

caderno  
de receitas  
afetivas de



Bento  
Rodrigues



Este caderno de Receitas é fruto de uma das iniciativas de educação patrimonial realizadas no âmbito do Plano de Reparação das Referências Culturais das comunidades atingidas pelo rompimento da barragem de Fundão, promovido pela Fundação Renova em cooperação com a UNESCO. As receitas que compõem este caderno foram coletadas por alunos da Educação Infantil ao 9º ano do Ensino Fundamental da Escola Municipal Bento Rodrigues, junto às suas famílias.

**Crédito das ilustrações**

**Capa:** Thássia Gabriele Santos

**Apresentação:** Laryssa Emanuely dos Reis

## Apresentação

A concepção do Caderno de Receitas Afetivas de Bento Rodrigues surgiu como uma estratégia pedagógica delineada no início deste ano letivo, durante nossas reuniões para planejar a tradicional celebração da Festa da Família, realizada anualmente no mês de maio.

Refletimos sobre a importância e a riqueza de reunir receitas sugeridas por nossos alunos, sejam elas doces ou salgadas, que de alguma forma estejam associadas às vivências ou experiências que marcaram ou ainda marcam suas vidas e as de seus familiares.

É com grande satisfação que apresentamos a vocês esta publicação, intitulada "Caderno de Receitas Afetivas de Bento Rodrigues", como um testemunho tangível das histórias e tradições culinárias que permeiam as famílias de nossa comunidade escolar.

Desejamos que este material, que reúne receitas de afeto de várias famílias, inspire cada um de vocês a se reunir à mesa com seus entes queridos e amigos, em um ritual de preparação que transcende os limites da culinária, conduzindo-os a revisitarem suas melhores lembranças.

**Escola Municipal Bento Rodrigues**



# Crédito

## 1º período

Bernardo Junio Salgado Rodrigues  
Gabriella Viana Marques da Silva  
Heidrick Henrique do Carmo Soares  
Júlia Emanuelle da Silva Coelho  
Kaio Luccas Marques dos Santos  
Késsia Isabele Sena Felipe  
Maísa Thamara Gonçalves Felício  
Maria Júlia Santos Pontes Pires  
Yasmin Lorena Gonçalves Sacramento

## 2º período

Júlia Ferreira Inácio  
Luna Coelho Costa  
Sabrina Santos Matias  
Thayler Augusto da Silva Fernandes  
Vitória Anunciação da Silva

## 1º ano

Alícia Victória Miranda Souza  
Ana Luiza Nascimento Felipe  
Elisa Manuela de Souza  
Gael Henrique Souza Coelho  
Heloysa Eduarda dos Reis  
Heytor Junio do Carmo  
Kauã Junio dos Reis Ferreira  
Letícia de Oliveira Félix  
Marina Laura Gonçalves Sacramento  
Pedro Henrique Soares Clementino  
Ramon Lucas dos Santos  
Ryan dos Santos Dias

## 2º ano

Derick Henrique Moutinho do Carmo  
Enzo Gabriel Borges  
Isis Mendes Santos  
Kenedy Felipe de Oliveira  
Micael Junior Marques do Carmo  
Miguel Lucas Costa Bhering  
Philipe Augusto Silva Souza  
Samuel Reis de Oliveira  
Sophia Emanuelle Batista de Paula  
Sophia Vitória dos Reis  
Theo Coelho Costa  
Wellington Lucas do Carmo

## 3º ano

Agatha Aparecida Dais Celço  
Ana Júlia Serra Ferreira  
Ana Luiza de Paula Souza  
Cauã Victor da Silva Costa  
Clarice Paixão da Silva  
Davi Lucas Martins  
Heitor Messias da Silva  
João Gabriel Marques da Silva  
Oliver Camargos Solano  
Sophia Vitória de Oliveira Neto  
Stephany Sabrine de Souza  
Thaylaine Stefane Gonçalves Silva

