

# LEBRANDO DOCES AFETOS

LIVRO DE RECEITAS



LEBRANDO DOCES AFETOS

Michele Pinheiro Teixeira, Carmen Verônica Luz, Naihara Meirelles e Jackeline Schmetka

## LEMBRANDO DOCES AFETOS

Organizadora: Christian Guimarães Severo



EDIURCAMP

**BAGÉ/RS**  
**2021**

**Editora do Centro Universitário da Região da Campanha**

Av. Tupy Silveira, 2099

CEP 96400-110 - Bagé - RS - Brasil

Telefone: (53) 3242-8244 – Ramal 231 e-mail: [ediurcamp@urcamp.edu.br](mailto:ediurcamp@urcamp.edu.br)

site: [www.ediurcamp.urcamp.edu.br](http://www.ediurcamp.urcamp.edu.br)

**FAT - Fundação Áttila Taborda**

Presidente: Lia Maria Herzer Quintana

**URCAMP – Centro Universitário da Região da Campanha**

**Reitora:** Lia Maria Herzer Quintana

**Pró-Reitora Acadêmica:** Virgínia Paiva Dreux

**Gerente Financeiro:** Néelson Sonaglio

**Editor(a) chefe:** Ana Cláudia Kalil Huber

**Editor(a) Auxiliar:** Clarisse Ismério

**Assessora Técnica:** Bibl. Maria Bartira N. C. Taborda

**Diagramação:** Alessandra Almeida de Menezes

**CONSELHO EDITORIAL**

Ana Cláudia Kalil Huber

Clarisse Ismério

Elisabeth Cristina Drumm

Marilene Vaz Silveira

Marília Pereira de A. Barbosa

Sandro Moreira Tuerlinckx

Dra. (Urcamp)

Dra. (Urcamp)

Dra. (Urcamp)

Me. (Urcamp)

Me. (Urcamp)

Dr. (Urcamp)

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**

L549 Lembrando doces afetos. / Organizadora Christian Guimarães

Severo. – Bagé: Ediurcamp, 2021.

39p.

ISBN: 978-65-86471-11-3

1. Receitas Culinárias. I. Severo, Christian Guimarães.

II. Título.

CDD: 641.3

---

Catalogação elaborada pelo Sistema de Bibliotecas FAT/URCAMP  
Bibliotecária responsável: Maria Bartira N. C. Taborda CRB: 10/782



CENTRO UNIVERSITÁRIO DA REGIÃO DA CAMPANHA

**PROJETO INTEGRADOR  
CURSO DE GASTRONOMIA**

Módulo - Alta gastronomia e Cozinha autoral

**Organizadora**

Christian Guimarães Severo

**Autoras**

Michele Pinheiro Teixeira, Carmen Verônica Luz, Naihara Meirelles e Jackeline Schmetka



 EDIURCAMP

# APRESENTAÇÃO

## RECEITAS DE FAMILIA

A ideia deste e-book surgiu ao realizarmos um trabalho de nosso componente curricular do Projeto Integrador do curso de Gastronomia da URCAMP, no módulo de Alta gastronomia e Cozinha autoral.

Nosso projeto é um desafio da Plataforma Sou I da URCAMP, que atende a propostas da comunidade da região onde a universidade está inserida. Neste caso procuramos atender uma demanda de uma padaria da cidade de Dom Pedrito, Pães e Cia., que nos solicitou produtos feitos a partir de sabores que nos remetessem ao passado, e que cujas receitas escolhidas levem o nome das pessoas as quais a receita foi originada.

Para atender esta demanda começamos por realizar um levantamento de receitas junto a nossas famílias, bem como a pesquisar sobre Comfort Food, que em português significa “cozinha de conforto”, ou seja, aquela que alimenta a alma, pois traz lembranças do passado. Ainda pesquisamos também sobre Cozinha Autoral para podermos trabalhar em novos produtos.

Ao pesquisarmos sobre as origens dos cadernos de receitas de família observamos que do ponto de vista histórico, eles surgem após a primeira guerra, pois no Brasil anteriormente as cozinhas eram lugar de escravas e as “Sinhás” apenas faziam os doces finos, tipo “Camafeus”, e posteriormente quando as mulheres começam a trabalhar e com o processo de industrialização começa a surgir o fogão a gás, o liquidificador e a industrialização cresce pós segunda guerra e a indústria de enlatados que trazia receitas em seus rótulos e com isso as mulheres começam a colecionar receitas organizadas em cadernos escritos a mão trazendo as receitas mais usadas nos encontros de suas famílias.

As mulheres passam a colecionar receitas em cadernos que são passados para suas filhas como verdadeiros tesouros, onde as páginas mais

suja de farinha e óleo foram em geral as mais utilizadas.

Ao realizarmos o levantamento de receitas encontramos muitas e não poderíamos contemplar a todas no projeto, daí a ideia de reuni-las em um e-book.

Notamos que as medidas são em xícaras e em copos, as receitas não são bem detalhadas pois elas tinham o domínio da cozinha e não necessitavam de detalhes nos procedimentos como as receitas que hoje vemos na internet por exemplo, que são expressas em gramas ou com seus equivalentes de medidas

Este e-book é dedicado a todas as mulheres que reuniam suas famílias em torno de sabores que se tornaram lembranças que se transformaram em doces afetos.

