

# Bolinha de Queijo Vegano 25/10/2016

Huummm



## Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de purê de batata inglesa;
- 1/2 xícara (chá) de [purê de inhame](#);
- 1/2 xícara (chá) de farinha de arroz;
- 1/2 xícara (chá) de fécula de batata;
- 1/4 xícara (chá) de azeite de oliva;
- 1 colher (sopa) de levedura nutricional;
- sal a gosto.

## Modo de Preparo

1. Coloque todos os ingredientes em um recipiente e misture bem a massa até desgrudar as mãos.
2. Use uma colher (sobremesa) cheia de massa como medida.
3. Passe um pouco de óleo nas mãos, abra a massa e coloque o recheio utilizando o queijo vegano de sua preferência e modele as bolinhas.
4. Em uma panela média, coloque óleo suficiente para cobrir as bolinhas e leve ao fogo médio para aquecer.
5. Quando o óleo estiver quente, abaixe o fogo.
6. Coloque pequenas porções de bolinhas no óleo quente com cuidado.
7. Deixe fritar até que as bolinhas fiquem douradas. Retire as coxinhas da panela com uma escumadeira e coloque sobre um recipiente forrado com papel-toalha.
8. Espere esfriar e sirva a seguir.

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de inhame, clique aqui.](#)

♥ Dicas Bacanas:

Qual Queijo Vegano posso utilizar como recheio?

♥ Queijo Bola:

→ [Pra saber o modo de preparo do Queijo Bola, clique aqui.](#)

♥ Queijo de Vegano Batata Inglesa:

→ [Pra saber o modo de preparo do Queijo Vegano de Batata Inglesa, clique aqui.](#)

## Bolinhos de Maracujá com Chocolate

[19/10/2016](#)

Delicinha demais!



### Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de arroz;
- 1/2 xícara (chá) de fécula de batata;
- 1 colher (sopa) de polvilho doce;
- 1 colher (café) de goma xantana;
- 1 e 1/2 xícaras (chá) de suco da polpa de dois maracujás grandes;
- 1 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1/4 xícara (chá) de óleo;
- 3/4 xícara (chá) de gotas de chocolate sem glúten, sem leite, sem ovos e sem soja;
- 2 colheres (sopa) de [purê de inhame](#);
- 1 colher (sopa) de farinha de linhaça dourada;
- 1 e 1/2 colheres (sopa) de fermento em pó;

Mãos à obra:

1. Preaqueça o forno a 180° (temperatura média).
2. Em um recipiente, coloque a farinha de arroz, a fécula de batata, o polvilho doce e a goma xantana. Mexa bem até uniformizar as farinhas.
3. Bata no liquidificador os demais ingredientes, com exceção do fermento e das gotas de chocolate, até formar uma mistura espessa.

4. Junte essa mistura às farinhas e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Acrescente o fermento e misture delicadamente.
6. Despeje a massa em forminhas para cupcakes e acrescente as gotas de chocolate sobre a massa de cada bolinho.
7. Leve ao forno para assar por aproximadamente 30 minutos ou faça o teste do palito.
8. Espere os bolinhos esfriarem completamente e sirva.

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de inhame, clique aqui.](#)

## Trufas de Tâmaras, Cacau e Castanhas

[08/10/2016](#)



sem glúten



sem leite



sem ovos



sem soja



sem açúcar

### **Ingredientes:**

- 1 xícara (chá) de tâmaras desidratadas sem caroços;
- 1/2 xícara (chá) de amêndoas sem cascas (peles);
- 1/2 xícara (chá) de castanhas de caju sem sal;
- 2 colheres (sopa) de água;
- 2 colheres (sopa) de cacau em pó;
- 1 colher (chá) de essência de baunilha;

### **Mãos à obra:**

1. Deixe de molho as amêndoas e as castanhas de caju em um recipiente com água suficiente para cobri-las por 12 horas.
2. Descarte a água na qual as amêndoas e as castanhas de caju ficaram de molho e lave-as em água corrente.
3. Coloque as amêndoas e as castanhas de caju no processador, triture bem e reserve.
4. Coloque as tâmaras em uma panela com água o suficiente para cobri-las, leve ao fogo alto e ferva por 3 minutos.

