E-BOOK

Salgados De Sucesso



SALGADOSDESUCESSO.COM

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

Sumário

APRESENTAÇÃO 05

DICAS 06

MANEIRAS DE VENDER SALGADOS 09

OS SALGADOS MAIS PEDIDOS NO BRASIL 11

FRITANDO SEU SALGADO 14

CONGELANDO E DESCONGELAMENTO SEU SALGADO 16

RECEITAS DE PASTÉIS 18

MASSA FÁCIL DE PASTEL 19

MASSA PARA PASTEL DE FORNO 20

MASSA PARA PASTEL DE FORNO SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE 21

PASTEL SIMPLES SEM GLÚTEN 22

MASSA INTEGRAL DE PASTEL ASSADO 23

MASSA PARA PASTEL DOCE 24

RISOLES 25

RECHEIOS PARA PASTEL E RISOLES 26

RECHEIO DE CARNE MOÍDA TRADICIONAL 27

RECHEIO DE CARNE MOÍDA, MILHO E OVO 28

RECHEIO DE CARNE, PALMITO E AZEITONA 29

RECHEIO DE CARNE AOS 4 QUEIJOS 30

RECHEIO DE CARNE MOÍDA, MILHO ALHO E CATUPIRY 31

RECHEIO DE FRANGO 32

RECHEIO DE FRANGO AOS 4 QUEIJOS 33

RECHEIO DE FRANGO, MILHO E MUSSARELA 34

RECHEIO DE FRANGO COM CATUPIRY 35

RECHEIO DE FRANGO, PRESUNTO E AZEITONA 36

RECHEIO DE CAMARÃO COM AZEITONAS 37

RECHEIO DE CAMARÃO CREMOSO 38



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

Sumário

RECHEIO DE PALMITO 39

RECHEIO DE PALMITO COM BACON 40

RECHEIO DE BACALHAU 41

RECHEIO DE CARNE SECA 42

RECHEIO DE MILHO CREMOSO 43

RECHEIO DE CALABRESA COM REQUEIJÃO E ORÉGANO 44

RECHEIO DE TOMATE SECO COM RICOTA 45

RECHEIO SABOR PIZZA 46

RECHEIO DE BANANA 47

RECHEIO DE BRIGADEIRO 48

RECHEIO DE CHOCOLATE COM MORANGO 49

RECHEIO DE PRESTÍGIO CREMOSO 50

RECHEIO DE CREME DE AVELÃ 51

DICAS DE RECHEIOS 52

RECEITAS DE CROQUETE 53

CROQUETE DE RICOTA 54

CROQUETE DE LINGUIÇA TOSCANA 55

CROQUETE DE CARNE 56

CROQUETE DE CARNE COM CATUPIRY 57

CROQUETE DE MILHO E QUEIJO 58

CROQUETE DE BATATA VEGANO 59

RECEITAS DE BOLINHA 60

BOLINHA DE 4 QUEIJOS 61

BOLINHA DE QUEIJO TRADICIONAL 62

BOLINHA DE PRESUNTO E QUEIJO 63

BOLINHA DE MANDIOCA COM PRESUNTO 64

BOLINHA DE PIZZA 65

RECEITAS DE COXINHA 66

MASSA TRADICIONAL 67



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

Sumário

MASSA DE BATATA PARA COXINHA 68

MASSA VEGANA PARA COXINHA 69

MASSA SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE 70

MASSA INTEGRAL 71

RECHEIO DE FRANGO TRADICIONAL 72

RECHEIO VEGANO 73

COXINHA DE CHURROS 74

COXINHA DE BRIGADEIRO 75

RECEITAS DE EMPADA 76

MASSA DE EMPADA 77

RECHEIO DE FRANGO 78

RECHEIO DE QUEIJO 79

RECHEIO DE BACALHAU 80

RECHEIO DE CAMARÃO 81

RECHEIO DE MILHO E RICOTA 82

KIBE COM CATUPIRY 83



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

APRESENTAÇÃO

Há muitos anos a maioria das pessoas sonhava em ter o próprio negócio, nos dias de hoje 83% da população não está satisfeita com o seu nível social e gostaria de melhorar seus ganhos.

Por isso estamos aqui, se você já tem uma renda fixa e gostaria de aumentá-la, se você está pensando em abrir o próprio negócio ou se já tem sua empresa e está buscando melhorar, você está no lugar certo.Preparamos para você as mais saborosas e lucrativas receitas de salgados, além de dicas de como iniciar seu próprio negócio, como divulgar o seu produto e quais são os motivos para ter a sua empresa.

Mas você deve estar se perguntando, será que eu consigo? será que vou realmente ganhar dinheiro? Pois bem, se você está aqui é porque com certeza já conheceu alguém que se deu bem nesse ramo não é? Então! Se muitas pessoas conseguem, você pode conseguir também, só é preciso boas receitas, força de vontade e profissionalização.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



DICAS

Separamos algumas dicas valiosas para você que está iniciando no ramo.

Saber fazer um salgado saboroso é muito importante, porém para ganhar dinheiro e se destacar na profissão você precisa de muito mais que isso.

Você precisa estar pronto para agradar a todos os públicos

Aposto que alguma vez você já pensou que fazer salgados era só fazer a massa em grande quantidade e variar um pouco nos recheios não é mesmo? porém hoje em dia sabemos que uma porcentagem dos clientes pode ter intolerância a glúten, lactose, ou apenas estar de dieta e gostaria de um salgado fit.

Você prefere perder este cliente ou fidelizá-lo por ter opções para lhe oferecer?

Não se preocupe que nas nossas receitas você encontrará opções para todos.

Escolha a maneira que você irá trabalhar

Decida se você vai vender os salgados congelados, se vai vender de porta em porta, fornecer para algum estabelecimento, vai ter sua própria barraca ou algo do tipo.

Este é um passo muito importante, já que no início você não poderá atender todos os segmentos, dedique-se bem a algum e depois vá ampliando seu negócio.

No próximo capítulo apresentaremos cada uma das opções de local de trabalho.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



DICAS

Defina com quais salgados você vai trabalhar

Esse é outro ponto fundamental! Não adianta querer vender salgados de todos os tipos, porque o que não faltam são receitas e opções.

Você precisa definir quais são os salgados mais consumidos na sua região e até pensar em trazer alguma novidade para surpreender o seu público.

Dessa maneira você tem maior garantia de venda.

Por isso separamos um capítulo com os salgados mais vendidos no Brasil, para que você possa iniciar com estes até conhecer as preferências dos seus clientes.

Nunca esqueça da qualidade

Além de ter opções para todos os públicos, definir a maneira de trabalho e seu cardápio você nunca pode deixar de lado a qualidade.

Sempre preocupe-se com escolher os melhores ingredientes, priorizar a higiene e fazer tudo com muito amor.

O jeito para isso é procurar comprar os produtos em locais que vendem em atacado.

Assim você consegue comprar em quantidade e com um preço muito mais em conta, tendo uma margem de lucro alta no salgado.

E-book licenciado para Roseli mazuti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



Invista na divulgação dos seus produtos

Não adianta fazer salgado gostoso se ninguém sabe que você vende.

Por isso invista muito na divulgação! Tanto no boca a boca com as pessoas que você conhece, como por meio de panfleto e principalmente pela internet.

A divulgação é a alma do seu negócio, é o que vai garantir que você tenha venda, e consequentemente tenha retorno financeiro.

No início até que as pessoas conheçam você uma boa opção é promoções em redes sociais, falaremos melhor sobre isso em outro capítulo.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

MANEIRAS DE VENDER SALGADOS

Como explicamos no capítulo anterior, é necessário que você defina como vai vender as suas receitas, as melhores opções são:

Vender salgados em uma barraquinha

É bem comum as pessoas começarem a vender salgados assim, porque não precisa de um grande investimento.

Porém não esqueça de estudar bem o local onde ela ficará, você só irá vender se for visto! defina também seu horário de trabalho, procure atender em horários que normalmente as pessoas têm fome e estão sem tempo, por exemplo ao final do dia ou na hora do almoço.

Vender salgados com o seu carro

Quem tem carro tem uma grande oportunidade na mão. Você praticamente não vai ter investimento.

Só vai precisar de vasilhas para colocar os salgados e material de divulgação, banner por exemplo.

O bacana de vender com carro é que você pode procurar os melhores locais para vender por horário e em um único dia ir para dois ou três lugares tendo a chance de faturar mais do que alguém que fica fixo em um só lugar.

Vender salgados com um carrinho de salgados

Um carrinho também é uma ótima opção.

Você tem uma estrutura que pode levar para locais com maior fluxo de pessoas e ainda pode trabalhar em eventos e festas.

Porém é necessário um pouco de investimento inicial.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

MANEIRAS DE VENDER SALGADOS

Vender salgados em uma lanchonete

Muita gente tem o sonho de abrir uma lanchonete e se você fizer isso de forma estruturada e planejada pode ter ótimos resultados também.

Nesse caso o investimento será maior, porém a nossa dica é: comece pequeno, inicie pela outras opções e faça seu capital, para poder investir em algo maior.

Vender salgados para revendedores

Existem muitas pessoas que trabalham com venda de salgados, mas que não preparam.

