANGO RÁPIDO

Ingredientes

6 ovos
3 colheres de sopa de creme de leite
Sal e pimenta a gosto
1 colher de sopa de azeite
1 cebola ralada
2 dentes de alho picados
4 xícaras de chá de sobras de frango desfiado
10 fatias de pão de forma sem casca triturado
½ xícara de chá de cebolinha picada

Modo de preparo

Em uma tigela, misture os ovos com o creme de leite e tempere com sal e pimenta. Bata ligeiramente com um garfo e reserve. Em uma panela, em fogo médio, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho. Adicione o frango e refogue por 3 minutos. Acrescente o pão e refogue mais um pouco. Despeje a mistura de ovos e misture com uma colher até começar a soltar do fundo da panela. Desligue o fogo, adicione a cebolinha e sirva.

BOLINHO DE ARROZ

Ingredientes

2 xícaras de chá de sobras de arroz
1 xícara de chá de leite
5 colheres de sopa de farinha de trigo
1 e ½ xícara de chá de carne moída refogada
1 colher de sobremesa de fermento em pó químico
2 colheres de sopa de salsa picada
1 ovo
Sal e pimenta do reino a gosto
Óleo para fritar

Modo de preparo

Em uma tigela, misture bem todos os ingredientes até formar uma massa homogênea. Modele bolinhas com o auxílio de uma colher e frite, aos poucos, em óleo quente, até dourar. Escorra sobre papel toalha, decore como desejar e sirva em seguida.


CLUBE DE REVISTAS

CARNE COM BANANA

Ingredientes

2 bananas
1 xícara de chá de água
1 tablete de caldo de carne
1 xícara de chá de talos de brócolis
4 colheres de sopa de azeite
2 colheres de sopa de cebola
1 dente de alho
200 g de carne moída
sal a gosto
1 xícara de chá de tomate maduro picado
1 colher de sopa de salsa

Modo de preparo

Descasque as bananas, corte em rodelas de aproximadamente 1 cm e afervente na água com o caldo de carne. Retire-as do caldo com uma escumadeira e reserve-as. Ainda na água do caldo, afervente os talos de brócolis até ficarem macios. Reserve. Doure no azeite a cebola e o alho, junte a carne moída e deixe refogar. Tempere com o sal, acrescente os tomates picados, os talos de brócolis com o caldo de carne e a salsa. Coloque em um refratário e cubra com as rodelas de bananas. Leve ao forno para aquecer as bananas.

CLUBE DE REVISTAS

BERINJELA AO FORNO

Ingredientes

3 berinjelas com casca
Azeite, sal e orégano a gosto
2 tomates em fatias
1 cebola grande em fatias
1 vidro de leite de coco
Queijo parmesão ralado para polvilhar

Modo de preparo

Corte as berinjelas em fatias finas. Regue um refratário médio com um pouco de azeite, distribua uma camada da berinjela, uma camada de tomates e uma de cebola. Tempere com sal, azeite e orégano. Repita as camadas até terminarem os ingredientes. Regue com o leite de coco, polvilhe com parmesão, cubra com papel alumínio e leve ao forno médio, preaquecido por 30 minutos. Retire o papel alumínio e volte ao forno por mais 10 minutos ou até gratinar.

EMPADÃO DE FRANGO

Ingredientes Recheio:

400 g de frango
3 xícaras de chá de inhame
2 xícaras de chá de cenoura
1 tablete de caldo de galinha
3 colheres de sopa de margarina
½ xícara de chá de cebola
1 xícara de chá de tomate picado
3 colheres de sopa de salsa
sal a gosto
½ xícara de chá de água
3 colheres de sopa de farinha de trigo

Massa:

1 xícara de chá de margarina
3 xícaras de chá de farinha de trigo
½ xícara de chá de leite
1 ovo
sal a gosto
1 colher de sopa de fermento
1 gema para pincelar

TRIBE DE REVISTAS

Modo de preparo

Cozinhe o peito de frango e desfie. Reserve. Cozinhe o inhame e a cenoura com caldo de galinha até ficar bem macio. Amasse e reserve. À parte, derreta a margarina, acrescente a cebola, o tomate, a salsa e o sal. Acrescente os legumes amassados, a água e engrosse com a farinha de trigo. Reserve. Junte a margarina e a farinha de trigo e amasse bem. Acrescente os demais ingredientes e forme uma massa homogênea. Abra a massa com um rolo; forre o fundo e as laterais de uma assadeira, coloque o recheio e cubra o restante da massa. Pincele com a gema e leve para assar em forno preaquecido.

