



PREFEITURA MUNICIPAL DE ANCHIETA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

RECEITAS DO I CONCURSO DE CULINÁRIA

Delícia de Nhoque de sobra de arroz

Ingredientes:

- 2 xícaras de arroz sobrado
- 4 ovos
- 1 colher de fermento
- 1 colher de sal
- 4 xícaras de farinha
- 200g de queijo ralado
- 1 maço de salsa

Molho:

- 1kg de carne moída
- 1 cebola média
- 2 tomates grandes
- 1 pimentão
- Salsa e sal a gosto

Modo de preparo:

Bata no liquidificador as sobras de arroz com os ovos, o sal e por último a salsa. Despeje em uma bacia e amasse com as 4 xícaras de farinha. Amasse bem até que não grude nas mãos. Faça rolinhos e corte em pequenos pedaços. Cozinhe por 15 minutos na água, escorra e reserve. Faça um molho de carne moída bem temperado, adicionando a carne e a cebola fritando bem, depois adicione o tomate e o pimentão deixando a salsa para adicionar quando estiver pronto. Misture o molho com o nhoque e polvilhe queijo ralado e leve ao forno pré-aquecido por 5 minutos.

Pizza Preguiçosa

Ingredientes:

- 1 xícara de leite
- 1/2 xícara de óleo
- 2 xícara de arroz cozido
- 3 ovos
- 2 colheres de queijo ralado
- 1 cebola pequena
- 1 colher de fermento em pó
- Sal a gosto e uma pitada de açúcar

Modo de preparo:

Bater todos os ingredientes no liquidificador, untar um refratário e assar em fogo médio.

Bolo de pão de queijo

Ingredientes:

- 1/2 copo de óleo
- 1 copo de leite
- 3 ovos
- 1 colher de chá de sal
- 200g de queijo
- 3 copos de polvilho
- 1 colher de sopa de fermento
- Queijo parmesão para polvilhar

Modo de preparo

No liquidificador, coloque o óleo, o leite, os ovos, e o sal e bata. Adicione o queijo ralado e bata até que fique homogêneo. Despeje em um recipiente, coloque o polvilho doce e misture com uma colher. Coloque o fermento. Despeje em uma assadeira redonda de buraco no centro, untada e polvilhada e leve ao forno pré-aquecido 200°C por 20 a 25 minutos. Decore com queijo ralado.

Bolo de fubá

Ingredientes:

- 3 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 1 copo de leite
- 1/2 xícara de óleo
- 1 xícara de fubá
- 1 xícara de farinha de trigo
- 3 colheres de chá de fermento
- Erva doce a gosto

Modo de preparo:

Bata todos os ingredientes no liquidificador menos o fermento e a erva doce. Depois de batido coloque o fermento e a erva doce. Leve ao forno pré-aquecido 200°C por 45 minutos.

Pão colorido

Ingredientes:

- 1 colher de sopa de fermento seco
- 1 copo de espinafre batido
- 1 copo de cenoura batida
- 1 copo de beterraba batida
- 2 colheres de açúcar
- 1/2 colher de sal
- 1/2 colher de banha de porco
- Farinha até dar o ponto

Modo de preparo:

Misture o açúcar, sal, banha de porco e o fermento.

Separe em 3 porções iguais.

1º- Bater com a cenoura - colocar numa tigela e acrescentar farinha até desgrudar da mão, reserve para crescer.

2º- Repita o mesmo com a beterraba

3º- Repita o mesmo com o espinafre.

Depois de crescidos modele os pães faça rolinhos compridos e trançe.

Levar para assar.

Bolo de limão

Ingredientes:

- 2 colheres de sopa de margarina
- 2 xícaras de açúcar
- 3 gemas
- 1 xícara de maisena
- 1 xícara e meia de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento
- 1 xícara de suco de limão
- 3 claras em neve

Modo de preparo:

Bata os três primeiros ingredientes, junte a maisena, a farinha, o suco de limão e depois o fermento e delicadamente as claras. Coloque em uma assadeira e asse em forno a 200°C.

Cuca batida

Ingredientes:

- 2 ovos
- 2 xícaras de água morna
- 1 xícara de açúcar
- 2 colheres de sopa de banha de porco
- 2 colheres de sopa de fermento de pão
- 4 xícaras de farinha de trigo

Cobertura:

- 1 xícara de leite condensado
- ½ xícara de açúcar
- ½ xícara de farinha de trigo
- 1 xícara de nata

Modo de preparo:

Misture todos os ingredientes e bata com as mãos deixando com consistência semelhante a de bolo porém um pouco mais firme. Deixe descansar até crescer, coloque o leite condensado e faça uma farofa com o açúcar a farinha e a nata e polvilhe por cima do leite condensado.

Asse em forno médio até dourar.