Tanto vendedores autônomos, como pessoas que têm estabelecimentos (lanchonetes, padarias, mercearias, mercadinhos e por aí vai), esta é outra opção que não necessita investimento inicial e que pode ser muito lucrativa.

Porém com certeza no início você irá oferecer seu produto (lembre-se que se trata de algo novo) e as pessoas não o conhecem, faça a gentileza de levar uma degustação para os proprietários.

Vender salgados por encomenda

Essa é uma das formas que mais podem te render dinheiro! Você vai trabalhar somente produzindo salgados para encomendas de eventos, festas e o que mais aparecer.

Dessa forma você pode começar em casa, sem fazer quase nenhum investimento.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

OS SALGADOS MAIS PEDIDOS NO BRASIL

7º LUGAR: Croquete

Perfeito para saborear com uma cervejinha, o croquete é uma das comidas de boteco preferidas dos brasileiros.

A receita tradicional leva carne moída temperada, mas você pode experimentar outros recheios conforme a sua criatividade.

Algumas pessoas gostam de incluir milho, queijo e até requeijão para dar um toque especial.

6ºLUGAR: Risole

O risole, pastelzinho em formato de meia-lua muito comum em festas por todo país, é outro queridinho do mundo dos petiscos.

Feito com uma massa fofinha a base de trigo, ele geralmente leva recheio de carne moída ou presunto e queijo, mas também aceita opções como palmito e camarão.

Pode ser encontrado também no formato travesseirinho que é mais quadradinho e uma delicia também.

5ºLUGAR: Bolinha de presunto e queijo

Sucesso absoluto nos eventos de família, as bolinhas de presunto e queijo agradam crianças e adultos pela sua simplicidade.

Elas também são muito famosas por serem facilmente adaptadas para atender às pessoas que têm restrições alimentícias.



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

OS SALGADOS MAIS PEDIDOS NO BRASIL

4ºLUGAR: Quibe

Iguaria árabe que ganhou o coração dos brasileiros, o quibe tem como ponto forte a praticidade.

A receita comum leva apenas carne moída, trigo, ovo e temperos.

No entanto, existem outras receitas como o quibe com aipim, popular na região Norte, e o quibe vegano que é feito à base de proteína de soja para servir pessoas que não comem derivados animais.

3ºLUGAR: Empada

Muita gente não sabe, mas a empada, além de popular no nosso país, também foi inventada aqui! Ela é uma adaptação dos empadões portugueses, grandes tortas salgadas recheadas de palmito, frango, ou camarão, muito comuns nas terras lusitanas.

A maior vantagem da empada é sua variedade de sabores. Tem de frango, palmito, carne seca, italiana, queijo, camarão.

Enfim, empadinhas para todos os gostos e ocasiões.

Uma bela e saborosa invenção, não acha?



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

OS SALGADOS MAIS PEDIDOS NO BRASIL

2ºLUGAR: Pastel

O pastel é o salgado mais querido da região Sudeste, onde é vendido em todas as feiras e mercados.

Em uma lista de salgados famosos no nosso país, ele não poderia ficar de fora do top três!

O ponto principal do pastel é seu custo-benefício, já que a receita leva apenas massa e recheio, geralmente de queijo ou carne moída.

Bom para o paladar e para o bolso (de quem compra e de quem vende).

1º LUGAR: Coxinha

Para ela, não existe concorrência! A coxinha é, de longe, o salgado mais famoso e querido do Brasil, a receita é muito simples, somente massa, frango desfiado e, nas melhores receitas, uma boa quantidade de catupiry.

Ela tem o coração e o estômago de todos os Brasileiros, além de ter um custo baixíssimo pro consumidor, e ótimo lucro para o fornecedor.



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 057[illegible]

FRITANDO SEU SALGADO

Esta também parece uma tarefa simples, porém toda dica é válida, já que nosso foco é ganhar dinheiro com salgados e não perder tempo e dinheiro fazendo testes para encontrar a maneira correta, separamos as perguntas frequentes com as respostas para vocês.

Onde fritar?

A escolha do recipiente onde será feita a fritura é muito importante, pois como o salgadinho precisa ficar submerso no óleo, é essencial que ele seja frito em um local fundo.

Apesar da fritadeira elétrica ser uma ótima opção, é provável que, especialmente quem está começando seu negócio, ainda não tenha uma.

Assim, o ideal é escolher uma panela funda ou um tacho, já que ambos oferecem uma altura apropriada para a fritura.

Qual é o melhor óleo?

Muitas pessoas utilizam gordura hidrogenada (que pode ser comprada pronta e em grandes quantidades no supermercado) no lugar do óleo, já que ela proporciona um salgado mais seco e crocante.

No entanto, a melhor opção, já que o óleo de soja acaba sendo mais saudável e oferece um sabor melhor.

A temperatura ideal

Depois da escolha da panela, do óleo e de outros materiais, é hora de fritar a sua massa.

Se você estiver trabalhando com ela fresca, é preciso esperar primeiro que ela esfrie.

Se estiver fritando salgadinho que foi congelado espere descongelar um pouco para que ele soe e quebre as partículas de gelo, e aí sim fritá-lo.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

FRITANDO SEU SALGADO

Quanto de óleo?

Nesse momento, já com a massa pronta para a fritura, é necessário acertar na quantidade de óleo que será colocada no tacho.

Essa quantidade irá variar de acordo com a porção de salgadinhos, mas deve ser sempre suficiente para cobri-los, sem jamais, no entanto, deixar a panela cheia.

Muito quente ou muito frio...

Também nessa hora é imprescindível que você tenha controle sobre a temperatura do óleo, que deve estar a 180°C.

Esse tipo de controle é necessário pois corre-se o risco do salgado estourar caso o óleo esteja frio, assim como corre-se o risco do salgado apenas dourar por fora e não fritar por dentro, caso o óleo esteja muito quente.

Se você não tem uma fritadeira com termostato, você tem que fazer alguns testes por exemplo: pegar um pouquinho de farinha de rosca e jogá-la dentro do óleo.

Quando a farinha de rosca subir e já estiver um pouco dourada, é sinal de que o óleo está no ponto certo.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

CONGELANDO E DESCONGELAMENTO SEU SALGADO

Este é um processo muito importante para aquelas pessoas que pretendem trabalhar com salgados, e parece óbvio não é? Nem tanto, precisamos estar atentas a uma série de fatores para um congelamento correto, pois somente assim o seu produto não perderá o sabor quando descongelado.

Para salgados fritos

- O primeiro passo é terminar ele completamente, dar o formato e empanar, depois disso você deve dispor todos eles em formas/assadeiras com um pouquinho de distância entre eles e levá-los ao congelador por 1 hora, para que seu salgado não esteja muito mole quando colocado no pacote e não grude nos outros causando deformações.
- Feito isso, retire do congelador e coloque em saquinhos especiais para congelamento, não encha muito para que eles não fiquem grudados uns nos outros.
- Etiquete todos os pacotes com data de congelamento.
- O prazo máximo para descongelar é de 90 dias.
- Evite congelar novamente os salgados que já foram descongelados. O processo de descongelamento altera a textura dos salgados e se congelado novamente pode comprometer o sabor.
- O ideal mesmo é deixar que os salgados descongelem naturalmente para manter a qualidade do sabor. Se você forçar o descongelamento no forno ou micro-ondas, a massa pode ficar dura e perder aquela consistência de salgado fresco. Além disso, corre o risco de fritar por fora e ficar meio congelado por dentro.



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

CONGELANDO E DESCONGELAMENTO SEU SALGADO

Para salgados assados

- Os salgados assados como esfirras ou empadinhas vão passar pelo mesmo processo de congelamento, a única diferença é que eles precisam ser pré-assados antes de serem levados à geladeira.
- Você precisa colocá-los para assar antes de chegar naquele ponto bem dourado. Quando começar a dar uma cor na massa, você pode desligar o forno e aguardar esfriar para congelar.
- Em seguida é só colocá-los um ao lado do outro e deixe no freezer por 2 horas, depois coloque em saquinhos próprios para congelamento.



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECEITAS DE PASTÉIS

Vamos começar pelo começo! o salgado mais simples é o pastel, separamos opções do mais rápido, fácil e barato ao mais elaborado.

Para facilitar para você primeiro te ensinamos a fazer a massa (você também tem a opção de comprar ela pronta), e depois todos os recheios.

