



Pães CASEIROS

da **Vovó Palmirinha**



"Minha receitinha preferida!"



MINIRROSCA DE LARANJA



Pão italiano com queijo

A família vai amar!



Pão da Vovó
Delícia para o dia a dia!



Pãozinho de leite em pó
Recheado com doce de leite!

49 DELÍCIAS
TODAS COM FOTO

Palmirinha revela segredinhos para o PÃO DAR CERTO!

Gostoso demais!



A miguinha, eu adoro fazer pão caseiro. Para mim, é uma magia misturar os ingredientes, ver a massa crescer e depois exalar aquele cheirinho irresistível pela casa. Preparei esta edição com muito carinho, especialmente para quem pensa que fazer pão é muito difícil. Eu vou explicar em detalhes cada receitinha para que a minha amiguinha possa fazer em casa sem medo e com a certeza de que terá um pão delicioso à mesa. Vou ainda contar meus truques e segredinhos para deixar seus pãezinhos sempre diferentes e deliciosos. Tem também 3 versões de pães sem glúten para quem sofre com intolerância ou simplesmente prefere retirar a substância do cardápio. E, se você está pensando em ganhar um dinheirinho extra, não pode deixar de conferir minha receitinha de Patê de curry e manga. Ele é superfácil de fazer, diferente e vai render um bom lucro. E que tal fazer até os pães da revista para vender? Não esqueça de calcular na ponta do lápis os gastos com ingredientes e embalagens, de maneira proporcional à quantidade utilizada na receita. Depois é só dividir pela quantidade de porções que render e multiplicar o valor por 3 para saber por quanto você deve vender para lucrar. Eu comecei minha carreira vendendo sonhos, de porta em porta. Quem sabe dá certo com você também? Mas, para quem não quer se aventurar nas vendas, fica meu convite para se aventurar na cozinha e deixar todos de casa com água na boca com essas receitas deliciosas de pães caseiros. Aproveite!

Um grande beijo!

Palmirinha Onofre

Fale com a Vovó!

Quer que a sua receita ou o seu recadinho apareça na revista?

Envie para a Palmirinha pelo e-mail

vovopalmirinha@astral.com.br

ou pela Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Bauru-SP.

Não se esqueça de mandar uma foto junto com a receita!



Mais Palmirinha no seu tablet!

Faltou alguma revista na sua coleção? Você agora pode baixar no seu tablet o aplicativo **MagBook Grandes Chefs** e ter à mão as edições anteriores da Vovó mais querida do Brasil! Disponível na *Apple Store* e no *Google Play*.

Índice



Pães salgados

- 8 Bisnaguinha recheada
- 9 Pão de centeio
- 13 Pão com salsicha
- 10 Pão da Vovó
- 11 Pão de abóbora com carne-seca
- 9 Pão de alho
- 13 Pão de cenoura
- 15 Pão de espinafre
- 19 Pão de forma caseiro
- 12 Pão de gergelim
- 10 Pão de iogurte
- 18 Pão de liquidificador
- 11 Pão de mandioca
- 14 Pão de orégano
- 12 Pão de presunto e cebola
- 15 Pão de torresmo
- 19 Pão italiano com queijo
- 17 Pão recheado com presunto
- 14 Pãozinho de batata
- 18 Pãozinho de calabresa e cheddar
- 16 Pãozinho de cebola

- 16 Pãozinho de minuto recheado
- 17 Pãozinho de ricota



Delícia em 3 versões

- 20 Broa de fubá sem glúten
- 20 Pão de leite
- 20 Pãozinho de queijo colorido



Pães doces

- 22 Broa de fubá
- 22 Pão com calda de uva
- 21 Pão com chocolate
- 23 Pão de mandioquinha
- 23 Pão de milho com goiabada
- 25 Pãozinho de coco e chocolate
- 24 Pãozinho de leite em pó
- 25 Pãozinho de limão
- 24 Pãozinho romeu e julieta



Tranças e roscas

- 30 Brioche trançado

- 26 Minirrosca de laranja
- 32 Rosca caipira da Vovó
- 31 Rosca de calabresa
- 28 Rosca de leite condensado
- 27 Rosca de maracujá
- 31 Rosca de pizza
- 27 Rosquinha de canela
- 29 Rosquinha recheada
- 28 Trança cremosa de chocolate
- 32 Trança de berinjela e tomate seco
- 30 Trança de liquidificador
- 29 Trança doce



Cozinhe e lucre

- 33 Patê de curry e manga



Casa e cozinha

- 34 Cada coisa em seu lugar



Pão de orégano pág. 14



Pãozinho romeu e julieta pág. 24



Rosquinha recheada pág. 29

Segredinhos da Vovó!

Confira dicas e truques infalíveis da Vovó Palmirinha para seus pães caseiros serem sempre um sucesso



TIPOS DE FERMENTO

Fermento biológico fresco: é vendido em tabletes e deve ser armazenado na geladeira.

Fermento biológico seco: é granulado e deve ficar em local fresco em recipiente bem vedado. Equivale a 1/3 da quantidade do fermento fresco. Por exemplo, se a receita pede 30g de fermento fresco, utilize 10g do seco.

- Ingredientes como fermento, ovos e manteiga devem ser usados sempre em temperatura ambiente, a menos que a receita peça uma temperatura diferente.
- Em dias mais frios, aumente ligeiramente a quantidade de fermento da receita.
- O açúcar serve para ativar o **FERMENTO**. Por isso, mesmo os pães salgados levam um pouco de açúcar. Não se assuste!
- O leite é mais usado no preparo de pães doces e faz com que eles fiquem mais leves. Já a água combina bem ao fazer pães integrais, de centeio, pão francês e italiano, pois os deixa mais crocantes.
- Um erro muito comum é aquecer demais o líquido (água ou leite) quando ele é pedido morno. Acima de 40°C, o calor mata o fermento e o pão não cresce.
- Na hora de deixar a massa descansar, coloque uma bolinha de massa dentro de um copo de água. Quando a bolinha vier à superfície, a massa já cresceu o suficiente.
- Coloque a massa para crescer longe de correntes de ar. Pode ser dentro do micro-ondas, do forno desligado ou em uma vasilha grande e coberta com uma toalha.
- A farinha de trigo deve ser adicionada sempre aos poucos, pois a umidade do ar e o tipo de farinha podem fazer com que varie a quantidade necessária para sua massa.
- Junte a farinha enquanto sova até que a massa desgrude das mãos. Quando ela ganhar consistência, mas continuar macia ao toque é o ponto correto.
- Se após adicionar a farinha, a massa ficar dura demais, basta acrescentar um pouco de líquido (água ou leite) e continuar sovando até chegar ao ponto ideal.
- Um truque para checar se a massa está bem sovada é apertar com o dedo e observar, se ela começa a "voltar". Cerca de 10 minutos sovando é suficiente.
- Se for assar o pão em um refratário de vidro, use uma temperatura mais baixa no forno para não queimar.
- Caso o pão doure muito rápido, antes do tempo previsto, termine de assar coberto com papel-alumínio, sem apertar, usando a parte brilhante voltada para o alimento.
- Depois de assado, não deixe o pão esfriar dentro do forno para que ele não fique ressecado e duro.

CROSTAS DIFERENTES

Crosta brilhante: pincele com 1 ovo batido misturado com 1 colher (sopa) de leite antes de assar.

Crosta crocante: dissolva 2 colheres (chá) de sal em 2 colheres (sopa) de água quente, pincele os pães e polvilhe com ervas antes de assar.

Crosta dourada: pincele com gema batida com um pouco de café coado antes de assar.

Crosta durinha: deixe uma assadeira com água na parte inferior do forno enquanto assa o pão.

Crosta macia: pincele com margarina ou manteiga antes de assar.

Sumo de Limão Castelo®

A fruta em nova embalagem

Castelo Alimentos® apresenta sumo produzido a partir do limão taiti. É uma opção rápida para receitas salgadas, doces e bebidas.



Se você é do tipo que não gosta de perder tempo na cozinha, vai adorar a novidade da Castelo Alimentos: o Sumo de Limão Castelo®! Com ele, ficou muito mais fácil se aventurar nas receitas doces e salgadas que levam limão.

O grande diferencial do produto está na praticidade, afinal, você não precisa higienizar, cortar nem espremer a fruta. Além disso, a embalagem faz com que o Sumo de Limão Castelo® dure muito mais. São 30 dias após aberto se conservado em geladeira. Ideal

para poupar e evitar desperdícios. A embalagem de 500ml equivale a 19 limões taiti médios ou cerca de 1,5kg da fruta.

