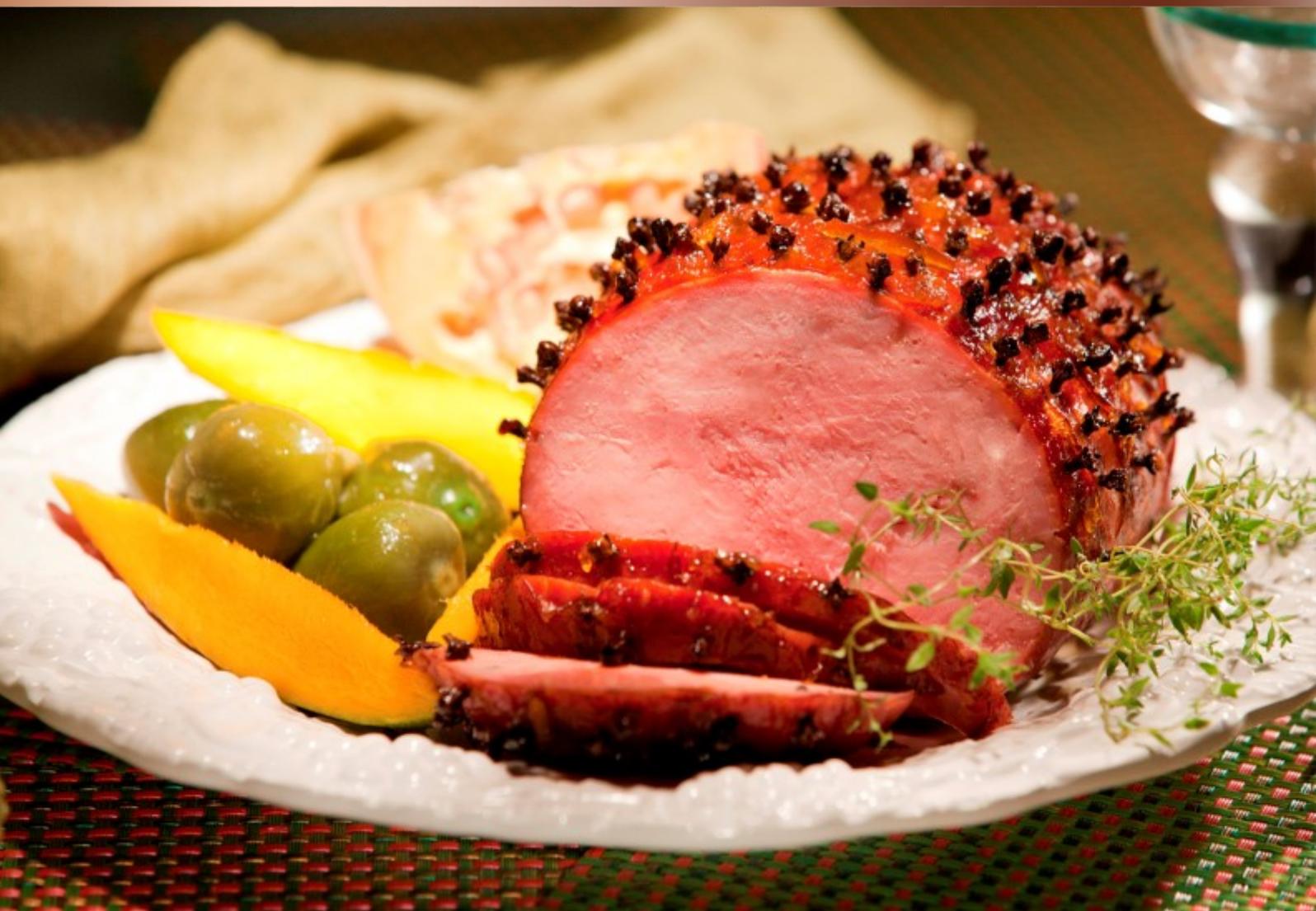


Especial Festas Natal e Ano Novo



Selecionamos um saboroso
caderno de receitas
para sua ceia!
Pág 12

Como calcular a quantidade
de comida e bebida
para sua festa!
Pág 3

Vinhos, espumantes ou cervejas
escolha o que mais
te agrada!
Pág 9

ÍNDICE

<i>Preparando a Festa.....</i>	<i>03</i>
<i>Organizando a Mesa.....</i>	<i>04</i>
<i>Preparando a Ceia.....</i>	<i>06</i>
<i>Cardápio para manter a forma no Natal e Ano Novo.....</i>	<i>07</i>
<i>Frutas e Sementes garantem ceia de Natal e Ano Novo saborosa e sem culpa...</i>	<i>08</i>
<i>Prepare-se para aproveitar as festas de fim de ano.....</i>	<i>09</i>
<i>Bebidas.....</i>	<i>10</i>
<i>Receitas.....</i>	<i>12</i>
<i>Presentes.....</i>	<i>31</i>



Preparando a Festa

Como calcular a quantidade de comida e bebida para sua festa



Bebida

Vinho Tinto

2 a 3 taças por pessoa
1 garrafa para cada 4 pessoas

Vinho Branco

3 a 4 taças por pessoa
1 garrafa para cada 3 pessoas

Destilados

2 a 4 doses por pessoa
20 a 25 doses por garrafa
1 garrafa para 8 a 10 pessoas

Licor

2 doses por pessoa
17 a 25 doses por garrafa

Whisky

3 doses por pessoa

Água c/ou s/ gás

300ml a 400ml por pessoa

Refrigerante

500ml por pessoa

Cerveja

3 a 5 latas por pessoa
1 garrafa por pessoa

Champagne

Para brindar

1 garrafa para cada 4 pessoas

Bebida Principal

1/2 a 1 garrafa por pessoa

Comida

Carnes (Vermelha, frango e peixe)

Servido - 1 prato 250g por pessoa
Servido - 2 ou 3 tipos de pratos 100g por pessoa

Batatas

Servido - 1 prato 170g por pessoa
Servido - 2 ou 3 tipos de pratos 120g por pessoa

Legumes Cozidos

Servido - 1 prato 110g por pessoa
Servido - 2 ou 3 tipos de pratos 50g por pessoa

Arroz, Grãos e Lentilha

Servido - 1 prato 40g por pessoa (cru)
Servido - 2 ou 3 tipos de pratos 25g por pessoa (cru)

Risoto

Servido como prato principal 80g por pessoa (cru)

Massas

Servido como prato principal 110g por pessoa (cru)
Servido com acompanhamento 50g por pessoa (cru)
Servido 2 ou 3 tipos de prato 25g por pessoa (cru)

Tortas Salgadas

Servido como prato principal 250g por pessoa

Salgadinhos

Coquetel sem prato quente 15 a 18 por pessoa
Coquetel com prato quente 12 a 15 por pessoa
Almoço ou jantar completo 6 a 8 por pessoa

Doces ou Docinhos

Com Sobremesa 3 por pessoa
Sem Sobremesa 5 a 6 por pessoa

Bolo

Evento com sobremesa 60g a 70g por pessoa
Evento sem sobremesa 100g a 120g por pessoa

Sobremesas

Frutas 150g por pessoa
Mousses ou Cremes 110g por pessoa
Sorvetes 150g por pessoa

Esta tabela possui quantidades estimadas, que podem variar de acordo com o tempo de duração festa, variação climática, opções de pratos e bebidas.

Lembre-se você conhece seus convidados e pode adaptar algumas quantidades de acordo com sua necessidade.

Organizando a Mesa

Aproximam-se as festas de final de ano e é chegada a hora de pensar na recepção. Organizá-la com antecedência é primordial para evitar transtornos e conseguir reverter imprevistos com tranquilidade. Deste modo, você poderá desfrutar o momento.

Segue algumas sugestões que antecedem o evento:

Número de pessoas: Faça sua lista de convidados para a escolha do espaço e tipo de serviço.

Espaço físico: De acordo com o número de pessoas e tipo de recepção.

Cardápio: Típico das festas, porém variado, levando em consideração gostos e restrições alimentares. (*confira sugestão de cardápio na pág 6*)

Material disponível: Verifique se há quantidade suficiente para o número de convidados, cardápio e bebidas. Assim poderá reservar e alugar os utensílios em casas especializadas.

Tipo de recepção: formal ou informal?

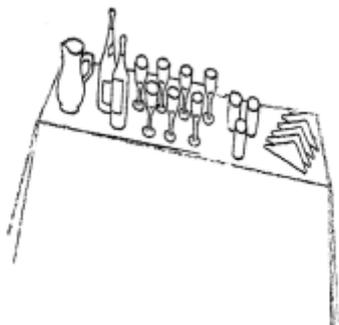
Mão de obra: número de garçons e copeiras conforme o tipo de recepção escolhido e o número de convidados.

OBS: No tipo de recepção informal “à americana” pode ser dispensada a mão de obra desde que os anfitriões estejam dispostos a fazer a reposição dos alimentos e bebidas.

RECEPÇÃO INFORMAL

O que determina a informalidade de uma recepção é o tipo de serviço utilizado.

No caso, é o serviço Americano o mais prático para receber e solucionar problemas de espaço.



Em uma sala grande a mesa principal deve ficar num lugar estratégico de modo que todos possam circular em torno da mesma. Seguindo a funcionalidade da ordem de disposição dos utensílios e alimentos, temos: pratos (não mais que 10 unidades por pilha), talheres (dispostos em um recipiente próprio para este serviço)

guardanapos, travessas de alimentos e cesto de pães. Esta disponibilidade poderá ser repetida na outra extremidade da mesa, se esta estiver centralizada. Bebidas e copos deverão estar dispostos em outra mesa ou aparador, distribuindo assim a circulação das pessoas no ambiente. Se não houver outra mesa para o serviço de sobremesa e café, retiram-se todos os utensílios da mesa de refeição e na mesma, monta-se o serviço de sobremesa. Pratos e talheres de um lado e xícaras e bule para o serviço de café, do outro. Alguns licores poderão ser dispostos na mesa do café com seus respectivos copos ou taças.



Em um pequeno apartamento a mesa poderá ficar encostada em uma das paredes da sala.

Devido à circulação mais restrita, é necessária uma funcionalidade na organização dos utensílios. Pratos suficientes para o número de convidados, porém não mais que 10 unidades por pilha; talheres em pares colocados sobre os guardanapos. Cesto de pães. As travessas dos alimentos, também são dispostas em sequência a começar pelas saladas/legumes, massas, peixes, aves, carnes e guarnições. Bebidas e copos deverão estar dispostos em outra mesa ou aparador, facilitando assim a circulação no ambiente. Como na mesa maior, retiram-se todos os utensílios após a refeição e nesta mesma mesa, monta-se o serviço de sobremesa de um lado e xícaras e bule para o serviço de café, do outro. Alguns licores poderão ser dispostos na mesa do café com seus respectivos copos.

Dica

- Use rechauds para as comidas permanecerem quentes, principalmente quando for grande o número de convidados.
- O anfitrião (ã) ou profissional contratado para o evento deve repor constantemente as travessas a fim de que seus convidados sintam-se à vontade para repeti-los.
- É útil e aconselhável espalhar mesinhas pela sala para facilitar o apoio de copos e o descarte de pratos, talheres e guardanapos;
- Comer em pé é desconfortável. O número de assentos deve estar de acordo com o número de convidados.



SERVIÇO FORMAL

Há dois tipos de serviço formal: “à francesa” e “à inglesa”. Em ambos, o garçom apresenta a travessa pelo lado esquerdo do comensal.

O que difere um do outro?

- A maneira como o alimento é servido pelo garçom. Assim:

“à francesa”, o garçom apresenta a travessa à pessoa e ela própria se serve, fazendo uso da colher e do garfo que estão na travessa escolhendo o alimento desejado. Cuidado! Os alimentos já estão na porção certa de serem levados ao prato, portanto, não tente subdividi-los, pois o garçom oferece a travessa na mão esquerda protegida por um guardanapo, suspensa, sem apoiá-la na mesa. Com o corpo levemente inclinado para frente mantêm a mão direita às costas para não tocar no comensal. Serviço mais lento, oneroso, pois requer um numero maior de profissionais e qualificados para este serviço. A colocação da mesa é igual nos dois serviços à francesa / à inglesa.

