

Sabores da cozinha sem glúten

Josy Gomez



ACELBRA-RJ

Sabores da Cozinha sem Glúten - 2013

Autora: Josy Gomez
Fotos das receitas: Josy Gomez
Diagramação: Raquel Benati
Publicação: ACELBRA-RJ

As receitas fazem parte do blog de Josy Gomez:
<http://saboresdacozinhasemgluten.blogspot.com.br/>

Associação de Celíacos do Rio de Janeiro - ACELBRA-RJ
www.riosemgluten.com
2013

foto da capa: xdesktopwallpapers.com



Josy Gomez



Nasci em São Paulo, de família de imigrantes espanhóis, portugueses e italianos, onde os pães eram feitos a toda hora e as massas secavam nos varais. Cresci, tornei-me gerenciadora de negócios, trabalhando na zona do Bexiga e Bom Retiro, no reduto árabe da cidade maravilhosa. A gastronomia

sempre fez parte das minhas alegrias. Criei meus filhos com bolos batidos à mão, balas de banana e de coco, puxadas por horas para açucarem, pães feitos em latas de biscoitos e panetones no Natal, feitos em latas de sorvete, guardadas para na festa do “Maior”, decorar e dar de presente para os amigos mais especiais.

Deixei o mercado financeiro, a diretoria de um banco, para trabalhar com festas, banquetes e doces finos em 1994. Trabalhando diretamente com D. Lourdes, D. Lucinha (querida amiga que tem um dos restaurantes mais deliciosos de Minas Gerais), Luzinete e Amaffi Costa, esses doces tinham que ter um acabamento delicado, para os casamentos do Jockey Club - SP.

Em 2012, através de sintomas que já existiam há muito tempo, mas com uma dificuldade muito grande de ser diagnosticada, minha irmã, amiga e a tia mais querida do mundo, procurou o grupo Viva sem Glúten, no Facebook. Através da orientação de Raquel Benati, Ester Benatti e Isabela Campos Nagy, confirmou a Doença Celíaca e a sua alergia ao leite

e suas proteínas. Desespero total... mas como sou movida pelo vento e ele me coroa e este não para, somente modifica sua direção, atualizei e aprimorei meus conhecimentos, peguei meu caldeirão de bruxinha do bem e comecei a entender que esta culinária sem glúten tinha muitos segredos e encantos.

Muitas farinhas para virar uma arte...muitos ingredientes para dar liga... mas cada pão feito - uma obra, cada massa - uma nova escultura e em cada prato uma certeza de que posso fazer obras que tragam muito mais saúde a este mundo celíaco.

Já fiz muitas coisas que não deram certo, já produzi muitos pães que eram grandes tijolos, mas hoje consegui entender a química da gastronomia celíaca, muitas farinhas, mais líquidos e muita paciência. Mas cheia de charme, com muitos elementos, e muito necessária para quem passa por grandes dificuldadespor causa do glúten.

Me achei nela - amo o que faço! Meu prazer é muito grande e com todos estes motivos, convido

a todos a conhecer o caldeirão celíaco que tenho:
os *Sabores da Cozinha sem Glúten* !

Venham cozinhar com a Josy

*Viva sem Glúten,
uma vida muito mais feliz!!!*



Índice de Receitas

- 7- Beijinho de abacaxi
- 8- Biscoitinho Estrelinha
- 9- Bolachinhas com goiabinha
- 11- Bolachinhas de Natal
- 12- Bolo caramelado invertido de abacaxi
- 13- Bolo de abacaxi e coco
- 14- Bolo de amendoim
- 15- Bolo de amendoim com doce de leite de soja
- 16- Bolo de cenoura e damasco
- 17- Bolo de chocolate com farinha de coco
- 18- Bolo de chocolate trufado
- 20- Bolinhos de farinha de coco
- 21- Bolo de massa puba (baiano)
- 22- Bolo de milho verde com coco e goiabada
- 23- Bolo diferente de coco e abacaxi
- 24- Bolo sabor frapê sem glúten - tipo "Pullman"
- 26- Bolo Vovó Catarina
- 27- Brigadeiro sem leite e sem glúten
- 28- Camafeu de nozes
- 29- Conservas de Gengibre
- 30- Cup cakes de chocolate
- 31- Empadinhas diferentes
- 32- Farinha preparada Josy Gomez - sem glúten
- 33- Leite vegetal de castanha-do-pará
- 33- Creme de leite vegetal
- 34- Mentirinhas de Minas Gerais
- 35- Mini abóboras com mel e raspas de limão
- 36- Mosaico dos Deuses
- 38- Panetone Josy Gomez
- 40- Panetone - Chocotone "Leoa de Ouro"
- 42- Panetone Rainha Rachel
- 44- Panetone Salgado
- 46- Pão australiano
- 48- Pão de cenoura e azeitonas
- 50- Pão de forma com farinha Schar
- 51- Pão de milho com amêndoas
- 52- Pão francês sem glúten da Josy Gomez
- 53- Pão salgado da roça

- 54- Pãozinho de grão de bico
- 55- Pão Rainha Esther
- 56- Pasta de grão de bico - Homus
- 57- Patê de azeitona e Patê de alho
- 58- Torta de frango e palmito com massa podre
- 59- Torta Natalina de chocolate e maracujá
- 61- Tortinha de morango



Sabores da Cozinha sem Glúten



Beijinho de abacaxi

Ingredientes:

- 1 abacaxi cortado bem míudinho
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de coco ralado (pode ser o fresco ou seco)
- 1 colher de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)

Modo de fazer:

Colocar tudo na panela e ir mexendo até desgrudar do fundo. Demora um pouco pois o abacaxi solta muito suco. Enrolar e passar no coco ralado. Poderá também passar no coco queimado.



Biscoitinho Estrelinha

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de milho (bati no liquidificador e passei na peneira para ficar bem fina)
- 1 xícara de polvilho doce
- 6 colheres de sopa de adoçante culinário de forno e fogão
- 6 colheres de sopa de farinha de coco
- 6 colheres de sopa óleo de coco
- 1 colher de chá de fermento químico em pó
- 1 ovo
- 1\2 xícara de água filtrada

Modo de fazer:

Amassar tudo com as mãos muito bem até ficar uma massa lisa e muito maleável. Abrir entre dois plásticos . Eu sempre guardo as embalagens de polvilho ou arroz para isso: lavo bem, passo álcool e uso para abrir a massa. Assar em forno 200 graus de 20 a 30 minutos (depende do forno). Não passar disso para não endurecer.



Bolachinhas com goiabinha sem glúten e sem leite

Ingredientes:

1 ovo grande
1 xícara de açúcar
raspas de limão ou gotas de baunilha
3 xícaras de farinha preparada Amina ou Beladri
3 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul sem
leite ou 3 colheres de banha
200 gramas de goiabada cascão cortada em
quadrados

Modo de fazer:

Colocar o ovo, a margarina ou banha, o açúcar e misturar. Ir colocando pouco a pouco a farinha preparada, sempre amassando bem, até ficar uma massa flexível e lisa. Deixar descansar por 10 minutos.

Abriu a massa e rechear com a goiabada.

Colocar na assadeira untada com óleo, somente na primeira fornada. Assar em forno 180 graus, por 30 minutos. Olhar sempre para não queimar, deixar dourar só em baixo.

Deixar esfriar bem e guardar em vidros bem fechados.