Confira algumas receitas deliciosas e preparadas especialmente com o produto



Leitoa pururuca com molho de limão

Rendimento: 5 porções Tempo: 2h (+4h de descanso) Dificuldade: fácil



Ingredientes

- 1kg de leitoa em pedaços com pele
- 2 folhas de louro
- 1/2 xícara (chá) de Sumo de Limão Castelo®
- 4 dentes de alho amassados
- Sal, pimenta-do-reino e cheiro-verde picado a gosto
- Óleo para fritar

Molho

- 1/2 xícara (chá) de Sumo de Limão Castelo®
- 1/2 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1 cebola roxa em cubos

- 4 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
- 1 pimenta dedo-de-moça sem sementes em cubos
- 1/3 de xícara (chá) de azeite

Modo de preparo

Coloque a leitoa em uma panela com o louro, cubra com água e cozinhe por 40 minutos, em fogo médio. Escorra. Acrescente o Sumo de Limão Castelo®, o alho e demais temperos. Deixe descansar, na geladeira, por 4h. Para o molho, misture todos os ingredientes em uma tigela. Retire a leitoa da marinada. Aqueça uma panela com óleo. Frite a leitoa, aos poucos, até dourar e pururucar. Sirva com o molho.

Pavê-torta de limão

Rendimento: 8 porções 30min (+4h de geladeira) Dificuldade: fácil

Ingredientes

- 1 e 1/2 pacote de biscoito tipo Maria (300g)
- 5 colheres (sopa) de amendoim sem pele torrado
- 7 colheres (sopa) de margarina derretida
- 1 xícara (chá) de leite em pó
- 1 xícara (chá) de água quente
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 pacote de gelatina em pó sabor limão
- 1/4 de xícara (chá) de Sumo de Limão Castelo®
- 1 lata de creme de leite gelado sem soro

Modo de preparo

Bata no liquidificador o biscoito e o amendoim até triturar e transfira para uma vasilha. Adicione a margarina derretida e trabalhe com a ponta dos dedos até obter textura de farofa. Reserve. Bata no liquidificador o leite em pó, a água quente e o açúcar por 10 minutos ou até obter textura de leite condensado. Dissolva a gelatina no Sumo de Limão Castelo®, acrescente ao liquidificador junto com o creme de leite e bata até misturar. Forre o fundo de um refratário oval 26cm x 18cm com farofa, faça uma camada de creme, outra de farofa, finalize com o creme e decore com mais farofa. Leve à geladeira por no mínimo 4 horas antes de servir.



Quer saber mais sobre o produto?
Acesse www.limaocastelo.com.br e
www.casteloalimentos.com.br

Realização:





Bisnaguinha recheada

Tempo: 1h10 (+1h de descanso) • Rendimento: 25 unidades

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 1 e 1/2 xícara (chá) de água morna
- 2/3 de xícara (chá) de óleo
- 2 ovos
- 800g de farinha de trigo

(aproximadamente)

- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- Gergelim branco para polvilhar

Recheio

- 2 gomos de linguiça calabresa triturados
- 1 cebola picada
- 1 xícara (chá) de requeijão culinário
- Cheiro-verde picado a gosto

Preparo:

Misture os ingredientes do recheio em uma tigela e reserve. Em outra tigela, misture o fermento, o açúcar e o sal até dissolver. Acrescente o leite, a água, o óleo, os ovos e misture. Adicione a farinha, aos poucos, amassando até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove a massa, modele 25 bolinhas, cubra e deixe descansar por 20 minutos. Abra as bolinhas de mas-

sa na palma da mão, coloque uma porção do recheio em cada uma e feche, modelando pãezinhos alongados. Coloque em uma fôrma grande untada e enfarinhada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles. Deixe descansar por mais 40 minutos. Pincele com a gema batida, polvilhe com gergelim e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar levemente. Sirva.

Pão de centeio

Tempo: 1h10 (+1h de descanso)
Rendimento: 14 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 2 xícaras (chá) de água morna
- 5 colheres (sopa) de manteiga em temperatura ambiente
- 3 colheres (sopa) de mel
- 3 colheres (sopa) de açúcar mascavo
- 1 colher (chá) de sal
- 1 ovo batido
- 2 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo integral
- 1 xícara (chá) de farinha de centeio
- Manteiga para untar
- Fubá para polvilhar

Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento, a água, a manteiga, o mel, o açúcar, o sal e o ovo. Junte as farinhas e misture até formar uma massa homogênea. Se necessário, adicione mais



Dica da
Palmirinha

"Amiguinha, se for embalar os pães em saquinhos plásticos, sempre espere esfriar antes."

farinha branca. Sove a massa por 5 minutos, cubra e deixe descansar por 15 minutos. Sove por mais 2 minutos, modele 2 pães alongados e coloque em duas fôrmas de bolo inglês de

27cm x 12cm untadas e polvilhadas com fubá. Cubra e deixe descansar por mais 45 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até assar e dourar. Sirva.

Pão de alho

Tempo: 1h (+45min de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 3 colheres (sopa) de azeite
- 4 dentes de alho fatiados
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 2/3 de xícara (chá) de óleo
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) rasa de sal
- 1 ovo
- 4 e 1/4 de xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo e farinha de trigo para untar
- Orégano a gosto

Preparo:

Aqueça uma frigideira com o azeite, em fogo médio, e frite o alho até dourar levemente. Escorra em papel absorvente e reserve. Bata no liquidificador o fermento, o óleo, o leite, o açúcar, o sal e o ovo por 1 minuto. Despeje em uma tigela e adicione a farinha, sovando, até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Junte o alho frito e sove para misturar. Modele 2 bolas com a massa e coloque, uma ao lado da outra, em uma fôrma untada e enfarinhada, deixando espaço entre



elas. Cubra e deixe descansar por 45 minutos. Polvilhe com orégano e leve ao forno médio

(180° C), preaquecido, por 40 minutos ou até assar e dourar. Sirva.

Pão de iogurte

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 14 porções

Ingredientes:

- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 copo de iogurte natural (200g)
- 1 ovo
- 1/4 de xícara (chá) de água morna
- 1/4 de xícara (chá) de manteiga derretida
- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- Margarina e farinha de trigo para untar

Preparo:

Bata no liquidificador 1 xícara (chá) da farinha, o iogurte, o ovo, a água morna, a manteiga, o fermento, o açúcar e o sal até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela e misture com o restante da farinha, mexendo com uma colher até ficar homogêneo. A massa ficará com uma consistência mole. Despeje em uma fôrma de bolo inglês de 31cm x 12cm untada e enfarinhada. Cubra

e deixe descansar por 1 hora ou até dobrar de volume. Leve ao forno médio (180° C),

preaquecido, por 40 minutos ou até crescer e dourar. Deixe esfriar e desenforme. Sirva.



Dica da Palmirinha

"Amiguinha, esse pão de forma é muito prático, pois não precisa sovar. É por isso que a massa fica mais mole. Não se assuste!"

Pão da Vovó

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 4 ovos
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 e 1/2 xícaras (chá) de leite morno
- 4 colheres (sopa) de margarina
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 6 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar

Preparo:

No liquidificador, bata os ovos, o açúcar, o sal, o leite, a margarina, o óleo e o fermento até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela e acrescente a farinha, aos poucos, sovando até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove a massa por alguns minutos e divida em 3 porções. Abra as massas com um rolo, em uma superfície enfarinhada, formando 3 retângulos médios. Enrole as massas formando 3 cilindros. Coloque em 3 fôrmas de bolo inglês de 23cm x 10cm untadas e enfarinhadas, cubra e deixe descansar por 1 hora. Com uma faca afiada, faça cortes superficiais sobre os pães, Pincele

com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou

até dourar levemente. Retire, deixe amornar, desenforme e sirva.



Receita de capa

Pão de mandioca

Tempo: 1h (+50min de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 2 ovos
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 2 colheres (chá) de sal
- 1/4 de xícara (chá) de óleo
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 2 xícaras (chá) de mandioca cozida amassada
- 600g de farinha de trigo (aproximadamente)
- Margarina para untar
- 1 gema para pincelar

Preparo:

No liquidificador, bata os ovos, o fermento, o açúcar, o sal, o óleo e o leite. Adicione a mandioca e bata para misturar. Despeje em uma tigela e adicione a farinha, aos poucos, sovando até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Cubra e deixe descansar por 30 minutos. Modele dois pães em formato cilíndrico e coloque em uma fôrma untada, um ao lado do outro, deixando



espaço entre ele. Deixe descansar por mais 20 minutos. Pincele com a gema batida e leve

ao forno médio (180° C), preaquecido, por 25 minutos ou até dourar. Sirva.

Pão de abóbora com carne-seca

Tempo: 1h20 (+1h de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 ovos
- 1/4 de xícara (chá) de óleo
- 2 xícaras (chá) de abóbora cozida e amassada
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 1/4 de xícara (chá) de água morna
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola em tiras
- 3 xícaras (chá) de carne-seca dessalgada, cozida e desfiada
- 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 copo de requeijão cremoso (200g)



Preparo:

Para o recheio, aqueça uma panela com o azeite, em fogo médio, e refogue a cebola e a carne-seca por 2 minutos. Adicione o cheiro-verde, tempere com sal, pimenta e refogue por mais 2 minutos. Desligue o fogo, acrescente o requeijão e misture. Reserve. Bata no liquidificador o fermento, o açúcar, o sal, os ovos, o óleo, a abóbora, o leite, a água e 2 xícaras (chá) da farinha. Transfira para uma tigela, cubra e deixe descansar por 10 minutos. Adicione o restante da farinha, aos poucos, sovando até

desgrudar das mãos. Se necessário, adicione mais farinha. Divida em 2 partes, cubra e deixe descansar por mais 20 minutos. Abra as massas em uma superfície enfarinhada até formar dois retângulos grandes. Divida o recheio sobre as massas e enrole como rocamboles. Coloque em duas fôrmas de bolo inglês de 31cm x 12cm untadas e enfarinhadas, cubra e deixe descansar por mais 30 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até assar e dourar. Retire, desenforme e sirva.