5. Descarte a água de fervura e coloque as tâmaras no processador até formar uma pasta.
6. Adicione as amêndoas e as castanhas de caju trituradas reservadas anteriormente e acrescente a água, a essência de baunilha e o cacau em pó.
7. Forre um prato com o cacau em pó ou farinha de oleaginosas. Modele 1 colher de sobremesa da pasta em formato de bolinhas e passe no cacau em pó ou na farinha.
8. Conserve na geladeira até o momento de servir.

♥ **Dica Bacana:**

→ **Como remover as cascas (peles) das amêndoas?**

Para retirar as cascas (peles) das amêndoas, basta colocá-las em água fervente por aproximadamente 3 minutos. Em seguida, despeje as amêndoas em um escurridor e retire a casca (pele) individualmente, apertando o centro da amêndoa, que sairá facilmente.

## **Bolo Mesclado de Laranja e Cacau**

20/09/2016

Delícia!



**Ingredientes:**

- 1 e 1/2 xícaras (chá) de [farinha de arroz](#);
- 3/4 xícara (chá) de [fécula de batata](#);
- 1/4 xícara (chá) de polvilho doce;
- 1 colher (café) de goma xantana;
- 1 1/2 xícaras (chá) de suco de laranja pera;
- 1 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1/4 xícara (chá) de óleo;
- 2 colheres (sopa) de [purê de inhame](#);
- 1 colher (sopa) de [cacau em pó](#);
- 1 1/2 colheres (sopa) de fermento em pó.

**Mãos à obra:**

1. Preaqueça o forno a 180° (temperatura média).



2. Em um recipiente, coloque a farinha de arroz, a fécula de batata, o polvilho doce e a goma xantana e mexa bem até uniformizar as farinhas.
3. Bata no liquidificador os demais ingredientes, com exceção do fermento e cacau, até formar uma mistura lisa e espessa.
4. Junte essa mistura às farinhas e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Acrescente o fermento e misture delicadamente.
6. Reserve a metade da massa, acrescente o cacau em pó e misture.
7. Em uma forma previamente untada, coloque primeiro a metade da massa de laranja, sem cacau, e em seguida a outra metade com o cacau.
8. Leve ao forno para assar por aproximadamente 30 minutos ou faça o teste do palito.
9. Retire do forno e espere esfriar completamente antes de servir.

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de inhame, clique aqui.](#)

\* Receita disponibilizada ao Projeto “Receitas da Estação”.

→ Para conhecer o Projeto, [clique aqui.](#)

♥ Para conhecer todas as receitas do Menu disponibilizadas ao Projeto, [clique aqui.](#)

## Pão de Q de Tomate Seco com Manjericão

[08/09/2016](#)

Uma explosão de sabores!



### **Ingredientes:**

- 100 gramas de tomates secos picados;
- 1 xícara (chá) de [purê de inhame](#);
- 1 e 1/2 xícara (chá) de polvilho azedo;
- 1 e 1/2 xícara (chá) de polvilho doce;
- 3 colheres de óleo ou azeite de oliva;
- 1 colher (sopa) de manjericão fresco picado;
- sal a gosto.

### Mãos à obra:

1. Preaqueça o forno a 220 graus.
2. Misture todos ingredientes e sove a massa até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente 1 (uma) colher (sopa) de água fervente.
3. Unte uma forma com um fio de óleo e passe um pouquinho de óleo nas mãos.
4. Modele os pãezinhos manipulando a massa fazendo pressão com as mãos, compactando-as e fazendo as bolinhas.
5. Coloque as bolinhas na forma, deixando um espaço entre elas, para que não grudem.
6. Leve ao forno por aproximadamente 30 minutos.

