

TAPIOCA COMO NEGÓCIO

com Juliana Cuder





POLVILHO HIDRATADO



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa)



RENDIMENTO: Massa para aproximadamente 3 tapiocas

INGREDIENTES

- 100 g de polvilho doce
- 50 ml de água
- Sal (Q.B.)

PREPARO

- Coloque o polvilho em um bowl fundo
- Coloque o sal e misture
- Acrescente aos poucos a água
- Misture com as mãos até toda a massa ficar hidratada
- Passe a massa na peneira
- Reserve na geladeira em um recipiente com tampa

* Para cada tapioca use de 70 g a 100 g de farinha (a depender da frigideira)



CASQUINHA DE PARMESÃO



DURABILIDADE: Consumo imediato



RENDIMENTO: 1 casquinha

INGREDIENTES

- 15 g de queijo parmesão ralado grosso
- 70 g de farinha de tapioca hidratada

PREPARO

- Aqueça bem uma frigideira de teflon
- Quando estiver bem quente, adicione o parmesão
- Espere alguns segundos para ele fritar levemente
- Peneire a farinha de tapioca por cima do parmesão
- Recheie com o sabor que preferir
- Feche e retire quando o parmesão estiver começando a dourar



TAPIOCA COM MANTEIGA



DURABILIDADE: Consumo imediato



RENDIMENTO: 1 tapioca

INGREDIENTES

- 10 g de manteiga sem sal
- Sal (Q.B.)

PREPARO

- Aqueça bem a frigideira e coloque metade da manteiga
- Peneire a farinha por cima
- Cubra toda a extensão da frigideira, procedendo como em todas as tapiocas
- Assim que a massa firmar, vire e inclua o restante da manteiga
- Salgue
- Feche e sirva



TAPIOCA DE PRESUNTO E QUEIJO



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congelado



RENDIMENTO: 4 tapiocas

INGREDIENTES

- 40 g de manteiga
- 160 g de queijo muçarela ralado
- 160 g de presunto em cubinhos
- 20 g de tomate em cubinhos
- Sal (Q.B.)

PREPARO

- Aqueça bem a frigideira e coloque 10 g de manteiga
- Peneire a farinha por cima
- Cubra toda a extensão da frigideira, procedendo como em todas as tapiocas
- Assim que a massa firmar, vire e inclua 40 g de muçarela, 40 g de presunto e 5 g de tomate
- Salgue
- Feche e espere um pouco até derreter o queijo
- Retire e sirva



TAPIOCA DE QUEIJO COALHO COM GOIABADA



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congelado



RENDIMENTO: 4 tapiocas

INGREDIENTES

- 160 g de queijo coalho ralado
- 120 g de goiabada cremosa

PREPARO

- Aqueça bem a frigideira e peneire a farinha
- Espalhe por toda a extensão da frigideira
- Assim que a massa firmar, inclua 40 g de queijo coalho ralado e por cima 30 g de goiabada cremosa
- Feche
- Espere um pouco até derreter o queijo
- Sirva



TAPIOCA DE LEITE CONDENSADO COM COCO



DURABILIDADE: Consumo imediato



RENDIMENTO: 4 tapiocas

INGREDIENTES

- 160 g de coco fresco ralado
- 180 g de leite condensado

PREPARO

- Aqueça bem a frigideira e peneire a farinha
- Assim que a massa firmar e estiver espalhada por toda a frigideira, coloque 40 g de coco ralado e por cima 45 g de leite condensado
- Espere ela ficar bem firme para fechar, para que o leite condensado não vaze e grude na frigideira
- Feche e sirva



TAPIOCA DE CARNE-SECA COM CATUPIRY



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congelado



RENDIMENTO: 4 tapiocas

INGREDIENTES

- 150 g de carne-seca dessalgada, cozida e desfiada
- 10 g de azeite
- 1 cebola pequena cortada em meia-lua
- 20 ml de água
- 10 g de cebolinha picada
- 120 g de requeijão cremoso