O tamanho do seu pastel vai depender de você e do seu público, você pode oferecer ele grande, como os pastéis de feira por exemplo, ou um mini pastel para festas.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA FÁCIL DE PASTEL

INGREDIENTES

- *3 xícaras de farinha de trigo*
- *2 colheres de óleo ou azeite*
- *250ml copo de água morna*
- *1 colher rasa de sal*
- *1 colher de café de cachaça*

MODO DE PREPARO

1. Coloque a farinha e sal em uma vasilha, peneirando.

2. Adicione a água morna, a cachaça e o óleo aos poucos mexendo sempre.

3. Sove a massa até que fique bem homogênea.

4. Deixe descansar por 30 minutos.

5. Abra a massa com rolo de macarrão ou cilindro até ficar com a espessura desejada.

6. Corte do tamanho que preferir.

7. A cachaça serve para não formar tantas bolhas na massa na hora de fritar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA PARA PASTEL DE FORNO

INGREDIENTES

- *2 colheres de sopa de óleo*
- *2 colheres de sopa de manteiga em temperatura ambiente*
- *1 ovo inteiro + 1 gema*
- *1/2 xícara de leite morno*
- *1 pitada de sal*
- *250g de farinha de trigo (aprox.)*
- *1 gema + 1 colher de chá de óleo para pincelar*

MODO DE PREPARO

1. Em uma pequena vasilha bata ligeiramente com um garfo o ovo e a gema.

2. Em uma vasilha maior, misture o óleo e uma colher de sopa da manteiga, acrescente o ovo batido, o sal já dissolvido no leite morno e misture tudo.

3. Acrescente a farinha aos poucos, misturando até obter uma massa fofa e lisa e que não grude nas mãos.

4. Sove a massa em superfície enfarinhada, faça uma bola e deixe descansar por uma hora.

5. Abra a massa com um rolo, sobre uma superfície polvilhada com farinha de trigo.

6. Molde os pastéis do tamanho que preferir, coloque o recheio desejado e feche.

7. Na hora de assar com um pincel, passe na parte de cima a gema misturada com o óleo para dar aquele aspecto dourado no seu salgado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA PARA PASTEL DE FORNO SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE

INGREDIENTES

- *200ml de água*
- *100g de amido de milho*
- *150g de polvilho doce*
- *100g de margarina ou manteiga sem lactose*
- *2 ovos + 1 gema*
- *2 colheres de café de fermento em pó*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Polvilhe o amido e o polvilho com os dois ovos e a margarina.

2. Misture bem e depois acrescente o fermento e sal a gosto.

3. Mexa até a massa ficar lisa e homogênea.

4. Sove a massa em uma superfície enfarinhada.

5. Deixe descansar por uma hora.

6. Abra a massa com um rolo sobre uma superfície enfarinhada.

7. Corte os pastéis do tamanho que preferir e coloque o recheio escolhido.

8. Pincele a gema por cima do pastel e leve para assar até dourar em forno pré-aquecido a 180°C.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



PASTEL SIMPLES SEM GLÚTEN

INGREDIENTES

- *200g de farinha de trigo sem glúten*
- *180ml de água quente*
- *15ml de óleo vegetal*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Peneire a farinha em uma tigela, misture os demais ingredientes.

2. Coloque sal a gosto e mexa até a massa ficar homogênea.

3. Sove a massa em uma superfície enfarinhada.

4. Deixe descansar por uma hora.

5. Abra a massa com a ajuda de um rolo e corte o formato dos pastéis.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA INTEGRAL DE PASTEL ASSADO

INGREDIENTES

- *3 e 1/2 xícaras de farinha integral*
- *1 colher (sopa) rasa de fermento em pó*
- *2 ovos inteiros*
- *3 colheres (sopa) de margarina com ou sem sal*
- *1 pitada de sal*
- *1/2 xícara de água morna*
- *1 ovo batido para pincelar*

MODO DE PREPARO

1. Em um recipiente, polvilhe a farinha, adicione o fermento, a margarina, o sal, os ovos inteiros e misture.

2. Aos poucos vá acrescentando a água morna até dar o ponto de massa firme macia que não grude nas mãos.

3. Sove a massa em uma superfície enfarinhada.

4. Deixe descansar por uma hora.

5. Abra a massa com rolo, recorte como desejar, recheie como preferir.

6. Pincele com o ovo batido, leve a assar em forno preaquecido a 180ºc por 30 minutos.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA PARA PASTEL DOCE

INGREDIENTES

- *250 gramas de farinha de trigo*
- *50 gramas de manteiga amolecida*
- *100 mililitros de leite*
- *2 ovos*
- *1 colher de chá de açúcar*
- *½ colher de chá de sal*

MODO DE PREPARO

1. Coloque a farinha num bowl e abra um buraquinho no centro.

2. Coloque nesse buraquinho o leite, a manteiga derretida, um ovo, sal e açúcar.

3. Misture todos estes ingredientes de massa de pastel doce até homogeneizar.

4. Em uma superfície polvilhada, sove a massa por 10 minutos.

5. Faça uma bolinha e deixe descansar por 1 hora.

6. Depois abra numa bancada enfarinhada, com a ajuda de um rolo, até ficar com 2-3 mm de espessura.

7. Corte do tamanho de desejar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RISOLES

INGREDIENTES

- *3 xícaras de leite*
- *3 xícaras de farinha de trigo*
- *1 colher de sopa de manteiga*
- *1 colher de sopa de sal*
- *1 colher de sopa de amido de milho*
- *2 ovos batidos*
- *Farinha de rosca média ou de pão*
- *Óleo para fritar*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela coloque o leite, a manteiga e o sal e deixe aquecer bem, mexendo sempre sem deixar ferver.

2. Aos poucos, adicione a farinha de trigo e o amido, mexendo bem.

3. Cozinhe em fogo baixo até a massa ficar bem lisa.

4. Retire do fogo, coloque em uma superfície enfarinhada.

5. Espere esfriar e sove bastante a massa até ficar bem lisa e estiver desgrudando da superfície.

6. Abra a massa na espessura desejada.

7. No centro, coloque o recheio.

8. Corte em retângulos com a ajuda de uma faca. Feche pressionando com os dedos.

9. Passe os risoles nos ovos batidos e depois na farinha de rosca.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

RECEITAS DE

RECHEIOS

PASTEL E RISOLES



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CARNE MOÍDA TRADICIONAL

INGREDIENTES

- *500 gramas de carne moída*
- *2 dentes de alhos picados*
- *1 cebola grande picada*
- *½ pimentão vermelho picado (opcional)*
- *2 tomates picados*
- *1 caixa de molho de tomate*
- *2 colheres de sopa de azeite*
- *1 pitada de pimenta do reino*
- *sal a gosto*
- *1 colher de chá de orégano (opcional)*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela no fogo médio, coloque o azeite, a cebola e o alho para refogar por 1-2 minutos.

2. Adicione o pimentão e os tomates picados, misture e deixe por mais 2-3 minutos.

3. Coloque a carne no refogado de cebola, alho, pimentão e tomate e fique mexendo com a colher, para deixar a carne bem soltinha.

4. Quando ela mudar de cor adicione os temperos: a pimenta do reino, o sal e o orégano.

5. Deixe a carne no fogo por 5 minutos, mexendo de vez em quando, para apurar os sabores e ficar soltinha.

6. Em seguida adicione o molho de tomate, deixe ferver um pouco para espessar o molho, e desligue.

7. Seu recheio está pronto para ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CARNE MOÍDA, MILHO E OVO

INGREDIENTES

- *500 gramas de carne moída*
- *2 dentes de alhos picados*
- *1 cebola grande picada*
- *½ pimentão vermelho picado (opcional)*
- *2 tomates picados*
- *1 caixa de molho de tomate*
- *2 colheres de sopa de azeite*
- *1 pitada de pimenta do reino*
- *sal a gosto*
- *1 lata de milho*
- *4 ovos cozidos*

MODO DE PREPARO

1. Corte o ovo cozido em pequenos pedaços e reserve.

2. Em uma panela no fogo médio, coloque o azeite, a cebola e o alho para refogar por 1-2 minutos.

3. Adicione o pimentão e os tomates picados, misture e deixe por mais 2-3 minutos.

4. Coloque a carne no refogado de cebola, alho, pimentão e tomate e fique mexendo com a colher, para deixar a carne bem soltinha.

5. Quando ela mudar de cor adicione os temperos: a pimenta do reino, o sal e o orégano, esse é o momento de adicionar o milho também.

6. Deixe a carne no fogo por 5 minutos, mexendo de vez em quando, para apurar os sabores e ficar soltinha.

7. Em seguida adicione o molho de tomate, deixe ferver um pouco para espessar o molho, e desligue.

8. Com o molho desligado adicione o ovo cozido cortado no início e misture bem.

9. Seu recheio está pronto para ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CARNE, PALMITO E AZEITONA

INGREDIENTES

- *500 gramas de carne moída*
- *2 palmitos picados*
- *2 dentes de alhos picados*
- *1 cebola grande picada*
- *½ pimentão vermelho picado*
- *2 tomates picados*
- *½ xícara de azeitonas picadas*
- *1 caixa de molho de tomate*
- *2 colheres de sopa de azeite de oliva*
- *1 pitada de pimenta do reino*
- *1 pitada de sal*
- *1 colher de chá de orégano*
- *1 colher de chá de cominho moído (opcional)*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela no fogo médio, coloque o azeite, a cebola e o alho para refogar por 1-2 minutos.

2. Adicione o pimentão e os tomates picados, misture e deixe por mais 2-3 minutos.

3. Nesse momento coloque a carne no refogado de cebola, alho, pimentão e tomate e fique mexendo com a colher, para deixar a carne bem soltinha. Quando a carne começar a mudar de cor adicione os temperos: a pimenta do reino, o sal, o orégano e o cominho.