Pão de presunto e cebola

Tempo: 50 min (+1h de descanso)
Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 1 colher (sopa) de açúcar
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 e 1/3 de xícara (chá) de água morna
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 1 colher (chá) de sal
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo
- Farinha para enfarinhar
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 200g de presunto ralado
- 1 cebola grande picada
- 3 colheres (chá) de orégano

Preparo:

Em uma tigela, misture o açúcar, o fermento, a água, o óleo e o sal. Junte a farinha, aos poucos, misturando até desgrudar das laterais da tigela. Transfira para uma superfície levemente enfarinhada e sove por 5 minutos. Modele uma bola, coloque na tigela, cubra

e deixe descansar por 40 minutos. Abra a massa com a ajuda de um rolo, formando um retângulo. Espalhe o presunto, a cebola e o orégano. Enrole como rocambole e coloque em uma fôrma de bolo inglês de 31cm x

12cm untada. Cubra e deixe descansar por mais 20 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 25 minutos ou até dourar. Espere esfriar, desenforme e sirva.



Foto: Sula Hamay/Colaboradora Produção Rica Mazer/Aurea Soares Objetos Acervo de produção

Pão de gergelim

Tempo: 1h (+40min de descanso)
Rendimento: 8 porções

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 xícara (chá) de água
- 1 copo de iogurte natural (170g)
- 2 ovos
- 1/2 xícara (chá) de margarina derretida
- 1/3 de xícara (chá) de gergelim torrado
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- Gergelim para polvilhar

Preparo:

Bata no liquidificador o fermento, o açúcar, o sal, a água, o iogurte, os ovos e a margarina até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela e adicione o gergelim e a farinha, aos poucos, sovando até que desgrude das mãos. Se necessário, adicione mais farinha, aos poucos. Cubra e deixe descansar por 10 minutos. Divida a massa em 3 partes e modele 3 pães arredondados. Coloque, um do lado do outro, em uma fôrma grande untada

e enfarinhada, deixando espaço entre eles. Cubra e deixe descansar por mais 30 minutos. Pincele com a gema batida, polvilhe com

gergelim e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Retire, deixe amornar e sirva.



Foto: André Fortes/Colaborador Produção: Vânia Araújo/Maria Olinda Cabral Objetos: M. Dragone/STH

Pão com salsicha

Tempo: 1h 10 (+ 1h20 de descanso)
Rendimento: 16 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 4 xícaras (chá) de água morna
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 8 colheres (sopa) de óleo
- 800g de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina e farinha de trigo para untar

Recheio

- 1/2 xícara (chá) de molho de tomate
- 4 tomates picados
- 1 cebola picada
- 2 xícaras (chá) de queijo mussarela picado
- 300g de salsicha aferventada em rodelas
- Sal a gosto

Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento, a água, o açúcar, o sal e o óleo até dissolver. Adicione a farinha, aos poucos, misturando até formar uma



massa leve e macia. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove a massa por alguns minutos, cubra e deixe descansar por 1 hora. Em outra tigela, misture todos os ingredientes do recheio. Abra a massa com a ajuda de um rolo, em uma superfície lisa e enfarinhada, deixando com cerca de 0,5cm de espessura. Divida em

2 partes, coloque os ingredientes do recheio misturados sobre as massas e enrole como rocamboles. Coloque em duas fôrmas de bolo inglês de 31 cm x 12 cm untadas e enfarinhadas e deixe descansar por mais 20 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 45 minutos ou até dourar. Desenforme e sirva.

Pão de cenoura

Tempo: 1h (+ 1h15 de descanso)
Rendimento: 20 porções

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de leite morno
- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 1 cubo de caldo de legumes
- 2 cenouras cozidas
- 7 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 2 colheres (chá) de sal
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar

Preparo:

No liquidificador, bata o leite e o fermento. Adicione o caldo de legumes, a cenoura, 2 xícaras (chá) da farinha, o sal, o óleo e bata até ficar homogêneo. Transfira para uma tigela, adicione o restante da farinha, aos poucos, mexendo até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove por 10 minutos e deixe descansar por 45 minutos. Modele os pães como desejar e, deixe descansar por mais 30 minutos. Coloque os pães em uma fôrma untada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), por 30 minutos ou até dourar. Sirva, se desejar, com requeijão cremoso.



Pão de orégano

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 6 porções

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 ovos
- 1/3 de xícara (chá) de azeite
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 copo de iogurte natural (170g)
- 1 colher (sopa) de orégano
- 3 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
- 3 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 2 gemas
- Orégano e queijo parmesão ralado para polvilhar

Preparo:

Bata no liquidificador o fermento, o açúcar, o sal, os ovos, o azeite, o leite e o iogurte por 1 minuto. Transfira para uma tigela e adicione o orégano e o cheiro-verde e a farinha, aos poucos, sovando até formar uma massa não muito dura. Se necessário, adicione mais fari-



nha. Cubra e deixe descansar por 15 minutos. Divida entre duas fôrmas de bolo inglês de 27cm x 12cm untadas e enfarinhadas, cubra e deixe descansar por mais 45 minutos. Pincele

com a gema batida, polvilhe com orégano e parmesão. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Retire, deixe amornar, desenforme e sirva.

Pãozinho de batata

Tempo: 50min (+1h de descanso)
Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de batata cozida e amassada
- 1/2 xícara (chá) de creme de leite
- 1 ovo
- 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 1 envelope de fermento biológico seco (10g)
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina para untar

Preparo:

Em uma tigela grande, misture a batata e o creme de leite até obter um purê. Adicione o ovo, o leite morno e a margarina. Misture com uma colher até ficar pastoso. Junte a farinha, o fermento, o açúcar e o sal. Amasse até desgrudar das mãos. Transfira para uma superfície enfarinhada e sove até a massa ficar lisa. Se necessário, adicione mais farinha. Cubra e deixe descansar por 40 minutos. Divida



Dica da Palminha

"Amiguinha, a massa do pão de batata é mais mole do que a dos outros pães. Para sovar, utilize uma superfície enfarinhada. Dessa forma, a massa incorpora a farinha da superfície e solta mais facilmente das mãos."

a massa em 20 porções e modele bolinhas. Coloque em uma fôrma untada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Deixe

descansar por mais 20 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 20 minutos ou até começar a dourar. Sirva.

Pão de torresmo

Tempo: 1h (+1h20 de descanso)
Rendimento: 20 porções

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de leite morno
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 4 colheres (sopa) de água morna
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1 ovo
- 2 colheres (sopa) de banha
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- 500g de torresmo frito em pedaços pequenos
- Margarina e farinha de trigo para enfarinhar

Preparo:

Bata no liquidificador o leite, o fermento, a água, o açúcar, o sal, o ovo e a banha até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela e acrescente a farinha, aos poucos, mexendo até desgrudar da lateral da tigela. Se necessário, acrescente mais farinha. Transfira para uma superfície lisa

enfarinhada e sove por 5 minutos ou até obter uma massa lisa e macia. Modele duas bolas, cubra e deixe descansar por 1 hora. Abra as massas com a ajuda de um rolo formando dois retângulos. Espalhe o torresmo frito e enrole

formando dois rocamboles. Transfira para duas fôrmas de bolo inglês de 23cm x 10cm untadas e enfarinhadas, cubra e deixe descansar por mais 20 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos. Sirva.



Pão de espinafre

Tempo: 50min (+1h10 de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 1/4 de xícara (chá) de óleo
- 2 colheres (chá) de sal
- 2 ovos
- 1 maço de espinafre lavado
- 1 dente de alho descascado
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 e 1/2 xícara (chá) de queijo mussarela em cubos
- 1 gema para pincelar

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, o açúcar, o leite, o óleo, o sal, os ovos, o espinafre e o alho. Despeje em uma tigela e adicione a farinha. Sove bem até desgrudar das mãos e a massa ficar macia. Se necessário, acrescente mais farinha. Cubra com um pano e deixe descansar por 40 minutos. Divida a massa em 4 partes iguais, coloque uma das partes no fundo e nas laterais de uma fôrma de bolo inglês de

31cm x 12cm untada e enfarinhada, abrindo a massa com as mãos. Espalhe metade dos cubos de mussarela e cubra com a segunda parte da massa. Repita a operação com as outras duas massas e o restante da mussarela

em uma segunda fôrma. Deixe descansar por mais 30 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 25 minutos ou até assar e dourar. Retire, desenforme e sirva.