### ♥ Dicas Bacanas:

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de inhame, clique aqui.](#)

### → Direto pro Freezer!

O Pão de Q é uma ótima opção pra congelar e facilitar a nossa vida!

1. Unte as mãos com um pouquinho de óleo e enrole os pãezinhos em forma de bolinhas.
2. Coloque as bolinhas lado a lado em uma forma e leve ao freezer até congelar, por cerca de 15 a 20 minutos.
3. Após o congelamento, acondicione as bolinhas em saco plástico (tipo zip) e em quantidade suficiente para o consumo imediato.
4. Para assar, separe em uma assadeira as bolinhas ainda congeladas e leve-as ao forno pré-aquecido a 220 graus por aproximadamente 30 minutos.

## Brigadeiro

03/09/2016

Brigadeirinho delícia!



sem glúten



sem leite



sem ovos



sem soja

**Rendimento: 25 unidades**

### Ingredientes:

– 1 e 1/2 xícara (chá) de [purê de batata doce branca](#);

- 110 gramas de chocolate em barra (sem glúten, sem leite, sem ovo e sem soja);
- 1 xícara (chá) de leite vegetal;
- 3/4 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1 colher (sopa) de cacau em pó.

#### **Mãos à Obra:**

1. No liquidificador, leve todos os ingredientes e bata até formar uma massa lisa. Transfira para uma panela.
2. Leve ao fogo brando e mexa vigorosamente por 20 minutos ou até desgrudar completamente do fundo da panela.
3. Retire a panela do fogo, transfira o brigadeiro para um recipiente e deixe esfriar.
4. Espalhe um pouquinho de azeite ou óleo nas mãos e faça bolinhas de aproximadamente 2,5 cm.
5. Passe as bolinhas no chocolate fragmentado ou granulado e coloque em forminhas para doces.
6. Sirva a seguir.

#### **♥ Dicas Bacanas:**

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de batata doce, clique aqui.](#)

#### **→ Batata doce branca x Batata doce roxa**

Você poderá substituir o purê de batata doce branca pelo purê de batata doce roxa.

Se você optar em utilizar a batata doce roxa, diminua a quantidade de açúcar nas receitas em 1/4. Sendo assim, nas receitas que utilizam 1 xícara (chá) de açúcar demerara, você poderá substituir por 3/4 xícara (chá).

#### **→ Açúcar x Frutas desidratadas**

Você poderá substituir o açúcar por 1 xícara (chá) de tâmaras desidratadas sem caroços. Para isso:

1. Coloque as tâmaras em uma panela com água o suficiente para cobri-las, leve ao fogo alto e ferva por 3 minutos.
2. Descarte a água de fervura e leve as tâmaras ao liquidificador com os demais ingredientes.
3. Bata até formar uma mistura lisa e espessa e siga as demais etapas da receita.

## **Pão Branco**

[01/09/2016](#)

Pãozinho fácil, prático e delicioso!



sem glúten



sem leite



sem ovos



sem soja

### Ingredientes:

- 1 e 1/4 xícaras (chá) de farinha de arroz;
- 1 xícara (chá) de fécula de batata;
- 2/3 xícara (chá) de amido de milho;
- 1/2 xícara (chá) de farinha de grão de bico;
- 1 colher (chá) de goma xantana;
- 1 colher (sopa) fermento biológico seco;
- 2 xícaras (chá) de água morna;
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva;
- 2 colheres (sopa) de [purê de inhame](#);
- 1 colher (chá) de açúcar demerara;
- 1 colher (chá) de sal.

### Mãos à obra:

1. Em um recipiente, coloque a farinha de arroz, a fécula de batata, o amido de milho, a farinha de grão de bico, a goma xantana e o fermento.
2. Mexa bem até uniformizar completamente as farinhas.
3. Bata no liquidificador os demais ingredientes até formar uma massa líquida.
4. Junte essa massa às farinhas e misture até ficar homogêneo.
5. Unte e polvilhe uma forma de pão inglês com farinha de arroz, em seguida despeje a massa.
6. Cubra o pão e deixe descansar por 50 minutos ou até dobrar de volume.
7. Preaqueça o forno a 180° (temperatura média).
8. Leve o pão ao forno para assar por aproximadamente 45-50 minutos ou faça o teste do palito.
9. Espere esfriar completamente antes de fatiá-lo.