Passo a passo:



Bolachinhas de Natal

Ingredientes:

- 2 gemas
- 1 xícara e 1/2 de farinha de arroz
- 1 xícara de amido de milho
- 1 xícara de fécula de batata
- 2 colheres de gordura de coco
- 3 colheres de banha (Sadia ou marca confiável)
- 1 colher de chá de Vodka sem glúten
- 1 colher de chá de raspas de limão
- quem puder 1 colher de chá de canela e gengibre ralado
- 3/4 de xícara de açúcar ou adoçante culinário.
- 1/2 colher de chá de bicarbonato de sódio

Modo de fazer:

Amassar todos os ingredientes. Se houver necessidade, colocar mais uma ou duas colheres de amido para acertar a massa. Levar à geladeira por 10 minutos. Abrir com rolo entre dois plásticos. Cortar com cortadores de bicoito. Levar ao forno 180

graus por 20 a 30 minutos. Olhar sempre para não queimar em baixo. Deixar esfriar, pois eles ganham crocância depois de bem frio e decorar com glacê real. Guardar em potes bem fechados.



Bolo caramelado de abacaxi

Receita:

Primeiro leve ao fogo, numa panela antiaderente, duas xícaras de açúcar e faça uma calda como para pudim. Caramelize uma forma com essa calda e coloque rodelas de abacaxi, tirando o miolo e neste espaço colocando ameixas sem caroço. Reserve.

Ingredientes:

4 ovos
1\2 xícara de óleo de milho ou canola
2 xícaras de açúcar
1 e 1\2 xícara de suco de abacaxi, ou leite de coco ou água
1 xícara de farinha de amêndoas
1 xícara de amido de milho
2 xícaras de arroz ou de farinha preparada Beladri ou Aminna (farinha preparada - mistura de farinhas sem glúten)
1 colher de sopa bem cheia de fermento em pó

químico (Royal ou Dr Oetker)

Modo de fazer:

Bater os ovos com o açúcar até ficar bem cremoso e dobrar de volume. Vá adicionando o óleo, o suco e as farinhas e por fim, o fermento em pó. Colocar na forma que você já caramelizou e colocou o abacaxi, levar ao forno 180 graus, por mais ou menos 50 minutos ou até espetar um garfo e sair limpo.

Obs: caso não tenha a farinha de amêndoas, não deixe de fazer - use 3 xícaras de farinha preparada e uma de amido de milho e ficará uma delícia. Este bolo por ser caramelizado, não poderá ser congelado.



Bolo de abacaxi e coco

Ingredientes:

- 2 ovos
- 1 colher de sopa linhaça dourada
- 1 xícara e 1/2 de açúcar
- 1 xícara e 1/2 de farinha de creme de arroz
- 1 xícara de amido de milho
- 1 xícara de suco puro de abacaxi
- 1\2 xícara de óleo de milho
- 1 colher de sopa de fermento químico em pó (Royal)
- 1\2 xícara de pedacinhos de abacaxi
- 1\2 xícara de coco ralado

Modo de fazer:

Bater no liquidificador o suco de abacaxi, o óleo e a semente de linhaça. À parte, na batedeira bater os ovos e ir alternando os líquidos e os secos, colocar no final o fermento, o abacaxi picadinho e o coco. Colocar em forma de furo no meio e assar em forno 180 graus 45 minutos. Este caramelizei a forma e assei.



Bolo de Amendoim

Ingredientes:

- 3 ovos
- 2 xícaras de fubá bem fino e sem glúten
- 1 xícara de farinha de amendoim
- 1 xícara farinha preparada sem glúten (Beladri ou Aminna)
- 1\2 xícara de óleo de milho ou canola
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de leite de coco ou água
- 1\2 xícara de coco ralado
- 1 colher e meia de sopa de fermento em pó químico (Royal ou otker)

Modo fazer:

Bater no liquidificador os ovos, o açúcar, o óleo e o líquido, misturando bem e deixando bem aerado. depois misturar delicadamente as farinhas, o coco e o fermento. Colocar em forma de furo no meio... forno 180 graus por 45 minutos ou quando enfriar

uma faquinha, sair sem resíduos (o tempo varia, dependendo de cada forno).

Obs: este bolo pode ser congelado, fechado em sacos plásticos e retirado o ar, por 90 dias. Também poderá ser feito em formas de muffins, para serem levados como pequenos lanchinhos.



Bolo de amendoim com doce de leite de soja

Ingredientes:

- 3 ovos grandes
- 2 xícaras de creme de arroz
- 1 xícara de amido de milho
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de farinha de amendoim
- 1\2 xícara de óleo
- 1 xícara de suco de laranja
- 1\2 colher de café de bicarbonato de sódio
- 1 colher de sopa fermento em pó químico (Royal ou Otker)

Modo de fazer:

Bater os ovos com o açúcar até ficar fofinho, ir adicionando o óleo e o líquido. Quando ficar bem homogêneo, ir adicionando as farinhas misturadas previamente e no final o fermento em pó. Assar em uma forma numero 2 ou de furo no meio, por mais

ou menos 50 minutos. Cobrir com o doce de leite de soja e jogar a farinha de amendoim por cima. Uma belezinha !!!



Bolo de cenoura e damasco

Ingredientes:

- 2 cenouras médias cruas
- 4 damascos turcos
- 3 ovos grandes
- 1\2 xícara de óleo (uso o de milho)
- 1\2 xícara de água ou suco de laranja
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara e 1/2 de farinha de arroz
- 1 xícara e 1/2 de fécula de batata
- 1\2 xícara de amido de milho
- 1 colher e 1/2 de sopa de fermento químico em pó (eu uso o Dr. Oetker)

Cobertura de chocolate:

- 1 xícara de leite de arroz ou outro leite vegetal
- 1 colher de sopa bem cheia de amido de milho
- 1 colher de creme vegetal Becel azul (sem leite)
- 7 colheres de sopa de açúcar
- 5 colheres de sopa de chocolate em pó Nestlé

Modo de Fazer:

Bater a cenoura, os damascos, os ovos, o óleo, a água e o açúcar no liquidificador até ficar fofo e homogêneo - mais ou menos 5 minutos. Depois, ir incorporando as farinhas e o fermento gentilmente. Colocar em uma forma numero 3 - forno 180 graus, por 45 minutos.

Cobertura:

Misturar tudo e levar ao fogo - fica em ponto de brigadeiro mole. Cobrir o bolo e decorar. Ai é só correr para o abraço !



Bolo de chocolate com farinha de coco e cobertura cremosa

Ingredientes:

5 ovos
12 colheres de sopa de açúcar
1 xícara e meia de farinha de coco (aqui em SP temos uma farinha que é branquinha, chamada farinha de coco sem pele - é bem levinha)
1\2 xícara de coco ralado grosso
3 colheres de sopa de óleo de girassol
8 colheres de sopa de chocolate em pó Nestlé
1\2 xícara de água
1 colher de sopa de fermento químico em pó (Royal ou similar)

Modo de fazer:

Bater os ovos, o óleo, o açúcar e a água no liquidificador. Bater bem até virar uma mistura fofa e homogênea. Em uma tigela misturar a farinha, o

coco ralado, o chocolate e o fermento e misturar delicadamente os secos e os líquidos.

Colocar em uma assadeira não muito grande ou de furo no meio. Assar forno 180 graus mais ou menos 50 minutos. Este bolo poderá ser congelado por 90 dias no freezer.

Cobertura de chocolate:

3 copos de leite vegetal (arroz, amendoas, milho branco, castanha-do-pará e outros)
6 colheres de açúcar
4 colheres cheias de chocolate em pó Nestlé
3 colheres bem cheias de amido de milho
1 colher de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)

Fazer um creme grosso e liso e quem quiser, pode colocar 100 gramas de chocolate 70% cacau. Misturar bem e cobrir o bolo. Jogar coco ralado em cima para terminar a decoração.