Pãozinho de minuto recheado

Tempo: 1h • Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 3 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 e 1/2 colher (sopa) de fermento em pó químico
- 4 colheres (sopa) de manteiga amolecida
- 1 e 1/3 de xícara (chá) de leite
- 3 ovos
- Manteiga e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 400g de salsicha aferventada em cubos
- 200g de queijo mussarela ralado

Preparo:

Em uma tigela, misture os ingredientes do recheio e reserve. Em outra tigela, misture a farinha, o açúcar, o sal e o fermento. Adicione a manteiga, o leite, os ovos e misture até formar uma massa homogênea e que desgrude das

mãos. Se necessário, adicione mais farinha. Divida a massa em pequenas porções, abra na palma da mão e coloque uma porção do recheio no meio. Modele pãezinhos alongados e coloque, um ao lado do outro, em uma

fôrma grande untada e enfarinhada, deixando espaço entre eles. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 20 minutos ou até assar e dourar. Retire, deixe amornar e sirva.

Pãozinho de cebola

Tempo: 1h30 (+1h de descanso)
Rendimento: 15 unidades

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 1/2 xícara (chá) de manteiga derretida
- 1 cebola grande em pedaços
- 6 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar
- 1 colher (sopa) de gergelim para polvilhar

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, o açúcar, o sal, o leite e a manteiga. Junte a cebola, 1 xícara (chá) da farinha e bata até ficar cremoso. Despeje em uma tigela e adicione o restante da farinha, aos poucos, misturando e sovando até desgrudar das mãos. Se necessário, adicione mais farinha. Deixe descansar por 30 minutos. Divida a massa em pequenas porções, modele bolinhas e

coloque em uma fôrma untada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Deixe crescer por mais 30 minutos. Pincele com a

gema batida, polvilhe com gergelim e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos. Sirva.



Dica da Palmirinha

"Amiguinha, o pão de minuto leva esse nome porque seu preparo é mais rápido, já que ele é feito com fermento, em pó químico, dispensando o tempo de crescimento da massa."



Pão recheado com presunto

Tempo: 1h (+ 1h de descanso) • Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 1 envelope de fermento biológico seco (10g)
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 1/2 xícara (chá) de manteiga amolecida
- 2 ovos
- 1 e 1/2 xícara (chá) de água morna
- 4 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 2 xícaras (chá) de presunto ralado
- 2 xícaras (chá) de queijo mussarela ralado
- 2 tomates sem sementes picados
- Sal e cheiro-verde picado a gosto

Preparo:

Em uma tigela, misture todos os ingredientes do recheio e reserve. Em outra tigela, misture



o fermento, o açúcar, o sal, a manteiga, os ovos e a água. Junte a farinha, aos poucos, até que a massa desgrude das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Divida a massa em 2 partes e abra com a ajuda de um rolo em uma superfície enfarinhada, formando dois retângulos. Divida o recheio entre as duas massas e enrole como

rocambolos. Coloque em uma fôrma grande untada e enfarinhada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles. Cubra e deixe descansar por 1 hora. Faça cortes superficiais sobre a massa, pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Retire, deixe amornar e sirva.

Pãozinho de ricota

Tempo: 1h (+ 1h30 de descanso)
Rendimento: 40 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 3 xícaras (chá) de água morna
- 4 ovos
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 1 kg de farinha de trigo
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 2 gemas
- 2 colheres (sopa) de água

Recheio

- 400g de ricota amassada
- 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado
- 2 colheres (sopa) de creme de leite
- 50g de queijo parmesão ralado
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Preparo:

Bata no liquidificador o fermento e a água morna para dissolver. Adicione os ovos, o sal, o açúcar, a margarina, o óleo, 1 e 1/2 xícara (chá) da farinha e bata até ficar homogêneo. Transfira para uma tigela, cubra e deixe descansar em local aquecido por 20 minutos.



Junte o restante da farinha e sove bem até a massa desgrudar das mãos. Cubra e deixe descansar por mais 30 minutos. Misture os ingredientes do recheio e reserve. Divida a massa em bolinhas, abra na palma da mão, coloque uma porção do recheio e feche, modelando as bolinhas novamente. Colo-

que em uma fôrma untada e enfarinhada, deixando pouco espaço entre as bolinhas, uma ao lado da outra. Cubra e deixe descansar por 40 minutos. Pincele com as gemas batidas com a água e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até dourar. Sirva.

Pão de liquidificador

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 6 porções

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 1/2 xícara (chá) de manteiga amolecida
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 ovos
- 2 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar

Preparo:

No liquidificador, bata o leite, a manteiga, o fermento, o açúcar, o sal e os ovos. Transfira para uma tigela e misture a farinha com uma colher até ficar homogêneo e desgrudar da lateral da tigela. Se necessário, acrescente mais farinha. Com auxílio de um rolo, abra a massa sobre uma superfície enfarinhada e modele o pão. Transfira para uma fôrma de bolo inglês de 31 cm x 12 cm



untada e enfarinhada. Deixe descansar por 1 hora. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Deixe amornar, desenforme e sirva.

Pãozinho de calabresa e cheddar

Tempo: 1h (+50min de descanso)
Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 1 e 1/4 de xícara (chá) de água morna
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1 ovo
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 500g de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 150g de linguiça calabresa picada
- 1 xícara (chá) de requeijão cremoso sabor cheddar

Preparo:

No liquidificador, bata a água, o fermento, o açúcar e o sal. Adicione o ovo, o óleo e metade da farinha. Bata até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela, acrescente o restante da farinha, aos poucos, misturando até desgrudar das



mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove a massa em uma superfície enfarinhada por 5 minutos e deixe descansar por 30 minutos. Divida a massa em bolinhas, abra cada uma delas na palma da mão e recheie com uma porção da calabresa misturada com o cheddar.

Modele novamente as bolinhas e coloque em uma fôrma untada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Deixe descansar por mais 20 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 25 minutos ou até dourar. Sirva.

Pão de forma caseiro

Tempo: 1h 10 (+1h de descanso)
Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 2 xícaras (chá) de água morna
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 3 ovos
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Margarina e farinha de trigo para untar

Preparo:

Bata no liquidificador o fermento, a água e o açúcar por 1 minuto. Adicione o sal, o óleo, os ovos e bata mais um pouco. Transfira para uma tigela e adicione a farinha, aos poucos, até formar uma massa macia, que desgrude das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Divida a massa entre 2 fôrmas de bolo inglês de 27cm x 12cm untadas e enfa-



rinhadas. Cubra e deixe descansar por 1 hora. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido,

por 40 minutos ou até dourar levemente. Espere esfriar, desenforme e sirva.

Pão italiano com queijo

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 8 porções

Ingredientes:

- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 1 e 1/2 xícara (chá) de água morna
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 2 ovos
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- 200g de queijo parmesão ralado

Recheio

- 200g de queijo mussarela ralado
- 1 xícara (chá) de requeijão culinário
- 1/2 xícara (chá) de creme de leite
- 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Preparo:

Em uma tigela, peneire a farinha e faça uma cavidade no meio. Bata no liquidificador a água, o fermento, o açúcar, o sal, os ovos e o óleo. Despeje sobre a farinha, misturando com uma colher. Transfira para uma superfície



Receita de capa

levemente enfarinhada e sove por alguns minutos até formar uma massa lisa e que desgrude das mãos. Se necessário, adicione mais farinha. Cubra e deixe descansar por 30 minutos. Divida a massa em 2 partes, sove por mais 5 minutos e modele 2 pães alongados. Coloque os pães em uma fôrma untada e enfarinhada, um do lado do outro, deixando espaço entre eles, cubra e deixe descansar por

mais 30 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até dourar. Retire e deixe amornar. Com uma faca serrilhada faça cortes no pão, formando losangos. Misture bem os ingredientes do recheio e coloque nos cortes feitos no pão. Polvilhe com o parmesão e volte ao forno médio (180° C), preaquecido, por 10 minutos. Sirva.



Delícia em 3 versões

Mais sabor e variedade na sua cozinha!

"Delícias sem glúten para quem tem intolerância ou quer retirar a substância do cardápio, mas sem perder o sabor!"



Broa de fubá sem glúten

Tempo: 50 min • Rendimento: 8 unidades

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de fubá
- 1 e 1/3 de xícara (chá) de farinha de arroz
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de fermento em pó químico
- 1 colher (chá) de semente de erva-doce
- 1 clara
- 3/4 de xícara (chá) de manteiga
- Manteiga para untar

Preparo:

Em uma tigela, misture o fubá, a farinha de arroz, o açúcar, o fermento, a erva-doce, a clara e a manteiga até obter ponto de enrolar. Modele bolinhas com as mãos e coloque em uma fôrma untada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Achate levemente e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 20 minutos ou até dourar levemente. Sirva, se desejar, acompanhada de geleia.



Pão de leite

Tempo: 1h (+30min de descanso)
Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de farinha de arroz
- 1 xícara (chá) de fécula de batata
- 1/2 xícara (chá) de polvilho doce
- 1 colher (sopa) de goma xantana
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1 envelope de fermento biológico seco (10g)
- 1/2 xícara (chá) de manteiga
- 1 ovo
- 2 colheres (café) de vinagre de maçã
- 3 xícaras (chá) de leite morno (aproximadamente)
- Óleo e farinha de arroz para untar

Preparo:

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o polvilho doce, a goma xantana, o açúcar, o sal e o fermento. Adicione a manteiga, o ovo, o vinagre e misture. Acrescente o leite e misture até obter uma massa mole. Se necessário, adicione mais leite. Transfira para uma fôrma de bolo inglês de 31cm x 12cm untada e polvilhada com farinha de arroz. Cubra e deixe descansar por 30 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar levemente. Retire, deixe amornar, desenforme e sirva.



