

BRIGADEIRO DE SOJA

Ingredientes:

200 gramas de soja em grão

1 lata de leite condensado

1 colher de sopa de margarina sem sal

2 colheres de chocolate em pó

Chocolate granulado

Modo de preparo: Cozinhe a soja e bata no liquidificador, coloque em uma panela junto com o leite condensado, a margarina e o chocolate em pó. Leve ao fogo mexendo sempre, até dar ponto de brigadeiro. Desligue e deixe esfriar. Faça bolinhas e passe-as no granulado e coloque-as em forminhas.

VITAMINADO DE ABACATE

Ingredientes:

4 colheres de sopa de abacate

2 colheres de sopa de açúcar

150 ml de leite desnatado

Limão a gosto

Modo de preparo: Bata os três primeiro ingredientes no liquidificador. Adicione limão e sirva gelado.

PATÊ DE ALHO

Ingredientes:

3 dentes de alho

1 sachê de sazon (legumes)

250 gramas de maionese

1 lata de creme de leite

Salsa a gosto

Modo de preparo: Triture o alho e adicione sal a gosto, coloque o sazón, creme de leite e a maionese em um liquidificador, acrescente o alho e bata até formar uma mistura homogênea.

BOLO DE LARANJA COM LINHAÇA

Ingredientes:

2 ovos

½ xícara de chá de açúcar refinado

½ xícara de chá de açúcar mascavo

½ xícara de chá de óleo

1 xícara de chá de farinha de trigo

1 xícara de chá de suco de laranja sem coar

1 xícara de chá de linhaça triturada

1 colher de sopa de fermento em pó

1 pitada de sal

Calda:

¼ de xícara de chá de suco de laranja

3 colheres de sopa de açúcar

1 colher rasa de sopa de amido de milho (maisena)

Modo de preparo: Bata no liquidificador os ovos, os açúcares, o óleo, a farinha de trigo, o suco de laranja e o sal. Passe para uma travessa e misture a linhaça e o fermento revolvendo suavemente até que a massa esteja homogênea. Despeje a mistura em uma forma untada e leve ao forno pré-aquecido por volta de 20 a 30 minutos.

Calda: Leve os ingredientes ao fogo até engrossar. Despeje por cima do bolo quente. Se preferir polvilhe com linhaça.

MACARRÃO AO MOLHO DE MELANCIA

Ingredientes:

250 gramas de macarrão parafuso

½ unidade de melancia

3 xícaras de chá de tomate picados

1 xícara de chá de cebola picada

5 colheres de óleo

1 dente de alho

1 tablete de caldo de carne

200 gramas de carne moída

1 lata de molho de tomate

2 colheres de amido de milho (maisena)

1 colher de café de ervas finas (opcional)

Sal, orégano e cheiro verde a gosto

Modo de preparo: Bata a polpa da melancia no liquidificador. Reserve o suco na geladeira. Pique os tomates e a cebola, o alho, a carne, o caldo de carne, os tomates e os ingredientes restantes. Dissolva o amido em um copo de suco de melancia junte ao restante do suco e coloque no molho, deixando apurar, salgue a gosto. Despeje sobre o macarrão já cozido.

MOUSSE DE SUCO DE UVA

Ingredientes:

6 claras de neve

12 colheres de sopa de açúcar

1 pacote de gelatina em pó sem sabor

1 garrafa de suco de uva concentrado de uva

1 lata de creme de leite sem soro

Calda:

½ garrafa de suco de uva

3 colheres de sopa de açúcar

1 colher de sopa de amido de milho

Modo de preparo: Bata as claras em neve com o açúcar até virar um suspiro. Dissolva a gelatina em ½ garrafa de suco de uva e leve ao fogo e bata até ficar espumoso. Misture bem

com o suspiro e acrescente o creme de leite. Despeje a mistura em uma assadeira de buraco untada e leve para gelar. Depois de gelado desenforme e cubra com a calda. Decore com uvas

Calda: Leve ao fogo até engrossar. Deixe esfriar e coloque sobre a mousse.

Dica: Se desejar pode adicionar à calda vinho tinto.