PATÊ DE MORTADELA

Ingredientes

500 g de mortadela moída
1 pacote de pó para creme de cebola
½ xícara de chá de salsa picada
1 lata de creme de leite

Modo de preparo

Em uma tigela, misture bem todos os ingredientes. Se desejar, decore com folhas de salsa.

ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA

Ingredientes

1 kg de batata
1/2 kg de carne moída
1 cebola média
3 dentes de alho
Cheiro verde
1 tomate grande
Sal a gosto
200 g de mussarela
100 g de parmesão ralado

Modo de preparo

Faça um purê da batata e reserve. Refogue a carne com os temperos (cebola, alho, cheiro verde, tomate, sal), não deixe a carne ressecar. Em um refratário derrame metade do purê e com uma colher faça um buraco deixando a lateral coberta, coloque a carne moída no meio por cima a mussarela, depois cubra com o restante do purê e polvilhe com o queijo parmesão ralado e leve para gratinar.



CLUBE DE RECEITAS



CLUBE DE REVISTAS

BOLO DE FUBÁ

Ingredientes

2 xícaras de chá de açúcar
4 xícaras de chá de leite
1 xícara de chá de queijo parmesão ralado
2 xícaras de chá de fubá
2 colheres de sopa de farinha de trigo
2 colheres de sopa de margarina
4 ovos
1 colher de sopa de fermento em pó
Margarina e farinha de trigo para untar

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador por 5 minutos ou até ficar homogêneo. Despeje em uma forma de 30 cm x 22cm untada e enfarinhada e leve ao forno médio, preaquecido, por 35 minutos ou até que ao enfiar um palito, saia limpo. Retire do forno e deixe esfriar.

POLENTA DE MAMÃO

Ingredientes Polenta

2 xícaras de chá de mamão formosa
6 colheres de sopa de óleo
2 colheres de sopa de cebola
2 dentes de alho
2 xícaras de chá de água
sal a gosto
1 xícara de chá de farinha de trigo

Molho

2 colheres de sopa de azeite
1 colher de sopa de cebola
1 dente de alho
200 g de carne moída
1 xícara de chá de tomate maduro
sal a gosto
2 colheres de sopa de salsa

Modo de preparo

Bata o mamão no liquidificador e reserve. Aqueça o óleo, doure a cebola e o alho, acrescente o mamão batido, a água, verifique o sal e deixe ferver. Coloque a farinha de trigo, aos poucos, mexendo sempre até engrossar. Deixe cozinhar por alguns minutos. Coloque esta massa em um refratário. Reserve. À parte, faça um refogado com os demais ingredientes, cubra a polenta e leve ao forno para aquecer.

CLUBE DE REVISTAS

BOLO NEGRINHO

Ingredientes

1 xícara de chá de feijão preto cozido
4 ovos (claras e gemas separadas)
9 colheres de sopa de água
2 xícaras de chá de açúcar
1 xícara de chá de farinha de rosca
1 xícara de chá de farinha de trigo
½ xícara de chá de óleo
1 colher de chá de fermento em pó

Modo de preparo

Bata no liquidificar o feijão preto com a água de cozimento. Bata as claras em neve e reserve. Bata as gemas com água, adicione os ingredientes sólidos e, aos poucos, os líquidos. Por último, junte o fermento e as claras em neve. Asse em forno preaquecido.

BOLO MÁRMORE

Ingredientes

1 pote de iogurte natural
1 e ½ xícara de chá de açúcar
2 xícaras de chá de farinha de trigo
1/3 de xícara de chá de óleo
2 ovos
1 colher de chá de fermento em pó
4 colheres de sopa de achocolatado em pó
Óleo e farinha de trigo para untar

Modo de preparo

Bata no liquidificador o iogurte, o açúcar, a farinha de trigo, o óleo e os ovos até ficar homogêneo. Acrescente o fermento e misture delicadamente com uma colher. Em uma tigela, despeje metade da massa, adicione o achocolatado em pó e misture com uma colher até ficar homogêneo. Despeje as massas às colheradas em uma forma para bolo inglês untada e enfarinhada, intercalando as cores. Se preferir, use uma forma redonda comum. Com um palito grande, faça movimentos de vai e vem para formar o efeito marmorizado. Leve ao forno médio, preaquecido, por 30 minutos ou até que ao enfiar um palito, saia limpo. Deixe esfriar, desenforme e sirva.