4. Deixe a carne no fogo por 5 minutos, mexendo de vez em quando, para apurar os sabores e ficar soltinha.

5. Depois coloque os restantes ingredientes desta receita de carne moída para pastel: os palmitos, as azeitonas e o molho de tomate.

6. Misture, deixe ferver um pouco para espessar o molho, e desligue.

7. Seu recheio já pode ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CARNE AOS 4 QUEIJOS

INGREDIENTES

- *500 gramas de carne moída*
- *2 dentes de alhos picados*
- *1 cebola grande picada*
- *½ pimentão vermelho picado (opcional)*
- *2 tomates picados*
- *1 caixa de molho de tomate*
- *2 colheres de sopa de azeite*
- *1 pitada de pimenta do reino*
- *sal a gosto*
- *1 colher de chá de orégano (opcional)*
- *150g de queijo mussarela*
- *150g de queijo cheddar*
- *150g de queijo parmesão*
- *150g de queijo provolone*

MODO DE PREPARO

1. Com o auxílio de um ralador triture os queijos e os misture, reserve.

2. Em uma panela no fogo médio, coloque o azeite, a cebola e o alho para refogar por 1-2 minutos.

3. Adicione o pimentão e os tomates picados, misture e deixe por mais 2-3 minutos.

4. Coloque a carne no refogado de cebola, alho, pimentão e tomate e fique mexendo com a colher, para deixar a carne bem soltinha.

5. Quando ela mudar de cor adicione os temperos: a pimenta do reino, o sal e o orégano.

6. Deixe a carne no fogo por 5 minutos, mexendo de vez em quando, para apurar os sabores e ficar soltinha.

7. Em seguida adicione o molho de tomate, deixe ferver um pouco para espessar o molho, e desligue.

8. Seu recheio está pronto para ser utilizado.

9. No momento da montagem do seu pastel adicione o recheio de carne e em cima coloque os queijos triturados, que derreterão com a fritura.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CARNE MOÍDA, MILHO ALHO E CATUPIRY

INGREDIENTES

- *500 gramas de carne moída*
- *4 dentes de alhos picados*
- *2 colheres de sopa de azeite*
- *1 pitada de pimenta do reino*
- *sal a gosto*
- *1 lata de milho*
- *250ml de catupiry*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela em fogo baixo, coloque o azeite e o alho para refogar por 1-2 minutos.

2. Adicione a carne, mexa sempre.

3. Quando mudar de cor adicione o sal, a pimenta e o milho, refogue por mais 2-3 minutos.

4. Adicione o catupiry e misture bem, por mais 2-3 minutos.

5. Desligue e seu recheio está pronto.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO

INGREDIENTES

- *300 gramas de frango cozido e desfiado*
- *½ caixa de molho de tomate*
- *½ cebola pequena*
- *1 colher de chá de manteiga*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela no fogo médio refogue a cebola na manteiga e depois junte o frango cozido e desfiado.

2. Por último junte o molho de tomate e acerte o sabor com sal.

3. Deixe cozinhar por 5 minutos, desligue e utilize o seu recheio.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO AOS 4 QUEIJOS

INGREDIENTES

- *300 gramas de frango cozido e desfiado*
- *½ caixa de molho de tomate*
- *½ cebola pequena*
- *1 colher de chá de manteiga*
- *Sal a gosto*
- *150g de queijo mussarela*
- *150g de queijo cheddar*
- *150g de queijo parmesão*
- *150g de queijo provolone*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela no fogo médio refogue a cebola na manteiga e depois junte o frango cozido e desfiado.

2. Por último junte o molho de tomate e acerte o sabor com sal.

3. Deixe cozinhar por 5 minutos, desligue e utilize o seu recheio.

4. No momento da montagem do seu pastel adicione o recheio de frango e em cima coloque os queijos triturados, que derreterão com a fritura.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO, MILHO E MUSSARELA

INGREDIENTES

- *300 gramas de frango cozido e desfiado*
- *½ caixa de molho de tomate*
- *½ cebola pequena*
- *1 colher de chá de manteiga*
- *Sal a gosto*
- *150g de queijo mussarela*
- *1 lata de milho escorrida*

MODO DE PREPARO

1. Com um ralador triture o queijo e reserve.

2. Em uma panela no fogo médio refogue a cebola na manteiga e depois junte o frango cozido e desfiado.

3. Por último junte o molho de tomate e o milho e acerte o sabor com sal.

4. Deixe cozinhar por 5 minutos, desligue e utilize o seu recheio.

5. No momento da montagem do seu pastel adicione o recheio de frango e em cima coloque o queijo triturado, que derreterá com a fritura.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO COM CATUPIRY

INGREDIENTES

- *500 gramas de frango cozido e desfiado*
- *½ caixa de molho de tomate*
- *½ cebola pequena*
- *1 colher de chá de manteiga*
- *Sal a gosto*
- *250ml de catupiry*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela no fogo médio refogue a cebola na manteiga e depois junte o frango cozido e desfiado.

2. Por último junte o molho de tomate e o milho e acerte o sabor com sal.

3. Deixe cozinhar por 5 minutos, desligue e acrescente o catupiry.

4. Seu recheio está pronto para uso.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO, PRESUNTO E AZEITONA

INGREDIENTES

- *500 gramas de frango cozido e desfiado*
- *½ caixa de molho de tomate*
- *½ cebola pequena*
- *1 colher de chá de manteiga*
- *Sal a gosto*
- *½ xícara de azeitonas picadas*
- *200g de presunto*

MODO DE PREPARO

1. Corte o presunto em pequenos pedacinhos.

2. Em uma panela no fogo médio refogue a cebola na manteiga e depois junte o frango cozido e desfiado.

3. Por último junte o molho de tomate, o milho, o presunto e as azeitonas e acerte o sabor com sal.

4. Deixe cozinhar por 5 minutos e desligue.

5. Seu recheio está prontinho.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CAMARÃO COM AZEITONAS

INGREDIENTES

- *3 colheres de sopa de azeite*
- *1 dente de alho amassado*
- *300 gramas de camarão cinza limpo aferventado com um pouco de sal e azeite*
- *1 cebola cortada em cubinhos*
- *1 tomate sem sementes cortado em cubinhos*
- *Meio pimentão verde cortado em cubinhos*
- *Meio pimentão vermelho cortado em cubinhos*
- *4 colheres de sopa cheias de molho de tomate pelado picado*
- *1 pitada de sal*
- *10 azeitonas verdes picadas*
- *2 colheres de sopa de cheiro-verde picadinho*
- *3 colheres de sopa de amido de milho dissolvido em 200 mililitros de leite*

MODO DE PREPARO

1. Numa panela em fogo médio com 3 colheres de sopa de azeite refogue até dourar 1 dente de alho amassado e 300 gramas de camarão cinza aferventado.

2. Adicione 1 cebola cortada em cubinhos e deixe até murchar levemente.

3. Acrescente o tomate, o pimentão verde, o pimentão vermelho, o molho de tomate, 1 pitada de sal , as azeitonas, e o cheiro-verde picadinho, aos poucos a água do cozimento do camarão e misture.

4. Acrescente o amido de milho dissolvido mexendo sempre até engrossar.

5. Retire do fogo e deixe esfriar para utilizar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CAMARÃO CREMOSO

INGREDIENTES

- *500 g de camarão 7 barbas*
- *Sal a gosto*
- *2 colheres de sopa de cream cheese*
- *2 colheres de sopa de requeijão cremoso*

MODO DE PREPARO

1. Ferva o camarão por 5 minutos em uma panela com água e sal e deixe escorrer.

2. Em uma vasilha, misture o camarão o cream cheese, o requeijão cremoso e adicione sal a gosto.

3. Misture bem e está pronto.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE PALMITO

INGREDIENTES

- *2 colheres de sopa de margarina*
- *1 cebola ralada*
- *1/2 xícara de farinha de trigo*
- *1/2 litro de leite*
- *1 lata de molho de tomate*
- *1 vidro de palmito*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, frite a cebola ralada na margarina até dourar.

2. Acrescente a farinha e mexa até virar uma farofa úmida.

3. Adicione o leite e mexa até engrossar.

4. Junte o molho de tomate e adicione sal, se achar necessário.

5. Acrescente o palmito cortado em rodelas.

6. Se desejar, acrescente cheiro-verde e azeitonas.

7. Misture por 3-5 minutos e desligue.

8. Seu recheio está pronto para ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE PALMITO COM BACON

INGREDIENTES

- *1 colher de sopa de margarina*
- *½ cebola ralada*
- *2 colheres de sopa de farinha de trigo*
- *250ml de leite*
- *1 colher de sopa de queijo parmesão ralado*
- *2 colheres de sopa de requeijão cremoso*
- *200g de bacon picado*
- *1 vidro de palmito picado*
- *Cheiro-verde picado*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela refogue a cabelo na margarina.