Bolo de Chocolate trufado

Ingredientes:

11 ovos
4 xícaras de açúcar (eu uso o demerara)
2 xícaras de leite de arroz
7 colheres de sopa de óleo de milho ou girassol
7 colheres de sopa de chocolate em pó Nestlé
7 colheres de sopa de amido de milho
3 caixas de 200 gramas de fécula de batata
2 colheres de sopa de fermento químico em pó
(Royal ou similar)
opcional: 1 colher de chá de baunilha - como não
posso usar, aromatizo com raspas de limão.

Modo de fazer:

Bater os ovos inteiros com o açúcar, até formar uma
gemada bem fofa. Ir colocando o óleo e a baunilha.
À parte, misturar as farinhas, o chocolate, e o
fermento.
Misturar delicadamente a gemada, as farinhas e o

líquido, bater bem em uma tigela grande, pois a da
batedeira poderá não comportar.

Assar em forno 180 graus , em forma numero 3 alta,
pois o bolo ficará alto e bom de cortar.

Recheio:

1 litro de leite de arroz
1 vidro de leite de coco
6 colheres de sopa bem cheias de amido de milho
12 colheres de sopa bem cheias de açúcar
1 tablete de 170 gramas de chocolate 70 % Cacau ou
qualquer chocolate que não possua glúten ou leite

Modo de Fazer:

Levar ao fogo os líquidos, o açúcar e o amido, sem
parar de mexer, fazendo um creme grosso e liso.
Misturar o chocolate que derreterá e tornará o
creme brilhante e bem liso.

Calda:

1\2 litro de água
1 xícara de açúcar
1 laranja ou 1 maçã cortada em quatro
2 colheres de sopa de vodka ou aguardente sem

glúten

Ferver os 3 primeiros ingredientes por 10 minutos,desligar e colocar a bebida.

Esta calda ajuda a conservar o bolo. Quem quiser regar com refrigerante pode, mas eu não gosto pois poderá, em dias quentes, azedar o recheio. Regar bem na montagem do bolo.

Cobertura:

4 xícaras de açúcar de confeitador peneirado
4 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)

1 xícara e 1/2 de chocolate em pó Nestlé
1\2 xícara de leite de coco ou vodka.

Montagem:

Cortar a massa em 3 partes, regar com a calda, rechear com o creme de chocolate. Quem quiser poderá colocar pedacinhos de chocolate ou morangos picados - ficará uma delicia. Repetir as camadas e finalizar com a cobertura.



Bolinhos de farinha de COCO

Ingredientes:

4 ovos
2 xícaras de farinha de coco
1 xícara de farinha de arroz
2 xícaras de açúcar
1 garrafinha de leite de coco
1\2 xícara de óleo de milho
1 colher de sopa de fermento químico sem glúten
(Pó Royal)

Modo de fazer:

Bater as gemas com o açúcar até ficar bem aerada e fofa. Colocar em uma tigela grande. Ir alternando os secos, os líquidos e por fim adicionar delicadamente as claras que foram batidas em neve delicadamente. Colocar em forminhas de muffins ou em forma de furo no meio untada e polvilhada com açúcar. Assar em forno 180 graus, por 45 minutos.

Ótimo para o lanche das crianças - os bolinhos poderão ser congelados.

Rendimento: 15 a 20 bolinhos dependendo do tamanho das forminhas.



Bolo de massa puba (baiano)

deverá ser consumido frio, de preferencia de um dia para o outro. Este bolo poderá ser congelado por 90 dias no freezer.

Ingredientes:

- 1 pacote de massa de mandioca pura (massa puba)
- 1 copo americano de coco
- 2 copos de leite de coco
- 2 copos de açúcar
- 2 colheres de sopa de creme vegetal Becel
- 1 colher de sopa de fermento em pó químico (Royal ou similar)
- 3 ovos grandes

Modo de fazer:

Bater no liquidificador os ovos, a massa de mandioca, o açúcar, o leite de coco, o creme vegetal - bater bem por 5 minutos. Por ultimo misturar o coco e o fermento em pó.

Caramelizar uma forma de pudim com 1 xícara de açúcar e colocar a massa bem misturada.

Assar em forno a 180 graus, por uma hora. Este bolo



Bolo de milho verde com coco e goiabada

Ingredientes:

- 4 ovos grandes (usei o jumbo)
- 2 xícaras de açúcar (usei o demerara)
- 1 vidro de leite de coco
- 1/2 xícara de água
- 2 xícaras de milho verde (eu cozinho a espiga e debulho)
- 2 xícaras de milharina
- 1 xícara de farinha de coco
- 1/2 xícara de óleo de girassol
- 1/2 xícara de coco ralado
- 1 xícara de goiabada cascão em pedacinhos
- 1 colher de sopa de fermento em pó químico bem cheia

Modo de fazer:

Bater os ovos, o óleo, o açúcar, o milho verde, e o leite de coco no liquidificador até ficar um creme bem

fofo e espesso como uma gemada. À parte, colocar em uma tigela as farinhas, o fermento em pó e o coco e misturar bem. Ir misturando as farinhas e os líquidos delicadamente até incorporar tudo e ficar uma massa bonita e meio mole. Como cortei a goiabada em coraçõzinhos, tive o cuidado de ir arrumando na massa. Levar para assar em forno 180 graus, por 50 minutos. Este bolo poderá ser congelado por 90 dias no freezer.

Bom apetite!



Bolo diferente de coco e abacaxi

Ingredientes:

- 4 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 2 xícaras de açúcar
- 1\2 xícara de óleo de milho ou canola
- 1 xícara de arroz cozido sem tempero
- 1 xícara e meia de farinha preparada sem glúten (Beladri ou Aminna)
- 1 xícara de amido de milho
- 1\2 xícara de coco ralado (ou mais, dependendo do gosto de cada um)
- 1 colher de sopa de fermento em pó químico
- 1 xícara de abacaxi cortadinho miudinho

Modo de fazer:

Caramelizar a forma e colocar os pedacinhos de abacaxi - reservar.

Bater o arroz, os ovos, o leite de coco e o açúcar no liquidificador, batendo muito bem, formando uma

massa lisa e uniforme. Reserve.

Colocar em uma tigela as farinhas e o fermento e ir misturando delicadamente a mistura líquida que foi batida primeiramente. Misturar tudo muito bem. Colocar na forma, forno 180 graus por 50 minutos ou quando enfiar um palito, sair seco.

OBS: Este bolo é muito versátil, pois quem pode com o leite poderá com esta receita fazer um bolo de coco com gotas de chocolate. Neste caso não caramelizar a forma e substitui o abacaxi por 1 xícara de gotas de chocolate, ou chocolate granulado misturado na massa.

Segredinho: virar todo bolo caramelizado sempre morno e com cuidado para não quebrar. Este bolo por ser caramelizado, não poderá ser congelado.

Bolo sabor frapê sem glúten - tipo “Pullman”

Ingredientes:

200 gr de creme vegetal Becel azul sem sal
3 xícaras de açúcar demerara
5 ovos grandes
1 colher de sopa de emulsificante (EMUSTAB ou EMUGEL)
Bater na batedeira esses ingredientes até formar uma gemada bem forte e muito aerada - mais ou menos 5 minutos.

À parte:

1 xícara e 1/2 de farinha de arroz
1 xícara e 1/2 de creme de arroz
1\2 xícara de amido de milho
1\2 xícara de fubá fininho
1 vidro e 1/2 de leite de coco ou 1 vidro de leite de

coco e 1\2 de água
1 colher de sobremesa de goma xantana ou CMC
1 colher de sopa de fermento químico em pó (Royal)
2 colheres de sopa de chocolate em pó Nestlé

Bater bem a primeira mistura, e aos poucos ir colocando os outros ingredientes secos. Bater bem e incorporar tudo, menos o chocolate.