## 4º ano

Ágata Rodrigues Costa  
André Lucas Gonçalves de Oliveira



Anna Luiza Viana da Silva

Anthony Alef Ferreira

Bernardo Sena Felipe

João Lucas Coelho Santos

João Lucas dos Santos Silva

Maria Flor Coelho Silva

### **5º ano**

Alexia Gabrielly Noberta Pinto

Ana Clara Clementino

Ana Lívia Costa da Silva

Daniel Alves Dias

Júlio César Marques dos Santos

Nathan Almeida

Reidrick Silva Felipe Isabel

Renan Felipe Marques Ferreira

Thamara Lunara Silva Souza

Thassia Gabriele Santos

### **6º ano**

Alícia Beatriz Alves

Emilly Kamille da Silva Costa

Isabella Estefane Serra Murcella

Kayque Athos Monteiro Barros

Laryssa Emanuelly dos Reis

Layla Kemilly de Souza Nunes

Luan Pablo Gomes Caetano

Lucas Eduardo da Silva

Manuella Silva Müller

Rendrick José de Souza

Thayeny Fernandes dos Reis

Willian Douglas do Carmo Santos

Yago Peters Caetano

### **7º ano**

Emília Fernanda Felipe

João Paulo da Silva

Lavinia Gabriela da Silva

Miguel Lucas Gonçalves Sacramento

Nicolas Wester Fernandes Isabel

Pietro Gomes Vital

Thaylla Cristina dos Reis

### **8º ano**

Ana Beatriz Messias Gonçalves

Esther Ágda dos Santos

Gustavo Henrique Inácio dos Santos

Júlia Gabrielly Silva

Kaíque Gabriel da Silva

Lara Gabriely Silva Souza

Letícia de Jesus Euzébio Pinto

Lucas Emanuel Gomes Caetano

Maria Eduarda Nascimento da Silva

Pollyane Gomes Ferreira

Sofhia Stefanne de Souza

### **9º ano**

Alison de Souza Salgueiro

Cauã Phelipe da Silva

Kaleb Henrique de Souza Flores



# Receitas Salgadas

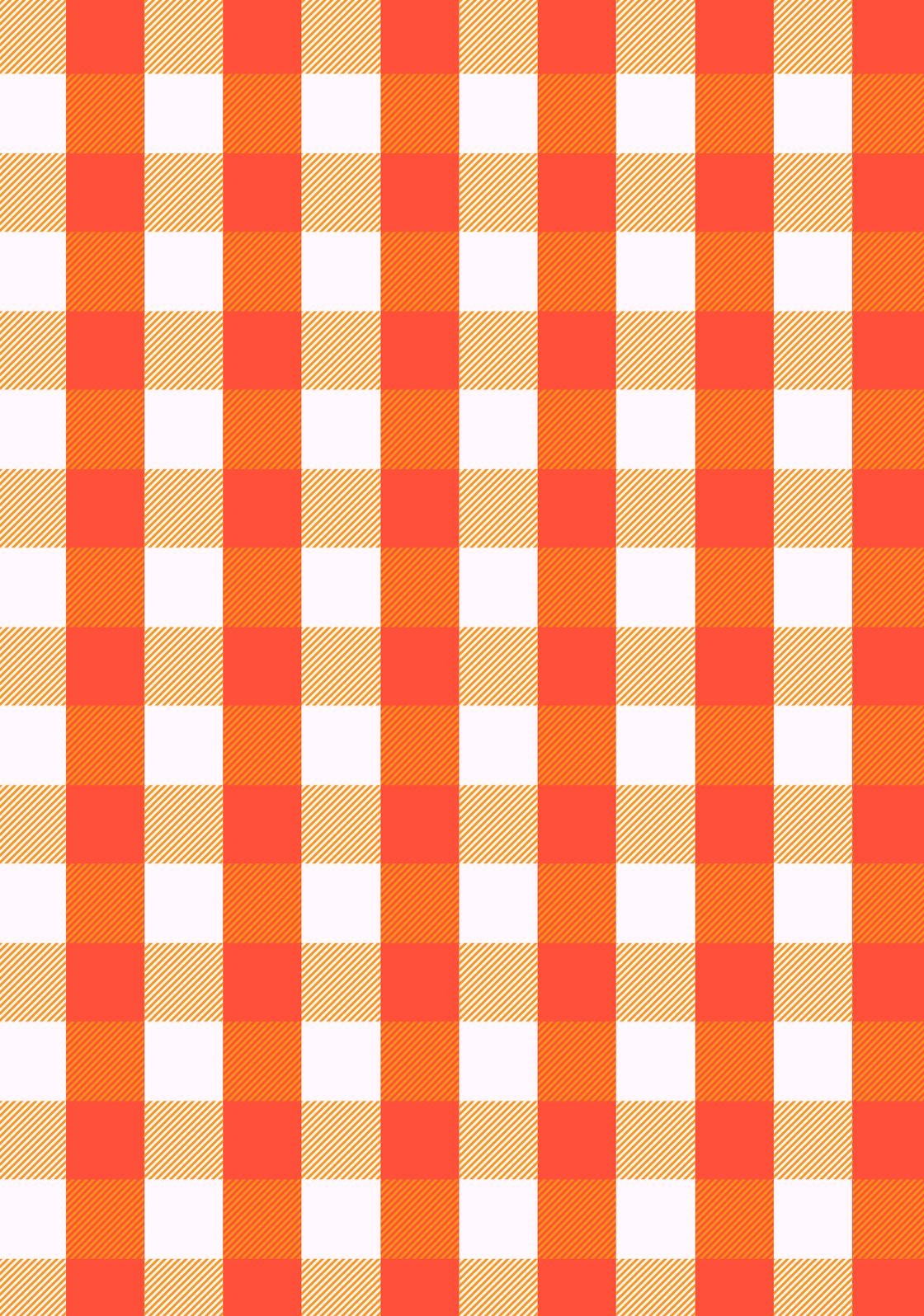
Galinha caipira.....	<u>1</u>
Salpicão .....	<u>1</u>
Macarrão com sardinha .....	<u>2</u>
Macarrão de frigideira.....	<u>2</u>
Coxinha de frango .....	<u>3</u>
Feijão português.....	<u>3</u>
Torta de frango .....	<u>4</u>
Dobradinha.....	<u>5</u>
Purê de batata .....	<u>5</u>
Macarrão de vó.....	<u>6</u>
Strogonoff de frango.....	<u>6</u>
Fricassê .....	<u>7</u>
Quiabo .....	<u>7</u>
Torta fria de pão de forma.....	<u>8</u>
Pizza de liquidificador .....	<u>9</u>
Feijão tropeiro .....	<u>10</u>
Lasanha de carne moída .....	<u>11</u>
Pãozinho recheado.....	<u>12</u>
Pão caseiro .....	<u>13</u>
Macarrão com molho branco.....	<u>14</u>



## Receitas Doces

Mousse de morango com ganache de chocolate.....	<u>15</u>
Mousse de limão.....	<u>15</u>
Sequinhos.....	<u>16</u>
Bolinho de chuva.....	<u>16</u>
Bolo de milho.....	<u>17</u>
Brigadeiro.....	<u>17</u>
Bolo de laranja.....	<u>18</u>
Pavê de biscoito maizena.....	<u>18</u>
Arroz doce.....	<u>19</u>
Pudim.....	<u>19</u>
Bolo de cenoura com cobertura de chocolate.....	<u>20</u>
Bolo de chocolate.....	<u>21</u>
Bolo de banana com chocolate.....	<u>22</u>
Bolo de iogurte natural.....	<u>22</u>
Cajuzinho.....	<u>23</u>
Bolo de fubá.....	<u>23</u>
Mousse de maracujá.....	<u>24</u>
Canjica doce (canjição).....	<u>24</u>
Panqueca.....	<u>25</u>
Bombom de morango na travessa.....	<u>25</u>
Bolo gelado de coco.....	<u>26</u>
Torta prestígio.....	<u>27</u>





# Receitas Salgadas

Na alquimia da cozinha, há um ingrediente secreto que transcende o sabor e a textura dos pratos: o afeto. As receitas afetivas contidas neste caderno, são mais do que simplesmente uma lista de ingredientes e instruções culinárias; são histórias de amor, memórias de família e conexões profundas que passam de geração em geração.

