

## Segredos de Cozinha

1. Para saber se o pão ou rosca já está devidamente crescido, coloca-se uma bolinha da massa em um copo de água fria ao enrolar. Quando a bolinha subir à tona, está na hora de assar o pão ou rosca.
2. Para conservar a mandioca sempre fresca depois de apanhada, descasca-la e deixar numa vasilha inteiramente mergulhada em água.
3. Para amadurecer caquis, por numa caixa um pouco de carbureto enrolado em jornal e colocar os frutos por cima.
4. Para engrossar o caldo do feijão, basta adicionar uma xícara de água fria depois de seca a primeira água.
5. Para não encharcar bolinho frito, por umas gotas de vinagre na massa.
6. Para o arroz ficar solto, por umas gotas de limão na água em que estiver cozinhando.
7. Para diminuir a baba do quiabo, pingar umas gotas de limão, ou adicionar uns pedacinhos de tomate.
8. Para tirar o sal do bacalhau, juntar um pouco de fubá à água em que ficar de molho. Deixando de molho dois ou três dias, o bacalhau volta a seu estado natural reidratado.
9. Para as passas não descerem ao fundo dos bolos e pudins, passá-las em farinha de trigo, ou pô-las de molho em vinho.
10. Para amaciar a carne, gotas de abacaxi. O leite de folhas de mamoeiro faz o mesmo efeito.
11. Para a clara em neve crescer mais depressa, acrescentar uma pitada de sal ao bater.
12. Para a omelete ficar mais leve, não bater muito; juntar aos ovos uma pitada de açúcar juntamente com uma colher de leite ou água morna.
13. Para reviver hortaliças murchas, mergulhá-las em água bicarbonatada, conservando-as depois, em lugar escuro.
14. Para retirar de um bolo as partes queimadas, passar levemente um ralo depois de esfriar.
15. Para que as nozes saiam inteiras da casca, deixá-las algum tempo de molho em água morna.
16. Para fazer bife ao peixe à milanesa, utilize apenas a clara do ovo, evitando que o óleo espume durante a fritura.
17. Quando for dourar qualquer pedaço de carne, será mais rápido e melhor, se estiver bem seca e a gordura bem quente.
18. Para evitar que um ovo trincado não se quebre ao ser cozido, adicione uma colherinha de vinagre ou suco de limão à água do cozimento.
19. Para retirar a casca de ovos cozidos com maior facilidade, ponha-os em água fria logo após terem sido cozidos.
20. Para retirar o cheiro e o gosto de queimado do arroz, coloque a panela destampada em cima de uma toalha molhada.
21. Para um rápido cozimento, faça o arroz em panela de pressão. Quando a panela começar a chiar, deixe no fogo de 3 a 5 minutos. Espere esfriar um pouco para abrir.
22. Faça um suco de abacaxi diferente: coloque as cascas das frutas (bem lavadas) de molho em um litro de água. Deixe de um dia para o outro na geladeira. Bata no liquidificador, coe e adoce a gosto.
23. Para que o leite ou doce de leite não transborde ao ferver, coloque um pires no fundo da leiteira ou tacho (pires de boca para baixo).
24. Para curar um queijo à moda mineira e ele conservar macio, passe manteiga por todo ele e deixe numa tábua de madeira fora da geladeira. Se quiser, repita este processo e ele ficará maravilhosamente curado.
25. Se ao desenformar um bolo ele estiver grudado, coloque a forma por cima da chama do fogo por alguns segundos e ele soltará por inteiro.
26. Para não chorar, picar a cebola com água na boca.
27. Deixe para picar o pimentão depois da cebola, ele tira o cheiro da cebola das mãos. Para tirar o cheiro do pimentão, basta lavar as mãos com sabão neutro.
28. Uma colherinha de vinagre posta na água em que se ferve as verduras, evita o odor desagradável que elas despreendem depois de fervidas.
29. Para retirar o cheiro de peixe das mãos, lave-as com vinagre e água ou sal e água.
30. Os cheiros de garrafas térmicos podem ser retirados quando deixadas com uma solução de água quente e sal por 10 a 15 minutos.
31. Para obter um excelente adubo para as plantas, bata no liquidificador as cascas das batatas e jogue sobre a terra.
32. Se quiser ter em casa azeites maravilhosos e perfumados, coloque dentro de garrafinhas de azeite folhas de manjeriço, louro, azeitonas pretas furadas, alhos inteiros, casca de limão e outros temperos de sua preferência.

### Creme de espinafre com banana nanica / elzinha nunes.

- 1 litro de leite
- 1 maço de espinafre
- 1 colher (sopa) de amido de milho
- 1 cebola média
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 4 dentes de alho amassados
- Sal (a gosto)
- 1 dz de bananas nanica
- Queijo Minas curado ou parmesão a gosto

#### Modo de Fazer:

1. Lave o espinafre e passe-o em água quente. Bata no liquidificador o leite, o espinafre já murcho, a cebola e o amido de milho. Passe pela peneira fina. Reserve.
2. Refogue a manteiga, o alho e o sal, jogue o caldo verde e mexa sempre até obter um creme consistente.
3. Coloque em uma vasilha refratária: uma camada de banana frita, uma camada do creme, uma camada de queijo ralado. Repita esta montagem, sendo que de último fique o queijo.
4. Gratine por 10 minutos.

### AZEITE AROMATIZADO PARA PEIXES

Elzinha Nunes

- 150 ml de azeite extravirgem
- 3 cascas de limão
- 2 dentes de alho
- 10 sementes de endro

#### Modo de Fazer:

Coloque tudo dentro de um vidrinho. Enfeite com rafia e com o nome do azeite

### AMOR EM PEDAÇOS

Elzinha Nunes

#### Ingredientes:

- 1 litro de suco de laranja coado
- 500 g de açúcar
- 8 ovos inteiros passados na peneira  
cravo e canela a gosto.

#### Como Fazer:

Ferver o suco de laranja com o açúcar.  
Acrescente o cravo e a canela. Quando estiver em ponto de fio, jogue bem devagar os ovos passados na peneira. Não mexer mais. Deixar ferver por mais 20 minutos. Esfriar e colocar em compoteira. Servir bem gelado e com queijo.

### QUEIMADINHO

Elzinha Nunes

- 6 porções
- 1 litro de leite

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (café) de canela em pó
- 4 cravos
- 1 xícara (das de café) de café forte já coado
- 1 pitada de sal

#### Modo de Fazer:

1. Derreter o açúcar em ponto de caramelo.
2. Colocar o café e o leite nesta açúcar queimado
3. Deixar ferver até que tudo esteja derretido, batendo sempre com uma concha para engrossar.
4. Colocar o sal, a canela e o cravo.

Servir quente com fubá suado ou broa de fubá

## SALADA SICILIANA

#### Ingredientes

- 200 g de presunto cru
- 200 g de folhas de alface lisa, cressa e americana, radicci e rúcula
- 200 g de queijo camembert
- 60 g de nozes
- 50 ml de azeite de oliva
- 50 g de mel
- 1 limão
- 20 ml de molho inglês
- sal a gosto

#### Modo de Preparo:

Escolha um prato raso grande e bem bonito, de preferência redondo. Pense em uma flor, e distribua as folhas alternadamente. Corte o queijo e o presunto em tirinhas longas e finas. Olhe para a flor que você criou e imagine o miolo. Coloque as tirinhas de presunto e queijo formando listras do centro para as bordas do prato. Parta as nozes e salpique sobre a "flor". Por último, prepare o molho. Misture o azeite, o suco de limão, o molho inglês, O mel e sal a gosto.

Respire fundo três vezes e regue sua flor. Rendimento: 4 pessoas

## MOLHO DE IOGURTE COM MOSTARDA

#### Ingredientes

- 1 copo de iogurte desnatado
- 50 ml de vinagre branco
- 100 ml de água
- 1 colher (café) de mostarda
- sal a gosto

#### Modo de Preparo:

Misture todos os ingredientes e sirva.

## MOLHO PARA PEIXES

#### Ingredientes

- 1 lata de creme de leite
- 2 colheres de sopa de suco de limão
- 1 colher de sopa de mostarda
- 1 colherinha de curry
- 1 colher de sopa de tempero verde picadinho

#### Modo de Preparo:

Misture todos os ingredientes e aqueça em banho-maria.

## MOLHO VERDE

### Ingredientes

- 1 cebola grande ou 2 médias picadas
- 2 molhos de salsa
- vinagre a gosto
- sumo de 1 limão
- sal e pimenta branca em pó para temperar
- 1 fio de azeite de oliva (a gosto)

### Modo de Preparo:

Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter a consistência desejada.

## MOLHO FRANCÊS

### Ingredientes:

- 1/2 xícara de vinagre
- 1 colher (chá) de mostarda
- pimenta a gosto
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 xícara de ketchup
- 3/4 xícara de óleo

### Modo de Preparo:

Misture todos os ingredientes e bata bem.  
Guarde em recipiente bem fechado no refrigerador.

## CREME DE LEITE AZEDO

Tempo de Preparo: 1 hora

Rendimento: 10 porções

### Ingredientes:

- 1 copo (tipo americano) de creme de leite fresco
- gotas de limão

### Modo de Preparo

Retire 4 colheres (sopa) de creme de leite fresco e misture com as gotas de limão. Mexa bem e deixe descansar para que engrosse.

Repita a operação até que todo o creme de leite acabe

## PIZZA DE COGUMELO E MOZARELA

Tempo de Preparo: 1 e 1/2 hora

Rendimento: 8 a 12 porções

### Ingredientes

- 1 receita de Massa de Pizza
- 12 ou mais cogumelos secos (tipo funghi secchi)
- 8 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 4 xícaras (chá) de cogumelo fresco ou em conserva cortado em fatias finas

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- sal a gosto
- 2 xícaras (chá) mozzarella ralada picada
- pimenta-do-reino a gosto

#### Modo de Preparo:

Prepare a massa. Cubra os cogumelos secos com água morna e deixe por 30 minutos ou mais. Unte bem 2 fôrmas de pizza com azeite. Coloque um dos círculos em uma fôrma e vá apertando e esticando a massa para forrar todo o fundo em uma espessura uniforme. Repita a operação com a outra metade (esta massa não é para ser estendida com o rolo). Cubra as fôrmas e deixe a massa descansar em lugar quente por 30 minutos. Enquanto isso, aqueça o forno a 175°C. Espalhe, sobre cada pizza, uma camada de cogumelo fresco. Polvilhe ligeiramente com sal. Cubra com a mozzarella e polvilhe com bastante pimenta. Regue com o restante do azeite. Leve ao forno e asse até a mozzarella derreter (cerca de 15 minutos). Transfira as fôrmas para a posição mais baixa do forno e deixe por mais 5 minutos para que a massa fique crocante.

## I O G U R T E

Tempo de preparo: 3 horas e 10 min

Calorias por 100 ml: 46,00

Rendimento: 5 copos

Grau de dificuldade: fácil

1 litro de leite desnatado

2 colheres (sopa) de leite em pó desnatado

1 iogurte pequeno desnatado

Ferva o leite e deixe-o esfriar até que, ao mergulhar a ponta do dedo, você consiga suportar o calor. Dissolva o leite em pó no iogurte, mexendo bem. Junte ao leite fervido e misture bem. Coloque numa vasilha de louça, cubra com um pano grosso para manter o calor e deixe por 3 horas. Depois de pronto, leve à geladeira e sirva a gosto.

## OMELETE COLORIDA

Tempo de Preparo: 15 minutos

Rendimento: 2 porções

Ingredientes

- 5 ovos
- 1/4 de xícara (chá) de leite
- 1/4 de xícara (chá) de maionese
- 1/2 xícara (chá) de presunto picadinho
- 1/4 de xícara (chá) de queijo prato ralado
- 2 colheres (sopa) de cebola picada
- 1 tomate picadinho sem semente
- 1/2 pimentão verde picadinho
- sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher (sopa) de salsinha picada

#### Modo de Preparo

Coloque os ovos em uma vasilha e bata por alguns segundos. Adicione o leite e a maionese e torne a bater até incorporar bem os ingredientes. Junte os demais ingredientes, exceto a salsinha. Mexa bem e leve ao microondas em uma omeleteira ou em um Tenna sempre o cuidado de colocar em direção ao centro as partes já firmes da omelete. Tire do forno, junte a salsa picada, mexa bem e volte ao forno por mais 3 a 5 minutos em potência média. Retire-o do microondas e deixe descansar por 2 minutos antes de servir.

## MASSA DE PIZZA

Tempo de Preparo: 40 minutos

Rendimento: 2 pizzas de 30 cm de diâmetro

Ingredientes:

- 2 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- 1 e 1/2 colher (sopa) de fermento Fleischmann
- 1 xícara (chá) de água morna

#### Modo de Preparo:

Coloque a farinha de trigo em uma tigela e misture o azeite. Dissolva o fermento na água morna e incorpore à farinha, misturando bem com uma colher de pau e uma espátula de plástico. Depois trabalhe com as mãos, até obter uma massa um pouco pegajosa. Forme uma bola com a massa, cubra com um guardanapo e deixe repousar em lugar quente por 30 minutos até crescer. Trabalhe um pouco a massa com as mãos, levemente enfarinhadas, e forme uma bola. Divida-a do meio e amasse ligeiramente cada metade, obtendo dois círculos espessos.

## TORTA DE QUEIJO

Tempo de Preparo: 1 e 1/2 hora

Rendimento: 10 a 12 porções

#### Ingredientes:

- 200 gramas de farinha de trigo
- 200 gramas de farinha integral
- 200 gramas de manteiga
- sal a gosto

#### Recheio

- 500 gramas de queijo branco
- 1/2 litro de leite
- 1 ovo
- 1 colher (sobremesa) de parmesão ralado
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 pitada de fermento em pó

#### Modo de Preparo:

Prepare a massa colocando os ingredientes em uma tigela e amassando bem até que a mistura fique bem homogênea. Unte com manteiga uma fôrma redonda para torta. Abra a massa em círculo com um rolo e forre o fundo da fôrma. Despeje o recheio e leve a torta para assar em forno brando por 50 minutos.

#### Recheio:

Coloque todos os ingredientes no liquidificador. Bata bem e utilize.

## BRÓCOLIS COM ALHO

Tempo de preparo: 30 minutos

Calorias por porção: 64

Rendimento: 5 porções

Grau de dificuldade: fácil

700 gramas de brócolis limpo sal a gosto

1 colher (café) de azeite alho a gosto fondor a gosto

Leve ao fogo uma panela com bastante água, junte o sal e, quando estiver fervendo, coloque o brócolis e cozinhe por alguns minutos, deixando-o al dente.

Escorra e reserve. Coloque o azeite numa frigideira, junte o alho cortado em lâminas e leve ao fogo até ficar ligeiramente dourado. Acrescente o brócolis, tempere com o fondor, misture bem e refogue por alguns minutos. Sirva em seguida.

## PÃO DE MILHO

Tempo de Preparo: 30 minutos

Rendimento: 6 porções

#### Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de farinha de milho amarela
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 3 colheres (chá) de fermento em pó

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- 1 pitada de sal
- 3 ovos ligeiramente batidos
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite
- 1/2 xícara (chá) de manteiga derretida

#### Modo de Preparo:

Misture as farinhas de milho e de trigo em uma tigela grande. Junte o fermento e o sal e misture bem os ingredientes. Adicione o ovo e o leite, e bata até obter uma massa homogênea. Acrescente a manteiga derretida e mexa até incorporá-la bem. Coloque em uma fôrma quadrada ou retangular previamente untada com manteiga e leve ao forno preaquecido à temperatura de 220°C por 20 minutos. Retire do forno e corte em quadrados. Sirva imediatamente.

## CAMARÃO À BAIANA

Tempo de Preparo: 45 minutos

Rendimento: 6 porções

#### Ingredientes:

- 2 cebolas médias raladas
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 3 dentes de alho amassados
- 1 quilo de tomate sem pele e sem semente batido no liquidificador
- 1 quilo de camarão médio limpo
- 1 colher (sopa) de pimenta dedo-de-moça
- 1 vidro pequeno de leite de coco
- sal a gosto

#### Modo de Preparo:

Leve ao fogo uma panela com a cebola, a manteiga, o óleo e o alho e frite-os por 3 minutos. Junte o tomate, tempere com sal e deixe em fogo baixo por 15 minutos, ou até obter um molho denso. Passado esse tempo, junte o camarão e a pimenta. Deixe no fogo até que o camarão esteja cozido e o molho bem denso (cerca de 10 minutos). Adicione o leite de coco, deixe ferver por mais 2 minutos. Sirva em seguida.

## RISOTO MISTO

Tempo de Preparo: 1 hora e 20 minutos

Rendimento: 4 porções

#### Ingredientes:

- 300 gramas de palmito em lata
- 300 gramas de presunto
- 4 tomates sem pele e sem sementes
- 2 colheres (sopa) de caldo de carne granulado
- 2 xícaras (chá) de arroz cru
- 1 cebola ralada
- 2 colheres (sopa) de pimentão picado
- 5 colheres (sopa) de salsa picada
- 5 colheres (sopa) de cebolinha picada
- 300 gramas de lingüiça calabresa moída
- 200 gramas de ervilha fresca
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 xícara (chá) de margarina
- 200 gramas de parmesão ralado
- sal a gosto

#### Modo de Preparo:

Pique o palmito, o presunto e o tomate (este em pedaços bem pequenos). Dissolva o caldo de carne em um pouco de água quente. Reserve. Unte um pirex grande com margarina ele deverá ser preenchido até a metade de sua capacidade). Misture o arroz, a cebola, o tomate, o pimentão, a salsa, a cebolinha, a lingüiça, o presunto, o palmito, a ervilha e a metade do queijo ralado. Ponha a mistura no pirex. No liquidificador coloque o caldo reservado, o leite, a margarina e o sal (convém lembrar-se de que o queijo, a margarina e o caldo já são salgados e que não é bom

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

exagerar). Bata-os rapidamente (30 segundos) e, em seguida, derrame-o sobre o arroz. Certifique-se de que metade do pirex continua vazio. Polvilhe com o restante do queijo ralado e leve o risoto ao forno, preaquecido a 200°C, por cerca de 1 hora.

## ENROLADOS DE FOLHA DE PARREIRA

Tempo de Preparo: 3 horas

Rendimento: 12 porções

### Ingredientes:

- 1/2 quilo de folha de parreira tenra e escolhida
- 3 tomates cortados em rodelas
- 1/2 quilo de músculo cozido cortado em fatias
- caldo de 1 limão grande
- sal e pimenta síria a gosto

### Recheio:

- 1/2 quilo de alcatra moída
- 1 xícara (chá) de arroz lavado
- 1 colher (sobremesa) de manteiga
- sal e pimenta síria a gosto
- 3 colheres (sopa) de caldo de músculo

### Modo de Preparo:

Corte os cabinhos das folhas de parreira bem rentes, lave-as em água quente e enxugue-as. Estenda as folhas com a parte lustrosa para baixo. Espalhe o recheio, acampanhando as nervuras e dando uma forma alongada. Comece a enrolar a folha. Após dar a primeira volta, dobre as extremidades para dentro. Continue a enrolar até terminá-la (a folha deve ser pequena para que não seja preciso dar muitas voltas, o que dificulta o cozimento). A seguir, forre o fundo de uma panela com algumas folhas de parreira abertas. Cubra-as com o tomate e o músculo. Disponha os enrolados em camadas e, entre uma e outra, espalhe o sal, a pimenta e o suco de limão. Leve ao fogo baixo com a panela tampada por 40 a 50 minutos ou até que esteja cozido.

### Recheio:

Misture, sem amassar, a carne, o arroz e a manteiga. Tempere com sal e pimenta. Acrescente aos poucos o caldo de músculo, até que fique bem misturado.

## LOMBINHO COM AMÊNDOAS

Tempo de Preparo: 1 hora

Rendimento: 6 porções

### Ingredientes

- 6 filés de lombo (200 g cada)
- suco de 2 limões
- 1/2 xícara (chá) de conhaque
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 3 gemas batidas
- 150 g de manteiga
- 1 xícara (chá) de amêndoas cortadas em lâminas e torradas por 3 minutos em forno 150°C
- 1 xícara (chá) de calda da cereja
- 1 colher (sobremesa) de maisena
- 15 cerejas ao marasquino
- sal e pimenta-do-reino a gosto

### Modo de Preparo:

Bata levemente os filés. Tempere com sal, pimenta, suco de limão e conhaque. Deixe-os nesse tempero por 20 minutos. Passe-os na farinha de trigo. Em uma frigideira, aqueça a manteiga por 2 minutos e doure os filés por 5 minutos de cada lado, colocando-os em uma travessa. Depois que todos fritos, ponha, por cima, as amêndoas.



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Separe 3/4 da calda cereja. Derrame em uma frigideira e aqueça-a. Dissolva a maisena na calda restante e junte à calda quente. Mexa até engrossar. Espalhe-a sobre os filés, decore com cerejas e leve ao forno por 5 minutos na temperatura mínima (80°C).

## RISOTO DE CAMARÃO

Tempo de preparo: 35 minutos

Calorias por porção: 200

Rendimento: 5 porções

Grau de dificuldade: fácil

5 g de cebola ralada

1 dente de alho amassado

3 tomates maduros sem sementes picados

500 g de camarão sem casca

200 g de palmito picado

6 colheres (sopa) de arroz cozido

1 lata de ervilha coentro e cheiro-verde a gosto

Refogue a cebola, o alho e o tomate formar um molho. Junte o camarão e deixe cozinhar. Coloque o palmito, o arroz e por último o cheiro-verde, o coentro e a ervilha. Misture bem e sirva.

## LOMBO NA NEVE COM ARROZ À GREGA

Tempo de Preparo: 3 horas

Rendimento: 12 porções

Ingredientes

- 2 quilos de lombo de porco

- 1 colher (sopa) de sal

- 3 dentes de alho socados

- 1 colher (café) de pimenta-do-reino

- 1/2 colher (café) de colorau

- 1/2 litro de vinho branco seco

- 2 folhas de louro

- 1/2 litro de óleo

- 3 claras

- 1/2 colher (sopa) de parmesão ralado

Modo de Preparo:

Coloque o lombo em uma travessa funda e tempere-o com o sal, o alho, a pimenta, o colorau, o vinho e o louro. Deixe o lombo tomar gosto por 6 horas. Coloque-o em uma travessa, junte o óleo e leve ao forno quente por 1 hora.

Regue o lombo de vez em quando com o próprio molho. Vire o lombo e deixe-o assar por mais 30 minutos. Depois, coloque-o em uma travessa. Bata as claras em neve. Espalhe-as sobre o lombo e polvilhe-as com queijo ralado.

Leve o assado ao forno quente por 10 minutos Acompanhe-o com arroz à grega.

## BRÓCOLIS COM MOLHO CREMOSO

Tempo de preparo: 15 minutos

Calorias por porção: 90,00

Rendimento: 4 porções

Grau de dificuldade: fácil

2 colheres (sopa) de margarina light

2 cebolas pequenas raladas

1 dente de alho amassado

1 colher (chá) de farinha de trigo

500 g de brócolis leite desnatado

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Coloque em uma fôrma refratária a margarina, a cebola e o alho; leve ao microondas em potência alta por 2 minutos. Adicione a farinha de trigo, misture bem e vá juntando o leite até formar um mingau. Adicione o brocolis, misture bem, tampe e leve ao microondas em potência média por 5 a 7 minutos, ou até o brócolis amaciar.

## PÃO DE CENOURA

Tempo de preparo: 1 hora

Calorias por porção: 70

Rendimento: 8 porções

Grau de dificuldade: médio

2 cenouras médias raladas

1 xícara (chá) de água morna

1 tablete de fermento fleischmann

1 colher (sopa) de adoçante em pó

1 cebola pequena ralada

1 colher (sopa) de margarina light

1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo

2 dentes de alho amassados

Corte a cenoura e passe-a pelo processador junto com a água; reserve. Misture o fermento e o adoçante até formar uma pasta, adicione a cenoura reservada e misture bem. Aqueça a margarina e doure a cebola e o alho. Quando estiverem ligeiramente dourados, adicione à mistura de cenoura, misture bem e junte aos poucos a farinha, mexendo até que esteja bem incorporada. Despeje numa fôrma para pão retangular média (tipo bolo inglês) e deixe crescer por 1 hora. Asse em forno pré aquecido a 175°C por 25 minutos.

## PURÊ DE BATATA

Tempo de preparo: 20 minutos

Calorias por porção: 285,00

Rendimento: 4 porções

Grau de dificuldade: fácil

1/2 xícara (chá) de leite desnatado

2 colheres (chá) de margarina light

1 colher (chá) de sal

1 colher (sopa) de fermento em pó cerca de 1 xícara (chá) de farinha de trigo

Cobertura:

3 tomates bem picados sem pele e sem semente

sal a gosto

1 colher (sopa) de orégano

100 g de queijo cottage

100 g de mussarela folhas de rúcula

Junte os ingredientes da massa e amasse com as mãos até obter uma massa homogênea. Abra com o rolo formando 4 discos de pizza. Leve a massa ao forno por 12 minutos. Tempere os tomates com sal e orégano. Espalhe sobre os discos já assados, distribua por cima o queijo cottage misturado com a mussarela ralada e as folhas de rúcula. Leve novamente ao forno.

## PIZZA DE QUEIJOS COM RÚCULA

Tempo de preparo: 30 minutos

Calorias por porção: 230,00

Rendimento: 4 porções

Grau de dificuldade: fácil

1/2 xícara (chá) de leite desnatado

2 colheres (chá) de margarina light

1 colher (chá) de sal

1 colher (sopa) de fermento em pó cerca de 1 xícara

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

(chá) de farinha de trigo

Cobertura:

3 tomates bem picados sem pele e sem semente sal a gosto

1 colher (sopa) de orégano

100 g de queijo cottage

100 g de mussarela folhas de rúcula

Junte os ingredientes da massa e amasse com as mãos até obter uma massa homogênea. Abra com o rolo, formando 4 discos de pizza. Leve a massa ao forno por 12 minutos. Tempere os tomates com sal e orégano. Espalhe sobre os discos já assados, distribua por cima o queijo cottage misturado com a mussarela ralada e as folhas de rúcula. Leve novamente ao forno por mais 8 minutos.

## BOMBOCADO DE FUBÁ

Tempo de preparo: 1 hora

Calorias por 100 gramas: 173,00

Rendimento: 6 porções

Grau de dificuldade: fácil

3 ovos

3 xícaras (chá) de água

6 colheres (sopa) de leite desnatado

2 colheres (sopa) de adoçante líquido

120 g de fubá

2 colheres (chá) de maisena

6 colheres (sopa) de coco seco fino, sem açúcar

1 colher (sopa) de fermento em pó

2 colheres (sopa) de óleo de canola

Coloque todos os ingredientes, seguindo a ordem, no liquidificador e bata até misturá-los. Unte e enfarinhe uma assadeira média, despeje a mistura e asse em forno preaquecido a 180°C por cerca de 30 minutos.

## NHOQUE DE RICOTA

tempo de preparo: 1 e 1/2 hora

calorias por porção: 364,00

rendimento: 5 porções

grau de dificuldade: médio

675 g de ricota

1 ovo

1 colher (café) de noz-moscada ralada sal (o mínimo)

1 xícara (chá) de farinha de trigo

Molho:

1 cebola média ralada

12 dentes de alho amassados

400 g de polpa de tomate

250 g de purê de tomate

1 cenoura picada

1 copo (requeijão) de leite desnatado algumas folhas de manjeriço

Passa a ricota por uma peneira fina e mistura com o ovo, a noz-moscada e o sal. Junte a farinha aos poucos, amassando com as mãos até obter uma mistura firme - para formar os nhoques. Pegue pequenas porções de massa, forme cordões e corte-os em pedacinhos. Amasse-os ligeiramente com um garfo e vá colocando-os sobre uma superfície enfarinhada ou um pano. Ferva 4 litros de água. Vá colocando os nhoques aos poucos. Quando subirem à tona, retire-os com uma escumadeira e coloque-os num escurridor. Passe-os abundância; escorra-os. Coloque-os numa travessa, cubra com o molho e sirva.

Molho:

Numa panela antiaderente dê uma ligeira fritada na cebola e no alho. Junte a polpa e o purê de tomate, a cenoura, o leite e as folhas de manjeriço. Mexa bem e cozinhe em fogo brando por 1h30min com a panela tampada, mexendo de vez em quando. Se necessário, vá colocando água aos poucos. Quando o molho estiver bem apurado, retire-o do fogo e passe-o por uma peneira.

## SALPICÃO DE LEGUMES

Tempo de preparo: 30 minutos

Calorias por porção: 102,00

Rendimento: 5 porções

Grau de dificuldade: fácil

100 g de maçã em cubinhos

10 g de suco de limão

100 g de cenoura ralada

50 g de repolho cortado bem fininho

70 g de pimentão vermelho em tirinhas

1 talo de salsão cortado bem fininho

50 g de ervilha escorrida

25 g de uva passa sal a gosto

Molho:

1 colher (sopa) de maionese light

1 colher (sopa) de molho inglês

1 colher (sopa) de mostarda

2 colheres (sopa) de iogurte desnatado sal a gosto. Coloque a maçã numa tigela, regue com o suco de limão e reserve. Escalde, separadamente, em água salgada fervente, a cenoura, o repolho, os pimentões e o salsão. Coloque os legumes escaldados numa travessa, junte a maçã escorrida, a ervilha e a uva passa. Misture bem.

Junte os ingredientes do molho, mexa bem e despeje-os sobre os legumes.

Misture novamente e leve à geladeira por alguns minutos antes de servir.

## MOLHO DE IOGURTE COM CEBOLINHA

Tempo de preparo: 5 minutos

Calorias por colher: 14,00

Rendimento: 1 xícara

Grau de dificuldade: fácil

1 iogurte desnatado

2 colheres (sopa) de vinagre

1 colher (sopa) de mostarda

1 colher (sopa) de cebolinha verde Coloque todos os ingredientes no liquidificador e bata até obter um creme. Use para temperar saladas.

## PEITO DE FRANGO COM RECHEIO DE BRÓCOLIS

Tempo de preparo: 1 hora

Calorias por porção: 316,00

Rendimento: 6 porções

grau de dificuldade: fácil

6 filés de peito de frango batidos

sal a gosto

1 dente de alho esmagado

2 colheres (sopa) de vinho Madeira

2 colheres (sopa) de parmesão ralado

1/2 xícara (chá) de queijo suíço

2 xícaras (chá) de brócolis cozido

1 colher (sobremesa) de óleo de milho

Tempere os filés com sal e alho e regue com o vinho; deixe marinar por 15 minutos. Misture os queijos e espalhe uniformemente sobre o frango.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Coloque alguns ramos de brócolis e enrole como um rocambole; prenda com um palito. Leve ao fogo uma frigideira com o óleo, espere aquecer, abaixe o fogo e grelhe os rolinhos, primeiro de um lado e depois do outro, até que dorem e a carne fique cozida.

### BOLO DE IOGURTE

#### Modo de Preparo

MASSA: Bata os ovos com o açúcar até ficar esbranquiçado. Adicione os outros ingredientes aos poucos, juntando por último a farinha e o fermento.

COBERTURA: Misture tudo e cozinhe por 6 minutos em fogo brando até ficar homogêneo, mexendo sempre para evitar a formação de bolinhas.

#### Ingredientes

- 1 copo de iogurte natural
- 2 copos de farinha de trigo
- 2 copos de açúcar
- 1/2 de azeite
- 4 ovos
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- 1 lata de leite condensado
  - 3 colheres de chocolate em pó
- 1 colher de margarina

### FRANGO DESFIADO AO MOLHO BECHAMEL

#### Modo de Preparo

Coloque a cenoura para cozinhar já picada e reserve. Separe as peles dos peitos de frango e frite no alho em uma panela de pressão. Depois de douradas, acrescente o peito de frango bem temperado e deixe fritar. Acrescente água, tampe a panela e cozinhe. Enquanto o frango cozinha, prepare o molho bechamel (seguindo as instruções do verso) e reserve. Cozinhe os tomates em água fervendo, tire a pele e bata no liquidificador. Quando o frango já estiver cozido, desfie e reserve. Pré-aqueça o forno em temperatura alta. Em uma outra panela, frite em óleo a cebola até dourar. Acrescente o tomate e deixe refogar. Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto. Acrescente o frango desfiado, o milho, a cenoura, e por último o molho bechamel. Coloque tudo em um refratário, cubra com queijo ralado e leve ao forno já aquecido para gratinar. Quando o queijo estiver bem dourado, sirva com arroz e batata palha.

#### Ingredientes

- 2 peitos de frango
- 2 pacotes de molho bechamel
- 1/2 cebola ralada
- 2 tomates maduros
- 1 pacote de queijo ralado
- 1 lata de milho verde
- 1 cenoura picada em miúdos
- 2 dentes de alho
- sal e pimenta-do-reino a gosto
- batata palha e arroz para acompanhamento

### CREME DE MILHO

#### Modo de Preparo

Bata no liquidificador 3 xícaras de leite com o milho. Acrescente a manteiga, leve ao fogo e deixe ferver. Misture o restante do leite com a manteiga já dissolvida. Vá mexendo até engrossar. Enfeite com o milho reservado e sirva quente.

#### Ingredientes

- 6 copos de leite
- 2 latas de milho (deixe um pouco do milho reservado)
- noz-moscada ralada
- 6 colheres (sopa) de maisena
- 2 colheres (sopa) de manteiga

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- sal a gosto

## PAVÊ DE CAFÉ

### Modo de Preparo

Misture o leite, a maisena, as gemas e o açúcar. Leve ao fogo médio e, mexendo, deixe o creme engrossar ligeiramente. Apague o fogo, transfira para uma tigela, acrescente a manteiga e a baunilha. Bata por 5 minutos com um batedor de mão. Cubra com filme plástico e leve para gelar por 1 hora. Em um tigela, misture o café, o licor de café e o conhaque. Molhe bolacha por bolacha na mistura e forre uma travessa. Cubra com creme gelado. Gele por mais 1 hora.

### Ingredientes

- 1 l de leite
- 6 colheres (sopa) de maisena
- 3 gemas peneiradas
- 2 xícaras de açúcar
- 1 colher (chá) de manteiga
- 1/2 colher (chá) de baunilha
- 1 xícara de café forte
- 1/2 xícara de licor de café
- 2 colheres (sopa) de conhaque
- 1 pacote (180g) de bolacha champanhe
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó

## MOLHO PESTO

### Modo de Preparo

Bata no liquidificador o manjericão, a água, o alho e o sal. Após iniciar a liquefação, vá adicionando os outros ingredientes aos poucos. Coloque mais azeite, se necessário, para obter uma pasta grossa e homogênea. Além de servir tradicionalmente com fettuccini ou espaguete ao alho e óleo, pode-se também servir como antepasto, passando-o na panhoca (pão italiano).