Pãozinho de queijo colorido

Tempo: 1h • Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 3 xícaras (chá) de polvilho doce
- 3 ovos
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 1 xícara (chá) de leite quente
- Sal a gosto
- 1 colher (chá) de fermento em pó químico
- 1 cenoura pequena picada e cozida
- 1/2 xícara (chá) de espinafre cozido
- 1/2 beterraba picada e cozida
- 1 e 1/2 xícara (chá) de polvilho azedo
- 1 e 1/2 xícara (chá) de queijo de minas padrão (meia cura) ralado
- Óleo para untar

Preparo:

Bata no liquidificador o polvilho doce, os ovos, o óleo, o leite, sal e o fermento. Divida em três partes. Volte ao liquidificador uma parte, bata com a cenoura e transfira para uma tigela. Proceda da mesma fôrma com o espinafre e a beterraba, separando as massas por cores. Divida a quantidade de polvilho azedo e queijo entre as três cores, misture e modele bolinhas. Coloque em uma fôrma untada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 20 minutos sem dourar. Retire e sirva.



Foto: André Fortes/Colaborador Produção: Maria Araújo/Maria Olinda Cabral Objetos: Acervo de produção

Pão com chocolate

Tempo: 1h (+1h10 de descanso) • Rendimento: 16 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 1 colher (chá) de sal
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 xícaras (chá) de água morna
- 1 colher (sopa) de essência de baunilha
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 kg de farinha de trigo

(aproximadamente)

- Óleo e farinha de trigo para untar
- 2 gemas para pincelar

Recheio

- 250g de chocolate meio amargo picado

Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento,

o sal e o açúcar com uma colher até dissolver. Junte a água, a essência de baunilha, a manteiga e misture. Acrescente a farinha, aos poucos, até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Deixe descansar por 40 minutos. Divida a massa em 4 partes. Abra cada parte da massa com o auxílio de um rolo e divi-

da o chocolate entre elas. Enrole como rocamboles e coloque em uma fôrma untada e enfarinhada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles. Deixe descansar por mais 30 minutos. Pincele com as gemas batidas e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por 30 minutos, ou até dourar. Retire do forno, deixe amornar e sirva.



Pão com calda de uva

Tempo: 1h10 (+1h de descanso)
Rendimento: 16 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 4 ovos
- 12 colheres (sopa) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de manteiga derretida
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina para untar

Calda

- 2 xícaras (chá) de suco de uva concentrado
- 1 xícara (chá) de açúcar

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, o leite, os ovos, o açúcar e a manteiga. Transfira para uma tigela, junte a farinha e misture. Transfira a massa para uma superfície enfarinhada e sove bem. Deixe descansar por 1 hora. Divida a massa em 2 partes e modele os pães. Com uma faca, faça corte superficiais nos pães. Coloque em uma fôrma untada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles, e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos. Para a calda, em uma panela, coloque o suco e o açúcar. Cozinhe, em fogo médio, por 15 minutos ou até ficar em ponto de calda. Despeje sobre o pão e sirva.

Foto: André Fortes/Colaborador • Produção: Nico Miranda/Marin Santana • Objetos: Acervo de produção

Broa de fubá

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 xícara (chá) de água morna
- 1/2 xícara (chá) de manteiga amolecida
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 ovos
- 1 lata de milho verde em conserva escorrido
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de semente de erva-doce
- 1/2 xícara (chá) de fubá
- 5 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo e fubá para untar e polvilhar
- Fubá para polvilhar

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, a água, a manteiga, o açúcar, os ovos, o milho e o sal até ficar homogêneo. Transfira para uma tigela e misture a erva-doce e o fubá com uma colher. Junte a farinha,

aos poucos, até formar uma massa homogênea, que desgrude das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Deixe descansar por 1 hora. Modele bolinhas e coloque em uma fôrma untada e polvilhada com fubá, uma ao lado da outra, mantendo

um espaço entre elas. Com uma faca afiada, faça uma cruz sobre cada bolinha. Polvilhe com fubá e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 25 minutos ou até dourar levemente. Deixe amornar e sirva.



Foto: André Fortes/Colaborador • Produção: Vânia Araújo/Maria O'Neil da Cezar • Objetos: Acervo de produção

Pão de mandiquinha

Tempo: 1h (+1h de descanso)
Rendimento: 8 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 xícara (chá) de leite morno (aproximadamente)
- 2/3 de xícara (chá) de mandiquinha cozida e espremida
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 ovo
- 6 colheres (sopa) de óleo
- 1 colher (chá) de sal
- 4 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- Óleo e farinha de trigo para untar
- Leite para pincelar
- Açúcar de confeiteiro para polvilhar

Preparo:

Dissolva o fermento no leite morno e bata no liquidificador com a mandiquinha, o açúcar, o ovo, o óleo, o sal e 1 xícara (chá) da farinha. Coloque em uma tigela, cubra e deixe descansar em local aquecido por 30 minutos. Adicione o restante da farinha e sove a massa sobre uma superfície lisa até



ficar macia. Se necessário, acrescente mais leite morno. Coloque em uma fôrma de bolo inglês de 31 cm x 12 cm untada e enfarinhada. Cubra e deixe descansar por mais 30 minutos,

ou até dobrar de volume. Pincele com leite e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Polvilhe com açúcar de confeiteiro e sirva.

Pão de milho com goiabada

Tempo: 1h (+1h de descanso)
Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 1 lata de milho verde em conserva escorrido
- 2 envelopes de fermento biológico seco (20g)
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 2 xícaras (chá) de água morna
- 5 colheres (sopa) de manteiga
- 2 ovos
- 2 colheres (sopa) de amido de milho
- 8 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 200g de goiabada em cubos
- Manteiga e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar

Preparo:

Bata no liquidificador, o milho, o fermento, o açúcar, o sal, a água, a manteiga, os ovos e o amido de milho até ficar homogêneo. Transfira para uma tigela e adicione a farinha, aos poucos, sovando até desgrudar das mãos. Se



necessário, adicione mais farinha. Adicione os cubos da goiabada e sove para misturar. Divida a massa em 2 partes, cubra e deixe descansar por 20 minutos. Modele dois cilindros com as massas e coloque, um ao lado do outro, em uma

fôrma grande untada e enfarinhada, deixando espaço entre eles. Cubra e deixe descansar por mais 40 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até dourar. Sirva.

Pãozinho de leite em pó

Tempo: 1h (+40min de descanso)
Rendimento: 10 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (café) de sal
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de manteiga amolecida
- 3 colheres (sopa) de leite em pó
- 2 xícaras (chá) de água morna
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- Leite em pó para polvilhar

Recheio

- 400g de doce de leite cremoso

Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento, o sal e o açúcar até dissolver. Acrescente a manteiga, o leite em pó, a água e misture. Adicione a farinha aos poucos, misturando até desgrudar das



Receita de capa

mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove a massa por 5 minutos e deixe descansar por 20 minutos. Divida a massa em bolinhas, abra cada uma na palma da mão e recheie com um pouco do doce de leite. Modele a bolinha novamente e coloque em uma fôrma untada e

enfarinhada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Deixe descansar por mais 20 minutos. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Deixe amornar, polvilhe com leite em pó e sirva.

Pãozinho romeu e julieta

Tempo: 1h (+1h20 de descanso)
Rendimento: 15 unidades

Ingredientes:

- 1/2 xícara (chá) de leite condensado
- 1/2 xícara (chá) de água morna
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 2 ovos
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 2 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo para untar
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- 2 colheres (sopa) de água para pincelar

Recheio

- 2 xícaras (chá) de queijo mussarela em cubos
- 2 xícaras (chá) de goiabada em cubos

Preparo:

No liquidificador, bata o leite condensado, a água, o óleo, os ovos, o açúcar e o fermento. Despeje em uma tigela e misture a farinha. Amasse bem até ficar uma massa homogênea. Se necessário, acrescente mais farinha. Coloque em uma travessa untada com óleo



e deixe descansar por 1 hora. Divida a massa em 15 porções e modele pãezinhos colocando um pedaço de mussarela e um de goiabada dentro. Arrume em uma fôrma grande untada e enfarinhada, um ao lado do outro, deixando

espaço entre eles. Deixe descansar por mais 20 minutos. Misture a gema com a água e pincele os pãezinhos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar levemente. Retire e sirva.

Pãozinho de coco e chocolate

Tempo: 1h20 (+2h de descanso)
Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 colheres (chá) de sal
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 1 vidro de leite de coco (200ml)
- 2 colheres (sopa) de margarina
- 2 ovos
- 1 xícara (chá) de coco ralado
- 6 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo para untar
- 300g de chocolate ao leite derretido
- Coco ralado a gosto para decorar

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, o açúcar, o sal, o leite morno, o leite de coco, a margarina e os ovos. Despeje em uma tigela, junte o coco e a farinha, aos poucos, misturando até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove a massa até



ficar macia e lisa. Cubra e deixe descansar por 1 hora. Modele os pãezinhos e coloque em uma fôrma untada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles. Deixe descansar

por mais 1 hora. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos. Cubra os pãezinhos com o chocolate derretido, decore com coco e sirva.