### ♥ Dicas Bacanas:

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de inhame, clique aqui.](#)

### → Pão Fofinho!

Você poderá dar um empurrãozinho para a massa do seu pão crescer e ficar bem fofinho:

- No microondas, coloque 1 copo de água aquecendo-o por 2 minutos em potência máxima.
- Mantenha o copo de água dentro do microondas.
- Cubra o pão, coloque-o no microondas desligado e deixe descansar por 50 minutos ou até dobrar de volume.



# Palha Italiana

20/08/2016 2 comentários

Uma gostosura!



## Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras (chá) de [purê de batata doce branca](#);
- 1 xícara (chá) de leite vegetal;
- 1 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1 xícara (chá) de chocolate em pó sem leite ou 3/4 xícara (chá) de cacau em pó;
- 3 colheres (sopa) de mel ou melado de cana;
- 1 colher (chá) de essência de baunilha;
- 1 pacote de biscoitos sequinhos sem glúten ;
- 1 colher (café) de óleo de coco.

## Mãos à obra:

1. Em um recipiente, pique os biscoitos em pedaços e reserve.
2. No liquidificador, leve os demais ingredientes, com exceção do biscoito, e bata até formar uma massa lisa.
3. Transfira para uma panela.
4. Leve ao fogo baixo e mexa vigorosamente por 20 minutos ou até desgrudar completamente do fundo da panela.
5. Desligue o fogo e misture o biscoito.
6. Transfira o doce para uma forma untada com azeite, óleo ou creme vegetal e leve à geladeira por 2 horas.
7. Corte os docinhos em quadradinhos e passe em açúcar de confeiteiro ou refinado.
8. Sirva a seguir.

## ♥ Dicas Bacanas:

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de batata doce, clique aqui.](#)

→ **Batata doce branca x Batata doce roxa**

Você poderá substituir o purê de batata doce branca pelo purê de batata doce roxa.

Se você optar em utilizar a batata doce roxa, diminua a quantidade de açúcar nas receitas em 1/4. Sendo assim, nas receitas que utilizam 1 xícara (chá) de açúcar demerara, você poderá substituir por 3/4 xícara (chá).

#### → Açúcar x Frutas desidratadas

Você poderá substituir o açúcar por 1 xícara (chá) de tâmaras desidratadas sem caroços. Para isso:

1. Coloque as tâmaras em uma panela com água o suficiente para cobri-las, leve ao fogo alto e ferva por 3 minutos.
2. Descarte a água de fervura e leve as tâmaras ao liquidificador com os demais ingredientes.
3. Bata até formar uma mistura lisa e espessa e siga as demais etapas da receita.

#### → Biscoitos industrializados x Biscoitos caseiros

Se você preferir não utilizar biscoitos industrializados, poderá fazer seus próprios Biscoitinhos Caseiros. Para saber a receita, é só clicar [aqui](#).

## Pão de Q de Batata Doce com Sementes de Linhaça

[15/08/20164 comentários](#)

Delicioso!



#### Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de [purê de batata doce branca](#);
- 1 e 1/4 xícara (chá) de polvilho azedo;
- 1 e 1/4 xícara (chá) de polvilho doce;
- 1/4 xícara (chá) de óleo ou azeite de oliva;
- 1 colher (sopa) de sementes de linhaça dourada;
- 1 colher (sopa) de sementes de linhaça marrom;
- 2 colheres (sopa) de água fervente;
- sal a gosto.