CLUBE DE REVISTAS



BOLINHA DE SARDINHA

Ingredientes

1 xícara de chá de sobras de arroz cozido
1 lata de sardinha escorrida
2 ovos
¼ de xícara de chá de queijo parmesão ralado
Salsa picada e pimenta do reino a gosto
2 xícaras de chá de farinha de trigo
Farinha de rosca para empanar
Óleo para fritar

Modo de preparo

Amasse o arroz e a sardinha, misturando bem. Junte 1 ovo, o parmesão, salsa, pimenta e leve ao fogo médio até levantar fervura. Adicione a farinha de uma vez só mexendo até desgrudar do fundo da panela. Coloque em uma superfície lisa e seca e deixe esfriar. Modele bolinhas, passe no ovo restante batido, na farinha de rosca e frite, aos poucos, em óleo quente, até dourar. Sirva.

CARNE SUÍNA COM LEGUMES

Ingredientes

400 g de pernil
sal a gosto
CLUBE DE REVISTAS
2 colheres de sopa de óleo
2 colheres de sopa de cebola
½ colher de sopa de açúcar
2 xícaras de chá de chuchu com casca
2 ½ xícaras de chá de abóbora seca com casca
1 dente de alho
1 xícara de chá de abacaxi em cubos
2 colheres de sopa de farinha de trigo
½ xícara de chá de óleo para fritar o abacaxi
1 colher de sopa de salsa picada

Modo de preparo

Corte o pernil em cubos pequenos e tempere com sal. Aqueça uma colher de óleo, acrescente 1 colher de cebola e deixar dourar. Junte o pernil e frite por igual. Acrescente o açúcar, deixe dourar e reserve. Pique o chuchu e a abóbora em cubos grandes e reserve. À parte, refogue a cebola restante e o alho no óleo. Junte o chuchu e a abóbora e deixe cozinhar, acrescentando água se for necessário, até ficar "al dente". Passe os cubos de abacaxi na farinha de trigo e frite-os no óleo. Deixe escorrer em papel absorvente. Junte todos os ingredientes, salpique salsa e sirva a seguir.



CLUBE DE REVISTAS

GELATINA DE ABACAXI

Ingredientes

2 pacotes de gelatina sabor abacaxi
1 abacaxi
½ Limão pequeno
2 colheres de sopa rasa de açúcar

Modo de Preparo

Gelatina:

Num recipiente dissolva o pó dos 02 pacotes de gelatina em 250 ml de água fervente e acrescente 250 ml de água fria

Abacaxi:

Descasque o abacaxi e pique a polpa em cubinhos. (despreze a parte dura).

Coloque em uma panela e leve ao fogo por aproximadamente 15 minutos, o abacaxi picado, o açúcar e ao desligar o fogo acrescente o limão.

Montagem:

Numa refratária ou forma coloque o abacaxi e despeje a gelatina, leve a geladeira para gelar por umas 4 horas.

Para desenformar facilmente coloque por alguns segundos a forma num recipiente com água quente


CLUBE DE REVISTAS

ROCAMBOLE DE MANDIOCA

Ingredientes Massa:

3 xícaras de chá de mandioca cozida
3 colheres de sopa de farinha de trigo
¼ xícara de chá de óleo
1 xícara de chá de água
1 colher de chá de fermento em pó
sal a gosto

Recheio:

400 g de carne moída
2 colheres de sopa de óleo
1 colher de sopa de cebola
1 dente de alho
½ xícara de chá de tomate
2 colheres de sopa de salsa
sal a gosto
1 colher de sopa de farinha de trigo

Molho:

1 xícara de chá de mandioca crua
½ xícara de chá de creme de leite
2 colheres de sopa de salsa
sal a gosto

CLUBE DE REVISTAS

Modo de preparo

Coloque todos os ingredientes da massa no liquidificador e bata até ficar uma massa homogênea. Coloque para assar em forma retangular, previamente untada e enfarinhada com farinha de rosca. Depois de assado, reserve. Para o recheio, refogue no óleo a carne moída, a cebola e o alho. Acrescente o tomate picado e a salsa. Verifique o sal e junte a farinha de trigo para que o recheio fique com liga. Para o molho, bata os ingredientes (exceto a salsa) no liquidificador. Leve ao fogo para aquecer e junte a salsa. Verifique o sal. Para montar, coloque a massa assada sobre um filme plástico, espalhe o recheio e enrole o rocambole, com auxílio do filme. Coloque o molho por cima do rocambole e leve ao forno para gratinar.

