



KUKI BUKI

LIVRO DE RECEITAS AKEA 2023

RECEITAS QUE CONTAM HISTÓRIAS







*“Cozinhar é
simultaneamente uma
brincadeira de crianças
e um prazer de adultos.
Cozinhar com zelo
é um ato de amor.”*

Craig Claiborne

ESTE LIVRO É DEDICADO À FAMÍLIA

Neste ano em que o Colégio Koelle completa 140 anos de existência, a nossa Associação de Ex-Alunos (AKEA), em parceria com a escola e alguns de nossos colaboradores, decidiu fazer uma nova edição, em formato inédito, do Kuki Buki. Este livro traz receitas da época do internato, que remetem a memórias afetivas, a exemplo do pão com goiabada, bem como outras, fruto de contribuições de ex-alunos, familiares e amigos de ex-alunos do Colégio Koelle.

As receitas coletadas neste pequeno volume, são extremamente práticas (algumas delas de elaboração um pouco mais complexa), cuja finalidade é auxiliar a família moderna, sempre muito atarefada, que dispõe de pouco tempo para se dedicar à cozinha, e algumas vezes, tem pouco tempo para praticar o prazer de cozinhar.

Registramos aqui uma homenagem aos membros da terceira geração, Theodoro

Paulo Koelle, Gunar Wilhelm Koelle (in memoriam) e Ingo Roberto Koelle. Grandes entusiastas da literatura e membros atuantes da AKEA, eles marcaram presença diária na escola por décadas. Sempre atuando com muita competência, dedicação aos funcionários e professores e carinho para com os alunos, eles deixaram um legado que estará eternamente na lembrança de toda a nossa comunidade escolar. Registramos neste espaço as fotos de Theodoro e Gunar como uma singela forma singela de homenagem.

Agradecemos a todos que contribuíram com as receitas apresentadas neste livro, bem como aos que colaboraram para a sua realização, em especial à diretoria da AKEA - Associação Koelle de Ex-Alunos e a todos os demais membros da associação, que mantêm vivas as tradições e histórias vivenciadas no Colégio Koelle.



DIRETORIA DA AKEACB | Associação Koelle de Ex-Alunos - Cultural e Beneficente | Biênio 2022/2023

Presidente	Luiz Carlos Lauriano Jardim
Vice-Presidente	Nilson Jesus Rosa
1º Tesoureiro	Theodoro Alberto Koelle
2º Tesoureiro	Maria Beatriz Koelle
1º Secretário	Fabiane Parente Teixeira Martins
2º Secretário	Larissa Koelle



Registramos aqui uma homenagem aos membros da terceira geração do Colégio, Theodoro Paulo Koelle e Gunar Wilhelm Koelle (in Memoriam) e Ingo Roberto Koelle.





Bate o sino
**HORA
DA
FELICIDADE**

A TÃO ESPERADA HORA DA REFEIÇÃO
ERA AVISADA PELO SOAR DO SINO QUE
FICAVA À ENTRADA DO REFEITÓRIO.
O SINO ENCONTRA-SE EXPOSTO NO
MUSEU THEODOR KÖLLE.

"Komm Herr Jesus,
sei unser Gast
und segne alles
was Du uns bescheret hast".

Tradução:
"Vem Senhor Jesus,
seja nosso convidado
e abençoe tudo.
o que o Senhor nos ofertou".





O delicioso pão caseiro era servido com goiabada aos alunos do Colégio Koelle na época do internato. Aos domingos, servia-se o pão de leite comprado na Padaria Alemã. Segundo relatos do Sr Luíz Jardim, muitas vezes um aluno externo pedia para trocar de lanche com um interno, a fim de provar o pão com goiabada servido pelo Colégio.





Acima, Professor Theodoro durante um almoço no refeitório do Colégio Koelle. Abaixo, sala dos professores



Da esquerda para a direita, Dona Hertha, Dona Augusta, Dona Christina, Dona Lydia e Dona Emma.



**"Komm Herr Jesus,
sei unser Gast
und segne alles
was Du uns bescheret hast".**

**Tradução:
"Vem Senhor Jesus,
seja nosso convidado
e abençoe tudo.
o que o Senhor nos ofertou".**

Antes das refeições, após o soar da campainha que ficava sobre a mesa, um dos diretores fazia a oração acima.



**AO FINAL DAS REFEIÇÕES UM
ALUNO ERA ESCOLHIDO PARA
FAZER A SEGUINTE ORAÇÃO:**

**"Lieber Gott, für Speis'
und Trank, sagen wir Dir
Lob und Dank"**

**Tradução:
"Pela comida e bebida, querido
Deus, nós Lhe agradecemos"**



Para acompanhar o pão, era servido um leite com chocolate no refeitório do Colégio.

SUMÁRIO

Apresentação	3	Spaghetti alla carbonara	37
Diretoria AKEA	4	Tagliatelle al pesto	37
Expressões usadas em cozinha	12	Tagliatelle all'óstrica	38
Os temperos e suas aplicações	14	Massa para esfiha ou para pão	38
Pão Koelle	20	Pizza de panela de pressão	39
Ovo frito	22	Pão Sueco	39
Ovos à Regina	22	Arroz da Mama	40
Patê de camarão	23	Filés de pescada recheados	40
Alichella	23	Molho brodo de peixe	41
Patê de Atum	24	Moqueca de peixe	41
Sardella romana	24	Mousse de atum	42
Patê indiano	25	Camarão à brasileira	42
Patê de fígado de galinha (sem gordura)	25	Bobó de camarão	43
Ricota fresca	26	Camarão à Klaerner	43
Frango com laranja	26	Peixe com papaia	44
Frango com manga	27	Pescada húngara	44
Caldo de carne ou galinha	27	Bacalhau ao forno no coco	45
Molho Bisca	28	Sopa de creme de palmito	46
Molho Madeira	28	Sopa de beterraba	46
Molho Manteiga	29	Sopa de queijo	47
Molho Roti	29	Caldo verde	47
Molho para cachorro-quente	30	Sopa de alho-poró	48
Molho de pimenta	31	Sopa de cenoura	48
Creme azedo	31	Sopa de queijo do Toninho	49
Coalhada árabe	31	Sopa econômica	49
O uso das carnes bovinas	32	Sopa de couve-flor	50
Filé a la Scola	32	Torta turca de cebola	50
Bolinhos de carne	33	Torta de queijo	51
Fondue Bourguignonne	34	Suflê de cenoura	51
Bolo de Carne	35	Bolão de batata	52
Gulasch	35	Farofa de arroz	52
Básico para o cozimento de massas	36	Polenta gratinada com champignon	53
Pizza enrolada	36	Moussaka	53



Lasanha de abobrinha	54	Beijo de caboclo	70
Panqueca de batata com purê de maçã	55	Pavê diplomata	70
Ratatouille	56	Mamão diferente	71
Purê recheado	56	Torta chiffon de damasco	71
Salada coleslaw	57	Drinks e cocktails (o que são)	72
Salada de berinjela	57	Drink pluma	72
Mousse de gorgonzola	57	Batida de jabuticaba	72
Salada crocante	58	Licor de figo	72
Chucrute original	58	Forró	73
Salada de camarão com abacate	59	Xixi de anjo	73
Alho em conserva	59	Refresco rosado	73
Conserva de cebola	60	Batida de goiaba	73
Biscoitos de anis	60	Viuvinha	73
Biscoitos de ovos	61	Licor de jabuticaba	73
Biscoitos amaretti	61	Dicas	74
Broinha de fubá	62		
Bolo de cenoura	62		
Cake de café	63		
Bolo Romeu e Julieta	63		
Bolo úmido	64		
Torta divina de maçã	64		
Bolo rápido de chocolate	65		
Bolo de milho	65		
Bolo da fortuna	66		
Bolo de maçã	66		
Scheiderhaufen (sobremesa austríaca)	67		
Doce de abóbora fácil	67		
Frutas ao forno	67		
Gelatina de abacaxi	68		
Mousse de coco rápida	68		
Tiramisu	68		
Mousse de menta	69		
Strogonoff de morangos	69		





**ALGUMAS
EXPRESSOES
USADAS**

NA COZINHA

Colaboração de: Sigurd Riether

CALDA EM PONTO DE FIO: Para se saber se a calda está em ponto de fio, coloque um pouco de calda em um prato e espere esfriar um pouco. Depois, com as pontas dos dedos, aperte e puxe. Deverá se formar um fio que não se desmancha.

PONTO DE BALA MOLE: Ponto de bala mole é o ponto em que uma pequena quantidade de calda forma uma bolinha quando resfriada em água.

APURAR: Apurar é ferver um alimento, evaporando o líquido nele contido para reduzir o seu volume e concentrar o seu sabor.

BANHO-MARIA: É o nome dado ao processo de aquecer ou cozinhar lentamente qualquer ingrediente, mergulhando em água fervente o recipiente que o contém.

BESUNTAR: Besuntar consiste em pincelar com algum tipo de gordura um alimento que está sendo assado ou grelhado, para que não fique ressecado.

CURTIR: É fazer com que o alimento tome fortemente o sabor de um molho ou bebida alcoólica. A carne, por exemplo, pode ser curtida em vinha-d'alhos e as pêras em aguardente.

DEMOLHAR: Demolhar ou deixar em demolho é manter o alimento em água, durante um tempo, para amolecer ou perder o excesso de sal.

ESCALDAR: Escaldar é despejar um líquido fervente sobre um alimento ou ainda mergulhá-lo em água fervente por alguns instantes.

FLAMBAR: É a técnica que consiste em colocar uma bebida alcoólica (cachaça, rum, whisky) em uma concha de metal de cabo longo, aquecê-la diretamente no fogo e despejá-la em chamas sobre os ingredientes do prato ou preparação culinária.

GRATINAR: É tostar a superfície de um prato levando-o ao forno, depois de coberto com molho branco e polvilhado com queijo ralado.

MACERAR: É deixar um alimento dentro de um molho ou tempero para que tome gosto e amoleça suas fibras.

MARINAR: É deixar um alimento de molho em uma mistura de temperos durante várias horas, ou até dias, para tomar gosto.

PONTO DE QUEBRAR: É quando uma pequena porção de calda, ao ser colocada em água fria, forma uma bala dura.

REFOGAR: Refogar é fritar alimentos em pouca gordura até que fiquem ligeiramente macios.

SOVAR: Sovar consiste em bater vigorosamente uma massa, com as duas mãos, até que a massa forme bolhas.

UNTAR: Untar é passar manteiga, margarina ou óleo em formas ou superfícies de trabalho.

VINHA D'ALHOS: É uma mistura feita de vinho seco, alho, louro, cebolinha verde, salsa, pimenta-do-reino e cebola espetada com cravos, usada para deixar de molho aves, peixes e carnes.



TEMPEROS

E SUAS APLICAÇÕES



Colaboração de: Sigurd Riether

Se queremos enfatizar o sabor dos nossos pratos, utilizamos os temperos (especiarias ou condimentos), que são derivados de raízes, sementes, frutas silvestres, folhas, cascas de árvores. Usá-los corretamente fará você realçar o sabor de seus pratos, não correndo o risco de misturar muitos condimentos num só prato, pois eles podem anular-se mutuamente. Caso você ainda não os conheça muito bem, use-os em quantidades pequenas, até descobrir, pela prática, a sua proporção ideal.



AÇAFRÃO VERDADEIRO - *crocus sativus*. É uma iridaceae de origem mediterrânea. Das flores, de cor lilás, violeta ou branca, erguem-se longos estigmas, com formato de trompa, alaranjados que, secos, são utilizados como tempero e corante para vários pratos da cozinha mediterrânea. É um ingrediente tradicional da paella valenciana, prato típico da cozinha espanhola à base de frutos do mar, peixes, aves e porco, do risoto milanês e da bouillabaisse francesa.

AIPO - *apium graveolens*, Da família das umbelíferas, de origem eu-

ISTO FAZ PARTE DA HISTÓRIA:

Pedro Álvares Cabral, após o descobrimento do Brasil, em 1500, foi ao oriente para submeter o Samorim de Calecute. Em Calecute estabeleceu uma feitoria, mas como os comerciantes mouros reagiram mal, escondendo suas mercadorias e contrabandeando-as para outros locais, bombardeou a cidade e queimou-lhes os barcos. E isso tudo, só por causa das especiarias.

ropeia, mais conhecida entre nós como salsão. Seus talos, brancos e macios, entram na composição de saladas e entradas. As folhas são indispensáveis no tempero de certas sopas, ensopados de carne e molhos.

ALCAPARRA - *capparis spinosa*. Da família capparidaceae. É originária da Europa mediterrânea. Suas flores ainda não abertas (botões), de sabor forte, são utilizadas como condimento em vários pratos e saladas e dão sabor especial aos peixes.

TEMPEROS

ALECRIM - *rosmarinus officinalis*.

Da família Labiadas, rico em tanino e de forte fragrância. Suas folhas, finas e escuras, têm aplicações na culinária desde tempos remotos, particularmente para frangos e carnes grelhados, guisados e assados. É indispensável na preparação de pratos da cozinha portuguesa.

ALFAVACA - *ocimum basilicum*.

É uma labiada também chamada de basilíco grande ou manjericao de folhas grandes. É originária das Américas. Indispensável na composição de molhos com base no tomate.

ALHO - *allium sativum*.

Uma liliácea conhecida praticamente em todo o mundo. Na culinária entra numa infinidade de pratos, cru, frito, ou misturado com outras ervas. Junto com o vinho, forma a base da vinha d'alhos, onde se curtem carnes, aves e peixes antes de irem para o fogo. Não é recomendado para molhos suaves.

ALHO PORÓ - *Allium porrum*.

Da família das liliáceas. Hortalíça de origem europeia. Pode-se consumir o miolo branco e tenro, cru. É um ótimo condimento para sopas e alguns tipos de molhos.

ANIS - *pimpinella anisum*.

Da família das umbelíferas. Originária do Oriente Médio, é mais conhecida entre nós como erva-doce. Além de largamente utilizada na culinária, para aromatizar doces e salgados, é a base para fabricação de licores dos mais consumidos na Europa, como a sambuca, o pernod, anisete, arak, etc. Indispensável no caipiríssimo bolo de fubá.

AZEITONA - *olea europaea*,

Oleácea oriunda do Oriente Médio, tem uma vinculação muito estreita com a civilização mediterrânea. Considerada símbolo da paz

e da saúde, seus frutos são consumidos em estado natural ou em conserva. Entram na composição de muitos pratos, molhos e antepastos. Espremidos, fornecem o óleo de oliva, o mais saudável de todos os óleos comestíveis.

SAUNILFEA - Diversas espécies de orquídeas do gênero vanilla. A fava e essência são largamente empregadas para condimentar doces e bolos.

CANELA - *cinnamomum zeylanicum*.

Da família das lauráceas, originária do Sri Lanka, bastante difundida na Europa e de grande aceitação no Brasil e na culinária se usa em compotas, ponches, bolos, para aromatizar doces, como arroz-doce e curau, em biscoitos, cremes, etc. É maravilhosa sobre banana cozida. Dá um toque oriental e misterioso mesclado no tempero de carne de carneiro ou cabrito.

CEBOLA - *Allium cepa*.

É uma liliácea originária do Oriente, hoje cultivada praticamente em todo o mundo. Poucos temperos são tão utilizados na cozinha como a cebola. No Brasil são cultivadas as cebolas brancas, mais suaves, e as roxas, mais fortes e picantes. Indispensável nas saladas ou para dar consistência a certos molhos.

CEBOLINHA - *Allium fistulosum*.

É uma liliácea introduzida no Brasil pelos portugueses, parte integrante do famoso cheiro verde, dá sabor a molhos e frutos do mar, omeletes e saladas.

CENOURA - *daucus carota*.

Da família Umbelíferas, é cultivada na Europa há mais de 2 mil anos. Pode-se comê-la crua ou cozida. Dá um toque especial, utilizada como tempero para carnes e molhos de tomate.



TEMPEROS

CHILLI - Mistura de pimenta ardida, páprica, cominho, cravo, alho e orégano. Usado em carnes, peixes e legumes. Deve ser usado com cautela.

COENTRO - coriandrum sativum - Da família das umbelíferas, originário da Ásia Central, introduzido no Brasil pelos colonizadores, suas folhas e sementes são largamente utilizadas na culinária. As folhas são indispensáveis na cozinha baiana e na preparação de ensopados de peixe por praticamente todo o litoral brasileiro. A semente dá um toque inigualável à carne.

COLORAU - Vide Urucum Cominho (Kummel) - cominum cyminum. É uma umbelífera originária da Ásia, base do curry, uma tradicional mistura de temperos da Índia. Suas sementes, inteiras ou moídas, são largamente utilizadas no tempero de carnes, queijos, pães, linguiças e na fabricação da bebida Kummel.