### Ingredientes

- 2 colheres (sopa) de castanhas torradas
- 1/2 xícara de azeite
- 2 colheres (sopa) de água
- 1 colher (chá) de sal grosso
- 1 pires cheio de manjericão fresco
- 50 g de queijo parmesão ralado
- 50 g de queijo pecorino ralado
- 2 dentes de alho

## FAROFA DE BANANA

### Modo de Preparo

Aqueça a manteiga e o óleo e doure a cebola. Junte as bananas e o caldo de bacon, mexendo para que não grude na frigideira. Misture as azeitonas, o ovo e a salsa. Sirva acompanhando carne de porco, frango assado ou lingüiça frita.

### Ingredientes

- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 cebola ralada
- 3 bananas nanicas cortadas em rodela
- 1 tablete de caldo de bacon
- 1 xícara (chá) de farinha de milho
- meia xícara (chá) de azeitonas verdes picadas
- 1 ovo cozido picado
- meia xícara (chá) de salsa picada

## CREME DE BATATA RÁPIDO

### Modo de Preparo

Lave muito bem as batatas com a ajuda de uma escovinha, mas não tire a casca. Ponha para cozinhar numa panela funda com água cobrindo as batatas, e deixe até que fiquem macias. Depois de cozidas, espere que esfriem um pouco e bata no liquidificador com a própria água do cozimento e reserve. Pique muito bem todos os temperos, inclusive o bacon. Em uma panela, doure primeiramente o bacon, junte o alho e a cebola, e deixe dourar levemente. Em seguida junte o creme de batatas, verifique o sal e se necessário acrescente uma pitada. Mexendo sempre, cozinhe por uns 10 minutos. Decore com a cebolinha e a salsinha e sirva quente, acompanhado de pão fresco.

### Ingredientes

- 1 cebola média
- 2 dentes de alho socado
- 4 fatias de bacon
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 pires de cebolinha e salsinha verde picados

## BOLO MÁRMORE

### Modo de Preparo

Bata na batedeira os primeiros 5 ingredientes por 5 minutos. Acrescente as claras em neve mexendo suavemente. Divida a massa em 2 partes iguais e numa delas coloque o Nescau. Coloque numa forma untada a parte clara e espalhe bem, e por cima coloque a parte escura. Asse em forno médio por 35 minutos.

### Ingredientes

- 2 xícaras de farinha
- 2 xícaras de açúcar
- 4 gemas
- 2 colheres (sobremesa) de fermento em pó
- meia xícara de leite
- 4 claras em neve
- 1 xícara de Nescau

## KIBE FRITO

### Modo de Preparo

Em uma tigela grande, coloque o trigo e despeje a água fervendo. Com este procedimento, o trigo absorverá a quantidade exata para o seu crescimento. Assim que esfriar, acrescente todos os ingredientes restantes e misture a massa misturando com as mãos. Molde os Kibes e coloque-os para fritar. A receita rende cerca de 70 kibes pequenos.

### Ingredientes

- 1/2 kg de carne moída
- 1/2 kg de trigo
- 1 cebola
- 1 colher de manteiga
- 1 colher (sopa) de sal
- 3 ramos de hortelã
- 1 litro de água fervendo
- 1 lata de óleo

## TORTA PRESTÍGIO

### Modo de Preparo

Massa: bata todos os ingredientes no liquidificador, menos o fermento em pó. Adicione o fermento em pó e mexa bem, sem bater no liquidificador. Asse em forno moderado.

Recheio: cozinhe todos os ingredientes até engrossar um pouco.

Cobertura: misture os chocolates. Vá adicionando o creme de leite aos poucos até obter a textura desejada.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Molhe o bolo com 600ml de coca-cola. Esta torta fica bem baixa como se fosse um pudim, para recheá-la é preferível na geladeira antes de servir.

#### Ingredientes

- 6 colheres (sopa) de Nescau
- 6 colheres (sopa) de açúcar
- 6 ovos
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 1 pacote (50 g) de coco ralado
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 lata de leite condensado
- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 pacote (50 g) de coco ralado
- 200 g de chocolate ao leite derretido
- 100 g de chocolate meio amargo derretido
- 1 lata de creme de leite

## ARROZ DE FORNO

#### Modo de Preparo

Cozinhe o arroz a seu gosto, com ou sem tempero. Faça um molho branco com a cebola, a manteiga, o caldo de galinha e a cebolinha verde.

Deixe o molho em ponto de creme. Em um refratário, misture ao arroz carne moída levemente ensopada, frango ou salsicha picadinha frita, de acordo com seu gosto. Se preferir, adicione milho e ervilha. Para finalizar, adicione o molho branco e misture bem. Espalhe por cima uma camada de molho que cubra bem o arroz, e polvilhe muito queijo ralado e formar uma casquinha crocante em cima.

#### Ingredientes

- arroz
- carne moída, frango ou salsicha picada
- milho e ervilha
- queijo ralado
- orégano
- cebola
- manteiga
- 1/2 cubo de caldo de galinha
- cebolinha

## LASANHA DE ABOBRINHA

#### Modo de Preparo

Misture o leite, a manteiga, a maisena, sal e a pimenta. Leve ao fogo mexendo sempre até engrossar. Retire do fogo e junte o requeijão. Misture e reserve. Frite as aborinhas cortadas em lâminas e reserve. Frite a carne moída no óleo.

Junte a cebola e os tomates. Dissolva o tablete de caldo de carne em 1/2 xícara de água fervente. Em um refratário untado, coloque metade da aborinha em camada. Espalhe a carne e o molho branco reservado. Torne cobrir com a abobrinha restante e por fim uma lata de molho de tomate, orégano e a mussarela. Leve ao forno a 200°C por 30 minutos.

#### Ingredientes

- 1/2 kg de carne moída
- 2 col (sopa) de azeite
- 1 cebola média picada
- 3 tomates sem pele e sem sementes
- 700 g de abobrinhas cortadas em lâminas
- 2 col de de extrato de tomate
- 2 tabletes de caldo de galinha
- sal a gosto

#### Molho

- 2 col (sopa) de manteiga ou margarina
- 2 col (sopa) de maisena
- 2 xícaras (chá) de leite
- 1 copo de requeijão
- 250 g de mussarela picada
- sal e pimenta-do-reino



## BOLO DE LARANJA LEGAL

### Modo de Preparo

Bata no liquidificador a laranja, o óleo e os ovos. Acrescente o açúcar e a farinha e mexa bem. Adicione o fermento em pó artificial e misture mais. Asse em forno quente por 40 minutos.

Ainda quente, fure o bolo levemente e espalhe o suco de uma laranja por cima.

### Ingredientes

- 2 ovos
- 1 copo de óleo
- 2 copos de açúcar
- 2 copos de farinha de trigo
- 1 laranja com casca cortada em pedaços
- 1 colher de fermento em pó artificial

## PUDIM DIAMANTE NEGRO

### Modo de Preparo

Bata no liquidificador o leite, o leite condensado, os ovos, o açúcar, a farinha de trigo e os chocolates derretidos anteriormente em banho-maria. Unte uma fôrma de pudim com manteiga e polvilhe com açúcar refinado. Despeje a massa. Leve para assar por 40 minutos a 200°C. Na metade do tempo, cubra a fôrma com papel alumínio e deixe até o término do tempo.

Desenforme quando frio e enfeite com chocolate ralado.

OBS: Coloque a fôrma de pudim dentro de uma fôrma com água, quando for assar o pudim. De tempo em tempo reponha a água.

### Ingredientes

- 6 ovos inteiros
- 1 lata de leite condensado
- 2 xícaras de açúcar
- 1 lata de leite frio
- 2 1/2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 300 g de chocolate ao leite
- 100 g de chocolate meio-amargo

## FRANGO COM REQUEIJÃO

### Modo de Preparo

Refogue a cebola e o alho no azeite.

Acrescente o frango e deixe dourar. Em seguida, junte o tomate cortado em pedaços pequenos e o pimentão, deixando refogar bem. Tempere com o sal e a pimenta. Coloque um pouco de água e deixe cozinhar até o frango ficar bem macio. Quando se formar um molho mais espesso, desligue o fogo. Espalhe todo o requeijão no fundo de um refratário. Em seguida, despeje o frango refogado e cubra tudo com a batata palha. Sirva em seguida para evitar que a batata amoleça.

### Ingredientes

- 1 kg de peito de frango cortado em cubinhos
- 1 cebola pequena picada
- 1 copo de requeijão cremoso
- 3 tomates maduros descascados
- 1 pimentão cortado em fatias finas
- 2 dentes de alho
- azeite para refogar
- batata palha
- sal e pimenta a gosto

## MOLHO DE CENOURA

### Modo de Preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Sirva sobre saladas verdes e frangos e peixes grelhados.

### Ingredientes

- 3/4 de xícara (chá) de vinagre de vinho branco
- 3/4 de azeite de oliva
- 1 colher (sopa) de óleo de milho
- 2 folhas de louro
- 3 cenouras raladas
- 4 colheres de sopa de cheiro verde
- 1 cebola

## CAMARÕES AO MOLHO DE QUEIJO

### Modo de Preparo

Tempere os camarões com sal e pimenta do reino. Coloque-os em um refratário redondo e fundo, respingado com água. Tampe e leve ao forno de microondas por 3 a 4 minutos em potência alta. Escorra os camarões e arrume-os no refratário redondo raso com bolinhas de manteiga. Regue com conhaque, salpique a cebola ralada e cubra tudo com creme de leite, misturando ao requeijão e à mostarda. Polvilhe com queijo ralado e um pouco de farinha de rosca. Leve ao forno de microondas por mais 4 a 5 minutos em potência alta. Sirva com arroz e vinho branco.

### Ingredientes

- 500 g de camarões grandes
- sal e pimenta do reino a gosto
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 lata de creme de leite
- 1/4 xícara (chá) de conhaque
- 3 colheres (sopa) de cebola ralada
- 1/2 copo de requeijão cremoso
- 1 colher (café) de mostarda
- farinha de rosca torrada

## MOLHO DE BRÓCOLIS

### Menezes

### Modo de Preparo

Bata no liquidificador todos os ingredientes com exceção do creme de leite. Coloque tudo em uma panela. Ponha o creme de leite e deixe reduzir. Sirva em saladas e frango.

### Ingredientes

- 1 buquê de brócolis cozido
- 1 colher (sopa) de manteiga aquecida
- 1 lata de creme de leite
- 2 dentes de alho
- 1 galinho de tomilho
- 2 colheres (sopa) de nozes

## PUDIM "QUERO UM POUCO MAIS"

### Modo de Preparo

Coloque todos os ingredientes no liquidificador, e bata bem. Coloque em fôrma de pudim caramelada e cozinhe em banho-maria por cerca de 40 minutos.

### Ingredientes

- 4 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 1/2 copo de leite
- 2 e 1/2 colheres (sopa) de maisena

## PATÊ CHILENO DE NOZES

### Modo de Preparo

Coloque as nozes no processador e triture utilizando a faca metálica. Adicione os demais ingredientes e bata. Coloque num recipiente e rodeie de palitos de cenoura, salsa, torradas e biscoitos salgados.

### Ingredientes

- 200 g de queijo gorgonzola picado
- 1 xícara (chá) de nozes
- 1 colher (sopa) de manteiga sem sal
- 1/2 lata de creme de leite com o soro
- 1 xícara (chá) de maionese
- 1 colher (sopa) de conhaque

## CAMARÃO AO MOLHO DE CREME DE LEITE

### Modo de Preparo

Deixe o camarão em tempero, com o suco de limão, sal e pimenta do reino a gosto, por aproximadamente 15 minutos. Coloque o camarão em água fervente para um rápido cozimento, até que fique al dente. Retire o camarão, escorra e reserve. Derreta a manteiga, colocando o creme de leite e os molhos de ketchup e mostarda, sem deixar ferver para não talhar. Aquecido o molho, coloque o camarão. Corrija com sal e pimenta, se necessário. Sirva com arroz branco e a salada de sua preferência. Recomendo mangas cortadas em cubos.

### Ingredientes

- 1 kg de camarões médios limpos
- 3 latas de creme de leite sem soro
- 1 pacote de manteiga
- molho ketchup
- molho de mostarda
- sal
- suco de limão
- pimenta do reino em pó

## MACARRONADA AO MOLHO BRANCO

Enviada por Yndaia Levin

### Modo de Preparo

Cozinhe o macarrão como preferir e escorra-o. Em uma panela derreta a manteiga e coloque a cebola picada em quadradinhos. Assim que a cebola dourar, derreta o caldo de galinha e mexa bem. Em fogo baixo, coloque a lata de creme de leite, misture até o ponto de creme e adicione a medida da lata de leite. Misture por 3 minutos. Em uma tigela, coloque o macarrão e cubra-o com o molho branco. Sirva quente, acompanhado de arroz branco.

### Ingredientes

- 1 kg de macarrão talharim
- 1 cebola
- 2 tabletes de caldo de galinha
- 1 lata de creme de leite a medida da lata de leite
- 1 tablete de margarina

## PEIXE SUPER-RÁPIDO

### Modo de Preparo

Bata no liquidificador o requeijão, o leite de coco e o molho de tomate. Arrume os filés numa assadeira e jogue a mistura por cima.

Asse em fogo médio por cerca de 40 minutos.

### Ingredientes

- 500 g de filé de peixe (pescada, merluza)

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- 1 copo de requeijão
- 1 vidro pequeno de leite de coco
- 1 lata de molho de tomate
- sal a gosto

## TORTA PUDIM DE MILHO

Modo de Preparo

PUDIM

Bata no liquidificador todos os ingredientes do pudim e reserve.

CALDA

Junte o açúcar, a água e 3 colheres (sopa) de vinagre de vinho branco. Leve ao fogo até ficar em ponto de calda grossa. Caramelize uma fôrma retangular e reserve.

MASSA

Bata a manteiga, as gemas e o açúcar até obter um creme fofo. Junte o fubá e o sal. Vá acrescentando devagar a farinha peneirada com o fermento, junte as claras em neve firme e mexa delicadamente. Despeje a massa na fôrma caramelada e sobre ela o pudim reservado. Leve ao forno e asse a 180°C por aproximadamente 1 hora. Desenforme com cuidado ainda quente, deixe esfriar e coloque na geladeira. Ingredientes

- 3 latas de milho verde
- 1 lata de leite condensado
- a medida da lata de leite
- 3 ovos
- 1 xícara (chá) de água
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de vinagre de vinho branco
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 200 g de manteiga
- 7 gemas
- 7 claras
- 1 pitada de sal
- 1 xícara de farinha de trigo
- 2 xícaras de fubá de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

## BOLO DE FAROFA

Modo de Preparo

RECHEIO

Mexer bem e colocar em uma panela, para cozinhar, até engrossar. Depois de desligar o fogo, juntar uma lata de creme de leite. Se desejar pode variar, colocando chocolate, nozes, ameixas (sem caroço), baunilha, etc. Feito isso, reservar.

MASSA

Misturar tudo sem amassar, até virar farofa. Por último, colocar 1 ovo inteiro e uma gema. Novamente misturar tudo, sem amassar, até virar farofa.

MONTAGEM

Colocar em uma forma desmontável, untada, metade da farofa (sem amassar), escoar o creme (recheio), cobrir com o restante da farofa. Assar até a farofa da cobertura ficar bem dourada. Deixar esfriar e abrir a forma. Conservar em geladeira dentro de um plástico ou recipiente fechado.

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 2 latas de creme de leite
- 2 colheres cheias de sopa de maisena
- 1 gema
- 400 g de farinha de trigo
- 1 colher de sopa (rasa) de fermento
- 1 xícara bem cheia de açúcar
- 100 g de margarina
- 1 colher (sopa) de manteiga cheia

## SPAGHETTI AO ALHO E ÓLEO

### Modo de Preparo

Coloque o macarrão para cozinhar em bastante água com um fio de óleo, acrescentando o sal à água somente após a fervura. Escorra e reserve. Em uma panela, coloque o óleo e o alho picados e aqueça em fogo baixo até o alho dourar. Coloque então o sal, a pimenta e a salsa, e mexa rapidamente. Misture o macarrão com o molho e sirva em seguida.

### Ingredientes

- 500g de macarrão italiano grano duro
- 7 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem
- 3 dentes de alho picados
- 1 colher (chá) de pimenta calabresa desidratada
- 1 colher (sopa) de salsa desidratada ou fresca
- 1 colher (chá) de sal

## FRICASSÊ DE FRANGO

### Modo de Preparo

Tempere o frango com sal, pimenta e metade do suco de limão. Derreta a manteiga e doure o frango junto com a cebola, a cenoura e o louro. Junte o cogumelo e o vinho e cozinhe em fogo baixo por 15 minutos. Em um recipiente separado, misture a gema com o creme-de-leite e o resto do suco de limão. Junte tudo e desligue o fogo. Não deixe ferver! Sirva com o mesmo vinho.

### Ingredientes

- 500g de filé de frango
- sal
- pimenta vermelha
- suco de 2 limões
- 1 folha de louro
- salsa picada
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 3 cebolas médias raladas
- 1 cenoura média cortada em rodela
- 250g de cogumelos
- 1 gema
- 1 xícara de creme-de-leite sem soro

## TORTA DE CEBOLA

### Modo de Preparo

Frite bem a cebola até dourar. Retire do fogo e junte os ovos batidos com o leite. Tempere com sal e pimenta. Espere esfriar. Forre uma fôrma com a massa podre, inclusive os lados. Despeje o recheio e leve ao forno quente por meia hora. Para fazer a massa, misture todos os ingredientes até ficar uma massa maleável e homogênea. Fure a massa podre com um garfo para não empelotar na hora de assar.

### Ingredientes

#### MASSA PODRE:

- 2 xícaras rasas de farinha de trigo
- 1/2 pacote de manteiga
- 1 gema de ovo
- 1 colher (chá) de sal
- 1/2 xícara de água

#### RECHEIO:

- 3 cebolas picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara (chá) de leite
- sal e pimenta-do-reino a gosto

## CAMARÃO NA MORANGA

**Daniel Bork (Culinarista)**

### **Ingredientes**

- 1 moranga média e madura
- sal e pimenta-do-reino (a gosto)
- 2 dentes de alho espremidos
- 1 kg de camarão miúdo
- suco de 2 limões
- 1 cebola grande ralada
- 1 xícara de coentro picado
- 1 colher (sopa) de amido de milho
- 1 xícara (chá) de leite
- 2 colheres (sopa) de catchup
- 1 xícara de purê de tomate
- 1 queijo catupiri
- camarões grandes para enfeitar

### **Modo de Preparo**

Lave a moranga por fora, corte a tampa e reserve. Limpe a moranga por dentro, tirando sementes e fiapos. Tempere por dentro com sal, pimenta-do-reino e alho.

Tempere o camarão com sal e limão. Refogue a cebola na margarina, junte o camarão e o coentro. Abaixar o fogo e deixe cozinhar por 10 minutos.

Dissolva o amido de milho no leite e acrescente ao refogado, mexa até engrossar. Junte o catchup e o purê de tomate, misture bem e reserve.

Vire a moranga de cabeça para baixo e retire toda a água que estiver dentro dela. Coloque uma camada de catupiri. Disponha o creme de camarões. Tampe a moranga e coloque em uma assadeira.

Leve ao forno médio (180° C), pré aquecido, até ficar macia. Retire do fogo e enfeite com os camarões grandes cozidos com casca. Sirva com arroz branco

## BUCCATINI ALLA TRAPANESE

**Ingredientes** - Para 5 pessoas. 500 g de massa Buccatini, 300 g de sardinhas frescas, 04 filés de alicia, 01 cebola, 50 g de uva passa, 100 g de nozes, 100 g de concentrado de tomate, 02 colheres de sopa de farinha de rosca, azeite de oliva, sal e pimenta do reino a gosto.

**Modo de preparar** - Numa frigideira, fritar rapidamente a cebola picada e, após, acrescentar as passas, as nozes picadas e o concentrado de tomate dissolvido em um copo de água. Apurar por 5 minutos. Adicionar as sardinhas cortadas em filés mais a alicia e cozinhar por 5 minutos.

Cozinhar a massa al dente e misturar ao molho. Acrescentar a farinha de rosca e a pimenta do reino e servir imediatamente.

## CANNELONI ALLA PARTENOPEA

**Ingredientes** - Para 6 pessoas - 500 g de Massa fresca para Cannelloni. 250 g Presunto Parma, 300 g Ricota Fresca, 300 g Mozzarella, 4 ovos cozidos picados, sal e pimenta do reino.

**Modo de preparar** - Amassar a ricota com um garfo, cortar a mozzarella e cubinhos, cortar o presunto em finas fatias, picar bem os ovos, acrescentar o sal e a pimenta do reino. Misturar bem e formar o recheio.

Rechear cada cannelloni e colocar num refratário junto com o molho de tomate de sua preferência, pulverizar com queijo ralado e levar ao forno por 15 minutos. Servir imediatamente.

## CANNELONI CON RICOTA E SPINACI

**Ingredientes** - 500 g de massa para caneloni, 400 g Ricota fresca, 100 g de Parmesão ralado, 1 maço de espinafre limpo, fervido e escorrido, 1 litro de molho Bechamel, óleo, sal e pimenta do reino a gosto.

**Modo de preparar** - Cozinhar os caneloni bem al dente, escorrer e reservar. Amassar a Ricota com um garfo, acrescentar metade do parmesão, o espinafre picado e um pouco de molho Bechamel para dar liga. Rechear os caneloni, colocar num refratário com uma camada de molho Bechamel no fundo e outra camada de Bechamel sobre a massa. Pulverizar com o restante do Parmesão mais a pimenta do reino e levar ao forno alto por 15 minutos para gratinar. A porção é para 6 pessoas.

## FETTUCCINE VERDE AL PROFUMO DI LIMONE

**Ingredientes:** 8 pessoas - Para a Massa: 1,0 kg de farinha de trigo, 07 ovos, 01 molho de espinafre, 01 pitada de sal e 01 fio d'óleo.

**Preparo da massa:** limpar as folhas do espinafre e dar uma rápida branqueada. Escorrer e passar no liquidificador junto com os ovos, sal e óleo. Acrescentar a farinha, misturar bem e amassar por 10 minutos. Deixar descansar por 30 minutos envolto num filme plástico dentro do refrigerador. Cortar em formato de fettuccine e deixar secar por alguns minutos.

**Preparo do molho:** 500 g gramas de presunto gordo, 200 g de nata fresca, 01 alho porro, 02 limões sicilianos, azeite de oliva, sal e pimenta do reino a gosto. Numa frigideira, aquecer o azeite e fritar a parte branca do alho porro, cortado em rodela bem finas. Adicionar o presunto cortado em tiras e fritar rapidamente. Acrescentar o sal e a pimenta do reino. Retirar do fogo e colocar a massa cozida al dente e pulverizar com a parte verde do alho porro bem picadinho e queijo parmesão a gosto.

## FUNGHI FRESCHI MARIANATI CON RUCOLAI

**Ingredientes** - 300 g de cogumelos frescos, suco de 01 limão, 01 pimenta vermelha picada, 02 dentes de alhos picados, azeite de oliva e sal a gosto, 01 molho de rúcola.

**Preparo** - Cortar os cogumelos em lâminas finas e deixar marinando por 1 hora com o suco do limão e um pouco de sal. Limpar e cortar grosseiramente as folhas da rúcola e reservar. Numa saladeira, colocar a rúcola, os cogumelos e temperar com alho, pimenta vermelhas, azeite de oliva e corrigir o sal. Misturar bem e servir com pão italiano, francês ou torradas.

## FUNGHI FRESCHI RIPIENI

**Ingredientes:** seis cogumelos gigantes; uma cebola picada; 100g de ricota fresca; 50g de farinha de rosca; 50g de queijo parmesão ralado; óleo, sal, salsa e alho.

**Preparo** - Limpamos os cogumelos, retiramos os seus caules e os RESERVAMOS. Numa frigideira aquecemos o óleo e fritamos os alhos com a cebola, sem deixar dourar. Acrescentamos os caules dos cogumelos picados e fritamos por três a quatro minutos. Salgamos, juntamos a salsa e a farinha de rosca, mexemos e retiramos do fogo. Adicionamos a ricota, misturando bem. Recheamos os cogumelos. Dispomos numa assadeira, pulverizamos com queijo ralado e levamos ao forno até gratinar. Servimos imediatamente, acompanhados de pão ou torradas.

## IL PEPERONE

O pimentão, originário da América, foi levado para a Europa pelos espanhóis, no século XVI. A sua utilização, na Itália, foi rapidamente difundida, tornando-se um produto tão comum quanto o pomodoro - também originário daquele continente. Em Nápoles, as pastas eram preparadas com pimentões, antes mesmo do sucesso do pomodoro. A receita mais famosa, na culinária italiana, com a utilização de pimentões é a PEPERONATA. Nela, são usados os de tipos vermelho e amarelo, produzindo um prato bem colorido e com muito perfume.

**Ingredientes** – dois pimentões vermelhos e dois amarelos; 100 mililitros de vinagre; duas colheres de sopa de açúcar; óleo de oliva e sal a gosto.

**Preparo** - Cortar os pimentões em pequenos retângulos e fritar numa frigideira com óleo de oliva por aproximadamente dez minutos. Salgar e acrescentar o vinagre e, após, o açúcar. Quando reduzir a metade de seu volume, retirar do fogo e servir como antipasto, de preferência frio, acompanhado de pão italiano ou torradas. Porção para seis pessoas.

## LOMBO DI MAIALE ALLE PRUGNE (AMEIXAS)

**Ingredientes** - 5 pessoas - 1,0 kg de lombo, 100 g de presunto cru, 150 g ameixas secas sem caroço, 50 g de manteiga, 01 cebola, 01 cálice vinho branco, 1/2 cálice vinagre, 02 colheres de azeite de oliva, sal e pimenta do reino.

**Modo de preparar** - colocar as ameixas numa tigela com água por 30 minutos. Numa frigideira de fundo largo, aquecer o azeite com a manteiga e fritar o lombo por todos os lados por 8 minutos. Acrescentar o vinho. Retirar o lombo da frigideira e levar ao forno por 50 minutos, a 180 graus. Enquanto isso, na mesma frigideira, colocar a cebola picada mais o presunto picado e fritar por 2 à 3 minutos. Acrescentar o vinagre e, após, as ameixas picadas e apurar em fogo baixo por 10 minutos. Retirar do fogo, adicionar 03 colheres de sopa do molho do lombo assado e passar no liquidificador, formando um molho denso. Fatiar o lombo e servir acompanhado com esse molho.

## PENNE CON SALSA DI PEPERONI ROSSI

**Ingredientes** - 5 pessoas - 500 g massa Penne Grano Duro, 500 g pimentão vermelho, 500 g polpa de tomate 02 dentes de alho picados, 01 pimenta vermelha picada, azeite, salsa picada, queijo ralado e sal a gosto.

**Modo de Preparar** - Assar e retirar a pele dos pimentões. Passar no liquidificador ou processador. Aquecer o azeite e fritar os alhos sem dourar. Acrescentar os pimentões mais a polpa de tomate, a pimenta e o sal. Apurar por 10 minutos, em fogo baixo. Cozinhar a massa al dente, escorrer e juntar o molho de pimentões. Misturar bem e pulverizar com a salsa picada e queijo parmesão ralado.

## INVOLTINI DI MANZO ALLE MELE (MAÇÃS)

**Ingredientes** - 6 pessoas - 06 bifés de carne bovina (150 g cada), 01 maçã, 100 g nozes, 01 dente de alho picado, farinha de rosca, canela em pó a gosto, salsa, pimenta do reino, 01 cálice de vinho branco óleo e sal a gosto.

**Modo de preparar** - Temperar os bifés com pimenta do reino e sal. - Cortar a maçã em formato de palito, picar o alho e as nozes, misturar a farinha de rosca mais a canela e rechear os bifés, enrolando e prendendo cada bife com dois palitos. Fritar numa frigideira com mistura de óleo mais manteiga. Acrescentar o vinho e quando o álcool evaporar servir acompanhado de ervilhas frescas.

## PASTA ALLA AMATRICIANA

Este nome é derivado da cidade de Amatrice, localizada na província de Rieti, na Região do Lazio. É um dos mais famosos e apreciados pratos de massa, não só na Itália, mas também em todo o mundo onde há imigrantes italianos. Antigamente, esse prato era preparado in Bianco, ou seja, sem tomate. Hoje, o tomate é utilizado na sua preparação, o que tornou o prato mais rico, colorido e saboroso, sendo um dos favoritos dos Romanos. Aliás, na Roma Antiga, os romanos valorizavam os habitantes de Amatrice por serem valentes gladiadores.

**Ingredientes** - 500g de Spaghetti ou Bucatini grano duro, 200g de bacon ou toucinho magro, uma cebola grande fatiada, um quilo de tomate sem pele e sem sementes, óleo de oliva, sal, pimenta vermelha e queijo pecorino ou parmesão.

**Modo de preparo** - Numa frigideira, fritar o bacon cortado em fatias finas e reservar. Retirar a gordura que se formou nessa frigideira, colocar um pouco de óleo de oliva e fritar a cebola sem dourar. Acrescentar os tomates e a pimenta vermelha, salgar e cozinhar por 10 minutos. Cozinhar a massa al dente, colocar o molho, o bacon reservado e pulverizar com o queijo escolhido. Rendimento: cinco pessoas.

## PESTO ALLA GENOVESE

### Il Basilico (Manjeriço)

O Basilico é uma planta originária da Índia, onde era conhecida como a Erva dos Deuses. Ela possui folhas de um verde brilhante e de aroma intenso.

É um dos principais ingredientes da cozinha italiana e mediterrânea. Os principais tipos são: o Basilico Genovese, utilizado na preparação do famoso Pesto, e o Basilico Napoletano, de aroma mais delicado, ideal para ser conservado.



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Quando usado fresco, deve ser cortado, mas não com a faca. O contato do metal com as folhas altera o seu sabor. Igualmente, quando for utilizado na culinária, deve ser adicionado no final da preparação dos pratos, para manter mais intenso o seu aroma.

## PESTO ALLA GENOVESE

Ingredientes: 02 molhos de Manjeriçã, 200ml de óleo extra virgem de oliva, 50g de Pinoli ou Nozes, 50g de Pecorino, 02 dentes de alho, sal a gosto.

### **Preparo:**

Colocar todos os ingredientes no copo do liquidificador e bater por alguns instantes na velocidade baixa.

OBS: Antigamente o Pesto era preparado manualmente com um pilão. Há outros tipos de Pesto com outros ingredientes, mas o mais famoso é o feito com Manjeriçã

## POMODORI RIPIENI CON BRUNOISE DI OLIVE NERE

**Ingredientes** - 6 pessoas - 01 tomate grande por pessoa, 02 azeitonas pretas por pessoa, 200g de ricota fresca, 300g de batatas já cozidas e espremidas, 150g de atum, salsa, pimenta do reino, queijo ralado e azeite de oliva.

**Modo de preparar** - Retirar a semente e a parte interna dos tomates e salgar. Preparo do recheio: misturar a ricota amassada, a batata, o atum, a salsa, a pimenta do reino e o azeite de oliva a gosto e rechear os tomates. Sobre cada tomate, acrescentar um pouco de queijo ralado mais uma azeitona inteira. Levar ao forno por 20-30 minutos e servir em pratos individuais, colocando um tomate recheado em cada prato guarnecido por uma azeitona cortada em cubos pequenos (Brunoise) mais um fio de azeite de oliva. Pode ser servido quente ou frio.

## RIGATONI ALLA ROMANESCA

**Ingredientes** - 500 g de Rigatoni Grano Duro, 200 g Cogumelos, 100 g Bacon, 200 g Presunto, 300 g de Creme de leite, 150 g de Ervilha fresca, 80 g de Queijo Parmesão ralado, 30 g de Manteiga, Azeite de Oliva e sal a gosto.

**Modo de preparar** - Numa frigideira de fundo largo, fritar o Bacon picado com um pouco de Azeite. Acrescentar os cogumelos, a manteiga e o presunto e fritar por 5 minutos. Juntar as ervilhas e no final do cozimento adicionar o Creme de leite e corrigir o sal. Cozinhar a massa al dente, misturar ao molho e colocar numa travessa, pulverizando queijo ralado. Se preferir, gratinar e servir imediatamente.

## RIGATONI CON GORGONZOLA, NOCI E MELE.

**Ingredientes** - 500 gramas de Rigatoni, 200 gramas de Gorgonzola, 300 gramas de creme de leite, 100 gramas de parmesão ralado, uma maçã Goldem - fatiada com casca, 100 gramas de nozes picadas, sal e pimenta do reino, manteiga para fritar a maçã. Rendimento: cinco pessoas.

**Modo de preparar** - Num recipiente onde será servido o Rigatoni, esmagar o Gorgonzola com um garfo e acrescentar o creme de leite. Fritar a maçã cortada em fatias com casca na manteiga e reservar. Cozinhar a massa al dente e despejar sobre o Gorgonzola. Adicionar as nozes, pulverizar com parmesão e misturar bem. Sobre a massa, acrescentamos as fatias da maçã. Servir imediatamente e...

## RISO ALLA CANAROLA

Piatto tipico dell'area del Delta del Po in provincia di Rovigo (Veneto). I raccoglitori di canna palustre (tutta la famiglia era impegnata nel lavoro) ponevano sul fuoco questa minestra e la trovavano pronta dopo alcune ore. Questa minestra, infatti, non ha bisogno di particolari attenzioni.

Ingredienti per 6-8 persone: Acqua 3 litri, Fagioli secchi gr. 500, Cipolla 1, Sedano gr. 90, Carota gr. 90, Riso gr. 600, Olio d'oliva gr. 40, Burro gr. 30, Conserva di pomodoro gr. 100, Sale e pepe Q.B.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Ammorbidire i fagioli per almeno 12 ore in acqua. Preparare successivamente il brodo di fagioli aggiungendo acqua, sedano, carota, cipolla e conserva di pomodoro per ultimo si aggiunge l'olio e il burro. Nella tradizione popolare si aggiungeva la parte terminale del prosciutto crudo privo della cotica. Si lascia sul fuoco la pentola per circa 2 o 3 ore. Quando i fagioli sono cotti se ne passa una parte. Il brodo ottenuto si mette a bollire un'altra volta e si aggiunge il riso fino a formare una piramide che fuoriesca dal brodo. Si attende qualche minuto, tenendo sempre il fuoco vivace si rimesta il tutto e si abbassa il fuoco il più possibile, si lascia scoperta la pentola e si aspettano 2/3 ore per la cottura rimestando di tanto in tanto il riso. Spegnerne quando il riso è ancora al dente. Va servito nel piatto con una abbondante grattugiata di pecorino.