SUCO VITAMINADO

Ingredientes

8 xícaras de chá de casca de abacaxi
1 litro de água
4 xícaras de chá de tomates maduros
2 xícaras de chá de açúcar

Modo de preparo

Lave com uma escovinha o abacaxi, descasque-o e reserve as cascas. À parte, cozinhe os tomates, coloque-os no liquidificador com as cascas de abacaxi, o açúcar e a água. Bata bem coe e sirva bem gelado.

TORTA CREMOSA DE BANANA

Ingredientes Massa:

9 colheres de sopa de farinha de trigo
4 colheres de sopa de açúcar
1 colher de sopa de margarina
1 colher de sopa de fermento em pó
6 colheres de sopa de leite

Recheio:

12 bananas picadas
canela em pó a gosto
1 colher de sopa de margarina
cascas de 12 bananas
5 colheres de sopa de açúcar
6 colheres de sopa de achocolatado

Modo de preparo

Para fazer a massa, misture todos os ingredientes. Abra a massa com as mãos. Forre uma assadeira redonda desmontável (25 cm de diâmetro), previamente untada com margarina e farinha de trigo. Para o recheio, depois de lavar bem as bananas, pique as cascas bem fininhas (ou triture no processador). Leve ao fogo em uma panela com os demais ingredientes. Mexa sempre até cozinhar e desprender do fundo da panela. Deixe esfriar. Leve ao forno médio para assar por aproximadamente 30 minutos.

CLUBE DE REVISTAS



CHUCHU GRATINADO COM SARDINHA

Ingredientes

3 chuchus
1 tablete de caldo de carne
1 xícara de chá de cascas de chuchu
1 dente de alho
½ xícara de chá de cebola picada
2 colheres de sopa de óleo
1 xícara de chá de tomate picado
sal a gosto
½ xícara de chá de água
2 colheres de sopa de margarina
1 colher de sopa de farinha de trigo
½ xícara de chá de leite
1 lata de sardinhas
2 colheres de sopa de queijo ralado

Modo de preparo

Descasque os chuchus, retire o miolo fazendo uma cova dentro de cada chuchu, tomando o cuidado deixá-los firmes para receber o recheio ao final. Lave-os e cozinhe com o caldo de carne. À parte, pique as cascas de chuchu e reserve. Em uma panela, frite o alho e a cebola no óleo, acrescente os tomates, as cascas de chuchu, verifique o sal e adicione água. Leve para cozinhar e reserve. Em outra panela, derreta a margarina, adicione a farinha, deixe dourar um pouco e acrescente o leite aos poucos, para não empelotar. Adicione em seguida as cascas refogadas e a sardinha livre de escamas e espinhas. Verifique o sal e reserve. Escorra os chuchus e coloque em um refratário. Recheie com o molho de cascas e polvilhe com o queijo.


CLUBE DE REVISTAS

BOLO DE CASCA DE ABACAXI

Ingredientes

2 xícaras de chá de caldo de casca de 1 abacaxi
2 ovos (claras e gemas)
2 xícaras de chá de açúcar
3 xícaras de chá de farinha de trigo
1 colher de sopa de fermento em pó
5 xícaras de chá de água

Modo de preparo

Afervente a casca de 1 abacaxi, com 5 xícaras de chá de água, por 20 minutos. Bata no liquidificador a casca, coe e reserve o caldo e o bagaço separadamente. Bata as claras em neve, misture as gemas e continue batendo. Misture, aos poucos, o açúcar e a farinha de trigo, sem parar de mexer. Acrescente 2 xícaras de chá de do suco de casca e o fermento. Misture bem. Asse em forma untada em forno moderado. Depois de assado, perfure todo o bolo com um garfo, umedeça com o restante do caldo e se preferir coloque a casca como cobertura.