## SUMÁRIO

<b>RECEITAS.....</b>	<b>11</b>
CHICA – BOM (SORVETE) (Dinorá).....	11
SOBREMESA MAXIMA: (Dinorá).....	11
BOLO FORMIGUEIRO: (Dinorá).....	11
CREME DE LARANJA (Dinorá).....	12
ARROZ DOCE (Zulmira).....	12
AMBROSIA (Zulmira).....	13
CREME GELADO DE BAUNILHA CROCANTE (Elvira).....	13
BOLO GELADO: (Elvira).....	13
SORVETE (ANA LUCIA).....	14
DOCINHO DE ABÓBORA DE FESTA (Venina).....	14
BOLO DE MORANGO (Carmen).....	15
ARROZ DE BACALHAU (Dinorá).....	15
ALMÔNDEGAS (Dinorá).....	16
PIZZA DE ANIVERSÁRIO: (Família Leal).....	16
AMBROSIA TIA ELSA: (Família Pinheiro).....	18
BISCOITINHO DE PASSAS: (Fatima Pinheiro).....	19
BISCOITO JECA: (Fatima Pinheiro).....	20
SORVETE CREMOSO DE CHOCOLATE: (Maria da Graça).....	21
DOCE DE LEITE TIA JOAQUINA: (Família Pinheiro).....	22
BROAS DE POLVILHO: (Fatima Pinheiro).....	23
CORUJA DE POLVILHO:(Vó Alfrida).....	24
PÃO SOVADO: (Vó Alfrida).....	25
BOLO DO CÉU TIA NILTA: (Família Leal).....	26
PUDIM DE LEITE TIA JOAQUINA: (Família Pinheiro).....	26
ROSCA DE VINAGRE: (Fatima Pinheiro).....	26
TORTA DE CHOCOLATE: (Fatima Pinheiro).....	27
CHANTILY: (Fatima Pinheiro).....	27

CHICO BALANCIADO (Adão).....	28
CUCA SALGADA (Adão).....	28
PUDIM DE ABÓBORA (Adão).....	29
TORTA DE LEGUMES (Adão).....	30
POLPETONE (Niviana).....	30
ROCAMBOLE DE CARNE MOÍDA (Adão).....	31
PÃO DE MILHO .....	32
PÃO DE LUXO.....	33
PÃO INGLÊS.....	33
MONTANHA RUSSA.....	34
ROSCAS ECONÔMICAS.....	34
SONHOS DE RIO PARDO .....	34
SONHOS COM GOIABADA.....	35
BOLO RIOGRANDENSE.....	35
QUINDIM.....	36
BOLINHOS CHININHA.....	36

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Pizza de aniversário.....	17
Figura 2. Ambrosia Tia Elsa.....	18
Figura 3. Caderno de receitas da família Pinheiro (receita da ambrosia).....	18
Figura 4. Biscoitinhos de Passas.....	19
Figura 5. Caderno de receitas da família Pinheiro (receita dos biscoitos). ....	19
Figura 6. Biscoitos Jeca.....	20
Figura 7. Caderno de receitas da família Pinheiro (receita dos biscoitos).....	20
Figura 8. Taça com Sorvete cremoso de chocolate.....	21
Figura 9. Doce de leite da tia Joaquina. ....	22
Figura 10. Broas de polvilho. ....	23
Figura 11. Caderno de receitas - Coruja de Polvilho.....	24
Figura 12. Caderno de receitas da família Leal - Bolo do Céu Tia Nilta.....	25
Figura 13. Caderno centenário, deixado de recordação de avó para neta. ....	32
Figura 14. Caderno de receitas - Cuca Angelica.....	37

## RECEITAS

### CHICA – BOM (SORVETE) (Dinorá)

#### Ingredientes

- 3 copos de leite
- 1 lata de leite condensado
- 3 colheres de sopa de chocolate em pó
- 1 colher de café de maisena

#### Preparo:

Misture o leite condensado ao leite comum e leve a ferver. Engrosse com o chocolate e a maisena dissolvidos em um pouco do leite. Depois de frio leve o creme ao congelador.

### SOBREMESA MAXIMA: (Dinorá)

#### Ingredientes

- 1 lata de creme de leite
- 2 pacotes de suspiros
- 8 colheres de Nescau

#### Preparo:

Mexer bem o Nescau com o creme de leite, sem bater muito para não desandar, acrescentar os suspiros quebrados, colocar em uma travessa uma camada de suspiros e uma do creme alternando.

### BOLO FORMIGUEIRO: (Dinorá)

#### Ingredientes

- 4 ovos
- 2 copos de açúcar
- 1 copo de leite
- 2 copos de farinha de trigo
- 2 colheres de manteiga

1 colher de sopa de Royal

1 pacote de coco

1 pacote de chocolate granulado

**Preparo:**

Bata a manteiga com as gemas e o açúcar. Acrescente os demais ingredientes e por último as claras em neve e o fermento.

**Cobertura:**

Misturar um ovo inteiro, 2 colheres de manteiga, 2 colheres de Nescau, e 2 colheres de açúcar. Bater e colocar no bolo ainda quente.