CRAVO-DA-ÍNDIA - eugenia aromatica. Da família das mirtáceas, largamente utilizado na culinária no preparo de doces e salgados. Foi através de especiarias como essa que Vasco da Gama abriu a rota marítima para as Índias no século XV.

CURCUMA - De cor amarela, é muito utilizado no lugar do açafrão (bem mais barato).

MASSALA - É uma mistura de ervas e sementes que formam um tempero tipicamente indiano. Leva cravo-da-índia, gengibre, cardamomo, mostarda, pimenta vermelha, açafrão.

DENDÊ - elaeis guineensis, Da família das palmáceas, de origem africana, cultivada em toda a América tropical. Da polpa e da amêndoa do fruto extrai-se a frio o

azeite de dendê que entra na composição da maioria dos pratos da culinária baiana.

ERVA DOCE - Mesmo emprego do anis.

ESTRAGÃO - artemisia dacunulos. Da família das compostas, originária da Sibéria, é utilizada em saladas e molhos e como tempero para carnes, peixes, frangos e ovos. É a alma do molho béarnaise.

GENGIBRE - zingiber officinalis. Uma zingiberácea oriunda do sudoeste da Ásia é cultivada há milênios pelos povos orientais. Confúcio já louvava suas virtudes. Usa-se para fazer um tipo de cerveja e para aromatizar destilados. É o tempero básico do nosso quentão caipira. Na cozinha, acrescenta frescor e aroma a peixes, carnes e molhos. Entra também na composição da massala.

GERGELIM - sesamum indicum. É uma pedaliácea natural da China e Índia, também conhecido como sésamo. As cápsulas de suas flores, quando maduras, se abrem e liberam as pequeninas e lustrosas sementes. Pode-se consumi-las cruas ou levemente tostadas, com sabor mais forte, no tempero de saladas, queijos, ensopados de peixes, aves ou carnes. Dá um sabor especial quando acrescentada ao arroz integral já cozido. Moído, faz-se o tahine, pasta tempero usada em países árabes.

HORTELÃ - mentha piperita. Da família das labiadas, são vários os tipos e híbridos de hortelã. Originária do Oriente, adaptou-se na Europa antes mesmo da civilização romana. Seu óleo, o mentol, é largamente utilizado na indústria farmacêutica e também na fabricação de confeitos e licores. As folhas são indispensáveis no tempero de carneiro, cabrito e quibe.



TEMPEROS

LIMÃO - citrus limonum.

Da família das brutáceas. Substitui com vantagem o vinagre nas saladas e é ótimo no tempero de peixes e carne de porco. Entra no preparo de inúmeros doces nos quais se usa, além do suco, a casca ralada.

LOURO - laurus nobilis.

Uma das mais comuns das lauráceas, nativo e cultivado largamente na Europa Mediterrânea. A Grécia antiga coroava seus heróis com uma coroa de suas folhas. Na culinária é indispensável no tempero do feijão. Entra na composição da vinha-d'alhos e no tempero de carnes, peixes, etc.

MANJERICÃO - ocimum basilicum.

É uma labiada de folhas pequenas. É originária da Ásia e cultivada desde tempos antigos na Europa mediterrânea. Indispensável na composição de molhos com base no tomate.

MANJERONA - Origanum majorana.

Originária do Oriente, trazida ao Brasil pela imigração italiana. É muito parecida ao orégano de sabor mais suave. Serve para condimentar carnes e peixes, assados ou cozidos. Combinado com tomilho dá um bom sabor e aroma às saladas.

MENTA - Ver hortelã

MOSTARDA - Brassica alba e brassica nigra.

Da família das crucíferas nas variedades branca, sabor mais suave, e negra, sabor mais forte e picante. Com o pó das sementes moídas, mesclado com açafrão e/ou outras ervas, se prepara um condimento com vinagre muito apreciado e ideal para acompanhamento de salsichas. O pó serve para mesclar em temperos para saladas e cozidos. Da mostarda branca também se comem as folhas refogadas.

NOZ-MOSCADA - myristica fragans.

Uma miristicácea originária do Oriente, produz frutos carnosos como pêssegos que alojam uma semente ovalada que, seca, é largamente utilizada na culinária. De odor e sabor fortes e ligeiramente picante, utiliza-se o pó da semente para aromatizar molhos, purês, assados e ensopados.

ORÉGANO - origanum vulgare.

Uma das labiadas, de aroma intenso, é das ervas trazidas do Mediterrâneo a mais consumida no Brasil. Está estreitamente vinculado às pizzas. Indispensável na vinha d'alhos e nos assados de caçarola e sopas. Combina de maneira indescritível com o tomate. É muito empregado em saladas, massas e pizzas.

PAPOULA - As sementes podem ser azul-acinzentadas ou brancas, sendo as escuras usadas na decoração em pães e bolos, e as brancas na cozinha indiana, principalmente em curries.

PÁPRICA - capsicum annum,

Com o pimentão vermelho, uma solanácea de origem asiática largamente cultivada em todo o mundo, prepara-se a páprica, muito utilizada em pratos de origem húngara e espanhola.

PIMENTA-DO-REINO - piper nigrum.

É a mais consumida das piperáceas, também conhecida como pimenta negra. Originária da Índia, cultivada em todo o mundo tropical. Seus frutos devem ser secados natural ou artificialmente para serem consumidos como temperos inteiros ou moídos. Pode entrar na composição de quase todos os pratos.



TEMPEROS

PIMENTA DEDO-DE-MOÇA - capsicum elegans.

Há uma enorme variedade de pimentas, originárias de várias partes do mundo e muitas híbridas. A dedo-de-moça é a mais consumida entre nós. Seca e moída é conhecida como calabresa. Pode entrar na composição de quase todos os pratos de origem italiana.

PIMENTA MALAGUETA - capsicum frutescens.

Originária da Índia, é cultivada em todo o mundo tropical. Os frutos, pequenos, vermelhos quando maduros, têm sabor e aromas fortes e bastante picantes. Serve para condimentar uma grande variedade de pratos. Indispensável na culinária baiana.

PIMENTA-DA-JAMAICA - pimenta officinalis.

Oriunda das ilhas caribenhas e do México, teve grande aceitação na Europa. Os frutos devem ser recolhidos verdes e secos ao sol. No interior, tem duas sementes que, inteiras ou moídas, dão um sabor especial às conservas e servem para temperar carnes e mariscos. Também conhecida como pimenta síria, é bastante utilizada na cozinha do Oriente e do Mediterrâneo.

RAIZ FORTE - cochlearia armorácea.

É uma crucífera originária da Ásia; adicionada a vários pratos confere sabor particularmente picante. Muito usada na culinária japonesa, em peixes, frango cozido e carne de porco.

SALSA - petroselinum sativum.

Umbelífera mais conhecida como salsinha, nativa na Europa e na Ásia, é cultivada e consumida no mundo inteiro. Utilizada

como tempero em uma infinidade de pratos. O ideal é consumi-la crua, espalhada sobre saladas ou qualquer outro prato. Misturada com alho, pimenta negra e manteiga, torna os frutos do mar incomparáveis.

SALSÃO - Ver aipo

SÁLVIA - salvia officinalis.

Família das labiadas, oriunda da Europa mediterrânea. Gregos e romanos acreditavam que a planta poderia curar todas as doenças. Usa-se moderadamente nos temperos para carnes. Integra a vinha-d'alhos.

TOMILHO - thimus vulgaris.

Também conhecido como Timo, da família das labiadas. Emprega-se para aromatizar conservas e temperar carnes, principalmente quando cozidas no vinho. Bom para sopas e molhos.

URUCUM - bixa orellana.

Família das bixáceas. Os frutos encapsulam sementes cobertas de uma massa vermelha. Largamente utilizadas pelas populações nativas para pintar a pele e tingir tecidos. Tem largo uso na indústria alimentícia como corante. O pó da semente, também conhecido como colorau, é usado para dar cor avermelhada aos pratos e conservas.

VINAGRE - Obtido pela fermentação do

vinho branco ou tinto, é a base da vinha d'alhos. É largamente empregado para temperar saladas. O vinagre pode ser aromatizado com ervas e envelhecido. Também se faz vinagre de maçã e arroz.

ZIMBRO - Devido a seu forte sabor, alguns poucos bagos são suficientes para enriquecer pratos a base de porco, carneiro e repolho.





PÃO KOELLE





PÃO KOELLE

(RECEITA ORIGINAL DOS ANOS 50, OBTIDA NA ÉPOCA JUNTO À COZINHA DO KOELLE)

Colaboração: Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 1Kg de farinha de trigo
- 2 tabletes de Fermento Fleischmann
- 1 colher (chá) de açúcar
- Sal a gosto (não muito)
- 2 copos de água morna
- Um pouco mais de meio copo de óleo
- Nata de leite

MODO DE PREPARAR

Dissolva o fermento em água morna junto com o açúcar.

Depois misture tudo até que a massa fique lisa.

Deixe descansar e crescer durante meia hora.

Sove novamente e deixe crescer mais meia hora.

Assar em forno quente durante uma hora.

Obs.: Observe bem o tempo de crescimento. Rio Claro é bem quente e a cozinha era mais quente ainda, devido às panelas de pressão enormes lá existentes, além dos fogões. Em outras regiões talvez se necessite de mais tempo para o crescimento. E, se não tiver a nata (que tiravam do leite fervido que nos serviam), coloque um pouco de manteiga ou equivalente. Ainda, recomendo untar a forma e passar um pouco de farinha. A qualidade do óleo que você estiver usando influirá bastante no gosto do pão.





OVO FRITO (Ninguém nasceu sabendo)

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- Para o preparo de ovos fritos ser uniforme, e a parte superior dos ovos ficar pronta ao mesmo tempo que a inferior, deve-se tampar a frigideira para distribuir melhor o calor.
- Os ovos deverão ser fritos em, no máximo, 2 de cada vez, em gordura morna (fogo baixo), para que não queime ou altere o sabor. O sal deve ser colocado assim que os ovos forem retirados da frigideira.

MODO DE PREPARAR

Aqueça óleo, manteiga ou azeite, o suficiente para recobrir o fundo da frigideira.

Coloque os ovos e tampe a frigideira a fim de repartir o calor e os ovos fritarem por igual.

Destampe após 2 minutos. As claras deverão estar firmes e as gemas líquidas e brilhantes. Retire do fogo e passe para uma travessa. Tempere com sal e pimenta. Sirva a seguir.



OVOS À REGINA (sandwiches)

Colaboração de: Marion Müller



INGREDIENTES

- 1 pão de forma cortado em sentido horizontal
- 150g de presunto picado
- 150g de muçarela
- 4 colheres (sopa) de queijo ralado
- 1/2 litro de leite
- 1 vidro de maionese pequeno
- 4 ovos inteiros
- Cheiro verde, sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARAR

Bater os seguintes ingredientes no liquidificador: queijo ralado, leite, ovos, maionese, cheiro verde, sal e pimenta a gosto.

Forrar uma travessa refratária com fatias de pão e regar com o creme.

Colocar muçarela e presunto, novamente o pão e assim sucessivamente, até o final.

A última camada, depois de regar o pão, deverá ser de presunto, muçarela e o creme.

Assar em forno, em temperatura média e servir quente.



PATÊ DE CAMARÃO

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 500g de camarão sete barbas limpo
- 1 tomate sem pele
- 1 colher (sopa) de mostarda
- 2 colheres (sopa) bem cheias de maionese
- Salsa
- Caldo de um limão
- Sal
- Azeite
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho amassados

MODO DE PREPARAR

Em uma panela refogue a cebola e o alho no azeite.
 Junte os tomates sem pele e os camarões.
 Deixe cozinhar por 3 minutos.
 Retire do fogo e deixe esfriar.
 Junte a salsinha, o limão e o sal e bata no liquidificador.
 Misture a mostarda e a maionese e sirva com torradas.



ALICHELLA

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de azeite
- 3 dentes de alho
- 120g de aliche bom
- 1 ½ xícara (chá) de salsinha picada
- 1 colher (sopa) de orégano
- 1 folha de louro
- 1/2 xícara (chá) de azeitonas verdes picadas

MODO DE PREPARAR

Refogar o alho no azeite.
 Juntar a salsa, o louro e o aliche.
 Deixar cozinhar por 2 minutos.
 Juntar o orégano, as azeitonas e o azeite e deixar cozinhar por mais 5 minutos.





PATÊ DE ATUM

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 1 lata de atum (de preferência sem óleo)
- 1/2 cebola pequena picada
- 1 colher (sobremesa) de mostarda
- Azeite a gosto
- 1 colher (chá) de molho inglês ou molho de soja
- 2 a 3 colheres (sopa) de maionese
- Sal a gosto

MODO DE PREPARAR

Amassar bem o atum. Misturar com a mostarda, cebola, molho inglês (ou soja), sal, azeite a gosto e maionese até formar uma pasta.



SARDELLA ROMANA

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 4 pimentões vermelhos em rodelas
- 1/4 xícara (chá) de azeite
- 100g de aliche no óleo
- 3 dentes de alho
- 1 colher (sopa) de orégano
- 1 colher (sobremesa) de erva doce
- 1 colher (chá) de pimenta calabresa

MODO DE PREPARAR

Doure o alho no óleo. Junte o pimentão e deixe refogar por 10 minutos. Bata o restante dos ingredientes no liquidificador e volte ao fogo até desgrudar da panela, mexendo sempre.





PATÊ INDIANO

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1 cebola picada
- 1 pimentão picado
- 1 maço de coentro, lavado e sem o caule
- 2 dentes de alho
- 1/2 colher (chá) de cominho
- 1/2 colher (chá) de chilli ou pimenta vermelha em pó
- Suco de 2 ou 3 limões
- 1 colher (sopa) de coco ralado

MODO DE PREPARAR

Misture tudo no liquidificador e sirva sobre torradas finas.



PATÊ DE FÍGADO DE GALINHA (SEM GORDURA)

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- ½ kg de fígado de galinha fresquinho e consistente (limpar bem, pois se ficar um pouco de bÍlis, tchau todo o patê)
- 4 cebolas grandes picadas, das boas, pois se estiver estragada ou com gosto diferente no meio, tchau também
- 200 g de margarina
- 1 colher (sopa) de tempero completo
- 1 pacote de gelatina sem sabor e sem cor
- 1/2 a uma lata de creme de leite (opcional)

MODO DE PREPARAR

Em panela grande, cozinhar tudo junto, exceto a gelatina, que deve ser preparada à parte, dissolvida em 5 colheres (sopa) de água fria. O tempero, colocar mais no final do cozimento. O fígado e a cebola juntam muita água, portanto, praticamente impossível fritar.

Após o cozimento, deixar amornar e bater em liquidificador, até ficar uma massa. Coloque aos poucos, pois a massa fica meio grossa.

Ainda quente, juntar a gelatina após tirar a massa do liquidificador, misturando bem.

Após esfriar, para não talhar, adicionar opcionalmente o creme de leite, para deixar o patê mais cremoso.

Atenção: Como não há conservantes (e nem gordura de porco), colocamos a massa em pequenos potes tampados no freezer (eu uso aqueles copinhos plásticos de cafezinho que dá uma boa porção), e vamos retirando do freezer à medida do consumo. Da noite para o dia a massa descongela mesmo colocando o pote na geladeira comum, ou seja, não deve ficar fora da geladeira em hipótese nenhuma. Bom apetite!



RICOTA FRESCA (QUARK)

Colaboração Helena e Gerhard Klaerner



INGREDIENTES

- Leite fresco
- Salsinha
- Cebolinha
- Sal



MODO DE PREPARAR

Deixe uns 2 a 3 litros de leite fresco tipo B, fora da geladeira por 2 a 3 dias, de preferência no sol no primeiro dia, ou amorne-os dentro da embalagem mesmo.

Após 2 a 3 dias, o leite talha, o que você verá (a embalagem fica estufada). Passe-o por uma toalha de louça ou um saco de linho, pendurando-o em algum lugar para que goteje o soro. O soro, você poderá tomar como se fosse um suco qualquer. É meio azedinho, gostoso, talvez bata com alguma fruta no liquidificador.

O tempo do saco ou toalha ficar pendurado (em casa colocamos na torneira em cima da pia) determinará a consistência da ricota, mais ou menos seca. Se ficar muito seca, misture um pouco de leite. Adicione sal, salsinha, cebolinha, a gosto.

Sirva junto com folhas de alface que se enrola em volta da ricota, nos churrascos, ou com batatas com casca (pré-lavadas) ao forno individualmente enroladas e assadas em papel alumínio (o que chega a demorar uma hora), mas fica muito boa.

Cada um desembulha a sua e coloca ricota no meio.



