



MASSAS

Apenas **1,99**

Delícias da **COZINHA**
Edição Extra

Linc
EDITORA

ISSN 1679-4478 Ano 4 - Nº 72
R\$ 1,99 € 1,30

43 maneiras de preparar pratos da culinária italiana

Molhos são a chave do sucesso
Aprenda a prepará-los com os mais variados ingredientes

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Com as mãos na massa

Molhos e recheios variados resultam em sabores surpreendentes

Canelone de Ricota e Nozes ao Molho de Tomate

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 1 hora

Ingrediente da Massa
• 500 g de massa para canelone pré-cozida

Ingredientes do Recheio
• 500 g de ricota fresca
• 100 g de nozes picadas
• 1 xícara (de chá) de salsinha e cebolinha picadinhas
• Sal e noz-moscada a gosto

Ingredientes do Molho
• 2 kg de tomate sem pele e sem sementes
• 3 cebolas picadas bem miudinhas
• 1 colher (de sopa) de alho moído
• 3 colheres (de sopa) de azeite
• 3 colheres (de sopa) de açúcar
• 1 folha de louro
• Sal a gosto
• 100 g de queijo parmesão ralado

Preparo

Misture todos os ingredientes do recheio até formar uma massa homogênea. Feito isso, preencha cada canelone com essa mistura e coloque-os sobre um refratário. Prepare o molho, descascando os tomates, retirando suas sementes e picando-os. Bata a pele e as sementes com um pouco de água no liquidificador e coe a mistura. Então, frite a cebola e o alho no azeite, e acrescente o tomate picado, o açúcar, a folha de louro e o sal. Adicione o caldo ao molho e despeje sobre os canelones. Polvilhe queijo ralado e leve ao forno por, aproximadamente, 20 minutos.



Assessorias de cozinha: Cecília Dale e Suxoar

Canelone de Catupiry com Espinafre

Por Nice Porto
Rendimento: 16 unidades
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 1 hora

Ingredientes
• 1 dente de alho amassado
• 1 colher (de sopa) de margarina
• 1 maço de espinafre lavado
• Sal e pimenta-do-reino a gosto
• 8 retângulos de massa verde para canelone cozida
• 800 g de catupiry
• 1 lata de molho de tomate

Preparo

Doure o alho na margarina, junte o espinafre e refogue. Tempere a mistura com o sal e a

pimenta-do-reino, peneire-a para escorrer todo o caldo, adicione o catupiry e reserve. Divida cada retângulo da massa do canelone em duas partes iguais e reserve. Feito isso, utilize a palma das mãos para fazer um rolo de 12 cm com o recheio, e enrole-o em um retângulo de massa. Repita essa operação até formar todos os canelones. Coloque a massa em uma travessa, despeje o molho por cima e leve os canelones para assar.

Canelone de Frios

Por Elaine Pignini
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 1 hora

Ingredientes
• 4 colheres (de sopa) de azeite
• 1 cebola ralada
• 2 latas de molho de tomate
• Cheiro-verde e sal a gosto
• 1 pacote de massa para lasanha (500 g)

• 300 g de queijo mussarela fatiado
• 300 g de presunto fatiado
• Queijo parmesão ralado e orégano a gosto (para polvilhar)

Preparo

Aqueça o azeite, refogue a cebola por 2 minutos, adicione o molho e deixe refogar mais um pouco. Então, tempere a mistura com o cheiro-verde e o sal e reserve. Enquanto isso, cozinhe a lasanha e, em seguida, recheie cada fatia com o queijo e o presunto, enrole os canelones e arrume-os em um refratário. Cubra com o molho refogado, polvilhe queijo ralado e orégano, e leve a massa ao forno para assar.

Canelone Záz-trás

Por Elaine Pignini
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 1 hora

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Ingredientes

- 1 pacote de massa para lasanha (500 g)
- 4 colheres (de sopa) de azeite
- 1 cebola ralada
- 2 latas de molho de tomate
- Cheiro-verde e sal a gosto
- 300 g de presunto fatiado
- 300 g de queijo mussarela fatiado
- Queijo ralado e orégano (para polvilhar)

Preparo

Cozinhe a massa para lasanha conforme as instruções da embalagem. Enquanto isso, prepare o molho, aquecendo o azeite e refogando a cebola por 2 minutos. Adicione o molho de tomate à mistura, volte a refogar, tempere com o cheiro-verde e o sal e reserve. Então, recheie cada folha da massa cozida com o presunto e o queijo, enrolie os canelones e arrume-os em um refratário. Cubra a massa com o molho refogado e polvilhe queijo ralado e orégano a gosto. Leve os canelones ao forno para assar e sirva-os em seguida.

Espaguete com Lula

Por Stella Saraiva

Rendimento: 4 a 6 porções

Grau de dificuldade: fácil

Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de espaguete
- 2 litros de água fervente
- Sal e azeite para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 30 g de funghi secchi
- 2 dentes de alho amassados
- ½ xícara (de chá) de azeite
- ½ xícara (de chá) de vinho branco
- 2 tomates sem pele, sem sementes e cortados em cubinhos
- ½ xícara (de chá) de caldo de galinha
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 800 g de lula pequena, limpa e cortada em rodelas

- 1/3 de xícara (de chá) de salsinha picada
- ½ xícara (de chá) de queijo parmesão ralado

Preparo

Cozinhe o macarrão na água fervente com um fio de azeite e sal até ficar "al dente". Escorra-o e reserve. Feito isso, deixe o funghi de molho em um recipiente com água fervente por 15 minutos. Então, refogue o alho no azeite, junte o vinho, os tomates e o caldo de galinha, e tempere com o sal e a pimenta. Deixe a mistura cozinhando por 15 minutos até encorpar. Em seguida, acrescente os cogumelos escorridos e as rodelas de lula e cozinhe por mais 10 minutos. Coloque o espaguete em um recipiente e cubra-o com o molho de lula polvilhado com salsinha e parmesão ralado.

Espaguete com Peito de Peru e Molho de Manjericão

Por Janaina Valério Nistal

Rendimento: 4 porções

Grau de dificuldade: fácil

Tempo de preparo: 30 minutos

Capetele ao Molho de Tomates Frescos e Manjericão

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche

Rendimento: 5 porções

Grau de dificuldade: fácil

Tempo de preparo: 20 minutos

Ingrediente da Massa

- 1 kg de capelete pré-cozido e com o recheio de sua preferência

Ingredientes do Molho

- 2 kg de tomate
- 3 colheres (de sopa) de azeite
- 1 colher (de sopa) de alho moído
- 3 cebolas picadas bem miudinhas
- 1 folha de louro
- 3 colheres (de sopa) de açúcar
- Sal a gosto
- 1 xícara (de chá) de folhas frescas de manjericão
- 100 g de queijo parmesão ralado

Preparo

Cozinhe o capelete conforme as instruções da embalagem e reserve. Enquanto isso, prepare o molho, descascando os tomates e retirando suas sementes. Bata as cascas e as sementes no liquidificador, com um pouco de água, e peneire o caldo obtido. À parte, esquite numa panela o azeite e frite o alho até dourar. Acrescente a cebola, a folha de louro e o tomate, mexendo bem. Deixe o molho ferver, coloque o caldo e o açúcar e aguarde ferver mais um pouco. Em seguida, desligue o fogo e adicione o sal e as folhas de manjericão. Despeje o molho por cima do capelete cozido, polvilhe parmesão ralado e coloque folhinhas de manjericão.



Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Conchiglione ao Molho de Salmão

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 4 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 35 minutos

Ingrediente da Massa
• 500 g de conchiglione pré-cozido

Ingredientes do Recheio
• 200 g de salmão picado e defumado
• 3 colheres (de sopa) de requeijão
• 1 xícara (de chá) de salsinha e cebolinha picadas

Ingredientes do Molho
• 2 colheres (de sopa) de manteiga
• 1 cebola picada
• 1 litro de leite
• 3 colheres (de sopa) de amido de milho
• Leite para dissolver o amido (o suficiente)
• Sal e noz-moscada a gosto

Preparo
Misture todos os ingredientes do recheio, até obter uma pasta homogênea. Em seguida, recheie os conchigliones e coloque-os em um refratário. Reserve. Enquanto isso, prepare o molho, derretendo a manteiga e dourando a cebola. Então, acrescente o leite e deixe levantar fervura. Adicione o amido dissolvido em um pouco de leite e mexa até o molho engrossar. Feito isso, acrescente o sal e a noz-moscada. Para finalizar, coloque o molho por cima da massa, polvilhe o parmesão ralado e leve ao forno para gratinar.



Acessórios da cozinha: Cecilia Dale e Suxxar

Ingredientes da Massa
• 500 g de espaguete
• 2 litros de água fervente
• Sal e azeite para o cozimento

Ingredientes do Molho
• 1 cebola picada
• 2 dentes de alho espremidos
• 1 colher (de sopa) de azeite
• 3 colheres (de sopa) de manteiga
• 3 colheres (de sopa) de farinha de trigo
• 1 litro de leite
• 200 g de peito de peru cortado em tiras finas
• Sal e noz-moscada a gosto
• 200 g de creme de leite
• 1 raminho de manjeriço
• Queijo ralado (para polvilhar)

Preparo
Cozinhe o espaguete na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente", escorra-o e reserve em um refratário. Enquanto isso, prepare o molho, dourando a cebola e o alho no azeite e acrescentando a margarina até derreter. Então, adicione a farinha e doure mais um pouco. Coloque o

leite, o peito de peru, o sal e a noz-moscada. Deixe a mistura engrossar, mexendo bem para não grudar na panela, e junte o creme de leite e o manjeriço. Despeje o molho sobre o espaguete, polvilhe queijo ralado e sirva a massa ainda quente.

Farfale ao Molho de Espinafre

Por Arisco
Rendimento: 6 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes da Massa
• 250 g de macarrão tipo farfale
• 2 litros de água fervente
• Sal e azeite para o cozimento

Ingredientes do Molho
• 5 colheres (de sopa) de margarina
• 1 cebola grande ralada
• 1 xícara (de chá) de leite quente
• 300 g de ricota fresca
• 1 maço pequeno de espinafre (somente as folhas) cozido e escorrido
• 1 colher (de chá) de sal
• 3 colheres (de sopa) de queijo parmesão ralado (para polvilhar)

Preparo
Cozinhe o farfale na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente". Enquanto isso, prepare o molho, derretendo 2 colheres (de sopa) da margarina e dourando a cebola. Reserve. Então, bata no liquidificador o leite quente, a ricota, o restante da margarina, o espinafre e o sal até obter uma mistura cremosa. Despeje-a em um recipiente, adicione a cebola, mexa bem e misture o macarrão. Coloque a massa em uma travessa e polvilhe o queijo ralado.

Fusilli à Calabresa

Por Stella Saraiva
Rendimento: 4 a 6 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa
• 500 g de macarrão tipo fusilli
• 2 litros de água fervente
• Sal e azeite para o cozimento

Ingredientes do Molho
• 650 g de lingüiça calabresa
• 1 xícara (de chá) de cebola picada
• 2 pimentões vermelhos cortados em tiras finas

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



- 2 dentes de **alho** picados bem miúdos
- ½ kg de **tomate** cortado em cubinhos
- 1 xícara (de chá) de **molho de tomate**
- 1 colher (de chá) de **orégano**
- **Sal e pimenta-do-reino** a gosto
- 2 colheres (de sopa) de **salsa** picada
- 1 colher (de sopa) de **salsa** picada (para polvilhar)
- 1 xícara (de chá) de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Em uma panela, cozinhe o fusilli "al dente" na água fervente com um fio de azeite e sal. Feito isso, prepare o molho, cortando a lingüiça em rodelas finas e refogando-a até dourar. Retire e reserve. Na mesma panela, cozinhe a cebola e os pimentões por 5 minutos, junte o alho e o tomate picado e refogue por mais 2 minutos. Em seguida, adicione o molho de tomate, o orégano, o sal, a pimenta, a salsa e a lingüiça e deixe o molho apurar em fogo brando por 15 minutos. Coloque-o sobre a massa cozida, misture levemente, e polvilhe com a salsa e o queijo parmesão.

Fusilli ao Molho de Tomate

Por Elaine Pigini
Rendimento: 4 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo fusilli**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal e azeite** para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 1 e ½ kg de **tomate** maduro e sem sementes
- 1 **cebola** ralada
- 1 colher (de sopa) de **margarina**
- **Sal e pimenta-do-reino** a gosto
- ½ xícara (de chá) de **alcaparra**
- **Queijo parmesão ralado** a gosto

Preparo

Cozinhe o macarrão na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente". Enquanto isso, bata no liquidificador o tomate e a cebola até virar um creme e reserve. Então, aqueça a margarina, junte o molho de tomate batido, tempere com sal e pimenta-do-reino e deixe a mistura apurar em fogo brando por 30 minutos. Coloque o macarrão em um refratário, despeje o molho por cima e polvilhe a alcaparra e o queijo ralado. Sirva quente.