Receitas de casa como o salpicão de domingo, a coxinha de frango, a deliciosa torta de liquidificador e opções diversas para seu macarrão vão incrementar seu dia a dia e trazer lembranças de aromas que faziam parte da cozinha de vó, momentos felizes que poderão continuar ser partilhados com quem amamos.

O verdadeiro segredo por trás dessas receitas não está apenas nos ingredientes que compõem o prato, mas sim nas histórias que eles contam e nas lembranças que evocam.

# Galinha caipira

## ingredientes

- 1 galinha caipira inteira
- 2 cebolas picadinhas
- 1 colher de paprica doce
- 2 folhas de colorau
- folhas de louro
- 1 xícara de salsinha
- 5 dentes de alho
- 2 colheres de banha de porco
- 1 colher de açafão da terra

## modo de preparo

1. Em uma panela coloque as 2 colheres de banhas de porco, 2 colheres de azeite, fritar a cebola, o alho, e dar uma fritadinha.
2. Coloque a galinha e frite tudo junto e vai pingando água para ficar bem coradinha.
3. Tempere com o sal, paprica doce e as folhas de louro, açafão e de uma misturadinha.
4. Adicione água para cozinhar e vai colocando água até ficar bom. Depois de pronto colocar a salsinha para servir.

# Salpicão

## ingredientes

- batata palha
- frango desfiado
- salsicha
- milho verde
- cenoura
- cebola
- maionese
- uvas passas
- presunto

## modo de preparo

1. Picar a cebola.
2. Ralar a cenoura.
3. Picar o presunto e a salsicha.
4. Misturar todos os ingredientes e, por último, acrescentar a maionese.

# Macarrão com sardinha

## ingredientes

- um pacote de macarrão
- uma lata de sardinha
- 1 cebola
- alho
- sal
- óleo
- extrato de tomate
- milho

## modo de preparo

1. Em uma panela, coloque água e o sal, deixe ferver a água e coloque o macarrão no tempo da embalagem. Escorra o macarrão.
2. Em outra panela coloque o alho, a cebola, o sal e deixe refogar, coloque a sardinha e o óleo, milho, deixe fritar. Adicione o molho de tomate e deixe ferver.
3. Por último, misture o molho no macarrão e está pronto para comer.

# Macarrão de frigideira

## ingredientes

- cebola
- bacon
- milho verde
- pimentão
- alho
- macarrão
- óleo
- sal
- cheiro verde

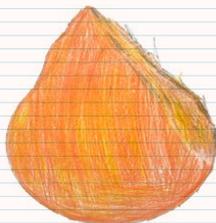
## modo de preparo

1. Cozinhar o macarrão em água salgada.
2. Fritar o bacon na frigideira dourar o alho, cebola e pimentão.
3. Colocar o milho verde e acrescentar o macarrão cozido
4. Adicionar os temperos, sal e cheiro verde. Mexer bem, está pronto.

# Coxinha de frango

## ingredientes

- farinha de trigo tradicional
- manteiga
- peito de frango desfiado
- caldo knorr
- corall
- água
- sal
- farinha de rosca
- óleo



## modo de preparo

1. Coloque a água, a manteiga, o knorr, o sal e colorau para ferver.
2. Quando a água ferver vai acrescentando aos poucos a farinha trigo até criar uma massa, depois é só sovar a massa.

### Recheio

3. Em uma panela coloque um pouco de óleo, tempero a gosto, acrescente o peito de frango desfiado, deixe refogando até chegar no ponto de recheio ficar sequinho. Depois abra um pouco da massa, coloque o recheio e feche, passa na farinha de rosca e frite.

# Feijão português

## ingredientes

- 1kg de feijão vermelho
- 1 abóbora moranga
- 500g de bacon
- 500g de linguiça calabresa
- cebola, pimentão, cheiro verde

## modo de preparo

1. Cozinhe o feijão. com a abobora
2. Enquanto o feijão cozinha, pegue o bacon picado e linguiça picada e frite em uma panela.
3. Quando tiver fritas acrescente cebola picada, pimentão.
4. Depois do feijão com a abóbora cozido junto com as fritas e deixe ferver mais um pouco e adicione cheiro verde. E está pronto é só servir!

# Torta de frango

## ingredientes

### Massa

- 1 copo de farinha de trigo
- 1 copo de maizena
- 1 copo de leite
- 3 ovos
- ½ copo de óleo

### Recheio

- 1/2kg de peito de frango desfiado
- 1 cebola picada
- pimentão
- 1 lata de milho verde
- 1 lata de seleta de legumes
- azeitona
- tomate

## modo de preparo

### Massa

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador.

### Recheio

2. Utilize os ingredientes e faça um molho bem gostoso.

### Montagem

3. Adicione o recheio sobre a massa e leve ao fogo pré-aquecido em 180°C até dourar, por 40 minutos.

# Dobradinha

## ingredientes

- 10kg a dobradinha cortada em tiras
- 2kg de linguiça calabresa
- 4 tabletes de caldo de carne
- 8 unidades de cebola
- 4kg de batata
- 1kg de bacon
- 200ml ao suco de limão
- alho, cheiro verde pimenta-do-reino, pimenta calabresa, molho de tomate

## modo de preparo

1. Lave a dobradinha com limão: em uma panela de pressão coloque água e limão cubra a dobradinha e deixe ferver, jogue a água fora e repita a operação 2 vezes.
2. Coloque na mesma panela óleo (3 colheres), bacon picado e a linguiça cortada e deixe fritar.
3. Quando estiver quase pronto, adicione a dobradinha, o caldo de carne, pimenta do reino a gosto, pimenta calabresa, molho de tomate e água até cobrir toda a dobradinha.
4. Tampe e deixe Cozinhar em fogo baixo por 40 minutos. Destampe a panela de pressão, se estiver quase mole, adicione sal. Na pressão, leva uns 5 minutos.

