



**Especial Almoço de Páscoa**

**Nutricionista**

**Melissa de Andrade Ayache**



## Salpicão Fácil de Bacalhau

### Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de lascas de bacalhau
- 3 talos de salsa picado
- 1 maçã vermelha com casca, picada
- 1 cenoura em rodela
- meia cebola roxa em meia lua
- meia xícara (chá) de dill
- raspas e suco de 1 limão
- 1 lata de Creme de Leite
- 1 pitada de pimenta-do-reino
- 1 colher (chá) de sal

### Modo de Preparo

- Em um recipiente, misture bem todos os ingredientes.
- Sirva a seguir.

## Linguado Empanado no Coco Fresco e Purê de Banana da Terra

### Ingredientes

#### Linguado

- 600 g de filé de linguado
- suco de 1 limão
- 1 colher (chá) de sal
- 1 pitada de pimenta-do-reino
- 1 xícara (chá) de coco fresco ralado no ralo grosso

#### Purê de Banana-da-Terra

- 2 bananas-da-terra maduras, picadas
- 2 colheres (sopa) de suco de limão
- 1 colher (sopa) de manteiga
- meia cebola picada
- 1 pitada de sal
- 1 pitada de pimenta-do-reino



## Modo de Preparo

### Linguado

- Em um recipiente, misture o linguado, o suco de limão, o sal e a pimenta-do-reino.
- Deixe tomar gosto por 30 minutos, em geladeira.
- Em um recipiente, coloque o coco fresco e empane o linguado dos dois lados.
- Em uma frigideira, untada com óleo, coloque o linguado e deixe dourar dos dois lados.

### Purê de Banana-da-Terra

- Em um recipiente, coloque as bananas e junte o suco de limão. Reserve.
- Em uma panela, coloque a manteiga e refogue a cebola.
- Adicione as bananas e refogue.
- Tampe a panela, e cozinhe por cerca de 5 minutos, mexendo de vez em quando para não dourar, ou até que esteja amolecida.
- Em um liquidificador, bata rapidamente as bananas, adicione o sal e a pimenta-do-reino.
- Sirva com o linguado empanado.

## Talharim com Rúcula e Nozes

### Ingredientes

- 4 tomates maduros sem sementes cortados em cubinhos
- 4 colheres (sopa) de azeite
- 4 colheres (sopa) de azeitonas pretas sem caroço cortadas em rodela ou picadas
- 1 colher (sopa) de vinagre de vinho branco
- 2 colheres (sopa) de nozes tostadas e picadas
- 2 colheres (sopa) de manjeriço picado
- meia colher (chá) de sal
- 1 pacote de macarrão tipo talharim
- 1 maço de rúcula limpo e cortado em pedaços
- 4 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado

## Modo de Preparo



- Em um recipiente grande, misture os tomates, o azeite, as azeitonas, o vinagre, as nozes e o manjericão e tempere com o sal. Reserve.
- Cozinhe o talharim em cinco litros de água fervente temperada com sal até ficar al dente.
- Escorra e reserve meia xícara (chá) da água do cozimento.
- Junte o macarrão, a água reservada e a rúcula aos tomates reservados e misture bem.
- Sirva a seguir, polvilhado com o queijo ralado.

### **Salada de Macarrão com Edamame e Molho de Iogurte**

#### **Ingredientes**

##### Salada

- 2 xícaras (chá) de macarrão tipo parafuso comum ou integral
- 300 g de grãos de edamame
- 1 xícara (chá) de tofu
- 2 tomates sem sementes, picados
- meia cebola picada
- 2 colheres (sopa) de cheiro-verde
- 1 colher (chá) de sal

##### Molho

- 1 dente de alho picado
- meia colher (chá) de sal
- 1 pote de iogurte Natural Integral
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 colher (sopa) de suco de limão
- 1 colher (sopa) de cheiro-verde picado
- 3 folhas de manjericão

#### **Modo de Preparo**

##### Salada

- Em um recipiente, misture bem todos os ingredientes.



Molho.

- Em um recipiente, misture bem todos os ingredientes. Sirva junto com a salada de macarrão.

### **Salada de Folhas com Atum**

#### **Ingredientes**

##### Salada

- meio maço de rúcula
- meio pé de alface lisa
- meio pé de alface cresa roxa
- 1 lata de atum em conserva escorrido
- 1 xícara (chá) de palmito em rodela
- 1 xícara (chá) de ovos de codorna cozidos cortados ao meio

##### Molho

- meia xícara (chá) de azeite
- suco de 1 limão
- 1 colher de chá de sal
- meia xícara (chá) de água

#### **Modo de Preparo**

##### Salada

- Lave as folhas e, em uma saladeira, acomode-as nas bordas.
- No centro, coloque o atum, o palmito e os ovos de codorna e reserve.

##### Molho

- Em um recipiente, misture os ingredientes com a água.
- Sirva com a salada.

### **Peixe assado no forno com salada de lentilhas**

#### **Ingredientes**

Para o caldo:

- 2 colheres de sopa de azeite



1. Espinhas e cabeça do peixe
2. 1 cebola em cubos
3. 1 cabeça de alho cortada em dois
4. 250 ml de vinho branco seco
5. Tomilho, alecrim e cebolinha a gosto

### **Ingredientes**

#### **Para o peixe:**

- Pargo de 2 kg
- Suco de 3 limões sicilianos
- 120ml de azeite extra virgem
- 1 colher de sopa de alho picado
- 1 colher de sopa de páprica doce
- 1 colher de sopa cúrcuma
- 1 colher de chá de curry
- ½ pimenta dedo-de-moça picado
- Sal a gosto
- 200 ml de azeite extra virgem
- Cebolinha fatiada

### **Ingredientes**

#### **Para a salada de lentilhas:**

- 1 colher de azeite extra virgem
- 1 cebola picada
- 300 gramas de lentilhas
- Água para cobrir
- Sal a gosto
- 200 gramas de tomate pelado picado
- Coentro

### **Modo de Preparo**

#### **Para o caldo:**

- Sue no azeite cebola, alho, espinhas e tomilho durante 10 minutos; Coloque o vinho e cubra com água fervendo Cozinhe a fogo baixo durante 20 minutos e peneire.

### **Modo de Preparo**

#### **Para o peixe:**

- Retire as escamas, cabeça e espinha do peixe, deixando os 2 filés juntos e corte com uma faca afiada a pele do peixe dos dois lados;



- Misture sal, páprica, cúrcuma, curry, pimenta, limão e azeite e coloque essa mistura em cima do peixe;
- Marine por 10 minutos coberto com um pano. Depois, molhe com caldo de peixe quente;
- Coloque de 20 a 30 minutos no forno a 180 graus. Retire do forno, coloque a cebolinha e sirva.

### **Modo de Preparo**

#### **Para as lentilhas:**

- Sue no azeite cebola;
- Coloque as lentilhas, cubra com água e tempere com sal;
- Deixe cozinhar devagar durante 15 minutos tampado;
- Junte o tomate e cozinhe mais 10 minutos, para finalizar junte o coentro.