Lasanha à Bolonhesa

Por Nice Porto
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 1 hora

Ingredientes da Massa

- 500 g de **massa para lasanha**
- 2 colheres (de sopa) de **azeite**
- **Sal** a gosto

Ingredientes do Recheio

- 3 dentes de **alho** amassados
- 2 colheres (de sopa) de **óleo**
- ½ kg de **carne moída**
- 1 e ½ lata de **purê de tomate**
- 1 colher (de sopa) de **salsinha** picada
- 1 colher (de sopa) de **cebolinha** picada
- **Sal e pimenta-do-reino** a gosto
- 400 g de **queijo mussarela** fatiado
- **Queijo parmesão ralado** (para polvilhar)

Preparo

Cozinhe a massa da lasanha, aos poucos, em água fervente com o azeite e o sal. Coloque as fatias em uma assadeira com água fria e reserve. Feito isso, frite o alho no óleo até dourar, adicione a carne moída e refogue, mexendo sempre. Acrescente o purê, a salsinha, a cebolinha, o sal e a pimenta-do-reino e deixe a mistura cozinhar até formar um caldo espesso. Se necessário, junte um pouco de água para não secar muito. Então, em um refratário grande, alterne camadas da massa cozida, de molho e de mussarela, terminando com o molho. Polvilhe queijo ralado sobre a lasanha e leve-a ao forno médio por cerca de 35 minutos. Sirva em seguida.



Acessórios de cozinha: Cecilia Dale e Suxcar

Espaguete ao Molho de Alho-poró

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **espaguete**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal e óleo** para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 2 dentes de **alho** picados
- 3 colheres (de sopa) de **azeite**
- 1 litro de **leite**
- 3 colheres (de sopa) de **amido de milho**
- ½ copo (americano) de **leite** (para dissolver o amido)
- 2 talos de **alho-poró** fatiados
- **Sal e noz-moscada** a gosto
- 100 g de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Coloque o espaguete na água fervente e deixe-o cozinhar até ficar "al dente". Enquanto isso, prepare o molho, dourando o alho no azeite. Em seguida, acrescente o leite e deixe-o levantar fervura. Depois, adicione o amido dissolvido no leite e mexa sem parar, até engrossar. Feito isso, acrescente o alho-poró à mistura e tempere com sal e noz-moscada. Despeje o molho sobre o espaguete e polvilhe-o com queijo parmesão ralado. Se preferir, decore com alho-poró fatiado.

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Fettuccine com Brócolis, Azeitona e Ovo

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingrediente da Massa
• 500 g de macarrão tipo fettuccine pré-cozido

Ingredientes do Recheio
• 3 colheres (de sopa) de azeite
• 2 colheres (de sopa) de alho picado
• 300 g de brócolis (pode ser congelado)
• Água (o suficiente)
• 1 xícara (de chá) de azeitona preta sem caroço
• 4 ovos cozidos e cortado em 4 partes cada
• 100 g de queijo parmesão ralado

Preparo

Aqueça o azeite em uma panela e doure o alho. Em seguida, junte o brócolis e refogue bem, mas sem quebrá-lo. Feito isso, adicione o fettuccine e misture, regando água para que ele não grude no fundo da panela. Coloque a massa em um refratário e acrescente a azeitona e os ovos. Polvilhe o parmesão ralado e sirva.



Accessórios de cozinha: Facilita Dale e Surva

Lasanha ao Molho de Camarão

Por Stella Saraiva
Rendimento: 6 a 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes
• 500 g de massa para lasanha
• 6 dentes de alho amassados
• 4 colheres (de sopa) de azeite
• 500 g de camarão limpo
• Sal, limão e pimenta-do-reino a gosto
• 2 cebolas picadas
• 2 latas (mesma medida) de tomate sem pele
• 2 tabletes de caldo de galinha
• 1 xícara (de chá) de água quente
• 1 colher (de sopa) de manjeriço
• Manteiga (para untar)
• 300 g de queijo mussarela ralado
• Queijo parmesão ralado a gosto
• Cubos de manteiga a gosto
• Queijo parmesão ralado (para polvilhar)

Preparo

Cozinhe a massa para lasanha conforme as instruções da embalagem e reserve. Enquanto isso, prepare o molho, fritando o alho em 2 colheres (de sopa) do azeite, adicionando o camarão temperado com sal, limão e pimenta e refogando-o por 3 minutos, até dourar. À parte, refogue a cebola nas outras 2 colheres (de sopa) do azeite, junte o tomate e o caldo de galinha diluído na água quente, e deixe a mistura

cozinhando até apurar. Retire o molho do fogo e junte o manjeriço e o camarão. Feito isso, unte um refratário e espalhe uma camada do molho. Coloque uma camada de lasanha, adicione mais molho e polvilhe mussarela e parmesão. Repita a operação até terminar os ingredientes, sendo o molho a última camada. Espalhe cubos de manteiga por cima da lasanha, cubra-a com papel alumínio e leve-a ao forno médio por 15 minutos. Em seguida, retire do forno e polvilhe o queijo parmesão ralado.

Macarrão Gratinado à Mediterrâneo

Por Maizena
Rendimento: 4 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 45 minutos

Ingredientes da Massa
• 250 g de macarrão tipo talharim
• 2 litros de água fervente
• Sal e azeite para o cozimento
• 4 colheres (de sopa) de margarina com azeite de oliva

Ingredientes do Molho Branco

• 2 colheres (de sopa) de amido de milho

• 2 xícaras (de chá) de leite desnatado
• 2 colheres (de sopa) de margarina com azeite de oliva
• ½ colher (de chá) de sal

Ingredientes do Molho Vermelho

• 2 colheres (de sopa) de margarina com azeite de oliva
• 250 g de carne moída
• 5 tomates sem pele e sem sementes picados
• 1 colher (de chá) de sal
• 100 g de queijo de cabra tipo feta cortado em tiras finas

Preparo

Cozinhe o macarrão na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente". Em seguida, escorra-o, misture a margarina com azeite de oliva e reserve. Enquanto isso, prepare o molho branco, dissolvendo, em uma panela, o amido de milho no leite. Leve ao fogo médio, mexendo sempre até engrossar. Acrescente a margarina com azeite de oliva e o sal e deixe esfriar. Então, prepare o molho vermelho aquecendo em fogo médio a margarina, juntando a carne e refogando-a, até que perca a cor avermelhada. Adicione os tomates e o sal e cozinhe por 5 minutos. Desligue e pré-aqueça o forno a 180°C. Monte a massa, despejando metade do molho branco em um refratário. Coloque

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



por cima metade do macarrão e cubra com metade do molho vermelho. Repita as camadas e cubra com o queijo de cabra. Leve a massa ao forno por 15 minutos ou até derreter o queijo, e sirva em seguida.