* Imagens Senac



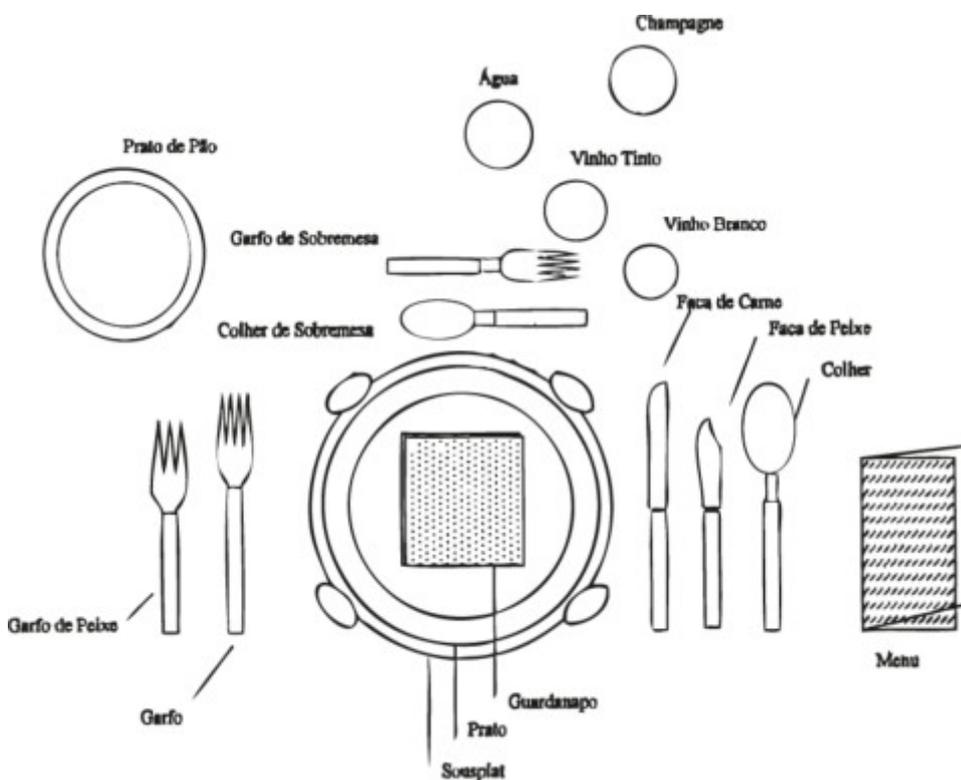
Serviço à Inglesa

“à inglesa” o próprio garçom retira o alimento diretamente da travessa e serve a pessoa, o que torna este serviço rápido. Por isso, é confundido no Brasil como serviço “à francesa”. Esclarecemos abaixo o real serviço à francesa.

* Imagens Senac



Serviço à Francesa



Para adquirir mais segurança e desenvoltura no uso de talheres e copos utilizados em qualquer dos serviços, releia nossas reportagens anteriores no site do Gastrovia. No mais, curta a alegria do momento! Encontros agradáveis de confraternização com amigos, parceiros, colaboradores e familiares fortalecem os relacionamentos e aquecem os corações. Participe com discrição, elegância e cordialidade.

Texto de Adélia Ribeiro, Liana Artissian, Ruth Cronemberger - Lacre Consultoria

—  —

Dica Gastrovia

Acesse o portal www.gastrovia.com.br e confira a coluna sobre Comportamento e Postura Profissional

—  —

Preparando a Ceia

Sugestões de Cardápios

Ceia Econômica

- Salada verde com manga
- Chester com geleia de laranja
- Arroz com lentilha
- Farofa Rica (farinha de mandioca, bacon, ovo e maçã)
- Gelatina colorida

Ceia Tradicional

- Salada de maionese
- Peru
- Tender com purê de maçã
- Arroz com nozes e uva passa
- Farofa Mágica (farinha de milho, bacon, milho, azeitona preta e verde, ameixa sem caroço)
- Manjar com calda de ameixa

Ceia Vegetariana

- Salada mista de folhas e legumes ralados
- Arroz com cenoura e ervilhas
- Carne de Soja ao shoyu
- Lasanha de tofu e espinafre
- Rabanada vegana

Ceia Diet

- Salpicão de frango light (maionese light e peito de frango)
- Peixe assado ao molho de maracujá
- Arroz integral com brócolis
- Sobremesa: Panna cota light (leite desnatado e creme de leite light)

Cardápio elaborado por Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão

Desintoxicante

Ceia de Natal com alimentos desintoxicantes

As festas de final do ano são marcadas pelos excessos na alimentação. Nesse período é comum o ganho de peso e também a sensação de inchaço. Para amenizar esses efeitos, e poder comer sem culpa, essa sugestão de ceia mescla ingredientes com poder de desintoxicação e que ainda apresentam baixo teor calórico.

Confira o cardápio:

Entrada

- Salada Waldorf – Nozes, aipo, uva vermelha sem caroço, passas, maçã verde, maioneses, folhas de alface e suco de limão para temperar

Prato Principal

- Arroz integral
- Farofa de cenoura e passas com aveia
- Peru assado ao molho de laranja
- Guarnição - batata crocante com macarrão cabelo de anjo

Sobremesa

- Frutas natalinas como ameixa, cereja, pêssigo, uva, nectarina, damasco, figo

Além desses alimentos, você pode incluir abacaxi, maçã, mel, melancia, laranja, gengibre, couve, berinjela, hortelã e salsa, que também tem ação desintoxicante, assim como o arroz integral.

Ceia elaborada pela nutricionista Tatianna Sieiro, da ProQualita – Serviço em Alimentação, <http://www.proqualita.com.br>.

Dica Gastrovia

Confira no caderno de receitas dicas de sucos energéticos e desintoxicantes - pág 29

Cardápio para manter a forma no Natal e Ano Novo

Algumas receitas já são tradicionais nas mesas natalinas. São diversas opções de carnes, salgados, panetones, doces e bebidas. Mas muitos desses alimentos têm alto valor calórico e podem ser prejudiciais à saúde. É importante lembrar que é possível preparar uma ceia saudável e ao mesmo tempo saborosa.

Ceia de Natal - Dia 24

Entrada

- Salada de bacalhau - 2 colheres de sopa
- Salada de folhas verdes
- 1 taça de prosecco

Prato principal

- Peru com frutas - 2 fatias finas
- Tender - 1 fatia fina
- Arroz com amêndoas - 1 colher de sopa
- Farofa de ovos – 1 colher de sopa
- 2 taças de vinho tinto

Sobremesa

- 1 fatia fina de torta de nozes
- 1 bola pequena de sorvete
- Damascos, passas e tâmaras (1 de cada)
- 1 fruta

Almoço de Natal - Dia 25

Entrada

- Mousse fria de camarão com folhas verdes

Prato principal

- 2 postas de bacalhau com cebola e azeitonas
- 2 batatas médias ao azeite e salsinha
- 1 fatia fina de cuscuz paulista
- 2 taças de vinho tinto

Sobremesa

- 1 taça de mousse de chocolate
- Nozes e castanhas (3 de cada)
- 1 fruta

Ceia de Ano Novo – Dia 31

Entrada

- Salada de salmão defumado com endívias e figos

Prato principal

- Chester ao molho de frutas vermelhas - 2 fatias finas
- Bobó de camarão - 2 colheres de sopa
- Arroz marroquino - 1 colher de sopa

Sobremesa

- Frutas da estação
- 1 fatia fina de torta de sorvete
- Nozes e frutas secas (2 de cada)

Atenção!

- Essas quantidades são o máximo ideal.
- Beber muita água - no mínimo 2 litros por dia.
- Para o “day after”: chás, saladas e peito de frango.
- Evitar repetir os pratos das festas.



Cardápio elaborado pela Dra. Sylvana Braga – Nutróloga, reumatóloga, fisiatra e especialista em prática ortomolecular, também autora do livro “Dieta Ortomolecular – dieta natural para emagrecimento saudável e evitar definitivamente o efeito sanfona”

Acesse: www.sylvanabraga.com.br

Dica Gastrovia

Monte seu cardápio, preparamos um saboroso caderno de receitas à partir da pág 12

Frutas e sementes garantem ceia de Natal e Ano Novo saborosa e sem culpa

As frutas são muito procuradas neste período e já se tornaram símbolos das festas de fim de ano, alguns exemplos como lichia, ameixa, cereja, nozes, amêndoas e castanhas, usadas muitas vezes na decoração, podem substituir os doces como sobremesa, pois trazem inúmeros benefícios para a saúde devido ao grande potencial de nutrientes.

Frutas e sementes natalinas:

Lichia: rica em cianidina, fibras, potássio e vitamina C. Quantidade ideal de consumo por dia: dez unidades.*

Cereja: rica em vitamina C, potássio, antocianina e ácido elágico. Quantidade ideal de consumo por dia: até dez unidades.*

Damasco: rico em betacaroteno, fibras e vitaminas B3 e C. Quantidade ideal de consumo por dia: uma unidade.*

Amêndoas: ricas em vitamina B5, potássio, zinco, fosfato, cálcio, ferro, magnésio e ácidos graxos ômega 9. Quantidade ideal de consumo por dia: cinco unidades.*

Ameixa: rica em pectina, uma fibra que diminui o risco do câncer de cólon. Tem vitamina B6, potássio, magnésio e cobre. Quantidade ideal de consumo por dia: até duas unidades.*

Figo: pode combater o câncer pelo composto benzaldeído, que tem auxiliado a regredir tumores. Laxativo, antiulcerativo, antibacteriano, antiparasitas. É excelente para clarear a pele, mas pode dar dor de cabeça. Quantidade ideal de consumo por dia: até três unidades.

Uva roxa: rica em vitaminas B3 e 6, biotina, selênio, zinco, potássio e ácido elágico. Quantidade ideal de consumo por dia: um cacho.*

Kiwi: rico em vitamina C, betacaroteno e fibras. É adequado para a saúde do coração e a digestão. Quantidade ideal de consumo por dia: duas unidades.*

Framboesa: rica em vitaminas B e C, biotina, antocianinas, fibras, manganês, ferro e ácido fólico. Quantidade ideal de consumo por dia: seis unidades.*

Abacaxi: rico em vitaminas B1, B2 e C, manganês, bromelina e fibras. Quantidade ideal de consumo por dia: uma fatia média.*

Avelã: rica em vitaminas B1, B3, B6 e E, ácido fólico, ferro, cálcio, manganês e proteínas. Quantidade ideal de consumo por dia: quatro unidades.*

Nozes: ricas em glutatona, vitaminas B1, B2 e B6, ácido fólico, zinco, ômega 6 e 9. Quantidade ideal de consumo por dia: até cinco unidades.*

Castanha de caju: rica em iodo, ferro, selênio, zinco, proteínas, biotina, vitaminas B2, 3 e 5, potássio e magnésio. Quantidade ideal de consumo por dia: seis unidades.*

Castanha do Pará: rica em vitaminas B e E, cálcio, ferro, glutatona, biotina e selênio. Quantidade ideal de consumo por dia: cinco unidades.*

Pistache: rico em magnésio, manganês, vitaminas B e E, cálcio, potássio e ômega 9. Quantidade ideal de consumo por dia: seis unidades.*

Pinole: rico em vitamina B e E, ferro, manganês, magnésio, zinco e proteína. Quantidade ideal de consumo por dia: dez unidades.*

Dica

- Evitar os excessos de comida.
- Degustar pequenas fatias e porções.
- Controlar a bebida (beber no máximo duas taças de vinho ou duas cervejas).
- Evitar sobremesas à noite. Optar por café.
- Massas e carboidratos devem ser evitados no jantar.
- Escolher as saladas (Carpaccios são uma boa opção).
- Evitar o consumo de pães e frios.
- Evitar entradas de queijos e salgadinhos antes das principais refeições.
- Não comer no mesmo dia: frutas secas e sementes. Alternar os dias. Exemplo: num dia tâmara e damasco e, no outro, nozes e castanhas.



Sugestão Dra. Sylvana Braga



Prepara-se para aproveitar as festas de fim de ano

Fim de ano é tempo de festa. No entanto, o exagero de bebidas alcoólicas e comidas, nem sempre saudáveis, que ocorre durante esses dias, pode ser prejudicial. A falta de líquidos e eletrólitos, bem como as noites mal-dormidas e o excesso de exposição ao sol, também podem trazer alguns males, como traumatismos ósseos, musculares e tendíneos. Por isso, é necessário se preparar para aproveitar as festas deste período.

Alimentação

Uma alimentação leve e balanceada é o mais indicado. Coma somente comidas preparadas no dia e não as deixem expostas ao sol ou a altas temperaturas. Frutas e saladas frescas, batatas cozidas, cereais integrais (ex: arroz), ovos cozidos ou pochê, grelhados, folhas verdes (ex: espinafre) e legumes ensopados ou refogados são ótimas sugestões.