FRANGO COM LARANJA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1 kg de sobrecoxa sem pele
- 1 pacote de queijo ralado
- 2 tabletes de margarina derretida
- 2 copos de suco de laranja

MODO DE PREPARAR

Tempere o frango normalmente duas horas antes de utilizar; passe cada pedaço na margarina e, em seguida, no queijo ralado. Coloque num tabuleiro, de forma que os pedaços fiquem bem juntos, mas sem serem sobrepostos.

Regue com o suco de laranja e leve ao forno por uma hora, coberto com papel alumínio. Tire o papel e deixe dourar.

Sirva com arroz branco e salada.





FRANGO COM MANGA

Colaboração Monica de Amorim Schütt



INGREDIENTES

- 500 gramas de filé de frango
- 2 colheres (chá) de azeite
- 120 gramas de manga madura bem picada
- 2 tomates médios picados
- 1/4 de xícara (chá) de coentro picado
- 1 colher (sopa) de vinagre de vinho branco
- Pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARAR

Salpique a pimenta do reino sobre os filés. Em uma frigideira não aderente, esquente o azeite e doure os filés em fogo moderado por mais ou menos 5 minutos de cada lado, até cozinhar. Reserve. Em uma tigela misture o restante dos ingredientes e sirva sobre o frango.
Rende 4 porções



CALDO DE CARNE OU GALINHA (consomê)

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 1 cenoura picada
- 1 cebola média inteira de casca vermelha
- 4 cravos
- 10 grãos de pimenta do reino inteiros
- 6 ramos de salsa
- 1 folha de louro
- 1 ramo de tomilho
- 1 cebolinha verde
- 1 alho-poró com as folhas verdes
- 3 litros de água
- 3 a 3,5 kg de carne magra ou de galinha (conforme o caldo a ser feito)
- Colocar ossos de boi ou frango, de acordo com o caldo a ser feito

MODO DE PREPARAR

Lave bem a cenoura e corte em rodelas. Lave bem a cebola sem descascar e parta ao meio espetando dois cravos em cada metade. Numa panela grande, coloque todos os ingredientes e a água e deixe ferver em fogo baixo até as carnes se desmancharem, retirando de vez em quando a gordura que se forma na superfície. A água inicial deve ter se reduzido pela metade; coe, deixe esfriar e coloque na geladeira por 6 horas, até a gordura se solidificar, tirando-a em seguida, com uma escumadeira.





MOLHO BISCA

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- Cabeças de camarão (de acordo com a quantidade de molho a ser feito)
- 1/2 cebola pequena
- 1 dente de alho
- 1 colher (sopa) de vinho branco
- 1 colher (sopa) de molho inglês
- 1 colher (chá) de conhaque
- 1 xícara (chá) de catchup
- Sal a gosto
- Água

MODO DE PREPARAR

Lave muito bem as cabeças de camarão. Coloque numa panela com dois copos de água, junte todos os ingredientes, menos o catchup. Mexa bem e deixe apurar até quase secar a água. Acrescente mais dois copos de água, acrescentando o catchup. Deixe apurar em fogo lento até diminuir pela metade. Coe muito bem.



MOLHO MADEIRA

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros



INGREDIENTES

- 200 g de aparas de carne (sem gordura)
 - 1/2 cebola picada grosseiramente
 - 1 cenoura média picada
 - 1 galho de salsão com as folhas
 - 1 dente de alho grande picado
 - 1 colher (sopa) de molho inglês
 - 1 colher (sopa) de vinho branco
 - 1 xícara (chá) de vinho tinto seco de boa qualidade
 - Maisena
 - Sal a gosto
- (Se gostar um pouco apimentado, acrescentar 1 colher de molho de pimenta)

MODO DE PREPARAR

Leve ao fogo com água suficiente para cobrir as aparas de carne, cebola, salsão, alho, molho inglês, vinho branco, sal a gosto e o molho de pimenta, se for o caso. Deixe ferver em fogo brando até que a carne esteja desmanchando. Retire a carne e acrescente o vinho tinto e o conhaque. Deixe ferver até evaporar o álcool. Corrija o sal, coe e acrescente a maisena o suficiente para encorpar. Se for congelar, substitua a maisena pela farinha de trigo.





MOLHO DE MANTEIGA

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros



INGREDIENTES

- 3 colheres (sopa) de manteiga sem sal
- 3 colheres (sopa) de salsa bem picada
- 3 colheres (sopa) de suco de limão
- Sal e pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARAR

Em banho-maria, misturar todos os ingredientes até que derreta bem a manteiga. Servir morno com qualquer tipo de carne ou peixe.



MOLHO ROTI

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 250 g de contrafilé sem gordura
- 1 cebola média picada
- 3 folhas de louro
- 3 dentes de alho grandes picados
- 1 galho de salsão com as folhas
- 2 colheres (sopa) de molho inglês
- 1 colher (sopa) de molho de pimenta
- 2 colheres (sopa) de vinho branco
- 2 colheres (sopa) de vinho tinto seco
- 1/2 concha de azeite de oliva
- Maisena ou farinha de trigo para engrossar
- Pimenta do reino a gosto

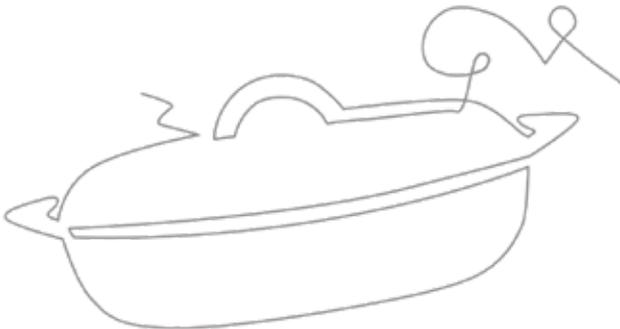
MODO DE PREPARAR

Leve ao fogo lento o contrafilé e todos os demais ingredientes. Vá virando aos poucos, tomando cuidado para não queimar os temperos.

Quando a carne estiver assada, retire-a, acrescente 1/2 litro de água e deixe ferver.

Em seguida, coe.

Dissolva a maisena ou farinha em um pouco de água fria e acrescente ao molho para engrossar.





MOLHO PARA CACHORRO-QUENTE

Colaboração Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- Tomate
- Cebola
- Pimentão
- Óleo
- Sal
- Açúcar
- Manjericão
- Cubos de caldo de carne
- Folhas de louro

MODO DE PREPARAR

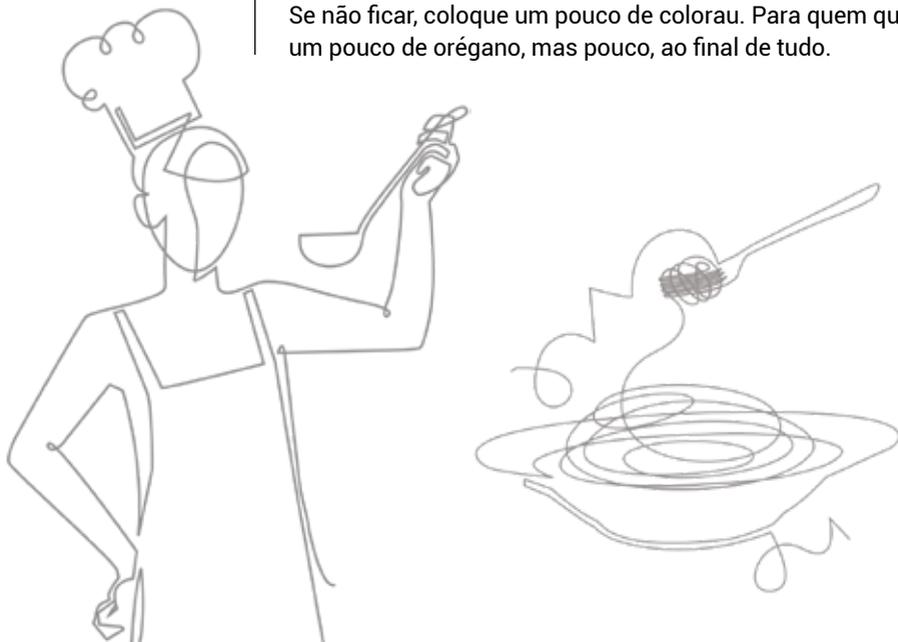
Fatie tudo e frite em um pouco de óleo em panela grande. Adicione água quente e ferva até o ponto em que esteja tudo macio, mas sem desmanchar, com algumas folhas de louro. Dependendo da quantidade de água, é necessário ficar mexendo para não queimar no fundo. O objetivo é um caldo meio grosso, mas sem desmanchar a cebola, o pimentão etc. Lave bem os tomates antes de usar, pois contêm muito veneno. Ou tire a casca antes.

Adicione os temperos acima quando o caldo estiver engrossando, que é o seu ponto. A quantidade de açúcar será determinada pelo público, se adulto ou infantil, que costuma gostar muito deste molho com salsichas, no pãozinho.

Se o público for adulto, coloque um pouco de pimenta ou páprica.

Esquente as salsichas à parte deste molho, somente juntando os dois na hora de cortar o pãozinho. O caldo de carne dará um gostinho todo especial ao molho que ficará avermelhado.

Se não ficar, coloque um pouco de colorau. Para quem quiser, um pouco de orégano, mas pouco, ao final de tudo.





MOLHO DE PIMENTA

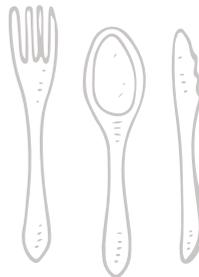
Colaboração Erda Wenger Nemitz

INGREDIENTES

- 100 gramas de pimenta vermelha sem sementes
- 2 cebolas grandes
- 2 dentes de alho
- 1 lata de massa de tomate
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 folha de louro
- 1 noz-moscada ralada
- 2 colheres (sopa) de orégano moído
- 1 colher (sopa) de sal
- 1 copo de vinagre
- 1 colher (sopa) de açúcar

MODO DE PREPARAR

Colocar todos os ingredientes em um liquidificador, bater muito bem e acondicionar em potes de vidro.



COALHADA ÁRABE

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

MODO DE PREPARAR

Coloque 200 gr. de coalhada branca comum em um filtro de papel para coar café. Deixe durante 2 horas e utilize. Quanto mais tempo deixar, a coalhada ficará mais consistente, quase textura de queijo fresco.



CREME AZEDO

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 200 g de creme de leite fresco
- Suco de 1/4 de limão

MODO DE PREPARAR

Misturar o creme de leite com o suco de limão e deixar descansar por algumas horas em local quente, com o forno desligado ou em um canto do fogão.



O USO DAS CARNES BOVINAS

Colaboração de Sigurd Riether

- **PARA ASSAR:** filé mignon, T-bone steak, coxão duro, contrafilé sem osso, roast-beef americano, patinho, picanha, acém, alcatra e lagarto (paulista).
- **PARA ASSADOS DE PANELA:** paleta, contrafilé com osso, alcatra e lagarto (paulista).
- **PARA BIFES:** filé mignon, alcatra, coxão mole e patinho.
- **PARA GRELHAR:** filé mignon, fraldinha, coxão mole, contrafilé e T-bone steak.
- **PARA COZINHAR:** fraldinha (depois de recheada), coxão duro, acém, paleta, picanha e patinho.
- **PARA REFOGAR:** ossobuco, fraldinha (depois de recheada), coxão duro, acém, paleta, picanha, músculo e patinho.
- **PARA ENROLAR:** coxão duro, coxão mole, patinho, músculo, fraldinha e lagarto (paulista).
- **PARA CHURRASCO:** picanha, contrafilé, maminha (uma ponta de alcatra), cupim (a corcunda do zebu), T-bone steak, costelas.



FILE´ A LA SCOLA

Colaboração de Paola Scartezini



INGREDIENTES

- 1 Kg de medallhões de filé mignon
- 100 g de pastrami ou presunto tipo Parma
- 150 g de queijo tipo catupiry

MODO DE PREPARAR

Tempere os filés a gosto e frite-os a gosto (ao ponto, bem ou mal passado, não esquecendo de tirar um pouco antes do desejado, pois ainda vão ao forno).

Distribua os filés em um pirex e cubra com o pastrami ou presunto e, por fim, com uma camada do queijo tipo catupiry, leve ao forno pre-aquecido até gratinar o queijo. Pode ser servido com arroz e batatinhas cozidas.

Rendimento: 3 pessoas



BOLINHOS DE CARNE (Receita alemã)

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 1 Kg de carne (coxão mole, duro ou patinho), mandar moer uma vez só, senão a massa fica muito fina
- 300 g de carne de porco moída (opcional, a massa fica mais gostosa)
- 1 ovo
- 2 a 3 pãezinhos velhos (têm que ser bem duros e secos)
- Sal e pimenta do reino a gosto
- Noz-moscada
- 1 maço inteiro de salsinha com cebolinha
- 4 cebolas médias ou grandes
- 1 colher (sopa) de mostarda escura
- 1 colher (sopa) de molho inglês

Opcional: manjerona, alecrim, manjeriço ou orégano.



MODO DE PREPARAR

Misturar bem a carne de boi e a carne de porco. Adicionar o ovo batido para dar liga. Colocar os pães em água fria durante uma hora e espreme-los muito bem (se não espremer bem a água, a massa fica muito mole).

Cortar fora os talos da salsinha e o resto picar bem. Quanto mais salsinha, melhor. Picar bem a cebola e a cebolinha.

Misturar muito bem todos os ingredientes, sempre com a mão. Se a massa ficar mole demais, misturar um pouco de farinha de rosca. Experimentar a massa crua quanto aos temperos ou fritar um bem devagar para ver como ficou. O bolinho tem que ser firme. Formar os bolinhos com a mão, em forma de disco voador, com mais ou menos 5 a 7 centímetros de diâmetro, e colocá-los sobre uma tábua com farinha de trigo. Antes de fritar, rolar o bolinho na farinha, que ele fica mais bonito e escuro por fora.

Se a massa for feita em dia anterior à fritura, ela fica mais gostosa porque pega mais tempero, mas, cuidado, carne moída estraga muito fácil, por isso, sempre rápido para a geladeira após a compra. Sempre comprar carne moída na hora, na sua frente! E mande tirar a gordura antes de moer.

Fritar em óleo quente devagar, ou em banha de porco que pode ser usada muitas vezes. Abaixar o fogo quando a gordura estiver quente.

O ponto dele é quando está escuro por fora e claro e macio por dentro.



FONDUE BOURGUIGNONNE

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner

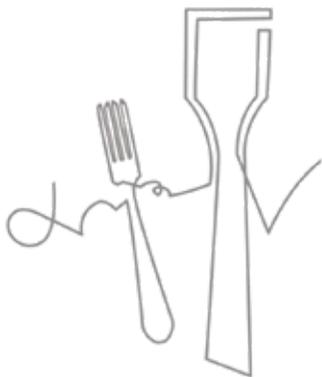
INGREDIENTES

- 200/250 g de filé mignon por pessoa, totalmente sem gordura, cortado em cubos de 3 cm.

Sempre dá uma perda, pois o filé mignon não pode ser inteiramente cortado em cubos. O que não dá, usa-se como strogonoff, ou para caldo de carne.

A principal base para os molhos é a maionese, de preferência feita em casa. Se não for, deve ser de boa marca, sem limão.

A maionese feita em casa é mais pesada pois não tem espessantes. A outra base para os molhos é o creme de leite, sem soro.



MODO DE PREPARAR

Cozinheiros internacionais fazem o seu próprio molho básico, substituindo a maionese, a saber:

- a) 60 gr de manteiga, 20 g de óleo e 8 dl de caldo de galinha e colocar para ferver. Eventualmente, colocar sal. Preparar uma massa de 100 gr de farinha batendo em pouca água e misturar batendo com batedeira de mola ou vassourinha de metal no caldo acima sob fervura. Retirar do fogo imediatamente.
- b) Em separado, bater 3 gemas de ovos, adicionar 2 dl de vinho branco seco e uma colher (chá) de limão, pimenta branca ralada na hora e pimenta-caiena. Misturar bem.
- c) Juntar os 2 preparados acima mexendo bem. Colocar um pouco de óleo para que não se forme uma casca.

Esquentar um litro de óleo muito bom no fogão de gás (nunca azeite de oliva) no próprio rechaud.

Alguns passam um dente de alho no rechaud quente e colocam Kirch antes do óleo. Servir com pão branco, azeitonas pretas, pepinos e cebolas em conserva. A mesa tem que estar colorida. Para tanto, use toalha branca ou clara, sem desenhos.

Como sobremesa, o que melhor se adapta é uma salada de frutas, pois a carne com os molhos acaba pesando.

Acompanha bem um vinho tinto leve seco ou um branco suave ou seco.