Massa Vitaminada de Beterraba

Por Ivete Feitosa
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 45 minutos

Ingredientes

- 300 g de **beterraba**
- **Água** (para ferver a beterraba)
- 1 e ½ copo (americano) de **água fria**
- 1 kg de **farinha de trigo**
- 1 colher (de sopa) de **óleo**

Preparo

Cozinhe a beterraba por 5 minutos em água fervente. Em seguida, coloque-a no liquidificador com a água fria e bata. Passe a mistura pela peneira e reserve. Despeje a farinha de trigo em uma superfície lisa e abra um buraco no meio. Coloque a beterraba e o óleo no centro, mexendo até formar uma massa firme. Deixe descansar

por 30 minutos e modele a gosto. Cozinhe o macarrão em água fervente e sirva com o molho de sua preferência.

Massa Vitaminada de Espinafre

Por Ivete Feitosa
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 45 minutos

Ingredientes

- 300 g de **espinafre**
- **Água** (para ferver o espinafre)
- 1 e ½ copo (americano) de **água fria**
- 1 kg de **farinha de trigo**
- 1 colher (de sopa) de **óleo**

Preparo

Cozinhe o espinafre por 2 minutos em água fervente, coe, coloque no liquidificador com a água fria e bata. Passe a mistura pela peneira e reserve. Enquanto isso, despeje a farinha de trigo em uma superfície lisa e abra um buraco no meio. Coloque o espinafre e o óleo no centro, mexendo até formar uma massa firme. Deixe-a descansar por 30 minutos e modele a gosto. Cozinhe o macarrão em água fervente e sirva com o molho de sua preferência.

Nhoque de Aveia

Por Becei
Rendimento: 4 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **ricota** fresca e amassada
- 1 xícara (de chá) de **aveia em flocos** finos
- 3 colheres (de sopa) de **margarina** com **azeite de oliva**

Ingredientes do Molho

- 5 **tomates** grandes sem pele, sem sementes e picados
- 1 xícara (de chá) de **margarina** com **azeite de oliva**
- ½ xícara (de chá) de **cogumelo** fatiado
- 10 folhas de **manjeriço** picadas
- 2 colheres (de sopa) de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Em um recipiente, misture a ricota, a aveia e a margarina com azeite de oliva, até obter uma massa homogênea que solte das mãos. Em seguida, use-a para fazer rolos de 1,5 cm de espessura e corte-os em pedaços de 1 cm. Coloque os nhoques sobre uma assadeira e reserve. Enquanto isso, em uma panela grande, ferva água com o sal e coloque, aos poucos, os nhoques. Quando subirem à superfície, retire-os com o auxílio de uma escumadeira e coloque-os em uma travessa. Então, prepare o molho, refogando os



Acessórios de cozinha: Cecília Dale e Suxsar

Lasanha de Legumes com Queijo Cottage

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes

- 1 **berinjela**
- 2 **abobrinhas**
- 2 colheres (de sopa) de **manteiga**
- 500 g de **molho de tomate fresco**
- 150 g de **champignon**
- 300 g de **queijo cottage**
- 100 g de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Corte a berinjela e as abobrinhas no sentido do comprimento, na espessura de 1 cm, e reserve. Então, coloque a manteiga em uma frigideira e frite, um pouco de cada lado, as fatias de berinjela e abobrinha. Feito isso, monte a lasanha colocando uma concha do molho de tomate e cobrindo com fatias de berinjela. Coloque mais molho por cima, cubra com as fatias de abobrinha e adicione uma parte dos champignons e do queijo cottage. Repita o processo até os ingredientes acabarem, finalizando com o molho. Polvilhe o parmesão sobre a lasanha e leve-a ao forno para gratinar.

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Mariposas Enlouquecidas

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo farfale**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal e óleo** para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 3 colheres (de sopa) de **azeite**
- 3 dentes de **alho** picados
- 1 **cebola** picada
- 3 **tomates** sem pele e sem sementes
- ½ xícara (de chá) de **pimentão verde** picado
- ½ xícara (de chá) de **pimentão vermelho** picado
- 100 g de **funghi secchi** hidratado e fatiado
- 500 g de **creme de leite**
- **Sal** a gosto
- ½ **pimenta dedo-de-moça** picada
- 100 g de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Cozinhe a massa na água fervente junto com o sal e o óleo até que fique "al dente". Enquanto isso, prepare o molho, levando o azeite ao fogo e refogando o alho, até dourar. Adicione a cebola, os tomates e os pimentões e misture para que tudo fique refogado. Depois, acrescente o funghi, mexa e coloque o creme de leite. Em seguida, tempere com o sal e a pimenta. Despeje esse molho por cima do macarrão e polvilhe com parmesão ralado.



Acessórios de cozinha: Cecília Duarte e Susana

tomates na margarina por 5 minutos. Adicione os cogumelos e o manjeriço e despeje o molho sobre a massa. Polvilhe o queijo ralado e sirva em seguida.

Nhoque Recheado

Por Nice Porto
Rendimento: 4 porções
Grau de dificuldade: médio
Tempo de preparo: 1 hora e 30 minutos

Ingredientes da Massa

- 1 kg de **batata**
- 1 e ½ xícara (de chá) de **farinha de trigo**
- 2 **gemas**
- 100 g de **manteiga**
- 2 tabletes de **caldo de carne**
- 2 **claras** batidas em neve

Ingredientes do Recheio

- 1 colher (de sobremesa) de **óleo**
- 250 g de **carne moída**
- 1 tablete de **caldo de carne**
- ½ xícara (de chá) de **água** fervente
- **Pimenta-do-reino** a gosto
- 1 **ovo** cozido e picado
- **Farinha de trigo** (para polvilhar)

Ingredientes do Molho

- 4 tiras de **bacon** picadas (50 g)
- 1 lata de **creme de leite**

- ½ lata (mesma medida) de **leite**
- **Queijo parmesão ralado** (para polvilhar)

Preparo

Cozinhe as batatas e passe-as pelo espremedor, ainda quentes. Coloque-as em um recipiente e junte a farinha de trigo, as gemas, a manteiga e o caldo de carne esfarelado. Misture bem e, por último, acrescente as claras em neve, mexendo levemente. Reserve. Prepare o recheio, aquecendo o óleo e fritando a carne moída. Dissolva o caldo na água fervente e adicione à carne. Coloque a pimenta-do-reino e deixe a mistura cozinhando, mexendo de vez em quando. Depois que a água secar, junte o ovo cozido e misture. Comece a montar os nhoques, abrindo pequenas porções da massa na palma da mão polvilhada com farinha. Recheie com a carne moída e junte as bordas com cuidado. Dê o formato de nhoque e coloque-os sobre um pano úmido. Cozinhe a massa aos poucos em bastante água quente e, à medida que subirem à superfície, retire os nhoques com uma escumadeira. Escorra-os e coloque-os em uma travessa. Então, prepare o molho, dourando o

bacon numa frigideira. Misture o creme de leite com o leite e adicione à frigideira, mexendo até aquecer (não deixe ferver). Despeje o molho sobre os nhoques e sirva com queijo ralado.