Prefira carnes magras como peixes, frango e carnes vermelhas (maminha, fraldinha, contra-filé e alcatra). Os frutos do mar devem ser frescos e com molhos naturais de tomate fresco. Opte por sanduíches com queijos, alface, tomate e cenoura, e evite maionese e atum se estiverem expostos ao sol. Quanto ao tempero, use sal, limão e azeite natural, que são uma forma excelente para repor o potássio. Para se refrescar nestes dias quentes, sorvete é sempre uma alternativa, principalmente os de frutas, pois são mais hidratantes e menos calóricos. Mate, limonadas, água de coco e chás são úteis na reposição de líquidos.

Evite frituras e preparações com molhos (ex: molho branco) e com temperos em excesso (ex: pimentões); enlatados e embutidos, como salsicha e mortadela; maioneses e manteigas; empanados e tortas congeladas; carnes com molhos artificiais; comidas guardadas por muitos dias na geladeira e carnes de porco gordurosas (ex: carré).

Água

Para matar a sede, nada melhor que água. Beba o tempo todo, em torno de 2 a 3 litros por dia, no mínimo. O ideal são as águas minerais que têm sódio, potássio e magnésio. Para a reposição de eletrólitos, as bebidas isotônicas também são bem-vindas e repõem os minerais perdidos.

Sol

Evite expor-se ao sol em demasia. O melhor horário é antes das 10h e após às 16h. Lembre-se de usar o filtro solar a cada 2 horas e no mínimo com fator de proteção solar 20. O mais importante é repor o filtro, principalmente quem entra na água toda hora.

Vale ressaltar também que o protetor filtra, mas não impede a passagem do sol nem de queimar-se em excesso. Ficar debaixo do guarda-sol e com chapéu auxilia, mas é bom lembrar que o mormaço também queima a pele. Uma ótima dica são os filtros de barreira, que agem como bloqueadores solares e impedem em maior intensidade a passagem dos raios solares.

Evite os bronzeadores solares desconhecidos, pois podem causar manchas e queimaduras excessivas à pele. A ingestão de betacaroteno, encontrado em alimentos como damasco, cenoura, abóbora, beterraba, mamão, manga e batata doce, antes da exposição solar, pode facilitar a coloração da pele ao expor-se ao sol.



Bebidas



Champagne Moët Ice Impérial

É servido em grandes taças de estilo cabernet com cubos de gelo que realçam a experiência refrescante, e pode ser personalizado de acordo com as preferências de cada um com guarnições, incluindo folhas de hortelã, raspas de gengibre, uma fatia de casca de grapefruit ...

Onde encontrar: lojas especializadas

Preço sugerido de R\$ 350



Bamberg CaoS

Inspirada em um estilo de cerveja muito raro, o Doppelsticke, a Bamberg CaoS traz sabor único, além de um toque de cultura e originalidade. De alta fermentação, tem 8,0% de álcool e 101 IBU. Harmoniza com pratos fortes, gordurosos, apimentados e queijos mofados.

Visual: Cor vermelho escuro, rubi, marrom, boa consistência e permanência da espuma, cristalina, pois foi filtrada.

Aroma: Os aromas da fermentação aparecem com frutas vermelhas, seguidos pelos dos lúpulos herbal e cítrico e do malte temos caramelo, toffee, frutas secas.

Sabor: Segue a linha do aroma com cereja, amora, casca de pão, cítrico, caramelo.

Sensação na boca: Cerveja encorpada com carbonatação média e final seco devido à lupulagem, o álcool aparece de forma discreta.

Temperatura de serviço: de 10°C a 12°C.

Preço sugerido 335ml - R\$ 13



Bueno Cuvée Prestige

Bueno Cuvée Prestige é um espumante legítimo, feito pelo método champenoise, com um corte das uvas Pinot Noir e Chardonnay, em Garibaldi, Vale dos Vinhedos, origem dos melhores espumantes brasileiros. É um espumante atraente com traços esverdeados, perlage fina e persistente, de alta intensidade aromática e boa complexidade, resultando em uma bebida elegante.

Bueno (Miolo Wine Group) Vale dos Vinhedos (RS)

Preço sugerido R\$ 90



Almadén meio-doce rosé

Espumante jovem e refrescante, elaborado com as uvas Pinotage, Gamay e Syrah, pelo método de fermentação natural charmat. Temperatura ideal para consumo 6°C. Espumante fácil de beber e com bom custo benefício.

Vinícola Almadén (Miolo Wine Group) Campanha (RS)

Preço sugerido R\$ 15



Miolo Millésime Brut

O Brut Millésime, espumante superpremium da Miolo elaborado com uvas Pinot Noir e Chardonnay cultivadas no Vale dos Vinhedos, é produzido somente em safras excepcionais, pelo tradicional método champenoise. O espumante tem alta intensidade aromática e elevada franqueza frutada, com notas de biscoito tostado. Em boca, revela delicada cremosidade, sedutora acidez e longa persistência.

O produto, já considerado o melhor espumante nacional por uma série de críticos, se torna ainda mais exclusivo a partir deste ano com a oficialização da Denominação de Origem (DO) da região.

Miolo (Miolo Wine Group) Vale dos Vinhedos (RS)

Preço sugerido R\$ 90

Harmonização

Harmonize sua ceia com cervejas especiais. Nacionais ou importadas as cervejas especiais conquistam mercado e milhares de apreciadores.

ENTRADA



Weihenstephaner Hefe Weissbier

Elaborada pela mais antiga cervejaria do mundo ainda em funcionamento, de 1040, essa cerveja de Munique (Alemanha) possui maltes de cevada e trigo em sua formulação.

De alta fermentação, tem 5.4% de álcool e baixíssimo amargor.

Harmoniza: com queijos suaves, buquês de folhas verdes e quiches.

Visual: Dourada muito turva (uma vez que não é filtrada), com abundante e duradoura espuma branca.

Aroma: Destacam-se, em harmonia, os aromas provenientes das leveduras, lembrando banana e cravo.

Sabor: Embora muito refrescante, as notas frutadas e condimentadas do aroma se reproduzem também na boca.

Sensação na boca: Muito refrescante, de acidez pronunciada, baixíssimo amargor e corpo médio.

Temperatura de serviço: De 4 a 7 graus C.

PRATO PRINCIPAL



Colorado Índica

Cerveja artesanal brasileira elaborada em Ribeirão Preto (SP), segue o estilo inglês India Pale Ale e ainda traz um ingrediente inusitado em sua

receita: A rapadura.

De alta fermentação, tem 7.5% de álcool e alto amargor.

Harmoniza: com carnes apimentadas (como filet au poivre), comida mexicana (com chili).

Visual: Coloração âmbar translúcida, com espuma branca persistente e consistente.

Aroma: Predominância dos lúpulos florais e frutados (esses lembrando maracujá), além de tênue sugestão de maltes levemente tostados.

Sabor: Os toques tostados equilibram-se muito bem com as percepções lupuladas.

Sensação na boca: Amargor proeminente, adstringente, acidez moderada, corpo médio e longo final.

Temperatura de serviço: de 5 a 7 graus C.

SOBREMESA



Floris Fraise

Cerveja belga refermentada com morangos.

De alta fermentação, tem 3.6% de álcool e baixíssimo amargor.

Harmoniza: com sobremesas a base de caldas de frutas vermelhas, como cheesecake com geleia de morango.

Visual: Vermelha viva, com espuma rósea consistente e persistente.

Aroma: O morango se destaca, dominando todo o aroma.

Sabor: Presença dominante de morango fresco, com alto dulçor.

Sensação na boca: Acidez proeminente, dulçor predominante e corpo médio.

Temperatura de serviço: De 3 a 5 graus C.

Indicação de Mauricio Beltrammeli - Mestre em Estilos de Cerveja pelo Siebel Institute, em Chicago (EUA) e Sommelier de Cervejas pela Doemens Akademie de Munique (Alemanha). É fundador do site BREJAS - a maior comunidade de cervejas da internet brasileira - e dono do Bar Brejas, - casa especializada em cervejas em Campinas, com mais de 250 rótulos.

Doces



Ambrosia.....	13
Gengibread cookies.....	13
Cheesecake de ricota.....	13
Froozen ao balsâmico.....	14
Flan natalino.....	14
Mousse de morango.....	14
Pavetone.....	15
Pudim de leite.....	15
Rabanada	15

Rabanada com capuccino.....	16
Rabanada vegana.....	16
Sorvete com calda de morango.....	16
Bolo de Chocolate sem farinha.....	17
Strufolli (doce napolitano de natal).....	17
Cupcake de frutas cristalizadas e nozes..	17

Salgados



Arroz ao Funghi e Lombo.....	18
Arroz a grega com papellote de salmão.....	18
Risoto de arroz	18
Arroz com aroma de limão	18
Arroz com coco.....	18
Risoto de uvas com parma.....	19
Arroz integral com brócolis	19
Bruschetta com brie e geleia de damasco.....	19
Bruschetta de Shitake.....	19
Bruschetta Zucchini com queijo Taleggio.....	19
Bruschetta Tradicional.....	19
Batatas gratinadas.....	20
Bolinho de arroz	20
Carré de cordeiro ao fruttati de framboesa.....	20
Escalopes de lombo de porco.....	21
Filé de peixe ao molho de maracujá.....	21
Fundo de alcachofra.....	21

Iscas picantes.....	22
Lombo festivo.....	22
Lombo recheado com tâmaras.....	22
Medalhão ao molho de vinagre balsâmico.....	23
Palmito escondidos.....	23
Peru de natal	24
Peru natalino.....	25
Peru recheado com farofa de castanha e frutas ao molho de laranja e carambolas.....	25
Petiscos de carne seca.....	26
Purê com café.....	26
Quinoa com legumes.....	26
Salmão com escamas de batatas.....	26
Salpicão especial.....	26
Salpicão.....	27
Tender.....	27
Wrap.....	28

Bebidas



Drink de Ano Novo.....	19
Suco desintoxicante.....	19
Suco energético.....	19
Drink Malagasy.....	20
Drink Need.....	20

Doces

Ambrosia (sem açúcar)

Ingredientes

- 1 ½ xícara (chá) de água
- 1 ¾ xícara (chá) de Adoçante Culinário Linea
- 3 cravos-da-índia
- 1 pau de canela
- 3 ovos
- 3 gemas
- 500 ml de leite
- 1 colher (sopa) de suco de limão

Modo de preparo

Numa tigela junte os ovos inteiros, as gemas, o leite, o suco de limão e misture bem. Passe a preparação por uma peneira. Numa panela alta, junte a água, o Adoçante Culinário Linea, os cravos e a canela. Leve ao fogo e mexa até que o Adoçante Culinário Linea dissolva por completo. Deixe ferver por cinco minutos

Acrescente a mistura de ovos na calda. Cozinhe em fogo alto, mexendo de vez em quando, deixando formar grumos. Abaixar o fogo e cozinhe por mais 30 minutos, mexa de vez em quando.

Receitas Linea Sucralose



Ambrosia



Gingerbread cookies

Gingerbread cookies

Ingredientes

- 2 e ¼ de xícara (chá) de farinha de trigo
- ½ colher (chá) de fermento em pó
- 2 colheres (chá) de gengibre em pó
- 2 colheres (chá) de canela em pó
- ½ colher (chá) de cravo em pó
- ½ colher (chá) de noz moscada ralada
- 8 colheres (sopa) de manteiga sem sal
- ½ xícara (chá) de açúcar mascavo
- 1 ovo
- ¾ xícara (chá) de melão

Modo de preparo

Num recipiente colocar a farinha de trigo, o fermento em pó, o sal e as especiarias. Na batedeira, colocar a manteiga e o açúcar mascavo e bater até obter um creme fofo e claro (bater cerca de 10 minutos com a raquete). Adicionar o ovo, o melão, a mistura de farinha e misturar rapidamente. Colocar a massa num saco plástico e levar para gelar por pelo menos 1 hora. Retirar a massa da geladeira e acrescentar farinha até dar ponto de abrir com rolo. Polvilhar farinha na mesa e abrir a massa com um rolo. Cortar os biscoitos com um cortador e transferir os biscoitos para uma assadeira antiaderente

Levar a assadeira com os biscoitos ao freezer por 15 minutos. Pré-aquecer o forno por 10 minutos a 170°C. Assar os biscoitos por cerca de 18 minutos ou até que fiquem parcialmente dourados. Colocar sobre uma grelha para secar e após esfriar, confeitar com glacê royal (comprado em lojas especializadas em produtos de confeitaria).

Receita da Chef Marina Queiroz

Cheesecake de ricota (sem açúcar)

Ingredientes

Cobertura

- 1 vidro de Geléia Dietética de Morango ou Framboesa Linea (180g)

Massa

- 125g de farinha de trigo
- 75g de margarina
- 2 gemas
- 2 colheres (sopa) de Adoçante Culinário Linea
- 3 colheres (sopa) de água

Recheio

- 3 ovos
- 2 potes de iogurte desnatado
- 300g de ricota
- 4 colheres (sopa) de Adoçante Culinário Linea
- 1 colher (chá) de essência de baunilha

Modo de preparo

Cobertura

Leve ao fogo baixo a geleia e três colheres (sopa) de água, mexa até amolecer um pouco. Deixe esfriar. Sirva sobre a torta.

