

# Molho com geléia de laranja e gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de geléia de laranja (de preferência a que tem pedaços de laranja dentro)
- 5 colheres de chá de gengibre fresco picado
- 1 colher de sopa de alho picado
- 1/3 xícara de suco de limão
- 1/4 colher de chá de pimenta do reino
- 1/2 a 3/4 colher de chá de pimenta calabresa

Modo de preparo:

1. Em uma tigela média, misture a geléia de laranja, o gengibre, o alho, o suco de limão, a pimenta calabresa e a pimenta preta.
2. Cubra e leve à geladeira por pelo menos algumas horas para permitir que os sabores se misturem.
3. Sirva com peixe ou outros frutos do mar, empanados ou fritos.

---

# Molho doce e picante de manga

Ingredientes:

- 1 manga, descascada, sem caroço e cortada em pedaços
- 3 colheres de sopa de molho de pimenta (use sua marca favorita de molho picante)
- 1/2 xícara de mel

- 1/2 colher de chá de sal
- 1 colher de chá de pimenta preta (pimenta do reino)

Modo de preparo:

1. Num liquidificador, coloque a manga, o molho de pimenta, o mel, o sal e pimenta preta. Bata até ficar uma mistura homogênea.
2. Coloque a mistura em uma vasilha com tampa e mantenha refrigerado até a hora de usar.
3. Sirva com peixe ou outros frutos do mar, empanados ou fritos.

---

## Guacamole

Ingredientes:

- 2 abacates maduros
- 1/4 xícara de suco de limão (um pouco menos de 1/4 xícara)
- 1 colher de sopa de cebola bem picada
- 2 colheres de sopa de coentro fresco picado
- Sal e pimenta a gosto
- Um fio de azeite (opcional)

Modo de preparo:

1. Corte os abacates ao meio e retire as sementes (caroços). Remova a polpa com uma colher e coloque em uma tigela. Adicione o suco de limão imediatamente para evitar o escurecimento. Use um garfo e amasse para obter

a consistência desejada.

2. Adicione os ingredientes restantes e misture bem.
3. Use a mistura imediatamente ou leve à geladeira por pelo menos uma hora antes servir.
4. Sirva com chips, salgadinhos de pacote, tortilhas de milho, pães, torradas, pedaços de vegetais crus, em sanduíches ou com o seu prato mexicano favorito.

Rendimento: 4 porções.

Obs1.: Em adição aos ingredientes acima mencionados, algumas receitas ainda podem conter: tomate, jalapeno ou outra pimenta fresca e/ou alho fresco. Para esta receita, pode ser suficiente usar: 1/2 tomate cortado em cubinhos (certifique-se de que não seja muito maduro), 1/2 (ou quantidade a gosto) jalapeno ou pimenta fresca picadinha e/ou 1 dente de alho pequeno picado.

Obs2.: Algumas pessoas preferem usar um processador de alimentos com todos os ingredientes para fazer um Guacamole mais cremoso.

---

## Macarrão ao molho Pesto

# (Pesto a la genovesa)

## Ingredientes:

- 1 dente de alho
- 50g de folhas de manjericão frescas (de preferência o manjericão graúdo, mas pode usar o miúdo)
- Sal grosso a gosto (ou sal comum)
- 15g de pinolis ou nozes
- 70 a 80 g de queijo parmesão ralado
- 30g de queijo pecorino ralado (se não tiver, substitua por queijo parmesão, ou seja, em vez de pecorino, use mais 30g de queijo parmesão novamente)
- 100ml de azeite de oliva extra virgem
- Macarrão do tipo de sua preferência, cozido na água e sal e “al dente”

## Modo de preparo:

1. Use um pilão (uma tigela de machucar tempero e um machucador) para amassar os ingredientes e preparar o molho, mas se não tiver, use um processador ou um liquidificador. (Se utilizar um destes aparelhos elétricos, será necessário colocar a vasilha do processador ou liquidificador que será usada para bater os ingredientes na geladeira para refrigerar por um certo tempo pois, se bater muito usando estes aparelhos, eles podem provocar o aumento da temperatura do molho e assim fazer com que ele perca cor e aroma.)
2. Comece colocando o alho, cortado em fatias, na tigela do pilão. Acrescente uma pitadinha de sal e machuque tudo.
3. Depois que o alho e o sal formarem um creme, acrescente o manjericão, mais uma pitadinha de sal e machuque bem.
4. Acrescente os pinolis (ou nozes) e continue machucando.
5. Agora adicione os queijos, intercalando com azeite de

oliva e continue machucando até conseguir uma espécie de pasta.

6. Pronto! Agora é só usar no macarrão de sua preferência e, se quiser, salpique queijo parmesão ralado por cima.

Rendimento: 4 porções.

Obs.: Pinolis é uma semente de pinheiro do Mediterrâneo cujo sabor se assemelha ao da amêndoa, porém é mais oleoso e picante. É usado na culinária indiana, italiana, turca e francesa. Pode ser encontrado em lojas de importados ou em lojas de artigos árabes. Caso não tenha pinolis à disposição para uma receita, pode substituí-los por amêndoas ou nozes picadas.