PREPARO

- Confira se a carne-seca está dessalgada antes de começar o preparo
- Pegue uma frigideira grande
- Coloque o azeite e espere esquentar
- Adicione a cebola e refogue
- Acrescente a carne-seca, deixe fritar levemente e coloque a água
- Espere secar um pouco
- Coloque a cebolinha
- Retire do fogo
- Monte a tapioca com a farinha que preferir, peneirando-a sobre a frigideira e esperando a massa firmar
- Coloque 40 g de carne-seca, 30 g de requeijão cremoso e feche
- Espere aquecer o recheio
- Retire e sirva



RECEITA EXTRA

CESTINHAS DE TAPIOCA



DURABILIDADE: 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congelado



RENDIMENTO: 12 cestinhas

INGREDIENTES

- 360 g de goma para tapioca

PREPARO

- Aqueça bem uma frigideira de aproximadamente 10 cm de diâmetro
- Peneire a goma
- Retire a massa e vá moldando em uma assadeira para 12 cupcakes, repetindo o processo 12 vezes até preencher todos os moldes
- Leve ao forno preaquecido em temperatura média por cerca de 15 minutos
- Deixe por mais 5 minutos, aproximadamente, em temperatura média
- Retire
- Adicione o recheio de sua preferência
- Sirva



HIDRATAÇÃO DO POLVILHO COM SUCO DE LEGUMES E VERDURAS



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa)



RENDIMENTO: Massa para 3 tapiocas

INGREDIENTES

Suco de beterraba

- 1 beterraba grande cortada em cubos
- 100 ml de água

Suco de cenoura

- 1 cenoura grande cortada em rodela
- 100 ml de água

Suco de espinafre

- ½ maço de espinafre
- 100 ml de água

Tapioca

- 100 g de polvilho doce
- Sal (Q.B.)
- 50 ml de suco (beterraba/cenoura/espinafre)

PREPARO

Suco de beterraba

- Bata a beterraba e a água em um liquidificador até triturar e virar um suco
- Coe
- Reserve o suco e mantenha-o refrigerado

Suco de cenoura

- Bata a cenoura e a água em um liquidificador até triturar e virar um suco
- Coe
- Reserve o suco e mantenha refrigerado

Suco de espinafre

- Bata o espinafre e a água em um liquidificador até triturar e virar um suco
- Coe
- Reserve o suco e mantenha refrigerado

Tapioca

- Coloque o polvilho em um bowl fundo
- Acrescente o sal
- Acrescente aos poucos o suco de sua preferência
- Misture com as mãos até toda a massa ficar hidratada
- Passe a massa na peneira
- Guarde na geladeira em um recipiente com tampa
- Na hora de preparar, recheie com o sabor que preferir
- Feche e sirva



HIDRATAÇÃO DO POLVILHO COM CAFÉ



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa)



RENDIMENTO: Massa para 3 tapiocas

INGREDIENTES

- 100 g de polvilho doce
- 50 ml de café coado ou expresso (sem adoçar)
- Sal (Q.B.)

PREPARO

- Coloque o polvilho em um bowl fundo
- Acrescente aos poucos o café em temperatura ambiente
- Misture com as mãos até toda a massa ficar hidratada
- Passe a massa na peneira
- Guarde na geladeira em um recipiente com tampa
- Na hora de preparar, recheie com o sabor que preferir
- Feche e sirva



HIDRATAÇÃO DO POLVILHO COM CHOCOLATE



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigerado (em um recipiente com tampa)