Pãozinho de limão

Tempo: 1h (+1h de descanso)
Rendimento: 10 unidades

Ingredientes:

- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 1/2 xícara (chá) de leite morno
- Suco e raspas da casca de 1 limão
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1 ovo
- 1/2 colher (chá) de sal
- 1/3 de xícara (chá) de margarina
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo para untar

Calda

- 1/2 xícara (chá) de leite
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- Suco e raspas da casca de 1 limão

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, o leite, o suco de limão, o açúcar, o ovo, o sal e a margarina até ficar homogêneo. Transfira para uma tigela, adicione as raspas e a farinha, aos poucos, mexendo com uma colher até desgrudar da lateral. Transfira para uma superfície lisa e enfarinhada e sove por 10 minutos, adicionando farinha, se necessário. Modele uma bola, cubra e deixe descansar por 40



minutos ou até dobrar de volume. Para a calda, leve ao fogo baixo o leite, o açúcar e o suco de limão. Divida a massa em bolinhas e modele os pãezinhos. Coloque em uma fôrma grande levemente untada, um ao lado do outro, deixando

espaço entre eles. Cubra e deixe descansar por 20 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 20 minutos ou até crescer e ficar levemente dourado. Retire do forno, regue com a calda e polvilhe com as raspas. Sirva.



Tranças e roscas



Receita de capa

Minirrosca de laranja

Tempo: 1h30 (+1h de descanso) • Rendimento: 20 unidades

Ingredientes:

- 1/2 xícara (chá) de leite condensado
- 1/2 xícara (chá) de suco de laranja morno
- 1/3 de xícara (chá) de óleo
- 2 ovos
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 2 colheres (sopa) de raspa de casca de laranja
- 500g de farinha

de trigo (aproximadamente)

- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- Açúcar cristal para passar

Calda

- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 xícaras (chá) de suco de laranja

Preparo:

No liquidificador, bata o leite condensado, o suco, o óleo, os ovos e o fermento. Transfira para uma tigela, junte as raspa e adicione a farinha, aos poucos, até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Deixe descansar por 1 hora. Sobre uma superfície enfarinhada, faça pequenos rolos com a massa e una as pontas formando as rosqui-

nhas. Coloque em uma fôrma untada e enfarinhada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 40 minutos. Para a calda, leve ao fogo médio o açúcar e o suco, ferva por 5 minutos e deixe esfriar. Pincele as rosquinhas já assadas com a calda, polvilhe com açúcar cristal, deixe secar e sirva.

Rosquinha de canela

Tempo: 1h20 (+1h de descanso)
Rendimento: 12 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 2 colheres (sopa) de margarina
- 1 colher (chá) de sal
- 2 ovos
- 500g de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 xícara (chá) de leite condensado para regar

Recheio

- 1/2 xícara (chá) de manteiga amolecida
- 2 colheres (sopa) de canela em pó
- 1/2 xícara (chá) de açúcar

Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento, o açúcar e o leite até dissolver por completo. Adicione



a margarina, o sal, os ovos e misture. Junte a farinha, aos poucos, até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Abra a massa em uma superfície enfarinhada com o auxílio de um rolo, formando um retângulo. Espalhe sobre a massa os ingredientes do recheio misturados e enrole como rocambole. Com uma faca, corte

fatias com 2 dedos de espessura e coloque em uma fôrma untada e enfarinhada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Cubra e deixe descansar por 1 hora. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 25 minutos ou até dourar levemente. Retire do forno e regue com o leite condensado. Deixe amornar e sirva.

Rosca de maracujá

Tempo: 2h (+30min de descanso)
Rendimento: 15 porções

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 2 ovos
- 3 xícaras (chá) de água morna
- 1kg de farinha de trigo (aproximadamente)
- Margarina e farinha de trigo para untar

Recheio

- 500g de chocolate branco derretido
- 2 xícaras (chá) de suco de maracujá concentrado

Cobertura

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- Polpa de 3 maracujás

Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento, o açúcar, o sal, a margarina, os ovos e a água. Acrescente a farinha, aos poucos, até desgrudar nas mãos. Sove bem a massa, divida em bolas e deixe crescer por 20 minutos ou até dobrar de volume. Misture os ingredientes do recheio



e leve à geladeira por 20 minutos. Abra as bolas de massa na palma da mão e coloque uma porção de recheio. Feche, modelando as bolas novamente. Coloque em uma fôrma de buraco no meio de 40cm de diâmetro untada e enfarinhada, uma bola por cima da outra, e

deixe descansar por mais 10 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até assar e dourar levemente. Retire do forno, deixe esfriar, desenforme e espalhe os ingredientes da cobertura misturados por cima. Sirva.

Trança cremosa de chocolate

Tempo: 1h30 (+30min de descanso)
Rendimento: 15 porções

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 3 xícaras (chá) de água morna
- 1 ovo
- 1kg de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar
- 1/2 lata de leite condensado
- Confeitos de bolinha branca e preta para decorar

Recheio

- 500g de chocolate meio amargo derretido
- 1 lata de creme de leite
- 1/2 lata de leite condensado
- 1/2 xícara (chá) de leite



Preparo:

Em uma tigela, misture o fermento, o açúcar e o sal até dissolver. Acrescente o óleo, a água, o ovo e misture. Acrescente a farinha, aos poucos, até desgrudar das mãos. Se necessário, adicione mais farinha. Sove a massa, divida em 3 partes iguais e deixe descansar por 20 minutos. Para o recheio, misture os ingredientes em uma tigela. Abra cada parte de massa com um rolo e espalhe em cada uma

delas o recheio dividindo por igual. Enrole como rocamboles e trança as 3 partes de massa, prendendo bem as pontas para não soltar quando assar. Coloque em uma fôrma untada, pincel com a gema batida e deixe descansar por mais 10 minutos. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar levemente. Retire do forno, regue com o leite condensado e decore com confeitos. Deixe esfriar e sirva.

Rosca de leite condensado

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 1 lata de leite condensado
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 1/2 xícara (chá) de manteiga
- 3 ovos
- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo para untar
- Farinha de trigo para enfarinhar
- 1 gema para pincelar
- Leite condensado para regar
- Coco ralado para polvilhar

Preparo:

Bata no liquidificador o leite condensado, o leite, a margarina, os ovos e o fermento. Transfira para em uma tigela e acrescente a farinha, aos poucos, até desgrudar da lateral da tigela. Se necessário, acrescente mais farinha. Sove em uma superfície enfarinhada por 5 minutos ou até obter uma massa lisa e macia. Cubra e deixe descansar por 1 hora. Divida a massa e modele bolinhas. Coloque uma bolinha do lado da outra em uma fôrma de buraco no meio



de 30cm de diâmetro untada e enfarinhada, sem deixar espaço entre elas e sobrepondo. Pincel com a gema batida e leve ao forno

médio (180° C), preaquecido, por 40 minutos ou até dourar. Desenforme morna, regue com leite condensado, polvilhe com coco e sirva.

Rosquinha recheada

Tempo: 1h (+1h de descanso)
Rendimento: 10 unidades

Ingredientes:

- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 1 xícara (chá) de água morna
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 1/2 xícara (chá) de leite condensado
- 1/2 xícara (chá) de manteiga
- 1 e 1/2 xícara (chá) de coco ralado
- 1 colher (café) de essência de baunilha

Preparo:

Misture os ingredientes do recheio e reserve. Em uma tigela, misture o fermento e o açúcar até dissolver. Junte o sal, a água, a manteiga e misture. Adicione a farinha, aos poucos, até que a massa fique homogênea e desgrude



das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Deixe descansar por 30 minutos. Divida a massa em 10 porções e modele bolinhas. Abra com auxílio de um rolo e coloque um pouco do recheio sobre cada massa. Enrole como rocamboles formando cordões. Torça cada cordãozinho e una as pontas. Coloque em uma

fôrma untada, um ao lado do outro, deixando espaço entre eles. Deixe descansar por mais 30 minutos. Pincelar com a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até dourar. Regue as rosquinhas ainda quente com leite condensado. Deixe esfriar e sirva.

