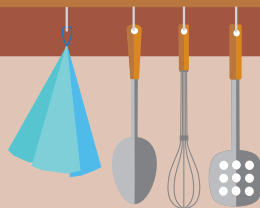




COZINHA SHOW



EXPOINTER 2023



RISOTO DE POLPA DE AÇAÍ JUÇARA E LINGUIÇA

Adaptado de *Biodiversidade brasileira: sabores e aromas*

https://www.gov.br/mma/pt-br/assuntos/biodiversidade/fauna-e-flora/copy2_of_LivrodeReceitasSaboreseAromas.pdf

Ingredientes

- 1 e ½ xícara (chá) de **arroz**
- ¼ de xícara (chá) de cebola
- 3 colheres (sopa) de **azeite**
- 1 xícara (chá) de **linguiça frescal**
- 1/3 de xícara (chá) de **vinho branco seco**
- 3 xícaras (chá) de caldo de legumes ou água
- 1 xícara (chá) de **polpa de açaí juçara**
- 1 colher (chá) de **sal temperado**

Nozes e flores ou tempero verde para decorar

Modo de preparo

- 1º - Deixe o arroz de molho por algumas horas e escorra.
- 2º - Refogue a cebola com azeite até ficar transparente, acrescente a linguiça e refogue até secar.
- 3º - Acrescente o arroz escorrido e cozinhe mexendo sempre, até ficar translúcido.
- 4º - Adicione o vinho branco e deixe secar completamente.
- 5º - Acrescente uma concha de caldo de legumes quente e mexa até o caldo secar. Repita esse processo até o arroz ficar *al dente*.
- 6º - Junte a polpa de açaí juçara, misture e coloque o sal.
- 7º - Sirva em seguida, decorado com nozes e flores ou tempero verde.

Tempo de preparo: 30 minutos

Rendimento: 8 porções



Crédito: Raquel Aguiar (2023).

SORVETE DE QUEIJO COM GELEIA DE FLORES E NOZES

Equipe Cozinha Show

Ingredientes para o sorvete

- 1 xícara (chá) de **queijo colonial** ralado
- 1 xícara (chá) de **nata**
- 1 xícara (chá) de **leite** ou extrato vegetal
- 1 xícara (chá) de **açúcar mascavo** ou leite condensado

Modo de preparo

- 1º - Coloque no liquidificador ou no mixer todos os ingredientes e bata até misturar bem.
- 2º - Despeje numa travessa de vidro e leve ao freezer até congelar.
- 3º - Retire do freezer, bata na batedeira por um minuto ou até dobrar de volume. Cuide para não bater demais para a nata não desorar.
- 4º - Coloque novamente na travessa ou em porções individuais e leve novamente ao freezer até congelar.
- 5º - Faça bolas de sorvete com boleador, cubra com um fio de geleia da sua preferência e enfeite com nozes.

Sugestões de cobertura

Geleia de flores

Nozes para decorar

Frutas e flores desidratadas ou *in natura*

Dicas: pode ser colocado em formas de picolé ou copinhos de cafezinho com palito. Sugestão de servir com *brownie* ou *muffin*.

Tempo de preparo: 3h

Rendimento: 8 porções



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

Equipe Cozinha Show: Adriana Conzatti, Bruna da C. Santa Maria, Claudiane S. N. da Luz, Leila Ghizzoni, Mariana S. Camargo, Marineli Meliga - Extensionistas Rurais Sociais



COZINHA SHOW



EXPOINTER 2023

ARROZ DE LEITE COM DOCE DE LEITE

Adaptado de Nut. Cleuza Amaral - Programa Rio Grande Rural (2015).

Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de **doce de leite**
- 10 xícaras (chá) de **leite** integral - 1,5 litro
- Cravo e canela a gosto
- 1 e ½ xícaras (chá) de **arroz** branco tipo 1 - 200 g
- 3 xícaras (chá) de água
- 2 colheres (sopa) de **nata** ou creme de leite

Modo de preparo

- 1º - Em uma panela, dissolva o doce de leite no leite, em fogo baixo. Coloque cravo e canela a gosto e deixe ferver por 10 minutos.
- 2º - Em outra panela, cozinhe o arroz com a água. Quando estiver cozido, adicione o doce de leite dissolvido. Deixe em fogo baixo por mais 10 minutos.
- 3º - Desligue o fogo e acrescente a nata ou o creme de leite.
- 4º - Despeje numa travessa de vidro, leve à geladeira para gelar bem e sirva frio.

Dicas: pode trocar o doce de leite por rapadura.

Pode servir com **geleia de frutas cítricas**.

Tempo de preparo: 30 minutos

Rendimento: 10 porções



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

SANGRIA

Adaptado de: <https://www.panelinha.com.br/busca/SANGRIA>

Ingredientes

- 1 maçã pequena ou **maçã desidratada**
- ½ xícara (chá) de **suco de laranja** coado
- ½ xícara (chá) de **vinho tinto** gelado ou **suco de uva** bordô
- 1 colher (sopa) de **licor de laranja**
- Cubos de gelo e água com gás gelada a gosto

Modo de preparo

- 1º - Lave, seque e fatie a maçã (se usar *in natura*) no sentido da largura. Divida as rodela de maçã em dois copos ou coloque numa jarra. Regue as maçãs com o caldo de laranja e o licor.
- 2º - Divida o vinho nos dois copos e misture. Preencha com cubos de gelo e complete com a água com gás (cerca de ¼ de xícara por copo). Sirva a seguir.



www.panelinha.com.br

CANAPÉS DE FARINHA DE ARROZ E MILHO COM LINGUIÇA

Adaptado de Nut. Leila Ghizzoni -Programa Rio Grande Rural (2013).

Ingredientes para a massa

- 1 xícara (chá) de **farinha de arroz** (pode substituir por outra)
- 1 xícara (chá) de **farinha de milho** (pode substituir por outra)
- 1 colher (sopa) de **erva-mate** peneirada
- ½ colher (chá) de **sal temperado** (opcional)
- 1 colher (sopa) de orégano (opcional) ou outro tempero da preferência
- 2 colheres (sopa) de **manteiga** derretida (pode substituir por outra gordura)
- 1 xícara (chá) de **leite** ou água (pode substituir por extrato vegetal)
- 1 ovo

Modo de preparo

- 1º - Misture os ingredientes secos, acrescente a manteiga derretida, o leite e o ovo e amasse até a massa ficar homogênea. Se necessário, acrescente mais leite ou água.
- 2º - Coloque em forminhas de quindim ou outro formato da preferência, moldando a massa na espessura de 0,5 cm.
- 3º - Leve para assar em fogo médio (200-250 °C) por, aproximadamente, 20 minutos ou até dourar.

Ingredientes para o recheio

- 1 xícara (chá) de **linguiça** picada
- 1 cebola pequena picada fina
- 1 abobrinha pequena picada em cubinhos
- 1 cenoura média ralada (ralo grosso)
- ½ xícara (chá) de **ricota** - 50 g

Modo de preparo

- 1º - Coloque numa panela a linguiça e a cebola e refogue.
- 2º - Misture a abobrinha e a cenoura e deixe cozinhar até murchar. Acrescente água se necessário.
- 3º - Retire do fogo e misture a ricota esmagada.

Dica: essa massa pode também ser utilizada para fazer palitinhos salgados, espalhando-a numa forma de bolo e cortando em seguida, antes de assar. Experimente outros recheios como salame e queijo picados, linguiça e requeijão, pasta de vegetais, caponata de beringela, geleias e chimias, doce de leite e nozes.