### **Arroz de bacalhau com abóbora**

#### **Ingredientes**

##### **Abóbora**

- 600 gramas abóbora-bahia descascada sem sementes
- 4 colheres azeite extravirgem
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino preta moída a gosto

#### **Ingredientes**

##### **Bacalhau**

- 1 quilo e 600 gramas postas altas de bacalhau dessalgado sem espinhas
- 2 litros e 400 mililitros de água
- 2 cabeças de alho cortadas em dois
- Meia unidade de pimenta-dedo-de-moça fatiada
- 1 unidade bouquet garni (folha de alho-poró, folha de louro, ramo de tomilho, talo de salsinha)

### **Arroz com bacalhau**

#### **Ingredientes**

##### **Arroz:**

- 500 gramas de arroz agulhinha
- 200 gramas de manteiga
- 2 cebola picada
- 100 mililitros de vinho branco seco
- Água do cozimento do bacalhau



- 4 colheres de açafreão-da-terra ou cúrcuma
- 200 gramas de parmesão ralado
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino preta moída a gosto
- Salsa picada a gosto

### **Modo de Preparo**

#### **Abóbora**

- Cortar a abóbora em cubinhos pequenos.
- Refogar no azeite rapidamente.
- Temperar e reservar.

### **Modo de Preparo**

#### **Bacalhau**

- Ferver água com o bouquet garni, o alho e a pimenta-dedo-de-moça durante 10 minutos.
- Quando a água chegar no ponto de fervura, coloque o bacalhau.
- Abaixar bem o fogo e cozinhar sem ferver durante 10 minutos com a panela tampada.
- Retire da água e desfie em lascas o bacalhau. Peneire e reserve a água para usar no preparo do arroz.

### **Modo de Preparo**

#### **Arroz**

- Derreta a manteiga até espumar.
- Coloque a cebola deixe suar, sem queimar.
- Deglaceie com vinho branco e deixe secar.
- Juntar o cúrcuma e misturar.
- Cubra o arroz com a água de cozimento de bacalhau.
- Cozinhe por 10 minutos a fogo baixo com a panela tampada.

### **Modo de Preparo**

#### **Montagem do prato**

- Junte o arroz, as lascas de bacalhau, os cubinhos de abóbora e o parmesão em uma tigela.
- Verifique os temperos com sal e pimenta.
- Coloque a salsa e sirva imediatamente.

### **Salpicão de bacalhau light**

#### **Ingredientes:**

- 500g de bacalhau dessalgado, cozido e desfiado;



- 2 colheres de sopa de azeite;
- 2 dentes de alho amassados;
- 1 cebola média bem picada;
- 1 tomate sem pele e sem sementes em tiras;
- 50g de azeitonas picadas;
- 2 cenouras raladas;
- 250g de ervilha fresca;
- 2 pacotes de batata-palha;
- cheiro verde e sal a gosto;
- 2 caixas de creme de leite light.

#### **Modo de preparo:**

Numa panela, coloque o azeite e o alho e deixe fritar até ficar dourado. Junte o bacalhau e refogue. Deixe esfriar e coloque numa vasilha, misture todos os outros ingredientes, deixando a batata-palha e o creme de leite por último. Prove o sal, e se preferir, coloque uma pitada de pimenta-do-reino. Misture tudo e coloque na geladeira para gelar.

#### **Salada de macarrão integral com atum**

##### **Ingredientes:**

- 50g de macarrão integral tipo fusilli;
- 1 litro de água para cada 100g macarrão;
- Meia xícara de chá de azeite;
- 1 lata de milho verde no vapor;
- 200gr de ervilhas frescas;
- Meia cebola picada;
- 1 xícara de chá de cheiro verde picado;
- 2 tomates sem sementes cortados em cubos pequenos;
- 2 latas de atum, cortado em cubos médios;
- 1 colher de chá de sal;
- 1 colher de café de pimenta-do-reino;
- 1 xícara de chá de tomates-cereja.

#### **Modo de preparo:**

- Em uma panela grande, coloque 1 litro de água para cada 100g de macarrão e cozinhe conforme as instruções da embalagem.
- Escorra e cubra com azeite.
- Em uma saladeira, junte o macarrão e os demais ingredientes da salada.



- Tempere com o sal e a pimenta e mais azeite.
- Misture delicadamente.
- Decore com os tomates-cereja. Sirva gelada.

### **Lombo de bacalhau com crosta de azeitonas**

#### **Ingredientes:**

- 8 unidades lombo de bacalhau dessalgado em pedaços (mais ou menos 100g);
- Azeite extravirgem a gosto;
- 2 dentes de alho picados;
- 50g de pão ralado;
- 60g de azeitonas pretas picadas;
- Pimenta do reino a gosto;
- 8 rodela de cebola roxa;
- 8 rodela de tomate verde;
- 8 rodela de tomate vermelho.

#### **Modo de preparo:**

- Coloque os lombos de bacalhau em uma assadeira untada com azeite.
- Enquanto isso, prepare a crosta de azeitonas: misture o alho picado, o pão ralado e as azeitonas pretas.
- Acrescente sobre os lombos uma porção da mistura da crosta de azeitonas.
- Leve ao forno a 180°C por 5 minutos até dourar a crosta e o lombo estar cozido.
- Doure em uma frigideira as rodela de tomate e cebola rapidamente e sirva junto com o lombo.

### **Bacalhau assado no forno com batata-doce e legumes**

#### **Ingredientes**

- 4 batatas-doce
- 1/2 pimentão amarelo
- 1/2 pimentão vermelho
- 2 tomates maduros
- 1 cebola grande
- 4 dentes de alho
- 2 postas de bacalhau
- Orégano
- Azeite

**Modo de preparação:**

- Começar por colocar as postas de bacalhau em água a ferver, até que fiquem bem macias. Escorrer a água e reservar.
- De seguida, cortar as batatas, com a casca, em rodelas.
- Numa travessa para ir ao forno, colocar duas colheres de sopa de azeite e espalhar as batatas, juntamente com a cebola, os tomates, o alho e os pimentões, todos devidamente cortados às rodelas.
- Colocar o bacalhau por cima da camada que criou e levar ao forno, até que as postas fiquem douradas.
- Quando estiver pronto, retirar do forno e colocar os órgãos por cima. Servir ainda quente.

**Moqueca de tilápia****Ingredientes:**

- 400g de filé de tilápia;
- 2 cebolas;
- 1 pimentão vermelho;
- 1 pimentão amarelo;
- 4 tomates;
- 500 ml de leite de coco;
- 50 ml de azeite de dendê;
- 1 maço de coentro;
- Sal.