#### Mãos à obra:

1. Preaqueça o forno a 220 graus.

2. Misture todos ingredientes e sove a massa até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente mais 1 (uma) colher (sopa) de água.
3. Unte uma forma com um fio de óleo e passe um pouquinho de óleo nas mãos.
4. Modele os pãezinhos manipulando a massa fazendo pressão com as mãos, compactando-as e fazendo as bolinhas.
5. Coloque as bolinhas na forma, deixando um espaço entre elas, para que não grudem.
6. Leve ao forno por aproximadamente 30 minutos.

♥ **Dicas Bacanas:**

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de batata doce, clique aqui.](#)

→ **Direto pro Freezer!**

O Pão de Q é uma ótima opção pra congelar e facilitar a nossa vida!

1. Unte as mãos com um pouquinho de óleo e enrole os pãezinhos em forma de bolinhas.
2. Coloque as bolinhas lado a lado em uma forma e leve ao freezer até congelar, por cerca de 15 a 20 minutos.
3. Após o congelamento, acondicione as bolinhas em saco plástico (tipo zip) e em quantidade suficiente para o consumo imediato.
4. Para assar, separe em uma assadeira as bolinhas ainda congeladas e leve-as ao forno pré-aquecido a 220 graus por aproximadamente 30 minutos.

## [Ricota de Amêndoas](#)

[01/08/20162 comentários](#)

Ricotinha super saborosa!



**Ingredientes:**

- 1 xícara (chá) de amêndoas sem casca (pele);
- 1/4 xícara (chá) de água;
- 3 colheres (sopa) de azeite de oliva;
- suco de 1/2 limão;

– 1 colher (café) de sal.

**Pré-preparo:**

– 1 xícara (chá) de amêndoas sem casca (pele);

– água suficiente para cobri-las.

1. Deixe de molho as amêndoas em um recipiente com água suficiente para cobri-las por 12 horas.

2. Descarte a água na qual as amêndoas ficaram de molho e lave-as em água corrente.

3. Reserve as amêndoas.

**Mãos à obra – Ricota**

1. No liquidificador, leve todos os ingredientes e bata até formar uma pasta semelhante à ricota tradicional.

2. Coloque a ricota em um recipiente com tampa e conserve na geladeira para o consumo por até 3 (três) dias.

**♥ Dica Bacana:**

**→ Como remover as cascas (peles) das amêndoas?**

Para retirar as cascas (peles) das amêndoas, basta colocá-las em água fervente por aproximadamente 3 minutos. Em seguida, despeje as amêndoas em um escurridor e retire a casca (pele) individualmente, apertando o centro da amêndoa, que sairá facilmente.

**Pão de Q de Azeitonas Pretas**[29/07/2016](#) [4 comentários](#)

Uma das receitas mais saborosas do nosso Pãozinho querido!



**Ingredientes:**

– 200 gramas de azeitonas pretas picadas;

– 1 e 1/2 xícara (chá) de [purê de inhame](#);

– 1 e 3/4 xícara (chá) de polvilho azedo;

– 1 e 3/4 xícara (chá) de polvilho doce;

– 1/4 xícara (chá) de óleo;

– sal a gosto.

**Mãos à obra:**

1. Preaqueça o forno a 220 graus.

2. Misture todos ingredientes e sove a massa até desgrudar das mãos. Se necessário, acrescente 1 (uma) colher (sopa) de água fervente.
3. Unte uma forma com um fio de óleo e passe um pouquinho de óleo nas mãos.
4. Modele os pãezinhos manipulando a massa fazendo pressão com as mãos, compactando-as e fazendo as bolinhas.
5. Coloque as bolinhas na forma, deixando um espaço entre elas, para que não grudem.
6. Leve ao forno por aproximadamente 30 minutos.