Tempo de preparo: 40 minutos

Rendimento: 20 unidades



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

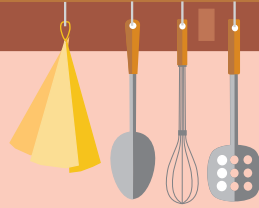
Equipe Cozinha Show: Adriana Conzatti, Bruna da C. Santa Maria, Claudiane S. N. da Luz, Leila Ghizzoni, Mariana S. Camargo, Marineli Meliga - Extensionistas Rurais Sociais



COZINHA SHOW



EXPOINTER 2023



PETIT GATEAU ROMEU E JULIETA

Adaptado de Panelinha

<https://www.panelinha.com.br/receita/Petit-gateau-de-chocolate>

Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de **queijo colonial** ralado - 300 g
- 1 e 1/2 xícara (chá) de **manteiga**
- 5 ovos
- 5 gemas
- 1 xícara (chá) de **açúcar mascavo**
- 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo (farinha de arroz, amido de milho)

Modo de preparo

- 1º - Numa tigela, misture bem os ovos, as gemas, o açúcar e a manteiga em temperatura ambiente. Junte a farinha de trigo peneirada e misture. Deixe repousar por 15 minutos.
- 2º - Junte o queijo ralado e misture delicadamente.
- 3º - Unte com manteiga forminhas de bolo individuais, de preferência, antiaderentes e polvilhe com farinha.
- 4º - Preencha as forminhas com a massa e leve ao forno preaquecido a 180 °C (temperatura média) por cinco minutos.

Ingredientes para a cobertura

- 1 xícara (chá) de **goiabada**
- 1 xícara (chá) de água
- 1 pau de canela (opcional)
- Folhas de hortelã ou flores para decorar

Modo de preparo

- 1º - Coloque a goiabada picada, a água e a canela numa panela e leve ao fogo médio para cozinhar.
- 2º - Quando derreter a goiabada, cozinhe por mais alguns minutos até começar a desgrudar do fundo da panela.



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

Montagem do *petit gateau*: desenforme o bolinho ainda quente num prato, coloque a cobertura de goiabada, uma bola de sorvete, decore com as folhas de hortelã ou as flores e sirva imediatamente.

Tempo de preparo: 30 minutos

Rendimento: 20 unidades

FIGO RECHEADO

Ingredientes

Figo cristalizado ou em calda

Copa fatiada

Queijo gorgonzola ou **ricota**

Flores, chás *in natura* e **nozes**

Modo de preparo

- 1º - Escorra o figo (se for em calda) e faça dois cortes na parte superior até a metade, no formato de X.
- 2º - Enrole uma fatia de copa no formato de flor e coloque no meio do figo.
- 3º - Acrescente um pedacinho de ricota no miolo da copa.
- 4º - Decore com flores, chás ou nozes, e sirva em pelotine ou forminhas da preferência.

Dica: pode utilizar outra fruta cristalizada no lugar do figo e outro tipo de queijo ou ricota.



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

PÊSSEGO RECHEADO

Ingredientes

1 vidro de **pêssego em calda** (sem caroço)

1 pote de **iogurte natural** ou creme de leite

Flores desidratadas, chás *in natura*

Modo de preparo

- 1º - Escorra o pêssigo da calda e corte pela metade.
- 2º - Coloque numa cumbuca ou prato que for servir, virado com a abertura para cima.
- 3º - Coloque uma colher de iogurte ou creme de leite dentro e enfeite com flores ou chás.



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

ENROLADINHOS ROMEU E JULIETA

Ingredientes

Bacon fatiado em tiras

Queijo cortado em cubos de 2 cm

Goiabada cortada em cubos de 2 cm

Geleia de pimenta

Modo de preparo

- 1º - Junte um cubo de queijo e um de goiabada e enrole uma fatia de bacon ao redor dos dois.
- 2º - Espete cada rolinho num palito de dente ou quatro unidades em um palito de churrasco.
- 3º - Leve para assar em churrasqueira ou forno médio.
- 4º - Sirva ainda quente, com um fio de geleia de pimenta por cima.