CHÁ DE GENGIBRE E UVA

CLUBE DE REVISTAS

Ingredientes

1 xícara de chá de açúcar
4 xícaras de chá de água
1 xícara de chá de gengibre fatiado
2 xícaras de chá de suco de uva

Modo de preparo

Coloque o açúcar para caramelizar e junte a água. Deixe esfriar. Acrescente o gengibre e ferva mais um pouco. Junte o suco de uva. Se preferir diminua o gengibre e acrescente cravo.

SUCO DA HORTA

Ingredientes

2 xícaras de chá de couve manteiga
1 litro de água
1 xícara de chá de polpa de maracujá
2 xícaras de chá de açúcar
½ xícara de chá de suco de limão

Modo de preparo

Lave bem as folhas de couve, pique-as, coloque no liquidificador e bata com a água. Acrescente a polpa de maracujá e bata rapidamente. Coe e junte os demais ingredientes. Sirva bem gelado.

BOLO DE CHOCOLATE

Ingredientes

200 ml de leite
150 ml de óleo de soja
2 ovos inteiros
1 xícara de chocolate em pó
1 xícara de açúcar refinado
2 xícaras de farinha de trigo
1 colher média de sopa de fermento

Modo de preparo

Bata no liquidificador os ovos, o leite e o óleo por 5 minutos aproximadamente. Peneire o açúcar, farinha e o chocolate em pó. Junte em uma vasilha e misture bem junto do fermento em pó. Jogue a mistura do liquidificador e mexa bem, até não sobrar mais partes secas. Unte uma forma de preferência do tipo retangular. Preaqueça o forno por 10 minutos. Leve ao forno por 30 minutos aproximadamente, ou até verificar com um palito que não há parte molhada. Espere esfriar, tire da forma e sirva.

TORTA CREMOSA DE MELANCIA

CLUBE DE REVISTAS

Ingredientes Massa:

1 pacote de bolacha maisena
3 colheres de sopa de margarina
5 g de margarina para untar

Creme:

4 xícaras de chá de suco de melancia
6 colheres de sopa de maisena
8 colheres de sopa de açúcar
1 xícara de chá de creme de leite

Calda:

1 xícara de chá de suco de melancia
1 xícara de chá de açúcar

Modo de preparo

Para a massa, bata no liquidificar a bolacha maisena. Coloque em um recipiente e junte a margarina, misturando delicadamente. Unte uma assadeira de fundo falso e forre com a massa. Reserve. Faça o creme com o suco da melancia, a maisena e o açúcar. Quando engrossar, retire do fogo e junte o creme de leite. Deixe esfriar. Leve ao fogo o suco de melancia e o açúcar e faça uma calda fina. Coloque o creme na forma forrada com a massa. Leve à geladeira por mais ou menos 03 horas. Desenforme e regue com a calda fria. Sirva gelada.

BRIGADEIRO TRADICIONAL

Ingredientes

1 e 1/2 xícara de chá de leite condensado
1 colher de sopa de manteiga
4 colheres de sopa de chocolate em pó

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes em uma panela. Leve ao fogo médio, mexendo sempre até engrossar e desgrudar do fundo da panela. Deixe esfriar em um prato untado com manteiga. Enrole os brigadeiros e passe no granulado.


CLUBE DE REVISTAS

LASANHA DE BERINJELA

Ingredientes

1 berinjela grande
Ovo
Farinha de rosca (para empanar)
1 lata/caixa de molho de tomate
1/2 kg de carne moída
1 cebola
2 dentes de alho amassados
Mussarela ralada ou queijo ralado

Modo de preparo

Corte a berinjela (com a casca) em rodelas finas, passe no ovo e na farinha de rosca para empanar. Frite e reserve. Refogue o alho e a cebola em óleo, refogue a carne moída e coloque o molho de tomate. Montagem: faça camadas, começando pela berinjela, depois o molho com a carne moída e por fim o queijo ralado, repetindo quantas vezes quiser. A última camada com o queijo ralado e levar ao forno para gratinar.