2. Adicione a farinha de trigo e o leite e misture bem por 2-3 minutos

3. Acrescente o parmesão ralado, e deixe cozinhar por 2 minutos.

4. Desligue o fogo e junte o requeijão, misture e reserve.

5. Coloque numa frigideira 200 g de bacon picadinho e frite bem.

6. Retire do fogo e escorra.

7. Transfira o bacon frito para a mistura de requeijão, adicione o palmito e o cheiro verde.

8. Misture bem e está pronto.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE BACALHAU

INGREDIENTES

- *3 colheres de sopa de azeite*
- *2 cebolas picadas*
- *5 xícaras de chá de bacalhau dessalgado cozido e desfiado*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *5 colheres de sopa de salsa picada*

MODO DE PREPARO

1. Leve ao fogo o azeite, a cebola por 4 minutos.

2. Acrescente o bacalhau, o sal, a pimenta e a salsa e deixe refogar por 5 minutos.

3. Retire do fogo e espere esfriar.

4. Seu recheio já pode ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CARNE SECA

INGREDIENTES

- *500g de carne seca desfiada e dessalgada*
- *1 cebola picada*
- *100g de azeitona picada*
- *2 dentes de alho*
- *1 colher de sopa de azeite*
- *½ caixa de molho de tomate*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela refogue a cebola no óleo por 2 minutos.

2. Depois adicione o alho e a azeitona, refogue por mais 3 minutos.

3. Coloque a carne seca, mexa por mais 3 minutos e adicione o molho de tomate.

4. Deixe ferver por 5 minutos mexendo sempre e desligue.

5. Seu recheio está pronto.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE MILHO CREMOSO

INGREDIENTES

- *200g de mussarela*
- *2 latas de milho*
- *1 colher de sopa amido de milho*
- *200 ml de creme de leite*
- *Salsinha a gosto*
- *1 cebola picada*
- *50g de azeitona picada*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela refogue a cabelo e a azeitona por 3 minutos.

2. Adicione o milho e misture bem.

3. Coloque a salsinha e mexa por 3 minutos.

4. Dilua o amido de milho em um pouquinho de água e acrescente ao seu molho.

5. Adicione também o creme de leite e mexa por 2 minutos, desligue.

6. Adicione a mussarela picadinha ao molho ainda quente e misture bem.

7. Seu recheio está prontinho.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CALABRESA COM REQUEIJÃO E ORÉGANO

INGREDIENTES

- *1 linguiça calabresa picada em cubos*
- *1/2 pimentão médio picado*
- *1/2 cebola grande picada*
- *1 tomate médio picado*
- *1/2 sachê de molho de tomate*
- *1 copo de requeijão*
- *Orégano a gosto*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, frite a calabresa em cubos até dourar.

2. Adicione a cebola e deixe dourar, sempre mexendo bem para não queimar, junto com a calabresa em fogo médio.

3. Em seguida, adicione o pimentão e o tomate picados e mexa até enxugar a água que o tomate irá soltar.

4. Adicione 1/2 sachê de molho de tomate, misturando bem.

5. Adicione o orégano e o sal a gosto.

6. Quando adquirir uma textura homogênea, desligue o fogo e adicione o requeijão.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE TOMATE SECO COM RICOTA

INGREDIENTES

- *500 g de ricota*
- *1 xícara (chá) de tomates secos*
- *Salsa a gosto*
- *12 azeitonas verdes picadinhas*
- *2 colheres (sopa) de azeite*

MODO DE PREPARO

1. Amasse a ricota com um garfo, junte o tomate seco picadinho, as azeitonas, a salsa, o azeite e misture bem.

2. Se quiser, em lugar do azeite coloque um pouco do óleo temperado do tomate seco.

3. Se necessário, acrescente um pouco de sal.

4. Seu recheio está pronto para o uso.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO SABOR PIZZA

INGREDIENTES

- *300 g de queijo mussarela picado*
- *300 g presunto picado*
- *3 tomates picado*
- *Orégano a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em um recipiente misture todos os ingredientes.

2. Está pronto, seu recheio.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE BANANA

INGREDIENTES

- *4 bananas picadinhas*
- *3 colheres de sopa de açúcar*
- *½ colher de sopa de suco de limão*
- *1 colher de sopa de amido de milho*
- *1 colher de sopa de água*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela coloque as bananas e o açúcar, mexa em fogo baixo por 3 minutos.

2. Dilua o amido de milho na água e misture as bananas.

3. Mexa por mais 5 minutos e desligue.

4. Deixe esfriar para utilizar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE BRIGADEIRO

INGREDIENTES

- *1 lata de leite condensado*
- *3 colheres de sopa cheias de confeitos granulados de chocolate*
- *2 colheres de sopa de margarina sem sal*
- *2 colheres de sopa de chocolate em pó*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela misture todos os ingredientes, exceto o granulado.

2. Em fogo baixo mexa por 6-8 minutos, até desgrudar do fundo da panela.

3. Desligue e deixe esfriar.

4. Quando estiver frio misture o chocolate granulado.

5. Está pronto para ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CHOCOLATE COM MORANGO

INGREDIENTES

- *1 barra de chocolate de 325g*
- *Morangos*

MODO DE PREPARO

1. Corte os morangos em pequenas rodelas.

2. Com a ajuda de um ralador rale o chocolate ou corte em pedaços muito pequenos.

3. Na hora da montagem do seu pastel misture o chocolate e o morango.

4. O chocolate irá derreter na hora de fritar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE PRESTÍGIO CREMOSO

INGREDIENTES

- *1 caixa de leite condensado*
- *1 caixa e meia de creme de leite*
- *1 colher (sopa) de manteiga ou margarina*
- *200ml de leite de coco*
- *100g de coco ralado seco*

MODO DE PREPARO

1. Numa panela, junte o leite condensado, o leite de coco, o coco ralado e a manteiga.

2. Misture bem e leve ao fogo baixo.

3. Mexa sem parar até começar a se desprender do fundo da panela.

4. Desligue o fogo, adicione o creme de leite e misture bem até que fique uma mistura homogênea.

5. Deixe esfriar bem e utilize para rechear o seu pastel.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CREME DE AVELÃ

INGREDIENTES

- *1 xícara (chá) de avelãs*
- *1/2 xícara (chá) de Leite Ninho*
- *1/2 xícara (chá) de açúcar refinado*
- *1 pitada de sal*
- *150ml de leite quente*
- *2 barras de chocolate meio amargo*
- *1 barra de chocolate ao leite*

MODO DE PREPARO

1. Coloque as avelãs numa forma (não precisa untar), e leve ao forno preaquecido, 200ºC, por 10 minutos.

2. Retire do forno e reserve.

3. Derreta o chocolate meio amargo e o chocolate ao leite (juntos) em banho-maria ou no microondas, mexendo sempre e tomando cuidado para não queimar o chocolate. Reserve.

4. Transfira as avelãs tostadas para um processador ou para o liquidificador.

5. Bata até que fique uma farofinha bem fina.

6. Em seguida adicione o leite em pó, o açúcar, o sal, o leite quente, e os chocolates derretido.

7. Bata mais um pouco até que fique bem homogêneo.

8. Transfira para uma tigela e adicione o creme de leite. Mexa sem parar até que fique bem uniforme.

9. Em seguida cubra com um plástico filme e deixe o ganache descansar por 5 horas (fora da geladeira).

10. Depois que passar essas 5 horas, o ganache vai estar bem firme e opaco.

11. Mexa com uma colher ou espátula até que ele fique bem brilhoso.

12. E está prontinho para o uso.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

DICAS DE RECHEIOS

Os recheios que acabamos de fornecer são as receitas mais básicas e mais utilizadas, porém você como bom empreendedor deve utilizar a imaginação e criar novos sabores, separamos aqui uma lista que é possível reproduzir facilmente utilizando as receitas base que ensinamos acima.

- Palmito e catupiry
- Palmito e milho verde
- Palmito e bacon
- Palmito e mussarela
- Palmito e frango desfiado
- Palmito, mussarela e tomate
- Palmito e lombo
- Palmito, cebola, azeitona e alho (refogue com azeite)
- Mussarela e escarola
- Mussarela e catupiry
- Mussarela, tomate e orégano (pizza)
- Mussarela e presunto
- Mussarela, ricota e tomate
- Mussarela, queijo prato, provolone e catupiry
- Mussarela e tomate seco
- Mussarela, catupiry e milho
- Mussarela e espinafre
- Mussarela e peito de peru
- Mussarela e cogumelo
- Mussarela, presunto e tomate
- Frango e milho
- Frango, milho e catupiry
- Frango e catupiry
- Frango e cheddar
- Frango, catupiry e bacon
- Camarão e mussarela
- Camarão, mussarela e catupiry
- Camarão, cebola, tomate e azeitona
- Camarão, mussarela e palmito
- Camarão, cebola e catupiry
- Calabresa e mussarela
- Calabresa e cebola
- Calabresa e cream cheese
- Calabresa ralada, mussarela e tomate
- Calabresa em cubos e presunto em cubos
- Calabresa e catupiry
- Carne moída e mussarela
- Carne moída, ovo e azeitona
- Carne moída e cheddar
- Carne seca, cebola, azeitona e mussarela
- Carne moída, cebola e pimentão
- Carne e palmito
- Carne, provolone, tomate e orégano

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

RECEITAS DE
CROQUETE



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



CROQUETE DE RICOTA

INGREDIENTES

- *200g de ricota*
- *100g de queijo parmesão ralado fino*
- *1 ovo para a massa e + 1 para a hora de fritar*
- *1 colher de sopa de salsa picada*
- *Farinha de rosca suficiente para passar nas bolinhas*
- *Óleo para fritar*
- *1 pitada de sal (opcional)*

MODO DE PREPARO

1. Rale o queijo e pique a salsa.

2. Em uma tigela, misture ricota, queijo parmesão ralado, 1 ovo, 1 colher de sopa de salsa picada e, se quiser, 1 pitada de sal (opcional). Misture até que fique uniforme.