Massa

Misture os ingredientes até formar uma massa homogênea. Forre o fundo de uma fôrma com fundo removível e reserve.

Recheio

Bata todos os ingredientes no liquidificador e despeje delicadamente sobre a massa reservada. Leve ao forno médio-baixo (150 °C), preaquecido, por cerca de 40 minutos, ou até ficar firme e dourado. Retire do forno, deixe amornar. Cubra com a calda de geleia.

Tempo de preparo – 20 minutos
Receitas Linea Sucralose



Cheesecake de ricota (sem açúcar)



Flan natalino

Ingredientes

Para o Flan:

- Óleo para untar a forma
- 1 embalagem de gelatina em pó incolor sem sabor (24 g)
- 15 colheres (sopa) de SupraSoy Sem Lactose Sabor Iogurte (195 g)

Para a Calda:

- ½ xícara (chá) de açúcar (80 g)
- 2 cravos
- 1 rama pequena de canela em pau
- 1 anis estrelado
- ½ xícara (chá) de damascos secos cortados em tiras (85 g)
- ¼ de xícara (chá) de uva passa preta (30 g)

Modo de preparo

Flan

Unte uma forma funda e redonda (de furo central de 22 cm de diâmetro) com óleo, retirando o excesso com um papel toalha. Dissolva o SupraSoy em 4 ½ xícaras (chá)

de água (900 ml) e reserve.

Hidrate a gelatina em 10 colheres (sopa) de água por 1 minuto. Em seguida, leve-a ao microondas por 15 segundos para derretê-la, sem deixar ferver. Junte-a ao SupraSoy misturando bem. Despeje na forma untada e leve à geladeira por aproximadamente 2 horas ou até ficar firme. Desenforme no prato em que for servir.

Calda

Ferva ½ xícara (chá) de água (100 ml) com o açúcar e as especiarias. Quando estiver levemente grossa, retire as especiarias, acrescente as frutas secas e desligue o fogo. Deixe esfriar e sirva a calda sobre o flan.

Dicas

- Você pode substituir o damasco ou uva passa por ameixa seca ou frutas cristalizadas.

- Se a calda estiver muito grossa ao esfriar, acrescente água às colheradas até o ponto desejado.

Receita SupraSoy

Frozen ao Balsâmico Cremoso Castelo

Ingredientes

- 1 lata de creme de leite
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 2 potes de iogurte natural

Calda:

- 1 xícara de chá de abacaxi em calda, picado e escorrido
- 1 xícara de chá de balsâmico cremoso castelo

Modo de preparo

Bata em batedeira o creme de leite com açúcar até ficar bem fofo. Misture o iogurte e bata mais um pouco. Coloque numa taça não muito funda e leve ao freezer por, no mínimo, quatro horas.

Calda

Misture o abacaxi com balsâmico cremoso castelo. No momento de servir, retire o frozen do freezer e regue com porções da calda.

Se quiser, pode substituir o abacaxi por morango ou outra fruta de sua preferência. E no caso de usar abacaxi fresco, pique e leve ao fogo por 10 minutos com duas colheres de sopa de açúcar. Dessa forma, ele não ficará ácido.

Rende 8 porções

Tempo de preparo: 30 minutos

Elaborada pela nutricionista e culinária Elaine Araújo.

Receita Castelo Alimentos



Frozen ao Balsâmico Cremoso Castelo

Mousse de morango



Mousse de morango

Ingredientes

- 150 g de morangos limpos
- 4 colheres (sopa) de Adoçante Culinário Linea
- 2 colheres (sopa) de água
- 1 clara
- 2 folhas de gelatina incolor dissolvidas em 2 colheres (sopa) de água

Modo de preparo

Passes os morangos por uma peneira até obter um purê. Dilua o Adoçante Culinário na água.

Bata a clara em neve, junte o purê de morango e bata bem. Junte o adoçante e continue batendo até ficar espumoso.

Retire da batedeira e junte a gelatina dissolvida.

Receitas Linea Sucralose

Pavetone

Ingredientes

- 1 panetone de 500 gramas
- ½ a 1 cálice de café 3 corações Extra Forte
- ½ a 1 calice de rum
- 1 lata de leite condensado
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 barra de chocolate amargo de 400 gramas
- 1 colher de sopa de creme de leite (opcional)
- Cerejas ao marasquino para enfeitar

Modo de preparo

Corte pedaços do panetone e coloque numa travessa. Umedeça com café e rum. Reserve. Numa panela, coloque a manteiga o leite condensado e mexa bem. Quando estiver quente coloque o chocolate picado. Continue mexendo sempre em fogo baixo até derreter o chocolate e a mistura descolar do fundo da panela. Retire do fogo e acrescente o creme de leite (opcional), mexendo sempre. Numa taça coloque o panetone já umedecido e, por cima, adicione a camada da mistura de leite condensado. Coloque na geladeira e cubra com papel filme. Na hora de servir coloque as cerejas.

Dica

Corte o panetone com as mãos, regue café e rum a gosto. Não deixe a massa ficar muito molhada para não alterar a textura do panetone.

Foto e receita desenvolvidas por Stela Morato, para a 3 corações

Pavetone



Rabanada

Ingredientes

- 1 fatia grossa de pão
- 1 xícara de leite
- 1 colher de açúcar
- 1 ovo

Modo de preparo

Bater o leite com o ovo e açúcar em uma vasilha. Umedecer a fatia de pão em uma frigideira no fogo baixo com o liquido batido, antes acrescente manteiga e um fio de óleo. Secar o pão no papel toalha e servir com sorvete de creme e canela

Receita do restaurante Oh!melete



Rabanada

Acesse nosso caderno de receitas de Natal no portal

www.gastrovia.com.br/receitas/especiais/natal/



Pudim de leite com calda de vinho

Pudim de leite com calda de vinho

Ingredientes

Leite condensado dietético

- 1 copo de leite em pó desnatado
- ½ copo de água fervente
- ½ copo de Adoçante Culinário Linea
- 1 colher de sobremesa de margarina

Pudim

- 1 receita de leite condensado dietético
- 3 ovos
- 1 copo (200 ml) de leite desnatado
- 1 colher (sobremesa) de essência de baunilha

Calda de vinho

- 1 colher (sopa) de amido de milho
- 1 xícara (chá) de vinho tinto
- 3 colheres (sopa) de Adoçante Culinário Linea

Modo de preparo

No liquidificador, bata os ingredientes do leite condensado até que a mistura fique bem homogênea. Acrescente os demais ingredientes ao leite condensado e bata bem. Coloque a mistura em uma forma com furo central (18 cm de diâmetro) untada com margarina. Cozinhe em banho-maria, por aproximadamente 40 minutos. Depois de frio, leve para gelar e então desenforme.

Calda

Dissolva o amido de milho em meia xícara (chá) de água. Leve ao fogo baixo todos os ingredientes mexendo sempre, até engrossar. Sirva sobre o pudim.

Tempo de preparo: 30 minutos

Rendimento: 8 porções

Receitas Linea Sucralose

Bolo de chocolate sem farinha

Ingredientes

- 500 g de Chocolate 50% de cacau
- 240g de manteiga sem sal
- 530g de açúcar refinado
- 10 ovos
- 240g de cacau em pó
- 400g de Nutella
- 30 unidades de physallis

Modo de preparo

Preaqueça o forno a 180°C. Unte forminhas de 6cm de diâmetro com manteiga. Derreta o chocolate e a manteiga em banho-maria até obter um creme homogêneo. Bata os ovos e o açúcar em velocidade média por 2 minutos. Em velocidade baixa, adicione o cacau em pó e a mistura de chocolate. Coloque a mistura nas forminhas já preparadas e coloque-as em uma assadeira. Asse os bolinhos por 15 minutos, vire a assadeira e asse-os por mais 8 minutos, ou até ficarem levemente firmes ao toque. Deixe os bolinhos esfriarem por 15 minutos nas forminhas e só então desenforme-os sobre uma bancada. Assim que estiverem completamente frios, leve-os à geladeira por 1 hora em recipiente bem fechado. Tire-os da geladeira e, com a ajuda de uma espátula, cubra-os completamente com Nutella. Decore os bolinhos com as physallis.

Rendimento 30 unidades
Receita do Chef Tom Bessi

Cupcake de frutas cristalizadas e nozes

Ingredientes

- 200g de farinha de trigo
- 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio
- ½ colher (chá) de fermento químico
- ½ colher (chá) de sal
- 300g de frutas cristalizadas
- ½ colher (chá) de cardamomo em pó
- 120g de nozes
- 360ml de água fervente
- 60g de manteiga sem sal
- 250g de açúcar mascavo peneirado
- 1 ovo
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- Cobertura de chantili e raspas de casca de laranja

Modo de preparo

Preaqueça o forno a 180°C. Coloque forminhas de papel em três assadeiras de mini-cupcakes. Peneire (todos juntos) a farinha, bicarbonato, fermento, cardamomo e sal. Reserve-os. Misture as nozes e as frutas cristalizadas em uma tigela com um pouco de água e a manteiga, mexendo até a manteiga derreter e as frutas darem uma leve amolecida. Acrescente o açúcar mascavo, o ovo e a baunilha. Misture tudo até incorporar bem. Adicione a mistura de farinha e os outros ingredientes. Com o auxílio de um boleador de sorvete ou de uma colher, distribua a massa nas forminhas até 2/3 da capacidade de cada uma. Coloque no forno pré-aquecido e asse por 10 minutos, girando as assadeiras no meio do processo. Faça o teste do palito para confirmar se os cupcakes estão prontos.

Receita do Chef Tom Bessi

Struffoli (doce napolitano de Natal)

Ingredientes Massa

- 6 ovos
- Óleo de girassol para fritar
- 1 cálice de conhaque ou rum (75ml)
- Amêndoas, nozes, avelãs, raspas de laranja à gosto
- 6 xícaras (chá) de farinha de trigo (660g)
- Confeitos coloridos para decorar

Ingredientes Calda

- 2 xícaras (chá) de União Doçúcar (380g)
- 250 mililitros de mel de abelha
- 1 xícara (chá) de água (200ml)

Modo de preparo

Bata os ovos até dobrarem o volume. Acrescente aos poucos o conhaque. Junte a farinha e continue batendo até obter uma massa firme e homogênea. Abra com um rolo de massa, um retângulo com cerca de 4 mm de espessura. (Se utilizar máquina ou cilindro afine a massa como se fosse para talharim fino). Corte em quadrados pequenos (1,5 cm) e, frite-os no óleo bem quente e abundante. Coloque em papel absorvente e reserve.

Passe as massinhas na calda de mel e, escorra o excesso. Polvilhe com as amêndoas, nozes e avelãs levemente torradas e picadas. Junte as raspas de laranja. Coloque essa massa, ainda morna sobre um prato de serviço e modele uma rosca, com as mãos molhadas em suco de limão. Decore com os confeitos coloridos. Sirva em temperatura ambiente.

CALDA

Misture o doçúcar com a água, e leve ao fogo baixo, mexendo até a completa dissolução do açúcar. Junte o mel e, ferva até obter uma calda em ponto de pérola (105°C).

Receita UNIÃO



Struffoli (doce napolitano de Natal)



Rabanada de cappuccino

Ingredientes

- 10 fatias de pão francês amanhecido cortado em diagonal
- 300/500 ml de leite
- 3 ovos
- 3 colheres (sopa) de Cappuccino 3 corações Classic
- 1 colher (chá) de baunilha
- Raspas de limão
- Óleo para fritar
- Canela em pó e açúcar para salpicar por cima

Modo de preparo

Coloque o leite em uma panela, adicione as raspas de limão, a baunilha e o cappuccino. Misture bem com um fuet e deixe o leite aquecer um pouco (ficar morno). Atenção: não é necessário ferver! Enquanto o leite esquenta, bata bem os ovos em um bowl (recipiente). Passe as fatias de pão na mistura do leite, mas não deixe empapar muito. Depois, passe pelos ovos. Depois de deixar o pão umedecido com o leite e com o ovo batido, frite-o em óleo quente. Coloque as fatias num papel absorvente e salpique açúcar e canela em pó.

Dicas

- 1 – A quantidade de leite é variável, depende do tamanho das fatias.
- 2 – A espessura das fatias é de mais ou menos 3 cm.
- 3 – Sempre use pão amanhecido.