Separar um pouco de massa (mais ou menos 1\3 da massa) e misturar o chocolate em pó. Colocar em formas de pão - colocar a massa branca e colocar em cima, no meio, a massa de chocolate. Aquecer o forno por 10 minutos, pois este bolo necessita de forno inicialmente quente. Assar em 200 graus por 45 minutos.

Rendimento: duas formas de bolo inglês. Pode ser congelado. Dura até 5 dias fora da geladeira.



Bolo Vovó Catarina

Bolo de fubá com abacaxi

* copo americano: 200 ml

Ingredientes:

4 copos americanos de fubá sem glúten
1 copo americano de farinha de arroz
1\2 copo americano de amido de milho
1\2 copo americano de fécula de batata
3 copos americanos de açúcar
2 copos americanos de suco de abacaxi
1 copo americano de óleo
4 ovos grandes
1\2 xícara de coco ralado
4 colheres de sopa de queijo ralado (opcional para quem puder usar leite)
2 colheres de sopa rasa de fermento químico em pó sem glúten

Modo de fazer:

Caramelizar uma forma número 3 e picar pedacinhos

de abacaxi em toda extensão.

Bater os ovos, o óleo, o leite ou o suco e o açúcar, depois de bem misturado, ir adicionando as farinhas, o coco, queijo e por fim o fermento. Misturar bem. Colocar a massa na forma caramelada, forno 180 graus ,por mais ou menos 45 a 50 minutos, dependendo do forno.

Obs: fiz com suco de abacaxi natural, não é o concentrado. O bolo não pode ser congelado pois é feito com calda de açúcar.



Brigadeiro sem leite e sem glúten

Leite Vegetal de castanha-do-pará:

Bater uma xícara de castanha-do-pará com 1 litro de água. Bater muito até a água ficar bem branquinha. Coar em pano bem fino. Medir e ver se tem um litro de leite de castanha-do-pará.

Ingredientes:

1 litro de leite de castanha-do-pará
14 colheres de sopa de açúcar
16 colheres de sopa chocolate em pó Nestlé
4 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)
2 colheres de sopa amido de milho

Modo de fazer:

Colocar tudo na panela, levar ao fogo e ir mexendo sem parar (esse doce demora muito mais para pegar ponto do que o feito com leite condensado,

pois o leite condensado nada mais é que leite reduzido com o açúcar). Quando tiver em ponto de soltar da panela, tirar do fogo, esperar esfriar e levar à geladeira para ficar firme e enrolar com a mão untada de Becel ou óleo de girassol. Passar em raspas de chocolate ou granulado sem glúten e sem leite. Este doce precisa, nos primeiros 10 minutos, de fogo bem forte, depois abaixe a chama e vá mexendo sem parar, para não empelotar. Pode ser congelado por 90 dias no freezer.



Camafeu de nozes

Ingredientes:

500 gramas de açúcar
150 ml de água
6 gemas
500 gramas de nozes trituradas
3 ovos
3 colheres de chocolate em pó Nestlé
2 colheres de creme vegetal Becel azul (sem leite)
1\2 quilo de fondant ou um pouco mais
50 nozes para partir e decorar

Modo de fazer:

Fazer uma caldinha com o açúcar e a água. Triturar muito bem o 1\2 kilo de nozes, colocar na panela com os outros ingredientes e ir mexendo bem até soltar do fundo panela. Esperar esfriar, fazer croquetinhos e levar à geladeira.

À parte, derreter o fondant e ir passando os doces um por um. Deixar fininha a casquinha e colocar um pedaço de noz em cima para decorar.



Conservas de Gengibre

Minhas conservas de gengibre - eu adoro: anti inflamatório, digestivo, antidepressivo e aumenta seu poder de paladar. Muito bom!

Ingredientes:

- 1 quilo de gengibre cortado em rodelas bem finas (uso aquele de cortar legumes bem fininho)
- 2 xícaras e 1/2 de vinagre branco ou de arroz
- 1 colher de sobremesa de sal
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de água

Modo de fazer:

Corto o gengibre e deixo de molho por 3 horas, trocando a água 3 vezes.

Coloco o açúcar, o sal, vinagre e a água para ferver e diluir o açúcar. Colocar o gengibre escorrido em potes, previamente esterilizados. Jogar a calda quente e mexer bem para tirar as bolhas de ar. Fechar muito bem e deixar descansar por pelo menos 10 dias - quanto mais velho ficar, melhor o sabor.

Dura 2 anos bem conservado, se não colocarem utensílios contaminados.



Cup cakes de chocolate com cobertura de “buttercream” trufado

Ingredientes:

3 xícaras de farinha Schär Dolci ou farinha preparada
(1 xícara e meia de farinha de arroz e 1 xícara e 1/2
de amido de milho)

2 xícaras de açúcar

1\2 xícara de óleo de canola ou girassol

1 xícara e 1/2 de suco de 2 laranjas e completar a
medida com água

1\2 colher de chá de bicarbonato de sódio

1 xícara de chocolate em pó Nestlé

2 colheres de sopa (rasas) de fermento em pó

3 ovos

Modo de fazer:

Bater os ovos com o açúcar até formar uma gemada
forte. Ir adicionando pouco a pouco os secos e os

líquidos até formar uma massa lisa e aerada.

Buttercream de cobertura:

3 xícaras de açúcar de confeitiro peneirado

3 colheres de sopa cheias de creme vegetal Becel

1 xícara de chocolate em pó Nestlé

5 gotas de baunilha

Bater na batedeira todos os ingredientes até formar
um creme fofo. ater mais ou menos 5 minutos sem
parar.



Empadinhas diferentes

Ingredientes:

- 6 unidades de batatas grandes
- 2 gemas peneiradas
- 1 colher de café de sal
- 1 colher de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)
- 1 colher de sopa de maionese sem glúten e sem leite
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 8 colheres de sopa de amido de milho (cheias)

Recheio:

- 300 gramas de carne moída
- 1 cebola picadinha
- 1 alho picado
- salsinha e cebolinha
- 2 colheres de óleo
- 1 cenoura picadinha
- Sal a gosto

Fazer um refogado bem sequinho, reservar e esfriar.

Modo de fazer:

Cozinhar as batatas, escorrer bem e passar pelo espremedor, como se fosse fazer um purê. Colocar a margarina, o sal, o fermento a maionese, as gemas peneiradas e por fim o amido de milho. Mexer bem - irá ficar uma massa macia e pegajosa.

Unte as forminhas somente com óleo e com as mãos untadas de água e óleo, abra um pouco da massa e forre a forminha. Coloque o recheio frio e faça o mesmo processo inicial - com as mãos untadas de água e óleo, abra a massa e faça uma tampinha fechando bem a empada. Forno 200 graus por 30 minutos. Não aconselho o congelamento dessas empadinhas, pois modifica a textura.



Farinha preparada Josy Gomez

Mistura de farinhas sem glúten: farinha preparada

Misturar todas e guardar em pote fechado:

2 xícaras e 1/2 de farinha de arroz

3 xícaras de amido de milho

3 xícaras de polvilho doce

1 xícara de fubá de milho fininha

1 xícara de farinha de amêndoas

2 colheres de sopa de goma xantana ou CMC
(carboximetilcelulose)

2 colheres de sopa de psyllium (pode ser comprado em cápsulas
ou em farmácias de manipulação)

Quando for usar, misture bem e use a medida pedida na
receita.



Leite vegetal de castanha-do-pará

Bater uma xícara de castanha-do-pará com 1 litro de água. Bater muito até a água ficar bem branquinha. Coar em pano bem fino. Medir e ver se tem um litro de leite de castanha-do-pará. Reservar a massa de castanha para fazer patês e “ricota”.