♥ **Dicas Bacanas:**

→ **Para fazer o purê de inhame:**

1. Lave e descasque os inhames.
2. Corte os inhames em pedaços e deixe-os de molho em água suficiente para cobri-los por 8 horas com 1 colher (sopa) de limão ou vinagre.
3. Descarte a água na qual os inhames ficaram de molho.
4. Lave bem os inhames em água corrente.
5. Leve os inhames ao fogo médio, em uma panela com água suficiente para cobri-los.
6. Deixe ferver por aproximadamente 20 minutos e certifique-se que estejam cozidos (bem macias), utilizando um garfo.
7. Descarte toda a água da panela e triture os inhames ainda quentes com um mixer ou em um processador até formar uma pasta.

→ **Direto pro Freezer!**

O Pão de Q é uma ótima opção pra congelar e facilitar a nossa vida!

1. Unte as mãos com um pouquinho de óleo e enrole os pãezinhos em forma de bolinhas.
2. Coloque as bolinhas lado a lado em uma forma e leve ao freezer até congelar, por cerca de 15 a 20 minutos.
3. Após o congelamento, acondicione as bolinhas em saco plástico (tipo zip) e em quantidade suficiente para o consumo imediato.
4. Para assar, separe em uma assadeira as bolinhas ainda congeladas e leve-as ao forno pré-aquecido a 220 graus por aproximadamente 30 minutos.

## Coxinha

[15/07/2016](#)





**Ingredientes:**

- 2 xícaras (chá) de [purê de batata doce branca](#);
- 1 xícara (chá) de [purê de inhame](#);
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz;
- 3/4 xícara (chá) de fécula de batata;
- 1/4 xícara (chá) de óleo;
- 1 colher (chá) de sal.

**Mãos à obra:**

1. Coloque todos os ingredientes em um recipiente e misture bem a massa até desgrudar das mãos.
2. Coloque a massa em uma panela e leve ao fogo brando.
3. Mexa até a massa desgrudar do fundo da panela.
4. Deixe a massa esfriar por alguns minutos para que você possa manipulá-la com maior segurança.
5. Use uma colher (sopa) cheia de massa como medida.
6. Passe um pouco de óleo nas mãos, abra a massa e coloque o recheio de sua preferência.
7. Modele as coxinhas fazendo trouxinhas e passe-as na farinha de mandioca torrada.
8. Em uma panela média, coloque óleo suficiente para cobrir as coxinhas (utilizei óleo de coco) e leve ao fogo médio para aquecer.
9. Quando o óleo estiver quente, abaixe o fogo.
10. Coloque pequenas porções de coxinhas no óleo quente com cuidado.
11. Deixe fritar até que as coxinhas fiquem douradas.
12. Retire as coxinhas da panela com uma escumadeira e coloque sobre um recipiente forrado com papel-toalha.
13. Espere esfria e sirva a seguir.

**♥ Dica Bacana:**

Você poderá assar as coxinhas no forno preaquecido a 220° por 30 minutos ou até que fiquem douradas.

## [Docinho de Amêndoas com Limão Siciliano](#)

[13/08/20163 comentários](#)

Huum, bateu aquela vontade de um azedinho doce?



### Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de [purê de batata doce branca](#);
- 1 xícara (chá) de leite vegetal;
- 1 e 1/4 xícaras (chá) de açúcar demerara;
- 1 xícara (chá) de amêndoas sem peles (cascas);
- 2 colheres (sopa) de suco de limão siciliano;
- 1 colher (chá) de essência de baunilha;
- raspas de 1 limão siciliano.

### Mãos à obra:

1. No liquidificador, leve todos os ingredientes, com exceção do suco e as raspas de limão siciliano, e bata até formar uma massa lisa.
2. Transfira para uma panela.
3. Leve ao fogo baixo e mexa vigorosamente por 20 minutos ou até desgrudar completamente do fundo da panela.
4. Retire a panela do fogo, transfira o brigadeiro para a batedeira e em velocidade baixa, acrescente aos poucos as raspas e o suco de limão siciliano.
5. Transfira para um recipiente e deixe esfriar.
6. Espalhe um pouquinho de azeite, óleo ou creme vegetal nas mãos e faça bolinhas de aproximadamente 2,5 cm.
7. Passe as bolinhas no açúcar demerara e coloque em forminhas para doces.
8. Sirva a seguir.