BOLO DE CARNE

Colaboração de: Marcia e Eduardo Campello



INGREDIENTES

- 1/2 kg de coxão mole moído
- 1 pão francês duro descascado e amolecido em água
- 1 ovo
- ½ cebola ralada
- 6 azeitonas picadas
- Sal e pimenta do reino

MODO DE PREPARAR

Com os ingredientes acima, faça uma massa de carne, coloque metade dessa massa em uma frigideira antiaderente, grande, regada com azeite.

Recheie com presunto, muçarela, tomate em rodelas e orégano. Cubra com o restante da massa e feche as laterais, sem deixar o bolo encostar nas bordas da frigideira.

No espaço entre o bolo e a borda da frigideira, adicione 1/2 copo de vinho branco.

Tampe a frigideira e deixe cozinhar em fogo baixo até secar. Vire o bolo e acrescente mais um pouco de vinho e, ao secar, estará pronto.



GULASCH

Colaboração Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 2 a 3 Kg de músculo bovino traseiro ou
- 250g por pessoa, no mínimo
- Cebolas
- Louro
- Farinha de trigo
- Pimenta calabresa
- Sal

MODO DE PREPARAR

Use um músculo inteiro. Tire os nervos compridos brancos da carne e os pedaços maiores de gordura e fatie com uns 3cm. Depois faça cubos das fatias, de modo que os cubos fiquem mais ou menos de tamanho igual.

Em panela grande, de preferência de ferro (dá mais cor), frite os cubos em óleo quente até "quase" queimarem.

O importante é que estejam bem escuros, o duro é achar o ponto certo. O escuro da carne é o que vai dar a cor do molho. Junte a cebola picada e vá misturando até que a cebola também escureça um pouco. Junte água quente, uns dois a três dedos acima do nível da carne, salgue, e deixe ferver tampado até a carne ficar macia, com umas folhas de louro.

Se necessitar, junte mais água quente ou caldo de carne.

Ao final, tempere com um pouco mais de sal, pimenta seca calabresa e, se o caldo estiver muito ralo, junte farinha ou maisena desmanchada em água para engrossar. Se você fez tudo certinho, não vai precisar de mais água nem farinha.

Sirva com batatas cozidas, spätzle, arroz ou bolão de batata ou knödel. Vai bem com tudo!

Você também pode fazer o gulasch com outros tipos de carne. Se desejar dar um gostinho especial diferente, junte cogumelos secos 20 minutos antes do final do cozimento. Dependendo da região, até misturam com carne de porco, cerveja, etc.





BÁSICO PARA O COZIMENTO DE MASSAS

Colaboração de Sigurd Riether

Para obter um bom resultado no cozimento de massas secas ou frescas, é recomendável seguir o seguinte procedimento: Siga sempre o tempo recomendado pelo fabricante. Para que não grudem durante o cozimento, use a seguinte proporção de água x massa x azeite ou óleo:

- 1 litro de água ligeiramente salgada
 - 100 gramas de massa
- 1 colher (sopa) de azeite ou óleo.



PIZZA ENROLADA

Colaboração de Marion Müller



INGREDIENTES

- 50 g de fermento Fleischmann
- ½ copo de leite morno
- 500 g de farinha de trigo
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- Sal a gosto (não colocar muito)

RECHEIO

- 4 tomates em rodelas não muito grossas (temperar como salada, inclusive com orégano)
- 200 g de presunto em fatias
- 200g de muçarela em fatias

MODO DE PREPARAR

Dissolver o fermento no leite morno. Misturar com a farinha de trigo, o óleo e o sal. Deixar descansar por no mínimo meia hora em uma tigela, em um lugar seco, tampado com um pano, para deixar crescer. Dividir a massa em dois. Desenrolar, razoavelmente fina. Colocar o presunto, os tomates, o queijo e enrolar. Colocar em uma assadeira as 2 massas. Pincelar, se quiser, com clara. Assar em forno quente a 180° por aproximadamente 1 hora. Quando a massa em cima estiver bronzeada, pode-se verificar com um palito se internamente já está cozida. Como recheio, pode-se usar outras opções: escarola, carne moída, palmito, etc.



SPAGHETTI alla carbonara

Colaboração de Lígia Landgraf



INGREDIENTES

- 400g de spaghetti
- 100g de bacon
- 100g de manteiga
- 4 ovos inteiros
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 colher (sopa) de cebola ralada
- 4 colheres (sopa) de creme de leite
- 4 colheres (sopa) bem cheias de queijo parmesão ralado
- Pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARAR

Levar o spaghetti para cozinhar em água e sal. Enquanto isso, bater com um garfo, em uma sopeira, os ovos, pimenta do reino, o creme de leite e o queijo ralado. Numa panela grande, colocar o óleo e a manteiga, dourar neles o bacon e a cebola.

Assim que o macarrão estiver cozido no ponto "al dente", escorrê-lo e colocá-lo na sopeira, misturar bem e juntar o bacon com os condimentos. Misturar bem, juntar tudo novamente na panela e deixar por alguns minutos no fogo, somente para que aqueça bem, mexendo sempre.

Em seguida, servir com bastante queijo tipo parmesão ralado por cima.



TAGLIATELLE AL PESTO

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 500 g de tagliatelle
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 maço de manjericão
- 2 colheres (sopa) bem cheias de creme de leite
- 4 colheres (sopa) de queijo ralado
- 1 dente de alho
- 1/2 xícara (chá) de nozes descascadas e picadas
- 1 pitada de sal
- 1 copo de azeite de oliva

MODO DE PREPARAR

Lavar bem e em seguida secar todas as folhas do manjericão. Levá-las ao liquidificador junto com as nozes, alho, sal e o azeite, até ficar um creme homogêneo.

Retirar, juntar o queijo tipo parmesão ralado. Cozinhar o tagliatelle em água e sal até o ponto "al dente". Escorrer, juntar o creme de leite, bastante queijo tipo parmesão, ralado, misturando bem. Colocar na travessa e arrumar sobre o macarrão, pedacinhos de manteiga.

Levar ao forno pré aquecido por 5 minutos.

Servir com queijo tipo parmesão ralado.

Para 05 pessoas



TAGLIATELLE ALL' ÓSTRICA

Colaboração de Lígia Landgraf



INGREDIENTES

- 400g de tagliatelle
- 6 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 1 dente de alho com casca
- Suco de limão
- Salsa picadinha
- 200 g de atum (1 lata)
- Pimenta do reino e sal a gosto



MODO DE PREPARAR

Cozinhar o tagliatelle em água e sal até o ponto "al dente".

Ao mesmo tempo, esfregar numa sopeira, o dente de alho com casca, cortado ao meio. Escorrer o macarrão, colocá-lo na sopeira e juntar o azeite de oliva. Para ficar mais saboroso, espremer o suco de limão, juntar a pimenta do reino e misturar bem. Acrescentar a salsa picada e seca, o atum esmigalhado e misturar rapidamente. Aquecer alguns minutos no forno. Servir com bastante queijo ralado.

Obs.: Se quiser, pode misturar junto com o atum, 1/2 xícara (chá) de creme de leite e levar para cozinhar o creme.



MASSA PARA ESFIHA OU PARA PÃO

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 2 tabletes de fermento para pão
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) rasa de sal
- 1 xícara (chá) de leite morno
- 1 xícara (chá) de óleo
- Farinha de trigo para dar o ponto da massa

MODO DE PREPARAR

Dissolver o fermento no leite morno. Bater no liquidificador o açúcar, o sal, o fermento, o leite, a água e o óleo e colocar a mistura numa bacia. Ir colocando a farinha de trigo, aos poucos, até dar o ponto da massa.

Separar a massa em pequenos pedaços e fazer bolinhas. Abrir cada uma das bolinhas com o rolo, numa espessura não muito fina e rechear a gosto. Fechar e pincelar com gema de ovo misturada com um pouco de óleo.

PIZZA DE PANELA DE PRESSÃO

Colaboração de Lígia Landgraf

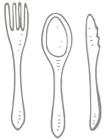


INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de leite morno
 - 50g de fermento para pão
 - 1 colher (sobremesa) rasa de sal
 - 1 colher (sobremesa) rasa de açúcar
 - 1 ovo inteiro
 - ½ xícara (chá) de óleo
 - ½ kg de farinha de trigo
- Estes ingredientes são para a mistura base.
Rendimento: 20 porções.

MODO DE PREPARAR

Misturar todos os ingredientes para a mistura base e, por último, a farinha de trigo, mexendo bem, sovando e fazendo bolas. Arrumar as bolas em assadeira e deixá-las para crescer (dobro de tamanho). A panela deve estar aquecida. Untar a panela com óleo. Abrir a massa, assá-la na panela, pincelar com molho de tomates, contar 3 minutos e destampar. Arrumar a cobertura, fechar a tampa, contar 1 minuto e ir para o prato. Pode-se congelá-la por 6 meses, no caso, assá-la por 2 minutos. Depois de assada e fria, isolá-la com papel filme.



PÃO SUECO (Knäckebrot)

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 400 gramas de farinha de centeio
- 400 gramas de farinha de trigo
- 2 colheres (chá) de sal
- 75 gramas de manteiga ou margarina
- 50 gramas de óleo de primeira (milho, girassol, canola)
- 200 gramas de leite ou água.

MODO DE PREPARAR

Misture as farinhas (de preferência sempre peneiradas para entrar mais ar) com a manteiga, o sal e, em seguida, o óleo (que também determinará o gosto, além da qualidade das farinhas), o líquido e amassar bem.

Abra a massa com o rolo o mais fino que puder, usando muita farinha à parte da receita, pois a massa gruda.

Vire uma forma retangular ao contrário sobre a massa, apertando, e corte a massa onde a forma deixou a sua marca, colocando a massa dentro da forma.ASSE a massa ao todo uns 10 a 15 minutos em forno médio, pré-aquecido. Fique observando, pois ela ficará escura (queimada) de um momento para o outro. Contudo, bem antes dos 10 minutos, quando a massa já estiver consistente e ainda não dura totalmente, tire a forma e com uma faca ou espátula corte a massa em retângulos, pois depois de assada não permitirá mais cortes. Só irá quebrar. Se a massa fizer muitas ondulações, faça pegnivas. A massa pode ser variada com a adição de temperos do tipo cebola seca, cominho ou gergelim. Mas ao natural é mais gostoso, com manteiga, queijos moles, etc. Segundo informações, esta é a receita original passada pelo fundador da Clínica Tobias para a empresa Pinheirense, líder de mercado deste produto, para que os pacientes tivessem um alimento saudável, rico em fibras.



ARROZ DA MAMA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa



INGREDIENTES

- 1 kg de bacalhau desfiado (e dessalgado)
- 2 xícaras de arroz (cru)
- 1 maço de espinafre
- 1 cebola pequena
- 1 dente de alho
- 2 tomates picados (sem casca)
- Sal e pimenta a gosto
- Cheiro verde
- Suco de meio limão

MODO DE PREPARAR

Faça um refogado com todos os temperos, acrescente o bacalhau e os tomates, deixe fritar até desmanchar o tomate, junte o arroz e o espinafre picado, cubra com água fria e o suco de meio limão. Deixe ferver com a panela aberta, depois abaixe o fogo e tampe até secar.

Prove e ajuste o sal, a pimenta (se quiser) e coloque cheiro verde picado.

Pode servir com queijo parmesão ralado por cima.



FILÉS DE PESCADA RECHEADOS

Colaboração de Sigurd Riether

INGREDIENTES

- 1 kg de filés de pescada
- ### RECHEIO
- 2 tomates picadinhos (sem pele e sementes)
 - 6 colheres (sopa) de farinha de rosca
 - 6 colheres (sopa) de queijo tipo parmesão ralado
 - 1/2 xícara (chá) de azeitonas verdes picadinhas
 - 2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina
 - 2 colheres (sopa) de salsa picadinha
 - Pimenta do reino a gosto
 - 1 1/2 xícara (chá) de molho de tomate

MODO DE PREPARAR

Tempere os filés de peixe e deixe reservados. Misture bem os sete primeiros ingredientes do recheio.

Recheie os filés de peixe e enrole (você pode mantê-los enrolados, presos com linha de costura ou palitos).

Em um refratário retangular (médio) coloque o molho de tomate e, sobre o molho, os rolinhos do peixe.

Leve ao forno médio por 20 minutos. Sirva quente.

DICA: Antes de temperar filés de peixe, deixe os mesmos em uma vasilha com um pouco de leite por cerca de 15 a 30 minutos; se estiverem congelados, descongele-os no leite. O sabor sempre será de peixe fresquinho.



MOLHO BRODO DE PEIXE

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros



INGREDIENTES

- Cabeças e espinhas de peixe e cabeças de camarão (Quantidade conforme a quantidade de molho desejada)
- 1 galho de salsa
- 1 cebola grande, cortada em 4 partes
- 1/2 xícara (chá) de vinho branco seco
- 1/2 concha de creme de leite
- 1 gema de ovo sem pele (passar em peneira bem fina)
- Água
- Sal a gosto

MODO DE PREPARAR

Coloque em uma panela com água as cabeças de camarão e as cabeças e espinhas de peixe bem lavadas e todos os demais ingredientes, com exceção da gema e do creme de leite. Leve ao fogo brando com água suficiente para que o cozimento seja lento e até que os temperos se desfaçam. Acrescente água se necessário. Deixe que fique um molho consistente. Coloque a gema peneirada e, a seguir, o creme de leite. Mexa bem, retire do fogo e peneire.



MOQUECA DE PEIXE

Colaboração de Irene Nixdorf



INGREDIENTES

- 1 Kg de postas de namorado ou outro peixe
- 1 tomate cortado em rodela
- 2 cebolas cortadas em rodela
- 3 pimentões cortados em rodela
- 4 raminhos de coentro
- 1 xícara (chá) de leite de coco
- 1/2 xícara (chá) de azeite de dendê
- Sal e pimenta a gosto
- Suco de 2 limões

MODO DE PREPARAR

Tempere as postas com o sal e o suco de limão. Coloque algumas postas em uma panela. Cubra as postas de peixe com metade das rodela de tomate, cebola e pimentão e metade do coentro. Adicione o restante do peixe e cubra com as rodela restantes de tomate, cebola e pimentão e o restante do coentro. Regue cuidadosamente as postas com todo o leite de coco e todo o azeite de dendê. Leve a panela ao fogo brando, mantendo a tampa fechada até o peixe ficar completamente cozido. Rende de 4 a 6 porções.



MOUSSE DE ATUM

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 2 latas de atum com azeite
- 1 cebola grande ralada
- 1 vidro de 500 g de maionese
- 1/2 vidro de ketchup
- 1 colher (sobremesa) de mostarda
- 1 colher (sopa) de molho inglês
- 7 folhas de gelatina branca
- 1 folha de gelatina vermelha
- 1 pitada de sal e 1 de açúcar
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 gema de ovo sem pele (passar em peneira bem fina)
- Água
- Sal a gosto

MODO DE PREPARAR

Bater todos os ingredientes no liquidificador, sendo que as gelatinas devem ser dissolvidas em 1/2 litro de água morna.

Untar uma forma redonda com furo no meio com óleo; colocar a mousse e levar com bastante antecedência à geladeira.

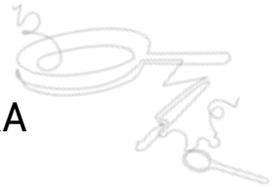
Desenformar e enfeitar com alface picadinha, pêssego e tomates.

O enfeite pode ser a gosto de cada um. Enfeitar na lateral da mousse, no prato.



CAMARÃO À BRASILEIRA

Colaboração de Lígia Landgraf



INGREDIENTES

- 1/2 kg de camarões miúdos
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 1 cebola ralada
- 1 xícaras (chá) de abóbora picada ou ralada
- 1 lata de purê de tomates
- 1 folha de louro
- 2 colheres de farinha de trigo
- 4 colheres (chá) de fermento em pó
- 4 batatas cozidas espremidas
- 1 ovo

MODO DE PREPARAR

Temperar os camarões com sal, limão e pimenta. Derreter a margarina numa panela, colocar a cebola até que fique transparente, juntar a abóbora, o purê, louro, sal e pimenta. Mexer bem. Cozinhar aproximadamente por 10 minutos, até a abóbora desmanchar. Retirar a folha de louro, tirar do fogo e misturar a farinha de trigo e os camarões.

Misturar a batata espremida e os ovos. Colocar numa forma e levar ao forno por 25 minutos.

PARA A DECORAÇÃO

Vagens cozidas e rodela de palmito.