Trança doce

Tempo: 1h30 (+1h30 de descanso)
Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de leite morno
- 1/3 de xícara (chá) de água morna
- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1/4 de xícara (chá) de manteiga amolecida
- 1 colher (café) de sal
- 1 colher (café) de cardamomo em pó
- 2 ovos
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo e farinha de trigo para untar
- 1 gema para pincelar
- 2 colheres (sopa) de açúcar para polvilhar

Cobertura

- 3/4 de xícara (chá) de açúcar de confeiteiro
- 3 colheres (sopa) de leite

Preparo:

Em uma tigela, misture o leite, a água, o fermento, o açúcar, a manteiga, o sal, o cardamomo e os ovos. Aos poucos, junte a farinha, misturando até que forme uma massa homogênea e que



desgrude das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Deixe descansar por 1 hora. Divida a massa em 2 partes e modele 2 rolinhos. Trance os 2 rolinhos, aperte as extremidades e coloque em uma fôrma untada e enfarinhada. Deixe descansar por 30 minutos. Pincelar com

a gema batida e polvilhe com o açúcar. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 35 minutos ou até dourar. Para a cobertura, misture o açúcar de confeiteiro e o leite. Decore a trança ainda quente, desenhando fios com a cobertura. Deixe esfriar e sirva

Brioche trançado

Tempo: 1h (+1h30 de descanso)
Rendimento: 16 porções

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 4 colheres (sopa) de manteiga
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de sal
- 1/3 de xícara (chá) de açúcar
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 2 gemas para pincelar
- Óleo para untar

Preparo:

No liquidificador, bata os ovos, o leite, a manteiga, o óleo, o fermento, o sal e o açúcar. Despeje em uma tigela, misture a farinha, aos poucos, sovando com as mãos até obter uma massa lisa e macia. Se necessário, adicione mais farinha. Cubra e deixe descansar por 30 minutos. Divida a massa em 6 partes iguais e modele 6 cilindros. Trance cada 3 cilindros formando 2 pães. Coloque

cada um em uma fôrma de bolo inglês de 27cm x 12cm untada e enfarinhada, cubra e deixe descansar por 1 hora. Pincele com

a gema batida e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Desenforme e sirva.



Trança de liquidificador

Tempo: 1h (+1h de descanso) • Rendimento: 10 porções

Ingredientes:

- 2 ovos
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1/3 de xícara (chá) de leite morno
- 1 copo de iogurte natural (200g)
- 1 colher (chá) de sal
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- Óleo para untar
- 1 gema para pincelar
- 1 colher (sopa) de manteiga derretida para pincelar
- Açúcar cristal e canela em pó para polvilhar

Preparo:

Bata no liquidificador os ovos, o açúcar, o leite, o iogurte, o sal, o fermento e 2 xícaras (chá) da farinha até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela e adicione o restante da farinha, aos poucos, mexendo até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Deixe descansar por 1 hora. Divida a massa em 3 partes e modele rolos finos. Trance os 3 rolos, uma as

pontas e coloque em uma fôrma de buraco no meio de 30cm de diâmetro untada. Pincele com a gema batida e leve ao forno médio (180° C),

preaquecido, por 40 minutos ou até dourar. Pincele com a manteiga derretida e polvilhe com açúcar e a canela misturados. Sirva.



Rosca de calabresa

Tempo: 1h (+1h15 de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 1 xícara (chá) de água morna
- 1 colher (sopa) de sal
- 1/2 colher (sopa) de açúcar
- 2 ovos
- 2 colheres (sopa) de manteiga em temperatura ambiente
- 600g de farinha de trigo
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Óleo para untar
- 1 gema
- 1 colher (sopa) de água

Recheio

- 1kg de linguiça calabresa sem pele picada
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 2 xícaras (chá) de queijo mussarela ralado

Preparo:

No liquidificador, bata o fermento, a água morna, o sal, o açúcar, os ovos e a manteiga.



Despeje em uma tigela e adicione a farinha, aos poucos, sovando até a massa desgrudar das mãos. Coloque em uma superfície enfarinhada e sove bem. Transfira para uma tigela untada com óleo, cubra e deixe descansar por 1 hora ou até dobrar de volume. Para o recheio, em uma frigideira, em fogo médio, frite a linguiça

no azeite. Abra a massa com a ajuda de um rolo, distribua a mussarela ralada e a calabresa já fria. Enrole como rocambole e una as pontas formando uma rosca. Pincele com a gema misturada com a água. Deixe descansar por mais 15 minutos e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 40 minutos. Sirva.

Rosca de pizza

Tempo: 2h10 (+30min de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 4 ovos
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 200ml de leite morno
- 50ml de óleo
- 2 tabletes de fermento biológico fresco (30g)
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 650g de farinha de trigo
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina para untar
- 2 gemas
- 3 colheres (sopa) de água
- 50g de queijo parmesão ralado para polvilhar

Recheio

- 400g de presunto ralado
- 400g de queijo mussarela ralado
- 3 tomates sem pele e sem sementes em cubos
- 1/2 xícara (chá) de manjeriço picado

Preparo:

Bata no liquidificador os ovos, a manteiga, o leite, o óleo, o fermento, o sal e o açúcar. Em uma tigela, coloque a farinha, junte o líquido



batido e misture até ficar homogêneo. Sove a massa em uma superfície enfarinhada por 10 minutos ou até ficar elástica e macia. Deixe descansar por 30 minutos. Divida a massa em duas porções. Abra cada massa com o auxílio de um rolo em uma superfície enfarinhada, formando um retângulo com cerca de 0,5cm de espessura. Divida as fatias de presunto entre as duas massas, distribua a mussarela, o tomate e o

manjeriço. Enrole as massas como rocamboles. Junte as duas pontas, formando uma rosca. Coloque as duas roscas em uma fôrma untada e, com uma faca, faça cortes na diagonal em uma profundidade que apareça a primeira camada de recheio. Pincele com as gemas misturadas com a água e polvilhe com o parmesão. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 45 minutos ou até dourar. Sirva.

Trança de berinjela e tomate seco

Tempo: 1h (+30min de descanso)
Rendimento: 8 porções

Ingredientes:

- 1 colher (café) de sal
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 2/3 de xícara (chá) de água morna
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina para untar
- 1 gema para pincelar
- 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado

Recheio

- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola grande fatiada
- 1 berinjela em tiras
- 1/2 xícara (chá) de tomate seco picado
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Preparo:

Bata no liquidificador, o sal, o açúcar, a água, o óleo e o fermento até dissolver. Coloque a



farinha em uma tigela, junte a mistura batida e mexa com uma colher até desgrudar da lateral. Transfira para uma superfície levemente enfarinhada e sove por 5 minutos. Cubra e deixe descansar por 30 minutos. Para o recheio, em uma panela, em fogo médio, aqueça o azeite e refogue a cebola até murchar. Junte a berinjela e refogue por 5 minutos. Retire do fogo, adicione o tomate seco e tempere com sal e pimenta. Abra a

massa formando um retângulo, espalhe o recheio e enrole como rocambole. Corte ao meio no sentido do comprimento com uma faca afiada, deixando as duas tiras de massa recheada unidas apenas por uma das pontas. Trance as duas partes e una as pontas no final. Coloque em uma fôrma untada, pincele com a gema batida e polvilhe com o parmesão. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Sirva.

Foto: André Fortes/Colaborador Produção: Karim Santana/Maria Olinda Objeto: Acervo de produção

Rosca caipira da Vovó

Tempo: 50min (+1h de descanso)
Rendimento: 12 porções

Ingredientes:

- 3 tabletes de fermento biológico fresco (45g)
- 1/2 xícara (chá) de água morna
- 1 colher (sopa) de azeite
- 3 ovos
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo (aproximadamente)
- 1/2 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 colheres (sopa) de manteiga em temperatura ambiente
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Margarina e farinha de trigo para untar
- 1 gema
- 1 colher (sopa) de água

Recheio

- 1 xícara (chá) de bacon moído
- 1 xícara (chá) de linguiça de pernil esmigalhada
- 1 cebola picada
- 3 xícaras (chá) de peito de frango cozido desfiado
- 1 xícara (chá) de tomate sem sementes picado
- 1/2 xícara (chá) de cebolinha picada



- 1 copo de requeijão cremoso (200g)
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Preparo:

Em uma tigela, dissolva o fermento na água morna, junte o azeite, os ovos e misture. Em outra tigela, coloque a farinha, junte o açúcar, o sal, a manteiga e misture. Faça uma cavidade no meio e coloque o líquido. Misture até ficar homogêneo e desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais farinha. Coloque em uma superfície enfarinhada e sove por 10 minutos. Modele uma bola e deixe descansar por 1 hora ou até dobrar de volume. Para o recheio, em uma panela, em fogo médio, frite o bacon na

própria gordura até dourar. Adicione a linguiça e frite até dourar. Junte a cebola, o frango e refogue por mais 3 minutos. Desligue o fogo, misture o tomate, a cebolinha, o requeijão e tempere com sal e pimenta. Abra a massa em uma superfície enfarinhada com a ajuda de um rolo, formando 2 retângulos. Espalhe o recheio já frio sobre as massas. Enrole como rocamboles e una as pontas, formando duas roscas. Coloque em uma fôrma untada e enfarinhada, uma ao lado da outra, deixando espaço entre elas. Faça cortes na superfície com uma faca afiada. Pincele com a gema misturada com a água e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 40 minutos. Sirva.

Foto: André Fortes/Colaborador Produção: Zúlima Palma dos Santos/Karim Santana Objeto: Rosca de Mesa e Tramontina



Cozinhe e lucre

Gostosuras da Vovó para vender



"Essa receitinha de patê da Vovó vai ser um sucesso para acompanhar seus pães caseiros!"



CALCULE O PREÇO!