# Purê de batata

## ingredientes

- 1kg de batata
- 1 cebola grande picada em cubos
- 3 colheres de manteiga
- 1 caixa de creme de leite

## modo de preparo

1. Cozinhe as batatas e, em seguida amasse elas em uma panela.
2. Coloque a manteiga, a cebola, o alho e o sal. Assim que a manteiga derreter bem acrescente a batata e vai colocando leite aos poucos até dar o ponto que você preferir.
3. Em seguida, sirva!

## Macarrão de nó

### ingredientes

- alho
- coloral
- sal
- cebola
- óleo
- macarrão

### modo de preparo

1. Cozinhe o macarrão em água salgada, conforme as instruções da embalagem.
2. Em uma panela coloque o alho e deixe esquentar.
3. Em seguida coloque alho e a cebola deixe dourar, acrescente o coloral e o macarrão já cozido.

## Strogonoff de frango

### ingredientes

- 3 peitos de frango cortados em cubos
- 1 dente de alho picado
- sal e pimenta do reino a gosto
- 1 cebola grande picadinha
- 1 colher de manteiga
- 1/2 copo de ketchup
- 1/3 copo de mostarda
- 1 copo de cogumelos
- 1 copo de creme de leite
- batata palha a gosto

### modo de preparo

1. Em uma panela, misture o frango, o alho, com sal e a pimenta
2. Em uma frigideira grande, derreta a manteiga e doure a cebola.
3. Coloque o frango na frigideira até que esteja dourado.
4. Adicione o cogumelo, ketchup e mostarda.

# Fricassê

## ingredientes

- 1 lata de creme de leite
- 1 copo de requeijão cremoso
- 2 peitos de frango desfiado
- 100g de batata palha
- 1 pitada de sal
- 1 lata de milho verde
- 100g de azeitona sem caroço
- 200g de muçarela fatiada
- 1 xícara de água

## modo de preparo

1. Bata no liquidificador o requeijão, o creme de leite e a água.
2. Refogue o creme do liquidificador com o frango desfiado, as azeitonas e o sal até ficar com uma textura espessa.
3. Coloque o refogado numa assadeira cubra com muçarela e espalhe batata palha por cima.
4. Leve ao forno até borbulhar.
5. Sirva com arroz branco.

# Quiabo

## ingredientes

- 1 colher rasa de óleo
- alho a gosto
- sal a gosto
- massa de tomate
- 1 tomate
- 2 bandejas de quiabo
- água

## modo de preparo

1. Em uma panela, coloque óleo, alho e sal triturado a gosto, deixe dourar.
2. Acrescente o quiabo picadinho, deixe fritar, logo em seguida coloque o extrato de tomate e água até cobrir, deixe cozinhar.
3. Caso o quiabo esteja babando acrescente o tomate.

# Torta fria de pão de forma

## ingredientes

- 1 peito de frango desfiado
- 1 cenoura ralada
- 1 tomate cortado
- ½ lata de milho
- 3 colheres de maionese
- 3 colheres de requeijão
- salsinha e cebolinha a gosto
- sal a gosto
- orégano a gosto
- 1 pacote de pão de forma sem casca
- batata palha para decorar

## modo de preparo

1. Pegue o peito de frango desfiado e misture com a cenoura ralada, o tomate picadinho.
2. Adicione uma lata de milho verde e misture 3 colheres de maionese mais 3 de requeijão juntando a salsinha e cebolinha.
3. Tempere com sal e orégano.
4. Pegue o pão de forma sem casca e vai montando de duas a duas até acabar.
5. Finalize com requeijão e batata palha.

# Pizza de liquidificador

## ingredientes

### Massa

- 1 xícara de chá de leite
- 1 ovo
- 1 colher de chá de sal
- 1 colher de chá de açúcar
- 1 colher de sopa de margarina
- 1 ½ xícara de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sobremesa de fermento em pó
- margarina para untar a forma

### Recheio

- meia lata de molho de tomate
- 250g de queijo muçarela fatiado
- 1 tomate em fatias
- azeitona a gosto
- orégano



## modo de preparo

1. Em um liquidificador coloque todos os ingredientes.
2. Bata os ingredientes até obter uma massa homogênea.
3. Unte com a margarina uma forma baixa de pizza. Acrescente a mistura feita no liquidificador.
4. Leve ao forno pré aquecido por aproximadamente 20 minutos.

### Montagem

1. Retorne a massa de pizza do forno e despeje meia lata de molho de tomate.
2. Em seguida, acrescente o queijo muçarela ralado, rodela de tomate e orégano.
3. Leve ao forno para derreter o queijo.
4. Retire do forno e acrescente azeitonas a gosto.
5. Sirva em seguida.

# Feijão tropeiro

## ingredientes

- 2 xícaras de chá de feijão cozido
- 200g de bacon em cubos
- 2 gomos de linguiça tipo calabresa
- 1 cebola grande em cubos
- 3 dentes de alho picado
- 2 tomates sem semente em cubos
- 1 pimentão amarelo pequeno
- ½ xícara de chá de azeite
- 1 e ½ xícara de chá de farinha de mandioca
- salsinha e cebolinha para finalizar
- sal a gosto

## modo de preparo

1. Em uma panela fritar levemente o bacon e a linguiça até soltar a gordura brevemente.
2. Acrescente o azeite e a cebola e refogue até ficar levemente dourada. Depois disso colocar o tomate, o pimentão, o alho e a pimenta e deixar refogar para soltar os sabores.