Tempo de preparo: meia hora

Rendimento: 10 porções

Foto e receita desenvolvidas por Stela Morato, para a 3 corações*

Rabanada vegana

Ingredientes

- Açúcar
- Cravo
- canela
- fatias de pão adormecido
- leite de soja

Modo de preparo

Faça uma calda de açúcar, água, cravo e canela. Molhe o pão no leite de soja, esprema-o e mergulhe na calda reservada. Deixe cerca de três minutos e retire, colocando num escorredor para retirar o excesso da calda. Distribua num pirex e polvilhe com canela. Guarde em geladeira antes de servir.

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão

Sorvete com calda de morango e vinagre balsâmico

Ingredientes

- 400g de sorvete de creme
- 8 colheres (sopa) de calda de morango (receita a seguir)
- 4 unidades de morango fresco para decoração

Calda

- 150g de açúcar
- 1 copo grande de água
- 500g de morangos triturados
- 1 colher (sopa) de suco de limão
- 1 colher (sopa) de vinagre balsâmico com framboesa castelo fruttati

Modo de preparo

Derreta o açúcar em fogo baixo. Adicione em seguida a água fervente, o morango triturado, o suco de limão e o Vinagre Balsâmico com Framboesa Castelo Fruttati. Deixe em fogo baixo até obter uma calda. Em seguida coloque o sorvete em taças, espalhe a calda e decore com a fruta natural. Sirva imediatamente.

Receita Castelo Alimentos



Sorvete com calda de morango e vinagre balsâmico

Salgados



Arroz à Grega com Papillote de Salmão

Arroz à Grega com Papillote de Salmão

Ingredientes

- 2 colheres (chá) de sal
- 1 embalagem de Cozinha Fácil Tio João – Arroz à Grega (250g)
- 4 filés de salmão de 150g cada
- Sal e pimenta-do-reino moída na hora
- 2 talos de alho-poró cortados em tiras
- 4 colheres (sopa) de azeite
- ¼ de xícara (chá) de vinho branco seco
- 1 ramo de dill picado
- 2 colheres (sopa) de manteiga

Material necessário

4 folhas de papel-manteiga (30x30 cm)

Modo de Preparo

Ferva 1 litro e meio de água. Acrescente o sal e os 2 saquinhos de Arroz à Grega. Deixe cozinhar em fogo baixo por 20 minutos. Enquanto o arroz cozinha, tempere os filés de salmão com sal e pimenta. Coloque um filé no centro de cada folha de papel-manteiga e distribua sobre eles as rodela de alho-poró. Misture o azeite com o vinho branco e o dill e regue os filés de salmão. Faça os papillotes: junte as pontas do papel-manteiga e feche completamente (enrole as pontas), deixando um espaço interno livre para o vapor circular na hora do cozimento. Coloque os papillotes em uma assadeira e leve ao forno médio (200° C) por cerca de 15 minutos. Com o auxílio de um garfo, retire os saquinhos de Arroz à Grega pela alça e deixe escorrer toda a água. Abra os saquinhos utilizando o picote lateral, coloque na tigela em que for servir e tempere com a manteiga.

Coloque os papillotes de salmão em uma travessa e retire o papel-manteiga na hora de comer, deixando o aroma sair. Sirva os filés ao lado de algumas colheradas do Arroz à Grega.

Rendimento: 4 porções

Tempo de preparo: 20 minutos

Receita Josapar

Risoto de Arroz Agulha

Ingredientes

- Arroz Agulha
- Mandioquinha
- Caldo de legumes ou frango

Modo de preparo

Refogue o arroz com a mandioquinha. Cozinhe com caldo de legumes ou frango, acrescentando aos poucos até que o arroz fique bem macio. Tempere a gosto.

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão

Arroz com aroma de limão

Ingredientes

- Arroz
- Folhas de limão Siciliano
- Raspas de limão
- Cebola, alho, azeite e água

Modo de preparo

Refogue o arroz com tempero. Ferver as

folhas de limão na água que será utilizada para cozimento do arroz.

Acrescentar as raspas de limão quando o arroz estiver secando.

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão

Arroz com coco

Ingredientes

- Arroz já cozido
- Leite de coco
- Queijo parmesão ralado
- Vinho branco
- Cogumelo Shitake
- Creme de leite fresco

Modo de preparo

Leve ao fogo: Arroz, o vinho, o creme de leite e mexa bem até que fique bem cremoso. Acrescente o queijo e o leite de coco. Passar o Shitake no azeite até que fique macio e acrescentar ao arroz na hora de servir.

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão

Arroz ao Funghi e Lombo

Ingredientes

Para cozinhar o arroz:

- 2 ramos de salsa lavados
- 1 ramo de alecrim lavado
- 1 folha de louro lavada
- 1 ramo de tomilho lavado
- 3 colheres (chá) de sal
- 1 embalagem de Cozinha Fácil Tio João – Arroz com Funghi (250 g)

Para finalizar:

- 1 colher (sopa) de manteiga
- raspas de 1 laranja
- 3 ramos de salsa lavados e picados
- ½ xícara (chá) de nozes

preparo

Faça um buquê, enrolando com um barbante a salsa, o alecrim, o louro e o

tomilho. Ferva 1 litro e meio de água junto com o sal e o buquê de ervas. Coloque os saquinhos de arroz na água fervente e cozinhe em fogo baixo por 20 minutos, deixando a panela semitampada. Com o auxílio de um garfo, retire os saquinhos pela alça e deixe escorrer bem a água.

Misture a manteiga com as raspas de laranja e a salsa picada, junte ao arroz cozido e finalize com as nozes.

Sirva com um lombo assado ou rosbife.

Variações

- para dar um toque cremoso, acrescente com 1 pote de cream chesse ao arroz cozido.

- para preparar o arroz à oriental misture-o com saquê, nirá e finalize com cubos de tofu.

Receita Josapar



Arroz ao Funghi e Lombo

Arroz integral com brócolis

Ingredientes

- Arroz integral
- Brócolis
- Cebola, alho, azeite e água

Modo de preparo

Prepare o arroz normalmente
Branquear o brócolis e cortar em pedaços bem pequenos, passá-lo no azeite e juntar ao arroz

Receita de Fátima Corradini Domingues -
Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade
São Cristóvão

Bruschettas com Brie e Geléia de Damasco

Ingredientes

- 20 fatias de pão italiano de 2cm de espessura
- 600g de queijo brie
- 100g de geléia de damasco
- 2 colheres de azeite de esporão

Modo de preparo

Monte as bruschettas somente com azeite e queijo brie. Leve ao forno a 150 graus por 10 minutos. Ao servir ainda quente, coloque a geléia de damasco em cima do queijo.

Tempo de preparo: 25 minutos

Bruschettas Shitake

Ingredientes

- 20 fatias de pão italiano de 2cm de espessura
- 2 bandejas de shitake fresco
- 2 colheres de azeite de esporão
- 50g gergelim branco
- 20 ml shoyu
- 40g manteiga

Modo de preparo

Corte o shitake em fatias, leve ao fogo com manteiga e shoyu por 4 minutos. Reserve o caldo separadamente. Monte as bruschettas somente com azeite e shitake. Leve ao forno a 150 graus por 10 minutos.

Ao servir ainda quente, coloque o caldo do shitake e o gergelim.



Bruschettas

Risoto de uvas com parma

Ingredientes:

- 4 colheres (sopa) de margarina (60 g)
- 1 cebola média picada
- 2 xícaras (chá) de Arroz Carnaroli Variedades Mundiais Tio João (200 g)
- 1 xícara (chá) de vinho branco (200 ml)
- 1,5 litro de caldo de frango ou de legumes
- 2 xícaras (chá) de uvas verdes, tipo, lavadas e cortadas ao meio, sem as sementes(150 g)
- ½ xícaras (chá) de queijo parmesão ralado (60 g)
- sal a gosto
- pimenta-do-reino recém-moída
- 6 ramos de salsinha lavados e picados
- 180 g de presunto cru fatiado (30 g por porção)

Modo de preparo:

Em uma panela ou frigideira de fundo largo e bordas altas, aqueça metade da margarina e, ainda com a chama alta, refogue a cebola até ficar transparente. Junte o arroz e refogue-o por mais 2 minutos. Acrescente o vinho branco e deixe reduzir à metade em fogo alto. Junte o caldo de frango, aos poucos, adicionando mais à medida que o líquido for secando.

Mexa constantemente para que o risoto fique bem cremoso. Por fim adicione as uvas, o queijo e tempere com o sal e com pimenta. Apague o fogo, junte as 2 colheres (sopa) restantes de margarina, a salsinha picada e por último as fatias rasgadas de presunto cru.

Receita Josapar



Risoto de uvas com parma

Bruschettas Zucchini com Queijo Taleggio

Ingredientes

- 20 fatias de pão italiano de 2cm de espessura
- 600g de Queijo Taleggio
- 300g de Zucchini
- 2 colheres de azeite de esporão

Modo de preparo

Corte o queijo taleggio e o zucchini em cubos pequenos, misture-os em uma tigela e tempere à gosto. Leve as fatias dos pães cortados e regados com azeite ao forno a 150 graus por 10 minutos. Ao servir ainda quente, distribua a mistura dos cubos em cima das fatias de modo aleatório.

Bruschettas tradicionais

Ingredientes

- 20 fatias de pão italiano de 2cm de espessura
- 800g de tomate italiano
- 2 colheres de azeite de esporão
- 150g queijo parmesão ralado
- ½ mc de manjeriço

Modo de preparo

Lave os tomates, tire a pele e corte em cubos pequenos. Misture com as folhinhas de manjeriço. Monte as bruschettas somente com azeite e os tomates em cubos e manjeriço. Leve ao forno a 150 graus por 10 minutos. Ao servir ainda quente, coloque a geleia de damasco em cima do queijo.

Todas as receitas de bruschettas desta página são da chef Ana Paula Gulin, do Buffet Bela Sintra



Batata gratinada

Batata gratinada

Ingredientes:

- 6 batatas (1kg)
- 1 xícara (chá) de leite SupraSoy Original (130g) dissolvida em 1L de água
- 8 ramos de salsinha picada
- 3 colheres (sopa) de creme vegetal (36g)

Modo de preparo:

Corte a batatas em fatias bem finas com auxílio de um fatiador. Coloque a batatas dentro de uma panela com o Suprasoy dissolvido e a salsinha. Quando começar a levantar fervura, cozinhe por mais 10 min.

Forre o fundo de um refratário (25cmx15cm) com as batatas e intercale as camadas pincelando o creme vegetal. Derrame o restante do leite sobre as batatas e leve ao forno (180°C) por 50 minutos.

Dica: Substitua a salsinha por outras ervas como alecrim ou tomilho.

Rendimento: 6 a 8 porções (considere 8 porções para o cálculo)

Tempo de preparo: 15 minutos

Receita SupraSoy

Bolinhos de Arroz, Banana e Canela

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de Arroz Tio João (170 g)
- 1 xícara (chá) de açúcar (160 g)
- 5 cravos-da-índia
- 1 pedaço de casca de limão
- 2 ½ xícaras (chá) de leite integral (500 ml)
- 2 bananas-da-terra cortadas em cubos pequenos
- 1 colher (chá) de canela em pó
- ½ xícara (chá) de farinha de trigo (60 g)

Para fritar:

- 2 xícaras (chá) de óleo (400 ml)*

Para polvilhar:

- 1 colher (sopa) de canela em pó
- 4 colheres (sopa) de açúcar

preparo:

Em uma panela média, coloque o arroz, o açúcar, os cravos, a casca de limão, 3 xícaras (chá) de água e cozinhe em fogo alto por cerca de 15 minutos ou até secar a água. Acrescente o leite, abaixe o fogo e termine o cozimento por cerca de 25 minutos, mexendo sempre. Desligue o fogo e deixe esfriar. Retire a casca de limão e os cravos. Despeje o arroz em uma travessa, acrescente as bananas, a canela e a farinha e misture bem.

Aqueça o óleo em fogo médio por 5 minutos e despeje colheradas da massa, quatro de cada vez. Frite por aproximadamente 3 minutos ou até os bolinhos ficarem dourados. Retire com uma escumadeira, coloque sobre papel-toalha e polvilhe a canela e o açúcar. Sirva em seguida acompanhado de chá quente.

Dica: aproveite as sobras de arroz cozido para fazer este bolinho.