Creme de leite de castanha-do-pará

* medida do copo - 250 ml

Ingredientes:

2 copos* de leite de castanha-do-pará muito gelado

2 colheres de sopa de sumo de limão coado

1 colher de café de sal

3\4 de xícara de óleo de milho

Modo de fazer:

Colocar o leite gelado, o sumo de limão e o sal no liquidificador e dar uma ligeira batida.

Já dará uma ligeira engrossada. Ligar novamente o liquidificador e como se estivesse fazendo uma maionese caseira, ir adicionando o óleo de milho - parar quando conseguir a textura desejada. Guardar em potes fechados na geladeira. Dura 5 dias na refrigeração. Não pode ser congelado.



Mentirinhas de Minas Gerais

Ingredientes:

1\2 xícara de fubá fininho
1 xícara e 1/2 de polvilho azedo
1 xícara e 1/2 de polvilho doce
2 ovos grandes ou 3 pequenos
1 xícara de “mandioqueijo” (mais informações aqui: <http://www.quebracabecaveg.net/>)
1 colher de café de sal
1 xícara e 1/2 de água
1\2 xícara de óleo de milho
1\2 xícara de azeitonas verdes picadas em pedacinhos

Modo de fazer:

Colocar o óleo, o sal e a água para ferver. À parte misturar todas as farinhas e o mandioqueijo. Depois de misturar bem, ir jogando o líquido fervendo para esquentar os polvilhos e o fubá. Ir misturando primeiramente com uma colher, tomando o cuidado

para não se queimar. Quando der, ir amassando vigorosamente com as mãos e adicionar os ovos um a um, tomando o cuidado para não cozinhar. Fazer as bolinhas. Colocar em assadeira untada com óleo. Aquecer por 10 minutos o forno em 200 graus antes de colocar para assar. Forno 200 graus por 35 a 40 minutos.

Poderão ser congelados em aberto antes de assar, por 90 dias no freezer. Depois é só ir direto ao forno. Rendimento 40 unidades pequenas.



Mini Abóboras com mel e raspas de limão siciliano

Ingredientes:

4 mini abóboras

mel, quanto necessário para encher até a boca
raspas de limão (usei o siciliano)

Modo de fazer:

Lave bem as mini aboboras e corte uma tampinha que lhe permita tirar as sementes. Lave muito bem e deixe secando em uma assadeira de cabeça para baixo.

Depois de secas, encha as mini aboboras de mel e coloque raspas de limão siciliano, que é mais aromatizado. Coloque em assadeira untada com óleo para não grudar e leve ao forno por 45 a 50 minutos, verificando se não está queimando - o cheiro é muito bom e ficará um doce de abobora inesquecível.



Mosaico dos Deuses

Sobremesa de gelatina

Ingredientes:

- 1 pacote de gelatina de uva normal ou pode ser feito com a diet
 - 1 pacote de gelatina de abacaxi normal ou diet
 - 1 pacote de gelatina de pêsego normal ou diet
 - 1 pacote de gelatina de morango ou frutas vermelhas normal ou diet
 - 1 garrafinha de leite de coco normal ou light
 - 1 xícara de água filtrada
 - 1 pacotinho de gelatina incolor de 12 gramas (geralmente a gelatina incolor é vendida em 2 pacotinhos juntos, de 12 gramas cada um)
 - 5 colheres de sopa de açúcar ou adoçante culinário
- Obs: sempre ler os rótulos e confirmar se os produtos não contém glúten.

Modo de fazer:

Fazer as gelatinas de um dia para o outro com metade de água (faço com 125 ml de água quente, onde

dissolvo a gelatina e depois coloco 125 ml de água gelada), colocar cada gelatina em uma tigelinha e deixar endurecer. Cortar em quadradinhos e misturar bem, para ficar bem colorido. À parte, misturar o leite de coco, a água e o açúcar.

Dissolver a gelatina incolor - modo correto para ela endurecer perfeitamente: coloque em uma tigelinha 5 colheres de água e polvilhe a gelatina por cima - ela irá hidratar.

Leve ao micro-ondas por 15 segundos - não deixe ferver - mexa bem e misture ao leite de coco, água e o açúcar, misturando bem. Coloque por cima das gelatinas e envolva bem. Levar à geladeira por 4 horas.

Obs: eu não gosto de sobremesa muito doce, por esta razão não uso muito açúcar, mas cada um deverá provar e fazer com o seu gosto particular.

Dicas: Sempre que usar gelatina incolor: os ingredientes a serem misturados deveram estar em temperatura ambiente para não formar grumos ou fios de gelatina.



Panetone Josy Gomez

Receita:

3 colheres de sopa de açúcar
4 colheres de sopa de mel de abelha
1 colher e meia de sopa de fermento biológico seco
150 ml de suco de laranja
200 ml ou uma garrafinha de leite de coco
3 ovos
1 gema
4 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)
1 colher de café de raspas de limão
1 colher de café de raspas de laranja
1\2 colher de café de bicarbonato de sódio
1 pitada de sal
600 gramas de farinha preparada Beladri ou Amina (mistura de farinhas sem glúten)
2 xícaras de frutas secas de sua preferencia (eu usei nozes, passas brancas e damascos picadinhos)

Modo de fazer:

Bater os ovos e a gema com o açúcar até ficar bem

aerado. Ir adicionando os líquidos e as farinhas e batendo bem. Vai ficar uma massa bem pesada e pegajosa. Adicionar as frutas secas de sua preferência, passadas em uma colher de amido de milho, para que elas não fiquem no fundo da forma. Colocar em forma de papel para panetone. Deixar crescer por 45 minutos. Assar em forno médio 180 graus por 1 hora.

Cobertura de chocolate:

2 xícaras de açúcar de confeitiro peneirado
4 colheres de creme vegetal Becel azul (sem leite)
1 xícara de chocolate em pó Nestlé
2 colheres de suco de limão

Modo de fazer:

Levar a batedeira todos os ingredientes e bater 10 minutos, até virar um glacê que sirva para cobrir ou pitangar.





Panetone - Chocotone

“Leoa de Ouro”

* medida: 1 copo de 250 ml - tipo copo de vidro requeijão

“Esponja” de fermento:

1 colher de sopa de fermento biológico seco
1 colher de sopa de adoçante culinário ou açúcar demerara
1/2 copo do tipo de requeijão de água morna

Misturar todos ingredientes e fazer a fermentação por 10 minutos

Ingredientes:

1 ovo
1 clara
1 colher de sopa de linhaça dourada
2 colheres de sopa de farinha de coco
4 colheres de gordura de coco
1 colher de sobremesa de psyllium (vendido em

cápsulas ou em farmácia de manipulação)
1 colher de sobremesa de CMC
1 colher de chá de goma xantana
1 colher de café de bicarbonato de sódio
1 colher de café de raspas de limão
1 copo do tipo de requeijão de suco de laranja
1 copo do tipo de requeijão de farinha de arroz
1\2 copo do tipo de requeijão de fécula de batata
1\2 copo do tipo de requeijão de polvilho doce
1\2 xícara de adoçante culinário ou açúcar demerara
1\2 xícara de nozes picadas
1\2 xícara de passas que ficaram de molho em 2 colheres de vodka
1 tablete de 200 gr de chocolate sem glúten e sem leite em pedaços pequenos.

Modo de Fazer:

Fazer a primeira fermentação e deixar de lado. Colocar no liquidificador os ovos, a gordura de coco, a linhaça e o copo de suco de laranja. Bater bem. Colocar todos os ingredientes na batedeira e bater bem, por 5 minutos. Colocar em assadeira redonda alta ou forma de panetone. Deixar crescer

por 45 minutos. Assar em forno de 180 graus por 50 minutos.