Panqueca de Couve com Recheio de Abóbora

Por Pomarola
Rendimento: 6 unidades
Grau de dificuldade: médio
Tempo de preparo: 1 hora

Ingredientes da Massa

- 1 e ½ xícara (de chá) de **leite desnatado**
- 3 folhas de **couve-manteiga** cortadas em tiras
- ½ xícara (de chá) de **farinha de trigo**
- ½ xícara (de chá) de **farinha de trigo integral**
- 1 colher (de sopa) de **margarina light** derretida
- 2 **claras**
- 1 colher (de chá) de **sal**
- **Margarina light** (para untar)

Ingredientes do Recheio

- 500 g de **abóbora** cortada em pedaços

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



- **Água** para cozinhar a abóbora (o suficiente)
- 100 g de **queijo mussarela light** fatiado e cortado em tiras
- 1 **peito de frango** cozido e desfiado
- 1 colher (de chá) de **sal**
- **Pimenta-do-reino** a gosto

Ingredientes do Molho
• 2 latas de **molho de tomate**

Preparo

Prepare a massa, batendo o leite e a couve no liquidificador. Junte as farinhas de trigo, a margarina, as claras e o sal. Bata até obter uma mistura lisa e homogênea e deixe descansar por 10 minutos. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte um refratário com a margarina. Enquanto isso, prepare o recheio, colocando a abóbora em uma panela e cobrindo-a com a água. Cozinhe por 20 minutos e, em seguida, escorra-a e passe-a por um espremedor. Feito isso, junte o purê de abóbora, a mussarela, o frango desfiado, o sal e a pimenta e reserve. Então, aqueça e unte uma frigideira e despeje uma porção da massa. Frite a panqueca de um lado e vire-a para fritar do outro, repetindo o processo até finalizar a massa. Distribua o recheio sobre as panquecas, enrole-as e coloque-as num refratário. Espalhe o molho de tomate por cima e cubra com papel alumínio. Leve ao forno por 20 minutos e sirva em seguida.

Panqueca de Ricota com Sardinha

Por Nice Porto
Rendimento: 15 unidades
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 45 minutos

Ingredientes da Massa

- 2 xícaras (de chá) de **leite**
- 2 xícaras (de chá) de **farinha de trigo**
- 2 **ovos**
- 1 colher (de café) de **sal**

Ingredientes do Recheio

- 300 g de **ricota** passada pela peneira
- 2 colheres (de sopa) de **salsinha** picada
- 2 colheres (de sopa) de **cebolinha** picada
- 2 latas de **sardinha com molho de tomate** amassadas
- **Sal** a gosto

Ingredientes do Molho
• 1 lata de **molho de tomate**

Preparo

Bata todos os ingredientes da massa no liquidificador até obter um creme homogêneo. Coloque 2 colheres (de sopa) dessa mistura em uma frigideira e gire rapidamente para espalhar a massa. Frite um lado da panqueca por alguns segundos e vire-a para fritar do outro lado. Repita o processo até a massa acabar e reserve.

as panquecas. Prepare o recheio, misturando todos os seus ingredientes. Recheie cada panqueca, enrole-as e disponha-as sobre um refratário. Espalhe o molho de tomate por cima e leve para gratinar.

Parafuso com Atum e Uva

Por Beceel
Rendimento: 4 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo fusilli**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal** e **azeite** para o cozimento
- 2 colheres (de sopa) de **margarina com azeite de oliva**

Ingredientes do Molho

- 4 colheres (de sopa) de **margarina** com **azeite de oliva**
- 1 dente de **alho** amassado
- 1 **abobrinha** média cortada em tiras finas
- 1 lata de **atum** em água, escorrida
- 1 xícara (de chá) de **uva Itália** cortada ao meio e sem caroço

Preparo

Cozinhe o macarrão na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente". Em seguida, escorra-o, acrescente a margarina e reserve. Enquanto isso, prepare o molho, aquecendo



Accessórios de cozinha: Cecília Dale e Suxixar

Nhoque ao Molho de Abóbora e Bacon

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 35 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **nhoque**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal** e **óleo** para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 200 g de **bacon** picado
- 1 talo de **alho-poró** fatiado
- ½ **abóbora tipo japonesa** cozida, descascada e picada
- **Água** (o suficiente)
- 1 lata de **creme de leite**
- 100 g de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Cozinhe o nhoque na água fervente com o sal e o óleo. Enquanto isso, frite o bacon e reserve-o sem a gordura. Em seguida, frite o alho-poró na panela com a gordura do bacon e mexa. Adicione a abóbora e deixe-a refogar até desmanchar, colocando água aos poucos. Junte o creme de leite e mexa. Regue esse molho por cima da massa, acrescente o bacon e polvilhe com o parmesão ralado.

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Penne à Rabiatta

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 20 minutos

Ingredientes da Massa

- Sal e óleo a gosto
- 2 litros de água fervente
- 500 g de macarrão tipo penne

Ingredientes do Molho

- 2 kg de tomate
- 3 colheres (de sopa) de azeite
- 1 colher (de sopa) de alho moído
- 3 cebolas picadas bem miudinhas
- 1 folha de louro
- 3 colheres (de sopa) de açúcar
- Sal a gosto
- 1 colher (de café) de pimenta calabresa seca
- 100 g de queijo parmesão ralado

Preparo

Acréscente o sal e o óleo à água fervente e adicione o penne. Deixe-o cozinhar por 10 minutos até ficar "al dente". À parte, descasque os tomates, tire suas sementes e pique-os. Bata as cascas e as sementes no liquidificador com um pouco de água e reserve. Enquanto isso, aqueça o azeite, doure o alho e junte a cebola e a folha de louro. Adicione os tomates e mexa, despedaçando-os com uma espátula. Deixe-os ferver bastante e coloque o caldo feito com as cascas e as sementes do tomate. Junte o açúcar, deixe ferver um pouco mais, e adicione o sal e a pimenta. Despeje o molho por cima da massa e polvilhe o queijo parmesão ralado.

2 colheres (de sopa) da margarina e dourando o alho. Adicione a abobrinha e cozinhe-a por 5 minutos, mexendo de vez em quando até ficar macia e "al dente". Coloque o atum e a uva, cozinhe por mais 2 minutos e acrescente as outras 2 colheres (de sopa) de margarina. Junte a mistura à massa e sirva em seguida.