## **CREME DE LARANJA (Dinorá)**

**Ingredientes**

1 xícara e meia de açúcar

3 xícaras de suco de laranja

2 gemas

4 colheres de sopa de maisena

1 xícara e meia de água

Merengue: 2 claras, 4 colheres de sopa de açúcar e canela em pó.

**Preparo:**

Fazer o suco com 1 xícara de açúcar. Desmanchar a maisena em meia xícara de água e as gemas. Misturar no caldo de laranja, mexer até engrossar. Decore com merengue.

## **ARROZ DOCE (Zulmira)**

**Ingredientes**

2 xícaras de arroz

Açúcar até adoçar

1 litro de leite

3 gemas

Canela

**Preparo:**

Cozinhe o arroz, quando estiver cozido acrescente o leite. Faça uma gemada e coloque no arroz mexendo sempre até misturar bem e polvilhe com canela a gosto.

## **AMBROSIA (Zulmira)**

### **Ingredientes**

2 litros de leite

4 xícaras de açúcar

Suco de 3 limões

4 ovos

Cravo da índia

### **Preparo:**

Colocar o leite a ferver, misturar o suco, o açúcar e os cravos para dar gosto. Deixar ferver até quase secar. Se quiser uma calda mais grossa, colocar mais açúcar.

## **CREME GELADO DE BAUNILHA CROCANTE (Elvira)**

### **Ingredientes**

1 clara

1 lata de creme de leite

4 colheres de açúcar

Baunilha

1 pé de moleque picado

### **Preparo:**

Bata a clara em neve com uma lata de creme de leite. Bata uma gemada com o açúcar. Coloque baunilha a gosto. Misture tudo, coloque em uma forma e leve ao congelador até que fique bem firme. Desenforme e salpique pé de moleque picado.

## **BOLO GELADO: (Elvira)**

### **Ingredientes**

4 ovos

2 xícaras de açúcar

2 xícaras de farinha de trigo

1 xícara de leite

1 colher de sopa de fermento

Calda:

2 xícaras de água

8 colheres de sopa de açúcar, meia lata de leite condensado

**Preparo:**

Bata as gemas, açúcar, farinha, leite. Adicione fermento, as claras em neve. Asse, após quando morno, corte em quadradinhos, umedeça na calda e passe no coco ralado e embrulhe em papel alumínio.

**Preparo da calda:**

Leve ao fogo todos os ingredientes até obter uma calda. Deixe esfriar e passe nos quadradinhos de bolo.

## SORVETE (ANA LUCIA)

**Ingredientes**

2 e meia xícaras de leite

1 lata de leite condensado

5 gemas

**Preparo:**

Colocar tudo no liquidificador e bater, colocar em uma panela para aquecer e não deixar ferver.

5 claras

5 colheres de açúcar

1 lata de creme de leite sem soro

Bater as claras em neve acrescentar o açúcar e o creme de leite, bater um pouco, misturar as duas massas e despejar em forma caramelizada.

## DOCINHO DE ABÓBORA DE FESTA (Venina)

**Ingredientes**

1 abóbora

Açúcar cristal

Coco ralado

**Preparo:**

Cozinhar a abóbora em pedaços pequenos, esmagar bem, torcer em um pano de prato até sair toda a água, colocar em uma panela a abóbora e açúcar cristal na mesma proporção e cozinhe até desgrudar do fundo da panela, como se faz brigadeiro, pode por coco ralado junto,

enrolar e passar no açúcar cristal ou coco.

## **BOLO DE MORANGO (Carmen)**

### **Ingredientes**

Massa pão – de- ló

5 claras

1 pitada de sal

5 gemas

5 colheres de açúcar

5 colheres de maisena peneirada

### **Preparo:**

Bater as claras com o sal em ponto de neve firme. Adicionar as gemas e bater bem. Acrescentar o açúcar aos poucos até a massa ficar com bolhas. Junte delicadamente a maisena, despeje em forma untada de bolo com manteiga e farinha de trigo. Asse em forno quente durante 40 minutos. Diminuir a temperatura e continue assando por mais 15 min.

### **Recheio:**

Suspiro, 12 claras, 36 colheres de açúcar, raspas de limão a gosto e uma pitada de sal. Bater na batedeira até ponto firme, forrar a forma com papel manteiga, assar. Corte o bolo ao meio, sobre a massa, nata com pedaços de morango e disco de suspiro, incluir mais nata e morangos. Enfeitar com nata e morangos.

## **ARROZ DE BACALHAU (Dinorá)**

### **Ingredientes**

2 postas de bacalhau dessalgado

2 xícaras de arroz

Azeite de oliva

4 tomates sem pele

1 cebola grande

Salsa

Sal

Pimenta

**Preparo:**

Desfie o bacalhau. Pique a cebola e doure no azeite junto com um ramo de salsa. Adicione o tomate sem pele, sem sementes, cortado em pedaços. Deixe ferver, introduzir o bacalhau desfiado. Quando a água ferver, introduzir o arroz, temperar com sal e pimenta. Tampar e reduzir o fogo, cozinhar por 20 minutos.