CANJICA NUTRITIVA

Ingredientes

½ xícara de chá de canjica branca
3 colheres de sopa de óleo
1 colher de sopa de bacon picado
2 colheres de sopa de cebola
2 dentes de alho
300 g de peito de frango
300 g de linguiça defumada
1 tablete de caldo de galinha
4 xícaras de chá de água quente
sal a gosto
salsa picada a gosto

Modo de preparo

Coloque a canjica de molho de véspera. Cozinha a canjica em panela de pressão com bastante água até que fique macia. À parte, coloque em uma panela o óleo e o bacon e deixe fritar. Acrescente a cebola e o alho e deixe dourar. Junte o frango e a linguiça fatiados e refogue. Misture esse refogado à canjica cozida. Acrescente o caldo de galinha e a água quente e deixe o caldo encorpar. Se necessário salgue, coloque a salsa e serva quente com arroz branco.

PATÊ DE PRESUNTO

Ingredientes

100 g de presunto
2 colheres de sopa de maionese
1 colher de sopa de mostarda
Pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo

Amasse bem o presunto. Depois misture com os demais ingredientes até formar uma pasta uniforme.


CLUBE DE REVISTAS

BOLO CROCANTE DE SOJA

Ingredientes

1 xícara de proteína texturizada de soja (PTS)
3 xícaras de açúcar
3 ovos (claras e gemas)
2 colheres de sopa de margarina
1 xícara de leite
3 xícaras de farinha de trigo
1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de preparo

Caramelize a proteína de soja com 1 xícara de açúcar e reserve. Bata as claras em neve e reserve. Faça um creme homogêneo batendo as gemas, 2 xícaras de açúcar e a margarina. Acrescente o leite, a farinha de trigo e bata um pouco. Por último, acrescente o fermento, as claras em neve e a proteína de soja caramelizada. Asse em forno preaquecido, em assadeira untada e enfarinhada.

BOLO DE BETERRABA

LIVRE DE REVISTAS

Ingredientes Massa:

1 xícara de chá de suco de laranja
4 xícaras de chá de beterraba picada
3 ovos (claras e gemas)
2 xícaras de chá de açúcar
¾ xícara de chá de óleo
3 xícaras de chá de farinha de trigo
1 colher de chá de fermento em pó

Cobertura:

1 colher de sopa de margarina
3 colheres de sopa de achocolatado
3 colheres de sopa de açúcar
1 xícara de chá de leite

Modo de preparo

Junte o suco de laranja e as beterrabas e bata no liquidificador. Reserve. À parte, bata as gemas, o açúcar e o óleo. Acrescente aos poucos o suco batido. Adicione a farinha de trigo. Por último, coloque as claras em neve e o fermento. Asse em forno médio. Para a calda, derreta a margarina, junte o achocolatado, o açúcar e, por último o leite. Deixe ferver até encorpar. Coloque a cobertura sobre o bolo ainda quente.

SUCO DE MILHO, LARANJA E LIMÃO

Ingredientes

1 lata de milho verde - ou a mesma medida de milho in natura cozido
1/2 xícara de chá de suco de limão
1 xícara de chá de suco de laranja
2 xícaras de chá de açúcar
1 litro de água

Modo de preparo

Despreze a água do milho verde e bata-o no liquidificador com o suco das laranjas, dos limões, o açúcar e a água. Coe, sirva bem gelado.

LASANHA DE PÃO

Ingredientes

1 dente de alho
1 colher de sopa de cebola
1 colher de sopa de margarina
100 g de carne moída
1 tablete de caldo de carne
6 tomates maduros
sal a gosto
orégano a gosto
5 berinjelas pequenas
2 xícaras de chá de talos picados
6 pães amanhecidos
2 colheres de sopa de queijo ralado

TRIBE DE REVISTAS

Modo de preparo

Pique o alho e a cebola e frite-os na margarina derretida. Acrescente a carne moída e o caldo de carne. Refogue. Bata os tomates no liquidificador, peneire e acrescente à carne moída. Deixe engrossar. Tempere com sal, orégano e acrescente os talos picados. Reserve. Corte as berinjelas em cubos. Reserve. Descasque o pão, corte em fatias, umedeça levemente e abra com o rolo. Reserve. Coloque em um refratário, alternadamente, uma cama de pão, outra de molho, uma de berinjela e finalize com uma de pão e uma de molho. Polvilhe queijo ralado e leve ao forno até que a berinjela fique assada completamente. Sirva quente.