**Modo de preparo:**

- Corte os filés de tilápia ao meio e tempere com sal.
- Corte todos os legumes em rodelas finas, misture e tempere com sal.
- Coloque o dendê numa travessa refratária, untando toda a superfície.
- Disponha metade dos legumes, coloque o peixe e cubra-o com os legumes restantes.
- Regue com o leite de coco e leve ao forno preaquecido em 180°C por 35 minutos.
- Tire do forno, polvilhe o coentro cortado “grosseiramente”.



### **Bacalhau à portuguesa**

#### **Ingredientes:**

- 500 gramas de bacalhau dessalgado e pré-cozido
- Meio pimentão verde em rodela
- Meio pimentão amarelo em rodela
- Meio pimentão vermelho em rodela
- 2 tomates em rodela
- 2 cebolas em rodela
- 4 batatas pré-cozidas em rodela
- 4 ovos cozidos
- Azeite extravirgem a gosto
- 30 gramas de azeitonas pretas portuguesas
- Orégano a gosto

#### **Modo de Preparo:**

- Regue azeite em uma travessa de vidro.
- Faça uma camada com uma parte das batatas pré-cozidas, a cebola e os pimentões verde, amarelo e vermelho.
- Regue mais azeite por cima.
- Coloque as lascas de bacalhau dessalgado cozido e os tomates.
- Repita o procedimento até terminar os ingredientes.
- Finalize com os ovos cozidos, tempere com orégano e regue mais azeite.
- Leve ao forno preaquecido a 180 graus Celsius por 30 minutos.
- Ao retirar do forno, finalize com azeitonas pretas.

### **Bacalhau à Brás**

#### **Ingredientes**

- 500 gramas de bacalhau em lascas dessalgado
- 50 mililitros de leite integral
- 100 gramas de batata-palha
- 2 ovos
- Um terço de xícara de chá de azeitona pretas sem caroço
- 2 dentes de alho
- 50 gramas de manteiga sem sal
- 3 colheres de sopa de salsinha picada
- 50 mililitros de mel
- 2 cebolas em rodela
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Azeite a gosto



## **Ingredientes**

### **Purê de mandioquinha**

- 500 gramas de mandioquinha (ou batata-baroa)
- 100 mililitros de leite integral
- 100 gramas de queijo parmesão ralado fino
- Sal a gosto

### **Modo de Preparo**

- Aqueça uma panela, adicione um fio de azeite e refogue o alho picado.
- Junte o bacalhau em pedaços e cozinhe por 5 minutos.
- Agregue o leite e os ovos e misture bem. Junte a salsinha picada, as azeitonas em fatias e a batata-palha.
- Em uma frigideira, coloque o mel e as cebolas cortadas em rodela. Deixe caramelizar e depois, junte ao bacalhau.

### **Modo de Preparo**

- Cozinhe as mandioquinhas em água com sal até ficarem macias. Depois descasque e amasse para formar um purê.
- Acerte a textura com o leite, adicionando aos poucos, até ficar cremoso.
- Junte o queijo ralado e misture até derreter. Acerte o sal.

## **Bacalhada de forno**

### **Ingredientes**

- 1 quilo de lombo de bacalhau dessalgado
- 1 quilo de batata em rodela
- 3 cebolas em rodela
- 1 pimentão verde em rodela
- 1 pimentão vermelho em rodela
- 1 pimentão amarelo em rodela
- 4 ovos cozidos em rodela
- 1 xícara de azeitona preta
- Azeite a gosto
- Salsa picada a gosto
- 

### **Modo de Preparo**

- Em uma panela, coloque 1 quilo de lombo de bacalhau dessalgado e água suficiente para cobrir o bacalhau pela metade. Cozinhe por 20 minutos.
- Espete o garfo para conferir se o bacalhau está firme cozido. Reserve.



- Em uma panela, coloque 1 quilo de batata em rodela e água suficiente para cozinhar. Cozinhe até ficar al dente.
- Quando estiverem cozidas e macias, escorra as batatas e reserve.
- Em uma panela, coloque 1 fio de azeite e adicione 3 cebolas em rodela, 1 pimentão verde em rodela, 1 pimentão amarelo em rodela, 1 pimentão vermelho em rodela e pimenta-do-reino a gosto. Refogue.
- Forre o fundo de uma assadeira com as batatas cozidas.
- Em seguida, adicione metade do refogado de pimentões e acomode as postas de bacalhau cozidas.
- Acrescente o restante do refogado de pimentões, 4 ovos cozidos em rodela, xícara de azeitona preta e regue com bastante azeite.
- Leve ao forno preaquecido por aproximadamente 40 minutos.
- Finalize com salsa picada a gosto e sirva em seguida.

### **Salada de bacalhau com grão-de-bico**

#### **Ingredientes**

- 500 gramas de bacalhau dessalgado e desfiado
- 250 gramas de grão-de-bico cozido
- 1 cebola-roxa pequena fatiada
- Meia xícara de chá de azeitona preta portuguesa
- Meia xícara de chá de salsa picada
- 1 colher de sopa de vinagre
- Azeite a gosto
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

#### **Modo de Preparo**

- Em um bowl junte o bacalhau desfiado, o grão-de-bico, a cebola-roxa, as azeitonas e mexa.
- Tempere com azeite e prove para verificar se será mesmo necessário colocar mais o sal, pois às vezes o sal do próprio bacalhau será suficiente. Caso contrário, adicione mais uma pitada de sal.
- Tempere com pimenta-do-reino e acrescente a salsa picada. Mexa mais uma vez e sirva.
- Na hora de servir, regue com mais azeite e salpique a salsa picada por cima.

#### **Arroz de forno de bacalhau**

- 4 colheres de sopa ou 50 gramas de manteiga
- 4 colheres de sopa ou 35 gramas de farinha de trigo
- 1 litro de leite



- Sal a gosto
- Noz-moscada a gosto
- 1 xícara de chá de azeite
- 3 cebolas médias cortadas em tiras
- Sal a gosto
- 1 colher de sopa de alho picado
- 2 xícaras de chá ou 400 gramas de bacalhau dessalgado, cozido e desfiado
- Meia xícara de chá ou 75 gramas de azeitona verde sem caroço picada
- 3 xícaras de chá de arroz cozido ou 1 xícara de chá e um quarto de arroz cru
- Cheiro-verde picado a gosto, salsinha e cebolinha
- 220 gramas ou 1 copo de requeijão cremoso
- Sal e pimenta-do-reino moída a gosto
- 1 xícara de chá ou 100 gramas de queijo parmesão
- 1 pacote de batata palha

#### **Modo de Preparo**

- Derreta a manteiga em uma panela em fogo médio, coloque a farinha de trigo e mexa com o batedor de arame por 1 minuto ou até engrossar um pouco.
- Vá despejando o leite aos poucos sem parar de mexer.
- Tempere com sal, noz-moscada e cozinhe por 8 minutos mexendo de vez em quando.
- Apague o fogo e reserve o molho branco.
- Em outra panela aquecida em fogo médio com azeite, coloque a cebola, sal e deixe murchar por mais ou menos 10 minutos.
- Adicione o alho, refogue por 1 minuto, acrescente o bacalhau desfiado, a azeitona e misture.
- Incorpore o arroz cozido e o cheiro-verde.
- Adicione o molho branco, o requeijão, tempere com sal e pimenta-do-reino.
- Transfira para um refratário, salpique queijo parmesão e leve ao forno preaquecido a 200 graus por cerca de 15 minutos a 20 minutos.
- Depois, coloque a batata palha e sirva.