**ALMÔNDEGAS (Dinorá)****Ingredientes**

900g de carne moída magra

6 colheres de sopa de farinha de rosca

1 cebola picada

2 ovos batidos

2 colheres de chá de molho inglês

**Preparo:**

Misture todos os ingredientes, mexendo bem para obter uma massa homogênea, faça bolinhas e arrume em uma forma e leve ao forno para assar até que fiquem douradinhas.



Figura 1. Pizza de aniversário.  
Fonte: Autoras, 2021.

## PIZZA DE ANIVERSÁRIO: (Família Leal)

### Ingredientes

- 3 xícaras de farinha de trigo
- 2 xícaras de leite
- 1 colher de sopa de óleo
- 2 colheres de sopa de fermento em pó
- 1 ovo
- ½ colher de chá de sal

### Preparo:

Misture a farinha, o sal e o fermento em um recipiente. Acrescente o óleo, o leite e o ovo. Misture até formar uma massa homogênea.

Unte uma forma com margarina e enfarinhe. Leve ao forno pré-aquecido 180c e não abra nos primeiros 20 min. Quando estiver dourando em cima, acrescente o recheio de sua preferência e deixe secar.



Figura 2. Ambrosia Tia Elsa.

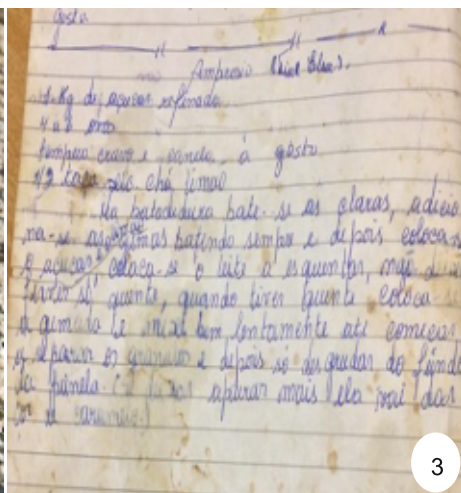


Figura 3. Caderno de receitas da família Pinheiro (receita da ambrosia).

Fonte: Autoras, 2021.

## AMBROSIA TIA ELSA: (Família Pinheiro)

### Ingredientes

1 litro de leite

1 kg de açúcar

4 a 6 ovos

½ xícara de chá de suco de limão

### Preparo:

Na batedeira bate-se as claras, adicione as gemas batendo sempre e depois coloca-se o açúcar e o limão.

Coloque o leite para esquentar não deixe ferver, quando estiver quente adicione a gemada e mexa bem lentamente até começar a separar os grânulos e depois só desgrudar do fundo da panela. (Só deixar apurar mais ela vai dar cor de caramelo).



Figura 4. Biscoitinhos de Passas.

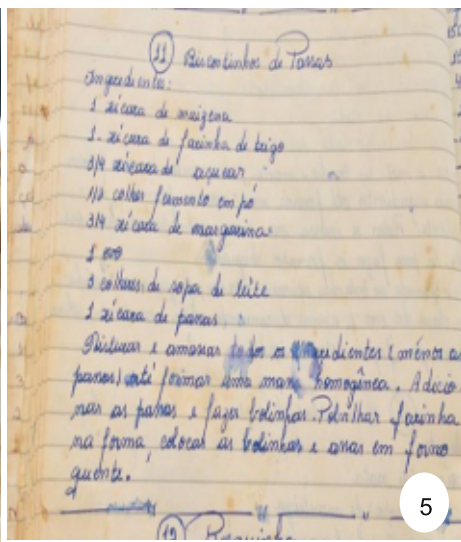


Figura 5. Caderno de receitas da família Pinheiro (receita dos biscoitos).

Fonte: Autoras, 2021.

## BISCOITINHO DE PASSAS: (Fatima Pinheiro)

### Ingredientes

1 xícara de amido de milho

1 xícara de farinha de trigo

$\frac{3}{4}$  xícara de açúcar

$\frac{1}{2}$  colher fermento em pó

$\frac{3}{4}$  xícara de margarina

1 ovo

3 colheres de sopa de leite

1 xícara de passas

### Preparo:

Misturar e amassar todos os ingredientes (menos as passas) até formar uma massa homogênea. Adicione as passas e fazer as bolinhas.

Polvilhar farinha na forma, colocar as bolinhas e assar em forno quente.



Figura 6. Biscoitos Jeca.

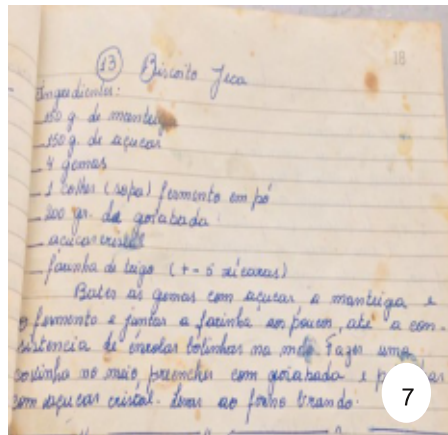


Figura 7. Caderno de receitas da família Pinheiro (receita dos biscoitos).  
Fonte: Autoras, 2021.