### ♥ Dicas Bacanas:

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de batata doce, clique aqui.](#)

### → Batata doce branca x Batata doce roxa

Você poderá substituir o purê de batata doce branca pelo purê de batata doce roxa.

Se você optar em utilizar a batata doce roxa, diminua a quantidade de açúcar nas receitas em 1/4. Sendo assim, nas receitas que utilizam 1 xícara (chá) de açúcar demerara, você poderá substituir por 3/4 xícara (chá).

### → Açúcar x Frutas desidratadas

Você poderá substituir o açúcar por 1 xícara (chá) de uvas-passas brancas. Para isso:

1. Coloque as uvas-passas brancas em uma panela com água o suficiente para cobri-las, leve ao fogo alto e ferva por 3 minutos.
2. Descarte a água de fervura e leve as uvas-passas ao liquidificador com os demais ingredientes.
3. Bata até formar uma mistura lisa e espessa e siga as demais etapas da receita.

→ **Como remover as cascas (peles) das amêndoas?**

Para retirar as cascas (peles) das amêndoas, basta colocá-las em água fervente por aproximadamente 3 minutos. Em seguida, despeje as amêndoas em um escurador e retire a casca (pele) individualmente, apertando o centro da amêndoa, que sairá facilmente

## [Bolo de Laranja 03/08/2016 14 comentários](#)

Bolinho de Laranja delicioso!



**Ingredientes:**

- raspas de 2 laranjas;
- 1 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de arroz;
- 1/2 xícara (chá) de fécula de batata;
- 1 colher (sopa) de polvilho doce;
- 1 colher (café) de goma xantana;
- 1 e 1/2 xícaras (chá) de suco de laranja;
- 1 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1/4 xícara (chá) de óleo;
- 2 colheres (sopa) de [purê de inhame](#);
- 1 colher (sopa) de farinha de linhaça dourada;
- 1 e 1/2 colheres (sopa) de fermento em pó.

**Mãos à obra:**

1. Preaqueça o forno a 180° (temperatura média) e unte uma forma para bolos com 22cm de diâmetro.

2. Em um recipiente, coloque a farinha de arroz, a fécula de batata, o polvilho doce e a goma xantana. Mexa bem até uniformizar as farinhas.
3. Bata no liquidificador os demais ingredientes, com exceção do fermento e das raspas das laranjas, até formar uma mistura espessa.
4. Junte essa mistura às farinhas e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Acrescente as raspas das laranjas e o fermento e misture delicadamente.
6. Despeje a massa na forma previamente untada e leve ao forno para assar por aproximadamente 30 minutos ou faça o teste do palito.

♥ **Para a cobertura:**

- 1 xícara (chá) de açúcar demerara pulverizado (triturado no liquidificador);
- 3 colheres (sopa) de suco de laranja.

Misture os ingredientes até formar uma massa lisa e cubra o bolo com a cobertura.

→ [Pra saber o modo de preparo do purê de inhame, clique aqui.](#)

## Docinho de Nozes

[27/07/2016 10 comentários](#)

Delicinha demais!



**Ingredientes:**

- 1 xícara (chá) de [purê de batata doce branca](#);
- 1 xícara (chá) de leite vegetal;
- 1 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1 e 1/4 xícaras (chá) de nozes;
- 1 colher (chá) de essência de baunilha.

**Mãos à obra:**

1. Reserve 1/4 de xícara de nozes.
2. No liquidificador, leve os demais ingredientes e bata até formar uma massa lisa.
3. Acrescente 1/4 de xícara de nozes e dê duas pulsadas.
4. Transfira para uma panela.

5. Leve ao fogo baixo e mexa vigorosamente por 20 minutos ou até desgrudar completamente do fundo da panela.
6. Retire a panela do fogo, transfira o doce para um recipiente e deixe esfriar.
7. Espalhe um pouquinho de azeite, óleo ou creme vegetal nas mãos e faça bolinhas de aproximadamente 2,5 cm.
8. Passe as bolinhas em farinha de nozes (nozes processadas) e coloque em forminhas para doces.
9. Sirva a seguir.