Panquecas coloridas

Ingredientes:

- 2 ovos
- 2 xícaras de leite
- ½ xícara de óleo
- 2 xícaras de farinha
- Sal
- 1 beterraba
- 2 folhas de couve
- 1 colher de chá de fermento em pó

Recheio:

- ½ kg de carne moída
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- 1 batata
- 1 cenoura
- 1 tomate
- 1 lata de milho ou 2 espigas de milho
- Sal, salsinha e cebolinha a gosto

Molho

- ½ cebola
- 1 dente de alho
- 4 colheres de óleo
- 5 tomates
- ½ xícara de água
- Queijo e orégano a gosto

Modo de preparo:

Bata no liquidificador metade dos ingredientes da massa e coloque a beterraba já cozida e reserve em um recipiente. Repita o mesmo processo com a outra metade da receita com as folhas de couve já limpas. Em uma frigideira antiaderente faça as panquecas. Em uma panela coloque o óleo, a carne moída, o sal, o alho picado e deixe fritar até dourar. Enquanto isso corte os legumes já limpos e descascados em cubos e o milho. Após a carne dourada adicione a cebola, deixe dourar e adicione os legumes e a salsa e a cebolinha e acrescente água suficiente para cozinhar os legumes. Em uma panela coloque o óleo, o alho e a cebola até dourar. No liquidificador bata os tomates com água e o sal junte a panela e ferva até engrossar. Monte as panquecas acrescente o molho e polvilhe com queijo ralado e bom apetite.

Macarrão de arroz a Carbonara**Ingredientes:**

- 200g de macarrão de arroz
- 200g de bacon cortado em cubos
- 2 colheres de chá de azeite
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 gema
- 4 colheres de sopa de queijo ralado
- 2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado
- ½ colher de chá
- 1 pitada de pimenta do reino
- ¼ xícara de parmesão para polvilhar
- 1 caixa de milho e ervilha

Modo de preparo:

Numa frigideira a fogo médio, frite o bacon no azeite e na manteiga até dourar. Reserve o bacon e ¼ de xícara de chá dessa fritura. Cubra com papel alumínio para mantê-los aquecidos. Numa tigela junte a gema, os queijos, o sal e a pimenta e bata com um batedor até misturar bem. Coloque o macarrão de arroz na mistura de gema e queijo, adicione o bacon e a gordura da fritura e misture delicadamente. Polvilhe com queijo parmesão e sirva.

Bolo tudo junto e misturado

Ingredientes:

- 4 ovos
- 2 xícaras de leite
- 1 xícara de açúcar mascavo
- 1 xícara de açúcar branco
- 2 colher de margarina
- 1 xícara de farinha de milho
- 1 xícara de farinha integral
- 1 xícara de maisena
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 ½ de fermento em pó
- Nozes para decorar

Modo de preparo:

Separar a clara e a gema, bater a clara em neve. Depois pegar a gema acrescentar as xícaras de açúcar, a margarina e depois o leite, adicionar a farinha de milho e a integral, a maisena, e a farinha de trigo até dar o ponto. Acrescentar as claras em neve e o fermento. Colocar em uma forma untada, despejar a massa e polvilhar nozes e assar em forno médio por 40 minutos.

Torta fria

Ingredientes:

- 1 peito de frango grande
- 1 pacote de pão fatiado
- 1 sachê de milho e ervilha
- ½ litro de leite
- 4 colheres de amido
- 1 cenoura grande
- Cebola, salsa, cebolinha, tomate, pepino e sal a gosto
- Molho de tomate
- Óleo

Modo de preparo:

Cozinhe o peito de frango e desfie. Coloque em uma panela o óleo, o frango desfiado, os temperos e o molho de tomate e deixe cozinhar. Reserve. Para o molho branco coloque o leite, o sal e o amido de milho deixe cozinhar até formar um creme, mexendo sempre. Deixe esfriar. Rale a cenoura, escorra a água do milho e a ervilha, tire as cascas do pão e reserve.

Montagem:

Em um refratário coloque uma camada de pão o molho branco, o frango, a cenoura o milho e ervilha e vai montando as camadas até a borda.

Bolo de feijão

Ingredientes:

- 1 xícara de feijão preto cozido sem tempero
- 1 xícara de caldo de feijão
- 4 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- ½ xícara de óleo
- 2 colheres de sopa de achocolatado
- 9 colheres de sopa de água
- 1 xícara de farinha de rosca
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de preparo

Bata no liquidificador o feijão com o caldo e reserve.

Bata as claras em neve com 1 xícara de açúcar e reserve

Bater as gemas com o açúcar restante, vai acrescentando o óleo, o achocolatado, a água, o feijão batido, a farinha de rosca, e de trigo e por último o fermento em pó e as claras em neve. Leve ao forno pré-aquecido 180°C.

Sorvete de iogurte**Ingredientes:**

- 1 L de iogurte
- 1 colher de sopa de super liga
- 1 colher de chá de emustab
- 1 ½ xícara de açúcar

Modo de preparo:

Em uma bacia coloque o iogurte o açúcar e a super liga misture e leve para o freezer para congelar por umas 6 horas. Retire do congelador, coloque o emustab e bater na batedeira até dar o ponto de sorvete.