BOBÓ DE CAMARÃO

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1 kg camarão
- 1/2 kg de mandioca cozida
- 3 pimentões verdes
- 2 pimentões vermelhos
- 1 cebola
- 1 maço de coentro
- 2 vidros de leite de coco
- Azeite de oliva
- Azeite de dendê
- Pimenta a gosto

MODO DE PREPARAR

Bata no liquidificador a mandioca cozida, os pimentões, o coentro e o leite de coco. Refogue o camarão e a cebola em bastante azeite e junte o mingau que foi feito no liquidificador. Deixe ferver, junte por último 2 colheres de azeite de dendê.



CAMARÃO À KLAERNER

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 2 a 2,5 kg de camarões médios ou grandes
- Cebola
- Óleo ou azeite
- 1 lata de molho de tomate em pedaços
- Salsinha
- Cebolinha
- Sal
- Leite de coco, se gostar
- 1 a 2 pacotinhos de Hondashi (extrato de peixe seco)
- 2 kg de mandioca.

MODO DE PREPARAR

Descasque e cozinhe a mandioca (não pode ter pontos pretos dentro, caso contrário é velha). Quando macia, deixe esfriar, tire os fiapos do meio e pique. Descasque o camarão, limpe em cima e embaixo, reserve as cabeças tirando os olhos e o verde das tripas. Coloque as cabeças no liquidificador com o mínimo possível de água, bata e ferva esse caldo durante meia hora. Peneire esse caldo e junte-o no liquidificador com a mandioca picada. Coloque aos poucos, pois vira uma massa meio grossa. Bata e reserve. Se o liquidificador não aguentar, coloque um pouco mais de água.

Na panela de ferro ou em outra, doure em azeite umas 5 cebolas médias bem picadas e junte o camarão, deixando-o fritar uns 10 minutos. Coloque o molho de tomate.

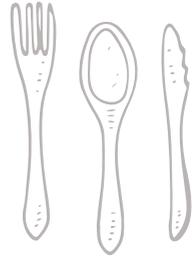
Deixe ferver ou fritar mais 5 minutos, mexendo bem.

Junte a massa de mandioca ao camarão, mexendo sempre bem, durante uma meia hora. Depois disso, junte o Hondashi e experimente. Corrija o sal, junte a cebolinha, a salsinha e o leite de coco. Sirva na própria panela que se mantém quente por bastante tempo.

Obs.: O bobó à baiana leva junto com a cebola, pimentão, pimenta vermelha ou verde ou calabresa (mas nunca de vidrinho que tem vinagre) e tomates inteiros picados em vez de molho de tomate picado. Use molho de tomate mais para dar um pouco de cor do que gosto. Se mesmo assim não der cor, junte um pouco de colorau ou açafrão legítimo. E também no final vão duas colheres (sopa) de azeite de dendê para uma caldeirada dessas.

Sirva com arroz (dê preferência ao açafrão) e uma salada verde.

(receita para 6 a 8 pessoas)





PEIXE COM PAPAIA

Colaboração Monica de Amorim Schütt

INGREDIENTES

- 1 mamão papaia médio
- 1 tomate médio
- ½ xícara (chá) de coentro picado
- 1/4 xícara (chá) de cebolinha picada
- 2 colheres (sopa) de vinagre de vinho branco
- Pimenta do reino (à vontade).
- 600 gramas de filé de peixe grelhado

MODO DE PREPARAR

Descasque o mamão, retire as sementes e corte-o em cubos pequenos. Descasque o tomate, retire as sementes e corte-o em cubos pequenos. Em uma tigela, misture os primeiros 5 ingredientes e sirva-os sobre o peixe. Rende 4 porções



PESCADA HÚNGARA

Colaboração Erda Wenger Nemitz



INGREDIENTES

- Peixe (pescada cambucu ou tainha)
- Batatas cozidas em fatias
- Cebolas em fatias
- Limão
- Margarina
- Pimentões (verde, amarelo e vermelho) em fatias
- Creme de leite
- Sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARAR

No centro de um tabuleiro, coloque o peixe sem cabeça, já limpo e temperado. Em volta do peixe coloque as batatas, cebolas e pimentões e a margarina. Leve ao forno de temperatura média por 25 minutos. Retire o peixe do forno e adicione o creme de leite sobre o peixe, cebola, batatas e pimentões. Leve ao forno por mais 15 minutos e sirva em seguida.





BACALHAU AO FORNO NO COCO

Colaboração Helena e Gerhard Klaerner



INGREDIENTES

- 100 a 200 g de bacalhau por pessoa
- Leite de coco
- Tomates
- Ovos cozidos
- Cebola em fatias
- Pimentão
- Muçarela
- Azeitonas
- Pão velho em fatias
- Azeite de oliva
- Batatas grelhadas

MODO DE PREPARAR

O melhor bacalhau é o tipo cod (rabo reto na traseira), mas também serve qualquer outro. Deixe-o em água fria pelo menos durante 24 horas para que dessalgue e tome forma (incha). Nessas 24 horas troque a água algumas vezes.

Tire o rabo e todas as partes escuras. Cozinhe o rabo em água (suficiente para cozinhar as batatas depois), junto com o bacalhau cortado em pedaços. Assim que a carne do bacalhau estiver macia, retire os pedaços de bacalhau e jogue fora o resto, incluindo a pele, menos a água.

Nessa água, cozinhe as batatas descascadas, de modo que não fiquem totalmente cozidas.

Numa travessa meio funda, coloque fatias de pão velho no fundo, e regue com bastante azeite. Coloque uma camada de batatas fatiadas finas por cima, em seguida, o bacalhau em pedaços pequenos ou desfiado (depende do tipo de bacalhau que você comprou), depois uma camada de cebolas em

rodela, tomates, e assim vai indo, de modo que a última camada de cima tenha pedaços de bacalhau, ovos cozidos em fatias, azeitonas e tiras de pimentão (que é meio indigesto, mas dá cor - o verde e o vermelho). Regue com bastante azeite e coloque queijo muçarela ralado ou fatiado por cima de tudo e algumas azeitonas. Faça com que apareçam também umas fatias de tomate para dar cor.

Coloque no forno, primeiro tampado com folha de alumínio. Depois de uns 15 minutos, retire a folha e jogue leite de coco, de uma a duas garrafinhas por travessa, de modo a empapar bem. Mais uns 10 a 15 minutos, quando a parte de cima começar a dourar e sumir o leite de coco, é o momento em que estará pronto para servir. Vira uma espécie de um pastelão que pode ser cortado como lasanha. Não necessita de nenhum outro acompanhamento, a não ser um bom vinho branco, seco, gelado. Talvez uma salada verde.





SOPA CREME DE PALMITO

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros

INGREDIENTES

- 1 lata de palmito
- 1/2 litro de caldo de galinha ou carne
- 1 litro de leite
- 2 ou 3 colheres (sopa) de maisena
- 2 gemas
- 1 colher (sopa) de manteiga
- Sal a gosto

MODO DE PREPARAR

Cozinhe o palmito cortado em rodela em água e sal. Retire do fogo e separe o caldo, passando por peneira o palmito. Acrescente ao caldo obtido, o caldo de galinha ou carne, a maisena dissolvida no leite, o restante do leite, a manteiga, o sal e leve ao fogo mexendo sempre. Quando começar a engrossar, retire do fogo e junte as gemas ligeiramente batidas. Leve novamente ao fogo sem parar de mexer, até terminar de engrossar. Se quiser, pode colocar algumas fatias de palmito na sopa, quando colocar no fogo pela segunda vez.



SOPA DE BETERRABA

Colaboração de Paola Scartezini



INGREDIENTES

- 1 cenoura grande
- 1 beterraba
- 2 colheres (sopa) de margarina
- 1 cebola média
- 2 dentes de alho grandes
- Cebolinha
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 copo de água
- 1 cubo de caldo de galinha
- Sal e pimenta a gosto
- Queijo branco ou parmesão

MODO DE PREPARAR

Cortar a beterraba, a cenoura e a cebola em pedaços médios. Cortar o alho em rodela finas ou pedacinhos. Cozinhe a beterraba e a cenoura até que fiquem bem macias. Em uma panela refogue a cebola e o alho na margarina. Quando começarem a dourar, adicione a cebolinha, a beterraba e a cenoura mexendo e fritando. Na sequência, adicione a água e um pouco de leite. Deixe tudo cozendo em fogo baixo, mexa, retire do fogo e deixe esfriar. Bata tudo no liquidificador até formar um creme. Coloque na panela o creme e o restante do leite, o caldo de galinha, a pimenta e o sal (se necessário).
DICAS: Pique o queijo em pequenos cubos e coloque-os no fundo do prato antes de servir a sopa. Se você preferir, pode colocar ½ lata de creme de leite tradicional na mistura, para bater no liquidificador. Pães e torradas acompanham muito bem a sopa.



SOPA DE QUEIJO

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros



INGREDIENTES

- 3 gemas
- 2 xícaras de leite
- 4 colheres e meia (sopa) de farinha
- 1 litro de caldo de carne
- 1 tablete de margarina
- 2 pires de queijo ralado
- Cubos de queijo prato a gosto

MODO DE PREPARAR

Bater no liquidificador todos os ingredientes, exceto os cubos de queijo.

Levar ao fogo e deixar ferver até tomar consistência.

Quando servir, acrescentar os cubos de queijo.



CALDO VERDE

Colaboração Sigurd Riether



INGREDIENTES

- 1 chouriço
- 500/600 gramas de batatas
- 1 dente de alho
- 4 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 250 gramas de couve
- 2 litros de água
- sal a gosto
- Pão de milho (acompanhamento obrigatório)

MODO DE PREPARAR

Corte o chouriço em 12 rodela finas.

Corte a couve em juliana finíssima.

Descasque as batatas e leve-as a cozinhar na água com o sal e o dente de alho sem a casca.

Retire as batatas e o alho da água e esmague tudo com um garfo ou espremedor.

Coloque o purê obtido na mesma água de cozimento, acrescente 3 colheres (sopa) de azeite de oliva e deixe ferver um pouco mais.

Retire a panela do fogo e adicione as rodela de chouriço e a couve cortada em juliana (não retorne o caldo ao fogo).

Verifique o sal e coloque o azeite de oliva restante. Sirva o caldo verde em seguida, acompanhado do pão de milho.





SOPA DE ALHO PORÓ

Colaboração de Paola Scartezini.



INGREDIENTES

- 2 talos de alho poró
- 3 batatas médias
- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 cebola média
- 1 xícara (chá) de leite
- 1/2 copo de água
- 3 colheres (sopa) de molho inglês
- 3 colheres (sopa) de purê de alho
- Queijo branco ou parmesão
- Sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARAR

Cortar o alho poró (parte branca e o começo da parte verde) em rodelas finas. Cozinhe as batatas até que fiquem macias. Em uma panela, refogue a cebola cortada em pedaços não muito pequenos, na margarina. Quando esta começar a dourar, adicione a colher de purê de alho e as rodelas de alho poró e frite tudo. Na sequência adicione água e um pouco de leite. Deixe tudo cozendo em fogo baixo, até o alho poró ficar macio. Adicione a batata e mexa tudo. Retire a panela do fogo e deixe esfriar. Bata tudo no liquidificador até formar um creme. Coloque na panela com o leite restante, o molho inglês, sal e pimenta. Após ferver um pouco, sirva. **DICAS:** Pique o queijo em pequenos cubos e coloque-os no fundo do prato antes de servir a sopa. Se você preferir, pode colocar uma lata de creme de leite tradicional na mistura, para bater no liquidificador. Pães e torradas acompanham muito bem a sopa.



SOPA DE CENOURA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 2 cenouras médias
- 1 cebola
- 1 dente de alho
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 1 litro de caldo de carne
- 1 pacote de queijo parmesão
- 1 lata de creme de leite
- 1 colher (sopa) de manteiga

MODO DE PREPARAR

Raspe as cenouras e corte em rodelas. Corte as cebolas e o alho em rodelas. Refogue a cebola, o alho, o sal, a pimenta do reino (opcional) na manteiga. Junte um litro de caldo de carne e deixe cozinhar. Bata no liquidificador com um pacote de queijo parmesão ralado e volte ao fogo. Na hora de tirar, junte uma lata de creme de leite.



SOPA DE QUEIJO DO TONINHO

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros



INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de cebola picada
- 1 dente de alho
- 1 xícara (chá) de queijo prato cortado em cubos
- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 litro de leite
- 1 tablete de caldo de galinha
- 1 xícara (chá) de cogumelos grosseiramente picados
- 2 xícaras (chá) de queijo ralado (pode usar uma mistura de qualquer tipo de queijo diferente do prato)
- 200 g de manteiga
- Noz-moscada a gosto
- Sal a gosto
- Cheiro verde picado

MODO DE PREPARAR

Refogue a cebola e o alho junto com o tablete de caldo de galinha, na manteiga, até dourar. Junte a farinha deixando fritar um pouco e acrescente 3/4 do litro de leite, mexendo sempre para não empelotar. Acrescente as 2 xícaras de queijo para derreter. Tire do fogo e bata no liquidificador com o resto do leite. Volte à panela com os cogumelos e deixe engrossar um pouco. Quando ferver, coloque o queijo prato e o cheiro verde. Sirva imediatamente.



SOPA ECONÔMICA

Colaboração de Aiga Kaestaer Steuer

INGREDIENTES

- 300 g de músculo em pedaços
- 1 ½ litro de água
- 2 talos de salsão
- 1 cebola grande picada grosseiramente
- Sal a gosto
- Sobras de legumes e verduras como: cenoura, machucho (chuchu), mandioquinha, batata, couve, brócolis, alho poró, etc.

MODO DE PREPARAR

Cozinhar na panela de pressão até a carne amolecer. Se necessário, reajustar a água e o sal. Picar todos os legumes ou vegetais, adicionar à panela e deixar cozinhar por mais 15 minutos. Rendimento: 5 a 6 porções.



SOPA DE COUVE-FLOR

Colaboração de Marcia e Eduardo Campello



INGREDIENTES

- 1 couve-flor pequena
- 2 tomates
- 1 cebola pequena
- 1/2 cubo de caldo de carne
- 1 xícara (chá) de macarrão tipo rigatoni

MODO DE PREPARAR

Refogue a cebola e os tomates (cortados em cubos pequenos) e tempere a gosto. Acrescente a couve-flor em talos pequenos e misture-os suavemente ao refogado.

Adicione 2 litros de água, o caldo de carne e o macarrão. Cozinhe até o macarrão ficar macio. Sirva com torradas.



TORTA TURCA DE CEBOLA

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 2 a 3 cebolas cortadas em rodelas
- Queijo prato fatiado bem fino (pode ser também muçarela)
- Queijo ralado para gratinar
- Pão de forma sem casca (ou de preferência pão de miga, por ser mais fino)
- 4 ovos batidos com 1/2 copo de leite
- Manteiga
- Carne moída

MODO DE PREPARAR

Faça um molho de carne moída a seu gosto. Deve ficar bem sequinho.

Em uma forma pirex untada, coloque fatias de pão untadas dos dois lados.

Em seguida, faça camadas com bastante cebola e por cima coloque o queijo fatiado.

Faça camadas alternadas de pão com cebola, molho de carne, rodelas de queijo, sendo sempre por último o queijo fatiado. Depois da última camada, que deve terminar com queijo, espalhe os quatro ovos batidos com o leite.

Em cima, espalhe o queijo ralado.

Asse em forno a aproximadamente 210° durante 40 minutos.

Obs.: As fatias de pão devem sempre ser untadas com a manteiga.





TORTA DE QUEIJO

Colaboração de Irene Nixdorf.



INGREDIENTES

- 200 g de farinha de trigo
- 100 g de margarina (1 tablete)
- 1 ovo
- 1 colher (sopa) de leite
- 1 colher de fermento em pó

RECHEIO

- 2 latas de creme de leite
- 200 g de queijo prato (passado no ralo grosso)
- 3 gemas
- 1 pacote de queijo ralado (pequeno)

MODO DE PREPARAR

Preparar a massa e esticar na forma de pizza. Misturar os ingredientes do recheio e colocar em cima da massa ainda crua.

Levar ao forno para assar até ficar dourada por cima.



SUFLÊ DE CENOURA

Colaboração de Paola Scartezini

INGREDIENTES

- 3 cenouras médias ou grandes
- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 cebola média
- 2 dentes de alho grandes
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 copo (requeijão) de água
- 1 cubo de caldo de galinha
- 2 ovos
- 2 colheres (chá) de fermento
- Queijo ralado, sal, cebolinha e pimenta a gosto

MODO DE PREPARAR

Cortar a cenoura em rodela finas. Cortar a cebola em pedaços médios. Cortar o alho em rodela finas ou pedacinhos. Cortar a cebolinha em rodela finas. Separe as claras das gemas e bata as claras em neve. Reserve. Refogue a cebola e o alho na margarina, quando começarem a dourar, adicione a cebolinha e a cenoura, mexendo e fritando. Na sequência, adicione o copo de água e 1/4 de leite. Deixe as cenouras em fogo baixo, até que fiquem bem moles, deixando secar bem a água. Retire a panela do fogo e deixe esfriar. Bata tudo, inclusive as gemas de ovo, no liquidificador, até formar um creme. Coloque na panela o creme, o leite restante, o caldo de galinha, o sal (se necessário) e a pimenta. Acrescente o fermento e mexa bem. Acrescente as claras batidas em neve delicadamente (reservando um pouco). Coloque as claras reservadas e polvilhe queijo ralado. Leve ao forno pré aquecido até gratinar. Não abra o forno até a hora de servir. DICA: A cenoura pode ser substituída por espinafre ou queijo.