3. Acrescente o feijão e a farinha de mandioca aos poucos. Finalize com salsinha e a cebolinha picada e acerte o sal.

# Lasanha de carne moída

## ingredientes

- 2 colheres de sopa de óleo
- 1 cebola média picada
- 400g de patinho bovino moído
- 2 tomates médios picados
- 2 caixinhas de polpa de tomate
- ½ xícara de chá de água
- ½ colher de chá de sal
- 1 pacote de massa de lasanha seca (direto ao forno)
- 200g de presunto
- 200g de muçarela

## modo de preparo

1. Em uma panela grande, coloque o óleo, e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a cebola e refogue por 2 minutos. Acrescente a carne aos poucos e frite por 10 minutos ou até a água secar. Adicione o tomate e refogue por 3 minutos ou até que comece a desmanchar.
2. Junte a poupa de tomate, a água e o sal e deixe cozinhar em fogo baixo com a panela semi-tampada por 5 minutos ou até encorpar levemente. Retire do fogo.
3. Em um refratário retangular grande (23 x 35 cm) faça camadas com o molho, a massa, o presunto e a muçarela, intercalando e repetindo até finalizar com o molho e a muçarela.
4. Cubra com papel alumínio e leve ao forno médio (180° C) pré-aquecido por 20 minutos até que a massa fique macia. Remova o papel o alumínio e leve ao forno por mais 5 minutos ou até dourar o queijo.
5. Retire do forno e servia em seguida.

# Pãozinho recheado

## ingredientes

- 4 tabletes de fermento biológico
- 3 colheres de sopa de açúcar
- ½ copo (requeijão) de azeite
- 2 ovos
- 1kg de farinha de trigo (mais ou menos)
- 1 colher de sopa de sal
- 1 copo de requeijão de leite morno

## modo de preparo

1. Numa vasilha grande, misture o fermento com o sal e o açúcar até virar um líquido.
2. Junte os ovos, o azeite e o leite. Coloque a farinha aos poucos até a massa desgrudar das mãos e dar ponto para enrolar.
3. Faça bolinhas do tamanho de laranja de deixe crescer um pouco, abra com o auxílio de um rolo de massa do tamanho de um pratinho de sobremesa.

## Recheio

- presunto em fatias
- tomate sem semente picadinho
- azeitonas picadinhas
- muçarela em fatias
- orégano

4. Coloque 1 fatia de muçarela, mais um presunto e no meio uma colher sopa da mistura de tomates, azeitonas e orégano.
5. Enrole como se fosse uma panqueca, apertando as pontas para grudar bem e não sair o recheio, pincele com a gema de ovos e polvilhe com orégano.
6. Asse em forno pré-aquecido a 200°C.



# Pão caseiro

## ingredientes

- 1kg de farinha de trigo
- 500ml de leite
- 2 ovos
- 3 colheres açúcar
- 3 colheres de margarina
- 1 colher de chá de sal
- 20g de fermento biológico seco
- coco opcional

## modo de preparo

1. Aqueça o leite na temperatura mais ou menos de banho de bebê, adicione os ovos, açúcar, o fermento e a margarina.
2. Depois de misturar bem, adicione a farinha e o sal e vá sovando a massa, acrescentando a farinha de trigo até parar de grudar nas mãos.
3. Deixe a massa crescer até dobrar de tamanho, depois modele os pães e coloque para crescer novamente.
4. Após 40 minutos, pincele com ovo, ou somente gema, e coloque para assar a 180° até estarem dourado.
5. Prepare um café e se delicie com esse pãozinho!

