

IGUATEMI DAILY

*E-book
de Receitas
de Avós*



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo de receitas do dia 26 de julho
ao dia 01 de agosto.

Criadas pelos melhores chefs e restaurantes de São Paulo,
disponibilizadas exclusivamente na programação
#IguatemiDaily.

Continue acompanhando nossas redes sociais para
aprender a cozinhar os pratos de seus restaurantes favoritos.

ÍNDICE

Salgados

04

Doces

11

IGUATEMI **DAILY**

SALGADOS

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoaocaviar



EMPADINHA DE CAMARÃO

Por Do Pão ao Caviar



EMPADINHA DE CAMARÃO

INGREDIENTES

Para a massa podre:

200 g de manteiga gelada

360 g de farinha de trigo

50 g maizena

1 gema

5 colher de água gelada

Sal

Para o recheio:

2 colheres de sopa de azeite de oliva

2 dentes de alho picados

400 g de camarão pequeno

descascado e limpo

1 tomate sem pele e sem semente

picado

100 ml de leite de coco

1 pimenta dedo de moça picada

Sal

100 ml de creme de leite

2 colheres de sopa de coentro picado

1 gema

Caldo de camarão





EMPADINHA DE CAMARÃO

MODO DE PREPARO

Misture a farinha e a manteiga com as mãos até formar uma farofa grossa para a massa. Agora junte todos os ingredientes até formar uma massa homogênea.

Enrole no plástico filme e leve para a geladeira por 30 minutos. Depois abra a massa com o rolo e coloque em uma forma de aproximadamente 25 cm de diâmetro. Então fure a massa toda e leve ao forno em 180°C por 15 minutos.

Prepare o recheio aquecendo uma frigideira regada com azeite, para dourar o alho e os camarões. Junte o tomate, refogue por uns dois minutos e adicione o leite de coco e a pimenta, deixando cozinhar por mais dois minutos. Junte o caldo de camarão e tempere com sal. Junte o creme de leite, desligue o fogo e adicione o coentro. Reserve para esfriar.

Abra a massa em porções e cubra as forminhas de empada, recheando com o camarão e cobrindo com um círculo de massa. Pincele com a gema e leve ao forno preaquecido a 180 graus por, aproximadamente, 30 minutos ou até que estejam douradinhas.

Do Pão ao Caviar



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@smallactsfoods



NHOQUE DE MANDIOQUINHA COM MOLHO DE TOMATE

Por Nininha Lacombe



NHOQUE DE MANDIOQUINHA COM MOLHO DE TOMATE

INGREDIENTES

Para o molho de tomate:

6 tomates

1 xícara de chá de manjeriço fresco

½ xícara de chá de orégano fresco

3 colheres de sopa de azeite

Para o nhoque de Mandioquinha:

2 xícaras de chá de mandioquinha

1 xícara de chá de farinha de arroz/zaya flour

1 colher de chá de noz moscada

1 colher de chá de sal

2 colheres de sopa de azeite





NHOQUE DE MANDIOQUINHA COM MOLHO DE TOMATE

MODO DE PREPARO

Coloque os tomates em uma panela e leve ao fogo até levantar fervura. Desligue, escorra e tire a pele deles. Bata no liquidificador com os demais ingredientes para o molho e volte à panela, deixando ferver e evaporar um pouco da água.

Cozinhe a mandioquinha no vapor – se fizer na água, coloque no forno por 15 minutos para secar. Processe ou amasse a mandioquinha e misture todos os ingredientes restantes.

Faça formato de nhoque, coloque água com sal para ferver e depois que atingir a fervura adicione os nhoques na água – quando eles boiarem significa que está pronto.

Retire da água e coloque em um refratário com o molho de tomate e parmesão por cima, por último leve ao forno para gratinar!



IGUATEMI **DAILY**

DOCES

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@rafaelicks



CHURROS

Por Rafa Licks



CHURROS

INGREDIENTES

- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 xícara de água
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1 ovo
- Doce de leite ou nutella, a gosto
- Açúcar e canela para empanar, a gosto
- Óleo para fritar





CHURROS

MODO DE PREPARO

Prepare a massa colocando a água, a manteiga, o açúcar e a farinha de trigo em uma panela em fogo médio. Mexa sem parar, até formar a massa. Acrescente o ovo em um recipiente e mexa até incorporar. Molde eles com a mão ou, caso tenha, com bico de confeiteiro.

Coloque para fritar a 180 graus.

Em um bowl, coloque açúcar e canela e jogue os churros dentro, mexendo até ficar todo envolto.