BOLÃO DE BATATA

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner



INGREDIENTES

- 3 a 4 batatas médias, farinhentas, por pessoa
- Semolina (se tiver)
- Pão italiano em cubos, fritos na manteiga

MODO DE PREPARAR

Cozinhe 1/3 e rale 2/3 das batatas cruas, colocando um pouco de limão ou vinagre para não escurecer a massa. Se esta massa estiver muito aguada, passe-a por uma toalha de cozinha, espremendo o líquido. O pó branco (amido de batata) que fica no líquido, juntar à massa. As cozidas passe no espremedor e junte a massa quente às cruas, raladas. Coloque uma xícara a duas de semolina, se tiver, que isso compacta mais a massa. Sal a gosto. Da massa forme uma pequena pizza, e coloque no meio uns pedaços do pão frito na manteiga, cortado em cubos. De preferência o italiano, que é mais durinho e compacto. Feche a pizza e forme um bolinho redondo de modo que fique do tamanho de um punho fechado. Coloque uma prova em um panelão de água quente, fervente e veja se o bolão não desmancha. Se desmanchar, coloque mais semolina na massa. Após levantar fervura, abaixe o fogo e ferva uns 20 minutos em panela destampada. Os bolões têm que ter espaço entre si na panela, caso contrário poderão grudar. Vai bem com gulasch. E uma vez frios, ou, como "soborô" (sobrou de ontem), podem ser fritos em fatias, que ficam muito bons também.



FAROFA DE ARROZ

Colaboração de Marcia e Eduardo Campello



INGREDIENTES

- 2 xícaras (chá) de arroz, cozido e temperado de véspera
- 200 gramas de bacon
- 1 cebola
- 2 colheres (sopa) de cheiro verde picado
- 1 lata de milho verde
- 1 xícara (chá) de farinha de mandioca torrada
- Sal a gosto

MODO DE PREPARAR

Corte o bacon e a cebola em cubos pequenos. Com um pouco de óleo, refogue primeiro o bacon, depois acrescente a cebola e o cheiro verde e espere dourar. Acrescente o milho verde e o sal. Aqueça o arroz com um pouco de água, de modo a deixá-lo levemente úmido. Misture o refogado de milho e, por último, a farinha de mandioca.



POLENTA GRATINADA COM CREME DE CHAMPIGNON

Colaboração Monica de Amorim Schütt

INGREDIENTES

- 1 ½ xícara (chá) de água
- 2 colheres (chá) de margarina
- 80 g de farinha de milho fina
- Óleo para untar
- 1 1/2 colher (chá) de manteiga
- 1/4 xícara (chá) de champignon fatiado
- 1 colher (sopa) de cebola picada
- 1 colher (sopa) de farinha
- 1/2 xícara (chá) de leite semidesnatado
- 1/4 de cubo de caldo de galinha dissolvido em 1/4 de xícara (chá) de água fervente
- 1 pitada de pimenta do reino
- 2 colheres (chá) de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARAR

Pré aqueça o forno. Numa panela ferva a água em fogo alto e adicione 1 colher (chá) de margarina. Mexendo sempre com uma colher de pau, adicione a farinha de milho aos poucos. Reduza para fogo moderado e cozinhe, mexendo sempre, por 4 minutos. Despeje a polenta numa forma refratária untada com o óleo.

Em outra panela derreta o restante da margarina e a manteiga, adicione a cebola e refogue em fogo moderado por mais 2 minutos. Salpique a farinha sobre o refogado e mexa rapidamente, cozinhando por mais 1 minuto. Retire do fogo e adicione o leite e o caldo de galinha aos poucos, mexendo sempre para não embolar.

Retorne a panela ao fogo e cozinhe em fogo alto até engrossar. Adicione a pimenta e despeje o creme de champignon sobre a polenta. Salpique com o queijo parmesão e asse por 8 minutos.

Sirva bem quente. Rende 2 porções



MOUSSAKA

Colaboração de Marion Müller



INGREDIENTES

- Berinjelas
- Molho de carne moída bem temperada
- Massa de panqueca
- Queijo ralado muçarela
- Sal e pimenta a gosto
- 1 colher (chá) de manjeriço para fazer

MODO DE PREPARAR

Corte as berinjelas com casca em fatias, empane na massa de panqueca e frite. Coloque num pirex em camadas alternadas, as berinjelas, o molho de carne, queijo ralado. A última camada deve ser de molho colocando por cima a muçarela em fatias. Coloque em forno quente até derreter a muçarela. Obs.: Se quiser, coloque creme de leite entre as camadas. Abaixar o fogo e cozinhe lentamente sem tampar por uns 10 minutos. Enquanto isso, misture a ricota, a metade da muçarela, os ovos, a salsa, o sal e a pimenta em uma vasilha. Mexa bem com uma colher de pau. Aqueça o forno à temperatura de 190°. Unte uma forma refratária de uns 27 x 22 cm.

Disponha uma camada fina de molho no fundo e cubra com fatias de abobrinha. Cubra com 1/2 xícara (chá) de molho e metade da ricota. Repita a camada de abobrinha, molho e ricota. Termine com a abobrinha e o restante do molho. Por cima polvilhe o restante da muçarela que sobrou. Asse em forno pré aquecido por uns 45 minutos, até que o queijo esteja derretido e dourado. Deixe descansar por 10 minutos antes de servir. Enfeite com manjeriço.



LASANHA DE ABOBRINHA

Colaboração de Marion Müller



INGREDIENTES

- 2 abobrinhas grandes (1/2 kg cada)
- 1 xícara de cebola picada
- 1 colher (chá) de alho espremido
- 3 colheres (sopa) de azeite
- 4 xícaras de molho de tomate
- 450 g de ricota
- 250 g de muçarela ralada
- 2 ovos
- 4 colheres (sopa) de salsinha picada
- Sal e pimenta a gosto
- 1 colher (chá) de manjericão para enfeitar

MODO DE PREPARAR

Leve uma panela ao fogo com água e sal. Corte as abobrinhas, no sentido do comprimento, em fatias finas. Ferva em três vezes (um pouco de cada) durante 5 a 6 minutos. Retire da panela e escorra em papel absorvente.

Em uma panela frite a cebola e o alho no azeite até que estejam macios, mas sem dourar. Junte o molho de tomate e deixe levantar fervura.

Abaixe o fogo e cozinhe lentamente sem tampar por uns 10 minutos. Enquanto isso, misture a ricota, a metade da muçarela, os ovos, a salsinha, o sal e a pimenta em uma vasilha. Mexa bem com uma colher de pau.

Aqueça o forno à temperatura de 190°. Unte uma forma refratária de uns 27 x 22 cm.

Disponha uma camada fina de molho no fundo e cubra com fatias de abobrinha. Cubra com 1/2 xícara (chá) de molho e metade da ricota. Repita a camada de abobrinha, molho e ricota.

Termine com a abobrinha e o restante do molho.

Por cima, polvilhe o restante da muçarela que sobrou.

Asse em forno preaquecido por uns 45 minutos, até que o queijo esteja derretido e dourado. Deixe descansar por 10 minutos antes de servir.

Enfeite com manjericão.





PANQUECA DE BATATA COM PURÊ DE MAÇÃ

Colaboração Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 3 a 4 batatas farinhentas por pessoa
- Cebola picada
- Sal
- Noz-moscada
- Maçãs grandes verdes ou geleias
- Um a dois ovos batidos (não obrigatório).

MODO DE PREPARAR

A batata farinhenta é aquela mais suja da feira. Rale-as e, se tiverem muita água, passe-as em um pano de louça ou equivalente (eu tenho um saco de linho para isto) e esprema-as bastante. Na massa ralada, coloque um pouco de vinagre ou limão, imediatamente, para não escurecer.

Do líquido que sobra ao espremer, junte à massa o pó branco (amido de batata) que fica no fundo. Junte uma cebola média também ralada, com um pouco de noz-moscada, sal a gosto e os ovos batidos.

Experimente cru mesmo. Frite em óleo devagar, até dourar, dos dois lados, uma amostra. Se a massa estiver muito aguada, dissolva um pouco de farinha de trigo na mesma. Mas devagar com a farinha senão fica mais com gosto de farinha do que de batata. Alguns apreciam o prato com geleias ou açúcar com canela. Também é bom frio no outro dia.

Mas vamos ao purê de maçã:

No mínimo uma maçã grande por pessoa. Lave-as bem. As grandes e verdes são as mais apropriadas (ou aquelas pequenas do Sul). Descasque, corte-as em cubos e ferva-as, com as cascas, no mínimo de água possível até amolecer. Passe tudo em uma peneira, sem a água. Esta, aproveite como suco. Adoce um pouco de limão e, se gostar, com um pouco de cravo ou canela, que você já pode colocar na água da fervura. Mas aí o suco não fica muito bom. Gele se quiser e sirva com a panqueca quente. Do cravo, sempre tire a bolota, caso contrário, amarga.





RATATOUILLE

Colaboração de Antônio Carlos Negreiros



INGREDIENTES

- 1/2 xícara (chá) de azeite de oliva
- ½ kg de cebolas cortadas em rodelas finas
- 3 tomates grandes sem pele e sem semente, picados
- 2 pimentões vermelhos cortados em pedaços grandes
- 1/2 kg de berinjelas cortadas em pedaços grandes
- 3 abobrinhas cortadas em pedaços grandes
- 2 dentes de alho amassados
- 1 amarrado de cheiro verde
- 1 folha de louro
- 1 ramo de alecrim fresco
- 1 ramo de tomilho fresco ou 1 colher (chá) seco
- 3 ramos de manjeriço
- 2 tabletes de caldo de galinha
- ½ xícara (chá) de azeitonas pretas picadas
- Sal e pimenta do reino a gosto

MODO DE PREPARAR

Refogar a cebola e o alho até dourar no azeite, juntar o tomate e refogar até o tomate desmanchar. Juntar o pimentão, a berinjela, o amarrado de cheiro verde, as ervas aromáticas, o caldo de galinha e um pouco de água e mexer delicadamente.

Deixar cozinhar em fogo brando por aproximadamente 1/2 hora. Manter a panela tampada.

A seguir, junte a abobrinha e a azeitona e cozinhe por mais 1/2 hora com a panela tampada.

Retire os legumes e reserve em um lugar aquecido.

Coe o molho e engrosse com um pouco de farinha de trigo. Espalhe sobre os legumes e salpique com cheiro verde picado.

(Serve 3 a 4 pessoas)



PURÊ RECHEADO

Colaboração de Lígia Landgraf



Fazer um purê como de costume (com batatas cozidas em água e sal, espremidas e misturadas com manteiga e leite). Untar um pirex com manteiga e arrumar uma camada de purê, sobre esta uma de muçarela em fatias finas, outra de presunto em fatias finas, sobre esta outra camada de purê, acabando com fatias de ovos cozidos e azeitonas picadas (verdes ou pretas). Levar ao forno quente por 5 minutos, somente para derreter a muçarela. Antes de servir, cobrir com queijo tipo parmesão, ralado.

Obs.: Pode-se acrescentar, se quiser, molho à bolonhesa, alternando-se as camadas.



SALADA COLESLAW

Colaboração de Marion Müller



INGREDIENTES

- 1 saquinho de repolho branco picado - aproximadamente 200 g
- 3 cenouras raladas no ralo grosso
- Uvas-passas, abacaxi picado - se quiser

MOLHO: Misturar a mesma quantidade de maionese e iogurte. Sal a gosto. Uma colher (sobremesa) de açúcar.

MODO DE

PREPARAR

Misturar os ingredientes ao molho já preparado.



SALADA DE BERINJELA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1 kg de berinjela pequena
- 3 cebolas
- 2 dentes de alho
- Sal
- Pimenta do reino
- Pimenta vermelha
- 1 pimentão
- 3 tomates
- Erva-doce

MODO DE PREPARAR

Lave e corte ao meio (no sentido do comprimento), as berinjelas. Faça uma cruz na polpa e besunte com uma pasta feita de alho, cebola, sal e pimenta do reino. Numa panela Fulgor (de pizza) coloque bastante azeite, 2 cebolas em rodela e 3 tomates em rodela, deixe fritar um pouco e coloque as berinjelas com a casca para cima, uma ao lado da outra. Salpique com a erva-doce e feche a panela. Cozinhe por aproximadamente 1/2 hora. Guardar em geladeira até a hora de servir.



MOUSSE DE GORGONZOLA

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 1 triângulo de queijo gorgonzola
- 1 vidro médio de maionese
- 1 lata de creme de leite sem soro
- 10 folhas de gelatina incolor
- 1 xícara (chá) de água fervendo
- 1 cubo de caldo de galinha
- Picles

MODO DE PREPARAR

Dissolva a gelatina e o caldo de galinha na água fervendo. Deixe esfriar. Acrescente o queijo, a maionese e o creme de leite e bata no liquidificador. Junte pedacinhos de picles e coloque em uma forma com furo, untada com azeite. Leve à geladeira e desenforme antes de servir.



SALADA CROCANTE

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 2 pepinos japoneses
- 2 cenouras pequenas
- 5 rabanetes
- 2 talos de salsão
- 2 talos de erva doce
- 1 maçã (pode ser verde ou vermelha)

MOLHO

- 4 colheres (sopa) bem cheias de maionese
- 2 colheres (sopa) de iogurte
- Sal a gosto
- Pimenta do reino a gosto ou moída
- Se quiser, um pouco de mostarda (a gosto)

MODO DE PREPARAR

Cortar todos os ingredientes em pedaços pequenos. Fazer um molho com a maionese, iogurte etc e misturar tudo muito bem, junto com os demais ingredientes.



CHUCRUTE ORIGINAL (SAUERKRAUT)

Colaboração de Helena e Gerhard Klaerner

INGREDIENTES

- 1 lata de chucrute Hemmer ou o equivalente
- Sal
- Maçã grande verde ralada
- Açúcar
- Cebola
- Toucinho, se quiser



MODO DE PREPARAR

Escorra o chucrute, sem lavá-lo. Mesmo cru é muito bom e saudável. Se você o lavar, tirará o seu gosto característico. Pique a cebola e o toucinho em pequenos pedaços e doure numa frigideira ou panela grande. Junte o chucrute escorrido e vá mexendo. Experimente e salgue, se necessário. Junte uma colherzinha de açúcar para tirar o azedo demais. A quantidade dependerá do gosto que você desejar. Adicione a maçã ralada. Se fizer muita água, junte um pouco de farinha dissolvida em água para não deixar cozinhar demais. Não cozinhe demais. Deixe-o um pouco azedo. Vai bem como complemento de carnes de porco, ou gordurosas, pois é um ótimo digestivo, a exemplo da couve na feijoada.



SALADA DE CAMARÃO COM ABACATE

Colaboração Monica de Amorim Schütt

INGREDIENTES

- 240 gramas de camarão cozido, sem cascas
- 180 gramas de abacate (amassado)
- 2 colheres (chá) de azeite
- 2 colheres (chá) de água
- 2 colheres (chá) de vinagre de vinho tinto
- Folhas de alface a gosto
- 2 colheres (sopa) de iogurte
- Sal a gosto
- Pimenta do reino a gosto ou moída
- Se quiser, um pouco de mostarda (a gosto)

MODO DE PREPARAR

Em uma tigela misture os 5 primeiros ingredientes. Sirva sobre as folhas de alface. Rende 4 porções.



ALHO EM CONSERVA (ARDIDO SÓ O NOME)

Colaboração de Gisela Wenger

INGREDIENTES

- 1 kg de alho descascado (Vide dica)
- 1/2 litro de vinagre de vinho
- 1/2 litro de vinho branco
- 2 pimentas malaguetas
- 2 folhas de louro
- 1/2 colher (chá) de tomilho
- 1/2 colher (chá) de alecrim
- 2 colheres (chá) de pimenta branca
- 1/2 colher (chá) de sal
- 75 gramas de açúcar
- Azeite de oliva para cobrir os alhos nos vidros

MODO DE PREPARAR

Em um recipiente de vidro ou panela esmalhada (não usar panela de alumínio), levar todos os ingredientes ao cozimento por 3 minutos. Deixar descansar por pelo menos 12 horas fora da geladeira. A seguir ferver novamente por mais 5 minutos. Depois de frio, distribuir em vidros, tomando o cuidado para que os alhos fiquem submersos no líquido. Cobrir o líquido com o azeite.