### RISO ALLA NOVARESE

**Ingredientes** - 5 pessoas - 200 g de arroz arbóreo, 02 dentes de alho inteiros, 04 filés de Alice, suco de um limão, 30 g de alcaparras, 50 g de manteiga, tempero verde, sal e óleo de oliva.

**Modo de preparar** - Colocar água suficiente numa panela e, quando ferver, salgar e acrescentar o arroz como se fosse uma massa. Quando estiver al dente, escorrer e reservar. Numa frigideira aquecer a manteiga junto com o azeite de oliva e fritar os alhos sem dourar. Retirar os alhos e colocar os filezinhos de Alice mais as alcaparras. Deixar fritar por pouco tempo e adicionar o suco de limão. Retirar do fogo e acrescentar a salsa bem picada e misturar ao arroz já reservado e de preferência frio.

### RISOTTO ALLA BOLOGNESE

**Dicas para preparar um bom Risotto** - Cortar a cebola bem picada e fritar numa mistura de óleo e manteiga. Depois adicionar o arroz arbóreo e fritar por alguns minutos, a fim de que ele fique totalmente envolvido pela gordura. Acrescentar o vinho branco seco e deixar evaporar o álcool. Após, acrescentar o brodo aos poucos e mexer o arroz. Quando o brodo evaporar, repetir essa operação até o arroz ficar al dente. O brodo deve estar sempre fervente. Retirar do fogo e acrescentar a manteiga e o parmesão ralado. Deixar o risotto repousar por um ou dois minutos com a panela tampada, antes de servi-lo.

É aconselhável usar uma panela de fundo largo para um melhor cozimento e para facilitar a mantecatura do risotto.

### RISOTTO ALLA BOLOGNESE

**INGREDIENTES** - 400g de arroz arbóreo; 100g de pancetta picada; 100g de presunto cru picado; 80g de manteiga; 80g de parmesão ralado; 1,5 l de brodo; 200g de molho bolognese; 01 tartufo médio cortado em lâminas finas; óleo de oliva e sal a gosto.

**MODO DE PREPARO** - Conforme as dicas apresentadas acima.

### RISOTTO ALLA MILANESE

**Il Risotto** - É um prato típico do norte da Itália, principalmente do PIEMONTE e da LOMBARDIA. Na sua elaboração, são utilizados principalmente dois tipos de arroz - ARBORIO e CARNAROLI, que possuem uma alta concentração de amido. O nome Risotto é originário do dialeto Lombardo-Piemontês e significa ZUPPA ASCIUTTA. A característica do Risotto italiano é ter uma consistência molhada, apesar dos grãos permanecerem al dente. Para isso, na hora da preparação, o arroz não deve ser lavado, a fim de que não haja uma redução do amido. Os restaurantes no Brasil, de uma maneira equivocada, chamam de "risoto" os pratos preparados com arroz e frango, arroz e frutos do mar, etc. Na verdade, o correto seria denominar esses pratos como "arroz com frango", "arroz com frutos do mar", mas nunca risoto.

Entre os risotti italiani mais famosos podemos citar: RISOTTO ALLA MILANESE, RISOTTO CON FUNGHI, RISOTTO AI QUATTRO FORMAGGI e RISOTTO AL RADICCHIO DI TREVISO. O Risotto mais antigo é o Alla Milanese que surgiu na cidade de Milano em 1574, na festa de casamento de um pintor dos vitreux do D'uomo di Milano, quando o arroz já era símbolo de felicidade para os noivos.

### RISOTTO ALLA MILANESE

**INGREDIENTES** - 400 g de Arroz Arbóreo, 80 gramas de manteiga, 70 gramas de parmesão, 1,5 litros de brodo, 01

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

cebola pequena picada, 2 gramas de açafrão, um cálice de vinho branco seco, azeite de oliva a gosto e sal a gosto.  
**PREPARO** - Numa panela de fundo largo, aquecer o azeite com metade da manteiga e fritar a cebola, tendo o cuidado de não deixar escurecer. Acrescentar o arroz, salgar e fritar por alguns minutos. Adicionar o vinho e, após o álcool evaporar, o brodo (caldo) fervente até cobrir a superfície do arroz, mexendo sempre. Acrescentar o açafrão dissolvido em um pouco de água e adicionar mais brodo, repetindo essa operação até o arroz ficar al dente. Retirar do fogo e pôr o restante da manteiga e o parmesão. Mexer bem e deixar repousar, durante um ou dois minutos, antes de servir.  
**OBS.:** A antiga receita desse risotto utilizava 20 gramas de miolos bovinos, mas como hoje é um ingrediente difícil de ser adquirido, a mesma quantidade foi substituída por manteiga. O miolo era adicionado junto com a cebola, no início da sua preparação. Na próxima edição, enfocaremos quais são os segredos de um RISOTTO VERAMENTE ITALIANO.

### SOTTO FILETTO ALLA DIAVOLLA

**Ingredientes** - Para 4 pessoas. 01 contra filé de 150 g para cada pessoa, 50 g de manteiga, 100 ml de vinho Marsala, 02 colheres de sopa de pimenta do reino triturada, 300 g de Creme de leite, conhaque para flambar a carne.

**Modo de preparar** - Salgar os filés e temperar com uma boa quantidade de pimenta do reino. Fritar na manteiga, flambar e reservar quente. Acrescentar o vinho Marsala nessa frigideira e quando reduzir a metade, acrescentar o creme de leite. Misturar por 30 segundos e servir sobre a carne ainda quente.

Decorar com mais pimenta do reino em grãos.

### SPAGHETTI ALLA SIRACUSANA

**Ingredientes** - 05 pessoas - 500 g Spaghetti grano duro, 1,0 kg tomate maduro, 02 pimentões vermelhos, 02 berinjelas, 100 g azeitonas pretas, 30 g alcaparras, 02 dentes de alho, folhas de manjeriço, azeite de oliva, 100 g de alice e pimenta do reino.

**Modo de Preparar** - Cortar as berinjelas em cubos pequenos com a casca, salgar e deixar em repouso por 30 minutos. Picar os filés de alice junto com as alcaparras e azeitonas. Reservar. Numa frigideira de fundo largo, aquecer o azeite de oliva e fritar os alhos inteiros. Acrescentar as berinjelas escorridas, os pimentões picados e fritar por 5 minutos. Adicionar os tomates picados e apurar por mais 10 minutos. No final, acrescentar alice, azeitonas, alcaparras. Misturar bem e, após dois minutos, retirar do fogo e adicionar as folhas de manjeriço. Cozinhar a massa al dente, escorrer e misturar com o molho alla siracusana.

### SPAGHETTI CON SALSA AGLI ASPARGI

**Ingredientes** - 5 pessoas - 500 g Spaghetti grano duro, 400 g Aspargos, 500 g de tomates maduros, 50 g queijo parmesão ralado, azeite de oliva, pimenta do reino, salsa picada e sal a gosto.

**Modo de preparar** - Bater os aspargos - se forem em conserva - no liquidificador, com o azeite de oliva. Reservar. Retirar a pele e as sementes dos tomates e cortar em pequenos cubos. Colocar num recipiente, salgar e acrescentar azeite de oliva a gosto. Reservar. Cozinhar a massa al dente, escorrer e colocar num recipiente, misturando o creme de aspargo mais os tomates, a pimenta do reino, o queijo ralado e a salsa picada. Servir imediatamente.

### SPAGHETTI CON TONNO

Esta receita foi solicitado pelo Sr. Paulo Chagas, do Estado do MATO GROSSO, que recebe o ORIUNDI. Mandou e-mail elogiando a receita de RISTTO AO PROFUMO DI GAMBERETI e solicitou uma receita com peixe.

**Ingredientes:** Para 5 pessoas - 500 g de Spaghetti grano duro, 1,0 Kg de Atum fresco, 300 g de tomate pelati, 1 cebola picada, salsa picada, óleo de oliva e sal a gosto.

**Modo de preparar:** Cortar o atum em cubos e fritar em óleo. Reservar. Numa panela de fundo largo, fritar a cebola e acrescentar os tomates pelados, cortados em pedaços junto com o seu sugo mais a mesma quantidade de água quente e apurar por 10 minutos. Acrescentar o atum já frito, corrigir o sal e retirar do fogo. Adicionar a salsa picada

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

e misturar ao Spaghetti cozido al dente. Mexer bem e servir em pratos individuais, pulverizando mais salsa. Obs.: Não se usa queijo parmesão.

## ZUPPA DI CAPPELETTI ALL VENETO

Receita da verdadeira sopa de capeleti da região vêneta, considerando-se Rovigo e região.

Para um pacote de 500g de cappelletti de carne ou frango. Compre aquele que for de seu agrado, desde que de boa procedência.

**Ingredientes** - 3 litros de água filtrada. Uma xícara de café com água com uma colherinha de café de farinha de trigo ou maizena, bem misturadas), bom queijo parmesão ralado mais grosso. Uma colher de chá de tempero sal com alho. Duas folhas de louro inteiras. Uma raspadinha de noz moscada. Meio tablete de caldo de galinha ou caldo de carne, conforme for o cappelletti. Duas colheres de óleo (soja, girassol), uma colher de café de Sal, uma cebola média branca bem picadinha, meio tomate bem picadinho, meia xícara de café de salsinha picada, idem de cebolinha picada, uma colher de chá de ervas de provence, e outra de manjeriço, ambos hidratados e boa qualidade. Meia xícara de café de azeite extra virgem.

**Modo de preparar** - Numa panela maior, coloque o óleo para esquentar. Quente, jogue o tempero, mais o sal e frite-os sem queimar. Agora, fogo médio. Jogue a cebola e o tomate, mexa bem. Jogue a rapadinha da noz moscada e mexa bem. Esta mistura deve estar ainda meio úmida, pois não será bom deixar que ela fique escura ou seca. Adicione água e volte para o fogo alto, deixando-a ferver. Quando estiver fervendo, de novo fogo médio. Coloque o caldo de galinha ou carne. Mexa bem Coloque os cappellettis, o azeite e as folhas de louro. Coloque a água com maizena ou farinha de trigo. Coloque as ervas e manjeriço. Deixe ferver por menos 5 minutos do tempo citado na embalagem, veja as instruções da embalagem da massa (desconsidere algo em torno de 3 a 5 minutos). Ex: embalagem diz: ferva por 20' - ferva somente 15' ou 18'. Após este tempo, jogue as cebolinhas e as salsinhas picadas.

Dependendo da qualidade da massa, o caldo poderá ficar menos denso ou mais denso.

Caso fique menos denso (muito ralo), pode desprezar um pouco dele, antes de servir o prato.

Sirva bem quente em pequenas tigelas, adicione queijo parmesão ralado a gosto e sirva-se com torradas ligeiramente amanteigadas. Vinho à sua escolha.

## ALMÔNDEGAS:

Ingredientes: Carne moída (suficiente para o número de pessoas a serem servidas); 1 ovo; 1 cebola (batidinha); Salsa; 1 colher, das de sopa, de queijo parmesão ralado; Sal; Pimenta-do-reino; 1 pitada de noz-moscada ralada; Farinha-de-trigo; Óleo; Tomates (sem pele); Água.

Modo de Preparo: Junte a carne moída, um ovo, uma cebola batidinha, salsa picadinha, a colher de queijo parmesão ralado, sal, pimenta-do-reino, uma pitada de nóz-moscada ralada e um punhado de farinha de trigo. Misture tudo muito bem e prove de sal. Faça bolas de tamanho regular e passe-as levemente em farinha de trigo (se a massa ficar demasiadamente mole, junte-lhe mais farinha de trigo). Frite em bastante óleo quente, até que fiquem douradas, retirando-as então para uma peneira.

Faça, à parte, um refogado com óleo, cebola, sal, tomates sem pele e um pouco de purê de tomate. Adicione água e, assim que o molho ferver, deite nele as almôndegas fritas e abafe, para que elas cozinhem por dentro e para que o molho engrosse. Sirva-as bem quentes.

## ARROZ À PIEMONTESA:

Ingredientes: 3 xícaras de arroz cru; 3 litros de caldo de carne ou de galinha; 1 lata pequena de champignons; 2 copos de vinho branco seco; 1 cebola grande batidinha; 2 dentes de alho socados; 200 gr de manteiga; Queijo parmesão ralado; 250 gr de creme de leite fresco; Sal; Pimenta-do-reino branca.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Modo de Preparo: Doure a cebola e o alho em 100 gr de manteiga, junte o arroz cru e, sem lavar, frite bem e adicione a água dos champignons e o vinho. Tampe e deixe ferver em fogo brando até a evaporação do líquido. Feito isso, adicione caldo de carne ou de galinha até cobrir o arroz. Tempere com a pimenta-do-reino branca e deixe cozinhar normalmente. Após uns 10 minutos de cozimento, junte os champignons em lâminas e vá acrescentando o caldo e mexendo, até que o arroz cozinhe, ao dente, e fique bem ligado. Isto pronto, adicione o restante da manteiga, o creme de leite e boa porção de queijo ralado. Torne a provar o sal, misture rapidamente, retire do fogo e sirva, em seguida, com escalopinhos ou rosbife.

Nota: Por ser impossível calcular o caldo necessário ao cozimento do arroz, indicamos sempre quantidade maior para evitar problemas.

### ARROZ DE BRAGA:

Ingredientes: 1 frango; Sal; Alho; Gordura; 100 gr de toucinho; Cebola; Tomates; 1/2 kg de arroz; Linguíça portuguesa; Repolho; Cheiro verde; 1 lata de petits-pois (ou milho verde).

Modo de Preparo: Limpe o frango, parta-o pelas juntas, tempere com sal, com alho e leve-o a refogar em gordura e com os toucinhos partido em pedacinhos. Quando os pedaços de frango estiverem dourados, junte-lhes cebola batidinha, tomates, arroz e alguns pedaços de linguíça portuguesa. Deixe refogar mais um pouco.

Junte algumas folhas de repolho inteiras e água que cubra tudo muito bem, ficando acima dos ingredientes uns quatro dedos. Junte cheiro verde de deixe cozinhar em fogo não muito forte. Quando o arroz estiver cozido, junte-lhes os petits-pois (ou milho verde) de uma lata (escorra a água) e deixe mais um pouco no fogo bem brando, mas não o deixe secar, porque este arroz deve ser servido com um pouco de caldo, isto é, deve ficar o que chamamos arroz mole.

Se for feito em panela de pedra, o que é preferível, leve-o à mesa na própria panela. Para quem gosta, aconselha-se colocar por cima deste arroz um pouco de queijo parmesão ralado.

Esta receita é para 4 ou 5 pessoas.

### ARROZ DE CARRETEIRO:

Ingredientes: 2 xícaras de arroz; 4 xícaras de charque picadinho (ponha de molho por 1 dia); 2 colheres, das de sopa, cheia de gordura; 1 cebola; 2 dentes de alho; 1 folha de louro; Sal.

Modo de Preparo: Frite o charque na gordura até dourar e vá pingando água em quantidade necessária para cozinhar. Quando a carne estiver cozida e só na gordura (o molho deve ser absorvido), junte o louro, o arroz, o alho socado e a cebola batidinha. Frite tudo muito bem, cubra com água, tempere com sal, se necessário, e deixe cozinhar normalmente. Sirva em seguida.

### BAIÃO-DE-DOIS:

Ingredientes: 300 gr de lombo de porco salgado em pedaços; 1/2 kg de carne-seca em pedaços; 3 xícaras de feijão mulatinho; 4 paios em rodelas finas; 4 lingüiças de porco em rodelas finas; 200 gr de toucinho picado; 3 xícaras de arroz; 4 cebolas picadas; 4 dentes de alho espremidos; Sal, 1 maço de cheiro-verde picado; Cominho; 1/2 xícara de óleo; 250 gr de queijo-de-minas em pedaços; 250 gr de torresmo.

Para a Farofa: 3 cebolas picadas; 1/2 a 3/4 de xícara de manteiga; 6 bananas em pedaços; Farinha de mandioca; Sal; Pimenta-do-reino.

Modo de Preparo: Deixe a carne-seca e o lombo de molho na véspera. Escolha o feijão mulatinho e lave-o bem. Cozinhe junto com a carne-seca, o lombo, o paio, a lingüiça e o toucinho com água suficiente para cobri-lo. Depois de cerca de 40 minutos, junte o arroz.

Refogue a cebola, o alho, o sal, o cheiro-verde picado e o cominho no óleo.

Junte o refogado à mistura de arroz e feijão. Misture. Tampe a panela e deixe no fogo por mais 30 minutos. Adicione água fervente sempre que necessário. Acrescente o queijo-de-minas.

Da Farofa: Frite a cebola na manteiga. Junte a banana e refogue por alguns minutos.

Acrescente a farinha de mandioca. Mexa por mais alguns minutos. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Sirva o baião-de-dois com torresmo.

Nota: Esta receita tem rendimento para 12 a 15 pessoas.

### BATATAS AO FORNO:

Ingredientes: 2 kg de batatas; 200 gr de mussarela em fatias; 100 gr de queijo parmesão ralado; 100 gr de manteiga ou margarina; 1 copo de creme de leite; 1 copo de leite; 2 folhas de sálvia; Sal; Pimenta-do-reino.

Modo de Preparo: Lave e descasque as batatas, corte-as em fatias redondas da mesma espessura. Unte um pirex com manteiga ou margarina. Derreta a manteiga ou a margarina restante numa frigideira, com as folhas de sálvia. Arrume as batatas no pirex, colocando uma camada de batatas em círculo, de modo que cada fatia cubra a metade da outra. Polvilhe com sal e pimenta, regue com um pouco de manteiga derretida e cubra com uma camada de fatias de mussarela. Faça outra camada de batatas, mais um pouco de manteiga, outras fatias de mussarela, até que terminem as batatas e a mussarela. Despeje por cima o leite e o creme de leite, que servirão para cozinhar as batatas e dar-lhes delicado sabor.

Polvilhe o prato com parmesão ralado e leve ao forno por 50 minutos. Depois que estiver pronto, haverá uma crosta dourada à superfície. Sirva bem quente.

Essas batatas acompanham bem qualquer prato de carne ou peixe, assados ou grelhados.

Essa receita é para 8 pessoas.

### BATATA RECHEADA:

Ingredientes: Batatas Grandes; Sal; Queijo Parmezão; Manteiga; Bacon.

Modo de Preparo: Pegue algumas batatas grandes e cozinhe-as, cortadas ao meio, em água com sal, mas tendo o cuidado de não deixar amolecer demais. Depois de cozidas, escorra com cuidado e "cave" o meio de cada parte de modo que possa conter o recheio.

Faça à parte um mistura da massa retirada do centro das batatas e amasse-a

bem. Coloque queijo parmesão e manteiga. Volte a colocar esse purezinho na batata. Junte as duas partes com uma tira de bacon. Leve ao forno para dourar. É deliciosa.

### BATATAS ROESTI:

Ingredientes: 800 gr de batata; 50 gr de bacon (sem ser fatiado); 1 colher, das de sopa, de banha de porco; Sal.

Modo de Preparo: De véspera: cozinhe as batatas com casca, escorra, deixe esfriar e guarde na geladeira. Na hora de usar, descasque e rale na parte grossa do ralador. Na frigideira de ferro, coloque a banha de porco e o bacon cortado em cubos pequenos. Deixe dourar e coloque a batata ralada por cima, apertando e igualando a superfície. Tempere com sal. Deixe dourar e vire, com uma travessa rasa. Doure o outro lado. Rendimento: 4 porções

### BERINJELAS RECHEADAS:

Ingredientes: 4 berinjelas médias; 4 tomates maduros; 1 cebola pequena; 1 colher, das de sopa, de salsa picada; 1 dente de alho; 1 pãozinho; leite; 75 gr de queijo parmesão ralado; 1 ovo; óleo; Pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Depois de lavar as berinjelas e cortar-lhes as pontas, corte-as ao meio no sentido do comprimento. Polvilhe com sal e deixe sobre uma grelha ou peneira com a parte branca virada para baixo, durante 1 hora mais ou menos. Depois, enxugue-as e leve ao fogo numa frigideira com um pouco de óleo quente, apenas para que a poupa fique mais mole. Escorra-as e, com uma colher, retire a polpa de cada berinjela. Pique bem essas polpas e misture com a salsa picada, o alho socado e a cebola ralada ou picada. Refogue tudo isso numa panela com algumas colheres, das de sopa, de óleo durante alguns minutos. Depois despeje numa tigela e junte o miolo do pãozinho, amolecido no leite, os tomates sem pele nem sementes bem picados, o queijo parmesão ralado e o ovo. Tempere com sal e pimenta. Distribua esse recheio nas meias berinjelas. Arrume-as numa fôrma refratária. Regue com óleo e leve ao forno até completarem o cozimento.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### BERINJELAS À PARMEGIANA:

Ingredientes: 5 berinjelas; 50 gr de queijo parmesão ralado; 20 gr de manteiga ou margarina; 400 gr de queijo mussarela; 600 gr de tomates; 1 cebola pequena; 1 cenoura; 1 talo de salsa; 1 pitada de orégão; Salsa picada; Óleo; Pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Descasque as berinjelas e corte-as em fatias no sentido do comprimento.

Coloque sobre uma peneira, polvilhe com sal e deixe durante 1 hora.

Pique em pedacinhos bem miúdos a cenoura, salsa e cebola. Refogue-os, juntamente com a salsa, na manteiga ou margarina e 2 colheres, das de sopa, de óleo. Acrescente os tomates sem sementes, cortados em pedaços. Tempere com sal, pimenta e deixe cozinhar em fogo lento durante 1/2 hora. Mexa frequentemente, até que fique um molho bem denso. Enxugue as fatias de berinjelas e frite-as em óleo quente. Escorra. Espalhe um pouco de molho no fundo de uma fôrma refratária. Arrume por cima uma camada de berinjelas fritas, uma camada de mussarela e polvilhe com orégano; torne a colocar um pouco de molho e polvilhe com parmesão. Repita até que terminem os ingredientes. Asse por 20 minutos.

#### BIFE À PARMIGIANA:

Ingredientes: 6 bifes médios de alcatra ou contrafilé; Sal; 2 ovos; Farinha de rosca; 1 tablete de caldo de carne; Óleo; 6 fatias de presunto; 6 fatias de mozzarella; Puro purê de tomate; Orégano.

Modo de Preparo: Bata um pouco os bifes, tempere com sal e reserve. Bata os ovos, tempere com sal a gosto. Passe os bifes na farinha de rosca, pelos ovos batidos e novamente pela farinha de rosca. Frite-os em óleo quente, até que fiquem igualmente dourados. Arrume os bifes em um prato refratário, cubra cada um com uma fatia de presunto e sobre esta coloque uma fatia de mozzarella.

Leve 1/2 lata de puro purê de tomates ao fogo, junte 1/2 xícara, das de chá, de água e um tablete de caldo de carne. Deixe ferver um pouco. Cubra os bifes com o molho e polvilhe com orégano. Leve ao forno por 7 minutos, retire e sirva imediatamente com batatinhas fritas.

#### BOBÓ DE CAMARÃO:

Ingredientes: 1 1/2 kg de camarões médios e frescos; 2 côcos grandes; 1 1/2 kg de aipim; 1 1/2 kg de tomate; 1 pimentão vermelho; 1/2 folha de louro; Azeite-de-dendê e de oliva; 1 amarrado de salsa, cebolinha verde e coentro; Sal; Alho; Cebola; Limão; Pimentas.

Modo de Preparo:

Primeira Etapa: Limpe os camarões e tempere com sal, limão e pimentas a gosto. Deixe epousar por uma hora. Rale os côcos e extraia todo o leite grosso. Deite, sobre o bagaço, quatro copos de água fervente e retire, em seguida, o leite fino.

Reserve, em separado, os leites grosso e fino. Passe pelo liquidificador os tomates, o pimentão e um copo de água. Coe e reserve.

Segunda Etapa: Descasque o aipim, corte em pequenos pedaços e ponha em uma panela. Junte o leite fino do côco, dois copos de água, uma cebola picadinha e o louro.

Tempere com sal e leve ao fogo, para cozinhar, até que o aipim se desfaça.

Retire e passe por peneira fina.

Terceira Etapa: Faça um bom refogado com três quartos de xícara de azeite de oliva, duas cebolas raladas, um dente de alho socado, os camarões e um amarrado de cheiro verde. Junte o tomate e deixa ferver em fogo brando por alguns minutos.

Prove os temperos e, assim que os camarões estiverem cozidos e o molho grosso, retire do fogo (separe os cheiros verdes).

Quarta Etapa: Em uma panela, junte a manteiga e o refogado de camarões. Deite o leite grosso do côco, prove os temperos e leve ao fogo, mexendo sempre, até obter um creme de consistência regular e saborosa. Adicione azeite-de-dendê a gosto; misture rapidamente, retire e sirva em seguida.

Acompanhe com arroz com angu de creme de arroz.

### **BOLINHOS DE ARROZ:**

Ingredientes: 3 xícaras, das de chá, de sobras de arroz; 1 colher, das de sopa, de queijo parmesão ralado; 2 ovos; Sal; Pimenta-do-reino; 1 colherinha, das de chá, de fermento em pó; Farinha de trigo; Óleo.

Modo de Preparo: Passe o arroz na máquina de moer carne. Junte os ovos, queijo ralado, sal, pimenta-do-reino, fermento e farinha de trigo suficiente, para formar uma massa mole.

Pingue os bolinhos, às colheradas, numa frigideira com óleo bem quente.

### **CALZONE:**

Ingredientes: 1/2 kg de farinha de trigo (mais ou menos); 3 colheres de óleo; 1 ovo; 1 colher de fermento fleichmann; 1 1/2 xícara, das de café, de água morna; Sal.

Modo de Preparo: Coloque o fermento na água morna, deixe dissolver. Coloque em seguida o sal, óleo, ovo, misture e coloque a farinha até a massa soltar das mãos. Deixe descansar 30 minutos. Abra a massa com o rolo de pastel e o recheio fica a gosto. Pode ser de sardinha ou mussarela com rodela de tomate e cebolas, enfim, com que preferir. Dobrar ao meio com o recheio dentro, apertando as pontas ou enrolar como rocambole. Pincele com gema. Coloque num tabuleiro untado com azeite e leve ao forno.

### **CAMARÃO COM CATUPIRI:**

Ingredientes: 2 kg de camarão; 1 lata de palmito; 1 queijo catupiri grande; 1/2 xícara, das de chá, de leite; 1 colher, das de sopa, de claybom; 4 tomates grandes batidos no liquidificador; 1 colher, das de sopa, de óleo; 1 colher, das de sopa, de cebola picadinha; Salsa e cebolinha; Pimenta vermelha e pimenta-do-reino; Sal; Limão; Maisena.

Modo de Preparo: Limpe os camarões, leve com água e limão. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Refogue a cebola picada no óleo e claybom misturados. Junte os camarões, os temperos e abafe. Quando ferver, acrescente o suco de tomate e deixe no fogo uns quinze minutos. Acrescente o palmito cozido. Engrosse com uma colherinha, das de chá, de maisena dissolvida no leite. Forne um pirex com o queijo catupiri, espalhando-o bem, como se estivesse forrando uma fôrma com massa. Sobre o catupiri, coloque o recheio de palmito e camarão. Polvilhe com bastante parmesão ralado e leve ao forno quente.

### **CAMARÃO ESPECIAL AO VINAGRETE:**

Ingredientes: 1 kg de camarões grandes, limpos e cozidos em água e sal; 1 xícara de tomates picadinhos, sem pele e sem sementes; 1 pimentão vermelho picadinho, sem sementes; 1 cebola batidinha; 1 a 2 talos de aipo picadinhos; 1 maçã ácida picadinha; 1/2 xícara, das de café, de suco de limão; 1/2 xícara, das de café, de vinagre de uva; 1/2 xícara, das de café, de água; 100 gr de azeitonas verdes ou pretas, bem grandes; Sal; Molho inglês; Pimenta a gosto; 1 colher, das de chá, de mostarda em pasta; 2 colheres, das de sopa, de salsa e cebolinhas picadinhas; Alface.

Modo de Preparo:

Primeira Etapa: Molho - Misture o suco de limão com a mostarda, o vinagre e a água. Prove para sentir se está muito forte e tempere com sal e molho inglês a gosto. Junte, então, a cebola, o aipo, o tomate, a maçã, o pimentão e os cheiros verdes. Misture tudo com cuidado.

Segunda Etapa: Arrume os camarões e as azeitonas em um pirex retangular ou em uma saladeira e cubra com molho. Deixe repousar por meia hora, na geladeira, e depois sirva.

Nota: Se não houver problema do uso de gordura, junte ao molho, na hora de servir, um fio de óleo de soja, milho ou azeite.



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### CARNE ASSADA:

Ingredientes: 1 kg de lagarto redondo; Vinha-d'alhos (feito com vinagre, sal, pimenta-do-reino, alho e louro); Bacon; Cenoura; Pimentão; Óleo; Farinha de trigo.

Modo de Preparo: Prepare a vinha-d'alhos com vinagre, sal, pimenta-do-reino, alho socado e louro.

Limpe e lave a carne. Fure-a com um espeto e, nos furos, introduza tiras de bacon, cenoura e pimentão. Deixe a carne por algumas horas de molho na vinha-d'alhos. Tire da vinha-d'alhos e toste-a no óleo bem quente. Depois de tostada, ponha numa panela com a vinha-d'alhos em que esteve e meio copo d'água. Deixe cozinhar lentamente, pingando água de quando em quando, até a carne ficar macia. Depois tire a carne, cõe o molho e engrosse-o com um pouco de farinha de trigo torrada.

#### CARPACCIO DE CARNE:

Ingredientes:

Com Molho Italiano:

1/2 kg de contrafilé bem limpo (sem nervos e sem gorduras); 3 gemas; 1 colher, das de sopa, de suco de limão; 1 1/2 xícara, das de sopa, de azeite de oliva; 2 colheres, das de chá, de mostarda em pó, do tipo inglês; 2 colheres, das de chá, de molho inglês; 6 colheres, das de sopa, de brodo (ou caldo de carne); 1/2 colher, das de chá, de sal; Pimenta-do-reino preta, moída na hora, a gosto.

Com Molho Parmesão:

1/2 kg de contrafilé bem limpo (sem nervos e sem gorduras); Sal e pimenta-do-reino preta a gosto; 1 colher, das de sopa, de suco de limão; 4 colheres, das de sopa, de azeite; 4 filés de anchova de salgados (allicci); 60 alcaparras dessalgadas; 8 colheres, das de sopa, de parmesão ralado grosso (em lascas).

Modo de Preparo:

Com Molho Italiano: Congele o contrafilé bem limpo. Corte, com faca elétrica, em fatias bem finas. O ideal é cortar na máquina de cortar frios. Pode-se também cortar as fatias finas do contrafilé sem congelar. Depois, coloque cada fatia entre 2 folhas de papel celofane e vá batendo bem devagar para afiná-la.

Agora, prepare o molho, tipo maionese, o qual poderá ser feito com batedor normal ou elétrico. Numa tigela, ponha as gemas e principie a bater. Acrescente o suco de limão e vá colocando aos poucos o azeite, bem devagar, quase gota a gota. Quando já estiver consistente, junte a mostarda, o molho inglês e o brodo, batendo sempre. Tempere com sal e pimenta. Disponha o carpaccio no prato e sobre o mesmo disponha o molho fazendo tirinhas no formato de losangos.

Com Molho Parmesão: Congele o contrafilé bem limpo. Corte, com faca elétrica, em fatias bem finas. O ideal é cortar na máquina de cortar frios. Pode-se também cortar as fatias finas do contrafilé sem congelar. Depois, coloque cada fatia entre 2 folhas de papel celofane e vá batendo bem devagar para afiná-la. Disponha as fatias de carpaccio em 4 pratos. Dissolva o sal e a pimenta no suco de limão e junte azeite, batendo com garfo. Tempere as fatias de carpaccio com esse molho, dispondo-o sobre a carne com o dorso de uma colher de sopa, para distribuí-lo melhor. Pique bem os filés de anchova e espalhe pelos pratos. Distribua também as alcaparras e, finalmente, as lascas de parmesão.

#### COELHO DE CAÇAROLA:

Ingredientes: 1 coelho de 1 1/4 kg, aproximadamente; 300 gr de tomates sem pele nem sementes; 50 gr de manteiga ou margarina; Óleo; 1 maço de salsa; 1 cebola pequena; 1 cenoura; 2 cravos; 2 copos de vinho tinto; 1 folha de louro; Sal; Pimenta-do-reino; Salsão.

Modo de Preparo: Limpe, lave bem e corte o coelho em pedaços. Deixe-o macerar durante, pelo menos, 1 hora numa tigela com o vinho, o louro e os cravos. Lave e pique bem a salsa, a cebola, a cenoura e o salsão. Deixe dourar numa panela com a manteiga ou margarina e 1 colher, das de sopa, de óleo. Depois de 10 minutos junte os tomates picados e os pedaços de coelho, bem escorridos. Tempere com sal e pimenta. Tampe a panela e deixe cozinhando em fogo moderado durante 45 minutos. Se o molho secar muito, adicione um pouco de água quente ou caldo.

Esta receita tem rendimento para 4 pessoas.

### CHARUTINHO DE FOLHA DE UVA:

Ingredientes: 1/2 kg de músculo magro; 1 cebola média cortada em rodelas; 1 dente de alho; 2 colheres, das de sopa, de manteiga; Sal e pimenta síria (ver abaixo), a gosto; 1 xícara de chá de arroz escolhido, lavado e escorrido; 300 gr de patinho moído; 40 folhas de uva, novas e tenras; 2 tomates cortados em rodelas; 1 limão.

Preparo da Pimenta Síria: 50 gr de pimenta-do-reino preta moída na hora; 20 gr de pimenta-do-reino branca moída na hora; 20 gr de canela em pó.

Misture tudo e guarde para ir usando à medida da necessidade.

Modo de Preparo: Prepare o recheio. Primeiro, faça o caldo. Coloque em uma panela o músculo, a cebola, o alho, uma das colheres de manteiga, sal e pimenta. Cubra com água (mais ou menos 2 litros) e leve ao fogo brando por 2 horas. Coe o caldo e desfie o músculo. Reserve a carne e o caldo.