♥ **Dicas Bacanas:**

→ **Para fazer o purê de batata doce:**

1. Lave e descasque as batatas doces.
2. Corte as batatas doces em pedaços e deixe-os de molho em água suficiente para cobri-los por 8 horas com 1 colher (sopa) de limão ou vinagre.
3. Descarte a água na qual as batatas ficaram de molho.
4. Lave bem as batatas em água corrente.
5. Leve as batatas ao fogo médio, em uma panela com água suficiente para cobri-los.
6. Deixe ferver por aproximadamente 20 minutos e certifique-se que estejam cozidas (bem macias), utilizando um garfo.
7. Descarte toda a água da panela e triture as batatas cozidas e ainda quentes com um mixer ou em um processador até formar uma pasta.

→ **Batata doce branca x Batata doce roxa**

Você poderá substituir o purê de batata doce branca pelo purê de batata doce roxa.

Se você optar em utilizar a batata doce roxa, diminua a quantidade de açúcar nas receitas em 1/4. Sendo assim, nas receitas que utilizam 1 xícara (chá) de açúcar demerara, você poderá substituir por 3/4 xícara (chá).

→ **Açúcar x Frutas desidratadas**

Você poderá substituir o açúcar por 1 xícara (chá) de uvas-passas brancas. Para isso:

1. Coloque as uvas-passas brancas em uma panela com água o suficiente para cobri-las, leve ao fogo alto e ferva por 3 minutos.
2. Descarte a água de fervura e leve as uvas-passas ao liquidificador com os demais ingredientes.
3. Bata até formar uma mistura lisa e espessa e siga as demais etapas da receita.

## [\*\*Pudim de Leite de Amêndoas\*\*](#)**24/07/2016** [13 comentários](#)

Uma Perdição!!





sem glúten



sem leite



sem ovos



sem soja

### Ingredientes:

#### Caramelo:

- 2 xícaras (chá) de açúcar demerara;
- 1 xícara (chá) de água.

#### Pudim:

- 1 litro de [leite de amêndoas](#);
- 1/2 xícara (chá) de açúcar demerara;
- 1/4 xícara (chá) de amido de milho;
- 1 colher (sopa) de essência de baunilha.

#### Mãos à obra – Caramelo:

1. Coloque o açúcar e a água em uma panela pequena e leve ao fogo baixo. Mexa até o açúcar dissolver.
2. Após o açúcar dissolver por completo, deixe fervendo por 15 minutos, sem mexer, até o caramelo ficar marrom.
3. Desligue o fogo e espalhe o caramelo em uma forma de pudim pequena, de 15 cm de diâmetro.
4. Reserve.

#### Mãos à obra – Pudim:

1. Reserve 1 xícara (chá) de leite de amêndoas e o amido de milho.
2. Coloque o restante do leite de amêndoas em uma panela funda e leve ao fogo médio.
3. Espere o leite levantar fervura e acrescente o açúcar.
4. Mexa até dissolver o açúcar.
5. Acrescente a essência de baunilha.
6. Deixe a mistura ferver até reduzir pela metade, por aproximadamente 20 minutos, mexendo algumas vezes para não queimar.
7. Desligue o fogo.
8. Dissolva o amido de milho com o leite de amêndoas reservado anteriormente, coe e acrescente à mistura na panela.

9. Ligue novamente o fogo e mexa vigorosamente com um fouet até ferver e formar um creme.
10. Continue mexendo por mais 5 minutos.
11. Desligue o o fogo.
12. Transfira o creme para a forma caramelizada e cubra com plástico filme, que deverá tocar toda a sua superfície.
13. Leve à geladeira por 12 horas.
14. Desenforme o pudim, colocando um prato sobre a forma e vire-o de uma vez só.
15. Sirva.