Deixar curtir por, no mínimo, uma semana antes de usar.

DICA: Para melhor descascar os dentes de alho, jogue sobre eles água bem quente, aguarde um pouco e escorra os mesmos. Basta apertar em um dos lados do dente de alho que a casca sai facilmente.



CONSERVA DE CEBOLA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1 kg de cebola pequena (quanto menor melhor)
- 10 pimentas vermelhas grandes
- 1 colher (sopa) sal
- 2 folhas de louro
- 2 dentes de alho

MODO DE PREPARAR

Lavar e enxugar as cebolas descascadas e as pimentas inteiras. Colocar em panela funda e cobrir com vinagre branco; levar ao fogo até levantar fervura, tirar do fogo e deixar esfriar. No dia seguinte, acondicionar em vidros previamente lavados e secos (é bom passar álcool no vidro).



BISCOITOS DE ANIS

Colaboração de Sigurd Riether

INGREDIENTES

- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sementes de anis moídas
- 1 colher (sobremesa) de fermento em pó
- ½ colher (sobremesa) de bicarbonato de sódio
- ¼ colher (sobremesa) de sal
- 3 ovos inteiros ou 6 claras de ovo
- 2 colheres (sopa) de raspas de casca de limão
- 3 colheres (sopa) de suco de limão

MODO DE PREPARAR

Em uma tigela, misture a farinha, o açúcar, as sementes de anis, o fermento em pó, o bicarbonato de sódio e o sal. Bata bem os ovos, a casca de limão e o suco de limão e adicione os elementos secos. Misture bem. Trabalhando em uma superfície enfarinhada, forme dois rolos de aproximadamente 35 centímetros de comprimento por 12 a 13 centímetros de espessura. Pre-aqueça o forno até 175 ° C. Coloque no forno preaquecido uma forma forrada com papel manteiga, os rolos de massa, separados de 10 centímetros, (a massa vai se espalhar ao assar). Asse durante 20 a 25 minutos até a massa ficar firme ao toque. Retire do forno e deixe esfriar. Com uma faca tipo serra, corte gentilmente (serrando) os rolos diagonalmente em fatias de 12 a 13 centímetros de espessura, e coloque-as de volta na forma. Reduza a temperatura do forno para 150 ° C. Leve novamente ao forno por cerca de 40 minutos. Retire do forno e deixe esfriar completamente antes de armazenar em recipiente com muito boa vedação, para não pegar umidade. Os biscoitos tomam-se frágeis ao esfriar. Rendimento: cerca de 4 dúzias.



BISCOITOS AMARETTI

Colaboração de Lígia Landgraf.

INGREDIENTES

- 1/2 kg de amendoim torrado e moído
- 1/2 kg de amendoim moído cru
- 1 colher (sopa) de canela
- 4 ovos
- 3 cálices de essência de anis
- ½ vidro de essência de amêndoas
- Casca de limão ralada
- Café (só para dar sabor)

MODO DE PREPARAR

Misturar todos os ingredientes secos e, em seguida, molhados, aos poucos, até fazer uma mistura homogênea. Formar bolinhas, passá-las em açúcar e arrumá-las em assadeira untada com manteiga e farinha de trigo. Leve para assar em forno médio até que dourem.



BISCOITOS DE OVOS

Colaboração de Sigurd Rieher

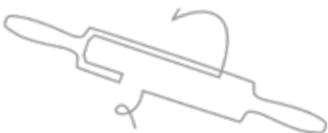


INGREDIENTES

- 4 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1/2 colher (chá) de sal
- 4 ovos grandes batidos
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 1/2 colher (sobremesa) de canela em pó
- 1 ovo
- 1 xícara (chá) de amendoim, castanha de caju ou amêndoas finamente moídos

MODO DE PREPARAR

Coloque em uma tigela os ingredientes secos peneirados. Bata os ovos, adicione o açúcar, o óleo e a canela em pó. Adicione gradualmente a mistura na tigela com a farinha. Prepare uma forma untada com manteiga e enfarinhada. Em uma superfície enfarinhada, abra a massa com uma espessura de cerca de 1 centímetro ou um pouco mais. Corte em tiras com aproximadamente 10 centímetros de comprimento. Junte as duas pontas das tiras, de forma que formem um anel. Mergulhe as tiras em 1 ovo batido, depois no moído de amendoim, caju ou amêndoas e coloque-as na forma previamente enfarinhada. Assar em forno preaquecido por cerca de 20 minutos. Os biscoitos devem ser firmes, porém não muito corados.





BROINHA DE FUBÁ

Colaboração de Sigurd Riether



INGREDIENTES

- 1 xícara de leite
- 1 xícara (chá) de óleo de milho
- 1 xícara (chá) de água
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 xícaras de fubá
- 1 xícara (chá) de maisena
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 8 ovos
- Erva-doce a gosto
- 1 pitada de sal

MODO DE PREPARAR

Misture e leve ao fogo o leite, o óleo, a água, o açúcar, a erva-doce e o sal. Quando levantar fervera, junte a farinha de trigo, o fubá e a maisena, peneirados juntos. Mexa com uma colher de pau, até engrossar. Quando estiver grosso, retire do fogo e deixe esfriar. Depois de frio, junte os ovos um a um para amolecer a massa. Para fazer as broinhas, despeje uma colherada de massa em uma xícara com um pouco de fubá, faça um movimento giratório para formar uma bola e ponha em uma assadeira. Leve a assar em forno quente.



BOLO DE CENOURA

Colaboração de Lígia Landgraf.



INGREDIENTES

- MASSA
- 4 ovos
- 1 xícara (chá) de óleo
- 2 cenouras grandes cortadas em rodelas
- 1 xícara de farinha de trigo peneirada
- 3 colheres (sopa) de fermento em pó

COBERTURA

- 4 copos de açúcar
- 5 copos de chocolate em pó
- 2 copos de leite
- 3 colheres (sopa) de manteiga

MODO DE PREPARAR

Bata no liquidificador as cenouras, gemas, óleo e o açúcar. Em uma tigela, junte a farinha e o fermento em pó. Acrescente a massa do liquidificador e bata bem. À parte, bata as claras em neve bem firme e misture delicadamente à massa do bolo. Leve ao forno preaquecido em um refratário untado com manteiga (ou margarina) e farinha de trigo. Asse por 40 minutos. Em seguida, faça a cobertura misturando todos os ingredientes da mesma e leve ao fogo mexendo sempre para não empelotar. Quando a mistura estiver em ponto de calda, retire do fogo e aplique ainda quente sobre o bolo já assado.



CAKE DE NESCAFÉ

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de Nescafé
- 2 ovos
- 2 colheres (sopa) de mel
- 3 colheres (chá) de canela em pó
- 1/2 colher (chá) de cravo em pó
- 1 pitada de sal
- 2 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- 1/2 xícara (chá) de leite

MODO DE PREPARAR

Bata junto, até formar um creme, a manteiga, o açúcar e o Nescafé. Sem parar de bater, vá juntando os ovos, o mel, a canela, o cravo e o sal. Continue batendo até formar uma massa homogênea. Adicione a farinha peneirada com o bicarbonato de sódio e o fermento, alternando com o leite. Despeje a massa numa forma quadrada, própria para bolo inglês, untada e enfarinhada. Asse em forno médio (175°C) por 40 minutos. Desenforme ainda quente. Deixe esfriar e polvilhe com açúcar peneirado.



BOLO ROMEU E JULIETA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 3 ovos
- 400 g de açúcar (4 xícaras)
- 300 g de farinha de trigo (3 xícaras)
- 250 g de margarina
- 1 vidro de leite de coco
- 1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado
- 1 goiabada pequena dissolvida em um pouco d'água.

MODO DE PREPARAR

Bate-se o açúcar com a margarina até ficar cremoso. Junte os outros ingredientes, deixando as claras (batidas em neve) por último. Depois de assado e já morno, coloque a goiabada por cima e polvilhe com o queijo ralado. (Assar em tabuleiro raso)





BOLO ÚMIDO

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa



INGREDIENTES

- 4 ovos
- 9 colheres de suco de laranja
- 2 xícaras de açúcar
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento
- 1 colher (café) de baunilha
- 1 vidro de leite de coco
- 1 lata de leite condensado

MODO DE PREPARAR

Bater no liquidificador as 4 gemas com o suco de laranja.

Junte o açúcar e a farinha de trigo e, em seguida, o fermento e a baunilha. Por último, misture levemente as claras batidas em neve.

Leve ao forno em um tabuleiro raso. Depois de assado, ainda quente, cortar em quadrados e despejar o leite de coco e o leite condensado (previamente misturados) por cima.



TORTA DIVINA DE MAÇÃ

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa



INGREDIENTES

- 3 maçãs grandes
 - 1 pires de uva passas sem semente
 - 1 pires de nozes picadas
 - 1 xícara (chá) de açúcar misturada com uma colher (sobremesa) de canela em pó
 - Suco de 2 limões
- Para massa
- 1 xícara (chá) de açúcar
 - 3 colheres (sopa) de margarina
 - 3 ovos inteiros
 - 1 copo de iogurte natural
 - 2 xícara (chá) de farinha de trigo
 - 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio
 - 1 colher (chá) de fermento em pó

MODO DE PREPARAR

Descascar as maçãs e cortá-las em palito. Colocar em uma tigela com o suco dos limões e deixar reservado.

Misturar os ingredientes da massa.

Fica uma massa grossa!

Colocar metade da massa em uma forma untada e enfarinhada (de preferência redonda, com fundo removível). Colocar por cima as maçãs, polvilhar com um pouco do açúcar e canela, as uvas-passas e as nozes. Colocar a outra metade da massa por cima e polvilhar com o açúcar restante (se quiser, pode enfeitar com nozes), levar ao forno médio por 30 a 40 minutos.



BOLO RÁPIDO DE CHOCOLATE

Colaboração de Aíga Kaestner Steuer

INGREDIENTES

- 150 g de manteiga ou margarina
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 3 ovos
- 1 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1/2 xícara (chá) de leite
- 1/2 xícara (chá) de chocolate em pó

GLACÊ

- 10 colheres (sopa) de açúcar de confeiteiro
- 4 colheres (sopa) de água
- 1 colher (chá) de suco de limão

MODO DE PREPARAR

Bata em creme a manteiga com o açúcar. Junte os ovos, um por vez.

Peneire a farinha, o chocolate e fermento em pó. Adicione ao creme alternando com o leite.

Asse em tabuleiro pequeno, untado, por 30 minutos, em forno moderado.

Cubra com o glacê, assim que sair do forno e corte em quadrados depois de frio.

Para preparar o glacê, misture todos os ingredientes e aqueça sem deixar ferver.

Espalhe rapidamente sobre o bolo.

Rendimento: 16 a 20 quadradinhos.

Sugestão - coloque uma colher (sopa) de gengibre fresco ralado na massa.



BOLO DE MILHO

Colaboração de Helga B. Sewing Will

INGREDIENTES

- 6 espigas de milho
- 4 ovos
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 4 colheres (sopa) de margarina
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 pitada de sal

MODO DE PREPARAR

Colocar tudo no liquidificador.

Despejar tudo em uma forma untada e levar ao forno baixo por aproximadamente 50 minutos.





BOLO DA FORTUNA

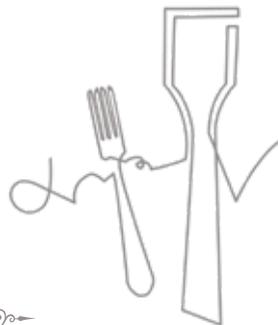
Colaboração de Helga B. Sewing Will

INGREDIENTES

- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo.
- 5 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de leite
- 3/4 xícara de óleo
- 1 maçã grande descascada e picada
- 3 ovos batidos
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 1 colher (chá) de essência de amêndoa
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- Uva passa
- Nozes moídas

MODO DE PREPARAR

Misturar tudo muito bem com uma colher de pau e levar ao forno para assar.



BOLO DE MAÇÃ

Colaboração Erda Wenger Nemitz

INGREDIENTES

Para a massa

- 2 colheres (sopa) de margarina
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 3 maçãs médias
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 4 ovos
- 1/2 xícara (chá) de leite

Para a farofa

- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de canela em pó

MODO DE PREPARAR

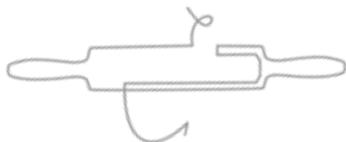
Separar as gemas e claras dos ovos.

Misturar a margarina e o açúcar e depois adicionar as gemas e bater bem. Em seguida, adicionar o leite, a farinha de trigo e o fermento e bater bem.

Adicionar as claras batidas em neve, misturando devagar.

Em seguida, adicionar as maçãs picadas, mexer bem e colocar em forma untada.

Misturar 1 xícara (chá) de açúcar e a canela em pó; espalhar sobre a massa na forma e levar ao forno.





SCHEIDERHAUFEN (SOBREMESA AUSTRIÁCA)

Colaboração de Walter Burger Jr

INGREDIENTES

- 2 pãezinhos amanhecidos (mais ou menos três dias)
- 3 maçãs tipo Fuji
- 2 copos de leite
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 ovos
- Uva passa a critério
- Manteiga



MODO DE PREPARAR

Cortar o pão e as maçãs em fatias finas.

Untar uma forma refratária média com um pouco de manteiga e formar camadas de pão, maçã e uva passa.

Misturar bem o leite, os ovos e o açúcar e despejar por cima.

Durante a formação das camadas, cortar um pouco de manteiga, salpicando as camadas.

Assar em forno moderado por mais ou menos 20 a 25 minutos. Pode ser servido quente ou frio.



DOCE DE ABÓBORA FÁCIL

Colaboração de Marion Muller

INGREDIENTES

- 1 kg de abóbora picada
- 700g de açúcar

MODO DE PREPARAR

Colocar em panela de pressão por 30 minutos.

Se quiser, pode acrescentar 1 pacote de coco ralado.



FRUTAS AO FORNO

Colaboração de Marion Muller

INGREDIENTES

- 3 peras
- 3 maçãs
- 1 xícara (chá) de flocos de milho
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) raspas de limão
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 pitada de sal

MODO DE PREPARAR

Lave as frutas, descasque-as e corte-as em cubinhos. Reserve. Misture os flocos de milho, açúcar, limão e o sal. Unte uma forma refratária e coloque todos os ingredientes em camadas:

uma de frutas, uma de flocos, uma de manteiga, até acabarem as porções.

Asse em forno médio por 25 minutos.

Se quiser, sirva com chantilly ou sorvete.



GELATINA DE ABACAXI

Colaboração de Marion Müller



INGREDIENTES

- 8 copos de água
- 4 copos de açúcar
- 1 abacaxi natural em pedacinhos
- 1 lata de creme de leite
- 2 pacotes de gelatina sabor abacaxi

MODO DE PREPARAR

Ferver a água, o açúcar e o abacaxi. Quando ferver, colocar a gelatina e o creme de leite, misturados juntos. Colocar em uma tigela na geladeira para endurecer um pouco.



MOUSSE DE COCO RÁPIDA

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1 lata de creme de leite
- 1 vidro de leite de coco
- ½ lata de leite de vaca
- 1/2 copo de água morna (para dissolver)
- 1 caixa de maria-mole (Oetker)

MODO DE PREPARAR

Bater tudo no liquidificador, caramelizar uma forma e levar à geladeira por aproximadamente 2 horas. (A forma caramelizada é opcional).



TIRAMISU

Colaboração de Lígia Landgraf



INGREDIENTES

- 1 colher (sopa) de café solúvel
- 1 colher (sopa) de vinho Marsala ou Porto
- 1 bola de sorvete de chocolate
- 1 bola de sorvete de creme
- 2 colheres (sopa) de raspas de chocolate
- Cerejas
- 1 colher (sopa) de queijo Mascarpone
- Fatias de bolo de chocolate

MODO DE PREPARAR

Bater o sorvete de creme, o de chocolate, o queijo Mascarpone, o vinho e o café solúvel. Colocar sobre as fatias de bolo, arrumar a cereja por cima e levar ao freezer até gelar. Servir gelado.



MOUSSE DE MENTA

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

PARA O CREME

- 1 lata de leite condensado
- 1/2 lata de creme de leite
- 4 colheres (sopa) de achocolatado
- 2 colheres (sopa) de manteiga

PARA A MOUSSE

- 4 ovos
- 1 colher (chá) de menta
- 2 pacotes de gelatina em pó sem sabor
- Raspas de chocolate ao leite
- 1 lata de leite condensado
- 1/2 lata de leite de vaca
- 1 copo de água

MODO DE PREPARAR

Bater as claras em ponto de neve. Dissolver a gelatina em um copo de água, levar ao fogo brando até obter uma calda. Misturar o leite condensado com o leite de vaca, o licor de menta e as gemas.