Rendimento: um panetone de 500 gramas.
Durabilidade fora da geladeira 5 dias. Poderá ser congelado.



Panetone Rainha Rachel

Ingredientes:

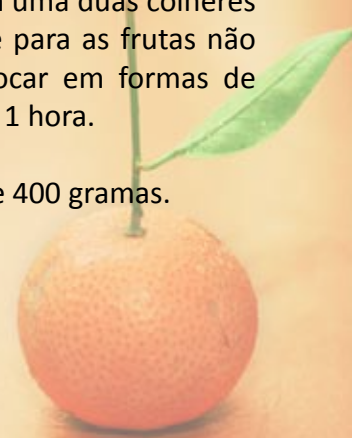
3 ovos inteiros
1 colher de sopa de fermento biológico instantâneo
1 xícara de açúcar
1 xícara de inhame cozido e passado pela peneira
1 xícara de leite de coco
1\2 xícara de óleo de milho
1\2 xícara de suco de 2 laranjas e completar com água
1 colher de sobremesa de psillyum (vendido em cápsulas ou em farmácia de manipulação)
1 colher de chá de CMC
1 colher de chá de raspas de casca de laranja
1 colher de café de raspas de casca de limão
1 pitada de sal
1\2 colher de café de bicarbonato
1 xícara e 1/2 de farinha de arroz
1 xícara de polvilho doce
1\2 xícara de fécula de batata
1\2 xícara de farinha de amêndoas

1\2 xícara de passas
1\2 xícara de nozes picadas
1\2 xícara de damascos picados
1\2 xícara de ameixa preta picada

Modo de fazer:

Colocar o fermento com um pouco de água e duas colheres de açúcar e deixar a parte (vai crescer). Na batedeira, bater os ovos, o inhame, o leite de coco, o suco, o óleo e o açúcar até virar uma mistura homogênea. Colocar o fermento, que já deu uma prévia levedada. Ir adicionando os secos pouco a pouco até formar uma massa consistente, mas não dura. Bater por uns 3 minutos. Colocar as frutas secas previamente passadas em uma duas colheres de amido de milho - isso serve para as frutas não afundarem no cozimento. Colocar em formas de panetone. Forno 180 graus por 1 hora.

Rendimento: dois panetones de 400 gramas.





Panetone Salgado sem glúten

*copo medida (do tipo de requeijão): 250 ml

Ingredientes:

1 copo do tipo de requeijão de farinha de arroz
1\2 copo do tipo de requeijão de polvilho doce
1\2 copo do tipo de requeijão de farinha de amaranto
1\2 copo do tipo de requeijão de fécula de batata
3 colheres de farinha de amêndoas ou farinha de banana verde
1 colher de sopa rasa de sal
3 ovos
1 copo e mais 1\4 do tipo de requeijão de água
3 colheres de sopa de banha (Sadia ou outra marca confiável)
1 colher de chá de CMC (carboximetilcelulose - à venda em loja de material para festas, bolos e doces)

2 colheres de chá de psyllium (vendido em cápsulas ou farmácias de manipulação)
1 colher de chá de vinagre branco
1 colher bem rasa de fermento biológico seco para pão
1 colher de sobremesa de açúcar
1 cebola pequena
2 dentes de alho
1\2 xícara de damascos picados
6 castanhas do pará picada
2 cenouras raladas crua
1 lata de milho verde escorrida
1\2 xícara de cogumelos cortados
1 xícara de azeitonas verdes picadas miúdas

Modo de fazer:

Colocar o fermento biológico com a colher de açúcar e o 1\4 de água morna para levedar.

Bater no liquidificador os ovos, o resto da água, a banha, o sal, a cebola e o alho, misturando muito bem.

Na batedeira colocar as farinhas bem misturadas e peneiradas e ir adicionando pouco a pouco os líquidos e por último o fermento que já levedou.

Bater a massa por 5 minutos, incorporando todos os ingredientes.

Depois de tudo misturado, colocar na massa : as cenouras raladas, os cogumelos picados, as azeitonas, o milho, os damascos e as castanhas. Misturar bem incorporando o recheio a massa. Passar uma gema com gotinhas de azeite em cima para corar.

Colocar em uma forma de papel de panetone. Deixar crescer por 50 minutos. Levar ao forno já pré-aquecido em 180 graus e assar por 50 minutos. Deixar esfriar antes de cortar



Pão australiano sem glúten

Espanja de fermento: misture o açúcar, o fermento, a água e a farinha de arroz e deixe crescer

Ingredientes:

2 xícaras de farinha de arroz
1\2 xícara de polvilho doce
3 colheres de sopa de farinha de amaranto
3 colheres de sopa de farinha de grão de bico
2 colheres de sopa de linhaça dourada
2 colheres de sopa de cacau em pó (Garoto)
1 colher de chá de CMC
2 xícaras de água filtrada
2 colheres de sopa de óleo de coco
2 colheres de de sopa de azeite
1 colher de sopa de açúcar
1 colher de sopa rasa de fermento biológico seco (para pão)
1 colher de sopa rasa de sal

1 colher de chá de psyllium (opcional)
1 colher de chá de fermento químico (Pó Royal)
1 colher de chá de vinagre de maçã.

Modo de fazer:

Bater uma xícara de água com as duas colheres rasas de linhaça dourada - reservar.

Colocar o fermento biológico seco para levedar: 1 xícara de água morna, 1 colher de sopa de açúcar e 3 colheres de farinha de arroz. Descanso de 10 minutos (veja a foto).

Adicionar as farinhas depois de misturadas e peneiradas na tigela da batedeira, colocar a mistura de linhaça batida e o fermento levedado. Bater bem por 5 minutos, sempre desligando e misturando os ingredientes que grudam na parede da batedeira. Colocar o vinagre, por fim colocar as colheres de gordura de coco e do azeite. Irá ficar uma massa firme. Se ficar muito dura, adicione um pouco mais de água. O ponto da massa é firme mas não dura. Colocar em uma assadeira de bolo inglês tamanho médio. Alisar bem a massa e passar um pouco de

azeite com 2 gotinhas de café para dar uma dourada. Deixar crescer por 1 hora, pois tem pouco fermento e é sem ovos a massa. Assar em forno 180 graus por 45 minutos - olhar para não queimar - todo pão sem ovos assa muito rápido.

Obs: este pão não é doce e nem tem gosto forte de fermentação.



Pão de cenoura e azeitonas sem glúten

* medida: copo de vidro do tipo de requeijão - 250 ml

Ingredientes:

1 copo do tipo de requeijão de farinha de arroz
1\2 copo do tipo de requeijão de polvilho doce
1\2 copo do tipo de requeijão de fécula de batata
1 colher de sopa de linhaça dourada
1 colher de sopa de farinha de coco
1 colher de chá de sal
1 colher de sopa de adoçante culinário ou açúcar demerara
1 ovo inteiro
1 clara
1 colher de sobremesa de CMC
1 colher de sobremesa de psyllium em pó (vendido em cápsulas ou em farmácias de manipulação)
1 colher de chá de goma xantana

4 colheres de sopa óleo de girassol
1 copo e 1/2 do tipo de requeijão de água
1 colher de sopa bem rasa de fermento biológico seco instantâneo
1 cenoura ralada e
1 xícara de azeitonas picadinhas miúdas.

Modo de fazer:

Bater os ovos, o óleo, 1 copo de água, o sal, a linhaça dourada no liquidificador e separar. À parte colocar o fermento, 1\2 copo de água morna e a colher de adoçante ou açúcar para levedar.