Parafuso ao Creme

Por Stella Saraiva
Rendimento: 4 a 6 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de macarrão tipo fusilli
- 2 litros de água fervente
- Sal e azeite para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 2 cebolas picadas
- 3 colheres (de sopa) de manteiga
- 1 e ½ lata (mesma medida) de tomate sem pele batido no liquidificador
- 1 tablete de caldo de galinha
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 2 colheres (de sopa) de amido de milho



Accessories da cozinha: Ceolha D'Alto e Suzzar

- 1 xícara (de chá) de leite
- 1 copo (americano) de requeijão
- 1 e ½ lata de creme de leite
- 150 g de presunto cozido cortado em cubinhos
- 150 g de mussarela cortada em cubinhos
- 1 colher (de sopa) de orégano
- Queijo parmesão ralado a gosto

Preparo

Cozinhe o macarrão na água fervente com um fio de azeite e sal a gosto. Reserve-o aquecido. Enquanto isso, refogue cebola na manteiga, os tomates batidos no liquidificador e o caldo de galinha. Deixe apurar e tempere com o sal e a pimenta. Em seguida, acrescente o amido de milho dissolvido no leite, mexendo até obter um creme. Junte o requeijão e o creme de leite e reserve. Então, em um recipiente, misture o presunto, a mussarela e o orégano, junte o macarrão cozido, mexendo bem, e cubra com o creme. Polvilhe o queijo parmesão ralado e leve ao forno pré-aquecido por 15 minutos. Sirva em seguida.

Pasta Primavera

Por Stella Saraiva
Rendimento: 4 a 6 porções

Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de macarrão tipo linguini
- 2 litros de água fervente
- Sal e azeite para o cozimento

Ingredientes do Molho

- 3 colheres (de sopa) de manteiga
- 1 dente de alho amassado
- 1 cebola picada
- 2 xícaras (de chá) de brócolis
- 2 cenouras cortadas em tirinhas
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher (de chá) de tomilho
- 1 xícara (de chá) de castanha-de-caju
- ¼ de xícara (de chá) de vinho branco seco
- ½ xícara (de chá) de queijo parmesão ralado

Preparo

Cozinhe o linguini na água fervente com um fio de azeite e sal. Conserve-o aquecido e reserve. Enquanto isso, derreta a manteiga e refogue o alho e a cebola. Junte o brócolis e a cenoura e tempere a mistura com sal e pimenta-do-reino. Adicione o tomilho e a

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br

castanha e deixe cozinhar por 2 minutos, em fogo médio. Acrescente o vinho, e mantenha o molho por mais 2 minutos no fogo. Misture o creme à massa cozida, polvilhe queijo ralado e sirva em seguida.

Penne ao Atum

Por Stella Saraiva
Rendimento: 4 a 6 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 45 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo penne**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal** e **azeite** para o cozimento
- 1 colher (de sopa) de **manteiga**

Ingredientes do Molho

- 2 colheres (de sopa) de **óleo**
- 1 colher (de sopa) de **azeite**
- 1 **cebola** picadinha
- 3 dentes de **alho** picados
- 2 latas (mesma medida) de **tomate** sem pele e batido no liquidificador
- 1 xícara (de chá) de **água**
- 4 colheres (de sopa) de **vinho tinto**
- 2 latas de **atum** sólido em água e sal
- 1 xícara (de chá) de **azeitona preta** em lascas
- **Sal** e **pimenta-do-reino** a gosto
- 1 xícara (de chá) de **cheiro-verde** picado
- 1 xícara (de chá) de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Cozinhe o macarrão na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente". Em seguida, mantenha o penne cozido em banho-maria, misturado com a manteiga. Enquanto isso, aqueça o óleo e o azeite e refogue a cebola e o alho. Quando amolecer, adicione os tomates batidos no liquidificador, a água e o vinho. Mantenha mais 10 minutos no fogo brando para apurar. Junte o atum em lascas e a azeitona e tempere com sal e pimenta-do-reino. Deixe mais 10 minutos em fogo baixo para encorpar. Na hora de servir, adicione cheiro-verde ao molho, despeje-o sobre a massa e polvilhe queijo ralado.

Pizza de Batata à Moda Portuguesa

Por Hellmann's
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 35 minutos

Ingredientes da Massa

- ½ kg de **batata** cozida e amassada
- **Sal** a gosto
- 2 colheres (de sopa) de **margarina**
- 1 xícara (de chá) de **farinha de trigo**
- 2 colheres (de sopa) de **queijo parmesão ralado**

Margarina (para untar)

Ingredientes da Cobertura

- 1 xícara (de chá) de **catchup**
- 250 g de **queijo mussarela** ralado grosso
- 2 **ovos** cozidos e cortados em rodelas
- 100 g de **presunto** cortado em tiras

Preparo

Pré-aqueça o forno em 180°C. Enquanto isso, prepare a massa, misturando a batata, o sal, a margarina, a farinha e o queijo ralado até obter uma massa homogênea. Espalhe essa massa em um refratário redondo grande (35 cm de diâmetro) untado e leve-a para assar por 15 minutos. Retire a massa do forno, espalhe o catchup, coloque uma camada de mussarela e cubra com os ovos e o presunto. Leve a pizza ao forno por cerca de 15 minutos ou até a mussarela derreter. Sirva em seguida.

Pizza Fácil

Por Doriana
Rendimento: 12 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes

- 12 fatias de **pão integral**
- **Margarina** (para untar)
- ½ xícara (de chá) de **margarina**
- 1 **tomate** médio cortado em cubos
- ½ xícara (de chá) de **leite**
- 250 g de **peito de peru** picado
- 1 colher (de sopa) de **oregano**
- 200 g de **queijo mussarela** ralado
- 2 **gemas** cozidas e amassadas (para decorar)
- 6 **azeitonas pretas** cortadas ao meio (para decorar)

Preparo

Coloque as fatias de pão em uma assadeira

Raviolone Verde Recheado com Ricota e Tomate Seco ao Molho de Manga

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 18 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 2 kg de **macarrão tipo raviolone** pré-cozido

Ingredientes do Molho

- 1 **cebola** picada
- 3 colheres (de sopa) de **manteiga**
- 1 litro de **leite**
- 3 colheres (de sopa) de **amido de milho**
- **Leite** para dissolver o amido (o suficiente)
- 1 **manga** cortada em pedaços

Preparo

Doure a cebola na manteiga e junte o leite. Deixe-o começar a levantar fervura, adicione o amido dissolvido em um pouco de leite e mexa até engrossar. Coloque a mistura no liquidificador e bata-a com a manga. Feito isso, coloque os raviolones em um refratário, cubra-os com o molho e leve ao forno para gratinar.