Deixe o arroz de molho na água fervendo por 30 minutos. Escorra bem, apertando um pouco com as mãos. Coloque numa tigela e junte o patinho, 2 colheres de músculo desfiado, 2 colheres de caldo e a colher de manteiga restante. Salgue e apimente. Misture tudo muito bem, mas sem amassar.

Monte os charutininhos. Estenda cada folha de uva com a parte mais verde voltada para baixo. Espalhe o recheio, acompanhando a nervura principal da folha, perto de 1 colher de sopa rasa para cada folha. Enrole e dobre as pontas.

Forre uma panela com folhas de uva. Sobre as folhas, o tomate em rodelas e o músculo desfiado. Sobre essa camada, coloque os charutininhos. Esquente ligeiramente o caldo reservado e coloque-o morno na panela. Disponha um prato por cima da panela, para firmar bem. Tampe e leve ao fogo fraco.

Cozinhe durante 1h30min em fogo brando. Sem tirar a panela do fogo, tire o prato e esprema o limão sobre os charutininhos. Tampe novamente e deixe cozinhar por mais 1 hora. Se a água secar demais, acrescente mais caldo.

Retire os charutininhos com cuidado e sirva.

### COUVE-FLOR AU GRATIN:

Ingredientes: 1 couve-flor; 2 colheres, das de sopa, de claybom; 1 xícara, das de chá, de queijo parmesão ralado; 2 colheres, das de sopa, bem cheias de farinha de rosca; Água; Leite; Sal.

Modo de Preparo: Corte a couve-flor em buquês, lave-a bem e cozinhe com leite, água, em partes iguais, e um pouco de sal. Unte um pirex com claybom. Arrume, por cima, os galhos de couve-flor. Regue com claybom derretido, polvilhe com farinha de rosca e, por cima, espalhe o queijo ralado.

Leve ao forno durante uns dez minutos, para corar.

Qualquer outro vegetal au gratin pode ser feito da mesma maneira.

### COUVE À MINEIRA:

Ingredientes: Couve-manteiga; Azeite; Cebola; Sal; Alho.

Modo de Preparo: Tome um maço de couve-manteiga, tire as folhas dos talos, lave bem, e, pondo umas sobre as outras, enrole-as e com uma faca afiada corte bem fininho.

Torne a lavar, deixando-a escorrer num passador. Numa panela deite uma colher bem cheia de azeite, cebola picadinha, sal com alho e, quando o azeite estiver bem quente, junte a couve mexendo com uma colher até que a couve cozinhe. Esta maneira de couve deve ser feita quase na hora de servir, para ficar com um bonito verde. Não deixe cozinhar muito para não amarelar.

### DOBRADINHA COM FEIJÃO BRANCO À MODA DO PORTO:

Ingredientes: 500 gr de dobradinha; 3 xícaras, das de chá, de feijão branco cozido; 2 paiois; 1 cebola pequena picada; cebolinha; 1 dente de alho socado; Sal; Pimenta-do-reino; Pimenta vermelha; Óleo; 2 tomates.

Modo de Preparo: Limpe a dobradinha, ferva e corte em pedaços compridos. Refogue os temperos no óleo e junte a dobradinha. Acrescente um pouco de água e deixe cozinhar. Quando estiver quase mole, acrescente o paio cortado, em rodelas, e o feijão branco já cozido. Deixe no fogo até tudo ficar macio.

### EMPADÃO DE CAMARÃO:

**Ingredientes:**

Da Massa: 2 gemas; 2 colheres, das de sopa, de óleo; 1 colher, das de sopa, de manteiga ou margarina; 120 gr de farinha de trigo; Sal.

Do Recheio: 750 gr de camarões frescos; 2 colheres, das de sopa, de suco de limão; 4 colheres, das de sopa, de óleo; 2 colheres, das de sopa, de manteiga ou margarina; 1 cebola ralada; 1/2 xícara de molho de tomate; 1 lata de ervilhas; 1/4 de xícara de azeitonas picadas; 4 colheres, das de sopa, de salsa picada; 3 colheres, das de sopa, de farinha de trigo; 1 xícara de leite; 2 ovos batidos; 2 colheres, das de sopa, de queijo parmesão ou queijo de minas ralado; Sal; Pimenta-do-reino a gosto.

**Modo de Preparo:**

Da Massa: Misture as gemas com a manteiga ou margarina, o óleo e sal (a gosto). Junte a farinha de trigo e mexa bem. A massa deve ficar firme e não aderir às mãos. Cubra com o pano e deixe-a descansar durante 1 hora. Estenda a massa bem fina e forre uma fôrma de aproximadamente 25 cm de diâmetro. Reserve metade da massa para cobrir o empadão.

Do Recheio: Descasque, limpe e lave os camarões. Regue-os com suco de limão e tempere-os com sal e pimenta. Aqueça o óleo e a manteiga ou margarina e frite a cebola. Junte os camarões e a seguir o molho de tomates. Tampe a cozinhe em fogo lento. Acrescente água, em quantidade suficiente para formar um pouco de molho. Quando tudo estiver cozido, adicione as ervilhas (escorridas), as azeitonas picadas, a salsa e cozinhe durante mais 5 minutos. Verifique o tempero. Misture a farinha de trigo e o leite, e adicione à panela. Quando a mistura tiver a consistência de creme, retire do fogo.

Recheie a massa (já preparada da fôrma) e adicione os ovos batidos e o queijo bem misturados. Cubra o pastelão com a massa que ficou reservada, enfeite e pincele com gema. Asse em fogo moderado durante 30 ou 35 minutos.

### ESPETINHOS DE CAMARÃO:

**Ingredientes:** 1 kg de camarão médio; Limão; Sal; Pimenta-do-reino; Óleo; Alho; Gomos de limão; Palitos grandes, próprios para espetos.

**Modo de Preparo:** Limpe o camarão em água corrente, eliminando toda a areia e arrancando as barbinhas e as cabeças, mas mantendo as casquinhas. Tempere com suco de limão, sal e pimenta-do-reino. Monte os espetinhos, colocando cinco ou seis camarões em cada palito. Frite-os em óleo bem quente, junto com dois ou três dentes de alho inteiros. Escorra em papel absorvente e sirva bem quentes, acompanhados de gomos de limão. Caso vá completar com a guarnição, arrume os espetinhos numa travessa e contorne-a com folhas de alface distribuindo sobre elas rodela de tomates. Nota: Rendimento para 4 pessoas.

### FEIJÃO TROPEIRO:

**Ingredientes:** 3 xícaras de feijão mulatinho cozido, mas não demais; 5 colheres, das de sopa, de óleo; 1 colher, das de sopa, de cebola batidinha; 1 colher, das de sopa, de sal temperado com alho; 3 xícaras de farinha de mandioca; 4 ovos cozidos ou estrelados; 1 xícara de bacon picado; Linguiça em pedaços grandes para contornar.

**Modo de Preparo:** Depois de cozido, coe o feijão numa peneira retirando todo o caldo. Esquente numa frigideira o óleo e acrescente a cebola, o bacon e o tempero. Quando bem quente adicione o feijão dê uma boa misturada e coloque a farinha de mandioca aos poucos, mexendo sempre. Deve ficar meio molhadinho. Frite a linguiça e ao colocar o feijão na travessa, guarneça com a mesma, ovos cozidos, cebolas em rodela, azeitonas e galinhos de salsa.

### FEIJOADA COMPLETA:

**Ingredientes:** 1 kg de feijão preto; 500 gr de carne seca; 500 gr de lombo salgado; 1 pé de porco; 1 orelha; 1 paio; 500 gr de linguiça; Óleo; 1 cebola batidinha; 3 dentes de alho socado; Farinha de mandioca; Laranja.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

**Modo de Preparo:** Ponha o feijão preto de mólho em água fria, de véspera. Em vasilha separada, ponha as carnes de mólho, depois de bem lavadas. Mode a água duas ou três vezes, para tirar bem o sal. Cozinhe feijão e carnes em panelas separadas. Quando o feijão estiver quase cozido, junte tudo na mesma panela. Faça um refogado com o óleo, cebola e alho. Junte algumas colheradas de feijão, amasse e despeje na panela da feijoada. Prove o sal. Quando tudo estiver cozido, ponha o feijão numa terrina e as carnes numa travessa. Sirva, numa molheira à parte, um mólho frio, feito com pimenta-malagueta amassada, salsa, cebolinhas picadas e bastante caldo de limão.

A feijoada é servida com farinha de mandioca e fatias de laranja.

### GELÉIA DE AMEIXA:

**Ingredientes:** 1/2 kg de ameixas pretas; 400 gr de açúcar.

**Modo de Preparo:** Cozinhe as ameixas em um pouco de água, passe pela peneira, junte o açúcar e leve ao fogo brando, mexendo sempre até obter o ponto de geléia. Deixe esfriar e guarde em vidro esterilizado e bem fechado.

### GELÉIA DE MANGA:

**Ingredientes:** Mangas maduras; açúcar necessário.

**Modo de Preparo:** Descasque as mangas, corte em pedaços, ponha em uma panela, junte um pouco de água morna e leve ao fogo para cozinhar. Quando estiverem bem macias, passe por peneira fina. Meça a polpa obtida em copos e utilize a mesma quantidade de açúcar. Misture bem e leve ao fogo brando, mexendo sempre até engrossar e tomar o ponto de geléia. Depois de fria, guarde em vidros esterilizados e bem fechados.

### GELÉIA DE MORANGO E LIMÃO:

**Ingredientes:** 1 kg de morango; 1/2 kg de açúcar; 1/2 xícara de suco de limão.

**Modo de Preparo:** Tire os cabinhos dos morangos, lave bem e escorra. Coloque numa panela.

Junte o açúcar alternando camadas de morangos. Deixe descansar durante algumas horas. Retire então os morangos com uma espumadeira e coloque-os sobre uma peneira, deixando o caldo escorrer numa panela. Reserve os morangos.

Lave ao fogo brando o caldo de morangos e açúcar. Quando levantar fervura aumente o fogo e deixe ferver durante 3 minutos. Junte os morangos e cozinhe mais 2 minutos. Deixe descansar novamente durante várias horas. escorra os morangos outra vez e ferva a calda durante 3 minutos.

Junte os morangos e o suco de limão e ferva. Guarde em vidros esterilizados.

### GELÉIA DE PÊSSEGO:

**Ingredientes:** 2 1/2 kg de pêssego; 1 3/4 kg de açúcar.

**Modo de Preparo:** Descasque os pêssegos. Corte-os ao meio e retire os caroços. Misture com açúcar. Coloque numa panela e junte alguns caroços. Deixe levantar fervura em fogo brando, mexendo somente até que o açúcar tenha dissolvido. Cozinhe então em fogo forte durante 30 minutos. Retire os caroços. Quando a mistura estiver no "ponto de geléia" despeje em vidros.

### Geléia de Uva Preta:

**Ingredientes:** 2 kg de uva preta; 1/2 xícara de água - açúcar.

**Modo de Preparo:** Lave, escorra e retire os cabinhos das uvas. Leve ao fogo com água e deixe cozinhar bem. Passe tudo por uma peneira fina. Para cada xícara de polpa de fruta junte uma xícara de açúcar. Deixe cozinhar lentamente durante 30 minutos, mexendo de vez em quando para evitar que grude no fundo da panela. Conserve em vidros.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### Brodo:

Ingredientes: 3 pedaços, de mais ou menos 5 cm, de osso de boi com o tutano; 1 carcaça de frango (ou, preferivelmente, 4 asas e 2 pés, para ficar mais magro); 2 talos de salsão; 2 ramos de salsinha; 1 cebola inteira, bem lavada, com a casca; 1 cenoura média, cortada em rodela; 3 ramos de cebolinha verde; 10 grãos inteiros, sem moer, de pimenta-do-reino branca; 1/2 kg de músculo magro cortado em pedaços; 3 litros de água.

Modo de Preparo: Coloque todos os ingredientes numa panela grande. Cozinhe durante 3 horas no fogo bem baixo. Vá retirando a gordura que se forma à superfície. Pode-se colocar também 1 ovo inteiro, com casca, que vai ajudar a limpar o caldo. Coe numa peneira e deixe esfriar. Depois de 2 horas, coe de novo, num pedaço de pano.

Rendimento: 7 xícaras de chá.

#### CALDO VERDE:

Ingredientes: 250 gr de couve-manteiga; 1 1/2 litro de água; 1/2 colher, das de sopa, de sal; 1 kg de batata; 1 cebola cortada em quatro; 1 dente de alho cortado em dois; 150 ml de azeite de oliva; 12 fatias finas de chouriço.

Modo de Preparo: Prepare a couve. Retire os talos, faça um rolo, como de fosse um "charuto" e corte bem fininho. Reserve. Cozinhe em água com sal as batatas descascadas, a cebola, o alho, a metade do azeite de oliva. Deixe esfriar, leve ao liquidificador e bata bem. Volte ao fogo. Acrescente o que sobrou do azeite. Quando começar a engrossar, 10 minutos antes de servir, aumente o fogo e junte a couve. Quando a couve estiver no ponto, verifique o tempero e junte às fatias de chouriço e sirva. Receita para 4 a 6 pessoas.

#### CREME DE ALFACE:

Ingredientes: 2 pés de alface; 1 colher, das de sopa, de farinha de trigo; 1 colher, das de chá, de manteiga ou margarina; 1 1/2 litro de caldo de galinha; 3 colheres, das de sopa, de queijo parmesão ralado; 1 cebola; 1/2 xícara de leite; Pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Corte a cebola em rodela e deixe-a de molho em água fria com sal durante 1/2 hora. Lave e corte a alface em tiras largas de mais ou menos 1 centímetro. Leve uma panela ao fogo, acrescente a cebola e o leite e cozinhe um pouco. Junte então o caldo e deixe ferver. À parte, aqueça a manteiga ou margarina, junte a farinha de trigo, sal e pimenta e leve ao fogo até que a farinha doure levemente, mexendo sempre. Adicione então 1 concha de caldo fervente e mexa sem parar até que fique um molho bem liso. Acrescente então o restante do caldo, a alface e o queijo ralado. Mexa bem e sirva.

#### CREME DE TOMATE:

Ingredientes: 1 kg de tomates maduros; 50 gr de farinha de trigo; 75 gr de manteiga ou margarina; 1 litro de leite; 1/4 litro de caldo; Sal.

Modo de Preparo: Prepare um molho branco da seguinte forma: Derreta 50 gr de manteiga ou margarina, junte a farinha de trigo e mexe bem com uma colher de pau. Adicione aos poucos o leite quente e o sal e deixe cozinhar até engrossar bem o molho.

Mergulhe os tomates durante 1 minuto na água fervendo, para tirar-lhes a pele, e passe-os pela peneira. Adicione-os ao caldo junto com o molho branco. Deixe cozinhar durante 30 minutos, mexendo de vez em quando. Passe pela peneira e acrescente a manteiga ou margarina restante. Este prato pode ser servido com arroz.

#### CREME PARMENTIER:

Ingredientes: 800 gr de batata; 90 gr de manteiga ou margarina; 1/2 litro de leite; 1 litro de caldo; 1 alho porro; 2 ovos; Pão de forma; Pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Corte o alho porro em rodela e frite-as com 30 gr de manteiga ou margarina.

Acrescente as batatas descascadas e em quadrados pequenos. Adicione o caldo e o leite, bem quentes, e mexe com uma colher de pau. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Deixe ferver em fogo brando, até que as batatas desmanchem. Passe pela peneira, acrescente 2 gemas e 40 gr de manteiga ou margarina. Deixe o creme em banho-maria até o momento de levar à massa. Sirva com o pão de forma cortado em quadradinhos e fritos no restante da manteiga ou margarina, ou com a salsa bem picada.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### MINISTRONE:

Ingredientes: 250 gr de repolho; 100 gr de abobrinhas; 1 lata de ervilhas; 100 gr de batatas; 100 gr de macarrão; 50 gr de cenouras; 50 gr de cebolas; 100 gr de feijão; 150 gr de tomates; 50 gr de toucinho; 40 gr de parmesão; 1 talo de aipo; 5 folhas de manjeriço; 2 dentes de alho; 4 colheres, das de sopa, de azeite; Salsa a gosto; Sal; Pimenta-do-reino.

Modo de Preparo: Deixe o feijão de molho na véspera. Cozinhe-o durante 1 1/2 h. Adicione então as batatas, as cenouras, os tomates sem pele sem sementes, metade do toucinho e o aipo, tudo cortado em pedaços pequenos. Cozinhe durante mais 1/2 hora. À parte, prepare um refogado com a salsa, o manjeriço, o alho e o restante do toucinho, tudo bem picado. Quando estiver pronto, adicione-o à panela. Acrescente o repolho cortado fino e cozinhe mais 10 minutos. Por último, junte o macarrão e as ervilhas e deixe no fogo mais 20 minutos. Sirva com queijo ralado. O minestrone também se come frio nos dias de calor.

#### SOPA DE CEBOLA:

Ingredientes: 1 pão tipo bengala; 4 cebolas; 60 gr de queijo parmesão ralado; 3/4 litro de caldo de carne; 1 copo de vinho branco seco; 1 colher, das de chá, de farinha de trigo; 70 gr de manteiga ou margarina; Óleo; Sal; Pimenta-do-reino.

Modo de Preparo: O caldo pode ser feito com 2 tabletes preparados conforme as instruções da embalagem. Corte o pão em fatias e frite-as em 25 gr de manteiga ou margarina e algumas colheres (de sopa) de óleo. Descasque e corte em fatias finas e refogue-as no restante da manteiga ou margarina. Quando as cebolas estiverem bem macias, adicione a farinha de trigo, mexendo com uma colher de pau. Junte o caldo aos poucos e por último o vinho, e deixe ferver por alguns minutos. Verifique o tempero e, se precisar, adicione sal e um pouco de pimenta. Despeje a sopa numa fôrma refratária, acrescente as fatias de pão e polvilhe com o queijo ralado. Lêve ao forno por 10 minutos e sirva bem quente. Se quiser, substitua o vinho por mais caldo de carne. Esta receita é para 4 pessoas.

#### SOPA PAVESA:

Ingredientes: 4 ovos; 1 1/2 litro de caldo de carne ou galinha; 12 fatias finas de pão torrado; Queijo parmesão ralado; Pimenta-do-Reino; Manteiga ou margarina; Sal.

Modo de Preparo: Passe manteiga nas torradas e coloque três em cada prato. Quebre um ovo em cada um, diretamente sobre as torradas. Polvilhe com sal, pimenta-do-reino e bastante queijo parmesão ralado. Despeje o caldo fervente em cada prato e sirva logo. Se quiser, use caldo em tablete.

#### MOLHO DE CAMARÃO:

Ingredientes: 1 colher, das de sopa, de manteiga fresca; 1 colher, das de sopa, de maisena; Leite; 1 Gema de ovo Camarões cozidos.

Modo de Preparo: Leve ao fogo uma colher de manteiga e outra de maisena. Misture e, assim que ferver, junte leite e uma gema. Pronto o molho, adicione-lhe uma boa quantidade de camarões já cozidos. Nota: Ideal para despejar sobre um peixe assado.

#### MOLHO DE TOMATE:

Ingredientes: 2 kg de tomates bem maduros; 1 lata média de massa de tomate; 3 cebolas picadas; 6 cubos de caldo de carne; 1 xícara de catchup; 2 xícaras de óleo; 1 colher, das de sopa, de açúcar; 1 xícara de cheiro verde picadinho; 2 litros de água; Pimenta-do-Reino.

Modo de Preparo: Bata tudo no liquidificador, com exceção do óleo, o caldo de carne, a massa de tomate e a água. Coe os tomates numa peneira e reserve. Numa panela funda, ponha o óleo para esquentar. Quando estiver bem quente, junte o que foi batido no liquidificador mais o resto dos ingredientes, como os caldos de carne e a massa de tomate. Deixe ferver um pouco e, quando começar a grudar no fundo junte a água e deixe até engrossar bem. Retire do fogo, espere esfriar e despeje em vidro bem limpo e enxuto, colocando por cima um dedo de óleo. Guarde na geladeira. Antes de usá-lo acrescente mais água, fervendo-o até que fique bem grosso.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### MOLHO GOLFE:

Ingredientes: 1/2 colher, das de chá, de mostarda (opcional); 1/2 xícara, das de chá, de maionese; 1/2 xícara, das de chá, de catchup; 1/2 xícara, das de chá, de creme de leite, espesso; 25 ml de conhaque; 1 pitada de sal.

Modo de Preparo: Misture bem todos os ingredientes, até conseguir uma mistura homogênea e retifique o tempero de acordo com o seu paladar.

#### MOLHO GORGONZOLA:

Ingredientes: 150 gr de queijo tipo gorgonzola; 1 xícara, das de chá, de creme de leite, espesso; 1 colher, das de sopa, de manteiga derretida.

Modo de Preparo: Amasse com um garfo ou bata todos os ingredientes no liquidificador.

#### MOLHO TÁRTARO:

Ingredientes: 1 xícara de maionese; 1 colherinha de limão; 1 colher, das de sopa, de mostarda; 2 colheres, das de sopa, de catchup; 1 colher, das de sopa, de cheiro verde; 1 colher, das de sopa, de cebola ralada; 1 colherinha de pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Misturar tudo. É ótimo para certo tipo de salada e peixe frito.

#### MOLHO MADEIRA:

Ingredientes: 2 colheres, das de sopa, de manteiga; 1 colher, das de sobremesa, rasa, de farinha de trigo; 1/2 xícaras, das de chá, de molho de carne assada bem quente; 1 cálice de vinho madeira; 1/2 xícara, das de chá, de cogumelos picados.

Modo de Preparo: Leve ao fogo uma colher, das de sopa, de manteiga e, quando estiver derretida, polvilhe a farinha de deixe-a corar bem, mexendo sempre. Acrescente-lhe o molho de carne, pouco a pouco, mexendo bem após cada adição. Em seguida, junte os cogumelos e o vinho Madeira, deixando ferver em fogo brando. Em separado, derreta a colher de manteiga que sobrou em fogo lento e deixe-a fritar, mexendo sempre até ficar escura. Adicione essa manteiga no molho que preparou, verifique se está bom de sal e pimenta (o molho de carne tem temperos) e, se precisar, adicione um pouco mais.

Sirva acompanhando carnes, filés grelhados e rosbife.

#### MOLHO VINAGRETE:

Ingredientes: 1 colher, das de sopa, de vinagre branco; 1/4 de colher, das de chá, de sal; 1 pitada de pimenta-do-reino branca; 3 colheres, das de sopa, de azeite de oliva.

Modo de Preparo: Misture o sal e a pimenta ao vinagre e junte o azeite, batendo bem com garfo para misturar.

#### *Ponche Frio*

Ingredientes : 5 abacaxis; 6 laranjas; 6 garrafas de vinho tinto; 2 garrafas de vinho branco; 6 maçãs; 6 pêras; uvas picadas ao meio; açúcar a gosto; 1 garrafa de champanhe

Modo de Fazer: Descasque os abacaxis, corte-os em pedaços e bata-os no liquidificador. Coe em um pano, preferencialmente numa vasilha de vidro. Junte o caldo de laranjas também coado e coloque a água, os vinhos, as frutas picadas e açúcar a gosto. Leve à geladeira. Na hora de servir, coloque champanhe e bastante gelo.

#### PONCHE ANOS DOURADOS

Ingredientes: 1 garrafa de 2 litros de coca-cola 2 porções(americano)de martini doce 1 copo (americano) de champanhe 1 copo(americano) de licor Curuaçu 1 copo (americano) de rum 1 copo (americano) de licor de cereja suco de 1 lata de abacaxi suco de 1 lata de pêsego gelo açúcar a gosto

**Modo de fazer: Coloque a coca-cola em uma poncheira ou em uma vasilha grande (mais ou menos 3 litros e meio). Junte o martini, o champanhe, o licor Curuaçu e o rum. Bata no liquidificador o licor de cereja e os sucos de abacaxi e pêsego. Despeje na poncheira e misture. Junte as rodela de abacaxi e**

**os pêssegos cortados em pedaços pequenos. Coloque gelo e, se precisar, um pouco de açúcar. Sirva em taças ou copos fundos.**

## PONCHE DA MAGALI - Manual de Receitas da Magali

Você vai precisar de: 1 fatia grossa de melancia, 2 fatias de abacaxi, 1 lata de Leite Moça, 2 vezes a medida da lata de suco laranja, 1 fôrma de gelo, 1 litro de soda limonada gelada, folhas de hortelã.

Rendimento: 12 copos

**Tire as sementes da melancia. Com um boleador, faça bolinhas da polpa da fruta e deixe no congelador por 30 minutos.**

Corte o abacaxi em cubos e ponha na geladeira.

Bata o Leite Moça e o suco de laranja no liquidificador. Junte o gelo, ligando e desligando o aparelho várias vezes para não triturá-lo completamente.

Numa travessa, misture as frutas, o Leite Moça e a soda. Mexa tudo e decore com folhinhas de hortelã.

## ALMÔNDEGAS:

Ingredientes:

Carne moída (suficiente para o número de pessoas a serem servidas); 1 ovo; 1 cebola (batidinha); Salsa; 1 colher, das de sopa, de queijo parmesão ralado; Sal;

Pimenta-do-reino; 1 pitada de noz-moscada ralada; Farinha-de-trigo; Óleo;

Tomates (sem pele); Água.

Modo de Preparo:

Junte a carne moída, um ovo, uma cebola batidinha, salsa picadinha, a colher de queijo parmesão ralado, sal, pimenta-do-reino, uma pitada de noz-moscada ralada e um punhado de farinha de trigo. Misture tudo muito bem e prove de sal. Faça bolas de tamanho regular e passe-as levemente em farinha de trigo (se a massa ficar demasiadamente mole, junte-lhe mais farinha de trigo). Frite em bastante óleo quente, até que fiquem douradas, retirando-as então para uma peneira.

Faça, à parte, um refogado com óleo, cebola, sal, tomates sem pele e um pouco de purê de tomate. Adicione água e, assim que o molho ferver, deite nele as almôndegas fritas e abafe, para que elas cozinhem por dentro e para que o molho engrosse. Sirva-as bem quentes.

## ARROZ À PIEMONTESA:

Ingredientes:

3 xícaras de arroz cru; 3 litros de caldo de carne ou de galinha; 1 lata pequena de champignons; 2 copos de vinho branco seco; 1 cebola grande batidinha; 2 dentes de alho socados; 200 gr de manteiga; Queijo parmesão ralado; 250 gr de creme de leite fresco; Sal; Pimenta-do-reino branca.

Modo de Preparo:

Doure a cebola e o alho em 100 gr de manteiga, junte o arroz cru e, sem lavar, frite bem e adicione a água dos champignons e o vinho. Tampe e deixe ferver em fogo brando até a evaporação do líquido. Feito isso, adicione caldo de carne ou de galinha até cobrir o arroz. Tempere com a pimenta-do-reino branca e deixe cozinhar normalmente. Após uns 10 minutos de cozimento, junte os champignons em lâminas e vá acrescentando o caldo e mexendo, até que o arroz cozinhe, ao dente, e fique bem ligado. Isto pronto, adicione o restante da manteiga, o creme de leite e boa porção de queijo ralado. Torne a provar o sal, misture rapidamente, retire do fogo e sirva, em seguida, com escalopinhos ou rosbife.

**Nota: Por ser impossível calcular o caldo necessário ao cozimento do arroz, indicamos sempre quantidade maior para evitar problemas.**



## ARROZ DE BRAGA:

Ingredientes: 1 frango; Sal; Alho; Gordura; 100 gr de toucinho; Cebola; Tomates; 1/2 kg de arroz; Linguiça portuguesa; Repolho; Cheiro verde; 1 lata de petits-pois (ou milho verde).

### Modo de Preparo:

Limpe o frango, parta-o pelas juntas, tempere com sal, com alho e leve-o a refogar em gordura e com os toucinhos partido em pedacinhos. Quando os pedaços de frango estiverem dourados, junte-lhes cebola batidinha, tomates, arroz e alguns pedaços de linguiça portuguesa. Deixe refogar mais um pouco.

Junte algumas folhas de repolho inteiras e água que cubra tudo muito bem, ficando acima dos ingredientes uns quatro dedos. Junte cheiro verde e deixe cozinhar em fogo não muito forte. Quando o arroz estiver cozido, junte-lhes os petits-pois (ou milho verde) de uma lata (escorra a água) e deixe mais um pouco no fogo bem brando, mas não o deixe secar, porque este arroz deve ser servido com um pouco de caldo, isto é, deve ficar o que chamamos arroz mole.

Se for feito em panela de pedra, o que é preferível, leve-o à mesa na própria panela. Para quem gosta, aconselha-se colocar por cima deste arroz um pouco de queijo parmesão ralado.

Esta receita é para 4 ou 5 pessoas.

## ARROZ DE CARRETEIRO:

Ingredientes: 2 xícaras de arroz; 4 xícaras de charque picadinho (ponha de molho por 1 dia); 2 colheres, das de sopa, cheia de gordura; 1 cebola; 2 dentes de alho; 1 folha de louro; Sal.

### Modo de Preparo:

Frite o charque na gordura até dourar e vá pingando água em quantidade necessária para cozinhar. Quando a carne estiver cozida e só na gordura (o molho deve ser absorvido), junte o louro, o arroz, o alho socado e a cebola batidinha. Frite tudo muito bem, cubra com água, tempere com sal, se necessário, e deixe cozinhar normalmente.

Sirva em seguida.

## BATATAS ROESTI:

### Ingredientes:

800 gr de batata;  
50 gr de bacon (sem ser fatiado);  
1 colher, das de sopa, de banha de porco;  
Sal.

### Modo de Preparo:

De véspera: cozinhe as batatas com casca, escorra, deixe esfriar e guarde na geladeira. Na hora de usar, descasque e rale na parte grossa do ralador. Na frigideira de ferro, coloque a banha de porco e o bacon cortado em cubos pequenos. Deixe dourar e coloque a batata ralada por cima, apertando e igualando a superfície. Tempere com sal. Deixe dourar e vire, com uma travessa rasa. Doure o outro lado. (Rendimento: 4 porções)

## BAIÃO-DE-DOIS:

### Ingredientes:

300 gr de lombo de porco salgado em pedaços; 1/2 kg de carne-seca em pedaços; 3 xícaras de feijão mulatinho; 4 paíes em rodela finas; 4 linguiças de porco em rodela finas; 200 gr de toucinho picado; 3 xícaras de arroz; 4 cebolas picadas; 4 dentes de alho espremidos; Sal, 1 maço de cheiro-verde picado;

Cominho; 1/2 xícara de óleo; 250 gr de queijo-de-minas em pedaços; 250 gr de torresmo.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### Para a Farofa:

3 cebolas picadas; 1/2 a 3/4 de xícara de manteiga; 6 bananas em pedaços; Farinha de mandioca; Sal; Pimenta-do-reino.

#### Modo de Preparo:

Deixe a carne-seca e o lombo de molho na véspera. Escolha o feijão mulatinho e lave-o bem. Cozinhe junto com a carne-seca, o lombo, o paio, a lingüiça e o toucinho com água suficiente para cobri-lo. Depois de cerca de 40 minutos, junte o arroz.

Refogue a cebola, o alho, o sal, o cheiro-verde picado e o cominho no óleo. Junte o refogado à mistura de arroz e feijão. Misture. Tampe a panela e deixe no fogo por mais 30 minutos. Adicione água fervente sempre que necessário. Acrescente o queijo-de-minas.

#### Da Farofa:

Frite a cebola na manteiga. Junte a banana e refogue por alguns minutos.

Acrescente a farinha de mandioca. Mexa por mais alguns minutos. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Sirva o baião-de-dois com torresmo.

Nota: Esta receita tem rendimento para 12 a 15 pessoas.

## BATATAS AO FORNO:

#### Ingredientes:

2 kg de batatas; 200 gr de mussarela em fatias; 100 gr de queijo parmesão ralado; 100 gr de manteiga ou margarina; 1 copo de creme de leite; 1 copo de leite; 2 folhas de sálvia; Sal; Pimenta-do-reino. (Essa receitas é para 8 pessoas.)

#### Modo de Preparo:

Lave e descasque as batatas, corte-as em fatias redondas da mesma espessura.

Unte um pirex com manteiga ou margarina. Derreta a manteiga ou a margarina restante numa frigideira, com a folhas de sálvia. Arrume as batatas no pirex, colocando uma camada de batatas em círculo, de modo que cada fatia cubra a metade da outra. Polvilhe com sal e pimenta, regue com um pouco de manteiga derretida e cubra com uma camada de fatias de mussarela. Faça outra camada de batatas, mais um pouco de manteiga, outras fatias de mussarela, até que terminem as batatas e a mussarela. Despeje por cima o leite e o creme de leite, que servirão para cozinhar as batatas e dar-lhes delicado sabor.

Polvilhe o prato com parmesão ralado e leve ao forno por 50 minutos. Depois que estiver pronto, haverá uma crosta dourada à superfície. Sirva bem quente. Essas batatas acompanham bem qualquer prato de carne ou peixe, assados ou grelhados.

## BATATA RECHEADA:

Ingredientes: Batatas Grandes; Sal; Queijo Parmezão; Manteiga; Bacon.

#### Modo de Preparo:

Pegue algumas batatas grandes e cozinhe-as, cortadas ao meio, em água com sal, mas tendo o cuidado de não deixar amolecer demais. Depois de cozidas, escorra com cuidado e "cave" o meio de cada parte de modo que possa conter o recheio.

Faça à parte um mistura da massa retirada do centro das batatas e amasse-a bem. Coloque queijo parmezão e manteiga. Volte a colocar esse purezinho na batata. Junte as duas partes com uma tira de bacon. Leve ao forno para dourar.

## BERINJELAS RECHEADAS:

*Ingredientes:* 4 berinjelas médias; 4 tomates maduros; 1 cebola pequena; 1 dente de alho; 1 pãozinho; leite; 75 gr de queijo parmesão ralado; 1 ovo; óleo; Pimenta-do-reino; Sal. 1 colher, das de sopa, de salsa picada;

*Modo de Preparo:* Depois de lavar as berinjelas e cortar-lhes as pontas, corte-as ao meio no sentido do comprimento. Polvilhe com sal e deixe sobre uma grelha ou peneira com a parte branca virada para baixo, durante 1

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

hora mais ou menos. Depois, enxugue-as e leve ao fogo numa frigideira com um pouco de óleo quente, apenas para que a poupa fique mais mole. Escorra-as e, com uma colher, retire a polpa de cada berinjela. Pique bem essas polpas e misture com a salsa picada, o alho socado e a cebola ralada ou picada. Refogue tudo isso numa panela com algumas colheres, das de sopa, de óleo durante alguns minutos. Depois despeje numa tigela e junte o miolo do pãozinho, amolecido no leite, os tomates sem pele nem sementes bem picados, o queijo parmesão ralado e o ovo. Tempere com sal e pimenta. Distribua esse recheio nas meias berinjelas. Arrume-as numa fôrma refratária. Regue com óleo e leve ao forno até completarem o cozimento.