ALMÔNDEGA ECONÔMICA

Ingredientes

½ kg de carne moída
1 cebola pequena picada
1 colher de sopa de salsa picada
Sal e molho de pimenta a gosto
1 ovo
Óleo para untar

Modo de preparo

Em uma tigela misture bem os ingredientes e modele almôndegas. Frite, aos poucos, em uma frigideira untada com óleo até dourar por igual. Escorra em papel toalha.


CLUBE DE REVISTAS

PIZZA DE CALABRESA COM TALOS DE AGRIÃO

Ingredientes Massa:

2 xícaras de chá de farinha de trigo
2 colheres de sobremesa de sal
1 colher de chá de açúcar
1 colher de sopa de óleo
½ tablete de fermento biológico
¼ xícara de chá de água morna

Molho:

1 colher de sopa de massa de tomate
sal a gosto
orégano a gosto

Recheio:

200 g de linguiça calabresa fresca
6 xícaras de chá de talos de agrião
2 dentes de alho
½ cebola fatiada
½ tomate fatiado
10 azeitonas pretas

Modo de preparo

Coloque, em uma tigela, a farinha, o sal, o açúcar e o óleo. Dissolva o fermento em água morna e, aos poucos, misture a água na farinha. Amasse bem com as mãos até formar uma massa homogênea. Caso seja preciso para atingir o ponto ideal, acrescente mais água morna ou farinha de trigo. Desgrudando das mãos, sove a massa por cerca de 5 minutos, até ficar bastante macia. Cubra e deixe descansar por cerca de 1 hora. Para o molho, misture a massa de tomate com o sal e o orégano. Reserve. Abra a massa com um rolo, na espessura desejada, coloque em forma untada e enfarinhada, espalhe o molho e leve para assar em forno preaquecido. Para o recheio, tire a pele da linguiça, pique em pedaços pequenos e frite. Reserve. Lave e pique os talos de agrião. Frite o alho em óleo e refogue os talos. Reserve. Monte a pizza espalhando pela massa préassada os talos de agrião, a linguiça frita e a cebola em rodelas. Decore com tomates e azeitonas e leve para assar.

COCADA

Ingredientes

4 xícaras de chá de açúcar
100 g de coco ralado
1 lata de leite condensado
1 vidro de leite de coco
Margarina para untar

Modo de preparo

Coloque em uma panela todos os ingredientes e leve ao fogo médio, mexendo até desgrudar do fundo da panela. Despeje sobre uma superfície lisa untada com margarina. Deixe esfriar, corte em quadrados e sirva.

TORTA DE PEIXE

Ingredientes

480 g de filé de merluza
sal a gosto
3 dentes de alho
1 limão grande
2 ovos
½ xícara de chá de óleo
1 ½ xícara de chá de farinha de trigo
2 colheres de sopa de salsa
1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de preparo

Tempere os filés com o sal, o alho e o limão. Deixe descansar por 20 minutos. Amasse os filés temperados, até que fiquem com consistência pastosa. Acrescente os demais ingredientes. Misture bem e leve para assar em forno preaquecido, em assadeira untada e enfarinhada, por aproximadamente 30 minutos. Sirva quente.

SOPA BRASILEIRA

CLUBE DE REVISTAS

Ingredientes

2 dentes de alho
4 colheres de sopa de azeite
250 g de acém
1 litro de água
5 xícaras de chá de abóbora
2 xícaras de chá de quiabo
1 colher de sopa de cebola
1 colher de sopa de vinagre
sal a gosto
2 colheres de sopa de cebolinha

Modo de preparo

Em uma panela de pressão, doure o alho em duas colheres de azeite, depois acrescente a carne cortada em cubos pequenos e refogue. Adicione ½ litro de água e deixe cozinhar. À parte, cozinhe a abóbora com meio litro de água, em seguida, bata no liquidificador e reserve. Em uma panela, refogue o quiabo em 2 colheres de azeite, 1 de cebola, o vinagre e o sal. Junte à carne cozida a abóbora batida e o quiabo refogado. Verifique o sal e deixe ferver. Salpique a cebolinha na hora de servir.

Portal
EDICASE
digital



CLUBE DE REVISTAS

Conteúdos especializados sobre Saúde e Bem-Estar, Entretenimento, Educação, Beleza, Culinária, Astrologia, Pets e muito mais! Tudo isso 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