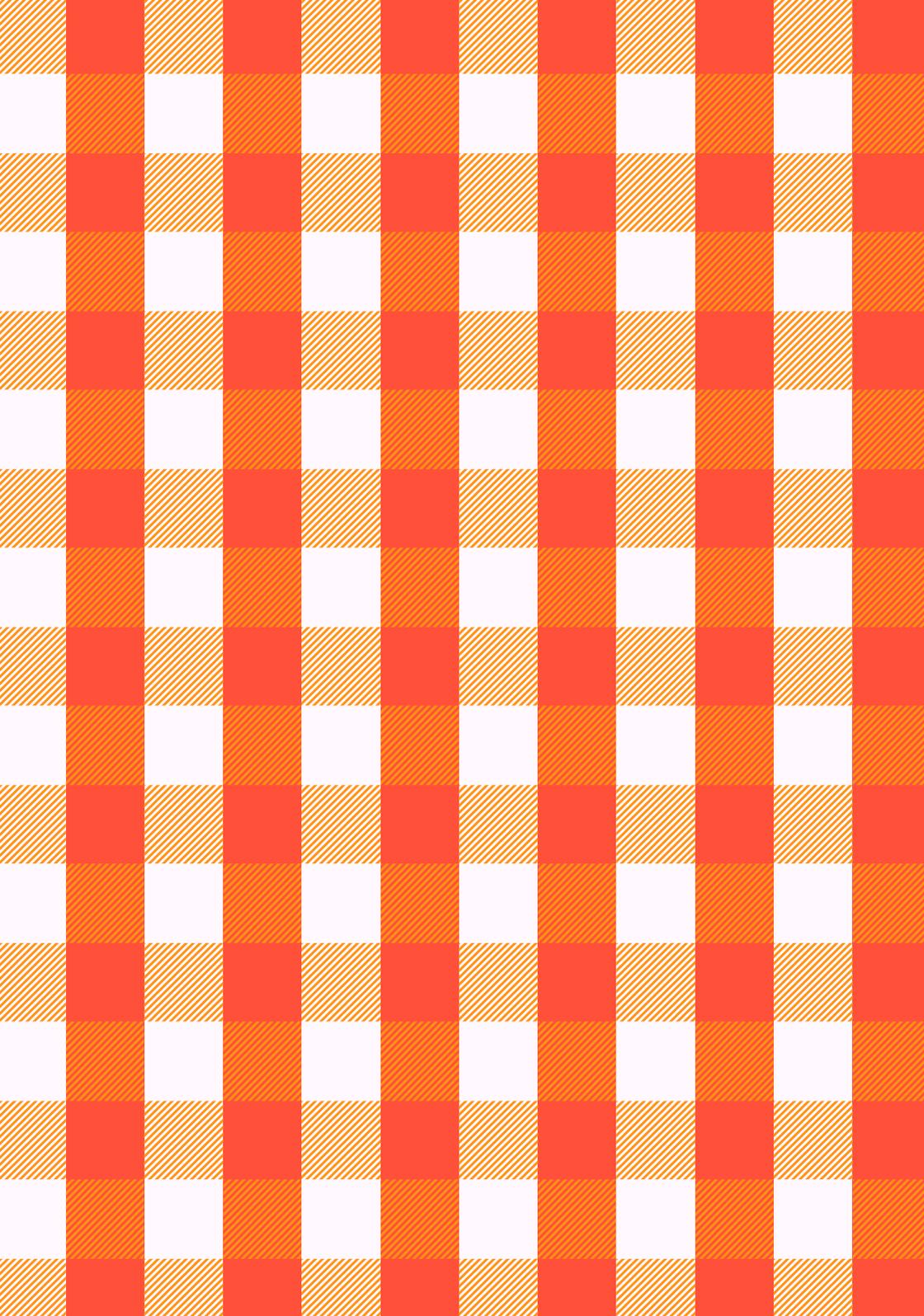
# Macarrão com molho branco

## ingredientes

- 300g de macarrão da sua preferência
- 1 colher (Sopa) manteiga
- ½ cebola picadinha
- queijo ralado à gosto
- sal a gosto
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 1 lata de creme de leite
- ½ litro de leite.
- 1 colher de maizena
- alho a gosto
- 2 colheres de requeijão

## modo de preparo

1. Cozinhe o macarrão de acordo com a embalagem.
2. Em uma panela acrescente o óleo e frite a cebola e o alho. Acrescente a manteiga e dissolva a maizena no leite e despeje juntamente com o alho e a cebola. misture até engrossar.
3. Acrescente o creme de leite e o requeijão.
4. Escorra o macarrão e sirva em seguida colocando o molho e o queijo por cima.



# Receitas Doce

Hum... depois de tanta receita salgada, nada como um docinho! A família em torno da mesa no domingo, contando casos e rindo à beça. Um bolinho no final de tarde chuvoso, que deixa a casa inteira perfumada. Cada sobremesa ou quitute aqui descrito, carrega a herança cultural de gerações passadas, transmitindo sabores, aromas e tradições que resistem ao tempo.

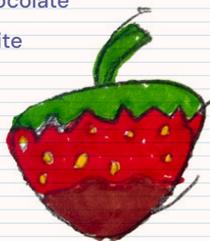
Vamos juntos fazer um bolinho de chuva que remete à vovó, um pudim da tia que deixa todo mundo com água na boca? Vamos voltar a ser crianças e, quem sabe, passar o dedo na cobertura do bolo e se lambuzar?

Quando você estiver preparando essas receitas, lembre-se de que elas não apenas nutrem nossos corpos, mas também alimentam nossas almas, nos lembrando do valor inestimável do amor e da família.

# Mousse de morango com ganache de chocolate

## ingredientes

- 4 bandejas de morango
- 1 lata de leite condensado
- 1 caixa de creme de leite
- 3 barras de chocolate
- 2 cremes de leite



## modo de preparo

1. Bata os ovos, o açúcar, o óleo, o suco e a casca de laranja no liquidificador.
2. Passe para uma tigela e acrescente a farinha de trigo e, pro último, o fermento.
3. Assar em forno pré-aquecido, numa forma untada e enfarinhada por 30 minutos.
4. Desenforme o bolo e molhe com suco de laranja.

# Mousse de limão

## ingredientes

- 1 lata de creme de leite
- 1 lata de leite condensado
- 160 mililitros de suco de limão
- raspas de 2 limões para decorar

## modo de preparo

1. No liquidificador, bata até ficar homogêneo o creme de leite, o leite condensado e o suco de limão.
2. Transfira a mistura para taças e decore com as raspas de limão.
3. Leve para gelar por, pelo menos, 1 hora antes de servir.

## Sequilhos

### ingredientes

- 500g de maizena
- 1 lata de leite condensado
- 3 colheres de manteiga

### modo de preparo

1. Misture bem todos os ingredientes.
2. Faça bolinhas e amasse levemente com um garfo.
3. Por último, unte a forma e asse 30 minutos a 180°C.

## Bolinho de chuva

### ingredientes

- 2 ovos
- ½ xícara de chá de açúcar
- 1 xícara de chá de leite
- 2 ½ xícaras de trigo
- 1 colher de chá de fermento

### modo de preparo

1. Misture todos os ingredientes
2. Coloque uma panela com óleo para esquentar depois do óleo bem quente, comece a fritar.

## Bolo de milho

### ingredientes

- 3 ovos
- 1 xícara de leite
- 1 xícara de óleo
- 1 xícara de flocão
- ½ xícara de açúcar
- 1 lata milho verde
- 1 colher chá fermento

### modo de preparo

1. Bata os ingredientes no liquidificador, exceto o fermento. Após bem misturado, use a função pulsar para misturar o fermento.
2. Despeje sobre uma forma untada e coloque no forno 180° por 45 minutos.

## Brigadeiro

### ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 5 colheres de sopa de achocolatado ou 3 colheres de chocolate em pó
- 1 colher de sopa de manteiga
- Chocolate granulado

### modo de preparo

1. Em uma panela funda, acrescente o leite condensado, a manteiga e o chocolate em pó. Cozinhe em fogo médio e mexa até que o brigadeiro comece a desgrudar do fundo
2. Deixe esfriar e faça pequenas bolas com a mão passando a massa no chocolate granulado.