Colocar na batedeira as farinhas e a farinha de coco, o psyllium, a goma xantana e o CMC. Colocar a mistura batida no liquidificador e bater por 3 minutos. Por fim, colocar o fermento levedado e bater bem mais 2 minutos. Depois de bem batida a massa, juntar a cenoura ralada e as azeitonas. Misturar bem. Colocar em forma untada e enfarinhada. Assar em forno 180 graus por 50 minutos. Deixar esfriar em grelha e depois poderá cortar.

Dura 3 dias fora da geladeira - poderá ser congelado.



Pão de forma com presunto e gergelim com farinha Schar

Ingredientes:

3 ovos
4 xícaras de farinha Schär Mix Pan
1 colher de sopa de fermento instantâneo biológico seco (FERMIX)
1 colher de sopa de açúcar
1 colher de chá de sal
1\2 litro de água morna
150 gramas de presunto Sadia cortadinho miúdo.
gergelim

Modo de fazer:

Colocar numa tigelinha o fermento biológico com a colher de sopa de açúcar para levedar por 10 minutos.

Em uma outra tigela colocar a farinha, o sal e os

ovos mexer bem. Colocar o fermento que já levedou e o resto da água morna. Amassar bem. Eu não uso batedeira, pois acho que fazer pão é um ritual de felicidade da nossa família, onde colocamos todo nosso amor e nossa alegria. Amasso por uns 10 minutos - fica uma massa grudenta nas mãos. Por final juntar o presunto picadinho e misturar bem. Untar só com óleo uma forma de pão grande ou duas pequenas, pois ele cresce bem. Colocar a massa na forma e com ajuda de uma colher com água e uma gotinha de óleo eu alisei bem. Deixei bem uniforme e joguei bastante gergelim. Deixar crescer por 45 minutos. Assar a 200 graus, por 40 minutos. Depois é só degustar.



Pão de milho com amêndoas

Ingredientes:

- 2 colheres de chá de fermento biológico instantâneo
- 2 colheres de sopa de açúcar ou adoçante culinário
- 1 colher de chá de sal
- 300 ml de água morna
- 1 xícara e 1\4 de fubá ou farinha de milho batida e passada na peneira fina
- 1\2 xícara de farinha de amêndoas trituradas grosseiramente
- 3 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul
- 1 xícara e 1/2 de polvilho doce
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1\2 xícara de fécula de batata
- 1 colher de sobremesa de psillyum (pode ser comprado em cápsulas ou em farmácia de manipulação)
- 1 gema
- 2 claras

1 colher de chá de CMC

1 colher de café de vinagre branco ou suco de limão

Modo de Fazer:

Colocar o fermento junto com o açúcar e um pouco da água para levedura. Reserve.

Na batedeira colocar o resto da água, a gema, as claras, a manteiga e dar uma ligeira batida para misturar tudo. Aos poucos ir juntando as farinhas e por fim, adicione o fermento, que já deu uma leve crescida. Bater bem, pelo menos 3 minutos. Colocar em uma forma de bolo inglês grande ou duas pequenas. Passar a gema que sobrou com um pouco de óleo em cima para corar o pão. Deixar crescer por 1 hora. Assar em forno 200 graus, por 50 minutos.



Pão francês sem glúten da Josy Gomez

Ingredientes:

- 3 xícaras e 1/2 de farinha preparada* (minha receita)
- 1 colher de sopa fermento biológico seco
- 1 colher de chá de açúcar
- 1 colher de chá de mel de abelha
- 1 colher de chá de sal
- 1 ovo grande + uma clara
- 3 colheres de sopa de azeite
- 2 colheres de sopa de maionese sem glúten, sem leite e sem soja
- 1\2 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1 xícara e 1/2 de água morna
- 1 colher de chá de vinagre de maçã
- 2 colheres de sopa de linhaça dourada

Modo de fazer:

Colocar em uma tigela o fermento para pão junto com o açúcar. Reservar.

Bater os ovos e os líquidos até espumarem. Ir colocando as farinhas pouco a pouco, misturando bem. Bater a massa pelo menos 3 minutos. Por final, adicionar o fermento com a água restante. Bater mais dois minutos.

Colocar em colheradas nas forminhas - esta massa é pegajosa e grudenta. Deixar crescer por 40 minutos. Assar em forno 200 graus por 30 minutos.



Pão salgado da roça feito de milho, palmito, azeitonas e cogumelos

Ingredientes:

2 xícaras de farinha preparada sem glúten Beladri ou Aminna (clique aqui para ver a receita de farinha preparada)
3 colheres cheias de sopa de fubá fininho
3 ovos
1 colher de café de açúcar
1 cebola
2 dentes de alho
1\2 xícara de cebolinha verde picada
1 xícara de água
3 colheres de sopa de maionese (sem glúten, sem leite e sem soja)
3 colheres de sopa de azeite
1\2 lata de milho verde escorrido
1 colher de café de sal

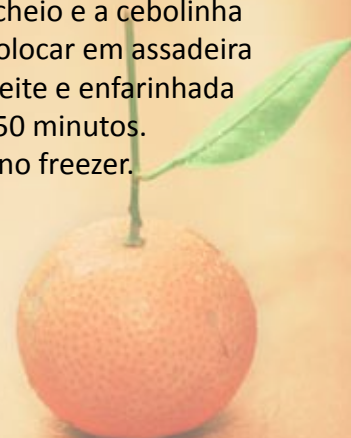
1 colher de sopa de fermento químico (Royal ou Dr. Oetker)

Recheio:

1\2 lata de milho verde escorrida
1\2 xícara de azeitonas picadinhas
1 xícara de palmitos picados
1\2 xícara de cogumelos picados

Modo de fazer:

Bater os ovos, a água, a maionese, o azeite, o açúcar, o sal no liquidificador, fazendo uma mistura bem homogênea. Ir misturando aos poucos as farinhas e o fermento em pó. Ficarà uma massa pesada e grudenta. Adicionar o recheio e a cebolinha picada e misturar muito bem. Colocar em assadeira de furo no meio, untada com azeite e enfarinhada com fubá. Forno 180 graus por 50 minutos. Pode ser congelada por 90 dias no freezer.



Pãozinho de grão de bico

Ingredientes:

- 1/2 xícara de farinha de grão de bico
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de amido de milho
- 1 xícara de polvilho doce
- 1 colher de sopa de CMC ou GOMA XANTANA
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 2 colheres de chá de fermento químico em pó (Royal ou Dr. Oetker)
- 1 colher de sopa de fermento biológico seco
- 2 colheres de chá de sal
- 2 ovos inteiros
- 2 claras (guardar a gema para pincelar os pães)
- 5 colheres de sopa de óleo
- 2 xícaras de leite vegetal (arroz, castanha-do-pará, milho branco, amêndoas etc)
- 2 colheres de chá de vinagre de maçã

Modo de fazer:

Misturar todas as farinhas, o CMC, sal, açúcar, os

fermentos e reservar.

Bater no liquidificador todos os líquidos e os ovos.

Misturar bem todos os ingredientes secos e os batidos no liquidificador e bater bem uns 5 minutos (eu bato na mão mesmo).

Colocar em forminhas de muffins ou pão de mel para ficarem pequenos, mas pode ser assado em forma de bolo inglês ou pão de forma.

Passar as gemas que sobraram nos pães. Eu sempre pingo 2 gotinhas de café na gemada para dar mais uma corzinha.

Forno 180 graus por 45 minutos. Deixar esfriar bem. Rendimento 18 pães pequenos ou 2 na forma de bolo inglês.

Este pão poderá ser congelado por 90 dias no freezer. Fora da geladeira dura 3 dias.