## BISCOITO JECA: (Fatima Pinheiro)

### Ingredientes

- 150g de manteiga
- 150g de açúcar
- 4 gemas
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 200g de goiabada
- Açúcar cristal
- Farinha de trigo (+ou- 5 xícaras)

### Preparo:

Bater as gemas com o açúcar, a manteiga e o fermento e juntar a farinha até a consistência de enrolar bolinhas na mão. Fazer uma covinha no meio, preencher com goiabada e polvilhar com açúcar cristal. Levar ao forno brando.



Figura 8. Taça com Sorvete cremoso de chocolate. Fonte: Autoras, 2021.

## **SORVETE CREMOSO DE CHOCOLATE: (Maria da Graça)**

### **Ingredientes**

- 1 caixa de leite condensado
- 1 medida igual ao leite condensado de leite
- 4 gemas
- 4 colheres de sopa de Nescau bem cheia
- 1 caixa de creme de leite

### **Preparo:**

Leve tudo ao fogo mexendo sem parar até engrossar, retire do fogo e coloque o creme de leite e leve para gelar.



Figura 9. Doce de leite da tia Joaquina.  
Fonte: Autoras, 2021.

## **DOCE DE LEITE TIA JOAQUINA: (Família Pinheiro)**

### **Ingredientes**

1 litro de leite

400g de açúcar

1 colher de chá de fermento químico

1 colher de sopa de farinha de trigo

Essência de baunilha a gosto

### **Preparo:**

Coloque o leite sem deixar esquentar demais, coloque os demais ingredientes no leite e mexa até dar o ponto desejado.



Figura 10. Broas de polvilho.  
Fonte: Autoras,2021.

## **BROAS DE POLVILHO: (Fatima Pinheiro)**

### **Ingredientes**

- 2 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 2 xícaras de polvilho doce
- ½ xícara de leite
- ½ xícara de água
- ½ xícara de óleo
- ½ xícara de manteiga
- ½ colher de sopa de amoníaco

### **Preparo:**

Misturar todos os ingredientes sovar bem, se necessário colocar mais polvilho até dar ponto. Modele e leve para assar.

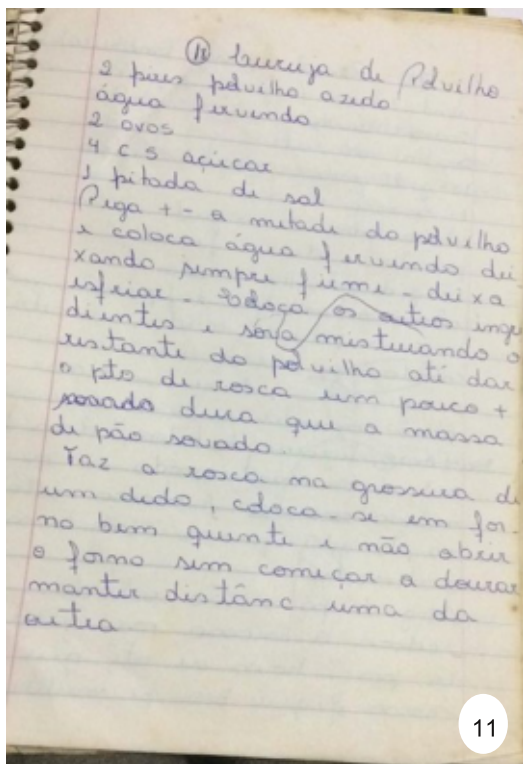


Figura 11. Caderno de receitas - Coruja de Polvilho. Fonte: Autoras, 2021.

## CORUJA DE POLVILHO:(Vó Alfrida)

### Ingredientes

- 2 pires de polvilho azedo
- Água fervendo
- 2 ovos
- 4 colheres de sopa açúcar
- 1 pitada de sal

### Preparo:

Pega-se mais ou menos a metade do polvilho e coloca água fervendo deixando sempre firme, deixe esfriar.

Coloca-se os outros ingredientes e sova misturando o restante do polvilho até dar ponto de rosca, um pouco mais dura que a massa de

pão sovado.

Faz a rosca na grossura de um dedo, coloca-se em forno bem quente e não abrir o forno sem começar a dourar, manter distância uma da outra.

## PÃO SOVADO: (Vó Alfrida)

### Ingredientes

1 colher rasa de fermento de pão

1 copo de água morna

2 ovos

1 colher de sopa de açúcar

4 colheres de sopa de óleo

4 copos de farinha de trigo

### Preparo:

Coloca a metade da farinha, a água e o fermento de maneira que a massa fique mole, bata bem e deixe levedar.

Depois de duplicada, coloque os demais ingredientes e farinha até o ponto de sovar e deixe levedar novamente.

Após modele e deixar levedar novamente e asse.