### BERINJELAS À PARMIGIANA:

#### Ingredientes:

5 berinjelas; 50 gr de queijo parmesão ralado; 20 gr de manteiga ou margarina; 400 gr de queijo mussarela; 600 gr de tomates; 1 cebola pequena; 1 cenoura; 1 talo de salsa; 1 pitada de orégão; Salsa picada; Óleo; Pimenta-do-reino; Sal.

**Modo de Preparo:** Descasque as berinjelas e corte-as em fatias no sentido do comprimento. Coloque sobre uma peneira, polvilhe com sal e deixe durante 1 hora. Pique em pedacinhos bem miúdos a cenoura, salsa e cebola. Refogue-os, juntamente com a salsa, na manteiga ou margarina e 2 colheres, das de sopa, de óleo. Acrescente os tomates sem peles nem sementes, cortados em pedaços. Tempere com sal, pimenta e deixe cozinhar em fogo lento durante 1/2 hora. Mexa frequentemente, até que fique um molho bem denso. Enxugue as fatias de berinjelas e frite-as em óleo quente. Escorra.

Espalhe um pouco de molho no fundo de uma fôrma refratária. Arrume por cima uma camada de berinjelas fritas, uma camada de mussarela e polvilhe com orégão; torne a colocar um pouco de molho e polvilhe com parmesão. Repita até que terminem os ingredientes. Asse por 20 minutos.

### BIFE À PARMIGIANA:

**Ingredientes:** 6 bifes médios de alcatra ou contrafilé; Sal; 2 ovos; Farinha de rosca; 1 tablete de caldo de carne; Óleo; 6 fatias de presunto; 6 fatias de mozzarella; Puro purê de tomate; Orégano.

**Modo de Preparo:** Bata um pouco os bifes, tempere com sal e reserve. Bata os ovos, tempere com sal a gosto. Passe os bifes na farinha de rosca, pelos ovos batidos e novamente pela farinha de rosca. Frite-os em óleo quente, até que fiquem igualmente dourados. Arrume os bifes em um prato refratário, cubra cada um com uma fatia de presunto e sobre esta coloque uma fatia de mozzarella. Leve 1/2 lata de puro purê de tomates ao fogo, junte 1/2 xícara, das de chá, de água e um tablete de caldo de carne. Deixe ferver um pouco. Cubra os bifes com o molho e polvilhe com orégano. Leve ao forno por 7 minutos, retire e sirva imediatamente com batatinhas fritas.

### BOBÓ DE CAMARÃO:

**Ingredientes:** 1 1/2 kg de camarões médios e frescos; 2 côcos grandes; 1 1/2 kg de aipim; 1 1/2 kg de tomate; 1 pimentão vermelho; 1/2 folha de louro; Azeite-de-dendê e de oliva; 1 amarrado de salsa, cebolinha verde e coentro; Sal; Alho; Cebola; Limão; Pimentas.

#### Modo de Preparo:

##### Primeira Etapa:

Limpe os camarões e tempere com sal, limão e pimentas a gosto. Deixe repousar por uma hora. Rale os côcos e extraia todo o leite grosso. Deite, sobre o bagaço, quatro copos de água fervente e retire, em seguida, o leite fino.

Reserve, em separado, os leites grosso e fino. Passe pelo liquidificador os tomates, o pimentão e um copo de água. Coe e reserve.

##### Segunda Etapa:

Descasque o aipim, corte em pequenos pedaços e ponha em uma panela. Junte o leite fino do côco, dois copos de água, uma cebola picadinha e o louro. Tempere com sal e leve ao fogo, para cozinhar, até que o aipim se desfaça. Retire e passe por peneira fina.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### Terceira Etapa:

Faça um bom refogado com três quartos de xícara de azeite de oliva, duas cebolas raladas, um dente de alho socado, os camarões e um amarrado de cheiro verde. Junte o tomate e deixa ferver em fogo brando por alguns minutos. Prove os temperos e, assim que os camarões estiverem cozidos e o molho grosso, retire do fogo (separe os cheiros verdes).

#### Quarta Etapa:

Em uma panela, junte a manteiga e o refogado de camarões. Deite o leite grosso do côco, prove os temperos e leve ao fogo, mexendo sempre, até obter um creme de consistência regular e saborosa. Adicione azeite-de-dendê a gosto; misture rapidamente, retire e sirva em seguida. Acompanhe com arroz com angu de creme de arroz.

### BOLINHOS DE ARROZ:

Ingredientes: 3 xícaras, das de chá, de sobras de arroz; 1 colher, das de sopa, de queijo parmesão ralado; 2 ovos; Sal; Pimenta-do-reino; 1 colherinha, das de chá, de fermento em pó; Farinha de trigo; Óleo.

#### Modo de Preparo:

Passa o arroz na máquina de moer carne. Junte os ovos, queijo ralado, sal, pimenta-do-reino, fermento e farinha de trigo suficiente, para formar uma massa mole.

Pingue os bolinhos, às colheradas, numa frigideira com óleo bem quente.

### CALZONE:

Ingredientes: 1/2 kg de farinha de trigo (mais ou menos); 3 colheres de óleo; 1 ovo; 1 colher de fermento fleichmann; 1 1/2 xícara, das de café, de água morna; Sal.

#### Modo de Preparo:

Coloque o fermento na água morna, deixe dissolver. Coloque em seguida o sal, óleo, ovo, misture e coloque a farinha até a massa soltar das mãos. Deixe descansar 30 minutos. Abra a massa com o rolo de pastel e o recheio fica a gosto. Pode ser de sardinha ou mussarela com rodela de tomate e cebolas, enfim, com que preferir. Dobrar ao meio com o recheio dentro, apertando as pontas ou enrolar como rocambole. Pincele com gema. Coloque num tabuleiro untado com azeite e leve ao forno.

### CAMARÃO COM CATUPIRI:

Ingredientes: 2 kg de camarão; 1 lata de palmito; 1 queijo catupiri grande; 1/2 xícara, das de chá, de leite; 1 colher, das de sopa, de claybom; 4 tomates grandes batidos no liquidificador; 1 colher, das de sopa, de óleo; 1 colher, das de sopa, de cebola picadinha; Salsa e cebolinha; Pimenta vermelha e pimenta-do-reino; Sal; Limão; Maisena.

#### Modo de Preparo:

Limpe os camarões, leve com água e limão. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Refogue a cebola picada no óleo e claybom misturados. Junte os camarões, os temperos e abafe. Quando ferver, acrescente o suco de tomate e deixe no fogo uns quinze minutos. Acrescente o palmito cozido. Engrosse com uma colherinha, das de chá, de maisena dissolvida no leite. Forre um pirex com o queijo catupiri, espalhando-o bem, como se estivesse forrando uma fôrma com massa. Sobre o catupiri, coloque o recheio de palmito e camarão. Polvilhe com bastante parmesão ralado e leve ao forno quente.

## CAMARÃO ESPECIAL AO VINAGRETE:

### Ingredientes:

1 kg de camarões grandes, limpos e cozidos em água e sal; 1 xícara de tomates picadinhos, sem pele e sem sementes; pimentão vermelho picadinho, sem sementes; 1 cebola batidinha; 1 a 2 talos de aipo picadinhos; 1 maçã ácida picadinha; 1/2 xícara, das de café, de suco de limão; 1/2 xícara, das de café, de vinagre de uva; 1/2 xícara, das de café, de água; 100 gr de azeitonas verdes ou pretas, bem grandes; Sal; Molho inglês; Pimenta a gosto; 1 colher, das de chá, de mostarda em pasta; 2 colheres, das de sopa, de salsa e cebolinhas picadinhas; Alface.

### Modo de Preparo:

#### Primeira Etapa: Molho

Misture o suco de limão com a mostarda, o vinagre e a água. Prove para sentir se está muito forte e tempere com sal e molho inglês a gosto. Junte, então, a cebola, o aipo, o tomate, a maçã, o pimentão e os cheiros verdes. Misture tudo com cuidado.

#### Segunda Etapa:

Arrume os camarões e as azeitonas em um pirex retangular ou em uma saladeira e cubra com molho. Deixe repousar por meia hora, na geladeira, e depois sirva.

Nota: Se não houver problema do uso de gordura, junte ao molho, na hora de servir, um fio de óleo de soja, milho ou azeite.

## CHARUTINHO DE FOLHA DE UVA:

### Ingredientes:

1/2 kg de músculo magro; 1 cebola média cortada em rodela; 1 dente de alho; 2 colheres, das de sopa, de manteiga; Sal e pimenta síria (ver abaixo), a gosto; 1 xícara de chá de arroz escolhido, lavado e escorrido; 300 gr de patinho moído; 40 folhas de uva, novas e tenras; 2 tomates cortados em rodela; 1 limão.

### Preparo da Pimenta Síria:

50 gr de pimenta-do-reino preta moída na hora; 20 gr de pimenta-do-reino branca moída na hora; 20 gr de canela em pó.

Misture tudo e guarde para ir usando à medida da necessidade.

### Modo de Preparo:

Prepare o recheio. Primeiro, faça o caldo. Coloque em uma panela o músculo, a cebola, o alho, uma das colheres de manteiga, sal e pimenta. Cubra com água (mais ou menos 2 litros) e leve ao fogo brando por 2 horas. Coe o caldo e desfie o músculo. Reserve a carne e o caldo. Deixe o arroz de molho na água fervendo por 30 minutos. Escorra bem, apertando um pouco com as mãos. Coloque numa tigela e junte o patinho, 2 colheres de músculo desfiado, 2 colheres de caldo e a colher de manteiga restante. Salgue e apimente. Misture tudo muito bem, mas sem amassar. Monte os charutininhos. Estenda cada folha de uva com a parte mais verde voltada para baixo. Espalhe o recheio, acompanhando a nervura principal da folha, perto de 1 colher de sopa rasa para cada folha. Enrole e dobre as pontas. Forre uma panela com folhas de uva. Sobre as folhas, o tomate em rodela e o músculo desfiado. Sobre essa camada, coloque os charutininhos. Esquente ligeiramente o caldo reservado e coloque-o morno na panela. Disponha um prato por cima da panela, para firmar bem. Tampe e leve ao fogo fraco. Cozinhe durante 1h30min em fogo brando. Sem tirar a panela do fogo, tire o prato e esprema o limão sobre os charutininhos. Tampe novamente e deixe cozinhar por mais 1 hora. Se a água secar demais, acrescente mais caldo. Retire os charutininhos com cuidado e sirva.

## CARNE ASSADA:

Ingredientes: 1 kg de lagarto redondo; Vinha-d'alhos (feito com vinagre, sal, pimenta-do-reino, alho e louro); Bacon; Cenoura; Pimentão; Óleo; Farinha de trigo.

### Modo de Preparo:

Prepare a vinha-d'alhos com vinagre, sal, pimenta-do-reino, alho socado e louro. Limpe e lave a carne. Fure-a com um espeto e, nos furos, introduza tiras de bacon, cenoura e pimentão. Deixe a carne por algumas horas de molho na vinha-d'alhos. Tire da vinha-d'alhos e teste-a no óleo bem quente. Depois de tostada, ponha numa panela com a

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

vinha-d'alhos em que esteve e meio copo d'água. Deixe cozinhar lentamente, pingando água de quando em quando, até a carne ficar macia. Depois tire a carne, côle o molho e engrosse-o com um pouco de farinha de trigo torrada.

### CARPACCIO DE CARNE:

#### Ingredientes:

Com Molho Italiano: 1/2 kg de contrafilé bem limpo (sem nervos e sem gorduras); 3 gemas; 1 colher, das de sopa, de suco de limão; 1 1/2 xícara, das de sopa, de azeite de oliva; 2 colheres, das de chá, de mostarda em pó, do tipo inglês; 2 colheres, das de chá, de molho inglês; 6 colheres, das de sopa, de brodo (ou caldo de carne); 1/2 colher, das de chá, de sal; Pimenta-do-reino preta, moída na hora, a gosto.

Com Molho Parmesão: 1/2 kg de contrafilé bem limpo (sem nervos e sem gorduras); Sal e pimenta-do-reino preta a gosto; 1 colher, das de sopa, de suco de limão; 4 colheres, das de sopa, de azeite; 4 filés de anchova dessalgados (alicci); 60 alcaparras dessalgadas; 8 colheres, das de sopa, de parmesão ralado grosso (em lascas).

#### Modo de Preparo:

##### Com Molho Italiano:

Congele o contrafilé bem limpo. Corte, com faca elétrica, em fatias bem finas. O ideal é cortar na máquina de cortar frios. Pode-se também cortar as fatias finas do contrafilé sem congelar. Depois, coloque cada fatia entre 2 folhas de papel celofane e vá batendo bem devagar para afiná-la. Agora, prepare o molho, tipo maionese, o qual poderá ser feito com batedor normal ou elétrico. Numa tigela, ponha as gemas e principie a bater.

Acrescente o suco de limão e vá colocando aos poucos o azeite, bem devagar, quase gota a gota. Quando já estiver consistente, junte a mostarda, o molho inglês e o brodo, batendo sempre. Tempere com sal e pimenta. Disponha o carpaccio no prato e sobre o mesmo disponha o molho fazendo tirinhas no formato de losangos.

##### Com Molho Parmesão:

Congele o contrafilé bem limpo. Corte, com faca elétrica, em fatias bem finas. O ideal é cortar na máquina de cortar frios. Pode-se também cortar as fatias finas do contrafilé sem congelar. Depois, coloque cada fatia entre 2 folhas de papel celofane e vá batendo bem devagar para afiná-la. Disponha as fatias de carpaccio em 4 pratos. Dissolva o sal e a pimenta no suco de limão e junte azeite, batendo com garfo. Tempere as fatias de carpaccio com esse molho, dispondo-o sobre a carne com o dorso de uma colher de sopa, para distribuí-lo melhor. Pique bem os filés de anchova e espalhe pelos pratos. Distribua também as alcaparras e, finalmente, as lascas de parmesão.

### COELHO DE CAÇAROLA:

Ingredientes: 1 coelho de 1 1/4 kg, aproximadamente; 300 gr de tomates sem pele nem sementes; 50 gr de manteiga ou margarina; Óleo; 1 maço de salsa; 1 cebola pequena; 1 cenoura; 2 cravos; 2 copos de vinho tinto; 1 folha de louro; Sal; Pimenta-do-reino; Salsão.

#### Modo de Preparo:

Limpe, lave bem e corte o coelho em pedaços. Deixe-o macerar durante, pelo menos, 1 hora numa tigela com o vinho, o louro e os cravos. Lave e pique bem a salsa, a cebola, a cenoura e o salsão. Deixe dourar numa panela com a manteiga ou margarina e 1 colher, das de sopa, de óleo. Depois de 10 minutos junte os tomates picados e os pedaços de coelho, bem escorridos. Tempere com sal e pimenta. Tampe a panela e deixe cozinhando em fogo moderado durante 45 minutos. Se o molho secar muito, adicione um pouco de água quente ou caldo. Esta receita tem rendimento para 4 pessoas.

### COUVE-FLOR AU GRATIN:

Ingredientes: 1 couve-flor; 2 colheres, das de sopa, de claybom; 1 xícara, das de chá, de queijo parmesão ralado; 2 colheres, das de sopa, bem cheias de farinha de rosca; Água; Leite; Sal.

#### Modo de Preparo:

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Corte a couve-flor em buquês, lave-a bem e cozinhe com leite, água, em partes iguais, e um pouco de sal. Unte um pirex com claybom. Arrume, por cima, os galhos de couve-flor. Regue com claybom derretido, polvilhe com farinha de rosca e, por cima, espalhe o queijo ralado. Leve ao forno durante uns dez minutos, para corar.

Qualquer outro vegetal au gratin pode ser feito da mesma maneira.

### COUVE À MINEIRA:

Ingredientes: Couve-manteiga; Azeite; Cebola; Sal; Alho.

Modo de Preparo:

Tome um maço de couve-manteiga, tire as folhas dos talos, lave bem, e, pondo umas sobre as outras, enrole-as e com uma faca afiada corte bem fininho. Torne a lavar, deixando-a escorrer num passador. Numa panela deite uma colher bem cheia de azeite, cebola picadinha, sal com alho e, quando o azeite estiver bem quente, junte a couve mexendo com uma colher até que a couve cozinhe. Esta maneira de couve deve ser feita quase na hora de servir, para ficar com um bonito verde. Não deixe cozinhar muito para não amarelar.

### DOBRADINHA COM FEIJÃO BRANCO À MODA DO PORTO:

Ingredientes: 500 gr de dobradinha; 3 xícaras, das de chá, de feijão branco cozido; 2 paiois; 1 cebola pequena icada; cebolinha; 1 dente de alho socado; Sal; Pimenta-do-reino; Pimenta vermelha; Óleo; 2 tomates.

Modo de Preparo:

Limpe a dobradinha, ferva e corte em pedaços compridos. Refogue os temperos no óleo e junte a dobradinha. Acrescente um pouco de água e deixe cozinhar. Quando estiver quase mole, acrescente o paio cortado, em rodela, e o feijão branco já cozido. Deixe no fogo até tudo ficar macio.

### EMPADÃO DE CAMARÃO:

Ingredientes: Da Massa: 2 gemas; 2 colheres, das de sopa, de óleo; 1 colher, das de sopa, de manteiga ou margarina; 120 gr de farinha de trigo; Sal.

Do Recheio: 750 gr de camarões frescos; 2 colheres, das de sopa, de suco de limão; 4 colheres, das de sopa, de óleo; 2 colheres, das de sopa, de manteiga ou margarina; 1 cebola ralada; 1/2 xícara de molho de tomate; 1 lata de ervilhas; 1/4 de xícara de azeitonas picadas; 4 colheres, das de sopa, de salsa picada; 3 colheres, das de sopa, de farinha de trigo; 1 xícara de leite; 2 ovos batidos; 2 colheres, das de sopa, de queijo parmesão ou queijo de minas ralado; Sal; Pimenta-do-reino a gosto.

Modo de Preparo:

Da Massa: Misture as gemas com a manteiga ou margarina, o óleo e sal (a gosto). Junte a farinha de trigo e mexa bem. A massa deve ficar firme e não aderir às mãos. Cubra com o pano e deixe-a descansar durante 1 hora. Estenda a massa bem fina e forme uma fôrma de aproximadamente 25 cm de diâmetro. Reserve metade da massa para cobrir o empadão.

Do Recheio: Descasque, limpe e lave os camarões. Regue-os com suco de limão e tempere-os com sal e pimenta. Aqueça o óleo e a manteiga ou margarina e frite a cebola. Junte os camarões e a seguir o molho de tomates. Tampe a cozinhe em fogo lento. Acrescente água, em quantidade suficiente para formar um pouco de molho. Quando tudo estiver cozido, adicione as ervilhas (escorridas), as azeitonas picadas, a salsa e cozinhe durante mais 5 minutos. Verifique o tempero. Misture a farinha de trigo e o leite, e adicione à panela. Quando a mistura tiver a consistência de creme, retire do fogo.

Recheie a massa (já preparada da fôrma) e adicione os ovos batidos e o queijo bem misturados. Cubra o pastelão com a massa que ficou reservada, enfeite e pincele com gema. Asse em fogo moderado durante 30 ou 35 minutos.

## ESPETINHOS DE CAMARÃO:

### Ingredientes:

1 kg de camarão médio; Limão; Sal; Pimenta-do-reino; Óleo; Alho; Gomos de limão; palitos grandes, próprios para espetos.

Modo de Preparo: Limpe o camarão em água corrente, eliminando toda a areia e arrancando as barbinhas e as cabeças, mas mantendo as casquinhas. Tempere com suco de limão, sal e pimenta-do-reino. Monte os espetinhos, colocando cinco ou seis camarões em cada palito. Frite-os em óleo bem quente, junto com dois ou três dentes de alho inteiros. Escorra em papel absorvente e sirva bem quentes, acompanhados de gomos de limão. Caso vá completar com a guarnição, arrume os espetinhos numa travessa e contorne-a com folhas de alface distribuindo sobre elas rodela de tomates.

(Rendimento para 4 pessoas.)

## FEIJÃO TROPEIRO:

### Ingredientes:

3 xícaras de feijão mulatinho cozido, mas não demais; 5 colheres, das de sopa, de óleo; 1 colher, das de sopa, de cebola batidinha; 1 colher, das de sopa, de sal temperado com alho; 3 xícaras de farinha de mandioca; 4 ovos cozidos ou estrelados; 1 xícara de bacon picado; Linguiça em pedaços grandes para contornar.

Modo de Preparo: Depois de cozido, coe o feijão numa peneira retirando todo o caldo. Esquente numa frigideira o óleo e acrescente a cebola, o bacon e o tempero. Quando bem quente adicione o feijão dê uma boa misturada e coloque a farinha de mandioca aos poucos, mexendo sempre. Deve ficar meio molhadinho. Frite a linguíça e ao colocar o feijão na travessa, guarneça com a mesma, ovos cozidos, cebolas em rodela, azeitonas e galinhos de salsa.

## FEIJOADA COMPLETA:

### Ingredientes:

1 kg de feijão preto; 500 gr de carne seca; 500 gr de lombo salgado; 1 pé de porco; 1 orelha; 1 paio; 500 gr de linguíça; Óleo; 1 cebola batidinha; 3 dentes de alho socado; Farinha de mandioca; Laranja.

### Modo de Preparo:

Ponha o feijão preto de mólho em água fria, de véspera. Em vasilha separada, ponha as carnes de mólho, depois de bem lavadas. Mode a água duas ou três vezes, para tirar bem o sal. Cozinhe feijão e carnes em panelas separadas. Quando o feijão estiver quase cozido, junte tudo na mesma panela. Faça um refogado com o óleo, cebola e alho. Junte algumas colheradas de feijão, amasse e despeje na panela da feijoada. Prove o sal.

Quando tudo estiver cozido, ponha o feijão numa terrina e as carnes numa travessa. Sirva, numa molheira à parte, um mólho frio, feito com pimenta-malagueta amassada, salsa, cebolinhas picadas e bastante caldo de limão. A feijoada é servida com farinha de mandioca e fatias de laranja.

## BRODO:

Ingredientes: 3 pedaços, de mais ou menos 5 cm, de osso de boi com o tutano; 1 carcaça de frango (ou, preferivelmente, 4 asas e 2 pés, para ficar mais magro); 2 talos de salsão; 2 ramos de salsinha; 1 cebola inteira, bem lavada, com a casca; 1 cenoura média, cortada em rodela; 3 ramos de cebolinha verde; 10 grãos inteiros, sem moer, de pimenta-do-reino branca; 1/2 kg de músculo magro cortado em pedaços; 3 litros de água.



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Modo de Preparo: Coloque todos os ingredientes numa panela grande. Cozinhe durante 3 horas no fogo bem baixo. Vá retirando a gordura que se forma à superfície. Pode-se colocar também 1 ovo inteiro, com casca, que vai ajudar a limpar o caldo. Coe numa peneira e deixe esfriar. Depois de 2 horas, coe de novo, num pedaço de pano. (Rendimento: 7 xícaras de chá. )

### CALDO VERDE:

Ingredientes: 250 gr de couve-manteiga; 1 1/2 litro de água; 1/2 colher, das de sopa, de sal; 1 kg de batata; 1 cebola cortada em quatro; 1 dente de alho cortado em dois; 150 ml de azeite de oliva; 12 fatias finas de chouriço.

Modo de Preparo: Prepare a couve. Retire os talos, faça um rolo, como de fosse um "charuto" e corte bem fininho. Reserve. Cozinhe em água com sal as batatas descascadas, a cebola, o alho, a metade do azeite de oliva. Deixe esfriar, leve ao liquidificador e bata bem. Volte ao fogo. Acrescente o que sobrou do azeite. Quando começar a engrossar, 10 minutos antes de servir, aumente o fogo e junte a couve. Quando a couve estiver no ponto, verifique o tempero e junte às fatias de chouriço e sirva.

Receita para 4 a 6 pessoas.

### CREME DE ALFACE:

Ingredientes: 2 pés de alface; 1 colher, das de sopa, de farinha de trigo; 1 colher, das de chá, de manteiga ou margarina; 1 1/2 litro de caldo de galinha; 3 colheres, das de sopa, de queijo parmesão ralado; 1 cebola; 1/2 xícara de leite; Pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Corte a cebola em rodela e deixe-a de molho em água fria com sal durante 1/2 hora. Lave e corte a alface em tiras largas de mais ou menos 1 centímetro.

Leve uma panela ao fogo, acrescente a cebola e o leite e cozinhe um pouco. Junte então o caldo e deixe ferver. À parte, aqueça a manteiga ou margarina, junte a farinha de trigo, sal e pimenta e leve ao fogo até que a farinha doure levemente, mexendo sempre. Adicione então 1 concha de caldo fervente e mexa sem parar até que fique um molho bem liso. Acrescente então o restante do caldo, a alface e o queijo ralado. Mexa bem e sirva.

### CREME DE TOMATE:

Ingredientes: 1 kg de tomates maduros; 50 gr de farinha de trigo; 75 gr de manteiga ou margarina; 1 litro de leite; 1/4 litro de caldo; Sal.

Modo de Preparo: Prepare um molho branco da seguinte forma: Derreta 50 gr de manteiga ou margarina, junte a farinha de trigo e mexe bem com uma colher de pau. Adicione aos poucos o leite quente e o sal e deixe cozinhar até engrossar bem o molho. Mergulhe os tomates durante 1 minuto na água fervendo, para tirar-lhes a pele, e passe-os pela peneira. Adicione-os ao caldo junto com o molho branco. Deixe cozinhar durante 30 minutos, mexendo de vez em quando. Passe pela peneira e acrescente a manteiga ou margarina restante. Este prato pode ser servido com arroz.

### CREME PARMENTIER:

Ingredientes: 800 gr de batata; 90 gr de manteiga ou margarina; 1/2 litro de leite; 1 litro de caldo; 1 alho porro; 2 ovos; Pão de forma; Pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Corte o alho porro em rodela e frite-as com 30 gr de manteiga ou margarina. Acrescente as batatas descascadas e em quadrados pequenos. Adicione o caldo e o leite, bem quentes, e mexe com uma colher de pau. Tempere com sal e pimenta-do-reino. Deixe ferver em fogo brando, até que as batatas desmanchem. Passe pela peneira, acrescente 2 gemas e 40 gr de manteiga ou margarina. Deixe o creme em banho-maria até o momento de levar à massa. Sirva com o pão de forma cortado em quadradinhos e fritos no restante da manteiga ou margarina, ou com a salsa bem picada.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### MINISTRONE:

Ingredientes: 250 gr de repolho; 100 gr de abobrinhas; 1 lata de ervilhas; 100 gr de batatas; 100 gr de macarrão; 50 gr de cenouras; 50 gr de cebolas; 100 gr de feijão; 150 gr de tomates; 50 gr de toucinho; 40 gr de parmesão; 1 talo de aipo; 5 folhas de manjericão; 2 dentes de alho; 4 colheres, das de sopa, de azeite; Salsa a gosto; Sal; Pimenta-do-reino.

Modo de Preparo: Deixe o feijão de molho na véspera. Cozinhe-o durante 1 1/2 h. Adicione então as batatas, as cenouras, os tomates sem pele sem sementes, metade do toucinho e o aipo, tudo cortado em pedaços pequenos. Cozinhe durante mais 1/2 hora. À parte, prepare um refogado com a salsa, o manjericão, o alho e o restante do toucinho, tudo bem picado. Quando estiver pronto, adicione-o à panela. Acrescente o repolho cortado fino e cozinhe mais 10 minutos. Por último, junte o macarrão e as ervilhas e deixe no fogo mais 20 minutos. Sirva com queijo ralado. O minestrone também se come frio nos dias de calor.

#### SOPA DE CEBOLA:

Ingredientes: 1 pão tipo bengala; 4 cebolas; 60 gr de queijo parmesão ralado; 3/4 litro de caldo de carne; 1 copo de vinho branco seco; 1 colher, das de chá, de farinha de trigo; 70 gr de manteiga ou margarina; Óleo; Sal; Pimenta-do-reino.

Modo de Preparo: O caldo pode ser feito com 2 tabletes preparados conforme as instruções da embalagem. Corte o pão em fatias e frite-as em 25 gr de manteiga ou margarina e algumas colheres (de sopa) de óleo. Descasque e corte em fatias finas e refogue-as no restante da manteiga ou margarina. Quando as cebolas estiverem bem macias, adicione a farinha de trigo, mexendo com uma colher de pau. Junte o caldo aos poucos e por último o vinho, e deixe ferver por alguns minutos. Verifique o tempero e, se precisar, adicione sal e um pouco de pimenta. Despeje a sopa numa fôrma refratária, acrescente as fatias de pão e polvilhe com o queijo ralado. Leve ao forno por 10 minutos e sirva bem quente. Se quiser, substitua o vinho por mais caldo de carne. Receita para 4 pessoas.

#### SOPA PAVESA:

Ingredientes: 4 ovos; 1 1/2 litro de caldo de carne ou galinha; 12 fatias finas de pão torrado; Queijo parmesão ralado; Pimenta-do-Reino; Manteiga ou margarina; Sal.

Modo de Preparo: Passe manteiga nas torradas e coloque três em cada prato. Quebre um ovo em cada um, diretamente sobre as torradas. Polvilhe com sal, pimenta-do-reino e bastante queijo parmesão ralado. Despeje o caldo fervente em cada prato e sirva logo. Se quiser, use caldo em tablete.

#### MOLHO DE CAMARÃO:

Ingredientes: 1 colher, das de sopa, de manteiga fresca; 1 colher, das de sopa, de maisena; Leite; 1 Gema de ovo Camarões cozidos.

Modo de Preparo: Leve ao fogo uma colher de manteiga e outra de maisena. Misture e, assim que ferver, junte leite e uma gema. Pronto o molho, adicione-lhe uma boa quantidade de camarões já cozidos. Nota: Ideal para despejar sobre um peixe assado.

#### MOLHO DE TOMATE:

Ingredientes: 2 kg de tomates bem maduros; 1 lata média de massa de tomate; 3 cebolas picadas; 6 cubos de caldo de carne; 1 xícara de catchup; 2 xícaras de óleo; 1 colher, das de sopa, de açúcar; 1 xícara de cheiro verde picadinho; 2 litros de água; Pimenta-do-Reino.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Modo de Preparo: Bata tudo no liquidificador, com exceção do óleo, o caldo de carne, a massa de tomate e a água. Coe os tomates numa peneira e reserve. Numa panela funda, ponha o óleo para esquentar. Quando estiver bem quente, junte o que foi batido no liquidificador mais o resto dos ingredientes, como os caldos de carne e a massa de tomate. Deixe ferver um pouco e, quando começar a grudar no fundo junte a água e deixe até engrossar bem. Retire do fogo, espere esfriar e despeje em vidro bem limpo e enxuto, colocando por cima um dedo de óleo. Guarde na geladeira. Antes de usá-lo acrescente mais água, fervendo-o até que fique bem grosso.

### MOLHO GOLFE:

Ingredientes: 1/2 colher, das de chá, de mostarda (opcional); 1/2 xícara, das de chá, de maionese; 1/2 xícara, das de chá, de catchup; 1/2 xícara, das de chá, de creme de leite, espesso; 25 ml de conhaque; 1 pitada de sal.

Modo de Preparo: Misture bem todos os ingredientes, até conseguir uma mistura homogênea e retifique o tempero de acordo com o seu paladar.

### MOLHO GORGONZOLA:

Ingredientes: 150 gr de queijo tipo gorgonzola; 1 xícara, das de chá, de creme de leite, espesso; 1 colher, das de sopa, de manteiga derretida.

Modo de Preparo: Amasse com um garfo ou bata todos os ingredientes no liquidificador.

### MOLHO MADEIRA:

Ingredientes: 2 colheres, das de sopa, de manteiga; 1 colher, das de sobremesa, rasa, de farinha de trigo; 1 1/2 xícaras, das de chá, de molho de carne assada bem quente; 1 cálice de vinho madeira; 1/2 xícara, das de chá, de cogumelos picados.

Modo de Preparo: Leve ao fogo uma colher, das de sopa, de manteiga e, quando estiver derretida, polvilhe a farinha de deixe-a corar bem, mexendo sempre. Acrescente-lhe o molho de carne, pouco a pouco, mexendo bem após cada adição. Em seguida, junte os cogumelos e o vinho Madeira, deixando ferver em fogo brando. Em separado, derreta a colher de manteiga que sobrou em fogo lento e deixe-a fritar, mexendo sempre até ficar escura. Adicione essa manteiga no molho que preparou, verifique se está bom de sal e pimenta (o molho de carne tem temperos) e, se precisar, adicione um pouco mais. Sirva acompanhando carnes, filés grelhados e rosbife.

### MOLHO TÁRTARO:

Ingredientes: 1 xícara de maionese; 1 colherinha de limão; 1 colher, das de sopa, de mostarda; 2 colheres, das de sopa, de catchup; 1 colher, das de sopa, de cheiro verde; 1 colher, das de sopa, de cebola ralada; 1 colherinha de pimenta-do-reino; Sal.

Modo de Preparo: Misturar tudo. É ótimo para certo tipo de salada e peixe frito.

### MOLHO VINAGRETE:

Ingredientes: 1 colher, das de sopa, de vinagre branco; 1/4 de colher, das de chá, de sal; 1 pitada de pimenta-do-reino branca; 3 colheres, das de sopa, de azeite de oliva.

Modo de Preparo: Misture o sal e a pimenta ao vinagre e junte o azeite, batendo bem com garfo para misturar.

## PONCHE FRIO

Ingredientes :

- ✓ 5 abacaxis;
- ✓ 60 laranjas;
- ✓ 6 garrafas de vinho tinto;
- ✓ 2 garrafas de vinho branco;
- ✓ 6 maçãs;
- ✓ 6 pêras;
- ✓ uvas picadas ao meio;
- ✓ açúcar a gosto;
- ✓ 1 garrafa de champanhe

Modo de Fazer: Descasque os abacaxis, corte-os em pedaços e bata-os no liquidificador. Coe em um pano, preferencialmente numa vasilha de vidro. Junte o caldo de laranjas também coado e coloque a água, os vinhos, as frutas picadas e açúcar a gosto. Leve à geladeira. Na hora de servir, coloque champanhe e bastante gelo.