# Bolo de laranja

## ingredientes

- 4 ovos
- 1 xícara de óleo
- 2 xícaras de açúcar
- 2 xícaras de farinha de trigo
- suco de 2 laranjas
- 1 colher de sopa de fermento

## modo de preparo

1. Bata os ovos, o açúcar, o óleo, o suco e a casca de laranja no liquidificador.
2. Passe para uma tigela e acrescente a farinha de trigo e, por último, o fermento.
3. Assar em forno pré-aquecido, numa forma untada e enfarinhada por 30 minutos.
4. Desenforme o bolo e molhe com suco de laranja.

# Pavê de biscoito maizena

## ingredientes

- 2 pacotes de biscoito maizena sabor leite
- 5 colheres de maizena
- 1 pacote de coco ralado
- 1 litro de leite, sendo 1 xícara para molhar o biscoito e o restante para o mingau
- 1 lata de leite condensado

## modo de preparo

1. Em uma panela coloque o leite e a maizena, leve ao fogo e mexa até engrossar, ficando como um mingau.
2. Junte o leite condensado com o mingau de maizena, misture bem e reserve.
3. Em um refratário, coloque uma camada do mingau, outra do biscoito já molhado no leite e quando as camadas completarem o refratário, coloque o coco ralado por cima.

# Arroz doce

## ingredientes

- 2 copos de arroz
- 1 caixa de leite condensado
- 2 caixas de creme de leite
- 2 caixas de leite
- 1 pacote de coco ralado
- açúcar a gosto
- canela a gosto

## modo de preparo

1. Coloque uma panela no fogo com 1 litro de leite, adicione o arroz e deixe cozinhar até o ponto al dente.
2. Adicione mais 1 litro de leite e o coco ralado e deixe o caldo engrossar.
3. Adicione o leite condensado e o creme de leite.
4. Finalize com canela.

# Pudim

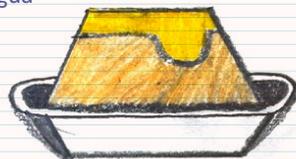
## ingredientes

### Massa

- 1 lata de leite condensado
- 3 ovos inteiros
- 1 lata (medida da lata) de leite

### Calda

- 1 xícara de chá de açúcar
- ½ xícara de água



## modo de preparo

1. Bata bem os ovos no liquidificador.
2. Para a calda, derreta o açúcar na panela até ficar moreno, acrescente água e deixe engrossar.
3. Acrescente o leite condensado e o leite juntos aos ovos e bata novamente.

4. Coloque em uma forma redonda e despeje a massa por cima do açúcar. Asse em forno por aproximadamente 1h em banho maria.
5. Espete um garfo para ver se está bom.
6. Coloque para gelar e desenforme gelado.

# Bolo de cenoura com cobertura de chocolate

## ingredientes

### Massa

- 2 ovos
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 2 cenouras descascadas e picadas
- 1 xícara de açúcar
- 1 colher bem cheia de margarina
- 1 colher de fermento em pó

### Cobertura

- 1 lata de leite condensado
- 1 colher de margarina
- ½ lata de leite (medida leite condensado)
- 4 colheres de chocolate em pó

## modo de preparo

### Massa

1. No liquidificador coloque a cenoura, a margarina e os ovos, bata tudo, depois adicione o açúcar e a farinha de trigo.
2. Bata novamente e adicione o fermento químico, misture em baixa velocidade.
3. Despeje em uma forma e leve no forno a 180° graus.

### Cobertura

4. Em uma panela, coloque o leite condensado, o chocolate em pó e a margarina e o leite, leve ao fogo baixo, mexendo sempre até desgrudar da panela.

### Montagem

5. Depois do bolo assado, desenforme e despeje a cobertura em cima do bolo ainda quente. Deixe esfriar e sirva.

# Bolo de chocolate

## ingredientes

### Massa

- 2 ovos
- 2 xícaras de farinha
- 1 xícara de achocolatado
- 1 xícara de açúcar
- 2 xícaras de leite
- ½ xícara de óleo
- 2 colheres de fermento químico

### Calda

- 2 colheres de margarina
- 1 caixa de leite condensado
- 3 colheres de achocolatado
- 1 caixa de creme de leite

## modo de preparo

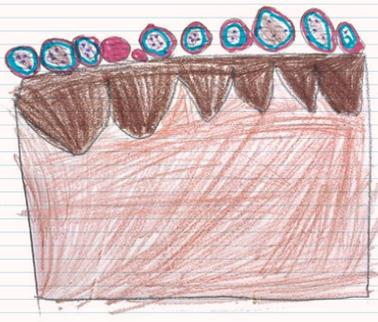
1. Bata todos os ingredientes em um recipiente, deixando o fermento químico por último.
2. Coloque em forno pré aquecido 180° e em 40 minutos está pronto.

### Calda

3. Em uma frigideira coloque duas colheres de margarina, em seguida coloque o leite condensado e depois achocolatado.
4. Mexa um pouco e por último coloque o creme de leite
5. Misture até chegar na textura desejada.

### Montagem

6. Após o bolo esfriar, despeje toda a calda de chocolate e sirva.



# Bolo de banana com chocolate

## ingredientes

- 8 bananas
- 200ml de óleo
- 3 ovos
- 1 copo de açúcar
- 200g de chocolate picado
- 1 colher de canela
- 1 colher de fermento em pó
- 2 copos de farinha de trigo

## modo de preparo

1. No liquidificador bata as bananas, o óleo, os ovos e o açúcar.
2. Em um recipiente, coloque o trigo, a canela e o chocolate picado. Em seguida, adicione os ingredientes que foram batidos no liquidificador, mexa bem e, por fim, adicione o fermento.
3. Leve ao forno à 200° por aproximadamente 40 minutos.

# Bolo de iogurte natural

## ingredientes

- 1 copo de iogurte natural
- 3 ovos
- 3 copos de farinha de trigo sem fermento
- 1 copo de óleo
- 1 copo de leite
- 1 copo de açúcar
- 1 pitada de sal
- 1 colher de sopa de fermento

OBS: Utilize o copo de iogurte como medida.