**\*OBS.** Fazer chá de erva-doce para colocar na massa mole com o fermento.

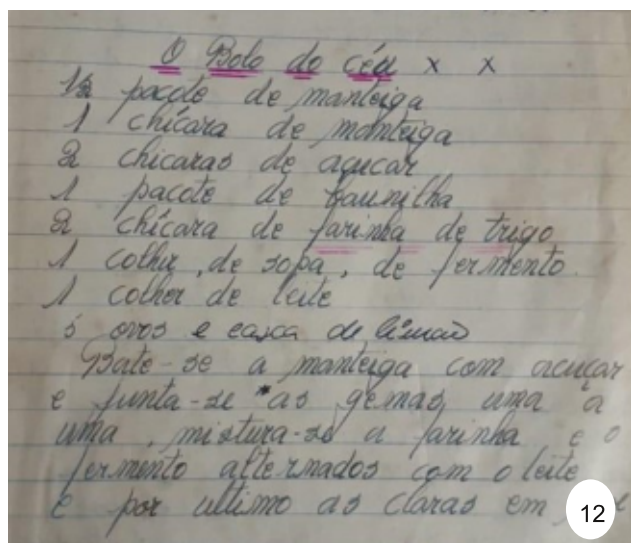


Figura 12. Caderno de receitas da família Leal - Bolo do Céu Tia Nilta. Fonte: Autoras, 2021.

## **BOLO DO CÉU TIA NILTA: (Família Leal)**

### **Ingredientes**

1 ½ xícara de manteiga  
2 xícaras de açúcar  
1 colher de sopa de essência de baunilha  
2 xícaras de farinha de trigo  
1 colher de sopa de fermento  
1 colher de sopa de leite  
5 ovos  
Raspa de limão

### **Preparo:**

Bate-se a manteiga com o açúcar e junte as gemas uma a uma. Mistura -se a farinha e fermento alternados com o leite e por último as claras em neve e coloque para assar.

## **PUDIM DE LEITE TIA JOAQUINA: (Família Pinheiro)**

### **Ingredientes**

1 copo grande de leite  
1 copo grande de açúcar  
1 colher de sopa de farinha de trigo  
6 ovos  
Opcional coco, raspa de limão ou baunilha

### **Preparo:**

Bata tudo no liquidificador, caramelize uma forma e leve para assar em banho maria.

## **ROSCA DE VINAGRE: (Fatima Pinheiro)**

### **Ingredientes**

3 ovos batidos (as claras separadas)  
3 colheres de sopa de óleo  
3 colheres de sopa de vinagre  
1 xícara de açúcar

1 colher de fermento em pó

1 pitada de sal

Farinha até dar ponto

**Preparo:**

Misture todos os ingredientes até o ponto de enrolar. Faça as rosquinhas e frite em óleo quente.

**TORTA DE CHOCOLATE: (Fatima Pinheiro)**

**Ingredientes**

**Recheio**

300g de doce de leite

500g de creme de leite sem soro

40g de chocolate em pó

**Preparo:**

Misture bem e coloque na geladeira para dar consistência.

**Massa**

1 pacote de biscoito de maisena

150g de manteiga

**Preparo:**

Triture os biscoitos e misture a manteiga até formar uma massa.

**Montagem:**

Coloque a massa em forma de fundo removível, depois coloque o recheio e por último “chantily” e raspas de chocolate e coloque na geladeira por 1h e 30min.

**CHANTILY: (Fatima Pinheiro)**

**Ingredientes**

2 xícaras de nata gelada

4 colheres de açúcar de confeiteiro

**Preparo:**

Bata os ingredientes em velocidade baixa até dar ponto.

## CHICO BALANCIADO (Adão)

### Ingredientes

1 ½ xícara de açúcar (para fazer calda do caramelo)

½ xícara (chá) de água

½ lata de leite condensado

2 a 3 colheres (sopa) de açúcar

3 colheres (sopa) amido de milho

4 gemas de ovos

4 claras em neve

1 colher (sopa) açúcar

1 colher de essência de baunilha

### Preparo:

Faça a calda de caramelo deixe dourar o açúcar, junte ½ xícara de água quente e deixe dar uma leve engrossada, unte um refratário com a calda e reserve. Coloque em uma panela o leite condensado, 3 colheres de açúcar, o amido de milho, as gemas peneiradas, e a baunilha, misture tudo e leve ao fogo médio sempre mexendo até engrossar bem. Bata as claras em neve com uma colher de açúcar formando um merengue. Coloque o creme e o merengue na forma já untada com o caramelo, leve ao forno até dourar o merengue.

## CUCA SALGADA (Adão)

### Ingredientes

2 copos de farinha de trigo

3 ovos

½ copo de requeijão

½ copo de óleo

1 copo de leite

3 colheres de queijo ralado

1 colher de fermento em pó

### Recheio:

300g de guisado

Caldo de carne

Cebola

Tomate

Para salpicar:

Farinha de rosca

Queijo ralado

1 colher de margarina

**Preparo:**

**Massa:**

Bata no liquidificador os ovos o leite, o óleo, o requeijão, a farinha de trigo, o queijo ralado, o sal e o fermento em pó.

**Para a farofa:**

Misture, esfarelado com as mãos, a farinha de rosca com o queijo ralado a manteiga. Reserve para polvilhar sobre a massa na montagem.

**Montagem:**

Unte a assadeira com manteiga e polvilhe farinha de rosca. Despeje metade da massa e distribua o recheio, espalhe o requeijão sobre o recheio, despeje o restante da massa e polvilhe com a farofa. Leve ao forno pré-aquecido a 180 C por 30 min.