Acessórios de cozinha: Cecília Dale e Succar

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Rondelé ao Molho Pesto

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 20 minutos

Ingredientes

- 200 ml de **azeite**
- 1 xícara (de chá) de **manjeriço**
- 1 xícara (de chá) de **salsinha**
- 150 g de **queijo parmesão ralado**
- 50 g de **nozes**
- 20 fatias de **rondelé aos 4 queijos**
- 100 g de **queijo parmesão ralado** (para polvilhar)
- **Manjeriço e nozes** (para decorar)

Preparo

Bata o azeite, o manjeriço, a salsinha, o parmesão e as nozes no liquidificador. Feito isso, organize os rondelés em um refratário e despeje o molho por cima. Leve a massa ao microondas e aqueça por 10 minutos. Retire o rondelé, polvilhe o parmesão e decore com manjeriço e nozes.

untada, pré-aqueça o forno a 180°C e reserve. Bata no liquidificador a margarina, o tomate, o leite e o peito de peru. Despeje essa mistura em um recipiente e adicione o orégano e a mussarela. Passe essa pasta em cada fatia de pão e distribua as gemas e as azeitonas por cima. Leve a pizza ao forno por cerca de 10 minutos.

Pizza Light

Por Doriana
Rendimento: 8 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- ½ tablete de **fermento biológico fresco**
- 3 colheres (de sopa) de **água morna**
- 1 e ½ xícara (de chá) de **farinha de trigo**
- 3 colheres (de sopa) de **margarina light**
- ½ colher (de chá) de **sal**

Ingredientes do Recheio

- 1 colher (de sopa) de **margarina light**
- 4 colheres (de sopa) de **queijão light**
- 1 **tomate** médio sem pele, sementes e picado
- ½ xícara (de chá) de **cogumelo em conserva** fatiado
- 1 colher (de sopa) de **manjeriço fresco**
- **Orégano** a gosto

Preparo

Dissolva em um recipiente o fermento na água. Feito isso, adicione a farinha, a margarina e o sal, amassando até obter uma massa homogênea e elástica. Cubra-a com um filme plástico e deixe descansar até dobrar de volume, por cerca de 30 minutos. Em seguida, use-a para forrar o fundo de uma forma para pizza (29 cm de diâmetro), fure-a com o auxílio de um garfo e leve a massa



Acessórios de cozinha: Cecília Dale e Suxor

para assar por 15 minutos. Retire-a do forno e distribua a margarina light por cima. Cubra com o queijão, o tomate, o cogumelo, o manjeriço e o orégano, e leve ao forno por 3 minutos. Retire e sirva em seguida.

Talharim à Camponesa

Por Stella Saraiva
Rendimento: 4 a 6 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo talharim**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal e azeite** para o cozimento
- 1 colher (de sopa) de **manteiga**

Ingredientes do Molho

- 1 **cebola** picada
- 1 dente de **alho** amassado
- 2 colheres (de sopa) de **azeite**
- 1 e ½ xícara (de chá) de **brócolis** cozido "al dente"
- 150 g de **presunto** cozido cortado em cubinhos
- ½ xícara (de chá) de **caldo de legumes**
- **Sal e pimenta-do-reino** a gosto
- 1 colher (de sopa) de **orégano**
- 1 xícara (de chá) de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Cozinhe o talharim na água fervente com o sal e o azeite até ficar "al dente". Escorra-o, acrescente a manteiga misturando bem, e reserve. Enquanto isso, refogue a cebola e o alho no azeite e quando começar a dourar, adicione o brócolis e o presunto. Junte o caldo de legumes à mistura, tempere com o sal, a pimenta e o orégano, e deixe-a cozinhando por alguns minutos. Cubra o macarrão com o molho de brócolis e polvilhe o parmesão ralado.

Talharim Francês

Por Stella Saraiva
Rendimento: 4 a 6 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 40 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo talharim**
- 2 litros de **água** fervente
- **Sal e azeite** para o cozimento

Ingredientes do Molho

- ¼ de xícara (de chá) de **manteiga**
- 1 **cebola** picada
- ½ xícara (de chá) de **salsa** picada
- ½ xícara (de chá) de **vinho branco seco**
- 350 g de **camarão** cozido "al dente"
- 1 xícara (de chá) de **creme de leite**
- 1 xícara (de chá) de **leite**

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



- 1 xícara (de chá) de **catupiry**
- **Queijo parmesão ralado** (para polvilhar)

Preparo

Cozinhe o macarrão até ficar "al dente" na água fervente com um fio de azeite e sal. Depois, escorra a massa e reserve-a aquecida. Prepare o molho, derretendo a manteiga e refogando a cebola até ficar macia. Então, adicione a salsa e o vinho e deixe a mistura cozinhar por, aproximadamente, 2 minutos. Em seguida, junte o camarão, o creme de leite e, por último, o catupiry. Cozinhe a mistura em fogo brando para que o queijo derreta e despeje o creme sobre a massa. Sirva-a em seguida polvilhada com o parmesão ralado.

Torta de Frango com Ameixa

Por Ivete Feitosa
Rendimento: 16 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 45 minutos

Ingredientes da Massa

- 3 xícaras (de chá) de **farinha de trigo**
- **Sal** a gosto
- 100 g de **queijo parmesão ralado**
- 1 e ½ xícara (de chá) de **manteiga**
- **Água** gelada (o suficiente)
- 1 **gema**
- 1 **gema** (para pincelar)

Ingredientes do Recheio

- 5 fatias de **bacon**
- 1 kg de **pedaços de frango** limpos sem pele
- **Sal** e **pimenta-do-reino** a gosto

- 1 xícara (de chá) de **água**
- 1 colher (de sopa) de **mostarda**
- 2 colheres (de sopa) de **farinha de trigo**
- **Água** (para dissolver a farinha de trigo)
- 10 **ameixas pretas** sem caroço, hidratadas e picadas

Preparo

Coloque a farinha, o sal, o queijo e a manteiga em um recipiente, mexendo com a ponta dos dedos. Acrescente a água gelada, aos poucos, até formar uma massa consistente. Junte a gema, amasse mais, e deixe descansar por cerca de 20 minutos. Enquanto isso, prepare o recheio, fritando o bacon e juntando o frango. Tempere com sal e pimenta-do-reino, deixe a mistura refogar bem e adicione a água. Tampe a panela e cozinhe o recheio em fogo baixo até o frango ficar macio. Retire-o e deixe apenas o caldo. Tire a panela do fogo e acrescente a mostarda e a farinha de trigo dissolvida em água ao molho. Leve a mistura ao fogo baixo e cozinhe, mexendo sempre, até engrossar. Desosse os pedaços de frango cozidos, pique a carne e junte-a ao creme da panela, mexendo bem. Reserve. Forre uma assadeira com parte da massa e recheie-a com a mistura, colocando por cima as ameixas. Cubra a torta com tiras feitas com o restante da massa. Asse em forno pré-aquecido por 1 hora.