Pão Rainha Esther

Ingredientes:

- 1 colher rasa de sopa de fermento biológico seco instantâneo
- 1 colher de sopa de adoçante culinário de forno e fogão
- 1 colher de chá de sal marinho
- 1 colher de chá de vinagre de arroz
- 1 ovo
- 3 colheres de sopa de óleo de coco
- 3 colheres de sopa de azeite
- 4 colheres de sopa de semente de linhaça
- 1 xícara e meia de água morna
- 1 colher de café de fermento químico
- 1 colher de chá de goma xantana ou CMC
- 1 colher de chá de fibra psyllium (opcional) - compra-se em cápsulas ou farmácia de manipulação
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1\2 xícara de farinha de coco
- 1\2 xícara de fécula de batata
- 1\2 xícara de polvilho doce
- 2 colheres de sopa de polvilho azedo.

Modo de fazer:

Bater a água morna, a semente de linhaça, o ovo, os óleos, o adoçante e o vinagre no liquidificador. Bater bem. Misturar todas as farinhas muito bem e aos poucos ir juntando tudo - ficará uma massa muito boa e firme. Colocar em uma forma de pão média e deixar crescer por 45 minutos a 1 hora, para dobrar de volume. Assar em forno 200 graus por 45 minutos.

Só cortar depois de frio. Poderá ser congelado por 90 dias no freezer.



Pasta de grão de bico

Homus

HOMUS - pasta árabe

Ingredientes:

2 xícaras cheias de grão de bico bem cozido
1\2 xícara da água do cozimento
2 dentes de alho picados
1 colher de sopa de tahine (pasta de gergelim)
Sumo de um limão
1 colher de sopa de óleo de gergelim ou óleo de milho

Modo de fazer:

Colocar todos os ingredientes no liquidificador e bater bem, até ficar uma pasta bem homogênea. Colocar em pote fechado coberto com um fio de azeite. Dura 5 dias na geladeira.



Patê de azeitonas pretas e ricota vegetal

Ingredientes:

- 1 vidro de maionese sem glúten e sem leite
- 1 xícara de massa de castanha-do-pará que sobrou da confecção do leite vegetal
- 1 xícara de azeitonas pretas picadinhas
- 1 colher de sopa de azeite.

Modo de fazer:

Bater no liquidificador até formar uma massa homogênea.

Colocar na geladeira. Durabilidade 3 dias refrigerado.

Patê de alho com nozes e alecrim

Ingredientes:

- 1 xícara de massa de castanha-do-pará que sobrou da confecção do leite vegetal
- 1 vidro de maionese sem glúten e sem leite
- 1\2 xícara de nozes picadinhas
- 1 raminho de alecrim cortado miudinho
- 3 dentes de alho
- 1 colher de sopa de azeite

Modo de fazer:

Bater tudo no liquidificador até formar uma pasta homogênea.

Colocar na geladeira. Durabilidade 3 dias refrigerado.



Torta de frango e palmito com massa podre sem glúten

Ingredientes:

2 xícaras de creme de arroz
1 xícara de fécula de batata
1 xícara de amido de milho
1\2 xícara de polvilho doce
2 gemas peneiradas
200 gramas de banha de porco
1 colher de café de sal
1 xícara de guaraná

Misturar tudo até formar uma massa homogênea e lisa. Abrir em dois plásticos pois ela se torna quebradiça. Forrar com 3\4 da massa uma assadeira e abrir a outra parte para tampar.

Recheio:

1 peito de frango cozido e desfiado

1 vidro de palmito pequeno
1\2 xícara de azeitonas verdes picadinhas
1 pacote pequeno de cogumelos
1 tomate picado
1 cebola picada
2 dentes de alho
1\2 xícara da água que cozinhou o frango
1 colher de sopa cheia de amido de milho
1 colher de café de sal

Modo de Fazer:

Fritar o alho, a cebola e o tomate. Colocar o peito de frango desfiado, o palmito, o cogumelo e as azeitonas. Apurar o refogado e colocar a 1\2 xícara de caldo de frango com a colher de amido para engrossar o recheio. Deixe esfriar.

Monte a torta e tampe com a massa restante. Passe uma gema em cima para corar.
Forno 180 graus, 50 minutos.



Torta Natalina de chocolate e maracujá

Base : um panetone feito um dia antes ou sobras - eu usei o Chocotone Leoa de Ouro (página 40)

Creme de maracujá:

2 xícaras de leite vegetal (leite de arroz, amêndoas, castanha de caju, castanha-do-pará - o que for do gosto)

1\2 xícara de açúcar

1 xícara de suco de maracujá concentrado ou feito de 4 maracujás, puro

1 pacotinho de gelatina incolor ou 1 colher de sopa de agar agar

Modo de fazer:

Misturar o leite vegetal e o suco de maracujá, a 1/2 xícara de açúcar. Colocar a gelatina em 5 colheres de água para hidratar, levando ao micro-ondas por 15 minutos para diluir. Misturar no líquido separado e levar à geladeira por 10 minutos para dar uma

ligeira endurecida.Separar.

Creme de Chocolate:

2 xícaras de leite vegetal

5 barrinhas de chocolate Ouro Moreno meio amargo (sem glúten, sem soja)

1 envelope de gelatina incolor ou 1 colher de sopa de agar agar.

2 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul

2 colheres de sopa cacau em pó

3 colheres de sopa de açúcar (opcional) - eu não coloco, gosto do paladar do meio amargo com o cítrico do maracujá.

Modo de fazer:

Levar ao fogo o leite vegetal, a manteiga,o cacau em pó, e as barrinhas de chocolate e se preferir, o açúcar. Ir mexendo até ficar um creme, mas ainda ralo. Deixar esfriar. Hidratar a gelatina em 5 colheres de sopa de água, levar ao micro-ondas por 15 segundos. Misturar bem no creme de chocolate e levar à geladeira por 10 minutos para esfriar e dar uma engrossada.

1\2 xícara de Proseco ou guaraná

Montagem da Torta:

Forrar uma forma redonda de bolo com papel filme, para facilitar a retirada da forma, ou usar uma de fundo falso. Cobrir o fundo com fatias de panetone, eu usei um inteiro como base.

Molhar delicadamente com um pouco de Proseco, ou se quiser, use guaraná. Colocar o creme de maracujá e o creme de chocolate (ganache), finalizando com 1 xícara de nozes picadas e morangos na decoração.

Levar a geladeira por 4 ou 6 horas.

Divina...maravilhosa!!!



Tortinha de morango sem glúten

Ingredientes:

2 xícaras de farinha preparada Beladri ou Aminna (mistura de farinhas sem glúten)
3 colheres de sopa de açúcar
2 gemas passadas na peneira
100 gramas de creme vegetal Becel azul (sem leite)
1 colher de café de fermento químico em pó (Royal)
raspas de limão

Modo de fazer:

Misturar tudo e deixar uma massa lisa e fácil de abrir. Assar em forno 180 graus por uns 20 minutos

Leite Vegetal de castanha-do-pará:

Bater uma xícara de castanha-do-pará com 1 litro de água. Bater muito até a água ficar bem branquinha. Coar em pano bem fino. Medir e ver se tem um litro

de leite de castanha-do-pará.

Creme de confeiteiro:

1 litro de leite vegetal (eu uso de castanha-do-pará)
9 colheres de açúcar
5 colheres de sopa de amido de milho
2 gemas passadas na peneira
1 colher de café de baunilha

Levar ao fogo e deixar um creme liso e de aroma baunilhado.

Geleia de brilho:

1 copo de groselha
1 copo de água
1 colher de sopa de amido de milho

Levar ao fogo até dar ponto de creme. Reservar.

Montagem:

Massa assada, creme de confeiteiro, morango cortadinho, geleia de brilho. Eu passo a lateral nas castanhas moidas.

Dica: caso for demorar para comer, passar uma camada de chocolate na massa para o creme de confeitiro não amolecer as tortinhas. Não poderão ser congeladas.