## **PUDIM DE ABÓBORA (Adão)**

**Ingredientes**

500 gr de abóbora cozida e amassada

2 xícaras de açúcar

2 xícaras de leite

4 ovos

1 colher (sopa) de manteiga

4 colheres (sopa) de maisena

Coco ralado

**Preparo:**

Bater tudo no liquidificador e levar ao forno em banho-maria.

## **TORTA DE LEGUMES (Adão)**

### **Ingredientes**

- 1 lata de milho verde
- 1 lata de ervilha
- 2 tomates picados em cubos
- 1 cebola picada
- 500g de batata cozida em cubinhos
- 2 cenouras cozidas picadas
- 150g de bacon picado
- 300g de salsicha picada
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 6 ovos
- 1 colher de fermento em pó.

### **Preparo:**

Bater a farinha, os ovos e o fermento no liquidificador, assim que a massa estiver pronta adicionar todos os outros ingredientes na massa, colocar a mistura numa forma untada e levar ao forno em 180 c por 45 min.

## **POLPETONE (Niviana)**

### **Ingredientes**

- ½ kg de carne moída
- 1 cebola
- 1 ovo
- 1 pão francês amanhecido ralada
- 2 colheres (sopa) de leite
- 1 batata cozida espremida
- 2 colheres (sopa) de salsinha picada
- Sal
- Pimenta do reino
- 200g de queijo mussarela ralado
- Óleo pra fritar

**Ingredientes para empanar:**

2 xícaras (chá) de farinha de trigo  
3 colheres (sopa) de leite  
2 ovos  
3 xícaras de (chá) de farinha de rosca

**Preparo:**

Em uma vasilha grande misture a carne, a cebola, o ovo, o pão ralado e umedecido no leite, a batata cozida e espremida e a salsinha. Tempere com sal e pimenta do reino. Faça uma bolinha com um pouco da mussarela, amasse na palma da mão, coloque um pouco de mussarela, cubra com outra porção de carne. Feche a lateral com a ponta dos dedos e molde o polpettone. Passe o polpettone na farinha de trigo, na mistura de ovo com leite depois na farinha de rosca. Resfrie antes de fritar. Aqueça o óleo e frite ate dourar. Sirva com molho de tomate.

**ROCAMBOLE DE CARNE MOÍDA (Adão)****Ingredientes**

1 Kg de carne moída  
6 Fatias de bacon  
100g de mussarela  
100g de presunto  
1 envelope de creme de cebola  
½ cebola cortada em rodela  
Sal e tempero a gosto

**Preparo:**

Em um recipiente coloque a carne, junto com o creme de cebola, a cebola ralada, o sal e os temperos a gosto. Misture bem ate ficar bem consistente, na mesa estique o plástico filme e coloque a carne em cima do plástico. Abra bem a carne, depois recheie com a mussarela, presunto, o bacon e cebola. Com a ajuda do plástico filme enrole a carne como um rocambole. Coloque a carne enrolada em uma forma ou marinex untada o fundo com azeite com a emenda para baixo leve para assar por aproximadamente 1 hora ou ate a carne não estiver

mais crua.

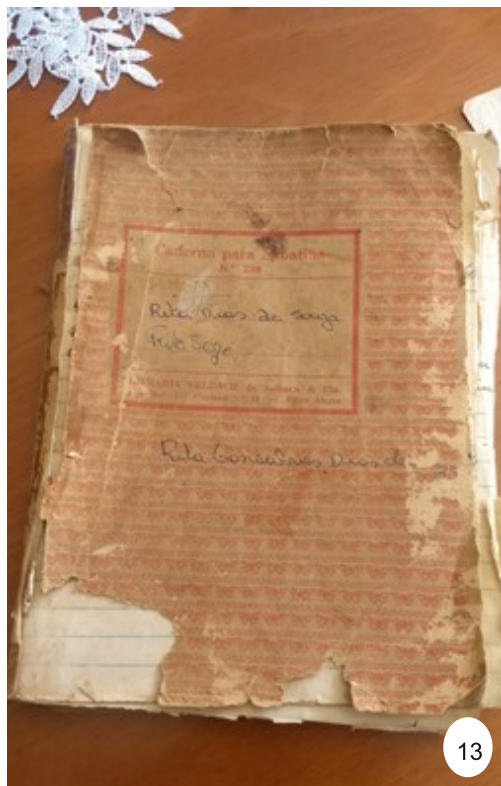


Figura 13. Caderno centenário, deixado de recordação de avó para neta.  
Fonte: Autoras, 2021.

## PÃO DE MILHO

### Ingredientes

½ quilo de farinha de milho

2 colheres de açúcar

2 ovos

2 colheres de banha

½ litro de leite

1 quilo de farinha de trigo

Sal e fermento

### Preparo:

Mistura-se a farinha de milho com a água fervente dando consistência de pirão nem muito duro nem muito mole, quando fria está mistura

reúne-se o fermento e os outros ingredientes bate-se como cuca distribuindo em forma untada e polvilhada com farinha, e leve ao forno até dourar.