Rendimento: 45 bolinhos

Tempo de preparo: 35 minutos

Receita Josapar



Carré de cordeiro ao fruttati de framboesa

Carré de cordeiro ao fruttati de framboesa

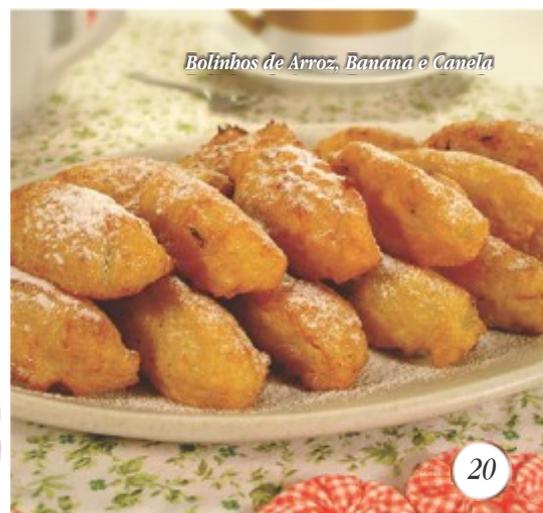
Ingredientes:

- 6 carré de cordeiro
- 70ml de Vinagre Balsâmico com Framboesa Castelo Fruttati
- 2 colheres (sopa) de mel
- 4 colheres (sopa) de Azeite de Oliva Extra Virgem Castelo
- Sal a gosto

Modo de preparo:

Misture o mel com o Vinagre Balsâmico com Framboesa Castelo Fruttati até diluir bem e acrescente o sal. Banhe o Carré na mistura e frite-os no Azeite de Oliva Extra Virgem Castelo. Sirva-os acompanhando de minicenoura na manteiga.

Receita Castelo Alimentos



Bolinhos de Arroz, Banana e Canela

Escalopes de Lombo de Porco ao Creme de Castanhas-do-pará e Coco

Ingredientes

- 1 kg de lombo de porco
- 3 dentes de alho
- Talos de salsinha
- Ramos de tomilho e alecrim
- Grãos de pimenta preta
- 200 ml de vinho branco seco
- 1 colher (sopa) de manteiga sem sal
- 1 colher (sopa) de óleo de castanha-do-pará Vital Átman
- 100 gramas de castanhas-do-pará cortadas em lâminas
- 100 ml de leite de coco
- Ciboulette ou cebolinha picada
- Sal e pimenta-do-reino moída a gosto

Modo de preparo

Toste as lâminas de castanha-do-pará no forno até dourarem levemente. Reserve. Corte o lombo de porco em lâminas de 1 cm de espessura e bata com um martelo de carne liso até obter lâminas bem finas. Reserve. Faça uma vinha d'alhos da seguinte forma: amasse o alho, junte os grãos de pimenta, os talos de salsinha, os ramos de tomilho e alecrim e o vinho. Tempere com sal. Deixe os escalopes de lombo marinando nessa vinha d'alhos, sob refrigeração, por aproximadamente 6 horas. No momento do preparo, leve a manteiga e o óleo de castanha-do-pará à frigideira aquecida. Retire os escalopes da marinada e frite-os. Reserve. Nessa mesma frigideira, acrescente o leite de coco e abaixe o fogo. Tempere com sal e pimenta-do-reino moída. Assim que ferver, sirva esse creme sobre os escalopes previamente preparados. Decore com as lâminas de castanha-do-pará reservadas, ciboulette picada e um fio de óleo de castanha-do-pará.

Receita Tio João

Fundo de alcachofra com queijo fresco gratinado

Ingredientes

- Fundos de alcachofra
- Queijo fresco
- Azeitonas verdes e pretas
- Purê de mandioquinha
- Queijo parmesão

Modo de preparo

Cozinhar os fundos de alcachofra. Preparar o purê de mandioquinha. Misturar: queijo fresco, azeitonas e rechear o fundo de alcachofra. Cobrir com purê e polvilhar queijo parmesão para gratinar

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão



Escalopes de Lombo de Porco
ao Creme de Castanhas-do-pará e Coco

Filé de peixe ao molho de maracujá com gnocchi de batata doce*

Ingredientes (4 pessoas)

- 800g de filé de peixe
- 1 maracujá azedo
- 300ml de caldo de peixe
- 10g de manteiga
- Sal, pimenta do reino
- Buquê garni

Dica do chef

Utilizar peixes frescos da estação, como Robalo, Namorado, Salmão, Cherne, entre outros

Para o molho

Levar ao fogo o suco de maracujá (com as sementes), o caldo de peixe, o buquê garni. Reduzir. Retirar o buquê garni e metade das sementes do maracujá. Adicionar a manteiga sem deixar ferver. Temperar com sal e pimenta do reino.

Para o peixe

Temperar com sal e pimenta do reino e grelhar cada pedaço dos dois lados

Para o gnocchi de batata doce

Ingredientes

- 1/2kg de batata doce
- 125ml de leite integral
- 100g de manteiga

- 200g de farinha de trigo
- 2 ovos
- 5g de sal
- Sal e pimenta do reino

Modo de preparo

Descascar as batatas. Cozinhar em água e sal. Incorporar a farinha e deixar secar no fogo, mexendo sempre. Adicionar os ovos um a um e o purê de batatas. Temperar com sal e pimenta. Ferver uma panela de água com sal. Colocar a massa num saco de confeitar. Formatar os gnocchis, deixando cair os pedaços de massa na água. Cortar em tamanhos iguais. Cozinhar por dois minutos. Retirar da água e reservar.

Montagem

Aquecer o gnocchi com um pouco de manteiga na hora de servir, temperando com sal e pimenta do reino, se necessário. Servir com o filé de peixe e o molho de maracujá.

Chef Philippe Remondeau (Restaurante Chez Philippe, Porto Alegre, RS)

Dica de harmonização da Miolo **Miolo Millésime Brut**

Sugere-se o espumante Millésime pela sua delicada cremosidade em boca aliando-se a cremosidade do molho. A acidez envolvente do espumante equilibra com a própria acidez do maracujá. Ideal servir este espumante a temperatura 6°C a 8°C.



Filé de peixe ao molho de maracujá com gnocchi de batata doce



Iscas Picantes

Ingredientes

- 500g de filé mignon em tiras
- 4 colheres (sopa) de Azeite de Oliva Extra Virgem Castelo
- 1 cebola grande ralada ou bem picadinha
- 2 colheres (sopa) de Molho Inglês Castelo
- 1 colher (sopa) de Molho de Pimenta Extra Forte Castelo
- 2 colheres (sopa) de vinho branco seco
- 100g de Champignon Castelo fatiados

- 1 xícara (chá) de água
- 1 colher (sopa) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de salsinha picada

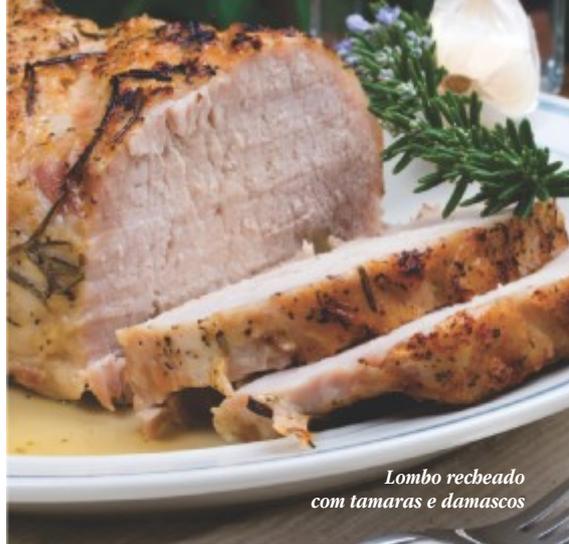
Modo de preparo

Tempere a carne com pouco sal, aqueça o Azeite Castelo e frite-a aos poucos até toda carne estar dourada. Junte a cebola, o Molho Inglês Castelo, o Molho de Pimenta Castelo, o vinho, mexa por alguns minutos. Acrescente a farinha de trigo dissolvida na água, deixe engrossar um pouco, adicione o Champignon Castelo e, em seguida, salpique a salsinha. Sirva a seguir.

Variação:

Se desejar substitua o Champignon por Palmito Castelo picado.

Rendimento: 4 porções
Tempo de Preparo: 45 min
Culinarista/Nutricionista: Elaine de Araújo
Receitas Castelo Alimentos



Lombo recheado com tamaras e damascos

Lombo recheado com Tamaras e Damascos

Ingredientes:

- 500g de massa folhada
- 2k de lombo suíno (inteiro)
- 20g de margarina
- 25g de farinha de trigo
- 20g de sal
- 200g de tamaras (seca)
- 150g de damascos (seco)
- 100g de mel
- 10g de gengibre ralada
- 4 folhas de louro
- 2 gemas
- 200ml de vinho branco
- 1 suco de limão siciliano
- Alecrim fresco
- Pimenta do reino em pó

Modo de preparo:

Fazer um marinado com o mel o limão, a gengibre o sal a pimenta o alecrim e as folhas de louro

Fazer um furo no lombo no sentido longitudinal e colocar o tempero. Deixar marinar por 2 a 3 horas aproximadamente Retirar do tempero e rechear com as tamaras e o damasco reservar o tempero Amarrar com um barbante e assar por 2 horas no forno a 160°c

Retirar do forno e deixar esfriar

Cortar a massa em fitas e fazer uma rede enrolar o lombo pincelar com as gemas e voltar ao forno até dourar a massa

Aquecer a margarina e colocar a farinha de trigo misturar bem até formar uma pasta Coloque o marinado reservado e deixe ferver por 1 minuto, coloque um pouco de água se necessário

Coloque em uma travessa e distribua o lombo por cima

Rendimento: 10 porções
Receita Divino Fogo

Lombo Festivo

Ingredientes

- 1 lombo de ½ a 1 kg
- 1 xícara (chá) de suco de limão
- 1 xícara (chá) de vinho branco
- ½ xícara (chá) de Molho de Alho Castelo
- 1 colher (sopa) sal
- Pimenta a gosto

Recheio

- ½ kg de peito de frango moído
- 2 colheres de Molho de Alho Castelo
- 1 pimentão vermelho picadinho
- 1 cenoura ralada
- 1 ovo
- 3 fatias de pão de forma picadas
- 2 colheres (sopa) de margarina
- Salsa a gosto
- Sal e pimenta do reino
- Balsâmico Cremoso Castelo para regar

Modo de preparo

Deixe o lombo de véspera no tempero,

feito com o suco de limão, o vinho, o Molho de Alho Castelo, sal e a pimenta. Para o recheio misture tudo e reserve. Abra o lombo e coloque o recheio reservado. Cubra com papel alumínio e leve ao forno médio (180° C por cerca de 1h30m. Durante o tempo de forno, regue algumas vezes o lombo com o molho que fica na assadeira. Com cuidado, fatie o lombo, arrume em uma travessa e regue com o Balsâmico Cremoso Castelo.

Variação:

Se desejar substitua o lombo pela mesma quantidade de linguiça calabresa.

Dica:

Nesta receita, o lombo deve ser aberto como uma manta. Utilize uma faca bem afiada ou, ainda, peça para o açougueiro que prepare para você.

Culinarista/Nutricionista: Elaine de Araújo
Receita Castelo Alimentos



Lombo festivo

Medalhão ao molho de vinagre balsâmico

Ingredientes

- 1 kg e ½ de filé mignon em medalhões
- 1 e ½ colher (sopa) de Tempero Completo com Pimenta Castelo
- 500g de margarina
- 1 folha de louro
- 1 xícara (chá) de vinho tinto
- 1 cebola grande cortada em fatias grossas
- ½ xícara (chá) de Vinagre Balsâmico Tradizionale Castelo
- 1 colher (sopa) de farinha de trigo dissolvida
- 1 vidro de Champignon Castelo fatiado

Modo de preparo

Tempere os medalhões com o Tempero Completo Castelo. Derreta a margarina na frigideira e frite os medalhões dos dois lados. Retire a carne e reserve. Coloque na frigideira o Vinagre Balsâmico Tradizionale Castelo, mexa bem até soltar todo o resíduo do fundo da frigideira. Adicione a cebola e o louro, refogue um pouco. Acrescente a farinha de trigo, dissolvida no vinho, deixe em fogo brando por 5 minutos, mexendo sem parar, para engrossar um pouco. Junte o Champignon Castelo, espere aquecer e sirva sobre os medalhões em uma travessa.

Variação:

Se desejar, substitua o Champignon por Palmito Castelo.

Culinarista/Nutricionista: Elaine de Araújo

Rendimento: 6 porções

Tempo de Preparo: 1h

Receita Castelo Alimentos



Medalhão ao molho de vinagre balsâmico

Palmitos escondidos

Ingredientes

- 1 vidro de Palmito Castelo
- 300g de presunto fatiado
- 1 frasco de Molho para Salada Italiano Castelo
- 1 receita de molho branco de sua preferência
- 50g de queijo parmesão ralado

Modo de preparo

Separe as fatias de presunto duas a duas, passe uma camada de Molho para Salada Italiano Castelo em cada uma delas, acrescente o Palmito Castelo nas fatias e enrole, igual a um canelone. Coloque em um refratário, cubra com o molho branco, salpique o queijo e leve ao forno para gratinar.