Misturar a gelatina, untar a forma a ser usada com óleo. Arrumar o fundo da forma com as raspas de chocolate e por cima a mistura da mousse.

Levar à geladeira. Enquanto isso, preparar o creme de chocolate. Levar ao fogo brando o leite condensado, o creme de leite, a manteiga e o achocolatado, mexendo bastante até engrossar um pouco. Servir uma fatia da mousse coberta com o creme de chocolate.



STROGONOFF DE MORANGOS

Colaboração de Maria Teresa Barra Costa

INGREDIENTES

- 1200 g de morango
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de suco de limão
- 1 litro de creme de leite fresco
- 1 pacote de pudim de baunilha
- 1 pacote de cream cheese
- 3 colheres (sopa) de licor de frutas

MODO DE PREPARAR

Misture o limão com o açúcar e jogue por cima dos morangos (lavados, sem cabo e inteiros) em uma vasilha rasa; leve ao micro-ondas por 3 minutos, misture e leve ao micro-ondas por mais 2 minutos. Reserve. Dissolva o pudim no creme de leite e leve ao fogo, junte os outros ingredientes. Deixe levantar fervura. Junte os morangos, a calda que fica na vasilha deve ser adicionada aos poucos até chegar a consistência desejada.

Servir com suspiros por cima.

1 medida de clara para 3 de açúcar. Amornar (sem ferver) e bater por 15 minutos, juntar cremor de tártaro e raspas de limão. Fazer os suspiros bem pequenos.



BEIJO DE CABOCLO

Colaboração de Sigurd Riether



INGREDIENTES

- 4 xícaras de açúcar
- 2 xícaras de água
- 2 colheres (sobremesa) de manteiga
- 6 gemas de ovo
- 3 claras de ovo
- Leite de 2 cocos
- ½ xícara (chá) de maisena
- ½ xícara (chá) de farinha de trigo

MODO DE PREPARAR

Leve a água e o açúcar ao fogo, até obter uma calda grossa. Retire do fogo, junte a manteiga e deixe esfriar. Faça uma gemada batendo muito bem as gemas e acrescente as claras já batidas em neve. Aos poucos misture a gemada à calda já fria, mexendo devagar. Junte o leite dos cocos, alternando com a maisena e a farinha de trigo peneiradas juntas. Coloque em forminhas de empada, muito bem untadas com manteiga e asse em forno quente, em banho-maria



PAVÊ DIPLOMATA

Colaboração de Marcia e Eduardo Campello



INGREDIENTES

- 1 caixa de biscoito champagne
- 1 lata de creme de leite gelado e sem soro
- 1 lata de leite condensado
- 5 ovos
- 2 copos de leite
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 8 colheres de açúcar

MODO DE PREPARAR

Primeira camada:

Leve ao fogo o leite condensado, a mesma medida de leite e 5 gemas, misturando até abrir fervura (não deixe ferver para não talhar). Colocar em um pirex retangular.

Segunda camada:

Misturar 3 colheres de chocolate em pó em um copo de leite e levar ao fogo até ferver. Molhar os biscoitos nesta calda e arrumar no pirex sobre a camada de creme.

Terceira camada:

Bater 5 claras em neve (bem dura), acrescentar o açúcar e homogeneizar. Misturar uma lata de creme de leite e colocar sobre os biscoitos. Decorar com nozes moídas e levar à geladeira por 2 horas.





MAMÃO DIFERENTE

Colaboração de Marcia e Eduardo Campello

Faça uma calda bem grossa de suco de 2 laranjas e açúcar. Coloque duas colheres de sopa de essência de baunilha. Regue o mamão cortado em pequenos cubos com esta calda e coloque em taças com uma folha de hortelã para enfeitar.

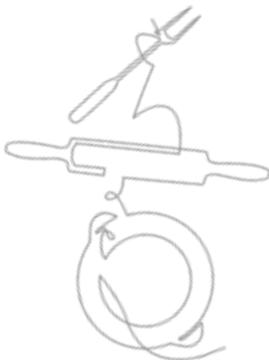


TORTA CHIFFON DE DAMASCO

Colaboração: Monica de Amorim Schütt

INGREDIENTES

- 6 fatias de pão torrado e esfarelado
- 4 colheres (sopa) de margarina light
- 4 colheres (sopa) de adoçante em pó
- 18 metades de damascos secos
- 1 xícara (chá) de água
- 2 ovos
- 1 envelope de gelatina sem sabor
- ½ xícara (chá) de suco de laranja



MODO DE PREPARAR

Em uma tigela misture o pão esfarelado com a margarina e 2 colheres (sopa) do açúcar, formando uma massa.

Forre uma forma redonda para torta de 21 centímetros com a massa e leve à geladeira para firmar.

Em uma panela cozinhe os damascos com água, em fogo moderado, até amolecer. Escorra, reservando o líquido.

No liquidificador, bata 1/4 de xícara (chá) do líquido reservado e as gemas por alguns segundos. Despeje a mistura em uma panela pequena, adicione a gelatina e deixe descansar por 5 minutos. Leve ao forno brando e cozinhe, mexendo sempre, até engrossar.

Retorne a mistura ao liquidificador, adicione o suco de laranja, os damascos escorridos e o restante do açúcar e bata por mais alguns segundos.

Despeje numa tigela grande. Em outra tigela, bata as claras em ponto de neve bem firme. Junte as claras à mistura de damasco, mexa levemente e despeje sobre a massa gelada, levando novamente à geladeira, até firmar.

Rende 6 porções



DRINKS E COCKTAILS

Colaboração de Sigurd Riether

Os drinks e cocktails são constituídos por uma base e um agente modificador. A maioria tem ainda um ou vários agentes especiais, além dos complementos. A base deve ser majoritária e normalmente é constituída de gin, whisky, rum, cognac, ou aguardente, podendo ser um vinho. O agente modificador é um vinho aromático, um amargo ou um suco de frutas. Os agentes especiais são os licores, os xaropes e os temperos, medidos em gotas ou colherzinhas. Os complementos são para dar vida aos drinks e cocktails. Podem ser cerejas, cebolinhas ou azeitonas, além de diversas formas de enfeites para adornar os copos.



DRINK PLUMA

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 1 lata de leite condensado
- 1/2 xícara (chá) de rum
- 1 xícara (chá) de martini doce ou seco
- 1 garrafa de guaraná

MODO DE PREPARAR

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Acrescente gelo picado e sirva a seguir.

LICOR DE FIGO

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 1 punhado de folhas de figo sem o talo
- 1 garrafa (600 ml) de pinga
- 3 copos de açúcar
- 1 copo de água

MODO DE PREPARAR

Lave bem as folhas de figo com água, enxugue e coloque num vidro tampado, junto com a pinga. Deixe descansar por 5 dias e coe as folhas. Faça uma calda grossa com o açúcar e a água, deixe esfriar um pouco e adicione à pinga. Misture bem, tampe novamente e deixe curtir por 6 meses antes de consumir.

BATIDA DE JABUTICABA

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 2 xícaras (chá) de jabuticabas
- 2 xícaras (chá) de água
- 2 latas de leite condensado
- 1 1/2 medida de pinga ou vodka
- 3 bandejas de gelo picado

MODO DE PREPARAR

Amasse ligeiramente as jabuticabas para abrir as cascas e ferva com água por 20 minutos. Espere esfriar e passe pela peneira. Bata todos os ingredientes no liquidificador e sirva a seguir.



FORRÓ

Colaboração de Marion Müller

INGREDIENTES

- 1 lata de leite condensado
- 1 ½ medida da lata de pinga ou vodka
- 1 vidro de leite de coco
- 1 colher (chá) de baunilha
- 1 colher (chá) de canela em pó
- 1/2 xícara (chá) de licor de cacau
- 1 bandeja de gelo

MODO DE PREPARAR

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Acrescente gelo picado e sirva a seguir.

XIXI DE ANJO

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 1 lata de leite condensado
- 1 ½ lata medida de pinga
- 1 xícara (chá) de suco de laranja
- 4 colheres (sopa) de suco de limão

MODO DE PREPARAR

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Acrescente gelo picado e sirva a seguir.

BATIDA DE GOIABA

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de vodka
- 1 lata medida de suco de goiaba
- 16 cubos de gelo

VIUVINHA

Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 1 ovo
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de suco de limão
- 1 xícara (chá) de pinga
- 4 xícaras de gelo moído.

MODO DE PREPARAR

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Acrescente gelo picado e sirva a seguir.

REFRESCO ROSADO

Colaboração de Lígia Landgraf

Bater no liquidificador 1 garrafa de guaraná, 1 copo de suco de laranja, um pouco de groselha ou beterraba. Se quiser, junte um pouco de Martini doce. Adoce a gosto e sirva gelado.

LICOR DE JABUTICABA

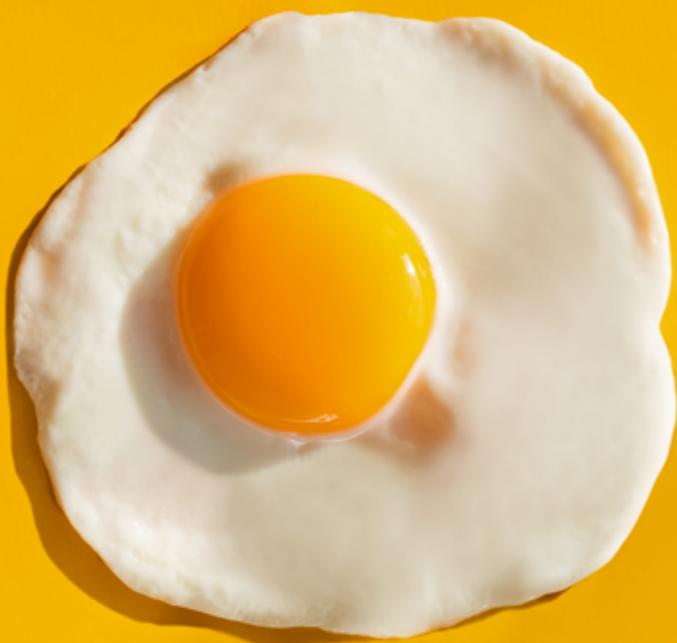
Colaboração de Lígia Landgraf

INGREDIENTES

- 1 garrafa de pinga
- 1 quilo de jabuticaba
- 1 pauzinho de canela
- 2 cravos da Índia
- 2 pedaços de carvão (p/apurar o sabor)

MODO DE PREPARAR

Num vidro grande com tampa, deixe curtir durante 20 dias. No 21º dia, junte 800 g de açúcar e 1 garrafa de água. Misture bem, tampe novamente. No dia seguinte coe num guardanapo e filtre num funil com algodão. Tampe bem e deixe descansar por 6 meses.



KUKI DICAS

Antes de fritar ovos, acrescente um pouco de farinha ao óleo para evitar que ele espirre.

Para melhor descascar os dentes de alho, jogue sobre eles água bem quente, aguarde um pouco e escorra os mesmos. Basta apertar em um dos lados do dente de alho que a casca sai facilmente.

Para descascar alhos rapidamente (dica 2), coloque-os no micro-ondas em potência alta durante 15 a 30 segundos. A casca solta-se completamente!

Quando você for fritar com manteiga, adicione algumas gotas de azeite ou óleo, evitando que a manteiga se queime.

Antes de temperar filés de peixe, deixe os mesmos em uma vasilha com um pouco de leite por cerca de 15 a 30 minutos; se estiverem congelados, descongele-os no leite. O sabor sempre será de peixe fresquinho.

Ao cozinhar ovos com casca rachada, coloque um pouco de vinagre na água e as claras não sairão pelas rachaduras.

Para que a espiga de milho não endureça, cozinhe o milho em água sem sal.

Para o pastel ficar bem crocante, ponha um cálice de pinga na massa.

Quer os vegetais sempre com boa aparência? Se forem verdes, destampe a panela durante o cozimento. Se forem brancos ou amarelos, deixe a panela tampada.

Para torrar amendoins crocantes e sem perder o sal, basta misturar uma clara de ovo para cada quilo de amendoim e acrescentar o sal. Misture-os bem até formar um todo bem homogêneo.

Para descascar um tomate rapidamente e de maneira fácil, mergulhe-o em água fervendo por 5 segundos.

Para um purê de batatas mais leve e fofo, adicione a ele uma ou duas claras de ovo, batidas em neve.

Para que a pele do bacalhau se solte mais facilmente, junte à primeira água de dessalgar o bacalhau, 1 colher (café) de fermento em pó. A pele incha e sai com muita facilidade.

Para bater claras em neve mais depressa, junte-lhes uma pitada de sal.

Se mergulhar o limão em água quente durante 15 minutos, antes de o espremer, conseguirá mais sumo.

Para saber se um ovo está ou não estragado, coloque-o num copo com água e sal. Se boiar, deite-o fora porque está estragado. Se permanecer no fundo, está bom para consumo.

HOMENAGEM AOS IDEALIZADORES

A entrevista com Antônio e Marion, os idealizadores do Kuki Buki, foi uma conversa nostálgica sobre as memórias culinárias do Colégio Koelle e de como nasceu a ideia do livro de receitas. Ao lançar o Kuki Buki, o objetivo era facilitar a vida das pessoas ao trazer não apenas receitas novas, mas também as tradicionais receitas do Colégio. Segundo os entrevistados, o livro de receitas rapidamente se esgotou, impulsionado pelo enorme sucesso da famosa receita do pão do Colégio.

Sobre a época em que foi aluno, Antônio relatou que as refeições no Colégio eram muito diferentes do que estamos acostumados hoje. Lembranças de trocar seu pão com mortadela pelo pão com mel que era oferecido aos alunos do internato, trouxeram à tona memórias especiais, bem como as escapadas para o barzinho da esquina para tomar leite com groselha. A tradição de comer pão da Padaria Alemã acompanhado do leite com chocolate, aos domingos, também é uma lembrança vívida da década de 50 do então Ginásio Koelle.

Antônio nos contou que o sino ao lado do refeitório também teve um papel importante nas memórias do Colégio Koelle. Ele marcava a rotina dos alunos, sinalizando o momento de se dirigirem ao refeitório. A retirada do sino causou uma reclamação de Antônio ao Sr. Theodoro, responsável pelo Colégio, na

época. O sino encontra-se hoje exposto no Museu Theodor Kölle.

Dentre as inúmeras receitas do Kuki Buki, algumas trazem boas lembranças e acionam memórias do passado. A refeição preparada em uma festa, com três tipos de macarrão e três tipos de molho, encantou a todos os presentes. Uma das senhoras presentes quis experimentar e acabou comendo quatro vezes! Além disso, o macarrão também fez sucesso quando Antônio e Marion foram convidados para preparar o jantar de um ex-aluno que hoje é proprietário de uma escola de gastronomia e um restaurante.

Outra lembrança especial é do camarão servido na festa da AKEA, com creme de leite e catupiry. Antônio se esforçou para fazer uma quantidade maior, esperando que sobrasse para o almoço do dia seguinte. No entanto, a turma que estava comemorando 25 anos de formatura acabou devorando todo o camarão, deixando apenas um pouco para a Dona Ema e para o Schimitinho, o coronel dos bombeiros na época.

As histórias compartilhadas por Antônio e Marion ilustram a profunda conexão emocional e nostálgica que a comida pode ter em nossas vidas. O Kuki Buki, com seus pratos tradicionais, busca capturar a essência dessas memórias e facilitar a vida das pessoas ao oferecer uma coleção de receitas que



podem reviver momentos especiais ou criar novas memórias culinárias.

Através do sabor e dos aromas, podemos explorar nossa história e nutrir tanto o corpo quanto a alma. O Kuki Buki é mais do que um livro de receitas, é um tesouro de recordações e um convite para desfrutar de uma jornada gastronômica repleta de emoções e sabores. Ao folharmos as páginas e experimentarmos essas receitas, somos transportados para um tempo em que as refeições eram mais do que apenas comida, eram momentos de partilha,

alegria e conexão entre amigos e familiares.

Assim, o Kuki Buki mantém viva a tradição culinária do Colégio Koelle e das festas da AKEA, trazendo um pedacinho da história e da nostalgia para nossas mesas. É uma homenagem aos sabores e às memórias que nos moldaram, e uma celebração da importância das refeições em nossas vidas. Que possamos aproveitar cada prato preparado com carinho e criar nossas próprias memórias gastronômicas, honrando o passado e celebrando o presente.



KUKI BUKI AKEA 2023