## PONCHE ANOS DOURADOS

Ingredientes:

- ✓ 1 garrafa de 2 litros de coca-cola
- ✓ 2 porções(americano)de martini doce
- ✓ 1 copo (americano) de champanhe
- ✓ 1 copo(americano) de licor Curuaçu
- ✓ 1 copo (americano) de rum
- ✓ 1 copo (americano) de licor de cereja
- ✓ suco de 1 lata de abacaxi
- ✓ suco de 1 lata de pêssego
- ✓ gelo picado
- ✓ açúcar a gosto
- ✓

**Modo de fazer:** Coloque a coca-cola em uma poncheira ou em uma vasilha grande (mais ou menos 3 litros e meio). Junte o martini, o champanhe, o licor Curuaçu e o rum. Bata no liquidificador o licor de cereja e os sucos de abacaxi e pêssego. Despeje na poncheira e misture. Junte as rodela de abacaxi e os pêssegos cortados em pedaços pequenos. Coloque gelo e, se precisar, um pouco de açúcar. Sirva em taças ou copos fundos.

## PONCHE DA MAGALI

Ingredientes:

- ✓ 1 fatia grossa de melancia
- ✓ 2 fatias de abacaxi
- ✓ 1 lata de Leite Moça
- ✓ 2 vezes a medida da lata de suco laranja
- ✓ 1 fôrma de gelo
- ✓ 1 litro de soda limonada gelada
- ✓ folhas de hortelã

**Rendimento: 12 copos**

Tire as sementes da melancia. Com um boleador, faça bolinhas da polpa da fruta e deixe no congelador por 30 minutos. Corte o abacaxi em cubos e ponha na geladeira. Bata o Leite Moça e o suco de laranja no liquidificador. Junte o gelo, ligando e desligando o aparelho várias vezes para não triturá-lo completamente. Numa travessa, misture as frutas, o Leite Moça e a soda. Mexa tudo e decore com folhinhas de hortelã.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### CREME DE ESPINAFRE COM BANANA NANICA

- ✓ 1 litro de leite
- ✓ 1 maço de espinafre
- ✓ 1 colher (sopa) de amido de milho
- ✓ 1 cebola média
- ✓ 1 colher (sopa) de manteiga
- ✓ 4 dentes de alho amassados
- ✓ Sal ( a gosto )
- ✓ 1 dz de bananas nanica
- ✓ Queijo Minas curado ou parmesão a gosto

##### Modo de Fazer:

Lave o espinafre e passe-o em água quente. Bata no liquidificador o leite, o espinafre já murcho, a cebola e o amido de milho. Passe pela peneira fina. Reserve. Refogue a manteiga, o alho e o sal, jogue o caldo verde e mexa sempre até obter um creme consistente. Coloque em uma vasilha refratária: uma camada de banana frita, uma camada do creme, uma camada de queijo ralado. Repita esta montagem, sendo que de último fique o queijo. Gratine por 10 minutos.

#### SALADA SICILIANA

##### Ingredientes

- ✓ 200 g de presunto cru
- ✓ 200 g de folhas de alface lisa, cressa e americana, radicchio e rúcula
- ✓ 200 g de queijo camembert
- ✓ 60 g de nozes
- ✓ 50 ml de azeite de oliva
- ✓ 50 g de mel
- ✓ 1 limão
- ✓ 20 ml de molho inglês
- ✓ sal a gosto

##### Modo de Preparo:

Escolha um prato raso grande e bem bonito, de preferência redondo. Pense em uma flor, e distribua as folhas alternadamente. Corte o queijo e o presunto em tirinhas longas e finas. Olhe para a flor que você criou e imagine o miolo. Coloque as tirinhas de presunto e queijo formando listras do centro para as bordas do prato. Parta as nozes e salpique sobre a "flor". Por último, prepare o molho. Misture o azeite, o suco de limão, o molho inglês, O mel e sal a gosto. Respire fundo três vezes e regue sua flor. Rendimento: 4 pessoas

#### MOLHO DE IOGURTE COM MOSTARDA

##### Ingredientes

- ✓ 1 copo de iogurte desnatado
- ✓ 50 ml de vinagre branco
- ✓ 100 ml de água
- ✓ 1 colher (café) de mostarda
- ✓ sal a gosto

Modo de Preparo: Misture todos os ingredientes e sirva.

#### MOLHO PARA PEIXES

##### Ingredientes

- ✓ 1 lata de creme de leite

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ 2 colheres de sopa de suco de limão
- ✓ 1 colher de sopa de mostarda
- ✓ 1 colherinha de curry
- ✓ 1 colher de sopa de tempero verde picadinho

Modo de Preparo: Misture todos os ingredientes e aqueça em banho-maria.

## MOLHO VERDE

### Ingredientes

- ✓ 1 cebola grande ou 2 médias picadas
- ✓ 2 molhos de salsa
- ✓ vinagre a gosto
- ✓ sumo de 1 limão
- ✓ sal e pimenta branca em pó para temperar
- ✓ 1 fio de azeite de oliva (a gosto)

Modo de Preparo: Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter a consistência desejada.

## MOLHO FRANCÊS

### Ingredientes:

- ✓ 1/2 xícara de vinagre
- ✓ 1 colher (chá) de mostarda
- ✓ pimenta a gosto
- ✓ 1 colher (chá) de sal
- ✓ 1 colher (sopa) de açúcar
- ✓ 1 xícara de ketchup
- ✓ 3/4 xícara de óleo

Modo de Preparo: Misture todos os ingredientes e bata bem.

Guarde em recipiente bem fechado no refrigerador.

## CREME DE LEITE AZEDO

Tempo de Preparo: 1 hora    Rendimento: 10 porções

### Ingredientes:

- ✓ 1 copo (tipo americano) de creme de leite fresco
- ✓ gotas de limão

### Modo de Preparo

Retire 4 colheres (sopa) de creme de leite fresco e misture com as gotas de limão. Mexa bem e deixe descansar para que engrosse. Repita a operação até que todo o creme de leite acabe

## PIZZA DE COGUMELO E MOZARELA

Tempo de Preparo: 1 e 1/2 hora    Rendimento: 8 a 12 porções

### Ingredientes:

- ✓ 1 receita de Massa de Pizza
- ✓ 12 ou mais cogumelos secos (tipo funghi secchi)
- ✓ 8 colheres (sopa) de azeite de oliva
- ✓ 4 xícaras (chá) de cogumelo fresco ou em conserva cortado em fatias finas

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ sal a gosto
- ✓ 2 xícaras (chá) mozzarella ralada picada
- ✓ pimenta-do-reino a gosto

#### Modo de Preparo:

Prepare a massa. Cubra os cogumelos secos com água morna e deixe por 30 minutos ou mais. Unte bem 2 fôrmas de pizza com azeite. Coloque um dos círculos em uma fôrma e vá apertando e esticando a massa para forrar todo o fundo em uma espessura uniforme. Repita a operação com a outra metade (esta massa não é para ser estendida com o rolo). Cubra as fôrmas e deixe a massa descansar em lugar quente por 30 minutos. Enquanto isso, aqueça o forno a 175°C. Espalhe, sobre cada pizza, uma camada de cogumelo fresco. Polvilhe ligeiramente com sal. Cubra com a mozzarella e polvilhe com bastante pimenta. Regue com o restante do azeite. Leve ao forno e asse até a mozzarella derreter (cerca de 15 minutos). Transfira as fôrmas para a posição mais baixa do forno e deixe por mais 5 minutos para que a massa fique crocante.

## I O G U R T E

**Tempo de preparo: 3 horas e 10 min Calorias por 100 ml: 46,00 Rendimento: 5 copos**

#### Ingredientes:

- ✓ 1 litro de leite desnatado
- ✓ 2 colheres (sopa) de leite em pó desnatado
- ✓ 1 iogurte pequeno desnatado

Ferva o leite e deixe-o esfriar até que, ao mergulhar a ponta do dedo, você consiga suportar o calor. Dissolva o leite em pó no iogurte, mexendo bem. Junte ao leite fervido e misture bem. Coloque numa vasilha de louça, cubra com um pano grosso para manter o calor e deixe por 3 horas. Depois de pronto, leve à geladeira e sirva a gosto.

## OMELETE COLORIDA

Tempo de Preparo: 15 minutos Rendimento: 2 porções

#### Ingredientes:

- ✓ 5 ovos
- ✓ 1/4 de xícara (chá) de leite
- ✓ 1/4 de xícara (chá) de maionese
- ✓ 1/2 xícara (chá) de presunto picadinho
- ✓ 1/4 de xícara (chá) de queijo prato ralado
- ✓ 2 colheres (sopa) de cebola picada
- ✓ 1 tomate picadinho sem semente
- ✓ 1/2 pimentão verde picadinho
- ✓ sal e pimenta-do-reino a gosto
- ✓ 1 colher (sopa) de salsinha picada

#### Modo de Preparo

Coloque os ovos em uma vasilha e bata por alguns segundos. Adicione o leite e a maionese e torne a bater até incorporar bem os ingredientes. Junte os demais ingredientes, exceto a salsinha. Mexa bem e leve ao microondas em uma omeleteira ou em um Tenha sempre o cuidado de colocar em direção ao centro as partes já firmes da omelete. Tire do forno, junte a salsa picada, mexa bem e volte ao forno por mais 3 a 5 minutos em potência média. Retire-o do microondas e deixe descansar por 2 minutos antes de servir.

## MASSA DE PIZZA

**Tempo de Preparo: 40 minutos**

Rendimento: 2 pizzas de 30 cm de diâmetro

#### Ingredientes:

- ✓ 2 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- ✓ 2 colheres (sopa) de azeite de oliva
- ✓ 1 e 1/2 colher (sopa) de fermento Fleischmann

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ 1 xícara (chá) de água morna

#### Modo de Preparo:

Coloque a farinha de trigo em uma tigela e misture o azeite. Dissolva o fermento na água morna e incorpore à farinha, misturando bem com uma colher de pau e uma espátula de plástico. Depois trabalhe com as mãos, até obter uma massa um pouco pegajosa. Forme uma bola com a massa, cubra com um guardanapo e deixe repousar em lugar quente por 30 minutos até crescer. Trabalhe um pouco a massa com as mãos, levemente enfarinhadas, e forme uma bola. Divida-a do meio e amasse ligeiramente cada metade, obtendo dois círculos espessos.

## TORTA DE QUEIJO

Tempo de Preparo: 1 e 1/2 hora

Rendimento: 10 a 12 porções

#### Ingredientes:

- ✓ 200 gramas de farinha de trigo
- ✓ 200 gramas de farinha integral
- ✓ 200 gramas de manteiga
- ✓ sal a gosto
- ✓

#### Recheio

- ✓ 500 gramas de queijo branco
- ✓ 1/2 litro de leite
- ✓ 1 ovo
- ✓ 1 colher (sobremesa) de parmesão ralado
- ✓ 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- ✓ 1 pitada de fermento em pó

#### Modo de Preparo:

Prepare a massa colocando os ingredientes em uma tigela e amassando bem até que a mistura fique bem homogênea. Unte com manteiga uma fôrma redonda para torta. Abra a massa em círculo com um rolo e forre o fundo da fôrma. Despeje o recheio e leve a torta para assar em forno brando por 50 minutos.

Recheio: Coloque todos os ingredientes no liquidificador. Bata bem e utilize.

## BRÓCOLIS COM ALHO

Tempo de preparo: 30 minutos

Calorias por porção: 64

Rendimento: 5 porções

- ✓ 700 gramas de brócolis limpo
- ✓ sal a gosto
- ✓ 1 colher (café) de azeite
- ✓ alho a gosto
- ✓ fondor a gosto

Leve ao fogo uma panela com bastante água, junte o sal e, quando estiver fervendo, coloque o brócolis e cozinhe por alguns minutos, deixando-o al dente. Escorra e reserve. Coloque o azeite numa frigideira, junte o alho cortado em lâminas e leve ao fogo até ficar ligeiramente dourado. Acrescente o brócolis, tempere com o fondor, misture bem e refogue por alguns minutos. Sirva em seguida.

## PÃO DE MILHO

Tempo de Preparo: 30 minutos

Rendimento: 6 porções

#### Ingredientes:

- ✓ 2 xícaras (chá) de farinha de milho amarela
- ✓ 1 xícara (chá) de farinha de trigo



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ 3 colheres (chá) de fermento em pó
- ✓ 1 pitada de sal
- ✓ 3 ovos ligeiramente batidos
- ✓ 1 e 1/2 xícara (chá) de leite
- ✓ 1/2 xícara (chá) de manteiga derretida

#### Modo de Preparo:

Misture as farinhas de milho e de trigo em uma tigela grande. Junte o fermento e o sal e misture bem os ingredientes. Adicione o ovo e o leite, e bata até obter uma massa homogênea. Acrescente a manteiga derretida e mexa até incorporá-la bem. Coloque em uma fôrma quadrada ou retangular previamente untada com manteiga e leve ao forno pré-aquecido à temperatura de 220°C por 20 minutos. Retire do forno e corte em quadrados. Sirva imediatamente.

## CAMARÃO À BAIANA

Tempo de Preparo: 45 minutos

Rendimento: 6 porções

#### Ingredientes:

- ✓ 2 cebolas médias raladas
- ✓ 2 colheres (sopa) de manteiga
- ✓ 2 colheres (sopa) de óleo
- ✓ 3 dentes de alho amassados
- ✓ 1 quilo de tomate sem pele e sem semente batido no liquidificador
- ✓ 1 quilo de camarão médio limpo
- ✓ 1 colher (sopa) de pimenta dedo-de-moça
- ✓ 1 vidro pequeno de leite de coco
- ✓ sal a gosto

#### Modo de Preparo:

Leve ao fogo uma panela com a cebola, a manteiga, o óleo e o alho e frite-os por 3 minutos. Junte o tomate, tempere com sal e deixe em fogo baixo por 15 minutos, ou até obter um molho denso. Passado esse tempo, junte o camarão e a pimenta. Deixe no fogo até que o camarão esteja cozido e o molho bem denso (cerca de 10 minutos). Adicione o leite de coco, deixe ferver por mais 2 minutos. Sirva em seguida.

## RISOTO MISTO

Tempo de Preparo: 1 hora e 20 minutos - Rendimento: 4 porções

#### Ingredientes:

- ✓ 300 gramas de palmito em lata
- ✓ 300 gramas de presunto
- ✓ 4 tomates sem pele e sem sementes
- ✓ 2 colheres (sopa) de caldo de carne granulado
- ✓ 2 xícaras (chá) de arroz cru
- ✓ 1 cebola ralada
- ✓ 2 colheres (sopa) de pimentão picado
- ✓ 5 colheres (sopa) de salsa picada
- ✓ 5 colheres (sopa) de cebolinha picada
- ✓ 300 gramas de lingüiça calabresa moída
- ✓ 200 gramas de ervilha fresca
- ✓ 1 xícara (chá) de leite
- ✓ 1 xícara (chá) de margarina
- ✓ 200 gramas de parmesão ralado
- ✓ sal a gosto

#### Modo de Preparo:

Pique o palmito, o presunto e o tomate (este em pedaços bem pequenos). Dissolva o caldo de carne em um pouco de água quente. Reserve. Unte um pirex grande com margarina ele deverá ser preenchido até a metade de sua capacidade). Misture o arroz, a cebola, o tomate, o pimentão, a salsa, a cebolinha, a lingüiça, o presunto, o palmito, a ervilha e a metade do queijo ralado. Ponha a mistura no pirex. No liquidificador coloque o caldo reservado, o leite, a

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

margarina e o sal (convém lembrar-se de que o queijo, a margarina e o caldo já são salgados e que não é bom exagerar). Bata-os rapidamente (30 segundos) e, em seguida, derrame-o sobre o arroz. Certifique-se de que metade do pirex continua vazio. Polvilhe com o restante do queijo ralado e leve o risoto ao forno, preaquecido a 200°C, por cerca de 1 hora.

## ENROLADOS DE FOLHA DE PARREIRA

Tempo de Preparo: 3 horas - Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- ✓ 1/2 quilo de folha de parreira tenra e escolhida
- ✓ 3 tomates cortados em rodelas
- ✓ 1/2 quilo de músculo cozido cortado em fatias
- ✓ caldo de 1 limão grande
- ✓ sal e pimenta síria a gosto

Recheio:

- ✓ 1/2 quilo de alcatra moída
- ✓ 1 xícara (chá) de arroz lavado
- ✓ 1 colher (sobremesa) de manteiga
- ✓ sal e pimenta síria a gosto
- ✓ 3 colheres (sopa) de caldo de músculo

Modo de Preparo:

Corte os cabinhos das folhas de parreira bem rentes, lave-as em água quente e enxugue-as. Estenda as folhas com a parte lustrosa para baixo. Espalhe o recheio, acampanhando as nervuras e dando uma forma alongada. Comece a enrolar a folha. Após dar a primeira volta, dobre as extremidades para dentro. Continue a enrolar até terminá-la (a folha deve ser pequena para que não seja preciso dar muitas voltas, o que dificulta o cozimento). A seguir, forre o fundo de uma panela com algumas folhas de parreira abertas. Cubra-as com o tomate e o músculo. Disponha os enrolados em camadas e, entre uma e outra, espalhe o sal, a pimenta e o suco de limão. Leve ao fogo baixo com a panela tampada por 40 a 50 minutos ou até que esteja cozido.

Recheio:

Misture, sem amassar, a carne, o arroz e a manteiga. Tempere com sal e pimenta. Acrescente aos poucos o caldo de músculo, até que fique bem misturado.

## LOMBINHO COM AMÊNDOAS

Tempo de Preparo: 1 hora Rendimento: 6 porções

Ingredientes:

- ✓ 6 filés de lombo (200 g cada)
- ✓ suco de 2 limões
- ✓ 1/2 xícara (chá) de conhaque
- ✓ 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- ✓ 3 gemas batidas
- ✓ 150 g de manteiga
- ✓ 1 xícara (chá) de amêndoas cortadas em lâminas
- ✓ e torradas por 3 minutos em forno 150°C
- ✓ 1 xícara (chá) de calda da cereja
- ✓ 1 colher (sobremesa) de maisena
- ✓ 15 cerejas ao marasquino
- ✓ sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de Preparo:

Bata levemente os filés. Tempere com sal, pimenta, suco de limão e conhaque. Deixe-os nesse tempero por 20 minutos. Passe-os na farinha de trigo. Em uma frigideira, aqueça a manteiga por 2 minutos e doure os filés por 5 minutos de cada lado, colocando-os em uma travessa. Depois que todos fritos, ponha, por cima, as amêndoas. Separe 3/4 da calda cereja. Derrame em uma frigideira e aqueça-a. Dissolva a maisena na calda restante e junte à

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

calda quente. Mexa até engrossar. Espalhe-a sobre os filés, decore com cerejas e leve ao forno por 5 minutos na temperatura mínima (80°C).

## RISOTO DE CAMARÃO

Tempo de preparo: 35 minutos

Calorias por porção: 200

Rendimento: 5 porções

Ingredientes:

- ✓ 5 g de cebola ralada
- ✓ 1 dente de alho amassado
- ✓ 3 tomates maduros sem sementes picados
- ✓ 500 g de camarão sem casca
- ✓ 200 g de palmito picado
- ✓ 6 colheres (sopa) de arroz cozido
- ✓ 1 lata de ervilha coentro e cheiro-verde a gosto

Refogue a cebola, o alho e o tomate formar um molho. Junte o camarão e deixe cozinhar. Coloque o palmito, o arroz e por último o cheiro-verde, o coentro e a ervilha. Misture bem e sirva.

## LOMBO NA NEVE COM ARROZ À GREGA

Tempo de Preparo: 3 horas - Rendimento: 12 porções

Ingredientes

- ✓ - 2 quilos de lombo de porco
- ✓ 1 colher (sopa) de sal
- ✓ 3 dentes de alho socados
- ✓ 1 colher (café) de pimenta-do-reino
- ✓ 1/2 colher (café) de colorau
- ✓ 1/2 litro de vinho branco seco
- ✓ 2 folhas de louro
- ✓ 1/2 litro de óleo
- ✓ 3 claras
- ✓ 1/2 colher (sopa) de parmesão ralado

Modo de Preparo:

Coloque o lombo em uma travessa funda e tempere-o com o sal, o alho, a pimenta, o colorau, o vinho e o louro. Deixe o lombo tomar gosto por 6 horas. Coloque-o em uma travessa, junte o óleo e leve ao forno quente por 1 hora. Regue o lombo de vez em quando com o próprio molho. Vire o lombo e deixe-o assar por mais 30 minutos. Depois, coloque-o em uma travessa. Bata as claras em neve. Espalhe-as sobre o lombo e polvilhe-as com queijo ralado. Leve o assado ao forno quente por 10 minutos Acompanhe-o com arroz à grega.

## BRÓCOLIS COM MOLHO CREMOSO

Tempo de preparo: 15 minutos

Calorias por porção: 90,00

Rendimento: 4 porções

- ✓ 2 colheres (sopa) de margarina light
- ✓ 2 cebolas pequenas raladas
- ✓ 1 dente de alho amassado
- ✓ 1 colher (chá) de farinha de trigo
- ✓ 500 g de brócolis leite desnatado

Coloque em uma fôrma refratária a margarina, a cebola e o alho; leve ao microondas em potência alta por 2 minutos. Adicione a farinha de trigo, misture bem e vá juntando o leite até formar um mingau. Adicione o brócolis, misture bem, tampe e leve ao microondas em potência média por 5 a 7 minutos, ou até o brócolis amaciar.

## PÃO DE CENOURA

Tempo de preparo: 1 hora

Calorias por porção: 70

Rendimento: 8 porções

Ingredientes:

- ✓ 2 cenouras médias raladas
- ✓ 1 xícara (chá) de água morna
- ✓ 1 tablete de fermento fleischmann
- ✓ 1 colher (sopa) de adoçante em pó
- ✓ 1 cebola pequena ralada
- ✓ 1 colher (sopa) de margarina light
- ✓ 1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- ✓ 2 dentes de alho amassados

Corte a cenoura e passe-a pelo processador junto com a água; reserve. Misture o fermento e o adoçante até formar uma pasta, adicione a cenoura reservada e misture bem. Aqueça a margarina e doure a cebola e o alho. Quando estiverem ligeiramente dourados, adicione à mistura de cenoura, misture bem e junte aos poucos a farinha, mexendo até que esteja bem incorporada. Despeje numa fôrma para pão retangular média (tipo bolo inglês) e deixe crescer por 1 hora. Asse em forno pré-aquecido a 175°C por 25 minutos.

## Purê de Batata

Tempo de preparo: 20 minutos

Calorias por porção: 285,00

Rendimento: 4 porções

Ingredientes:

- ✓ 1/2 xícara (chá) de leite desnatado
- ✓ 2 colheres (chá) de margarina light
- ✓ 1 colher (chá) de sal
- ✓ 1 colher (sopa) de fermento em pó
- ✓ 1 xícara (chá) de farinha de trigo +/-
- ✓ Cobertura:
- ✓ 3 tomates bem picados sem pele e sem semente
- ✓ sal a gosto
- ✓ 1 colher (sopa) de orégano
- ✓ 100 g de queijo cottage
- ✓ 100 g de mussarela folhas de rúcula

Junte os ingredientes da massa e amasse com as mãos até obter uma massa homogênea. Abra com o rolo formando 4 discos de pizza. Leve a massa ao forno por 12 minutos. Tempere os tomates com sal e orégano. Espalhe sobre os discos já assados, distribua por cima o queijo cottage isturado com a mussarela ralada e as folhas de rúcula. Leve novamente ao forno.

## Pizza de Queijos com Rúcula

Tempo de preparo: 30 minutos

**Calorias por porção: 230,00**

Rendimento: 4 porções

Ingredientes

- ✓ 1/2 xícara (chá) de leite desnatado
- ✓ 2 colheres (chá) de margarina light
- ✓ 1 colher (chá) de sal
- ✓ 1 colher (sopa) de fermento em cerca de 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- ✓ Cobertura:
- ✓ 3 tomates bem picados sem pele e sem semente sal a gosto
- ✓ 1 colher (sopa) de orégano

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ 100 g de queijo cottage
- ✓ 100 g de mussarela folhas de rúcula

Junte os ingredientes da massa e amasse com as mãos até obter uma massa homogênea. Abra com o rolo, formando 4 discos de pizza. Leve a massa ao forno por 12 minutos. Tempere os tomates com sal e orégano. Espalhe sobre os discos já assados, distribua por cima o queijo cottage misturado com a mussarela ralada e as folhas de rúcula. Leve novamente ao forno por mais 8 minutos.

### ***Nhoque de Ricota***

tempo de preparo: 1 e 1/2 hora

calorias por porção: 364,00

rendimento: 5 porções

Ingredientes:

- ✓ 675 g de ricota
- ✓ 1 ovo
- ✓ 1 colher (café) de noz-moscada ralada sal (o mínimo)
- ✓ 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- ✓ Molho:
- ✓ 1 cebola média ralada
- ✓ 12 dentes de alho amassados
- ✓ 400 g de polpa de tomate
- ✓ 250 g de purê de tomate
- ✓ 1 cenoura picada
- ✓ 1 copo (requeijão) de leite desnatado algumas folhas de manjeriço

Passa a ricota por uma peneira fina e misture com o ovo, a noz-moscada e o sal. Junte a farinha aos poucos, amassando com as mãos até obter uma mistura firme - para formar os nhoques. Pegue pequenas porções de massa, forme cordões e corte-os em pedacinhos. Amasse-os ligeiramente com um garfo e vá colocando-os sobre uma superfície enfarinhada ou um pano. Ferva 4 litros de água. Vá colocando os nhoques aos poucos. Quando subirem à tona, retire-os com uma escumadeira e coloque-os num escurridor. Passe-os abundância; escorra-os. Coloque-os numa travessa, cubra com o molho e sirva.

Molho:

Numa panela antiaderente dê uma ligeira fritada na cebola e no alho. Junte a polpa e o purê de tomate, a cenoura, o leite e as folhas de manjeriço. Mexa bem e cozinhe em fogo brando por 1h30min com a panela tampada, mexendo de vez em quando. Se necessário, vá colocando água aos poucos. Quando o molho estiver bem apurado, retire-o do fogo e passe-o por uma peneira.

### **Salpicão de Legumes**

Tempo de preparo: 30 minutos

Calorias por porção: 102,00

Rendimento: 5 porções

- ✓ 100 g de maçã em cubinhos
- ✓ 10 g de suco de limão
- ✓ 100 g de cenoura ralada
- ✓ 50 g de repolho cortado bem fininho
- ✓ 70 g de pimentão vermelho em tirinhas
- ✓ 1 talo de salsão cortado bem fininho
- ✓ 50 g de ervilha escorrida
- ✓ 25 g de uva passa sal a gosto

Molho:

- ✓ 1 colher (sopa) de maionese light
- ✓ 1 colher (sopa) de molho inglês
- ✓ 1 colher (sopa) de mostarda
- ✓ 2 colheres (sopa) de iogurte desnatado sal a gosto.

Coloque a maçã numa tigela, regue com o suco de limão e reserve. Escalde, separadamente, em água salgada fervente, a cenoura, o repolho, os pimentões e o salsão. Coloque os legumes escaldados numa travessa, junte a maçã escorrida, a ervilha e a uva passa. Misture bem. Junte os ingredientes do molho, mexa bem e despeje-os sobre os legumes. Misture novamente e leve à geladeira por alguns minutos antes de servir.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### **Molho de Iogurte com Cebolinha**

Tempo de preparo: 5 minutos

Calorias por colher: 14,00

Rendimento: 1 xícara

1 iogurte desnatado

2 colheres (sopa) de vinagre

1 colher (sopa) de mostarda

1 colher (sopa) de cebolinha verde

Coloque todos os ingredientes no liquidificador e bata até obter um creme. Use para temperar saladas.

#### **Peito de Frango com Recheio de Brócolis**

Tempo de preparo: 1 hora

Calorias por porção: 316,00

Rendimento: 6 porções

6 filés de peito de frango batidos

sal a gosto

1 dente de alho esmagado

2 colheres (sopa) de vinho Madeira

2 colheres (sopa) de parmesão ralado

1/2 xícara (chá) de queijo suíço

2 xícaras (chá) de brócolis cozido

1 colher (sobremesa) de óleo de milho

Tempere os filés com sal e alho e regue com o vinho; deixe marinar por 15 minutos. Misture os queijos e espalhe uniformemente sobre o frango. Coloque alguns ramos de brócolis e enrole como um rocambole; prenda com um palito. Leve ao fogo uma frigideira com o óleo, espere aquecer, abaixe o fogo e grelhe os rolinhos, primeiro de um lado e depois do outro, até que dourem e a carne fique cozida.

#### **Bolo de Iogurte**

##### Ingredientes

- ✓ copo de iogurte natural
- ✓ 2 copos de farinha de trigo
- ✓ 2 copos de açúcar
- ✓ 1/2 de azeite
- ✓ 4 ovos
- ✓ 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- ✓ 1 lata de leite condensado
- ✓ 3 colheres de chocolate em pó
- ✓ 1 colher de margarina

##### Modo de Preparo

MASSA: Bata os ovos com o açúcar até ficar esbranquiçado. Adicione os outros ingredientes aos poucos, juntando por último a farinha e o fermento.

COBERTURA: Misture tudo e cozinhe por 6 minutos em fogo brando até ficar homogêneo, mexendo sempre para evitar a formação de bolinhas.

#### **Frango Desfiado ao Molho Bechamel**

##### Ingredientes

- ✓ 2 peitos de frango
- ✓ 2 pacotes de molho bechamel
- ✓ 1/2 cebola ralada
- ✓ 2 tomates maduros
- ✓ 1 pacote de queijo ralado
- ✓ 1 lata de milho verde
- ✓ 1 cenoura picada em miúdos
- ✓ 2 dentes de alho

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ sal e pimenta-do-reino a gosto
- ✓ batata palha e arroz para acompanhamento

#### Modo de Preparo

Coloque a cenoura para cozinhar já picada e reserve. Separe as peles dos peitos de frango e frite no alho em uma panela de pressão. Depois de douradas, acrescente o peito de frango bem temperado e deixe fritar. Acrescente água, tampe a panela e cozinhe. Enquanto o frango cozinha, prepare o molho bechame (segundo as instruções do verso) e reserve. Cozinhe os tomates em água fervendo, tire a pele e bata no liquidificador. Quando o frango já estiver cozido, desfie e reserve. Pré-aqueça o forno em temperatura alta. Em uma outra panela, frite em óleo a cebola até dourar. Acrescente o tomate e deixe refogar. Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto. Acrescente o frango desfiado, o milho, a cenoura, e por último o molho bechamel. Coloque tudo em um refratário, cubra com queijo ralado e leve ao forno já aquecido para gratinar. Quando o queijo estiver bem dourado, sirva com arroz e batata palha.

#### Creme de Milho

##### Ingredientes

- ✓ 6 copos de leite
- ✓ 2 latas de milho (deixe um pouco do milho reservado)
- ✓ noz-moscada ralada
- ✓ 6 colheres (sopa) de maisena
- ✓ 2 colheres (sopa) de manteiga
- ✓ sal a gosto

##### Modo de Preparo

Bata no liquidificador 3 xícaras de leite com o milho. Acrescente a manteiga, leve ao fogo e deixe ferver. Misture o restante do leite com a manteiga já dissolvida. Vá mexendo até engrossar. Enfeite com o milho reservado e sirva quente.

#### Molho Pesto

##### Ingredientes

- ✓ 2 colheres (sopa) de castanhas torradas
- ✓ 1/2 xícara de azeite
- ✓ 2 colheres (sopa) de água
- ✓ 1 colher (chá) de sal grosso
- ✓ 1 pires cheio de manjeriço fresco
- ✓ 50 g de queijo parmesão ralado
- ✓ 50 g de queijo pecorino ralado
- ✓ 2 dentes de alho

##### Modo de Preparo

Bata no liquidificador o manjeriço, a água, o alho e o sal. Após iniciar a liquefação, vá adicionando os outros ingredientes aos poucos. Coloque mais azeite, se necessário, para obter uma pasta grossa e homogênea. Além de servir tradicionalmente com fettuccini ou espaguete ao alho e óleo, pode-se também servir como antepasto, passando-o na panhoca (pão italiano).

#### Farofa de Banana

##### Ingredientes

- ✓ 3 colheres (sopa) de manteiga
- ✓ 1 colher (sopa) de óleo
- ✓ 1 cebola ralada
- ✓ 3 bananas nanicas cortadas em rodela
- ✓ 1 tablete de caldo de bacon
- ✓ 1 xícara (chá) de farinha de milho
- ✓ meia xícara (chá) de azeitonas verdes picadas
- ✓ 1 ovo cozido picado
- ✓ meia xícara (chá) de salsa picada

##### Modo de Preparo

Aqueça a manteiga e o óleo e doure a cebola. Junte as bananas e o caldo de bacon, mexendo para que não grude na frigideira. Misture as azeitonas, o ovo e a salsa. Sirva acompanhando carne de porco, frango assado ou lingüiça frita.

### **Creme de Batata Rápido**

#### Ingredientes

- ✓ 1 cebola média
- ✓ 2 dentes de alho socado
- ✓ 4 fatias de bacon
- ✓ 2 colheres (sopa) de azeite
- ✓ 1 pires de cebolinha e salsinha verde picados

#### Modo de Preparo

Lave muito bem as batatas com a ajuda de uma escovinha, mas não tire a casca. Ponha para cozinhar numa panela funda com água cobrindo as batatas, e deixe até que fiquem macias. Depois de cozidas, espere que esfriem um pouco rale no liquidificador com a própria água do cozimento e reserve. Pique muito bem todos os temperos, inclusive o bacon. Em uma panela, doure primeiramente o bacon, junte o alho e a cebola, e deixe dourar levemente. Em seguida junte o creme de batatas, verifique o sal e se necessário acrescente uma pitada. Mexendo sempre, cozinhe por uns 10 minutos. Decore com a cebolinha e a salsinha e sirva quente, acompanhado de pão fresco.

### **Kibe Frito**

#### Ingredientes

- ✓ 1/2 kg de carne moída
- ✓ 1/2 kg de trigo
- ✓ 1 cebola
- ✓ 1 colher de manteiga
- ✓ 1 colher (sopa) de sal
- ✓ 3 ramos de hortelã
- ✓ 1 litro de água fervendo
- ✓ 1 lata de óleo

#### Modo de Preparo

Em uma tigela grande, coloque o trigo e despeje a água fervendo. Com este procedimento, o trigo absorverá a quantidade exata para o seu crescimento. Assim que esfriar, acrescente todos os ingredientes restantes e misture a massa misturando com as mãos. Molde os Kibes e coloque-os para fritar. A receita rende cerca de 70 kibes pequenos.