RENDIMENTO: Massa para 3 tapiocas



INGREDIENTES

Chocolate diluído

- 30 g de chocolate em pó
- 100 ml de água

Tapioca

- 100 g de polvilho doce
- 50 ml de chocolate diluído
- 10 g de chocolate em pó

PREPARO

Chocolate diluído

- Dissolva o chocolate na água
- Reserve e mantenha refrigerado

Tapioca

- Coloque o polvilho em um bowl fundo
- Acrescente aos poucos o chocolate diluído (ver receita anterior)
- Misture com as mãos até toda a massa ficar hidratada
- Passe a massa na peneira
- Acrescente o chocolate em pó e misture
- Guarde na geladeira em um recipiente com tampa
- Na hora de preparar, recheie com o sabor que preferir
- Feche e sirva



MASSA COM LINHAÇA OU CHIA



DURABILIDADE: Consumo imediato



RENDIMENTO: Massa para 1 tapioca

INGREDIENTES

- 70 g de farinha de tapioca hidratada
- 15 g de linhaça em grãos ou 15 g de chia

PREPARO

- Misture a linhaça/chia à farinha de tapioca
- Aqueça bem uma frigideira
- Peneire a mistura na frigideira
- Recheie com o sabor que preferir
- Feche e sirva



MARGUERITA



DURABILIDADE: Aproximadamente 2 dias refrigeradas (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congeladas



RENDIMENTO: 5 tapiocas

INGREDIENTES

- 1 maço de manjeriço
- Azeite extravirgem (Q.B.)
- Sal (Q.B.)
- 250 g de queijo muçarela
- 100 g de tomate

PREPARO

- Lave bem o maço de manjeriço e desfolhe
- Coloque no processador as folhas de manjeriço e vá acrescentando, aos poucos, fios de azeite, até que vire uma pasta homogênea
- Salgue a gosto
- Reserve
- Rale o queijo muçarela
- Pique o tomate em cubos pequenos (sem as sementes)
- Monte a tapioca com a farinha que preferir, peneirando a farinha sobre a frigideira e firmando a massa
- Adicione 50 g do queijo muçarela, 5 g de tomate, 3 g de pesto reservado em cada unidade
- Espere o queijo derreter
- Feche, retire e sirva



TAPIOCA FRESH

(HOMUS DE BETERRABA,
COUVE E CENOURA)



DURABILIDADE: 2 dias refrigerado (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congelado



RENDIMENTO: 5 tapiocas

INGREDIENTES

- 2 beterrabas
- Água (Q.B.)
- 150 g de grão-de-bico deixado de molho por pelo menos 4 horas
- 1 dente de alho
- 50 g de tahine
- Sal (Q.B.)
- Azeite extravirgem (Q.B.)
- 1 cenoura
- 4 folhas grandes de couve
- Suco de 1 limão

PREPARO

- Corte a beterraba em pedaços médios e cozinhe em água por aproximadamente 15 minutos
- Reserve
- Cozinhe o grão-de-bico por aproximadamente 40 minutos em uma panela de pressão
- Para preparar o homus, coloque a beterraba, o grão-de-bico, o alho, o tahine, o sal, o suco de limão e o azeite em um processador e bata até que vire uma pasta homogênea (se for usar o liquidificador, vá colocando aos poucos os ingredientes)
- Coloque em um refratário e leve à geladeira
- Rale uma cenoura no ralo médio
- Corte 4 folhas grandes de couve em tiras finas e refogue no azeite bem quente
- Monte a tapioca com a farinha que preferir, peneirando a farinha sobre a frigideira e firmando a massa
- Coloque 65 g do homus, 3 g de cenoura ralada e 3 g de couve refogada
- Feche e sirva



TAPIOCA DE CAFÉ COM DOCE DE LEITE



DURABILIDADE: Aproximadamente 3 dias refrigeradas (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congeladas



RENDIMENTO: 4 tapiocas

INGREDIENTES

- 1 receita de polvilho hidratado com café (massa para 4 tapiocas)
- 240 g de doce de leite
- 150 g de chocolate amargo (60% ou mais) ralado

PREPARO

- Monte a tapioca com o polvilho hidratado com café, peneirando sobre toda a extensão da frigideira e firmando a massa
- Espalhe sobre a massa 60 g de doce de leite e, aproximadamente, 38 g de chocolate ralado
- Feche e sirva