3. Enquanto esquenta, quebre 1 ovo em um prato fundo e bata-o com um garfo.

4. Faça pequenas bolas com a massa de ricota, passe-as na farinha de rosca, depois no ovo batido e volte à farinha de rosca.

5. Aqueça o óleo, e o mantenha em fogo médio, frite as bolinhas até dourarem, retire e deixe esfriar descansando sobre um guardanapo ou papel toalha.

RENDIMENTO: EM MÉDIA 50 CROQUETES

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



CROQUETE DE LINGUIÇA TOSCANA

INGREDIENTES

- *1kg de linguiça toscana*
- *2 cebolas picadas*
- *50g de manteiga*
- *1kg de farinha de trigo*
- *1 ovo*
- *500g de farinha de rosca*

MODO DE PREPARO

1. Retire a pele da linguiça e com um garfo triture-a.

2. Em uma panela refogue a cebola na manteiga, depois adicione a linguiça.

3. Deixe cozinhar até que o líquido que se formou seque.

4. Acrescente a farinha de trigo,adicione um pouquinho de água (só para não grudar no fundo) e cozinhe por mais 10 minutos mexendo sempre.

5. Deixe esfriar e molde os croquetes.

6. Bata o ovo com um garfo.

7. Passe o croquete na farinha, passe no ovo e volte a farinha.

8. Frite em óleo fervendo.

RENDIMENTO: EM MÉDIA 100 CROQUETES

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



CROQUETE DE CARNE

INGREDIENTES

- *600 g de carne moída*
- *2 colheres (sopa) de azeite extra virgem*
- *3 dentes de alho picados*
- *1/2 cebola média picada ou ralada*
- *1/2 pimentão médio picado*
- *1/2 colher (sopa) de sal*
- *1/2 colher (café) de páprica picante*
- *Pimenta-do-reino moída*
- *6 colheres (sopa) de farinha de trigo*
- *2 ovos*
- *6 colheres (sopa) de farinha de rosca*

RENDIMENTO: EM MÉDIA 100 CROQUETES

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela média, aqueça o azeite e refogue a cebola, o pimentão e o alho.

2. Depois coloque a carne, a pimenta do reino, a páprica picante e o sal.

3. Refogue até a carne pegar cor e todos os ingredientes ficarem incorporados.

4. Coloque a farinha de trigo e os ovos, apague o fogo e mexa até a farinha e os ovos se incorporarem à carne, formando uma bola de massa.

5. Deixe esfriar um pouco para você conseguir enrolar os croquetes.

6. Vá moldando os croquetes e passando primeiro na farinha de trigo, depois no ovo e por último na farinha de rosca e depois é só fritar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



CROQUETE DE CARNE COM CATUPIRY

INGREDIENTES

- *600 g de carne moída*
- *4 xícaras de farinha de trigo*
- *4 xícaras de água*
- *250 g de catupiry*
- *1 pimentão inteiro bem picado*
- *1 cebola inteira picada*
- *5 dentes de alho picados*
- *3 colheres de sopa de margarina*
- *1/2 xícara de salsinha*
- *1/4 xícara de cebolinha*
- *Pimenta do reino a gosto*
- *Sal a gosto*

RENDIMENTO: EM MÉDIA 100 CROQUETES

MODO DE PREPARO

1. Forre uma assadeira ou algo plano que caiba no seu congelador com papel filme ou folha alumínio.

2. Em seguida, faça tiras de catupiry de aproximadamente 1 cm de diâmetro e leve a assadeira ao congelador (o catupiry precisa estar congelado para rechearmos o croquete).

3. Numa panela grande, adicione o alho para dar uma leve fritada. Em seguida, a cebola e o pimentão.

4. Adicione a carne moída e tempere com pimenta do reino a gosto, refogue até quando estiver no ponto de secar.

5. Adicione a salsinha, cebolinha, água, margarina e sal e espere levantar fervura.

6. Assim que começar a levantar fervura, diminua o fogo no mínimo, despeje toda a farinha de trigo na panela e comece mexendo devagar para misturar tudo.

7. Quando a massa começar a soltar do fundo da panela apague o fogo e espere a massa esfriar.

8. Já fria, abra a massa em uma superfície lisa, e abra até ficar com uma fina espessura.

9. Retire o catupiry da geladeira e corte em pequenos cubinhos.

10. Coloque um cubinho de catupiry no centro da sua massa de croquete e molde.

11. Repita até utilizar toda a massa.

12. Bata um ovo com um garfo.

13. Passe o croquete na farinha de rosca, depois no ovo, e novamente na farinha.

14. Agora é só fritar e servir.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



CROQUETE DE MILHO E QUEIJO

INGREDIENTES

- *1 lata de milho verde em conserva*
- *A mesma medida de leite (250 ml)*
- *A mesma medida de farinha de trigo (200 g)*
- *1 tablete de caldo de legumes*
- *1 colher (sopa) de margarina*
- *1 colher (sopa) rasa de queijo parmesão*
- *2 colheres (sopa) de salsinha picada*
- *Sal a gosto*
- *200g de farinha de rosca*

MODO DE PREPARO

1. No liquidificador, bata o milho, a farinha e o leite.

2. Coloque em uma panela, com margarina e o caldo de legumes.

3. Se necessário, coloque sal.

4. Cozinhe até soltar do fundo da panela.

5. Adicione a salsinha e o queijo e espere esfriar.

6. Molde os croquetes, passe no ovo batido e depois na farinha de rosca.

7. Agora é só fritar.

RENDIMENTO: EM MÉDIA 50 CROQUETES

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



CROQUETE DE BATATA VEGANO

INGREDIENTES

- *2 xícaras de batatas cozidas em água*
- *2 colheres de sopa de óleo*
- *2 dentes de alho picados*
- *2 colheres de sopa de cebola picada*
- *4 colheres de sopa de salsinha fresca picada*
- *Sal e pimenta a gosto*
- *1/2 xícara de carne de soja fina*
- *1/2 xícara de água*
- *1 xícara de água (para empanar)*
- *4 colheres de sopa de farinha de trigo*
- *1 xícara de farinha de rosca*

RENDIMENTO: EM MÉDIA 50 CROQUETES

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela pequena aqueça o óleo e nele refogue a cebola, o alho e a pimenta, junte a proteína de soja, o sal e a salsinha e refogue, acrescente a água.

2. Assim que ferver, abaixe o fogo e cozinhe por mais 10 minutos.

3. Em uma tigela coloque a batata cozida e amasse completamente com a ajuda de um garfo.

4. Adicione o refogado de proteína de soja e misture bem.

5. Forme os croquetes com as mãos, em formato cilíndrico.

6. Enquanto isso, em um prato fundo, dissolva a farinha de trigo na água.

7. Coloque a farinha de rosca em outro prato fundo.

8. Mergulhe cada croquete na mistura líquida e depois passe na farinha de rosca.

9. Frite em óleo bem quente.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

RECEITAS DE

BOLINHAS



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



BOLINHA DE 4 QUEIJOS

INGREDIENTES

- *200g de muçarela*
- *150g de queijo provolone*
- *75g de queijo parmesão*
- *75g de queijo gorgonzola*
- *1/2 xícara de farinha de trigo*
- *1 ovo*
- *150g de farinha de rosca*

MODO DE PREPARO

1. Triture o queijo com um ralador, ou com uma faca.

2. Misture todos os ingredientes (menos a farinha de rosca) em um bowl e misture até ficar uma massa homogênea.

3. Faça bolinhas pequenas com a ajuda de uma colher de cafezinho.

4. Passe na farinha de rosca, envolvendo toda a sua bolinha.

5. Frite em óleo quente até ficar dourada.

RENDIMENTO: EM MÉDIA 25 BOLINHAS

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



BOLINHA DE QUEIJO TRADICIONAL

INGREDIENTES

- *1 xícara (chá) de leite*
- *1 xícara (chá) de farinha de trigo*
- *1 colher (sopa) de margarina*
- *1 gema*
- *1 pitada de sal*
- *Queijo branco ou mussarela a gosto*
- *1 xícara (chá) de farinha de rosca*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, adicione o leite, a farinha de trigo, a margarina, a gema e o sal.