#### **Rocambole de bacalhau**

##### **Ingredientes**

##### **Molho branco**

- 1 colher (sopa) de manteiga
- 2 dl de leite
- 1 gema
- 1 colher (sopa) de farinha



## **Ingredientes**

### **Bacalhau**

- 500g de bacalhau
- 4 a 5 batatas
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- 2 dl de azeite

## **Modo de Preparo**

### **Molho branco**

- Derreta a manteiga e doure junto com a farinha.
- Acrescente o leite e mexa com o fuet (batedor de arame).
- Por último, acrescente a gema com o fogo já apagado.
- Mexa bem para que a gema não cozinhe.

## **Modo de Preparo**

### **Bacalhau**

- Cozinhar a batata na água salgada para depois amassá-la e reserve. Refogar no azeite com alho e cebola.
- Acrescentar o bacalhau e refogar mais um pouco.
- Retirar do fogo.
- Misturar o bacalhau com a batata amassada.
- Unte um tabuleiro com azeite e espalhe esta massa com 1 cm de espessura.
- Asse por aproximadamente 20 minutos em forno a 200°C.
- Depois de assado virar em um pano de prato umedecido e coberto com farinha de rosca.
- Espalhar o molho branco por cima e enrolar.

## **Modo de Preparo**

### **Toque final**

- Colocar por mais dez minutos no forno até gratinar.
- Servir com brócolis puxados na manteiga com dois dentes de alho amassados.

## **Salpicão de bacalhau**

- 3 pimentões vermelhos e laranjas
- 1 pimenta dedo-de-moça cortada ao meio
- 2 talos de aipo
- 3 abobrinhas cortadas ao meio
- 3 minimilhos
- 8 mini cenouras
- Azeite e sal a gosto



- 1 maço de tomilho
- 1 maço de alecrim
- 1 maço de louro
- 1 quilo lombo de bacalhau dessalgado
- 1 xícara de maionese
- 1 xícara de batata palha

#### **Modo de Preparo**

- Coloque os pimentões inteiros direto no fogo.
- Numa grelha, coloque a pimenta, o milho, a abobrinha e as cenouras, com um fio de azeite e uma pitada de sal, e deixe ir grelhando e dourando aos poucos.
- Numa assadeira perfurada funda, faça uma cama de feno e ervas, coloque o bacalhau por cima e leve a brasa com uma camada de ervas por cima.
- Com os legumes já dourados e al dente, pique tudo e coloque num bowl.
- Retire os pimentões do fogo e esprema o suco, com um pegador, no bowl. Numa tábua, retire as sementes e a casca queimada, pique e coloque junto com os outros legumes.
- Com o bacalhau pronto, desfie em lascas e coloque junto aos outros ingredientes.
- Para finalizar, misture todos os ingredientes e adicione a maionese.
- Finalize com a batata palha por cima.

#### **Salada de feijão-fradinho com atum**

##### **Ingredientes**

##### **Salada de feijão-fradinho com atum**

- 500 gramas de feijão-fradinho cozido
- 240 gramas de atum sólido drenado
- Meia cebola-roxa picada
- 100 gramas de tomate-cereja
- Suco de meio limão
- Salsinha picada a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- Azeite a gosto
- Sal a gosto

##### **Modo de Preparo**

- Em um bowl, adicione a cebola-roxa, o atum sólido, a salsinha, o tomate-cereja, o suco de limão e o azeite.
- Tempere com sal, pimenta-do-reino e misture bem.



- Junte o feijão-fradinho cozido e misture para que os ingredientes incorporem bem.
- Finalize com azeite e sirva.

### **Bacalhau com batatas e leite de coco**

#### **Ingredientes**

- 1 quilo de bacalhau dessalgado e desfiado
- 4 colheres de sopa de óleo
- 2 cebolas picadas
- 2 dentes de alho
- 5 tomates sem pele e sem semente
- 1 quilo de batata cortada em pedaços médios
- 500 mililitros de água
- 2 colheres de sopa de azeite de dendê
- 2 vidros de leite de coco
- Meio maço de salsa picada
- Coentro a gosto

#### **Modo de Preparo**

- Em uma panela, refogue 2 cebolas picadas e 2 dentes de alho em 4 colheres de sopa de óleo.
- Depois, adicione 5 tomates sem pele e sem semente e 1 quilo de bacalhau dessalgado e desfiado. Cozinhe por 10 minutos.
- Em seguida, acrescente 1 quilo de batatas cortadas em pedaços médios, 500 mililitros de água e deixe cozinhar por mais 10 minutos.
- Coloque 2 colheres de sopa de azeite de dendê, 2 vidros de leite de coco, meio maço de salsa picada e coentro a gosto. Deixe ferver e sirva em seguida

### **Bolo de Páscoa**

#### **Ingredientes**

- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 4 ovos
- 1 xícara (chá) de óleo
- 2 xícaras (chá) de leite
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 8 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 1 colher (sopa) de fermento em pó químico
- Margarina para untar
- Ovinhos de chocolate para decorar

**Recheio**

- 3 xícaras (chá) de doce de leite cremoso
- 1 xícara (chá) de nozes picadas
- 1 xícara (chá) de coco ralado
- 1/2 caixa de creme de leite

**Cobertura**

- 1 xícara (chá) de chocolate ao leite derretido
- 1/2 caixa de creme de leite

**Modo de preparo:**

- Primeiramente, bata no liquidificador o açúcar, o ovo, o óleo e o leite.
- Transfira para uma vasilha e adicione a farinha de trigo, o chocolate em pó e o fermento e misture com uma colher.
- Despeje a massa em uma fôrma de 26cm de diâmetro alta, forrada com papel-manteiga untado e leve o bolo ao forno médio, preaquecido, por 30 minutos ou até dourar.
- Deixe esfriar, desenforme e corte o bolo em 3 partes no sentido do comprimento.
- Em seguida, misture bem todos os ingredientes do recheio.
- Para a montagem, coloque uma parte do bolo em uma travessa e faça uma camada com 1/3 do recheio.
- Coloque a outra parte do bolo e cubra com mais 1/3 do recheio.
- Logo depois, coloque a última parte do bolo e decore a superfície com o restante do recheio.
- Decore o bolo com os ingredientes da cobertura misturados, deixando escorrer levemente pelas laterais.
- Decore com ovinhos de chocolate e leve à geladeira por 3 horas antes de servir.