Variação:

Substitua o presunto por peito de peru defumado.

A quantidade de fatias de presunto será a mesma dos palmitos constantes no vidro.

Chef Sidney Christ

Rendimento: 4 porções

Tempo de Preparo: 30 minutos

Receitas CASTELO ALIMENTOS



Visite nossas dicas de leitura com inúmeros livros de gastronomia no

www.gastrovia.com.br/noticias/80/dicas-de-leitura/



Peru de Natal

Ingredientes

Peru

- 1 peru de 4 quilos (4kg)
- 2 litros de caldo de galinha

Recheio

- 2 tipos de pães de sua preferência cortados em quadradinhos (400 gr)
- 1 ovo batido
- 200 gr de linguiça calabresa desmanchadas sem pele
- 1 alho poró cortado em rodelas
- 2 maçãs verdes cortadas em cubos
- 2 colheres (sopa) de manteiga derretida
- Sal e pimenta a gosto

Purê de batata doce

- 4 batatas doces grandes cortadas em cubinhos e cozidas no vapor
- 2 colheres (sopa) de açúcar mascavo
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 60 ml de creme de leite fresco
- 1 copo de café expresso 3 corações (ou café bem forte)
- 1 colher (café) de cravo em pó
- Sal a gosto

Molho (também chamado de gravy)

O caldo remanescente do assado
Farinha de trigo para engrossar

Modo de preparo

Recheio

Num bowl ou numa tigela grande, misture as maçãs, o alho poró e a linguiça. Depois, adicione o ovo e a manteiga e mexa bem. Adicione um pouco do caldo de galinha nos pães cortados. Depois de úmidos, adicione-os na mistura com as maçãs e a linguiça. Depois de misturar tudo muito bem, é hora de rechear o peru. Caso sobre um pouco de recheio, reserve em um recipiente separado.

Peru

Coloque ½ litro de caldo de galinha no peru recheado e leve ao forno pré-aquecido a 180°C. Enquanto ele assa, regue constantemente com o caldo. Adicione aos poucos até a ave estar completamente assada.

Purê de Batata

Numa panela, misture a batata

amassada e todos os outros ingredientes. Deixe no fogo médio mexendo sempre até desgrudar do fundo da panela.

Molho (gravy)

No fim do processo, recolha esse caldo e misture com a quantidade de farinha de trigo que for necessária. O objetivo aqui é engrossar o caldo no fogo até virar um molho espesso. Pegue o recheio que sobrou no momento em que você estava recheando o peru e coloque na assadeira na última ½ hora em que ele está no forno. O ideal é colocar em volta da ave na hora de servir. O molho gravy, é servido em cima da carne, do purê e do recheio.

Dicas

O tempo de forno é aproximadamente 1 hora por quilo (kg) da ave.

O peru deve ser regado com o caldo durante o cozimento a cada meia hora para não secar.

Foto e receita desenvolvidas por Stela Morato*



Peru recheado com farofa de castanha e frutas ao molho de laranja e carambolas

Ingredientes

- 1 Peru inteiro
- 250g de farinha de mandioca
- 50g de margarina
- 100g de farinha de milho
- 40g de sal
- 100g de banana da terra em cubos
- 50g de castanhas do Pará picadas
- 50g de ameixas secas picadas
- 10g de uvas passas brancas
- 50g de laranjas cristalizadas picadas
- 50g de castanha de caju em calda
- 80g de cebola picadas
- 2 laranjas inteiras
- 300ml de suco de laranja
- 60g de alho em pasta
- 100 ml de vinho branco
- 50g de açúcar refinado
- Pimenta do reino a gosto
- 2 carambolas
- 20g de amido de milho
- suco de um limão siciliano

Modo de preparo

Limpar bem a parte interna do peru. Temperar com o sal, pimenta, limão e vinho. Deixar no tempero por duas horas

Descascar as laranjas inteiras, reservar as cascas e espremer o suco sobre o peru

Fazer a farofa, refogando o alho e a cebola na margarina; colocar as castanhas e as frutas, misturar bem e colocar as farinhas mexer bem e colocar a salsa e a cebolinha

Recheiar peru com a farofa e Levar ao forno 170°C por 45 min, aproximadamente.

Para o molho, corte as cascas de laranja (sem a parte branca) em tirinhas bem finas e caramelize junto com o açúcar. Em seguida, coloque o suco de laranja, deixe reduzir para encorpar, junte a carambola cortada em forma de estrelas, engrosse com o amido de milho diluído em água

Regue sobre o peru depois de assado. decore com as estrelas de carambolas, fio de ovos e cerejas

Receita elaborada por José Olivan Pego, chef da rede de restaurantes Divino Fogão

Dica Gastrovia

Acesse o portal www.gastrovia.com.br e confira nosso glossário de alimentos na Cozinha de A à Z.

Peru natalino

Ingredientes:

- 1 filé de peito de peru médio temperado
- ¼ xícara de arroz integral
- 1 colher de sopa de champagne
- 1 pitada de sal marinho para o arroz
- 1 colher de sobremesa de amêndoas em laminas
- 1 colher de chá de cebola
- 1 colher de café de azeite extra virgem
- 2 xícaras de água para cozer o arroz
- 1 fatia de abacaxi em calda
- ½ colher de café de margarina light
-

Modo de preparo:

Em uma panela antiaderente, colocar o filé de peito de peru para grelhar, selar dos dois lados, inserir um pouco de água para ficar suculento, reservar.

Para o arroz integral, dourar a cebola ralada no azeite, inserir o arroz integral e o sal, em seguida acrescentar a champagne, deixar evaporar e logo colocar a água e cozer. Depois de pronto colocar as amêndoas em laminas.

Peneirar o abacaxi, retirando toda calda, cortar a fatia de abacaxi em duas fatias finas, em uma panela antiaderente, grelhar com um a margarina light.

Rendimento: uma porção.
Receita Keep Light



Petiscos de carne seca

Ingredientes

- 500g de carne seca (dessalgada)
- ½ xícara (chá) de Azeite de Oliva Castelo
- 1 cebola
- 2 colheres (sopa) de Molho de Alho Castelo
- 2 colheres (sopa) de salsinha picada
- 2 xícaras (chá) de leite
- 1 xícara e meia (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de castanha de caju triturada
- 1 colher (sopa) de Molho de Pimenta Extra Forte Castelo

Modo de preparo

De véspera, deixe a carne seca de molho em água, trocando várias vezes.

Cozinhe a carne em panela de pressão por cerca de 30 minutos, ou até que esteja bem macia. Retire, deixe esfriar, desfie e reserve.

À parte, aqueça o Azeite Castelo, refogue a cebola, acrescente a carne, o Molho de Alho e de Pimenta Castelo, e deixe refogar por alguns minutos. Em seguida, acrescente a salsinha e 1 xícara e 1/2 de leite, deixe ferver, junte a farinha de trigo de uma só vez, mexa vigorosamente até obter uma massa que desgrude do fundo da panela. Retire e deixe esfriar.

Faça bolinhas do tamanho de uma noz-moscada, passe-as pelo leite reservado, e em seguida pela castanha de caju. Coloque-as em assadeira untada com manteiga e polvilhada com farinha de trigo. Leve ao forno pré-aquecido à temperatura alta (200º) por cerca de 20 minutos.

Varição: Se desejar, substitua a castanha de caju pela mesma quantidade de farinha de rosca.

Dica: As bolinhas devem ser pequenas, para que fiquem mais sequinhas e saborosas.

Culinarista/Nutricionista: Elaine de Araújo

Rendimento: 60 unidades

Tempo de Preparo: 1h

Receitas Castelo Alimentos



Petiscos de carne seca

Purê de batatas com café



Purê de batatas com café

Ingredientes

- 4 batatas grandes cozidas com casca
- 50 gr de manteiga
- 1 xícara de café expresso 3 corações (ou café bem forte)
- 1 copo de creme de leite fresco
- Pimenta do reino e sal
- Grãos de café para enfeitar (ou uma colher de chá de café instantâneo 3 corações)

Modo de preparo

Descasque as batatas ainda quentes e passe-as no processador ou espremedor. Coloque-a espremida numa panela. Adicione manteiga, sal, pimenta e o creme de leite. Mexer sempre enquanto estiver cozinhando em fogo médio. Adicione o café expresso e continue misturando. Misture muito bem até todos os ingredientes ficarem completamente misturados de forma uniforme. Se quiser, coloque uma colher de chá de café instantâneo ou grãos de café no final.

Dica

Cozinhe as batatas com a casca, pois elas conservam melhor o sabor e não ficam aguadas.

Tempo de preparo: 45 minutos

Rendimento: 4 porções

Foto e receita desenvolvidas por Stela Morato, para a 3 corações*

Quinoa com legumes

Ingredientes

- Quinoa
- Cenoura, cebola, abobrinha, berinjela e tomate cortados em cubinhos e cozidas bem pequenos
- Macarrão cabelo de anjo
- Caldo de legumes

Modo de preparo

Cozinhar a quinoa no caldo de legumes. Quebrar o macarrão e fritar até que escureçam. Passar os legumes no azeite aromatizado com manjeriço e alho. Resfriar todos ingredientes e juntá-los

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão

Salmão com escamas de batatas

Ingredientes

- Filé de Salmão
- Batata
- Gema de ovo

Modo de preparo

Tempere o Salmão a gosto. Fatiar a batata como chips. Passar a gema de ovo sobre o Filé e colar as batatas para serem assadas com o peixe.

Todos os ingredientes estão nas quantidades a Q/N quanto necessário.

Receita de Fátima Corradini Domingues - Supervisora de Nutrição do Hospital e Maternidade São Cristóvão



Salpicão especial

Salpicão especial

Ingredientes

- 4 xícaras de peito de peru defumado cortado em tirinhas finas
- 4 colheres (sopa) de Vinagre de Vinho Tinto Clássico Castelo
- 500g de mandioquinha cozida cortada em cubinhos
- 1 xícara de beterraba em conserva cozida e picadinha
- ½ pimentão vermelho cortado em tirinhas bem finas
- 1 vidro de Champignon Castelo fatiado
- 100g de azeitonas verdes picadinhas
- 1 lata de milho escorrida
- 2 cenouras cozidas e cortadas em cubinhos
- 2 xícaras de queijo prato cortado em tirinhas finas
- 400g de maionese
- 400g de creme de leite
- 1 colher (sopa) de raspas de limão
- Sal a gosto

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes e faça uma bonita decoração.

Culinarista/Nutricionista: Elaine de Araújo
 Rendimento: 8 porções
 Tempo de Preparo: 30 min
 Receita Castelo Alimentos

Salpicão

Ingredientes

- 2 pacotes de batata palha
- 3 peitos de frango
- 1 caldo de galinha
- 1 vidro de molho inglês
- 1 vidro de mostarda
- 2 latas de ervilha
- 2 latas pequenas de palmito
- 150gr de azeitona picada
- 300gr de presunto picado
- 4 cenouras grandes cozida em água e sal, ralada no ralo grosso
- Cheiro verde a vontade
- 2 cebolas radas
- 5 colheres de azeite

Modo de preparo

Cozinhe os peitos de frango com caldo de galinha e desfie. Fervente as cenouras em água e sal, e rale na parte grossa do ralo. Separe uma vasilha grande e coloque: frango, palmito, ervilha, azeitona, presunto, cenoura e cheiro verde. Em uma panela aqueça o azeite e

refogue a cebola, até que ele murche um pouco.

Desligue o fogo e acrescente o molho inglês e a mostarda, deixe esfriar. Acrescente na vasilha com os outros ingredientes e misture bem. Coloque na geladeira. Antes de servir, misture a batata palha.

Tempo de preparo: 1h30 min
 Rendimento: 18 porções
 Custo aproximado: R\$ 40,00
 Receita Cozinha-teca



Salpicão



Wraps de frango

Ingredientes:

- 3 filés de frango (150 g cada) em tirinhas
- 2 colheres (sopa) de azeite de Oliva extra virgem Castelo
- 1 colher (chá) de mostarda em grãos
- 3 colheres (sopa) de mel
- 4 pães-folha

Salada de Repolho

- ¼ de repolho fatiadinho
- 1 cenoura grande ralada
- 3 colheres (sopa) de azeite de oliva extra virgem Castelo
- 2 colheres de (sopa) de vinagre de vinho tinto Castelo
- 1 colher (chá) de mostarda Castelo
- 2 colheres de (sopa) salsinha picada

Modo de preparo:

Prepare a salada. Coloque o repolho numa tigela grande e misture com a cenoura. À parte, misture o azeite, o vinagre e a mostarda. Regue a salada, mexendo bem para distribuir por igual. Junte a salsinha picada e misture. Reserve. Refogue o frango no azeite quente por 4-5 minutos, até dourar e cozinhar por completo. Retire do fogo e junte a mostarda e o mel. Mexa bem.