## modo de preparo

1. Em um liquidificador adicione os ovos, o leite, o óleo, o açúcar, o iogurte natural e a pitada de sal.
2. Bata por 30 segundos, em seguida adicione a farinha de trigo, bata novamente por 1 min e 30s, adicione o fermento.
3. Despeje em uma forma untada com manteiga, canela e açúcar. OBS: misture a canela e açúcar para untar a forma.
4. Leve ao forno por 30 a 35 minutos sem abri-lo.

# Cajuzinho

## ingredientes

- 1kg de amendoim
- 3 colheres de manteiga
- 7 colheres de cacau em pó

## modo de preparo

1. Em uma panela, torre o amendoim até chegar no ponto. Em uma peneira ou bacia, esfregue o amendoim para tirar a casca.
2. Bata no liquidificador o amendoim puro.
3. Em um recipiente, misture todos os ingredientes.
4. Faça as bolinhas, passe pelo açúcar e se delície!

# Bolo de fubá

## ingredientes

- 2 xícaras de fubá moído d'água
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 xícara de chá de óleo de soja
- 1 xícara de queijo curado ou parmesão
- 1 xícara de leite
- 3 ovos
- erva doce a gosto
- 1 colher de sopa de fermento em pó

## modo de preparo

1. Na batedeira, colocar o açúcar e ovos, bata.
2. Acrescentar o óleo batendo até dissolver o açúcar. Em seguida os ingredientes secos intercalando com o leite.
3. Por último, acrescente o fermento e a erva doce. Bata levemente.
4. Colocar a massa em forma untada. Levar ao forno pré-aquecido. Assar em forno 180° por aproximadamente 40 minutos.

## Mousse de maracujá

### ingredientes

- maracujá
- leite condensado
- creme de leite

### modo de preparo

1. Bata o maracujá no liquidificador. Coe.
2. Bata o suco coado com o leite condensado com creme de leite.
3. Coloque para gelar até que fique firme e cremoso.

## Canjica doce (canjicão)

### ingredientes

- 500 gramas de canjica branca
- água suficiente para cozinhar a canjica
- 2 litros de leite
- 1 lata de leite condensado
- 4 colheres de sopa de açúcar
- canela em pó a gosto

### modo de preparo

1. Coloque 500 gramas de canjica branca em um recipiente e cubra com água. Deixe de molho por 4 horas.
2. Depois, escorra a canjica e coloque na panela de pressão. Cubra com água e deixe cozinhar por 20 minutos. Reserve.
3. Em uma panela, adicione 2 litros de leite, 1 lata de leite condensado e 4 colheres de sopa de açúcar. Deixe ferver.
4. Em seguida, adicione a canjica cozida e cozinhe por 30 minutos, mexendo sempre para não grudar.
5. Acrescente canela em pó a gosto, misture e sirva em seguida.

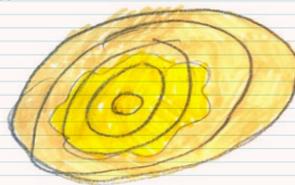
# Panqueca

## ingredientes

- 1 ovo
- 1 xícara de leite
- 1 colher de mel
- 100g de farinha de aveia
- 1 colher de chá de fermento

## modo de preparo

1. Em uma tigela coloque os ingredientes e misture bem.
2. Em uma frigideira pré-aquecida coloque porções da massa, vire até dourar e sirva como quiser.
3. Dica: sirva com mel.



# Bombom de morango na travessa

## ingredientes

- 2 latas de leite condensado
- 3 creme de leite
- 1 copo americano de leite em pó
- 1 bandeja de morango
- 2 barras de chocolate preto ao leite
- 2 barras de chocolate preto amargo

## modo de preparo

1. Em uma panela coloque o leite condensado, o creme de leite, o leite em pó. Leve ao fogo baixo e mexa até virar um creme. Deixe esfriar.
2. Lave e pique os morangos e coloque em uma travessa. Em outra panela coloque os chocolates e o creme de leite, leve ao fogo até derreter.
3. Vire o creme que fez primeiro por cima dos morangos até cobrir todos, após ter feito isso jogue o chocolate por cima e leve para a geladeira por mínimo 4 horas.

# Bolo gelado de coco

## ingredientes

### Massa

- 3 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 1 xícara de leite
- 1 colher sopa de fermento em pó

### Para molhar o bolo

- 1 lata de leite condensado
- 1 vidro de leite de coco
- A mesma medida da lata de leite
- Para polvilhar: 2 pacotes de 100g de coco ralado

## modo de preparo

1. Bata no liquidificador as gemas, o açúcar e a margarina até ficar homogêneo.
2. Em seguida, adicione o leite, bata mais um pouco, acrescente a farinha e bata novamente.
3. Por fim, acrescente o fermento e bata no modo pulsar só para misturar.
4. Leve para assar em forma retangular untada em forno pré-aquecido por 180° por aproximadamente 35 minutos.
5. Depois do bolo assado, bata os ingredientes da cobertura no liquidificador e jogue em cima do bolo ainda quente.
6. Polvilhe o coco ralado em cima e deixe gelar.

# Torta prestígio

## ingredientes

- 400g de coco ralado em flocos
- 2 latas de leite condensado
- 2 vidros de leite de coco
- 1 colher de margarina
- 300g de chocolate meio amargo
- 300g de creme de leite

## modo de preparo

1. Em uma panela, coloque o coco ralado, o leite condensado, o leite de coco e a margarina. Leve ao fogo, mexendo sempre por 10 minutos ou até engrossar e desgrudar da panela.
2. Coloque esse creme em uma travessa de 22 cm de diâmetro e reserve.
3. Derreta o chocolate no microondas (de 30 em 30 segundos) ou banho-maria e misture com o creme de leite. Espalhe por cima do creme de coco.
4. Decore com coco ralado ou chocolate ralado. Leve a geladeira por 4 horas e sirva.



