Bolo de Milho

Bolo de Milho

Esse bolo de milho é uma delícia e muuuiiito fácil de fazer. A receita aprovadíssima vem de uma super vó querida! Fazer e comer quentinho no final da tarde com um cafézinho ou chá, tira qualquer desânimo e o astral vai lá para o alto. Obrigada Regina…seus quitutes são maravilhosos!

Ingredientes:

– 1 lata de leite condensado

– 1 lata de milho verde sem a água

– 3 ovos inteiros

– 100 g de coco ralado desidratado

– 1 colher de sopa de margarina

– 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de fazer:

1. Bater tudo no liquidificador

2. Despejar numa fôrma untada e levar ao forno pré aquecido a 200°C por 35 minutos. Mais fácil que isso…impossível!!

Dica: Bata 70 g do coco ralado junto com os outros ingredientes e as outros 30 g só misture na massa depois de batida. Eu fiz assim e dá para sentir melhor os pedacinhos de coco no bolo que é meio pudim! HUUUMMMM!!!

Brigadeirão

Brigadeirão

Algumas das melhores lembranças que guardamos do tempo de criança, são as festas de aniversário onde o artista principal e mais esperado era o brigadeiro. Sem falar que quando chegávamos na casa da vovó, lá estava ele a nossa espera para ser devorado em minutos. E essa delícia é um dos doces mais amado do Brasil e nessa receita ele está em formato pudim.

É muuiiito gostoso! Não são só as crianças que ficam com água na boca e com olhos arregalados quando vêem o tal brigadeiro. Os que acabaram de sair e os que depois de muito tempo voltaram à infância, também tem reações e recordações de alegria ao saborear essa gostosura. Mas em homenagem especial ao dia das crianças, tá aí essa delícia!! Brigadeirão, como diz o nome, serve 8 pessoas ou mais…Lambuzem-se!!!

Ingredientes:

Brigadeirão:

– 7 ovos

– 7 colheres de sopa de açúcar

– 10 colheres de sopa de chocolate em pó

– 3 colheres de sopa de manteiga

– 3 colheres de sopa de óleo
– 1 colher de sopa de fermento em pó
– 50 g de coco ralado desidratado ou fresco
– 50 g de chocolate granulado
Cobertura:
– 1 lata de leite condensado
– 1/2 lata de leite
– 5 colheres de sopa de chocolate em pó
– 1 colher de sopa de manteiga
Modo de fazer:
1. Untar uma fôrma com furo no meio com manteiga e farinha de trigo e ligar o forno à 180°C.

2. Bater todos os ingredientes no liquidificador, menos o granulado.
3. Coloque essa massa na fôrma untada e leve ao forno pré aquecido por mais ou menos 1 hora.
4. Enquanto isso, prepare a cobertura…
5. Misture todos os ingredientes da cobertura e leve ao fogo alto, mexendo sempre com uma colher de pau.
6. Quando ferver, abaixe o fogo e mexa até soltar do fundo da panela por cerca de 7 minutos.
7. Desligue o fogo e deixe esfriar.

Montagem:

1. Passe uma faca em volta da fôrma do brigadeirão, desenforme colocando um prato por cima e vire de uma vez.
2. Espalhe a cobertura e polvilhe com chocolate granulado.

Mousse de Maracujá

Mousse de Maracujá

Todo mundo sabe que o maracujá é um fruto que acalma até os mais nervosinhos! Isso acontece devido a uma substância chamada passiflorina, que atua como calmante. Além disso, é rica em fósforo, cálcio, vitamina A, vitaminas do complexo B, fibras, muita vitamina C e boa quantidade de sais minerais, como ferro, sódio, cálcio e fósforo. Ajuda no controle do colesterol, regula o funcionamento intestinal, aumenta a sensação de saciedade e equilibra o índice glicêmico da refeição refletindo em um menor deposito da gordura abdominal.