**Bolo de amêndoas****Ingredientes:**

- 1 xícara (chá) de leite
- 1 xícara (chá) de água morna
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de chocolate em pó
- 2 ovos
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó químico
- Margarina e farinha de trigo para untar

**Recheio**

- 2 latas de leite condensado
- 2 latas de leite (use a lata vazia de leite condensado vazia para medir)
- 2 colheres (sopa) de maisena
- 1 xícara (chá) de amêndoa sem pele picada
- 1 caixa de creme de leite (200g)

**Cobertura**

- 1 xícara (chá) de doce de leite cremoso
- 1 xícara (chá) de Nutella®
- 1/2 xícara (chá) de creme de leite
- Amêndoas inteiras e trituradas para decorar

**Modo de preparo:**

- Para a massa, bata no liquidificador por 3 minutos o leite, a água, o óleo, o açúcar, o chocolate e os ovos.
- Transfira para uma tigela e misture com um batedor de arame a farinha e o fermento.
- Transfira para uma fôrma de 26cm de diâmetro untada e enfarinhada e leve ao forno médio, preaquecido, por 35 minutos ou até que ao enfiar um palito no centro, este saia seco. Deixe esfriar.
- Para o recheio, em uma panela, leve ao fogo médio o leite condensado, o leite, a maisena e as amêndoas, mexendo até engrossar.
- Em seguida, misture o creme de leite e deixe esfriar.
- Desenforme o bolo e corte em 2 partes, no sentido do comprimento.
- Em um prato, coloque a base do bolo, espalhe metade do recheio, coloque outra massa, espalhe o recheio restante.
- Coloque a última massa e espalhe o doce de leite da cobertura somente na lateral do bolo.
- Misture a Nutella® com o creme de leite e cubra o topo do bolo.
- Decore as laterais com as amêndoas trituradas e em cima do bolo com as amêndoas inteiras.
- Sirva em seguida.

**Bolo de avelã****Ingredientes:**

- 1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) + 1 colher (chá) de açúcar
- 1/2 colher (chá) de bicarbonato de sódio



- 2 colheres (sopa) de cacau em pó
- 100g de avelãs sem casca torradas e moídas
- 2 ovos
- 4 gemas
- Margarina para untar

#### **Recheio e cobertura**

- 600g de chocolate meio amargo derretido
- 4 colheres (sopa) de margarina
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1/2 xícara (chá) de água
- 3/4 de xícara (chá) de licor de cacau

#### **Modo de preparo:**

- Peneire a farinha, a colher (chá) de açúcar, o bicarbonato e o cacau.
- Acrescente a avelã e reserve.
- Em seguida, bata os ovos e as gemas, acrescentando o açúcar restante aos poucos.
- Bata até dobrar de volume.
- Adicione a mistura de farinha e mexa delicadamente.
- Logo depois, espalhe a massa em uma fôrma untada e forrada com papel-manteiga também untado.
- Leve ao forno por 30 minutos ou até que, ao enfiar um palito, ele saia limpo.
- Deixe esfriar e desenforme.
- Derreta o chocolate e a margarina em banho-maria, e deixe esfriar.
- Dissolva o açúcar na água e no licor.
- Junte 1/2 xícara (chá) dessa mistura ao chocolate derretido, mexendo delicadamente.
- Corte o bolo ao meio e umedeça com a mistura de licor restante.
- Recheie com metade do creme e coloque a outra parte do bolo.
- Por fim, cubra com o restante do creme.

#### **Bolo vulcão de cenoura com brigadeiro**

##### **Ingredientes:**

- 3 cenouras em pedaços
- 1 xícara (chá) de óleo
- 3 ovos



- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- Margarina e farinha de trigo para untar
- Chocolate granulado para polvilhar

#### **Cobertura**

- 1 e 1/2 lata de leite condensado
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 5 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 1/2 xícara (chá) de creme de leite

#### **Modo de preparo:**

- No liquidificador, bata a cenoura, o óleo, os ovos e o açúcar até homogeneizar.
- Transfira para uma tigela e misture a farinha e o fermento com uma colher.
- Em seguida, despeje em uma fôrma de buraco no meio de 24cm de diâmetro, untada e enfarinhada, e leve ao forno médio, preaquecido por 35 minutos ou até assar e dourar.
- Deixe amornar e desenforme.
- Leve uma panela ao fogo médio com o leite condensado, a manteiga e o chocolate, mexendo até engrossar.
- Desligue, misture o creme de leite e deixe amornar.
- Cubra o bolo com o brigadeiro, preenchendo o buraco no centro.
- Por fim, polvilhe com granulado e sirva.

#### **Bolo de Nutella com chocolate branco e morango**

##### **Ingredientes:**

- 1/2 xícara (chá) de Nutella
- 1 colher (sobremesa) de vinagre de maçã
- 12 claras
- 500g de açúcar

##### **Recheio**

- 400g de chocolate branco picado
- 1 caixa de creme de leite (200g)
- 2 bandejas de morangos picados (600g)



### **Cobertura**

- 1/2 xícara (chá) de Nutella
- 1/2 xícara (chá) de creme de leite
- 1 xícara (chá) de morangos cortados ao meio

### **Modo de preparo:**

- Em uma tigela, misture a Nutella com o vinagre e reserve.
- Na batedeira bata as claras, e quando começar a espumar, sem parar de bater, adicione o açúcar, aos poucos, até obter picos firmes.
- Em seguida, junte a Nutella com vinagre reservado e bata rapidamente para misturar.
- Coloque em um saco de confeitar com bico liso e, em uma fôrma grande forrada com papel-manteiga, faça 3 discos com 17cm de diâmetro cada.
- Leve ao forno médio, preaquecido, com a porta entreaberta, por 1 hora e 15 minutos ou até firmar. Deixe esfriar.
- Para o recheio, derreta o chocolate branco em banho-maria e misture o creme de leite.
- Leve à geladeira por 30 minutos.
- Para a cobertura, misture a Nutella com o creme de leite e reserve.
- Em um prato, coloque um disco de bolo, cubra com metade do recheio e distribua metade do morango picado.
- Coloque outro disco de bolo e cubra com o recheio e os morangos picados restantes.
- Logo depois, coloque o último disco e espalhe a cobertura.
- Decore com os morangos cortados ao meio e sirva

### **Bolo gelado de chocolate branco**

#### **Ingredientes:**

- 300g de chocolate branco picado
- 1/2 xícara (chá) de manteiga
- 5 ovos (claras e gemas separadas)
- 2/3 de xícara (chá) de açúcar
- 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1/2 xícara (chá) de castanha-do-pará torrada e moída
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- Margarina e farinha de trigo para untar
- Castanha-do-pará em pedaços para decorar

**Cobertura**

- 200g de chocolate branco picado
- 200g de creme de leite
- 1 colher (chá) de essência de baunilha

**Modo de preparo:**

- A princípio, derreta o chocolate com a manteiga em banho-maria ou no micro-ondas.
- Na batedeira, bata as gemas com o açúcar por 10 minutos ou até ficar esbranquiçado.
- Acrescente a mistura de chocolate, a farinha peneirada e a castanha e bata até misturar.
- Logo depois, adicione o fermento e as claras batidas em neve e misture com uma colher.
- Unte e enfarinhe uma assadeira retangular de 29cm X 22cm e despeje a massa.
- Leve ao forno médio, preaquecido, por 30 minutos ou até ficar firme nas laterais e úmido no centro.
- Espere esfriar e desenforme.
- Derreta o chocolate em banho-maria ou no micro-ondas com o creme de leite, misturando até derreter.
- Junte a essência, espalhe sobre o bolo, alise com uma espátula e polvilhe com as castanhas.
- Corte em quadrados e embrulhe, um a um, em papel-alumínio.
- Por fim, leve à geladeira por no mínimo 4 horas antes de servir.