Custo total da receita **R\$10,60**

Valor sugerido para a venda: **R\$ 8,00** (cada porção)

✓ O custo da receita inclui apenas os gastos com os ingredientes. As embalagens e gastos com água, energia elétrica, gás de cozinha e sua mão de obra não estão incluídos. Porém, se você seguir a sugestão de preço, terá uma ótima margem de lucro, pois rende 4 potinhos. No entanto, calcule a margem que preferir para contemplar melhor os seus gastos e o potencial do seu produto. Lembre-se que o patê é um produto perecível e deve ser consumido rapidamente, além de ser conservado na geladeira.

Patê de curry e manga

Tempo: 5 min • Rendimento: 4 porções

Ingredientes:

- 1 manga descascada
- 1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado
- Suco de 1/2 limão
- 1/2 xícara (chá) de cream cheese
- 1 copo de iogurte natural (170g)
- 1 colher (chá) de curry
- Sal a gosto

Preparo:

Bata no liquidificador a polpa da manga, o cheiro-verde, o suco de limão, o cream cheese, o iogurte e o curry até formar uma pasta homogênea. Tempere com sal e bata para misturar. Coloque em potinhos com tampa e armazene na geladeira até o momento de fazer a sua entrega.

MAIS OPÇÕES!

Patês são fáceis de fazer e ótimos acompanhamentos para pães e torradas. Você pode vender o potinho de patê sozinho ou fazer um combo com pães ou pacotinhos de torradas.

Anote outras sugestões de patês práticos:

De cebola: misture 1 lata de creme de leite, 1 xícara (chá) de maionese e 1 envelope de creme de cebola (68g).

De cottage com manjericão: bata no processador 400g de queijo cottage, 1 xícara (chá) de folhas de manjericão, 1/4 de xícara (chá) de azeite, 1/2 colher (chá) de sal e 5 metades de nozes até obter uma massa homogênea.

De azeitona com ricota: bata no processador 200g de azeitona preta sem caroço, 1 xícara (chá) de ricota fresca, 2 xícaras (chá) de creme de leite, 2 filés de anchova escuridos, 1/4 de xícara (chá) de azeite e 2 colheres (chá) de sal.

De sardinha: bata no liquidificador 2 latas de sardinha em conserva, 3 colheres (sopa) de maionese, 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado e 2 colheres (sopa) de ervas picadas (manjericão, alecrim, orégano).

De gorgonzola: esfarele 200g de queijo gorgonzola em uma tigela, adicione 200g de requeijão cremoso, junte 1/2 dente de alho amassado e misture até ficar homogêneo.



Casa e cozinha

Cuide do seu cantinho com as dicas da Vovó

Cada coisa em seu lugar!

Cada alimento deve ocupar um espaço específico na geladeira para sua melhor conservação e para fazer o espaço render dentro do eletrodoméstico. Confira:

PORTA: coloque miudezas, como temperos, margarina, potes de geleia e requeijão. Garrafas de refrigerantes e de água também podem ficar na porta.

GAVETÃO: lave as verduras com antecedência, retire as partes que não serão usadas e guarde as folhas em um saco plástico. Legumes também devem ser colocados em sacos plásticos na gaveta.

PRATELEIRAS: dê preferência para vasilhas quadradas ou retangulares para aproveitar melhor o espaço. Distribua os alimentos da seguinte maneira:



Geladeira limpinhal

Faça a limpeza da sua geladeira a cada 15 dias para evitar mau cheiro, contaminações e propagação de bactérias. Retire os alimentos e limpe o interior do aparelho com um pano úmido ou esponja e detergente neutro. Prateleiras devem ser retiradas e lavadas com água e detergente.

Aprenda a organizar os produtos dentro da geladeira da maneira correta

CARNES: se forem consumidas logo, devem ser armazenadas na prateleira de cima. Se não, opte por guardar no freezer, bem embaladas e com a data afixada.

OVOS: devem ficar na prateleira de cima. Modelos novos de geladeira não têm mais a prateleira de ovos na porta, pois guardá-los ali é um erro. Eles podem rachar e sofrer mudanças de temperatura, contraindo bactérias.

SOBRAS DE COMIDA: devem ser bem fechadas em potes de vidro ou plástico e armazenadas na prateleira intermediária.

QUEIJOS: assim como outros frios e iogurtes devem ficar sempre bem embalados, na gaveta própria, na parte mais fria da geladeira.

FRUTAS: depois de lavadas devem ser conservadas em sacos plásticos nas prateleiras de baixo, para não ressecarem.

CONGELADOR: é o local ideal para armazenar alimentos ou produtos que precisam de temperatura mais baixa, como sorvetes, empanados e hambúrgueres. Caixas de produtos prontos congelados devem ser organizadas em pé, para ocupar menos espaço.

Colaboradores

Culinárias

Adriana Rocha
Bruno Soro
Denise Bologna Amantini
Gustavo Gutierrez
Mariana Maluf Boszczowski

Miriam Soro

Vanessa Figueiredo

Revisão técnica

Thalita Ruiz

Objetos

Depósito São Martinho:
(11) 3083-1433
Fúcsia Casaz (11) 5533-5045
Kariri (11) 5051-9742
M. Dragonetti (11) 3846-8782

Oxford: 0800-476500

Roupa de Mesa: (11) 3811-9715
Stella Ferraz Cerâmica:
(11) 3845-2411
Tramontina:
(11) 4197-1266

Tabela de medidas

Xícaras (chá)	Mililitros	Colheres (sopa)
Cheia	240ml	12 colheres
3/4	180ml	9 colheres
1/2	120ml	6 colheres
1/4	60ml	3 colheres



ISSN 2318-3004
Ano 7, nº 31 - 2017

Editora-Chefe: Táb Castilho | Editora: Vivian Garda | Redação: Sheila Jenqueira, Design: Zu Fernandes (Editora-chefe) e Rezan Oliveira (Tratamento de Imagem Edson Iwakawa (Editor especial) e Ariane Silva (Estagiária) | Nutricionista responsável: Ângela Cardoso (CRN 7095) | Técnico em qualidade de receitas: Fernando Santos | Grupo Editorial: Fernanda Vilas Bôas (Assistente editorial), Otávio Mattiazzo Neto (Criação e desenvolvimento de produtos), Lissandra Mantz (Criação) | Colaboradores: Daniela Yamauti (Tratamento de Imagem). Impressão: EDIGRÁFICA Gráfica. Distribuição: Total Express Publicações

PRESIDENTE: João Carlos de Almeida | DIRETOR EXECUTIVO: Pedro José Chiquito | DIRETOR COMERCIAL: Símono Brasolotto Junior | DIRETOR DE REDAÇÃO: Sandro Paveloski | EDITORIAL: Gerentes: Mara De Santis e Gustavo Cândido | PUBLICIDADE: E-mail: publicidade@gastral.com.br | MARKETING: Gerente: Flávia Castro | E-mail: marketing@gastral.com.br | SERVIÇOS GRÁFICOS: Gerente: José Antonio Rodrigues | ADMINISTRATIVO/FINANCEIRO: Gerente: Jason Perleira | ENDEREÇOS: BAURUR: Rua Gustavo Madel, 19-26, CEP 17012-110, Bauru, SP. Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Bauru, SP. Fone: (14) 3235-3878, Fax: (14) 3235-3879 | SÃO PAULO: Rua Gomes de Carvalho, 1.507 - 9ª andar, Conj. 91, Bloco B, CEP 04547-005, Vila Olímpia, São Paulo, SP. Fone/Fax: (11) 3048-2900 | ATENDIMENTO AO LEITOR: (14) 3235-3885 De segunda a sexta, das 8h às 18h | E-mail: atendimento@gastral.com.br | Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Bauru, SP | LOJA: www.loja.editoraastrol.com.br | E-mail: loja@gastral.com.br | FALAMOS TAMBÉM EM PORTUGUÊS E ESPANHOL | FONE: (11) 3048-2900



© 2017 EDITORA ALTO ASTRAL LTDA. TODOS OS DIREITOS RESERVADOS. PROIBIDA REPRODUÇÃO.



2mb

AGENCIAMENTO ARTÍSTICO

www.2mb.com.br

Rua Anna Wirt, 142 - conj. 101 - Br. da Casa - Bauru/SP



RECEITAS



Bolo de brigadeiro confeitado

Esse bolo é simplesmente irresistível! Ideal para festas e comemorações especiais.

RECEITAS



Almôndega de peixe

Mistura rápida e fácil de fazer que vai agradar e surpreender a toda sua família.

FAÇA VOCÊ MESMO



Bandeja reformada: a peça ganhou um estilo próprio!

Passo a passo para dar uma segunda chance para um móvel antigo.

SAÚDE



Como a dieta mediterrânea combate o câncer de mama?

Aprenda sobre a alimentação rica em azeite, peixes, frutas, nozes, legumes e cereais integrais.

SAÚDE



17 alimentos diuréticos que ajudam a combater o inchaço!

Delícias que combatem a retenção de líquidos, problema que incomoda muitas pessoas.

alto
astral

- facebook.com.br/portalaaltoastral
- twitter.com/altoastral
- instagram.com/portalaaltoastral
- youtube.com/altoastral

Mais notícias em:
WWW.ALTOASTRAL.COM.BR



NINGUÉM VAI RESISTIR!

Aprenda com a Vovó Palmirinha as receitas mais deliciosas de pães para deixar seu lanche e café muito mais saborosos!