TAPIOCA DE COCADA CREMOSA COM LIMÃO SICILIANO



DURABILIDADE: 3 dias refrigeradas (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congeladas



RENDIMENTO: 8 tapiocas

INGREDIENTES

- 25 g de manteiga sem sal
- 395 g de leite condensado
- 150 ml de leite integral
- 70 g de coco em flocos
- 50 ml de leite de coco
- 10 cravos
- 1 canela em pau média
- Raspas de 1 limão siciliano

PREPARO

- Coloque a manteiga em uma panela e espere derreter
- Mexendo sempre, adicione o leite condensado, o leite, o coco, o leite de coco, os cravos e a canela
- Mexa em fogo médio até engrossar
- Misture as raspas de limão à cocada
- Leve para gelar
- Monte a tapioca com a farinha que preferir, peneirando a farinha sobre toda a extensão da frigideira e firmando a massa
- Coloque 70 g da cocada em cada tapioca
- Feche e sirva



TAPIOCA DE BRIE COM CALDA DE MIRTILOS



DURABILIDADE: 3 dias refrigeradas (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congeladas



RENDIMENTO: 4 tapiocas

INGREDIENTES

Creme de balsâmico

- 750 ml de vinagre balsâmico
- 225 g de açúcar
- 150 g de amoras
- 1 ramo de tomilho
- 1 ramo de manjerona/manjeriço

Tapioca

- 200 g de mirtilos
- 10 g de mel
- 2 g de amido de milho
- 240 g de queijo brie
- 50 g de creme de balsâmico

PREPARO

Creme de balsâmico

- Junte todos os ingredientes em uma panela e deixe por aproximadamente 40 minutos em fogo baixo
- Peneire
- Reserve em potes de vidro fechados

Tapioca

- Coloque os mirtilos, o mel, o creme de balsâmico reservado e o amido de milho em uma panela
- Cozinhe em fogo baixo até engrossar um pouco e os mirtilos murcharem parcialmente
- Reserve
- Corte o queijo brie em fatias finas
- Monte a tapioca com a farinha que preferir, peneirando a farinha sobre toda a extensão da frigideira e firmando a massa
- Coloque em cada tapioca 60 g de queijo brie em fatias fina e calda de mirtilos reservada a gosto
- Feche e sirva

DICA

O creme balsâmico pode durar até 6 meses se devidamente fechado e refrigerado



RECEITA EXTRA

TAPIOCA ORIENTAL

(FRANGO, CREAM CHEESE, SHOYU E GENGIBRE)



DURABILIDADE: 3 dias refrigeradas (em um recipiente com tampa) ou 30 dias congeladas



RENDIMENTO: 10 tapiocas

INGREDIENTES

- Água (Q.B.)
- 1 cenoura em rodela médias
- 1 talo de salsão em rodela médias
- 3 folhas de louro
- 10 cravos-da-índia
- 1 cebola cortada em 8
- Páprica doce (Q.B.)
- 1 peito de frango
- 180 g de cream cheese
- 40 g de shoyu
- 10 g de gengibre ralado

PREPARO

- Em uma panela de pressão coloque a água, a cenoura, o salsão, as folhas de louro, os cravos, a páprica doce e a cebola
- Deixe ferver por aproximadamente 20 minutos com a panela ainda aberta
- Coloque o peito de frango na panela, corrija a água se necessário (ela precisa cobrir o frango)
- Feche a panela e deixe por aproximadamente 35 minutos na pressão
- Assim que o peito de frango estiver morno, desfie e reserve
- Em um bowl, junte o peito de frango com o cream cheese, o shoyu e o gengibre e misture bem
- Monte a tapioca com a farinha que preferir, peneirando-a sobre a frigideira e firmando a massa
- Coloque 60 g da mistura reservada em cada tapioca
- Feche e sirva