**Bolo de leite Ninho com morango e chocolate****Ingredientes:**

- 5 ovos
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de chocolate em pó
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite
- 2/3 de xícara (chá) de óleo
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó químico
- Margarina e farinha de trigo para untar e enfarinhar
- Raspas de chocolate meio amargo e morangos para decorar



- Leite Ninho® para polvilhar

#### **Recheio**

- 1 xícara (chá) de manteiga
- 2 xícaras (chá) de Leite Ninho®
- 2 latas de leite condensado
- 2 xícaras (chá) de morango picado

#### **Cobertura**

- 300g de chocolate meio amargo derretido
- 1 caixa de creme de leite (200g)

#### **Modo de preparo:**

- Bata no liquidificador os ovos, o açúcar, o chocolate em pó, o leite e o óleo até ficar homogêneo.
- Transfira para uma tigela, adicione a farinha, o fermento e misture.
- Em seguida, despeje em uma fôrma de 24cm de diâmetro untada e enfarinhada e leve ao forno médio (180º C), preaquecido, por 30 minutos.
- Retire, corte ao meio, na horizontal, e reserve.
- Para o recheio, na batedeira, bata a manteiga e o Leite Ninho®.
- Logo depois, junte o leite condensado, em fio, batendo até ficar cremoso.
- Misture delicadamente com o morango picado, cubra com filme plástico e leve à geladeira por 1 hora.
- Para a cobertura, misture o chocolate derretido e o creme de leite.
- Coloque uma parte da massa em uma travessa, faça uma camada com o recheio de leite em pó e cubra com a outra massa.
- Cubra todo o bolo com a ganache, alisando com uma espátula.
- Decore a lateral com raspas de chocolate e leve à geladeira por 3 horas.
- Por fim, retire, polvilhe com Leite Ninho®, decore com morangos, raspas e sirva.

#### **Bolo vulcão de leite Ninho com Nutella**

#### **Ingredientes:**

- 3 ovos (claras e gemas separadas)
- 4 colheres (sopa) de margarina
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 e 2/3 de xícara (chá) de água morna



- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó químico
- 1 colher (café) de essência de baunilha
- Margarina e farinha de trigo para untar e enfarinhar
- 1 pote de Nutella (350g)
- 1 caixa de creme de leite (200g)
- Leite Ninho para polvilhar

### **Brigadeiro de leite Ninho**

- 2 latas de leite condensado
- 1 xícara (chá) de leite Ninho
- 3 colheres (sopa) de margarina
- 1/2 caixa de creme de leite (100g)

### **Modo de preparo:**

- Na batedeira, em uma tigela, bata as claras em neve e reserve.
- Em outra tigela, na batedeira, bata as gemas, a margarina e o açúcar.
- Junte alternadamente a água e a farinha, sem parar de bater, até ficar homogêneo.
- Em seguida, junte o fermento, as claras batidas em neve e a essência, e misture delicadamente com uma colher.
- Transfira para uma fôrma de buraco no meio de 24cm de diâmetro untada e enfarinhada, e leve ao forno médio, preaquecido, por 35 minutos ou até assar e dourar.
- Logo depois, deixe esfriar e desenforme em um prato.
- Para o brigadeiro, leve uma panela ao fogo médio com o leite condensado, o leite Ninho® e a margarina, mexendo sempre, até engrossar.
- Logo depois, misture o creme de leite e deixe esfriar.
- Em uma tigela, misture a Nutella® com o creme de leite até ficar homogêneo.
- Dentro do bolo, despeje o brigadeiro de leite Ninho® e a mistura de Nutella®, intercalados, cobrindo a superfície e deixando escorrer pelas laterais.
- Polvilhe com leite Ninho® e sirva em seguida.

### **Bolo de quínia com cacau**

#### **Ingredientes**

- 1 xícara de chá de Quínia em Grãos
- 1/3 xícara de chá de leite de aveia (ou outro leite vegetal)
- 4 ovos inteiros
- 1 colher de chá de essência de baunilha
- 1/2 xícara de chá de manteiga



- 1/4 xícara de chá de óleo de coco derretido
- 1 xícara de chá de açúcar orgânico
- 1 xícara de chá de Cacau em Pó
- 1/2 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1 1/2 colher de chá de fermento em pó
- 1/2 colher de chá de Sal

### Modo de preparo

- Cozinhe a quínia com 2 xícaras e meia de água por cerca de 15 minutos, ou até a água secar. Dica: é importante que a quínia fique bem macia, o ponto é diferente da quínia para salada. Isso porque ela vai virar massa de bolo, então quanto mais macia melhor.
- Para o próximo passo, utilize uma batedeira. Coloque os ovos, o leite de aveia e a baunilha e bata bem. Adicione a quinoa cozida e fria, juntamente com a manteiga derretida e o óleo de coco. Misture até ficar uma mistura homogênea. Adicione os demais ingredientes e misture bem.
- Pré-aqueça o forno a 180°C. Unte duas formas retangulares ou redondas com óleo de coco e polvilhe cacau em pó. Despeje a massa e leve ao forno por 30 minutos. Insira um palito, se este sair limpo, o bolo está pronto.

### Parte 2: Recheio e Cobertura

#### Ingredientes

- 200ml de creme de leite
- 1 colher de sopa de Cacau em Pó
- 100g de chocolate meio-amargo picado
- Morangos para decorar

#### Modo de Preparo

- Derreta o chocolate em um recipiente de vidro em banho-maria.
- Adicione o cacau e o creme de leite e mexa até obter uma mistura homogênea.

### Parte 3: Montagem

- Retire com cuidado o bolo da forma e coloque um dos bolos num suporte para bolos.
- Cuidado para não manusear demais os bolos, pois eles são frágeis e quebram com facilidade.
- Espalhe metade do recheio, cubra com o outro bolo.



- Espalhe o restante do recheio por cima e termine de decorar com os morangos.