2. Leve ao fogo e mexa com um garfo até que a massa solte da panela, depois deixe esfriar.

3. Modele a massa em bolinhas e recheie com o queijo.

4. Depois passe o bolinho na gema de ovo e na farinha de rosca.

5. Agora é só fritar.

RENDIMENTO: EM MÉDIA 30 BOLINHAS

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



BOLINHA DE PRESUNTO E QUEIJO

INGREDIENTES

- *100g de fermento biológico*
- *1 colher (sopa) de açúcar*
- *1 colher (sopa) de sal*
- *400ml de leite*
- *1 colher de sopa de óleo*
- *1 kg de farinha de trigo*
- *200 g de mussarela*
- *200 g de presunto*
- *1 colher (sobremesa) de orégano*

RENDIMENTO: EM MÉDIA 40 BOLINHAS

MODO DE PREPARO

1. Em uma tigela coloque o fermento e o açúcar.

2. Acrescente o sal e o leite morno. Por cima, despeje o óleo e mexa muito bem.

3. Adicione a farinha de trigo, sempre aos poucos mexendo sempre.

4. Em seguida, disponha a massa sobre uma mesa enfarinhada.

5. Sove-a, até desgrudar das mãos (se necessário acrescente mais farinha).

6. Deixe a massa descansar por 30 minutos.

7. Em uma tigela grande, coloque o queijo ralado em ralo grosso.

8. Adicione o presunto também ralado e o orégano.

9.Abra bolinhas de massa nas mãos.

10. No meio, coloque punhados de recheio. Se desejar, use uma colher das de sobremesa como medida.

11. Molde as bolinhas e passe no ovo batido, depois na farinha de rosca.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



BOLINHA DE MANDIOCA COM PRESUNTO

INGREDIENTES

- *1 kg de mandioca cozida e espremida*
- *1 lata de patê de presunto (comprado pronto)*
- *1 colher (sopa) de salsa picada*
- *Sal e pimenta do reino a gosto*
- *2 ovos*
- *2 xícaras (chá) de farinha de rosca*

MODO DE PREPARO

1. Em uma tigela, misture a mandioca, o patê, a salsa, sal e pimenta até ficar homogêneo.

2. Faça bolinhas com a massa, passe nos ovos batidos depois na farinha de rosca.

3. Frite em óleo quente até dourar por igual.

RENDIMENTO: EM MÉDIA 40 BOLINHAS

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



BOLINHA DE PIZZA

INGREDIENTES

- *340g de iogurte natural integral*
- *350g de farinha de trigo*
- *2 colheres de chá de fermento em pó*
- *1 colher de chá de sal*
- *1 gema de ovo para pincelar*
- *3 colheres de sopa de queijo parmesão ralado*

INGREDIENTES RECHEIO

- *Queijo muçarela ralado*
- *Bacon picado*
- *½ xícara de molho de tomate*

RENDIMENTO: EM MÉDIA 40 BOLINHAS

MODO DE PREPARO

1. Refogue o bacon picado numa panela até que fique levemente torradinho. Retire da gordura e reserve.

2. Misture o iogurte com 2/3 da farinha de trigo e o fermento.

3. Vá sovando, adicione também o sal e vá adicionando mais farinha até que desgrude da mão.

4. A medida da farinha de trigo da receita é aproximada. Abra a massa em discos médios.

5. Nos discos, passe uma camada fina de molho de tomate, como se fosse fazer uma pizza.

6. Coloque no centro um punhado de queijo e bacon.

7. Feche como uma trouxinha e forme uma bolinha.

8. Coloque todas numa assadeira untada com um pouquinho de óleo, virando a parte da junção da massa para baixo.

9. Pincele com a gema de ovo, salpique queijo parmesão ralado e leve ao forno.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

RECEITAS DE
COXINHA

Neste capítulo separamos as melhores massas de coxinha, para atender todos os públicos, além dos deliciosos recheios.



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA TRADICIONAL

INGREDIENTES

- *250 ml de leite*
- *250 ml de água*
- *1 colher de sopa de salsa picada*
- *1 tablete de caldo de galinha*
- *1/2 colher de sopa de manteiga*
- *200g de farinha de trigo*

MODO DE PREPARO

1. Numa panela, coloque o leite, a água, a salsinha, o caldo de galinha e a manteiga.

2. Mexa e leve ao fogo médio.

3. Assim que começar a ferver, baixe o fogo e adicione a farinha de trigo de uma vez.

4. Mexa sem parar para pode cozinhar a massa.

5. Quando começar a desgrudar da panela e virar uma bola, desligue o fogo.

6. Transfira a massa para um superfície lisa e cubra com um plástico filme.

7. Aguarde esfriar um pouquinho, mas não muito.

8. Em seguida sove a massa ainda morna por alguns minutinhos.

9. Depois é só separar pequenos pedacinhos da massa abrir com a mão, rechear e dar a forma da coxinha.

10. Para misture 1 ovo batido com um pouco de leite e passe as coxinhas nessa mistura.

11. Depois eu passe na farinha de rosca e está pronta.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA DE BATATA PARA COXINHA

INGREDIENTES

- *150 gramas de margarina*
- *1 colher de sopa de azeite*
- *1 cebola ralada*
- *300 ml de leite*
- *700 ml de água*
- *3 tabletes de caldo de frango*
- *2 xícaras de chá de batata cozida e passada no espremedor*
- *Sal a gosto*
- *450 gramas de farinha de trigo*

MODO DE PREPARO

1. Deixe fritar um pouco a cebola na margarina, junte o caldo de frango, mexa até dissolver.

2. Acrescente o azeite,o leite, a água, a salsa e a batata espremida, acerte o sal e deixe ferver mexendo de vez em quando.

4. Quando começar a ferver, vá juntando a farinha de trigo e mexendo para misturar bem e cozinhar.

5. Depois de pronta, coloque a massa sobre uma pedra, amasse um pouco e deixe esfriar para fazer as coxinhas.

5. Depois de recheadas passe as coxinhas numa mistura de 01 clara de ovo com 1/2 xícara de leite e depois na farinha de rosca.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA VEGANA PARA COXINHA

INGREDIENTES

- *2 caldo de legumes*
- *4 colheres de sopa de azeite*
- *1/2 colher de chá de sal*
- *2 xícaras de chá de farinha de trigo*
- *1 xícara de chá de panko ou farinha de rosca*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela grande em fogo médio, coloque o caldo de legumes diluído, o azeite, o sal e deixe ferver.

2. Quando começar a ferver abaixe o fogo e adicione a farinha de trigo de uma só vez e misture bem.

3. Misture até virar uma bola de massa firme e pesada, o que vai levar cerca de 3 minutos.

4. Desligue e deixe esfriar por cerca de meia hora.

5. Coloque esta massa ainda morna, mas que dê para trabalhar com as mãos, sobre um balcão limpo e sove por 5 minutos, até ficar lisa e uniforme.

6. Separe a massa, recheie e molde com as mãos.

7. Coloque água em um pote largo e fundo e cerca de 1 xícara de panko em um prato raso. Passe as coxinhas na água e em seguida na panko, para empanar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE

INGREDIENTES

- *2 xícaras batata baroa cozida amassada*
- *4 colheres sopa de azeite*
- *1/2 xícara do caldo que vai sobrar do cozimento da batata*
- *1 xícara de farinha de arroz*
- *1 dente de alho amassado*
- *1/4 cebola ralada ou muito bem picadinha em pedaços bem pequenos*
- *Sal a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Coloque a batata baroa para cozinhar e só tire do fogo quando estiver bem molinha.

2. Escorra a batata e guarde o caldo do cozimento para usar posteriormente.

3. Amasse a batata o máximo que conseguir.

4. Em uma panela, adicione o azeite, o alho e a cebola e deixe dourar.

5. Adicione a batata amassada e misture bem.

6. Adicione nesta mistura, o caldo reservado do cozimento da batata e o sal. Mexa bem.

7. Junte na panela a farinha de arroz e misture até que a massa descole do fundo da panela.

8. Deixe a massa esfriando na geladeira para que não esteja quente na hora de modelar a coxinha.

9. Pegue um pouco da massa e abra na palma da mão, recheie e dê o formato.

10. Passe a coxinha na farinha de milho até que fique inteira coberta.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA INTEGRAL

INGREDIENTES

- *2 copos de água*
- *1 copo de leite desnatado*
- *1 colher de sopa de margarina light*
- *Sal light a gosto*
- *1 e 1/2 copo de farinha integral*
- *1 e 1/2 copo de farinha de trigo*
- *2 colheres de sopa de farelo de aveia*
- *Farinha de rosca suficiente para empanar a coxinha*

MODO DE PREPARO

1. Coloque em uma panela a água, o leite, a margarina, o sal e misture até que ferver.

2. Em seguida, baixe o fogo e misture as farinhas e o farelo, mexendo bem.

3. Mexa até que massa fique homogênea e desprenda do fundo.

4. Espere esfriar e recheie da maneira que preferir.

5. Empane na farinha de rosca e leve para fritar em uma panela com óleo.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO TRADICIONAL

INGREDIENTES

- *1kg de filé de frango*
- *4 dentes de alho triturados*
- *1 cebola grande cortada em cubinhos*
- *1 lata de tomate pelado ou molho de tomate*
- *1/4 xícara de chá de salsinha picada*
- *Sal e pimenta do reino à gosto*
- *Aproximadamente 1 e 1/2 xícara de chá de água quente*

MODO DE PREPARO

1. Primeiro corte os filés em cubos.

2. Coloque um fio de azeite na panela de pressão e doure levemente os cubos de frango.

3. Acrescente a cebola, o alho e o tomate pelado (ou molho).

4. Em seguida tempere com sal, pimenta do reino, pitada de açúcar e salsinha.

5. Cubra o frango com água e tampe a panela de pressão.

6. Depois que a panela pegar pressão, conte 20 minutos.

7. Deixe a pressão sair sozinha e destampe a panela.

8. O frango vai estar quase desfiado, mas ainda vai ter alguns pedacinhos.

9. Então tampe a panela novamente, e chacoalhe bem, fazendo isso o seu frango vai ficar bem desfiado.

10. Depois disso o seu frango estará bem temperado e já desfiado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO VEGANO

INGREDIENTES

- *3 dentes de alho picados*
- *1/2 xícara de chá de cebola picada*
- *2 xícaras de chá de palmito bem picado*
- *1/3 de xícara de chá de azeitonas picadas*
- *1 colher de sopa de extrato de tomate*
- *1 colher de sopa de amido de milho diluída em 2 colheres de sopa de água*
- *1/2 xícara de chá de salsinha e cebolinha picadas*
- *1 colher de chá de orégano*
- *Sal a gosto*
- *Pimenta do reino moída a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela em fogo médio, coloque um fio de óleo e refogue o alho e a cebola até ficarem levemente dourados.