### **Arroz de Forno**

#### Ingredientes

- ✓ arroz
- ✓ carne moída, frango ou salsicha picada
- ✓ milho e ervilha
- ✓ queijo ralado
- ✓ orégano
- ✓ cebola
- ✓ manteiga
- ✓ 1/2 cubo de caldo de galinha
- ✓ cebolinha

#### Modo de Preparo

Cozinhe o arroz a seu gosto, com ou sem tempero. Faça um molho branco com a cebola, a manteiga, o caldo de galinha e a cebolinha verde.

Deixe o molho em ponto de creme. Em um refratário, misture ao arroz carne moída levemente ensopada, frango ou salsicha picadinha frita, de acordo com seu gosto. Se preferir, adicione milho e ervilha. Para finalizar, adicione o molho branco e misture bem. Espalhe por cima uma camada de molho que cubra bem o arroz, e polvilhe muito queijo ralado e formar uma casquinha crocante em cima.

### **Lasanha de Abobrinha**

#### Ingredientes



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ 1/2 kg de carne moída
- ✓ 2 col (sopa) de azeite
- ✓ 1 cebola média picada
- ✓ 3 tomates sem pele e sem sementes
- ✓ 700 g de abobrinhas cortadas em lâminas
- ✓ 2 col de de extrato de tomate
- ✓ 2 tabletes de caldo de galinha
- ✓ sal a gosto

#### Molho

· 2 col (sopa) de manteiga ou margarina

- ✓ 2 col (sopa) de maisena
- ✓ 2 xícaras (chá) de leite
- ✓ 1 copo de requeijão
- ✓ 250 g de mussarela picada
- ✓ sal e pimenta-do-reino

#### Modo de Preparo

Misture o leite, a manteiga, a maisena, sal e a pimenta. Leve ao fogo mexendo sempre até engrossar. Retire do fogo e junte o requeijão. Misture e reserve. Frite as aborinhas cortadas em lâminas e reserve. Frite a carne moída no óleo. Junte a cebola e os tomates. Dissolva o tablete de caldo de carne em 1/2 xícara de água fervente. Em um refratário untado, coloque metade da aborinha em camada. Espalhe a carne e o molho branco reservado. Torne cobrir com a abobrinha restante e por fim uma lata de molho de tomate, orégano e a mussarela. Leve ao forno a 200°C por 30 minutos.

#### Frango com Requeijão

##### Ingredientes

- ✓ 1 kg de peito de frango cortado em cubinhos
- ✓ 1 cebola pequena picada
- ✓ 1 copo de requeijão cremoso
- ✓ 3 tomates maduros descascados
- ✓ 1 pimentão cortado em fatias finas
- ✓ 2 dentes de alho
- ✓ azeite para refogar
- ✓ batata palha
- ✓ sal e pimenta a gosto

##### Modo de Preparo

Refogue a cebola e o alho no azeite.

**Acrescente o frango e deixe dourar. Em seguida, junte o tomate cortado em pedaços pequenos e o pimentão, deixando refogar bem. Tempere com o sal e a pimenta. Coloque um pouco de água e deixe cozinhar até o frango ficar bem macio. Quando se formar um molho mais espesso, desligue o fogo. Espalhe todo o requeijão no fundo de um refratário. Em seguida, despeje o frango refogado e cubra tudo com a batata palha. Sirva em seguida para evitar que a batata amoleça.**

#### Molho de Cenoura

##### Ingredientes

- ✓ 3/4 de xícara (chá) de vinagre de vinho branco
- ✓ 3/4 de azeite de oliva
- ✓ 1 colher (sopa) de óleo de milho
- ✓ 2 folhas de louro
- ✓ 3 cenouras raladas
- ✓ 4 colheres de sopa de cheiro verde
- ✓ 1 cebola

##### Modo de Preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Sirva sobre saladas verdes e frangos e peixes grelhados.

#### Camarões ao Molho de Queijo

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### Ingredientes

- ✓ 500 g de camarões grandes
- ✓ sal e pimenta do reino a gosto
- ✓ 1 colher (sopa) de manteiga
- ✓ 1 lata de creme de leite
- ✓ 1/4 xícara (chá) de conhaque
- ✓ 3 colheres (sopa) de cebola ralada
- ✓ 1/2 copo de requeijão cremoso
- ✓ 1 colher (café) de mostarda
- ✓ farinha de rosca torrada

#### Modo de Preparo

Tempere os camarões com sal e pimenta do reino. Coloque-os em um refratário redondo e fundo, respingado com água. Tampe e leve ao forno de microondas por 3 a 4 minutos em potência alta. Escorra os camarões e arrume-os no refratário redondo raso com bolinhas de manteiga. Regue com conhaque, salpique a cebola ralada e cubra tudo com creme de leite, misturando ao requeijão e à mostarda. Polvilhe com queijo ralado e um pouco de farinha de rosca. Leve ao forno de microondas por mais 4 a 5 minutos em potência alta. Sirva com arroz e vinho branco.

#### Molho de Brócolis

#### Ingredientes

- ✓ 1 buquê de brócolis cozido
- ✓ 1 colher (sopa) de manteiga aquecida
- ✓ 1 lata de creme de leite
- ✓ 2 dentes de alho
- ✓ 1 galinho de tomilho
- ✓ 2 colheres (sopa) de nozes

#### Modo de Preparo

Bata no liquidificador todos os ingredientes com exceção do creme de leite. Coloque tudo em uma panela. Ponha o creme de leite e deixe reduzir. Sirva em saladas e frango.

#### Patê Chileno de Nozes

#### Ingredientes

- ✓ 200 g de queijo gorgonzola picado
- ✓ 1 xícara (chá) de nozes
- ✓ 1 colher (sopa) de manteiga sem sal
- ✓ 1/2 lata de creme de leite com o soro
- ✓ 1 xícara (chá) de maionese
- ✓ 1 colher (sopa) de conhaque

#### Modo de Preparo

**Coloque as nozes no processador e triture utilizando a faca metálica. Adicione os demais ingredientes e bata. Coloque num recipiente e rodeie de palitos de cenoura, salsão, torradinhas e biscoitos salgados.**

#### Camarão ao Molho de Creme de Leite

#### Ingredientes

- ✓ 1 kg de camarões médios limpos
- ✓ 3 latas de creme de leite sem soro
- ✓ 1 pacote de manteiga
- ✓ molho ketchup
- ✓ molho de mostarda
- ✓ sal
- ✓ suco de limão
- ✓ pimenta do reino em pó

#### Modo de Preparo

Deixe o camarão em tempero, com o suco de limão, sal e pimenta do reino a gosto, por aproximadamente 15 minutos. Coloque o camarão em água fervente para um rápido cozimento, até que fique al dente. Retire o camarão, escorra e reserve. Derreta a manteiga, colocando o creme de leite e os molhos de ketchup e mostarda, sem deixar

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

ferver para não talhar. Aquecido o molho, coloque o camarão. Corrija com sal e pimenta, se necessário. Sirva com arroz branco e a salada de sua preferência. Recomendo mangas cortadas em cubos.

#### Macarronada ao Molho Branco

##### Ingredientes

- ✓ 1 kg de macarrão talharim
- ✓ 1 cebola
- ✓ 2 tabletes de caldo de galinha
- ✓ 1 lata de creme de leite a medida da lata de leite
- ✓ 1 tablete de margarina

##### Modo de Preparo

Cozinhe o macarrão como preferir e escorra-o. Em uma panela derreta a manteiga e coloque a cebola picada em quadradinhos. Assim que a cebola dourar, derreta o caldo de galinha e mexa bem. Em fogo baixo, coloque a lata de creme de leite, misture até o ponto de creme e adicione a medida da lata de leite. Misture por 3 minutos. Em uma tigela, coloque o macarrão e cubra-o com o molho branco. Sirva quente, acompanhado de arroz branco.

#### Peixe Super-rápido

##### Ingredientes

- ✓ 500 g de filé de peixe(pescada, merluza)
- ✓ 1 copo de requeijão
- ✓ 1 vidro pequeno de leite de coco
- ✓ 1 lata de molho de tomate
- ✓ sal a gosto

##### Modo de Preparo

Bata no liquidificador o requeijão, o leite de coco e o molho de tomate. Arrume os filés numa assadeira e jogue a mistura por cima.

Asse em fogo médio por cerca de 40 minutos.

#### Spaghetti ao Alho e Óleo

##### Ingredientes

- 500g de macarrão italiano grano duro
- ✓ 7 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem
- ✓ 3 dentes de alho picados
- ✓ 1 colher (chá) de pimenta calabresa desidratada
- ✓ 1 colher (sopa) de salsa desidratada ou fresca
- ✓ 1 colher (chá) de sal

##### Modo de Preparo

Coloque o macarrão para cozinhar em bastante água com um fio de óleo, acrescentando o sal à água somente após a fervura. Escorra e reserve. Em uma panela, coloque o óleo e o alho picados e aqueça em fogo baixo até o alho dourar.

**Coloque então o sal, a pimenta e a salsa, e mexa rapidamente. Misture o macarrão com o molho e sirva em seguida.**

#### Fricassê de Frango

##### Ingredientes

- ✓ 500g de filé de frango
- ✓ sal
- ✓ pimenta vermelha
- ✓ suco de 2 limões
- ✓ 1 folha de louro
- ✓ salsa picada
- ✓ 2 colheres (sopa) de manteiga
- ✓ 3 cebolas médias raladas
- ✓ 1 cenoura média cortada em rodela
- ✓ 250g de cogumelos
- ✓ 1 gema

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- ✓ 1 xícara de creme-de-leite sem soro

#### Modo de Preparo

Tempere o frango com sal, pimenta e metade do suco de limão. Derreta a manteiga e doure o frango junto com a cebola, a cenoura e o louro. Junte o cogumelo e o vinho e cozinhe em fogo baixo por 15 minutos. Em um recipiente separado, misture a gema com o creme-de-leite e o resto do suco de limão. Junte tudo e desligue o fogo. Não deixe ferver! Sirva com o mesmo vinho.

#### Torta de Cebola

##### Ingredientes:

##### MASSA PODRE:

- ✓ 2 xícaras rasas de farinha de trigo
- ✓ 1/2 pacote de manteiga
- ✓ 1 gema de ovo
- ✓ 1 colher (chá) de sal
- ✓ 1/2 xícara de água

##### RECHEIO:

- ✓ 3 cebolas picadas
- ✓ 2 ovos
- ✓ 1/2 xícara (chá) de leite
- ✓ sal e pimenta-do-reino a gosto

#### Modo de Preparo

Frite bem a cebola até dourar. Retire do fogo e junte os ovos batidos com o leite. Tempere com sal e pimenta. Espere esfriar. Forre uma fôrma com a massa podre, inclusive os lados. Despeje o recheio e leve ao forno quente por meia hora. Para fazer a massa, misture todos os ingredientes até ficar uma massa maleável e homogênea. Fure a massa podre com um garfo para não empelotar na hora de assar.

#### Geléias

##### **Geléia de Ameixa:**

##### Ingredientes:

1/2 kg de ameixas pretas; 400 gr de açúcar.

##### Modo de Preparo:

Cozinhe as ameixas em um pouco de água, passe pela peneira, junte o açúcar e leve ao fogo brando, mexendo sempre até obter o ponto de geléia. Deixe esfriar e guarde em vidro esterilizado e bem fechado.

##### **Geléia de Framboesa e Amora:**

##### Ingredientes:

1 kg de framboesa; 225 gr de amora; 1,25 kg de açúcar.

##### Modo de Preparo:

Apare as framboesas e lave as amoras, retirando folhas e caules. Ponha as framboesas em uma panela grande e tampe. Leve ao fogo baixo e, sem acrescentar água, cozinhe brandamente no próprio suco por aproximadamente 10 minutos.

Numa segunda panela, coloque as amoras cobertas de água e cozinhe brandamente por 5 minutos. Adicione as framboesas e o açúcar às amoras. Mexa até que o açúcar se dissolva. Aumente o fogo e ferva rapidamente por 10 minutos. Comece a verificar o ponto e cozinhe até atingí-lo. Remova a panela do fogo e, logo em seguida, acondicione a geléia em vidros quentes. Cubra-os com discos de papel parafinado, com a parte parafinada para baixo. Deixe esfriar por alguns minutos. Umedeça um dos lados do papel com o qual vai cobrir. Tampe, mantendo a parte molhada voltada para cima e amarre com barbante ou elástico. Deixe esfriar completamente. Limpe os vidros com um pano limpo e úmido e guarde-os em lugar fresco e escuro.

### **Geléia de Manga:**

**Ingredientes:**

Mangas maduras; açúcar necessário.

**Modo de Preparo:**

Descasque as mangas, corte em pedaços, ponha em uma panela, junte um pouco de água morna e leve ao fogo para cozinhar. Quando estiverem bem macias, passe por peneira fina. Meça a polpa obtida em copos e utilize a mesma quantidade de açúcar. Misture bem e leve ao fogo brando, mexendo sempre até engrossar e tomar o ponto de geléia. Depois de fria, guarde em vidros esterilizados e bem fechados.

### **Geléia de Morango e Limão:**

**Ingredientes:**

1 kg de morango; 1/2 kg de açúcar; 1/2 xícara de suco de limão.

**Modo de Preparo:**

Tire os cabinhos dos morangos, lave bem e escorra. Coloque numa panela.

Junte o açúcar alternando camadas de morangos. Deixe descansar durante algumas horas. Retire então os morangos com uma espumadeira e coloque-os sobre uma peneira, deixando o caldo escorrer numa panela. Reserve os morangos.

Lave ao fogo brando o caldo de morangos e açúcar. Quando levantar fervura aumente o fogo e deixe ferver durante 3 minutos. Junte os morangos e cozinhe mais 2 minutos. Deixe descansar novamente durante várias horas. escorra os morangos outra vez e ferva a calda durante 3 minutos.

Junte os morangos e o suco de limão e ferva. Guarde em vidros esterilizados.

### **Geléia de Pêssego:**

**Ingredientes:**

2 1/2 kg de pêssego; 1 3/4 kg de açúcar.

**Modo de Preparo:**

Descasque os pêssegos. Corte-os ao meio e retire os caroços. Misture com açúcar. Coloque numa panela e junte alguns caroços. Deixe levantar fervura em fogo brando, mexendo somente até que o açúcar tenha dissolvido. Cozinhe então em fogo forte durante 30 minutos. Retire os caroços. Quando a mistura estiver no "ponto de geléia" despeje em vidros.

### **Geléia de Uva Preta:**

**Ingredientes:**

2 kg de uva preta; 1/2 xícara de água - açúcar.

**Modo de Preparo:**

Lave, escorra e retire os cabinhos das uvas. Leve ao fogo com água e deixe cozinhar bem. Passe tudo por uma peneira fina. Para cada xícara de polpa de fruta junte uma xícara de açúcar. Deixe cozinhar lentamente durante 30 minutos, mexendo de vez em quando para evitar que grude no fundo da panela. Conserve em vidros.

### **AMOR EM PEDAÇOS**

**Ingredientes:**

1 litro de suco de laranja coado

500 g de açúcar

8 ovos inteiros passados na peneira  
cravo e canela à gosto.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Como Fazer:

Ferver o suco de laranja com o açúcar.

Acrescente o cravo e a canela. Quando estiver em ponto de fio, jogue bem devagar os ovos passados na peneira. Não mexer mais. Deixar ferver por mais 20 minutos. Esfriar e colocar em compoteira. Servir bem gelado e com queijo.

### QUEIMADINHO

Ingredientes

- 6 porções
- 1 litro de leite
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (café) de canela em pó
- 4 cravos
- 1 xícara( das de café ) de café forte já coado
- 1 pitada de sal

Modo de Fazer:

Derreter o açúcar em ponto de caramelo.

Colocar o café e o leite nesta açúcar queimado

Deixar ferver até que tudo esteja derretido, batendo sempre com uma concha para engrossar.

Colocar o sal , a canela e o cravo .

Servir quente com fubá suado ou broa de fubá

### Pavê de Café

Ingredientes

- 1 l de leite
- 6 colheres (sopa) de maisena
- 3 gemas peneiradas
- 2 xícaras de açúcar
- 1 colher (chá) de manteiga
- 1/2 colher (chá) de baunilha
- 1 xícara de café forte
- 1/2 xícara de licor de café
- 2 colheres (sopa) de conhaque
- 1 pacote (180g) de bolacha champanhe
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó

Modo de Preparo

Misture o leite, a maisena, as gemas e o açúcar. Leve ao fogo médio e, mexendo, deixe o creme engrossar ligeiramente. Apague o fogo, transfira para uma tigela, acrescente a manteiga e a baunilha. Bata por 5 minutos com um batedor de mão. Cubra com filme plástico e leve para gelar por 1 hora. Em um tigela, misture o café, o licor de café e o conhaque. Molhe bolacha por bolacha na mistura e forre uma travessa. Cubra com creme gelado. Gele por mais 1 hora.

### Bolo Mármore

Ingredientes

- 2 xícaras de farinha
- 2 xícaras de açúcar
- 4 gemas
- 2 colheres (sobremesa) de fermento em pó
- meia xícara de leite
- 4 claras em neve
- 1 xícara de Nescau

Modo de Preparo

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

*Bata na batedeira os primeiros 5 ingredientes por 5 minutos. Acrescente as claras em neve mexendo suavemente. Divida a massa em 2 partes iguais e numa delas coloque o Nescau. Coloque numa forma untada a parte clara e espalhe bem, e por cima coloque a parte escura. Asse em forno médio por 35 minutos.*

#### **Torta Prestígio**

##### Ingredientes

- 6 colheres (sopa) de Nescau
- 6 colheres (sopa) de açúcar
- 6 ovos
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 1 pacote (50 g) de coco ralado
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 lata de leite condensado
- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 pacote (50 g) de coco ralado
- 200 g de chocolate ao leite derretido
- 100 g de chocolate meio amargo derretido
- 1 lata de creme de leite

##### Modo de Preparo

Massa: bata todos os ingredientes no liquidificador, menos o fermento em pó. Adicione o fermento em pó e mexa bem, sem bater no liquidificador. Asse em forno moderado.

Recheio: cozinhe todos os ingredientes até engrossar um pouco.

Cobertura: misture os chocolates. Vá adicionando o creme de leite aos poucos até obter a textura desejada.

Molhe o bolo com 600ml de coca-cola. Esta torta fica bem baixa como se fosse um pudim, para recheá-la é preferível na geladeira antes de servir.

#### **Bolo de Laranja Legal**

##### Ingredientes

- 2 ovos
- 1 copo de óleo
- 2 copos de açúcar
- 2 copos de farinha de trigo
- 1 laranja com casca cortada em pedaços
- 1 colher de fermento em pó artificial

##### Modo de Preparo

Bata no liquidificador a laranja, o óleo e os ovos. Acrescente o açúcar e a farinha e mexa bem. Adicione o fermento em pó artificial e misture mais. Asse em forno quente por 40 minutos.

Ainda quente, fure o bolo levemente e espalhe o suco de uma laranja por cima.

#### **Pudim Diamante Negro**

##### Ingredientes

- 6 ovos inteiros
- 1 lata de leite condensado
- 2 xícaras de açúcar
- 1 lata de leite frio
- 2 1/2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 300 g de chocolate ao leite
- 100 g de chocolate meio-amargo

##### Modo de Preparo

Bata no liquidificador o leite, o leite condensado, os ovos, o açúcar, a farinha de trigo e os chocolates derretidos anteriormente em banho-maria. Unte uma fôrma de pudim com manteiga e polvilhe com açúcar refinado. Despeje a massa. Leve para assar por 40 minutos a 200°C. Na metade do tempo, cubra a fôrma com papel alumínio e deixe até o término do tempo.

Desenforme quando frio e enfeite com chocolate ralado.

OBS: Coloque a fôrma de pudim dentro de uma fôrma com água, quando for assar o pudim. De tempo em tempo reponha a água.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### Pudim "Quero um Pouco Mais"

##### Ingredientes

- 4 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 1/2 copo de leite
- 2 e 1/2 colheres (sopa) de maisena

##### Modo de Preparo

Coloque todos os ingredientes no liquidificador, e bata bem. Coloque em fôrma de pudim caramelada e cozinhe em banho-maria por cerca de 40 minutos.

#### Torta Pudim de Milho

##### Ingredientes

- 3 latas de milho verde
- 1 lata de leite condensado
- a medida da lata de leite
- 3 ovos
- 1 xícara (chá) de água
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de vinagre de vinho branco
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 200 g de manteiga
- 7 gemas
- 7 claras
- 1 pitada de sal
- 1 xícara de farinha de trigo
- 2 xícaras de fubá de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

##### Modo de Preparo

###### PUDIM

Bata no liquidificador todos os ingredientes do pudim e reserve.

###### CALDA

Junte o açúcar, a água e 3 colheres (sopa) de vinagre de vinho branco. Leve ao fogo até ficar em ponto de calda grossa. Caramelize uma fôrma retangular e reserve.

###### MASSA

Bata a manteiga, as gemas e o açúcar até obter um creme fofo. Junte o fubá e o sal. Vá acrescentando devagar a farinha peneirada com o fermento, junte as claras em neve firme e mexa delicadamente. Despeje a massa na fôrma caramelada e sobre ela o pudim reservado. Leve ao forno e asse a 180°C por aproximadamente 1 hora. Desenforme com cuidado ainda quente, deixe esfriar e coloque na geladeira.

#### **Bombocado de Fubá**

Tempo de preparo: 1 hora

Calorias por 100 gramas: 173,00

Rendimento: 6 porções

Grau de dificuldade: fácil

3 ovos

3 xícaras (chá) de água

6 colheres (sopa) de leite desnatado

2 colheres (sopa) de adoçante líquido

120 g de fubá

2 colheres (chá) de maisena

6 colheres (sopa) de coco seco fino, sem açúcar

1 colher (sopa) de fermento em pó

2 colheres (sopa) de óleo de canola

Coloque todos os ingredientes, seguindo a ordem, no liquidificador e bata até misturá-los. Unte e enfarinhe uma assadeira média, despeje a mistura e asse em forno preaquecido a 180°C por cerca de 30 minutos.



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### Bolo de Farofa

##### Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 2 latas de creme de leite
- 2 colheres cheias de sopa de maisena
- 1 gema
- 400 g de farinha de trigo
- 1 colher de sopa (rasa) de fermento
- 1 xícara bem cheia de açúcar
- 100 g de margarina
- 1 colher (sopa) de manteiga cheia

##### Modo de Preparo

##### RECHEIO

Mexer bem e colocar em uma panela, para cozinhar, até engrossar. Depois de desligar o fogo, juntar uma lata de creme de leite. Se desejar pode variar, colocando chocolate, nozes, ameixas (sem caroço), baunilha, etc. Feito isso, reservar.

##### MASSA

Misturar tudo sem amassar, até virar farofa. Por último, colocar 1 ovo inteiro e uma gema. Novamente misturar tudo, sem amassar, até virar farofa.

##### MONTAGEM

Colocar em uma forma desmontável, untada, metade da farofa (sem amassar), escoar o creme (recheio), cobrir com o restante da farofa. Assar até a farofa da cobertura ficar bem dourada. Deixar esfriar e abrir a forma. Conservar em geladeira dentro de um plástico ou recipiente fechado.

## BATATAS RECHEADAS

### MARIZAURA COUTINHO

#### Ingredientes

- 03 batatas grandes cozidas
- 01 tablete de caldo de carne

#### *Recheio*

- 02 xícaras (chá) queijo prato
- 02 xícaras (chá) queijo provolone
- 02 xícaras (chá) queijo fresco
- 02 xícaras (chá) presunto cozido Seara em cubos
- ½ copo de requeijão
- 02 colheres (sopa) creme de leite
- queijo ralado a gosto
- sal e orégano
- miolo da batata

#### Modo de Preparo

Cozinhar as batatas com casca e o caldo de carne, cortá-las ao meio retirar o miolo. Misturar todos os ingredientes do recheio, colocar dentro da batata e levar ao forno.

## BOBÓ DE CAMARÃO

### ROSEMEIRE MONTAGNANI

#### Ingredientes

- 01 kg de camarões descascados e limpos
- 02 colheres (sopa) suco de limão
- sal
- pimenta do reino
- 01 kg mandioca descascada e picada
- 02 cebolas médias em rodela
- 01 folha de louro
- 02 tabletes de caldo de carne
- 01 vidro de leite de coco
- 02 colheres (sopa) óleo
- 04 colheres (sopa) azeite de dendê
- 02 cebolas médias picadas
- 01 dente de alho

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### **Modo de Preparo**

- 05 tomates picados
- ½ xícara (chá) cheiro verde picado
- 02 galhos de coentro picado
- 01 pimentão verde picado

Temperar os camarões com o limão, o sal e a pimenta.

Cozinhar as mandiocas com os tabletes de caldo de carne, as cebolas em rodelas, o louro e a água.

Bater as mandiocas no liquidificador com o leite de coco.

Refogar o alho e as cebolas picadas no óleo de dendê, juntar os tomates, pimentão e ervas, depois de ferver.

Acrescentar os camarões e cozinhar por aproximadamente sete minutos.

Adicionar a mandioca, ferver e acertar o tempero

#### **BOLO DE MAÇÃ COM NOZES**

##### **FERNANDO KOJIN**

#### **Ingredientes**

- 01 xícara (chá) açúcar
- 1 ½ xícara (chá) farinha de trigo
- 1 ½ xícara (chá) margarina
- 2 ½ xícaras (chá) maçãs vermelhas sem cascas picadas
- 01 xícara (chá) nozes trituradas
- 01 colher (café) bicarbonato
- 01 colher (café) baunilha
- 02 colheres (sopa) água
- 02 ovos

#### **Polvilhar**

- 01 colher (café) canela
- 01 colher (chá) açúcar

#### **Modo de Preparo**

Pré aquecer o forno.

Colocar o açúcar, a manteiga, as gemas e bater na batedeira.

Juntar a maçã, a farinha de trigo com a água, o sal, o bicarbonato e as nozes. Bater as claras em neve e misturar.

Colocar a massa na assadeira de fundo falso e levar ao forno.

Polvilhar com o açúcar e a canela. Servir com café ou

#### **CHÁ PARA MENOPAUSA**

#### **Ingredientes**

- aniz estrelado
- mil folhas (aquiléia)
- João da Costa (erva)
- melissa (erva)
- noqueira (erva)
- rosa branca
- salvia

#### **Modo de Preparo**

Utiliza-se uma colher (sopa) do chá, infuso em meio litro de água. Deixe em repouso por 30 minutos, coar e tomar três xícaras ao dia, após as refeições.

#### **CHEESE CAKE DE MORANGO**

##### **RICARDO MATOUK**

#### **Ingredientes**

- 500 ml creme de leite fresco
- 01 vidro grande geléia de morango
- 01 lata de leite condensado
- 01 caixinha de creme de leite
- 01 copo de requeijão
- 02 envelopes de gelatina sem sabor branca
- 01 caixa de morangos

#### **Modo de Preparo**

Bater o creme de leite fresco em ponto de chantilly. Reserve.

Bater no liquidificador a geleia, o leite condensado, o creme de leite (caixinha), o requeijão e a gelatina dissolvida

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

conforme instruções da embalagem.

Misturar com o chantily e colocar em forma de abrir com 20 cms de diâmetro.

Decorada com morangos

### CREME DE MILHO

#### Ingredientes

- 01 litro de leite
- 03 colheres (sopa) amido de milho
- 01 lata de milho verde batido no liquidificador
- 01 colher (sopa) de manteiga
- 01 colher (café) nos moscada ralada
- sal a gosto

#### Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes, leve ao fogo brando mexendo sempre sem parar até o ponto de creme.

### FLAN DE MARACUJÁ COM IOGURTE TOP THERM

#### ISIS DE ANDRADE

#### Ingredientes

- 02 potes de iogurte
- 01 xícara (chá) açúcar ou adoçante à gosto
- ½ xícara (chá) polpa de maracujá sem sementes
- 01 envelope de gelatina em pó sem sabor
- ½ xícara (chá) água

#### Calda

- 01 xícara (chá) açúcar
- 01 xícara (chá) água
- ½ xícara (chá) polpa de maracujá com sementes

#### Modo de Preparo

Dissolver a gelatina na água, bater os ingredientes no liquidificador, colocar na forma e levar para gelar. Para a calda, levar todos os ingredientes ao fogo, engrossar, esfriar, colocar sobre o flan.

### GRATINADO DE ESPINAFRE COM BATATAS

#### MARIA SILVIA PACINI ORLOVAS

#### Ingredientes

- 01 maço de espinafre
- 05 batatas médias
- 02 colheres (sopa) margarina ou óleo
- 01 xícara de queijo branco
- 01 cebola média
- 01 ovo inteiro
- 01 iogurte desnatado
- 50 gr queijo parmesão ralado
- sal
- pimenta do reino
- noz moscada ralada

#### Modo de Preparo

Lave as folhas do espinafre e cozinhe-as em pouca água, escorra e reserve.

Forre uma forma refratária com a margarina, as batatas em rodela.

Em seguida espalhe as folhas de espinafre, o queijo branco fatiado, a cebola em rodela e os temperos.

Faça quantas camadas forem necessárias. por cima coloque o iogurte batido com o ovo, sal e os temperos.

Polvilhe com queijo ralado e leve para assar em forno quente por 20 minutos.

### ARROZ DOCE AMARELO

#### Ingredientes

- 2 xícaras (chá) de arroz
- 5 xícaras (chá) de água
- 3 gemas
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 lata de leite condensado
- 1 xícara (chá) de açúcar

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

- 10 cravos-da-índia
- 3 paus de canela
- canela em pó para polvilhar

#### **Modo de Preparo**

Cozinhe o arroz na água, até ficar macio.

Dissolva as gemas no pouco de leite e coe. Junte todos os outros ingredientes, e cozinhe até engrossar. Sirva com canela em pó.

Rendimento: 10 porções.

### **BOLO DE MACAXEIRA**

#### **Ingredientes**

- 1 kg mandioca (crua, descascada, ralada)
- 2 xícaras (chá) açúcar
- 5 ovos
- ½ xícara (chá) leite
- 1 vidro pequeno (200 ml) leite de côco
- 4 colheres (sopa) manteiga derretida
- manteiga para untar e farinha de trigo para polvilhar a assadeira
- côco ralado para polvilhar sobre o bolo

#### **Modo de Preparo**

Pré-aqueça o forno em temperatura alta 220°C.

No liquidificador, bata a mandioca, o açúcar, os ovos, o leite e o leite de côco, até obter uma mistura homogênea.

Adicione a manteiga derretida e misture bem. Despeje a massa na assadeira untada e polvilhada e leve ao forno por 40 minutos ou até dourar.

Rendimento: 10 porções.

### **BRUSCHETTA**

#### **Ingredientes**

- 8 fatias de pão italiano
- 4 tomates (sem sementes) cortados em cubinhos
- folhas de manjeriço picadas
- 2 dentes de alho picados
- 4 colheres (sopa) azeite
- sal e pimenta-do-reino
- queijo parmesão ralado

#### **Modo de Preparo**

Misture tudo, espalhe em cima das fatias de pão italiano e polvilhe com parmesão. Leve ao forno para torrar o pão e gratinar.

Rendimento: 4 porções.

### **BUCATINI VEGETARIANO**

#### **Ingredientes**

- 500 g bucatini
- água fervente com sal para cozinhar a massa
- 3 colheres (sopa) azeite
- 3 xícaras (chá) cenoura ralada em ralo grosso
- ½ cebola picada
- ¼ xícara (chá) folhas de hortelã
- 1 colher (sopa) suco de limão
- 1 copo iogurte natural
- sal a gosto
- azeitonas pretas

### **Modo de Preparo**

Em bastante água fervente com sal cozinhe o macarrão até ficar al dente. Refogue a cenoura e a cebola no azeite até ficarem macias, adicione os ingredientes restantes, misture e deixe aquecer bem.

Passe o macarrão para uma travessa, coloque o molho por cima, decore com azeitonas e sirva a seguir.

Rendimento: 6 porções.

### **CANELONE AO MOLHO DE QUEIJOS**

#### **Ingredientes**

- 200 gr de massa para lasanha cozida só em água, sem sal
- 150 gr de presunto fatiado
- 200 gr de mussarela fatiada
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 cebola ralada
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 500 ml de leite
- 200 gr de provolone ralado
- 100 gr de parmesão ralado
- 1 pitada de noz-moscada ralada

#### **Modo de Preparo**

Em uma panela com água quente mergulhe as folhas de lasanha uma a uma até ficar macia (+ ou - 3 minutos). Retire uma a uma da panela e enrole-as com as fatias de mussarela e presunto colocando-as em refratário untado com manteiga.

Em uma outra panela derreta a manteiga e murcha a cebola. Adicione a farinha de trigo e mexa bem. Depois adicione o leite e cozinhe até ferver, em fogo baixo. Quando ferver junte os queijos reservando um pouquinho de parmesão, mexa até derrete-los e polvilhe a noz-moscada.

Despeje o molho sobre os canelones, polvilhe com o restante do parmesão e leve ao forno para gratinar.

Rendimento: 4 porções.

### **CREME DE ABACATE**

#### **Ingredientes**

- 1 abacate graúdo e maduro
- 2 bolas de sorvete de creme
- 1 colher (chá) de suco de limão
- 1 colher (café) de essência de baunilha
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- ½ xícara (chá) de leite
- xarope de groselha

#### **Modo de Preparo**

Bata a polpa do abacate no liquidificador com o sorvete, o suco de limão, a baunilha, o açúcar e o leite, até obter um creme espesso e liso.

Despeje em taças individuais e regue com groselha.

Rendimento: 4 porções.

### **DOCE DE ABÓBORA COM COCO**

#### **Ingredientes**

- 1 kg abóbora descascada e picada
- 1 litro água
- 1 vidro pequeno (200 ml) leite de coco
- 3 paus de canela
- 4 cravos-da-índia
- 4 xícaras (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) baunilha
- 1 coco médio ralado

#### **Modo de Preparo**

Cozinhe a abóbora na água, em fogo baixo, por 30 minutos ou até ficar macia. Acrescente o leite de coco, a canela, os cravos e o açúcar e mexa até ficar cremosa. Junte a baunilha e o coco e cozinhe até desprender da panela.

Sirva frio, de preferência com queijo minas fresco.

Rendimento: 10 porções.