Torta de Palmito e Azeitona

Por Elaine Pignini
Rendimento: 12 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 1 hora

Ingredientes da Massa

- 500 g de **farinha de trigo**
- 3 colheres (de sopa) de **banha de porco** gelada
- 200 g de **margarina** gelada
- 1 **ovo**
- 3 colheres (de sopa) de **creme de leite** sem soro
- **Sal** a gosto

Ingredientes do Recheio

- 2 dentes de **alho** amassados
- 6 colheres (de sopa) de **azeite**
- 4 **tomates** maduros sem pele e sem sementes
- **Cheiro-verde** a gosto
- 200 g de **azeitona preta** picada
- 200 g de **palmito**
- **Sal** e **pimenta-do-reino** a gosto
- 1 lata de **molho de tomate**
- 2 colheres (de sopa) de **farinha de trigo**
- **Água** para dissolver a farinha (o suficiente)

Preparo

Misture todos os ingredientes da massa, amassando delicadamente até obter uma pasta lisa e homogênea. Deixe-a descansar por 30 minutos. Enquanto isso, prepare o recheio, refogando o alho no azeite e acrescentando os tomates, o cheiro-verde, a azeitona, o palmito, o sal e a pimenta-do-reino. Deixe a mistura apurando por 10 minutos e, em seguida, junte o molho. Feito isso, dissolva a farinha em pouco de água e despeje no recheio, mexendo rapidamente. Desligue o fogo e espere esfriar para empregar na torta. Forre uma forma com parte da massa e coloque o recheio. Abra o restante da massa com um rolo e corte uma tampa para cobrir a torta. Decore-a com apliques feitos com a massa, pincele a gema e leve-a para assar.



Talharim com Aliche e Gomos de Laranja

Por Edna Queiroz - Buffet Naturiche
Rendimento: 5 porções
Grau de dificuldade: fácil
Tempo de preparo: 20 minutos

Ingredientes da Massa

- 500 g de **macarrão tipo talharim** pré-cozido

Ingredientes do Molho

- 4 dentes de **alho** picados
- 150 g de **aliche**
- 2 **cebolas** picadas
- 6 **laranjas** cortadas em gomos
- salsinha e cebolinha a gosto
- 6 gomos de **laranja** (para decoração)
- 100 g de **queijo parmesão ralado**

Preparo

Doure o alho no óleo do aliche e frite a cebola. Adicione o aliche e mexa bem. Coloque os gomos de laranja, misture e tempere com salsinha e cebolinha. Adicione a massa e regue com um pouco de água, misturando bem. Então, acrescente o parmesão ralado e sirva em seguida.

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)
CEP: 05402-500 - São Paulo - SP
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Buffet Naturiche Edna Queiroz

Profissional da área de marketing, Edna Queiroz assumiu seu lado gastronômico em 1984, quando criou a Naturiche. Unindo habilidades, fez crescer os negócios e especializou-se em atendimento empresarial.

O Buffet Naturiche é pioneiro em sanduíche de metro e atua neste mercado há 17 anos. Sempre preocupada em oferecer ao cliente o que há de melhor em serviços de catering e buffet, Edna Queiroz dispõe de muita qualidade e criatividade em seus serviços.

A linha de produtos é composta por: lanches de metro, sanduíche individual, tábua de frios, kits aniversário, lanche box, mini-sanduíches, itens avulsos, festa pronta e tábua de queijos. "Procuramos utilizar a culinária para valorizar o produto do cliente", explica Edna Queiroz.



Buffet Naturiche

Rua Simão Álvares, 697, Pinheiros, São Paulo - SP

Telefones: (011) 3813.6898 e (011) 3815.8124

www.naturiche.com.br

naturiche@naturiche.com.br

Onde Encontrar

Arisco

Tel: 0800-701-3000
www.arisco.com.br
sac@arisco.com.br

Becel

Tel: 0800-707-0022
www.becel.com.br
sac@becel.com.br

Cecilia Dale

Tel: (0**11) 3064-2644
www.ceciliadale.com.br

Doriana

Tel: 0800-707-9955
www.doriana.com.br
sac@doriana.com.br

Edna Queiroz - Buffet Naturiche

Tels: (0**11) 3815-8124/3813-6898
www.naturiche.com.br
edna@naturiche.com.br

Elaine Pignini

Tel: (0**11) 9342-2420
elaine.2604@terra.com.br

Hellmann's

Tel: 0800-707-9977
www.hellmanns.com.br
a_verdadeiraj@hellmanns.com.br

Janaina Valério Nistal

Tels: (0**11) 3719-1560/8288-2791
jana80@bol.com.br

Knorr

Tel: 0800-707-0077
sac@knorr.com.br
www.knorr.com.br

Ivete Feitosa - Culinária Passo-a-Passo

Tels: (0**11) 3661-7209/3661-7764
ivete.cpp@uol.com.br

Maizena

Tel: 0800-707-0088
maizena_voce_confia@maizena.com.br
www.maizena.com.br

Nice Porto

Tel: (0**11) 5971-7653
nice.porto@uol.com.br

Stella Saraiva

Tels: (0**11) 4195-6260/9619-3778
stella-saraiva@ig.com.br

Suxxar

Tel: (0**11) 3032-0188
www.suxxar.com.br

Culinária Passo-a-Passo

Artigos para Confeitaria em Geral

Cursos de confeitagem para:

- Bolos, tortas e salgados em geral.
- Aulas individuais ou em grupo diurno e noturno.

Facilitamos o pagamento
Despachamos para todo Brasil

Fone: (11) 3661-7764 / 3361-7209

Rua Doutor Carvalho de Mendonça, 196 - Santa Cecília

Site: www.culinariapassoapasso.com.br

E-mail: ivetepassoapasso@ig.com.br

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

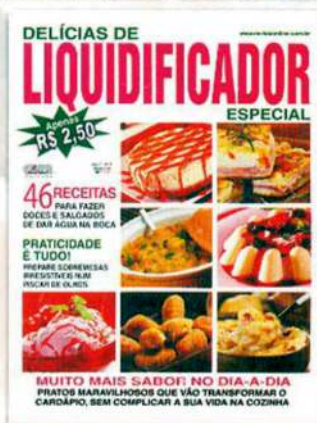
11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br



Complete sua coleção



Receitas variadas e de dar água na boca esperam por você na banca mais próxima!

Compre também pelo site www.revistaonline.com.br ou pelo fone: (11) 3393 7777

Transformando idéias em sabor.

Av. Rebouças, 2.970 - Pinheiros (próx. Av. Faria Lima)

CEP: 05402-500 - São Paulo - SP

11 3813.6898 - 11 3815.8124

NEXTEL 11 7807.6159 ID 22423*1

naturiche.com.br