Sirva com doce de leite ou Nutella e bom apetite.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@luizaortizz



BISCOITO AMANTEIGADO

Por Luiza Ortiz

GASTRONOMIA



BISCOITO AMANTEIGADO

INGREDIENTES

300 g de farinha de trigo

200 g de manteiga ou margarina

100 g de açúcar



Luiza Ortiz



BISCOITO AMANTEIGADO

MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingredientes em uma tigela e misture bem com as mãos.

Quando formar uma massa, faça rolos da espessura desejada e corte o rolo em vários pedaços pequenos – use um garfo para amassar as massas dos biscoitos ou faça desenhos no formato desejado.

Coloque em uma assadeira untada e asse em um forno pré-aquecido de 5 a 10 minutos em fogo médio, ou até dourar. Retire e sirva!

Quer dar um toque a mais ao sabor do seu biscoito amanteigado? Polvilhe raspas de casca de limão ou laranja. Ficará uma delícia.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoaocaviar



BOLO DE MILHO CREMOSO

Por Do Pão ao Caviar



BOLO DE MILHO CREMOSO

INGREDIENTES

- 4 ovos
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 3 colheres de sopa de farinha de trigo
- 1 lata de milho verde
- Coco ralado fresco
- 2 xícaras e 1/2 de açúcar
- 1 xícara de farinha de milho
- 50 g de queijo parmesão
- 1 litro de leite comum
- 1 colher de sopa de fermento químico





BOLO DE MILHO CREMOSO

MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador e leve para uma forma de aproximadamente 20x30 cm.

Então leve ao forno a 180°C por 1 hora e sirva!



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@giocozinha



TORTA DE ABÓBORA COM ESPECIARIAS (PUMPKIN SPICE PIE)

Por Giovanna Cury



TORTA DE ABÓBORA COM ESPECIARIAS (PUMPKIN SPICE PIE)

INGREDIENTES

- 1 xícara de farinha de aveia
- 1/2 de xícara de aveia em flocos grossos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amêndoa ou noz pecan,
finamente picadas
- 1 pitada de sal
- 1/3 de xícara de óleo de coco derretido ou
azeite
- 1/4 de xícara de melado de cana ou maple
syrup
- 1/4 de xícara de água
- 1kg de abóbora japonesa (deve render 2
xícaras de purê)
- 1/4 a 1/3 de xícara de água
- 1/3 de xícara de purê de maçã
- 1 xícara de açúcar de coco
- 1/4 de colher de chá de sal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de gengibre em pó
- 1/2 colher de chá de cravo em pó
- Noz moscada ralada, a gosto
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 2 ovos orgânicos
- Chantilly ou iogurte de coco, para finalizar

RENDIMENTO

1 forma de 25cm

Por Giovanna Cury





TORTA DE ABÓBORA COM ESPECIARIAS (PUMPKIN SPICE PIE)

MODO DE PREPARO

Pré-aqueça o forno a 180 graus. Corte a abóbora ao meio ou em fatias removendo as sementes e disponha sobre uma assadeira. Leve para assar por 30 a 40 minutos, ou até a abóbora ficar macia e cozida por inteira.

Enquanto isso, prepare uma forma de fundo removível com óleo de coco ou azeite, para untar. Em uma tigela, misture a farinha de aveia, a aveia em flocos, a farinha de arroz, as amêndoas e o sal. Em outra tigela menor, misture o óleo de coco derretido, o melado de cana e a água. Leve os ingredientes molhados para os secos e misture bem.

Com as mãos umedecidas, pressione a massa na sua forma de torta do centro em direção às bordas. Acerte a base da sua massa com as mãos para ficar reta e uniforme. Pré-asse no forno por 10 minutos.

Bata a polpa da abóbora (sem a casca) no processador de alimentos com o mínimo de água necessário para obter um purê liso e cremoso, que deve render uma quantidade de 2 xícaras.

Continua...

Por Giovanna Cury





TORTA DE ABÓBORA COM ESPECIARIAS (PUMPKIN SPICE PIE)

MODO DE PREPARO

Para fazer o purê de maçã, bata uma maçã descascada sem as sementes no processador ou liquidificador até ficar liso, sem pedaços. Transfira as 2 xícaras de purê de abóbora e 1/3 de xícara de purê de maçã para uma tigela e adicione os demais ingredientes. Misture tudo com um fouet para incorporar.

Despeje a mistura na massa pré-assada e leve para o forno por mais 30 a 40 minutos, até cozinhar por inteira. Quando tirar do forno, certifique-se de que o recheio esteja firme, porém levemente amolecido no centro.

Sirva a torta ainda morna com colheradas generosas de chantilly ou iogurte de coco.



IGUATEMI **DAILY**