### **FONDUE DE CARNE**

#### **Ingredientes**

1 litro de água  
2 cubos de caldo de carne  
2 pedaços de osso-buco  
1 ramo de alecrim  
sal a gosto  
600 gr de filé mignon em cubinhos

#### **Molho Rosè**

3 colheres (sopa) de maionese  
1 colher (sopa) de catchup

#### **Molho Agri-doce**

3 colheres (sopa) de mostarda  
1 colher (sopa) de mel

#### **Molho Ervas**

½ copo de iogurte natural  
1 colher (sopa) de ervas (manjeriçã, orégano, salsinha)

#### **Molho Queijos**

½ copo de requeijão  
50 gr de queijo gorgonzola ou roquefort amassado

#### **Modo de Preparo**

Numa panela de fondue de carne, faça um caldo forte com os outros ingredientes menos a carne. Passe para o fogareiro e use-o para cozinhar os pedaços de carne.

Sirva com molhos variados.

Rendimento: 4 porções.

### **FONDUE DE CHOCOLATE**

#### **Ingredientes**

200 g de chocolate ao leite em barra  
200 g de chocolate meio amargo em barra  
1 caixinha de creme de leite (com soro)  
2 colheres (sopa) de conhaque

#### **Acompanhamento**

frutas frescas

#### **Modo de Preparo**

Pique os chocolates, junte o creme de leite e leve ao fogo brando, na panela de fondue. Junte o conhaque e leve a panela ao fogareiro.

Sirva com as frutas.

Rendimento: 2 porções.

### **FONDUE DE QUEIJO**

#### **Ingredientes**

1 dente de alho inteiro  
200 g de queijo fundido  
200 g de queijo emmental  
½ cálice conhaque ou kirsch  
1 pitada noz-moscada  
½ copo (aprox.) vinho branco seco

#### **Acompanhamento**

pão italiano cortado em cubos

#### **Modo de Preparo**

Unte a panela própria de fondue com o alho e reserve.

Misture os queijos, o conhaque e a noz-moscada, e leve a panela de fondue ao fogo brando até derreter os queijos e junte o vinho, aos poucos, sempre misturando.

Leve ao fogareiro de fondue e sirva com pão italiano cortado em cubos.

Rendimento: 2 porções.

### **FRANGO COM CERVEJA**

#### **Ingredientes**

1 frango cortado em pedaços

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

1 fio óleo  
1 cebola picada  
3 dentes alho amassados  
1 colher (sopa) açúcar  
4 cravos-da-índia  
1 pau de canela  
2 colheres (sopa) vinagre balsâmico  
3 colheres (sopa) molho inglês  
1 colher (sopa) shoyu  
2 colheres (chá) mostarda  
2 garrafas (700ml) cerveja escura  
sal a gosto

#### **Modo de Preparo**

Numa panela grande com óleo, refogue a cebola, o alho e o frango. Depois adicione os outros ingredientes da receita menos a cerveja e deixe o frango dourar ligeiramente. Então junte a cerveja e deixe cozinhar até reduzir o molho pela metade. Sirva com batata palha. Rendimento: 6 porções.

### **FRANGO COM IOGURTE E TOMATE**

#### **Ingredientes**

1 frango cortado nas juntas  
1 cebola média ralada  
2 dentes de alho amassados  
sal e pimenta-do-reino a gosto  
1 fio de óleo  
500 g polpa de tomate peneirada (1 caixinha grande)  
2 copos de iogurte natural  
1 pimentão verde cortado em anéis  
1 pimentão vermelho também em anéis

#### **Modo de Preparo**

Tempere o frango com cebola, alho, sal e pimenta a gosto. Refogue numa panela média com os temperos e um fio de óleo e depois arrume em um refratário. Espalhe por cima os pimentões, o iogurte e o molho de tomate. Cubra com papel alumínio e leve ao forno médio pré-aquecido, por 20 minutos, até que o frango fique macio. Retire o papel alumínio e asse por mais vinte minutos, até corar. Rendimento: de 4 a 6 porções.

### **FRANGO COM LARANJA**

#### **Ingredientes**

½ kg filés de frango  
suco de ½ limão  
sal a gosto  
1 colher (chá) açúcar  
4 colheres (sopa) óleo  
1 cebola picadinha  
1 dente de alho amassado  
1 cenoura cozida cortada em palitos  
100 g vagens cozidas cortadas ao meio  
1 colher (sobremesa) amido de milho  
1 xícara (chá) suco de laranja  
cheiro-verde picado

#### **Modo de Preparo**

Lave os filés de frango, escorra bem e tempere com sal e limão. Polvilhe açúcar sobre os filés e doure-os em metade do óleo. Enquanto isso, na outra metade do óleo, refogue a cebola e o alho, junte a cenoura e a vagem e deixe aquecer bem. Adicione a maisena dissolvida no suco de laranja e misture lentamente, até que o molho fique cremoso e brilhante. Tempere com sal a gosto. Passe os filés de frango para uma travessa, guarneça com a cenoura e a vagem, regue com o molho e polvilhe cheiro-verde. Sirva com arroz. Rendimento: 4 porções.

### **FRANGO XADREZ**

#### **Ingredientes**

700 g peito de frango cortado em cubos  
2 colheres (sopa) óleo  
2 colheres (sopa) açúcar  
1 pimentão vermelho cortado em cubos  
2 pimentões verdes também em cubos  
2 cebolas em cubos  
2 talos salsão limpos em cubos  
200 g de champignon em metades  
¼ xícara (chá) saquê  
2 e ½ colheres (sopa) maisena  
½ copo shoyu (molho de soja)  
aprox. 1 copo água  
100 g amendoim torrado, salgado e sem pele

#### **Modo de Preparo**

Frite o frango com o óleo e o açúcar em uma panela até dourar e reserve. Adicione os pimentões, a cebola e o salsão, deixe fritar um pouco e depois junte os cogumelos.

Retorne o frango à panela e coloque a maizena diluída no saquê, com o molho shoyu e acerte a consistência do molho com a água. Mexa até esquentar tudo e o molho estar espesso.

Coloque o amendoim e sirva a seguir, com arroz.

Rendimento: 5 porções.

### **MAIONESE EXPRESSA**

#### **Ingredientes**

3 batatas cozidas em água e sal  
1 cenoura cozida em água e sal  
1 xícara (chá) de cebolinha  
3 colheres (sopa, bem cheias) de maionese  
1 fio de azeite

#### **Modo de Preparo**

Pique as batatas e as cenouras em cubos, misture com a cebolinha e reserve.

Incorpore o azeite na maionese e adicione a mistura da batatas, mexa delicadamente e leve à geladeira. Sirva gelada.

### **MAMINHA RÁPIDA**

#### **Ingredientes**

1 maminha (aproximadamente 1 Kg)  
8 fatias bacon  
4 cebolas cortadas em fatias regulares  
2 tabletes caldo de carne  
1 copo (200 ml) água

#### **Modo de Preparo**

Arrume em uma panela de pressão: o bacon no fundo, a maminha, as rodela de cebola, os cubinhos de caldo e a água. Leve a panela ao fogo alto, por exatamente 1 hora, contando o tempo sem pressão.

Retire do fogo, abra a panela depois de despressurizada, corte a maminha em fatias não muito grossas, arrume em uma travessa e regue com o molho formado.

Rendimento: 6 porções.

### **MEDALHÃO DE FILÉ COM ALHO**

#### **Ingredientes**

4 medalhões de filé mignon  
sal e pimenta-do-reino moída  
2 colheres (sopa) azeite de oliva  
6 dentes de alho cortados em lâminas  
10 a 15 talos de cebolinha francesa  
1/3 xícara (chá) vinho branco seco

#### **Modo de Preparo**



## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Tempere os medalhões com sal e pimenta e reserve.

Grelhe um lado de cada vez até ficarem dourados. Retire do fogo e reserve. Numa frigideira, aqueça o azeite e doure o alho, sem parar de mexer, por 2 minutos. Junte a cebolinha e o vinho e deixe cozinhar até o molho reduzir pela metade. Retire do fogo e sirva o molho sobre os medalhões.

Rendimento: 4 porções.

#### **MOLHO DE PIMENTA**

##### **Ingredientes**

100g pimenta dedo-de-moça  
500ml vinagre branco  
1 lata pequena de extrato tomate  
3 dentes de alho inteiros  
1 cebola grande cortada em quatro  
1 maço de salsa  
3 colheres (sopa) azeite de oliva  
1 colher (chá) de sal  
3 folhas de louro  
5 cravos-da-índia

##### **Modo de Preparo**

Lave e seque bem a pimenta e a salsa num pano. Bata todos os ingredientes, menos o louro e os cravos, no liquidificador, até obter uma mistura homogênea. Adicione o louro e os cravos e passe para potes herméticos. Guarde na geladeira.

#### **NHOQUE BÁSICO**

##### **Ingredientes**

2 kg batatas (sem casca) cozidas em água e sal  
aprox. 400 g farinha de trigo  
6 gemas  
8 colheres (sopa) manteiga  
2 xícara (chá) queijo tipo parmesão ralado  
1 pitada de noz-moscada  
sal e pimenta a gosto

##### **Ingredientes (Molho)**

1 caixa molho de tomate  
6 folhas manjericão  
queijo parmesão ralado

##### **Modo de Preparo**

Cozinhe as batatas em água com sal até ficarem macias, escorra e volte à panela para secar. Esprema ainda quente e passe para uma tigela grande. Junte a farinha aos poucos, as gemas, a manteiga, queijo parmesão, e tempere com sal, noz-moscada e pimenta. Misture tudo muito bem e adicione a farinha até obter uma massa bem macia.

Polvilhe a bancada de trabalho com farinha, e faça rolinhos com a massa. Corte os nhoques com uma faca em pedaços de 2 cm de comprimento. Cozinhe em água fervente e abundante até subirem à superfície.

Aqueça o molho em uma panela, com o manjericão e sirva sobre o nhoque, polvilhando queijo parmesão ralado.

Rendimento: 6 porções.

#### **OSSO-BUCO AO VINHO**

##### **Ingredientes**

1 kg ossobuco  
2 cebolas picadas  
2 colheres (sopa) azeite

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

1 folha de louro  
3 dentes de alho  
1 maço cheiro-verde (salsinha, cebolinha e salsaão)  
sal e pimenta-do-reino a gosto  
3 xícaras (chá) vinho tinto

#### **Outros Ingredientes**

1 fio de óleo  
2 batatas doces cortadas em rodela  
2 cenouras também cortadas em rodela  
100 g cogumelo

#### **Modo de Preparo**

Deixe a carne de molho no vinho com todos os ingredientes da 1ª parte por algumas horas.  
Doure a carne no óleo, acrescente o tempero reservado e deixe cozinhar. Quando a carne estiver quase macia, junte as batatas e as cenouras, para cozinhar. Por último, acrescente os cogumelos.  
Sirva com arroz.  
Rendimento: 8 porções.

## **PEIXE AO MOLHO DE MARACUJÁ**

#### **Ingredientes**

½ kg filé de peixe  
sal e pimenta-do-reino branca moída  
suco de 1 limão  
farinha de trigo para empanar  
óleo para fritar  
50 ml vodca para flambar

#### **Ingredientes (Molho de Maracujá)**

2 colheres (sopa) manteiga  
polpa de 1 maracujá  
1 lata de creme de leite (com soro)  
1 copo americano (150 ml) suco de maracujá  
1 colher (chá) sal  
1 colher (chá) açúcar

#### **Modo de Preparo**

Tempere os filés de peixe com sal, pimenta e limão, passe na farinha e frite no óleo quente.  
Enquanto isso, prepare o molho: derreta a manteiga, junte todos os ingredientes e mexa sempre, até encorpar.  
Flambe os filés de peixe com a vodca e transfira para o prato. Despeje o molho por cima e sirva, acompanhado de arroz com salsinha.  
Rendimento: 2 porções.

## **PIMENTAS EM CONSERVA**

**Convidado: Antonio Carlos Cascão**

#### **Ingredientes**

pimentas variadas em quantidade suficiente  
4 dentes de alho  
1 ramo de sálvia  
1 ramo de manjerona  
1 ramo de manjeriçã  
vinagre de maçã  
sal a gosto  
1 vidro para montar a conserva

#### **Modo de Preparo**

Lave e seque muito bem o vidro da conserva. Coloque as pimentas junto com as ervas e despeje o vinagre sobre elas.  
Tempere com uma boa pitada de sal e feche o vidro.

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

#### **TOMATES SECOS**

##### **Ingredientes**

1 kg tomates maduros cortados ao meio, no comprimento (sem sementes)  
1 colher (sopa) sal  
1 colher (chá) açúcar  
½ xícara (chá) azeite  
½ xícara (chá) óleo  
1 cabeça alho picado  
1 colher (sopa) orégano

##### **Modo de Preparo**

Polvilhe os tomates com o sal e o açúcar misturados e arrume na grelha do forno, com o corte para cima. Coloque uma assadeira por baixo, no forro do forno.  
Deixe por cerca de 3 horas no forno bem baixo, até que os tomates fiquem secos e murchos. Espere esfriar dentro do forno, retire e tempere com azeite, orégano e alho.  
Conserva em potes fechados.

#### **TORTA DE MAÇÃ COM AVEIA**

##### **Ingredientes**

2 e ½ xícaras (chá) de farinha de aveia  
1 colher (chá) de canela em pó  
150 gr de margarina  
1 e ½ xícara (chá) de açúcar  
4 maçãs médias (descascadas e picadas)  
100 gr de uvas passas (sem semente)  
1 ovo inteiro  
½ xícara (chá) leite

##### **Modo de Preparo**

Faça uma farofa grossa com a aveia, a canela, a margarina e o açúcar. Forre uma fôrma de aro removível com a farofa, reservando uma parte para espalhar por cima, pressionando bem para formar uma camada uniforme.  
Recheie com maçãs picadas e as uvas passas e espalhe o restante da farofa por cima.  
Bata o ovo com o leite, despeje sobre a torta e asse em forno médio e pré-aquecido, por aproximadamente 35 minutos ou até que ela fique dourada.  
Desenforme-a depois de fria e sirva acompanhada de chantilly ou sorvete de creme.  
Rendimento: 8 porções.

#### **TORTA DE MARACUJÁ E REQUEIJÃO**

##### **Ingredientes (Massa)**

1 pacote de biscoito maisena  
120 g de manteiga (sem sal)

##### **Ingredientes (Recheio)**

3 maracujás  
1 envelope de gelatina em pó sem sabor, incolor  
½ xícara (chá) de água quente  
1 copo de requeijão cremoso  
1 lata de leite condensado

##### **Ingredientes (Calda)**

sementes do maracujá  
2 colheres (sopa) de açúcar  
½ xícara (chá) de água

##### **Modo de Preparo**

Para a massa: Bata o biscoito no liquidificador ou processador até ficar bem moído, coloque em uma tigela e acrescente a manteiga, misture bem e coloque a massa em uma forma de aro removível grande (25 cm diâmetro) e

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

reserve.

Para o recheio: Passe a polpa dos maracujás por uma peneira e reserve as sementes. No liquidificador, bata a polpa do maracujá, a gelatina na água quente, o requeijão e o leite condensado. Despeje sobre a massa e leve à geladeira por 4 horas, até ficar bem firme.

Para a calda: Leve os ingredientes ao fogo numa panela pequena. Quando ferver, retire do fogo e deixe esfriar.

Decore a torta com a calda e sirva.

Rendimento: 12 porções.

### **TORTILHA COM ESPINAFRE**

#### **Ingredientes**

½ maço espinafre (só as folhas) escaldado

2 batatas grandes bem cozidas em água e amassadas

3 ovos ligeiramente batidos

2 colheres (sopa) leite

2 colheres (sopa) queijo parmesão ralado grosso

½ pimenta dedo-de-moça bem picadinha

cebolinha verde picada

sal a gosto

1 fio de azeite para untar a frigideira

#### **Modo de Preparo**

Misture tudo e despeje na frigideira anti-aderente untada e frite em fogo baixo, tampada. Quando estiver dourada por baixo, vire a tortilha e deixe corar o outro lado. Sirva quente.

Rendimento: 2 porções.

### **PÃEZINHOS DE BATATA**

#### **Ingredientes (Esponja)**

60 g fermento para pão

3 colheres (sopa) açúcar

1 copo leite morno

2 colheres (sopa) farinha de trigo

#### **Outros Ingredientes:**

1 colher (sopa) sal

150 g manteiga

2 ovos inteiros

500 g batatas cozidas (sem sal) e amassadas

aproximadamente 600 g farinha de trigo peneirada

250 g requeijão tipo catupiry gelado, para rechear os pães

1 ovo batido para pincelar os pães

manteiga para untar

farinha de trigo para polvilhar a assadeira

#### **Modo de Preparo**

Em uma tigela, dissolva o fermento com o açúcar, acrescente o leite e as duas colheres de farinha de trigo. Misture bem, cubra com um pano e deixe crescer por 15 minutos.

Junte os ovos, a margarina, sal e as batatas, e vá adicionando farinha de trigo até a massa desgrudar das mãos.

Passe para a mesa polvilhada com farinha e amasse a massa.

Separe porções iguais de massa e enrole os pãezinhos, recheando cada um com uma colher de sopa de requeijão.

Arrume em uma assadeira untada e polvilhada, pincele com ovo batido e leve ao forno pré aquecido a 180° (graus - forno médio) para assar por aproximadamente 20 minutos.

Rendimento: 20 pãezinhos.

### **Mousse de ameixas com iogurte diet**

INGREDIENTES

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

1 xícara (chá) de leite em pó desnatado  
1 xícara (chá) de água fervente  
1 colher (sopa) de margarina light  
1 colher (sopa) de adoçante para forno e fogão  
1 pote de iogurte natural desnatado  
100 gr de ameixas pretas sem caroços  
1 envelope de gelatina em pó sem sabor e incolor  
¼ xícara (chá) de água  
2 claras em neve

#### MODO DE PREPARO

Hidrate a gelatina sem sabor na água e derreta em banho-maria. Bata no liquidificador os seis primeiros ingredientes. Acrescente a gelatina derretida e bata por mais 2 minutos. Incorpore esse creme às claras em neve delicadamente. Unte uma forma com óleo e passe-a na água. Coloque a mousse e leve à geladeira por 5 horas.

Receita de: Terezinha Bordine - Fone: (11) 6325-0040

#### 23/8/2005 **Bolo Gelado de Morango**

##### INGREDIENTES

6 ovos  
2 xícaras (chá) de açúcar  
1 xícara (chá) de suco de laranja quente (pode ser substituído por leite ou água)  
2 ½ xícaras (chá) de farinha de trigo  
1 pitada de sal  
1 colher (sopa) de fermento em pó

#### MODO DE PREPARO

Bata os ovos inteiros com o açúcar até dobrar de volume e fique esbranquiçado. Retire da batedeira e acrescente os demais ingredientes alternando com o leite, água ou suco. Leve para forno em assadeira untada e enfarinhada. (Forno a 180° C).

#### RECEITA DE ACOMPANHAMENTO **Recheio:**

##### INGREDIENTES

400 gr de chocolate branco picado  
1 caixinha de creme de leite  
1 colher (sopa) de pó para sorvete sabor morango  
1 colher (chá) de manteiga sem sal  
1 cálice de licor de frutas silvestres (ou licor desejado)  
1 xícara (chá) de chantilly batido

#### MODO DE PREPARO

Ferva o creme de leite e acrescente o chocolate. Retire do fogo e junte os demais ingredientes, exceto o chantilly (o licor deve ser o último a ser incorporado). Deixe esfriar. Leve à geladeira até ficar bem firme. Mescle o recheio com o chantilly.

#### Demais ingredientes:

1 caixinha de morangos  
Chantilly batido

#### Cobertura:

600 gr de açúcar impalpável  
250 gr de chocolate meio amargo picado  
1 xícara (chá) de chocolate em pó peneirado  
1 colher (sobremesa) rasa de manteiga sem sal  
2 colheres (sopa) de rum  
1 colher (chá) de aroma de rum  
1 xícara (chá) de leite quente (aproximadamente)

Modo de preparo: Coloque todos os ingredientes em uma panela e leve ao fogo mexendo sempre e acrescentando o leite quente, aos poucos, até ficar uma mistura bem brilhante. Cubra o bolo com a cobertura ainda quente. (O bolo deve estar gelado). Espere endurecer e embale com papel alumínio.

#### Montagem:

Corte o bolo ao meio. Regue com a calda desejada. Espalhe uma fina camada de chantilly. Coloque metade do recheio, morangos picados e calda de morango. Repita o processo decorando com a cobertura.

#### 19/8/2005 **Bolo de nozes trufado**

# GLACI MARLENE BAISCH TURRA

## Receitas Diversas

---

### INGREDIENTES

6 gemas  
2 xícaras (chá) de açúcar  
1 xícara (chá) de leite  
1 xícara (chá) de manteiga  
3 xícaras (chá) de farinha de trigo (peneirada)  
1 xícara (chá) de nozes trituradas  
1 colher (sopa) de fermento (bem cheia)  
6 claras em neve

### MODO DE PREPARO

Bata as gemas com o açúcar até ficar bem branquinho. Misture o leite, a manteiga, a farinha já peneirada e o fermento. Acrescente aos poucos as claras em neve. Leve para assar em forma untada em forno pré-aquecido a 180° C por 35 minutos.

### Primeiro recheio:

1 lata de leite condensado  
1 colher (café) de manteiga  
1 xícara (chá) de nozes trituradas  
5 gotas de essência de nozes

### Modo de preparo:

Misture o leite condensado e a manteiga. Leve ao microondas por 3 minutos e meio. Acrescente os demais ingredientes.

### RECEITA DE ACOMPANHAMENTO

#### Segundo recheio:<<

### INGREDIENTES

350 gr de chocolate branco  
200 ml de creme de leite (1 caixinha)  
1 colher (sopa) de conhaque

### Modo de preparo:

Derreta o chocolate, misture o creme de leite e o conhaque. Deixe esfriar e agregue ao primeiro creme. Reserve.

### MODO DE PREPARO

#### Calda:

½ lata de leite condensado  
2 colheres (sopa) de leite

### Modo de preparo:

Misture o leite condensado e o leite e reserve.

### Decoração:

Chantilly batido  
Nozes

### Montagem:

Divida o bolo em duas partes.

1º Bolo  
2º Calda  
3º Recheio  
4º Bolo  
5º Chantilly batido  
6º Nozes para decorar

20/7/2005

### Fondue de chocolate

### INGREDIENTES

350 grs de chocolate meio-amargo picado  
1 cálice de conhaque  
500 ml de creme de leite fresco  
1 lata de leite condensado cozido na pressão por 15 minutos  
1 colher (sopa) de mel  
frutas da época (morango, maçã, banana, kiwi, abacaxi, uva Itália)  
bolo cortado em cubos

### MODO DE PREPARO

## GLACI MARLENE BAISCH TURRA

### Receitas Diversas

---

Coloque numa panela o chocolate picado e leve ao banho maria.  
Acrescente o creme de leite, o mel, leite condensado cozido e o conhaque, mexendo sempre até obter um creme macio.

Deixe encorpar no fogo brando.

Sirva em um rechaud apropriado, para que cada um espete as frutas e o bolo cortados em pedaços regulares e molhe-os no chocolate.

25/7/2005

#### Rocambole de Maracujá

##### INGREDIENTES

05 ovos inteiros  
05 colheres (sopa) de açúcar  
05 colheres (sopa) de farinha de trigo  
01 colher (sopa) de suco de maracujá  
01 colher (sopa) de amido de milho  
01 pitada de fermento em pó

##### MODO DE PREPARO

Bata os ovos inteiros com o açúcar até dobrar de volume, retire da batedeira e acrescente os demais ingredientes. Misture bem. Coloque a massa em uma assadeira e leve ao forno pré aquecido a 180° C até que esteja levemente dourado. Untada e enfarinhada.

##### RECEITA DE

##### ACOMPANHAMENTO

#### Recheio / Cobertura

##### INGREDIENTES

01 caixa de creme de leite  
500 gr de chocolate branco picado  
½ xícara (chá) de suco de maracujá  
Chantilly

##### MODO DE PREPARO

Leve ao fogo o creme de leite, acrescente o chocolate e misture bem até se dissolver por completo. Retire do fogo e acrescente o suco de maracujá. Deixe esfriar e leve à geladeira. Depois de gelado, misture com o Chantilly.

Receita de: Bia Ramos - Fone: 4363 1966

IMPRIMIR - VOLTAR

4/2/2005

#### Risoto de carne seca

##### INGREDIENTES

2 xícaras de arroz cozido  
1 cebola cortada em rodela ( deixar de molho na cerveja por 4 horas)  
2 dentes de alho picados  
½ quilo de carne seca aferventada e desfiada  
3 colheres de sopa de azeite  
1 maço de cheiro verde bem picado  
100 gramas de queijo parmesão ralado.

##### MODO DE PREPARO

Em uma panela, coloque o azeite, a cebola escorrida, o alho , acrescente a carne seca, misture o arroz e, por último, o queijo ralado.

### **PÊRA AO VINHO**

#### **INGREDIENTES:**

*4 pêras firmes*

*1 xícara de chá de suco de laranja*

*1 xícara de chá de vinho tinto seco*

*1/2 colher de chá de casca de limão ralada*

*1/2 xícara de chá de açúcar*

*1 colher de chá de gelatina em pó branca sem sabor*

*Gotas de corante alimentício vermelho*

#### **MODO DE PREPARO:**

Descasque as pêras, sem tirar o cabinho. Com uma faca pequena, pela parte inferior das peras, vá cortando cuidadosamente em volta do miolo para retirar a parte com as sementes. Coloque as peras em pé num refratário.

Misture o suco de laranja, o vinho, a casca de limão e o açúcar. Despeje a mistura sobre as pêras, cubra e leve ao microondas para assar em potência alta por 24 minutos.

Banhe várias vezes as pêras com o caldo que ficar no fundo. Retire do forno, polvilhe o caldo com a gelatina em pó e misture. Deixe esfriar e leve para gelar. Acrescente ao caldo algumas gotas de corante vermelho. Sirva com sorvete de creme.

### **Pêras ao Vinho Tinto**

Ingredientes

750 ml de vinho tinto

200 g de açúcar

bastão de canela

2 cálice de creme de cassis

6 pêras

folhas de hortelã

Preparo

Descascar que as pêras mas deixando uma pequena parte sem descarcar junto ao cabinho que também será preservado. Colocar o vinho num panela e ferva, adicionando o açúcar e a canela e reduzir para cerca de 2/3 do volume original. Após esta operação, coloque as pêras na calda de vinho fervendo, mas que fiquem completamente imersas, e cozinhando-as por cerca de 30 minutos. Apagar o fogo e deixe esfriar naturalmente, coando a calda numa peneira. Coloque a calda já na vasilha de servir à mês, adicionar o creme de cassis, misture e retorne as pêras para a calda. Coloque na geladeira e sirva frio. Quando for empratar, coloque um raminho de hortelã para decorar e se desejar, pode também ser acompanhado com uma bola de sorvete de creme..

### **Pêras ao Vinho**

Ingredientes

- 1 limão
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 4 pêras
- ½ litro de vinho tinto
- 1 pau de canela
- Hortelã


Modo de Fazer

1. Esprema ½ limão numa vasilha com água. A outra metade do limão esprema numa panela com 1 litro de água fervente. Junte 2 colheres (sopa) de açúcar, mexa e deixe ferver
2. Descasque as pêras molhando sempre a faca e deixe de molho na água fria com limão. Quando a água ferver, cozinhe as pêras inteiras por 20 minutos
3. Para a calda, junte numa panela as 2 colheres de açúcar restantes, o vinho e uma casca de canela. O vinho vai evaporar, reduzindo e formando a calda
4. Mergulhe as pêras cozidas na panela da calda e sirva em seguida, num prato fundo. Enfeite com um galho de hortelã



### **Pêras no vinho**

#### Ingredientes:

- 12  (sopa) de açúcar
- 4 peras, bem verdes
- 1 litro de vinho tinto
- 1 pau de canela
- 2 cravos

#### Modo de Preparar:

Descascar as peras com cuidado para não retirar os cabinhos. Não cortar as peras, elas devem ficar inteiras. Arrumar as peras numa panela de modo que fiquem em pé, uma coladinha na outra. Colocar todos os ingredientes por cima e levar ao fogo baixo (panela destampada) por 45 minutos, ou até que as peras fiquem macias e o vinho fique com uma consistência espessa. Retirar do fogo e servir quente ou fria.

## **Empadão Cremoso de liquidificador**



#### **Ingredientes:**

##### **Massa:**

- 02 xícaras (chá) leite
- 01 xícara (chá) óleo
- 02 colheres (sopa) margarina
- 05 ovos
- 01 xícara (chá) batata cozida
- 02 xícaras (chá) farinha de trigo
- 01 colher (sopa) fermento em pó
- sal a gosto

##### **Recheio:**

- 300g peito de peru ralado
- 01 xícara (chá) requeijão cremoso
- 01 cebola picada
- salsa, sal, orégano e pimenta a gosto
- queijo parmesão ralado para salpicar

##### **Modo de Preparo:**

###### **Massa:**

Bata todos os ingredientes da massa no liquidificador e reserve.

###### **Recheio:**

Misture todos os ingredientes, reserve o requeijão.

###### **Montagem do Empadão:**

Unte uma assadeira, espalhe metade da massa, coloque a metade do recheio com a metade do requeijão, cubra com o restante da massa e por último o restante do recheio. Espalhe por cima o restante do requeijão. Salpique o parmesão e leve para assar em forno pré aquecido.

Nome: CALDEIRADA DE FRUTOS DO MATO

**Ingredientes:**

**Hortis:**

1 maço de couve-flor

1 maço de brócolis

1 berinjela

½ repolho branco ou roxo

½ maço de cebolinha

3 unidades de shiitake grande

outros produtos de horta a gosto

**Sementes:**

100g de trigo

100g de cevadinha

100g de gergelim branco

**Temperos:**

Miso, cúrcuma, louro, pimenta dedo-de-moça, almeirão, chicória, salsa ou coentro e azeite extravirgem.

**Modo de Fazer:**

Picotar o brócolis, o repolho e a berinjela. Prensá-los com miso até brotar o néctar. Picotar os outros hortis e colocá-los na panela de barro em fogo baixíssimo, prensando levemente com os temperos até atingir o amornamento. Adicionar shiitake fatiado junto aos prensados. Servir com azeite extravirgem.

Receita: Oficina da Semente

---

Nome: ENERGIZANTE NATURAL DE VINAGRE

Informações:

Ingredientes:

1 colher rasa de mel

1 colher de vinagre

água com gás

**Modo de Fazer:**

Dissolver o mel no vinagre. Em seguida, adicionar a água gasosa, sem mexer, para não perder o gás.

Como alternativa à água com gás, pode-se usar água de coco ou chá verde.

---

Nome: MOLHO DE VINAGRE PARA SALADA

Informações:

**Ingredientes:**

1 maçã-verde sem casca e sem semente

3 colheres de vinagre de maçã

1 colher (sopa) de azeite

1 dente de alho pequeno

sal a gosto

**Modo de Fazer:**

Misturar todos os ingredientes e usar para temperar saladas verdes.

Nome: MÚSCULO COZIDO COM ESPECIARIAS

**Ingredientes:**

1kg de músculo cortado em cubos pequenos

400g de cebola picadinha

5 dentes de alho

1 colher de chá de páprica doce

1 colher de chá de páprica

sal a gosto

3 colheres de sopa de óleo vegetal

água para cobrir o músculo na panela

**Modo de Fazer:**

Em uma panela de pressão pré-aquecida, acrescentar o óleo e dourar bem as cebolas. Acrescentar o alho e, em seguida, o músculo. Acrescentar as pápricas e o sal. Tampar a panela e esperar apitar. Após o apito, baixar o fogo e deixar cozinhar por 20 minutos.

Receita: Clóvis Evaristo, motorista e professor de culinária

---

Nome: SUCO DE LUZ DO SOL

**Informações:**

Cortar uma maçã em pedaços pequenos e tirar as sementes grandes. Colocar no liquidificador. Usar um pepino como socador para auxiliar a extrair o líquido que mora dentro das hortaliças. Acrescentar os grãos germinados\*, as folhas verdes comestíveis, o legume e a raiz escolhida na proporção indicada, variando as hortaliças sempre que possível e privilegiando as de produção orgânica. Coar em um pano e beber logo em seguida.

Legumes e raízes: cenoura, abóbora, maxixe, batata-doce, inhame, quiabo, couve-flor, abobrinha, nabo, beterraba.

**\*Como germinar grãos**

1 – Colocar de uma a três colheres de sopa de grãos em um vidro e cobrir com água limpa.

2 – Deixar de molho por uma noite (8 horas).

3 – Cobrir o vidro com filó e prender com elástico. Despejar a água e enxaguar bem sob a torneira.

4 – Colocar o vidro inclinado em um escorredor em um lugar sombreado e fresco.

5 – Enxaguar pela manhã e à noite. Nos dias quentes, é preciso lavar mais vezes. Os grãos iniciam sua germinação em períodos variáveis. Em geral, estão com sua potência máxima logo que sinalizam, o processo do nascimento, quando ficam prontos para serem consumidos.

**Sugestões de sementes:**

Todas as sementes comestíveis, tanto pelo homem como pelos pássaros: girassol, painço, niger, colza, aveia, trigo, linhaça, arroz, soja, centeio, gergelim, grão-de-bico, amendoim, lentilha, nozes, castanha-do-pará, amêndoas, ervilha, feno-grego etc.

Receita: Ana Branco, designer e professora da PUC-RJ

### **SPAGHETTI ALLA CARRETIERA**

*Ingredientes (p/4 pessoas)*

400g de massa tipo spaghetti; 1 dente de alho; 50g de pancetta em cubinhos; 50g de funghi secchi; 350g de polpa de tomate; 100g de atum em conserva; pimenta picante em pó; 1 maço de salsinha; azeite extravirgem de oliva; e sal a gosto.

*Modo de preparar:*

Hidratar o funghi em água morna e depois cortá-lo em pedaços.

Em uma frigideira, refogar o alho amassado com 3 colheres de azeite, a pancetta e o funghi. Juntar a polpa de tomate, uma pitada de sal, e deixar cozinhar por 15 minutos. Adicionar o atum, uma pitada de pimenta e deixar mais 10 minutos ganhando sabor, completando enfim com a salsinha triturada.

Enquanto o molho cozinha, ferver bastante água salgada e cozinhar o spaghetti; escorrer quanto estiver bem *al dente*.

Misturar a massa ao molho preparado e servir.

E... BUON APETIT !!!