

# Requeijão caseiro

Ingredientes:

- 1 litro de leite integral
- 7 colheres de sopa de amido de milho
- 1  $\frac{1}{2}$  colher de sopa de manteiga
- Sal a gosto
- 1  $\frac{1}{2}$  xícara de creme de leite
- 100g de queijo parmesão ralado

Modo de preparo:

1. Em uma panela, coloque o leite, o amido de milho, a manteiga e o sal. Mexa sempre, em fogo médio, até engrossar bem, como um mingau. Deixe esfriar.
2. Depois que esfriar, coloque a mistura no liquidificador e bata por 5 minutos.
3. Após esse tempo, acrescente o creme de leite, o queijo parmesão e bata por mais 10 minutos.
4. Em seguida, distribua o requeijão em vasilhas de vidro, cubra com filme plástico e deixe no refrigerador para gelar.
5. Depois use como quiser.

---

# 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.

---

# Pasta de grão-de-bico

## Ingredientes:

- 2 xícaras de grão-de-bico cozido (reserve a água em que o grão-de-bico foi cozido, caso precise)
- 2 dentes de alho amassados
- 1 colher de chá de suco de limão
- 2 colheres de sopa de azeite
- Sal e pimenta do reino a gosto

## Modo de preparo:

1. Coloque todos os ingrediente no liquidificador e bata até que a mistura fique homogênea. Se a mistura ficar muito grossa, acrescente um pouco da água que cozinhou o grão-de-bico ou um pouco de azeite de oliva.
2. Sirva com pão árabe ou torradinhas.