Aqueça os pães-folha no microondas ou

no forno preaquecido por 10 segundos. Deixe-os dobrados ao meio. Espalhe a salada de repolho, a cenoura e as tirinhas de frango no meio de cada pão. Enrole firmemente; corte-os ao meio para servir.

Variação

Wraps de presunto. Substitua o frango por 500 g de presunto em tiras. Refogue o presunto por 3-4 minutos, até corar e cozinhar por completo. Retire do fogo e misture com o mel e a mostarda. Proceda como indicado acima.

4 porções

Preparo 15 minutos

Cozimento: 5 minutos

Receita Castelo Alimentos



Tender diferente

Ingredientes

- 1 Tender sem osso de mais ou menos 1.300kg
- 1 pote de geléia de laranja ou damasco
- Cravo para espetar no Tender
- 1 xícara de café forte
- 50 gramas de manteiga

Modo de preparo

Derreta a manteiga numa panela, adicione a geléia e o café. Não deixe ferver. Derreta apenas para ficar mais fácil para pincelar. Reserve. Coloque o Tender na assadeira já forrada de papel alumínio e pincele-o muito bem com o preparado da geléia e café. Espete os cravos e coloque para assar em forno brando (110°C) durante 1 hora e 15 minutos. Pincele-o com a mistura de geléia a cada 15 minutos até o final do processo. Se seu forno tiver grill, coloque para caramelizar nos últimos 5 minutos. Sirva com uma mistura de frutas cruas e em caldas.

Dica

Forrar a assadeira com papel alumínio.

Tempo de preparo: 1 ½ hora

Rendimento: 6 porções

Foto e receita desenvolvidas por Stela Morato, para a 3 corações*

Bebidas

Drink de Ano Novo

Ingredientes

- 100 gr de canjica branca
- 1,5 litros de água
- 3 anis estrelados (ou alguma outra especiaria de sua preferência)
- 1 cálice de leite condensado
- 1 cálice de rum amarelo
- ½ copo de grenadine
- 1 romã

Modo de preparo

Deixe a canjica de molho em água juntamente com o aniz (ou outra especiaria) por no mínimo duas horas. Cozinhe com a água do molho até a canjica ficar bem macia. Se necessário, acrescente mais água.

Depois de cozida, retire as iguarias e bata a mistura no liquidificador com algumas sementes de romã.

Passe numa peneira e volte a mistura para o liquidificador e bata mais um pouco. Adicione o leite condensado e bata novamente.

Retire do liquidificador e leve para uma coqueteleira. Lá, acrescente o rum amarelo, grenadine e misture bem com gelo. Sirva com sementes de romã.

Foto e receita desenvolvidas por Stela Morato, para a 3ª corações*

Suco Desintoxicante

Ingredientes

- Suco de 2 laranjas pera
- ¼ de maça fuji com casca
- ¼ de uma cenoura média
- 1 folha grande de couve manteiga sem o talo
- 1 colher de chá de gengibre fresco ralado
- 1 colher de chá de semente de linhaça torrada
- 2 folhas grandes de hortelã

Modo de preparo:

Bater tudo no liquidificador com uma pedra de gelo

Rendimento : 1 porção de 200ml 88 kcal

Receita Keep Light



Suco Desintoxicante



Suco energético

Suco energético

Sem glúten e sem lactose

Ingredientes:

- 1 unidade de kiwi
- ½ copo americano de suco de uva
- ½ unidade de maça fuji
- 1 unidade de laranja

Modo de preparo:

Descasque o kiwi, a maça e a laranja (manter a parte branca).

Junte todos os ingredientes e liquidifique.

Rendimento: 1 porção de 200ml - 99 kcal

Receita Keep Light



Drink de Ano Novo

Gastrovia
turismo e gastronomia

O seu portal de
turismo e gastronomia.



Fone: (19) 3834-4050
contato@gastrovia.com.br

www.gastrovia.com.br



Malagasy

Malagasy

Ingredientes

- 20 ml Marie Brizard Vanila de Madagascar
- 10 ml Marie Brizard Banana
- 10 ml Vermute Martini Dry
- 30 ml de redução preparada de maracujá, vodka Grey Goose L´Orange e camomila
- 10 ml de sumo de limão siciliano
- Guarnição: physalis

Modo de preparo

Em uma coqueteleira com gelo, são adicionados todos os ingredientes. Bater vigorosamente, servindo em taça Martini pré gelada, com coagem dupla (strainer e peneira). Guarnecer com physalis fresca.

Elaborado por Lucas Siqueira

Esse coquetel é o campeão na etapa brasileira do Campeonato de Coquetelaria Marie Brizard

Marie
Brizard
depuis 1755

Need Bartender's Punch

Ingredientes

- 4 morangos
- 20 ml suco de limão siciliano
- 10 ml óleo sacharum
- 20 ml licor de mûre Marie Brizard
- 50 ml conhaque Remy Martin V.S.O.P
- 1 folha de limão caffir

Modo de preparo

Numa coqueteleira, macerar os morangos e a folha de limão caffir com o suco de limão e o óleo sacharum. Adicionar os demais ingredientes na coqueteleira adicionar cubos de gelo e bater, servir numa taça previamente gelada com coage fina.

Guarnição: slice de limão siciliano, morango e amora.

Elaborado por J. Kennedy Nascimento

Esse coquetel foi vice-campeão na etapa brasileira do Campeonato de Coquetelaria Marie Brizard

Marie
Brizard
depuis 1755



Need Bartender's Punch

Presentes

Adega Continental

Acomoda oito garrafas (23 litros)
Possui um sistema de refrigeração ecológica e um painel externo touch, que permite o ajuste com controle digital sem a necessidade de abertura da porta.
Iluminação interna com LEDs de alto brilho.

Preço sugerido: R\$ 399



Balde de gelo em PVC maleável

É opção prática e charmosa para resfriar bebidas, comercializados em lojas de decoração e empórios em todo o Brasil, os baldes Plastique são práticos e eficientes.

Preço médio

R\$23 (Plastique Vinho Transparente)

R\$26 (Plastique Vinho Colorida)

R\$30 (Plastique Cerveja).



Glenfiddich

É o pioneiro na categoria de whiskies de malte escocês e atualmente o mais consumido em todo o mundo.

Preço:

12 anos - R\$180

15 anos - R\$250

18 anos - R\$350



Hendrick's

Este gin é extraordinariamente incomum, de caráter irreverente e espírito inusitado. Apenas HENDRICK'S Gin é feito com infusões de pepinos da Holanda e pétalas de rosa Damascena da Bulgária, resultando um excelente gin, refrescante e com um agradável aroma floral.

Preço: R\$180



The Balvenie

O whisky The Balvenie DoubleWood 12 anos, produzido pelo grupo William Grant & Sons é elaborado artesanalmente na Escócia, na região de Speyside, mais precisamente na cidade de Dufftown.

Preço: R\$190



Cão Spock Mestre-cuca

Um lançamento especial para o Natal. Com estilo típico, seu figurino inclui roupa e chapéu mestre-cuca. Ele ainda canta enquanto ensina receitas de dar água na boca. O SPOCK MESTRE-CUCA possui personalidade, voz e sotaque próprio, além de piadas e respostas randômicas sobre o mundo gastronômico.

Preço sugerido: R\$ 149,99
www.candide.com.br



Faca do Chef de 19 cm

Com 4 novas cores: verde, pink, amarela e laranja
O cabo anatômico, feito de Fibrox Anatômico, possui propriedades antibactericidas.
A lâmina é de aço inoxidável e o encaixe rente entre ela e o cabo evita o acúmulo de resíduos.

Preço sugerido: R\$116 cada



Motorola Razr HD

Com o processador dual-core de 1,5 GHz, Android 4.0 Ice Cream Sandwich, Navegador Google Chrome, câmera de 8 MP

Disponível para clientes Claro, por R\$999 no Plano 400 Ilimitado.



KIT MIOLO RESERVA

Miolo Reserva (Cabernet Sauvignon) + 1 taça de vinho

Valor (caixa com seis kits): R\$226 (R\$37,66 por kit)



KIT ESPUMANTES MIOLO CUVÉE TRADITION

Espumante Miolo (Brut, Rosé ou Demi-Sec) + 2 taças de espumante

Valor (caixa com seis kits): R\$287 (R\$47,83 por kit)



Mini Bules

As esculturas de bule são charmosas e criam uma atmosfera lúdica. Confeccionadas em porcelana levam a assinatura de Romero Britto

Preço sugerido: R\$168
Onde Encontrar: Amanda Presentes



Spartan Edição Limitada 2012

(cod. 1.3603.L12)
12 funções standard da marca, como lâminas, saca-rolhas e chaves de fenda. Exclusiva numeração, que fica bem visível, na lâmina do canivete, com o ano – 2012 - e o número da peça. Tamanho: 91 milímetros

Preço sugerido: R\$95

Kit Marques & Golden Experience

Em uma caixa de madeira, o kit que contém uma garrafa Marques de Casa Concha Carmenere e uma garrafa Trivento Golden Reserve Malbec e 4 aromas, são pequenos frascos contendo essências que simulam odores encontrados nos vinhos.

Preço sugerido: R\$179



Relógio Night Vision

Seu diferencial é um exclusivo sistema de iluminação com LED para visão noturna, iluminando mais de 1 quilômetro. Função de emergência, acionada pelo botão lateral, com luz estroboscópica piscante. Vem com duas baterias – uma para o relógio e outra para as luzes de LED. Está disponível em três modelos e cores, com pulseira de aço e de couro.

Os preços variam entre R\$2.085 e R\$2.365

Headphone 1

SAC: 11 3346 9966
Disponível em todas as lojas da Kalunga
Masculino e Feminino
Preço: R\$89



Caixa Explosão de Sabores – Chocolat du Jour

Produzidos com Chocolates Premium, em 6 novos sabores, cacau 70% com flor de sal, limão, laranja, maracujá e os brasileiríssimos caju e jabuticaba. Será a nova sensação neste Natal. O lançamento faz parte dos produtos em comemoração os 25 anos da Chocolat du Jour
Preço sugerido R\$218



Lindt Bear

Neste Natal a Lindt investe numa linha exclusiva de chocolates premium e embalagens decorativas ideais para presentear. O carro-chefe da linha é o Lindt Bear que vem vestido de dourado, enfeitado com um lacinho vermelho no pescoço e um pingente de coração. Lindt Bear de 100 g
Preço sugerido R\$22,90



Panettone Ana Maria Mini Chef

É uma edição limitada e foi desenvolvida em parceria com a marca M&M's

Peso: 110g (80g panettone, 15g sachê de cobertura de chocolate e 15g sachê de mini M&M's)

Preço sugerido: R\$5,99



Panettone Linea

O Panettone Linea é produzido com fermentação natural, além de ser zero açúcar, ter menos calorias e 0% de gordura trans. Recheado com frutas cristalizadas e uvas passas também zero açúcar.

Disponível nos estados de São Paulo, Santa Catarina, Paraná, Rio Grande do Sul e Rio de Janeiro

Preço sugerido a partir de R\$17,89



Panettone Gourmet Olivier Anquier

Receita exclusiva preparada e assinada pelo próprio Olivier, leva pedacinhos de nozes e chocolate belga.

Peso: 550g

Preço sugerido: R\$17,90



Flemish Houses:

As latas contêm biscoitos sortidos, com uma seleção dos mais vendidos em todo o mundo: Butter Crisps, a base de manteiga, Almond Thins, com açúcar mascavo e amêndoas, e Butter Crumble, biscoito amanteigado sabor baunilha.

Preço sugerido R\$47,50



Gingerbread Men:

Biscoitos de chocolate amargo cobertos com glacê de açúcar em vários formatos do tradicional biscoito natalino Gingerbread.

Preço sugerido: R\$14,90



Boulangerie:

A boulangerie Destrooper faz referência às antigas docerias europeias. A lata contém o biscoito líder de vendas da marca, o Almond Thins, feito com açúcar mascavo e amêndoas.

Preço sugerido R\$30,00

O seu portal de turismo e gastronomia.



**Guia de estabelecimentos | Roteiros | Notícias
Receitas | Ebooks | Promoções
Descontos | Vídeos**