---

## Maionese básica

Ingredientes:

- 1 colher de sopa de suco de limão coado
- 2 gemas
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 1 xícara de azeite de oliva

Modo de preparo:

1. Bata no liquidificador o suco de limão, as gemas, o sal e a pimenta do reino. Com o liquidificador ainda ligado,

- acrescente o azeite deixando cair o “fio”.
2. Ao terminar, obtém-se um uma mistura cremosa.
  3. Coloque a mistura em uma tigela, cubra com filme plástico e leve à geladeira

Rendimento: 2 xícaras.

---

## Molho vinagrete

Ingredientes:

- 1/3 de xícara de vinagre
- 1 e ½ colher de chá de sal
- 1 colher de chá de pimenta do reino
- 1 colher de sopa de coentro picado
- 1 colher de sopa de estragão fresco picado
- 1 colher de sopa de salsinha picada
- ½ xícara de azeite de oliva

Modo de preparo:

1. Numa tigela, misture o vinagre, o sal, a pimenta do reino e as ervas picadas.
2. Adicione o azeite e misture bem

Rendimento: 16 colheres de sopa.

---

## Molho rosé

Ingredientes:

- $\frac{3}{4}$  de xícara de creme de leite
- 1 colher de sopa de suco de limão
- 3 colheres de sopa de catchup
- 8 gotas de molho inglês

Modo de preparo:

1. Numa tigela, misture o creme de leite e o suco de limão.
2. Acrescente o catchup e o molho inglês. Bata com um misturador manual por mais ou menos 4 minutos, ou até obter um creme liso e homogêneo.
3. Sirva em uma vasilha separada como acompanhamento de salada.

Rendimento: 16 colheres de sopa.

---

## Molho branco

Ingredientes:

- 1 cebola bem picada
- 1 colher de sopa de manteiga ou margarina

- 2 colheres de sopa de amido de milho
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- 2 xícaras de leite
- Sal a gosto
- Pimenta do reino branca moída ou a pimenta do reino comum, a gosto
- Noz-moscada a gosto

Modo de preparo:

1. Refogue a cebola na manteiga ou margarina.
2. Junte a farinha de trigo e o amido de milho e continue mexendo enquanto derrama aos poucos o leite quente, até ferver em fogo lento, durante 5 minutos.
3. Tempere com sal, pimenta do reino e noz-moscada a gosto

Rendimento: 4 porções.

---

## Molho especial para macarrão

Receita para  $\frac{1}{2}$  kg de macarrão

Ingredientes:

- 1 cebola bem picada
- 1 dente de alho bem amassado ou picado
- 3 colheres de azeite doce
- 100g de extrato de tomate



- 1 folha de louro
- 250g de carne moída crua
- 2 xícaras de água
- 1 colher de chá de açúcar
- Sal e pimenta do reino a gosto
- Orégano

Modo de preparo:

1. Refogue a cebola e o alho no azeite doce até ficarem transparentes.
2. Acrescente o extrato de tomate, a folha de louro e a carne moída crua e deixe corar por 5 minutos, mexendo sempre.
3. Acrescente a água, o açúcar e deixe ferver até engrossar.
4. Tempere com pimenta do reino, sal e orégano.
5. Quando a carne estiver cozida, o molho está pronto.

Obs.: sirva por cima do macarrão e coloque queijo ralado.

---

## Panquecas com molho

Ingredientes da massa:

- 2 ovos inteiros
- 1 copo de leite (+/\_ 250ml)
- 1 copo de farinha de trigo
- 1 colherinha rasa de sal

- 1 colherinha de manteiga
- Manteiga suficiente para fazer as panquecas na frigideira

#### Ingredientes do molho:

- 1 colher de sopa de manteiga
- 2 tomates bem picados
- Cebola picada
- Salsa
- Água o suficiente para refogar o molho
- 1 colher de sopa de catchup ou extrato de tomate
- Sal a gosto
- Manteiga para untar refratário
- Queijo ralado para polvilhar

#### Ingredientes do recheio:

- Carne moída temperada a gosto, frango desfiado temperado a gosto ou um preparado de soja temperado a gosto.

#### Modo de preparo da massa:

1. Bata tudo no liquidificador para formar uma massa homogênea.
2. No fogo médio ou um pouco inferior a isso, coloque a massa aos poucos em uma frigideira com manteiga e incline a frigideira para todos os lados para que a massa fique bem espalhada, fina e em formato arredondado.
3. Quando soltar os lados ao redor da panqueca e a mesma parecer soltar da panela, retire-a e coloque em um prato raso.
4. Mexa sempre a massa e continue repetindo o mesmo

processo até que termine a massa.

Modo de preparo do molho:

1. Coloque na panela a manteiga para derreter. Adicione o tomate, a cebola e a salsa. Deixe ferver e adicione um pouco de água.
2. Coloque o catchup (ou extrato de tomate) e sal. Deixe ferver mais um pouco e depois retire do fogo.

Modo de servir:

1. Coloque o recheio de sua preferência e enrole as panquecas.
2. Arrume-as em um refratário untado com manteiga, adicione molho de tomate por cima e polvilhe com queijo ralado.

Rendimento: se souber dosar, rende de 8 a 10 porções.