<https://br.pinterest.com/pin>

Equipe Cozinha Show: Adriana Conzatti, Bruna da C. Santa Maria, Claudiane S. N. da Luz, Leila Ghizzoni, Mariana S. Camargo, Marineli Meliga - Extensionistas Rurais Sociais



COZINHA SHOW



EXPOINTER 2023



ESPETINHOS

Ingredientes

Tomate cereja

Pepino, ou outros **legumes em conserva**, cortados em rodela de um cm

Ovo de codorna em conserva

Copa ou **salame** fatiados

Queijo colonial ou temperado ou **ricota** cortados em cubos de um cm

Cenoura

Manjerição

Palitos



Crédito: Adriana Conzatti (2023).

Modo de preparo

1  - Coloque no palito queijo ou a ricota, o tomate cereja, o pepino ou legumes em conserva, o ovo de codorna, a cenoura e o manjeriço.

2  - Dobre uma fatia de copa em duas partes, formando um triângulo, ou enrole no formato de uma flor e espete acima finalizando e espetinho.

Dica: pode misturar frutas cristalizadas na montagem dos espetinhos.

CHIPS RECHEADOS

Ingredientes

Chips de batata-doce, aipim, inhame, banana

Ricota/requeijão

Salame ou **copa** fatiados

Queijo colonial ou temperado cortado em cubos de um cm

Pasta de legumes

Geleias/chimias

Tempero verde

Palitos



Crédito: Leila Ghizzoni (2023).

Modo de preparo: utilize os chips como base e recheie com pasta de legumes, ricota com tempero verde, salame/copa e queijo, pasta de ricota com geleia.

CLERICOT TROPICAL

Adaptado de: <https://www.panelinha.com.br/busca/CLERICOT>

Ingredientes

- 1 garrafa de **vinho branco** ou **suco de uva branca** gelado
- 2 latas de água tônica gelada
- ½ abacaxi pérola ou **abacaxi desidratado**
- 1 carambola
- 1 romã
- Cubos de gelo a gosto



www.panelinha.com.br

Modo de preparo

- 1º - Descasque e corte o abacaxi em cubos, distribua numa assadeira pequena e leve ao congelador por, pelo menos, 40 minutos.
- 2º - Lave, seque e corte a carambola em fatias finas para formar estrelas. Corte a romã ao meio, no sentido da largura. Sobre uma tigela, aperte cada metade delicadamente e bata com as costas de uma colher na casca para extrair as sementes e o caldo.
- 3º - Preencha o fundo da jarra com cubos de gelo. Adicione as fatias de carambola, as sementes de romã (com o caldo) e os cubos de abacaxi congelados.
- 4º - Acrescente o vinho branco ou suco de uva branca e a água tônica. Sirva em seguida.

MOSCOW MULE

Adaptado de: <https://receitas.globo.com/receitas-da-tv/perto-do-fogo/moscow-mule-com-tangerina-gnt.ghtml>

Ingredientes

- 1 bergamota
- 2 galhos de funcho ou 2 colheres (chá) de **sementes de funcho**
- 1/2 de xícara (chá) de **melado** – 100 ml
- 1/2 de xícara (chá) de **cachaça** – 100 ml
- 1 colher (cafezinho) de gengibre ralado ou **gengibre em pó** - 4 g
- Suco de 1 limão
- Gelo
- 600 ml de água com gás

Modo de preparo

- 1º - Corte as bergamotas em fatias e toste na grelha.
- 2º - Passe rapidamente o funcho no fogo.
- 3º - Coloque numa jarra ou em copos o melado, a cachaça e o gengibre e misture.
- 4º - Adicione as bergamotas caramelizadas, o funcho e o suco de limão e finalize com a água com gás.
- 5º - Sirva nos copos com gelo e enfeite com um gomo de bergamota.



www.cliffordsguide.com

Receitas elaboradas pela Equipe da Cozinha Show

Equipe Cozinha Show: Adriana Conzatti, Bruna da C. Santa Maria, Claudiane S. N. da Luz, Leila Ghizzoni, Mariana S. Camargo, Marineli Meliga - Extensionistas Rurais Sociais