### Cookie de cacau sem glúten

#### Ingredientes

- 1/2 xícara de chá de farinha de arroz
- 3/4 de xícara de chá de farinha de amêndoas (ou farinha de outra castanha, como castanha de caju ou castanha do Pará)
- 1 colher de sopa de Cacau em Pó
- 3/4 xícara de chá de Açúcar Mascavo
- 1 ovo caipira
- 1 colher de sopa de mel
- 1 pitada de Sal
- 1 colher de sopa de fermento químico em pó
- Se quiser pode acrescentar gotas de chocolate, uva passa ou castanhas de sua preferência.

#### Modo de preparo

- Numa vasilha, bata bem o ovo, acrescente o mel e o açúcar mascavo. Depois acrescente o restante dos ingredientes.
- Num tabuleiro untado, vá colocando a massa com o auxílio de uma colher. Leve ao forno pré-aquecido a 180 graus por aproximadamente 15 minutos. Seu cookie de cacau sem glúten está pronto!

### Pão de mel

#### Ingredientes

- 4 ovos
- 1 xícara de chá de mel
- 1 xícara de chá de Açúcar Mascavo
- 1/2 xícara de chá de Cacau em Pó
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1 colher de chá de cravo em pó
- 2 colheres de sopa cheias de manteiga em temperatura ambiente
- 2 xícaras de chá de leite
- 4 xícaras de chá de farinha de trigo
- 2 colheres de chá de bicarbonato de sódio
- 2 colheres de chá de fermento em pó



- 1kg de chocolate em barra meio amargo (para cobertura)

### Modo de preparo

- Utilize uma batedeira para bater bem os ovos.
- Acrescente o mel, o açúcar, o cacau, o cravo, a canela e a manteiga e bata novamente.
- Em seguida, adicione o leite e a farinha de trigo e bata por cerca de três minutos.
- Limpe a lateral da batedeira para garantir de que a mistura está homogênea.
- Por fim, coloque o bicarbonato de sódio e o fermento e dê uma última batida.
- Unte forminhas de silicone e despeje a massa até a metade de cada uma delas.
- Leve ao forno médio pré aquecido (180°C) por, aproximadamente, 25 minutos.
- Derreta o chocolate em barra em banho maria e, com o auxílio de um garfo, banhe os bolinhos.
- Coloque-os numa superfície lisa para secar.
- Seu pão de mel está pronto! OBS: Você pode rechear os pães de mel com o sabor de sua preferência: brigadeiro, geleia de morango, nutella...

Rendimento: 30 bolinhos.

### Brownie

#### Ingredientes

- 300g de Açúcar Mascavo
- 90 g de Cacau em Pó
- 200g de chocolate em barra meio amargo derretido
- 200g de manteiga amolecida
- 120g de farinha de trigo
- 4 ovos
- Uva passa (opcional)
- Nozes (opcional)

#### Modo de fazer

- O primeiro passo é checar se a manteiga está endurecida. Se sim, coloque-a em banho-maria junto com o chocolate em barra meio amargo.
- Depois de derretidos, coloque a mistura na batedeira junto com os demais ingredientes e bata até ficar bem misturadinho.
- Unte um tabuleiro, despeje a massa e leve ao forno por 30 minutos. Sirva com uma bola de sorvete e fatias de morango.



## **Torta mousse de chocolate**

### **Ingredientes**

#### **Massa:**

- 200g de manteiga em temperatura ambiente
- 150g de farinha de trigo
- 300g de Açúcar Mascavo
- 120g de Cacau em Pó

#### **Recheio:**

- 300g creme de leite
- 300g chocolate meio amargo

### **Modo de preparo**

#### **Para a massa:**

- Num recipiente, misture todos os ingredientes com as mãos até que fique uma massa homogênea (ela fica com aspecto de “massa podre”).
- Em uma forma que solta o fundo, espalhe a massa e pressione-a bem para que se torne uma superfície lisa e bem compacta.
- Leve ao forno médio por 30 minutos. Retire do forno e deixe esfriar para depois colocar o recheio.

#### **Para o recheio:**

- Numa panela, misture o chocolate com o creme de leite, leve ao fogo e vá mexendo até o chocolate derreter.
- Despeje sobre a massa e leve à geladeira por ao menos três horas antes de servir. Decore com frutas vermelhas e sirva com sorvete de creme.
- Se preferir pode decorar com nozes também.

## **Ovo de Páscoa fit com recheio de pestígio**

### **Ingredientes:**

- Chocolate 70% cacau;
- 8 colheres de sopa de leite em pó desnatado;
- 3 colheres de sopa de adoçante em pó;
- 1 colher de sopa de óleo de coco (ou manteiga ghee);
- Coco ralado;
- 150ml de água fervente.



### Modo de preparo:

- Para a casca, derreta o chocolate em banho-maria, e modele na forma de ovo. Leve ao congelador por uma hora.
- Enquanto isso, bata o restante dos ingredientes no liquidificador por 5 minutos. Depois, misture coco ralado sem açúcar (de preferência fresco). Recheie o ovo.

### Salame de chocolate ao rum

- 250 gramas de chocolate meio amargo picado
- 15 mililitros de rum
- 100 gramas de biscoito de maisena em pedaços
- 50 gramas de manteiga
- Raspas de 1 laranja
- 1 pitada de sal
- Meia xícara de chá de açúcar de confeitiro

### Modo de Preparo

- Coloque as raspas da laranja num bowl com o rum.
- Deixe infundir por pelo menos 10 minutos.
- Derreta o chocolate em banho-maria.
- Desligue o fogo e acrescente a infusão de rum com cascas de laranja no chocolate derretido.
- Adicione também a manteiga em temperatura ambiente e uma pitada de sal.
- Misture bem para a manteiga incorporar no chocolate.
- Acrescente o biscoito de maisena picado no chocolate derretido.
- Misture bem novamente e reserve, deixando esfriar por 10 minutos.
- Em uma superfície lisa, abra o plástico filme e coloque o chocolate já misturado por cima.
- Feche o plástico filme por cima e modele no formato de um salame, lacrando bem nas laterais do plástico filme. Vá enrolando e segurando as pontas para que fique bem apertado e sem ar.
- Leve à geladeira por pelo menos 2 horas.
- Após 2 horas, retire o salame de chocolate da geladeira e coloque sobre uma bancada.
- Peneire açúcar de confeitiro, polvilhando por cima do salame de chocolate ao rum, deixando a finalização caprichada.
- Sua receita de salame de chocolate ao rum está pronta para ser servida!

### Ovo de Páscoa simples

#### Ingredientes

- 240 gramas de chocolate ao leite ou meio amargo
- 1 forma para ovo de Páscoa de 500 gramas

**Modo de Preparo**

- Derreta dois terços do chocolate ao leite no micro-ondas. Retire a cada 30 segundos e misture até o chocolate derreter por completo.
- Acrescente o restante do chocolate e misture.
- Espere a temperatura do chocolate chegar a 28 graus Celsius. Use um termômetro ou sinta nos lábios a temperatura fria.
- Transfira parte do chocolate para uma forma de ovo de Páscoa de 350 gramas e espalhe com a colher.
- Coloque sobre o papel-manteiga e leve para gelar até endurecer.
- Depois, passe mais uma camada de chocolate e espalhe com a colher.
- Leve novamente para gelar até a forma ficar opaca.
- Desenforme e decore do jeito que preferir.