A flor de maracujá é linda, mas não dura muito tempo e se colhida, ela se fecha na hora. Dizem que o papa Paulo V ajoelhou-se reverentemente diante da flor do maracujá, que representaria uma "revelação divina". Ela recordaria a paixão de Cristo, pois é semelhante aos cravos que Cristo foi pregado à cruz…cinco pétalas, rodeadas de coroa roxa, simbolizavam as cinco chagas e a coroa de espinhos.

A comparação deu origem até ao nome científico da flor, que pertence à família das Passifloráceas, "Passio" de paixão e "Flore" de flor, assim: Flor da Paixão. Legal, né?

Vamos usar esse "Fruto da Paixão" para fazer um Mousse de Maracujá super simples e saboroso! À ele então…

Ingredientes:

– 1 lata de leite condensado

– A mesma medida da lata de suco de maracujá fresco

– 1 pacote de gelatina em pós sem sabor branca

– 1/2 xícara de água fervente

– 3 claras em neve

Modo de fazer:

1. Bater no liquidificador o leite condensado com o suco de

maracujá.

2. À parte, dissolver a gelatina com a água fervente e adicionar no liquidificador.

3. Por último, misturar as claras em neve e colocar em taças individuais ou numa travessa.

4. Levar ao congelador por mais ou menos 1/2 hora e depois coloque na geladeira.

Dica: Você pode usar as metades das cascas do maracujá para servirem de taças. Na hora de servir, arrume-as dentro de uma travessa com gelo que dará um visual super transado!

Amendoim Açucarado (Pralineé)

Amendoim Açucarado (Pralineé)

Toda vez que vamos na casa da vovó Jacira, tem um docinho nos esperando. E esse amendoim doce ou pralineé, como alguns chamam, é irresistível e enquanto não acaba, a gente não consegue parar de comer. Obrigada vovó Jacira por adoçar a nossa vida!

Ingredientes:

– 1 copo de açúcar

– 1 copo de amendoim

– 11/2 copo de água

– 3 colheres de sopa de chocolate em pó.

Modo de fazer:

1. Levar todos os ingredientes ao fogo numa panela funda, mexendo sempre com uma colher de madeira para não grudar no fundo da panela.

2. Quando o açúcar estiver secando, mexer vigorosamente para ele aderir bem ao amendoim.

Dica: Quanto mais o amendoim estiver cozido, mais o açúcar ficará impregnado no amendoim, portanto se necessário acrescente um pouco mais de água.

Frozen Yogurt Light de Limão

Frozen Yogurt Light de Limão

Esse ano o verão está meio tímido e não tem feito tanto calor. Hoje senti um pouco mais e fiquei com vontade de me refrescar num sorvete. Resolvi fazer um Frozen light caseiro, pois esses "Frozens" que a gente toma por aí e que são uma delícia, leva muuuuiiita gordura e quase não tem diferença em calorias dos sorvetes cremosos. Andei pesquisando e achei uma receita só com iogurte, sem o creme de leite e ainda por cima adoçado com adoçante culinário. Está num blog de uma amiga da Patrícia que é nutricionista, chamado *"Nutricionário"*. Experimentamos aqui em casa e todos acharam que poderia ser um pouquinho mais doce, por isso adicionei à receita uma colher a mais de adoçante. Se quiser, pode ser adoçado com açúcar a gosto. Ficam por sua conta as calorias, ou como diria meu sogro, *"Sorvete é gelado e não tem caloria nenhuma"*…rsrsrs!

Ingredientes:

– 3 potes de iogurte natural

– Suco de 2 limões sicilianos

– 1 envelope de gelatina sem sabor

– 2 colheres de adoçante culinário ou açúcar

– Raspas de casca de limão

Modo de fazer:

1. Dissolver a gelatina em 5 colheres de sopa de água fria e levar ao microondas por 10 a 15 segundos para diluir.

2. Bata no liquidificador todos os ingredientes e adicione a gelatina no final.

3. Coloque num pote e leve por mais ou menos 30 minutos no congelador, depois à geladeira para terminar de endurecer e após, bata novamente com um mixer.

4. Coloque num saco plástico higienizado, corte a ponta e molde dentro de uma taça como frozen.

5. Salpique raspas de limão siciliano e refresque-se sem moderação!!