## PÃO DE LUXO

### **Ingredientes**

12 ovos  
2 xícaras de açúcar  
1 copo de leite  
2 colheres de manteiga derretida  
2 colheres de banha derretida  
1 colher de sal  
2 colheres de fermento  
Erva doce e canela em pó a gosto  
Farinha de trigo até dar liga

### **Preparo:**

Prepara-se a noite o fermento com 500 gramas de farinha de trigo, no dia seguinte bate-se os ovos como para pão de ló, mistura-se com eles o açúcar depois reuni-se tudo ao fermento colocando farinha de trigo até a massa ficar em consistência de sovar. Sova-se até abrir bolhas, modele os pães e deixe descansar em formas prontas para depois assar até dourar.

## PÃO INGLÊS

### **Ingredientes**

1 quilo de farinha de trigo  
1 colher de sal  
2 colheres de açúcar  
1 colher de banha  
2 ou 3 xícaras de leite  
Um pouco de fermento

### **Preparo:**

Bate-se como cuca, distribui-se em formas untadas com banha e polvilhadas com farinha, deixa-se crescer e leva-se ao forno médio.

## MONTANHA RUSSA

### **Ingredientes**

1 litro de leite  
2 colheres de maisena  
1 colherinha de baunilha  
10 ovos  
200 gramas de ameixa preta  
1 cálice de vinho do porto  
1 pedacinho de canela  
210 gramas de açúcar

### **Preparo:**

Com as ameixas o vinho uma xícara de açúcar, um pouco d'água e cravo prepara-se um doce com calda grossa. Com o restante dos ingredientes prepara-se o creme. Arruma-se em camadas bate-se o merengue e põem em bolinhas e leve para gelar.

## ROSCAS ECONÔMICAS

### **Ingredientes**

2 quilos de farinha de trigo  
4 copos de leite  
4 colheres de sal amoníaco  
12 colheres de açúcar  
4 colheres de manteiga  
8 colheres de banha  
Sal

### **Preparo:**

Sova-se bem, modele em formato de roscas e leva para assar em forno quente.

## SONHOS DE RIO PARDO

### **Ingredientes**

1 garrafa de leite fervido

1 colher de chá de bicarbonato

10 ovos

1 colher de sal das pequenas

1 colher de sopa de manteiga

Farinha de trigo até dar liga

**Preparo:**

Bate-se o bicarbonato na farinha, bata as claras em ponto de neve e em seguida misture as gemas e o restante dos ingredientes. Faça bolinhas, deixe descansar e frite em óleo não muito quente.

## **SONHOS COM GOIABADA**

**Ingredientes**

8 ovos

½ quilo de açúcar

¼ de quilo de manteiga

1 litro de leite

2 colheres de fermento

Farinha de trigo até dar liga

Sal

**Preparo:**

Junte todos os ingredientes, sove bem a massa, faça bolinhas e frite em óleo não muito quente. Recheie com cubos de goiabada.

## **BOLO RIOGRANDENSE**

**Ingredientes**

4 ovos

3 xícaras de açúcar

3 xícaras de farinha de trigo

3 xícaras de maisena

1 xícara de leite

1 colher de fermento royal

1 xícara de manteiga

**Preparo:**

Bate-se a manteiga com o açúcar, junta-se os ovos a farinha e o fermento peneirados, mexendo sempre e acrescenta por último o leite. Despeje em uma forma untada e polvilhada com açúcar e leve ao forno quente médio até dourar.

**QUINDIM****Ingredientes**

20 gemas

1 coco

1 xícara de manteiga

½ quilo de açúcar

**Preparo:**

Mistura-se o açúcar com as gemas e depois os demais ingredientes. Distribua em forminhas de louça untadas com manteiga e leva-se ao forno para assar em banho maria.

**BOLINHOS CHININHA****Ingredientes**

2 xícaras de farinha de trigo

1 xícara de araruta

2 colheres de royal

1 colher de chá de sal

1 xícara de açúcar

6 colheres de sopa de manteiga

¾ xícara de leite

2 ovos

**Preparo:**

Junta-se todos os ingredientes e frite em banha.

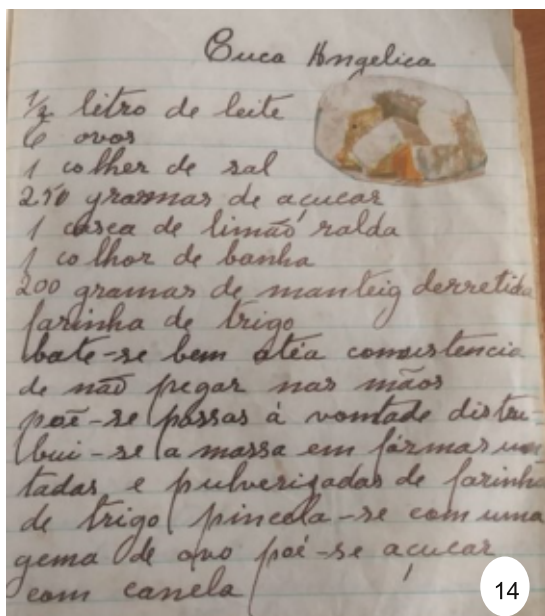


Figura 14. Caderno de receitas - Cuca Angelica. Fonte: Autoras, 2021.





M  
I  
S  
S  
Ã  
O

Produzir e socializar o conhecimento para a formação de sujeitos socialmente responsáveis que contribuam para o desenvolvimento global.