2. Acrescente o palmito picado, as azeitonas picadas, tempere com uma pitada de sal e misture.

3. Adicione o extrato de tomate, misture e acrescente o amido de milho misturado com a água e mexa novamente.

4. Adicione a salsinha e a cebolinha, o orégano desidratado, e tempere com pimenta do reino moída.

5. Desligue e reserve.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



COXINHA DE CHURROS

INGREDIENTES

- *1 e 1/2 xícara de leite*
- *1/2 xícara de água*
- *2 colheres de margarina*
- *2 xícaras de farinha de trigo*
- *1 pitada de sal*
- *Doce de leite*
- *Açúcar*
- *Canela*
- *Óleo para fritar*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, coloque o leite, a água e a margarina.

2. Deixe até começar a ferver e acrescente a farinha.

3. Misture até desgrudar da panela.

4. Espere esfriar ao ponto que consiga mexer com as mãos.

5. Separe bolinhas da massa, coloque o doce de leite no meio e feche em formato de coxinha.

6. Se você deixar o doce de leite no congelador por 30 minutos facilita na hora de rechear.

7. Aqueça uma panela com óleo.

8. Frite em fogo médio até dourar.

9. Passe no açúcar, na canela e sirva.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



COXINHA DE BRIGADEIRO

INGREDIENTES BRIGADEIRO

- *1 lata de leite condensado*
- *3 colheres de sopa de chocolate em pó*
- *1 colher de sopa de manteiga sem sal*

INGREDIENTES MASSA

- *1 xícara de água*
- *1 colher de sopa de margarina*
- *1 xícara de farinha de trigo*
- *1 colher de sopa de açúcar*
- *Óleo para fritar*
- *Chocolate em pó para decorar*

MODO DE PREPARO

1. Faça primeiro o brigadeiro para deixar esfriando, na geladeira.

2. Depois coloque a água em uma panela e a margarina, deixe ferver e depois acrescente a farinha e o açúcar. Mexa até formar uma massa grossa, retire do fogo, deixe esfriar um pouco.

3. Sove a massa, estique-a e faça formas redondas, recheie com seu brigadeiro e faça forma como coxinha nas mãos.

4. Passe no ovo e na farinha de rosca e frite.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866

RECEITAS DE

EMPADA



E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



MASSA DE EMPADA

INGREDIENTES

- *1 e ½ xícaras de chá de farinha de trigo*
- *½ colher de café de sal*
- *125 g de margarina*
- *½ colher de sopa de água*

MODO DE PREPARO

1. Misture a farinha, a margarina e o sal com as pontas dos dedos até formar uma farofa. Junte a água e amasse até obter uma mistura homogênea.

2. Deixe descansar em geladeira por 20 minutos, envolvida em papel filme.

3. Logo após preencha as forminhas para empadinha, deixe uma espessura de 3 cm, coloque o recheio e a tampinha da empadinha.

4. Para fazer a tampinha da empadinha abra a massa com o rolo.

5. Se desejar pincele ovo batido para dar um aspecto dourado na hora de assar.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE FRANGO

INGREDIENTES

- *2 peitos de frango*
- *Sal, alho e pimenta-do-reino*
- *1 cebola grande*
- *2 colheres de sopa de manteiga*
- *Salsa, cebolinha, tomate e pimentão a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Tempere o frango com sal, alho e pimenta-do-reino, cozinhe e desfie.

2. Refogue a cebola na manteiga.

3. Adicione a salsa, a cebolinha, o tomate e o pimentão.

4. Por último o frango, refogue por uns 5 minutos e desligue.

5. Com uma colher de sopa coloque nas forminhas já forradas com a massa.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE QUEIJO

INGREDIENTES

- *1 copo de leite*
- *250 gramas de queijo parmesão ralado*
- *1 colher de sopa de manteiga*
- *2 ovos inteiros*

MODO DE PREPARO

1. Junte todos os ingredientes no liquidificador.

2. Bata por 5 minutos em velocidade alta.

3. Desligue e recheie sua empadinha.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE BACALHAU

INGREDIENTES

- *1/2 xícara de chá de azeite*
- *1 cebola picada*
- *2 tomates picados*
- *1 colher de sopa de cheiro verde picado*
- *3 colheres de sopa de azeitonas picadas (opcional)*
- *500 g de bacalhau dessalgado, cozido e desfiado*
- *Sal e pimenta do reino a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela refogue a cebola no azeite, quando murchar adicione o tomate, o cheiro verde e as azeitonas, refogue por 2 minutos.

2. Adicione o bacalhau, sal e pimenta, misture bem por 2-3 minutos e desligue.

3. Seu recheio está pronto para ser utilizado.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE CAMARÃO

INGREDIENTES

- *1 kg de camarão com casca*
- *1 kg de tomate maduro*
- *1/4 de xícara de azeite*
- *1 cebola grande picada*
- *2 alhos picados*
- *1 colher de coentro picado*
- *1/2 xícara de farinha de trigo*
- *3/4 de xícara de leite*
- *Sal e molho de pimenta vermelha a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Limpe o camarão, retire a casca e a cabeça, corte em pedaços.

2. Retire a pele dos tomates e pique em cubinhos.

3. Em uma panela com azeite coloque a cebola, o alho e os tomates, e cozinhe em fogo baixo até apurar.

4. Junte os demais ingredientes e cozinhe por 3 minutos, até engrossar.

5. Desligue e deixe esfriar e utilize.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



RECHEIO DE MILHO E RICOTA

INGREDIENTES

- *1 lata de milho verde*
- *200 g de requeijão cremoso (bisnaga)*
- *100 g de ricota amassada*
- *100 g de queijo parmesão ralado*
- *1 gema*
- *1 ovo*
- *Sal, azeite e pimenta a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Escorra a água do milho e bata no liquidificador o milho com 1/2 xícara de leite.

2. Coe esse creme em uma peneira grossa e vá mexendo com a colher até que fique só a casca do milho.

3. Junte o caldo do milho com o requeijão, a ricota amassada, o ovo levemente batido , parmesão e a gema levemente batida e tempere a gosto.

4. Coloque o recheio sobre a massa e salpique com orégano.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866



KIBE COM CATUPIRY

INGREDIENTES

- *1 xícara de chá de trigo para Kibe*
- *1 xícara de chá de água quente*
- *300g de carne moída*
- *2 colheres de sopa de hortelã*
- *2 colheres de sopa de cebola ralada*
- *1 colher de chá de alho triturado*
- *½ colher de sopa de sal*
- *½ colher de chá de pimenta Síria*
- *Óleo para fritar*
- *Catupiry a gosto*

MODO DE PREPARO

1. Forre uma assadeira ou algo plano que caiba no seu congelador com papel filme ou folha alumínio.

2. Em seguida, faça tiras de catupiry de aproximadamente 1 cm de diâmetro e leve a assadeira ao congelador.

3. Em uma tigela coloque a farinha para kibe e cubra com água quente e deixe descansar por 30 minutos ou até que fique bem seco.

4. Com o trigo já hidratado, junte a carne moída, o hortelã, o sal, a pimenta, a cebola e alho, misture muito muito bem como se estivesse sovando um pão por pelo menos 10 minutos.

5. Essa sova faz com que o amido seja liberado e crie uma liga natural, assim não precisamos adicionar ovos ou nenhuma outra farinha o que vai deixar o kibe mais úmido e leve.

6. Deixe a massa descansar na geladeira por 1 hora.

7. Retire o catupiry da geladeira e corte em pequenos pedacinhos.

8. Depois de uma hora retire a massa da geladeira, abra em uma superfície enfarinhada.

9. Corte pequenos pedaços e no centro coloque um pedacinho de catupiry congelado.

10. Utilize as mãos para dar a forma.

E-book licenciado para Roseli mazutti rosemazuti@yahoo.com.br CPF: 05748506866