**Ovo de chocolate Recheado****Ingredientes**

- 400 gramas de chocolate meio amargo
- 1 forma de ovo de 500 gramas

**Modo de Preparo**

- Derreta 400 gramas de chocolate meio amargo em banho-maria ou no micro-ondas.
- Coloque parte do chocolate em uma forma de ovo de 500 gramas.
- Feche a forma e leve para gelar até ficar opaco. Retire o silicone e reserve.

**Trufa de maracujá****Ingredientes**

- 250 gramas de chocolate branco
- 250 mililitros de creme de leite sem soro
- 4 colheres de sopa de concentrado de maracujá

**Modo de Preparo**

- Derreta 250 gramas de chocolate branco no micro-ondas.
- Acrescente 250 mililitros de creme de leite sem soro e misture.
- Depois, adicione 4 colheres de sopa de suco concentrado de maracujá e misture.
- Leve ao freezer por 10 minutos.
- Coloque o recheio com o ovo ainda na forma.
- Cubra com o restante do chocolate e deixe secar.
- Desenforme e sirva em seguida.



## **Ingredientes**

### **Para a trufa**

- 200 gramas de chocolate ao leite
- Meia xícara de chá de creme de leite
- 2 colheres de sopa de whisky

## **Modo de Preparo**

### **Para a trufa**

- Em um recipiente, coloque 200 gramas de chocolate ao leite e meia xícara de creme de leite. Derreta no micro-ondas por 2 minutos e mexa na metade do tempo.
- Acrescente 2 colheres de sopa de whisky e misture novamente.
- Deixe esfriar e reserve.

## **Ingredientes**

### **Para o ovo de Páscoa**

- 500 gramas de chocolate meio amargo
- 1 forma de ovo de Páscoa de 500 gramas

## **Modo de Preparo**

### **Para o ovo de Páscoa**

- Derreta dois terços do chocolate em banho-maria ou no micro-ondas.
- Em seguida, adicione o restante do chocolate e misture. A temperatura do chocolate deve chegar entre 28 e 29 graus Celsius. Use um termômetro ou sinta a temperatura nos lábios.
- Em seguida, coloque parte do chocolate em uma forma de ovo de 500 gramas.
- Feche a forma e leve para gelar até a forma ficar opaca.
- Retire o silicone da forma e recheie o ovo com a trufa. Leve para gelar por mais 5 minutos.
- Em seguida, coloque o restante do chocolate e deixe secar.
- Desenforme e sirva em seguida.

## **Ovo de colher com recheio dois amores**

### **Ingredientes**

- 2 caixas de leite condensado
- 2 caixas de creme de leite
- 2 colheres de sopa de manteiga sem sal
- 4 colheres de chocolate 50% cacau
- 100 gramas de chocolate da sua preferência: meio amargo, ao leite ou branco

## **Modo de Preparo**



- Em uma panela, adicione uma caixa de leite condensado, uma caixa de creme de leite, uma colher de manteiga e mexa até dar o ponto de brigadeiro.
- Em outra panela adicione a outra caixa de leite condensado, o creme de leite, a manteiga e o chocolate em pó 50% cacau e mexa até dar o ponto de brigadeiro.
- Com os recheios totalmente frios e com auxílio de um bico liso e uma manga de confeitar, transfira os recheios para as mangas.
- Faça bolinhas brancas até a metade do ovo, e de bolinhas pretas até a outra metade e está pronto!
- Se você não tiver o bico e o saco de confeitar, pode colocar o recheio com uma colher mesmo e depois finalizar com raspas de chocolate preto e branco em cima!
- Se desejar, pode jogar alguns confeitos em cima também!
- Embale como desejar!

### **Ovo de Páscoa na travessa**

#### **Ingredientes**

- 3 latas de leite condensado
- 3 xícaras de chá de leite
- 6 gemas
- 2 colheres de sopa de amido de milho
- Um quarto de xícara de leite para dissolver o amido de milho
- 1 colher de chá de essência de baunilha
- 2 caixas de creme de leite
- 2 xícaras de chá de chocolate meio amargo derretido
- Meia xícara de chá de amendoim sem sal picado
- 2 xícaras de chá de chocolate ao leite picado

#### **Modo de Preparo**

- Em uma panela, coloque 3 latas de leite condensado, 3 xícaras de chá de leite e 6 gemas.
- Dissolva 2 colheres de sopa de amido de milho em um quarto de xícara de leite e acrescente a mistura na panela.
- Misture, ligue o fogo e cozinhe até engrossar.
- Em seguida, adicione 1 colher de chá de essência de baunilha e misture.
- Desligue o fogo, deixe esfriar e adicione 2 caixas de creme de leite. Misture bem.
- Reserve um terço da mistura.
- No restante do creme, acrescente 2 xícaras de chá de chocolate meio amargo derretido e misture.
- Em uma travessa, coloque metade do creme com chocolate e leve ao congelador por 15 minutos.



- Depois, acrescente o creme branco reservado e meia xícara de chá de amendoim picado sem sal. Cubra com o restante do creme de chocolate.
- No micro-ondas, derreta 2 xícaras de chá de chocolate ao leite picado por 1 minuto e espalhe na travessa.

### **Bolo de cenoura na travessa**

#### **Ingredientes**

- 2 cenouras em rodela
- 2 ovos
- Meia xícara de chá de leite
- Meia xícara de chá de óleo
- 1 xícara de chá de açúcar
- 1 e meia xícara de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento

#### **Ingredientes**

#### **Cobertura de brigadeiro**

- 1 lata de leite condensado
- 1 caixinha de creme de leite
- Meia xícara de chá de chocolate em pó
- 1 colher de sopa de manteiga
- Granulado a gosto para decorar

#### **Modo de Preparo**

- Em um liquidificador, coloque cenoura, ovos, leite, óleo e açúcar. Bata bem até ficar homogêneo.
- Misture a farinha e o fermento em uma tigela à parte.
- Despeje o líquido na tigela e misture, aos poucos, com um fouet ou espátula.
- Transfira para uma travessa untada com manteiga e farinha e leve para assar em forno preaquecido a 200 graus Celsius por cerca de 35 minutos.
- Espere esfriar antes de finalizar com a cobertura de brigadeiro.

#### **Modo de Preparo**

#### **Cobertura de brigadeiro**

- Misture leite condensado, creme de leite, chocolate em pó e manteiga em uma panela e leve ao fogo baixo para engrossar.
- Despeje sobre o bolo e despeje o granulado.
- Se quiser, decore com brigadeiros enrolados, bombons e hortelã.