



O grande livro da  
**PALMIRINHA**

1000

receitas deliciosas  
da vovó mais querida do Brasil

EDITORA  
**ALAÚDE**



O grande livro da  
**PALMIRINHA**





O grande livro da  
**PALMIRINHA**

1000

receitas deliciosas  
da vovó mais querida do Brasil



EDITORA  
**ALAÚDE**

Copyright © 2014 Palmira Nery da Silva Onofre  
Copyright desta edição © 2014 Alaúde Editorial Ltda.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta edição pode ser utilizada ou reproduzida – em qualquer meio ou forma, seja mecânico ou eletrônico –, nem apropriada ou estocada em sistema de banco de dados sem a expressa autorização da editora.

*O texto deste livro foi fixado conforme o acordo ortográfico vigente no Brasil desde 1º de janeiro de 2009.*

COORDENAÇÃO EDITORIAL: Bia Nunes de Sousa  
EDIÇÃO DAS RECEITAS: Walter Sagardoy  
EDIÇÃO DOS ANEXOS: Gabriela Erbeta  
REVISÃO: Shirley Gomes, Bóris Fatigati, Bárbara Prince  
ELABORAÇÃO DOS ÍNDICES: Sérgio Cardoso  
CAPA E PROJETO GRÁFICO: Rodrigo Frazão  
ILUSTRAÇÕES: Solarium/Dreamstime.com (flores); Fedorov Oleksiy / Shutterstock.com (fundos); ksana-gribakina / Shutterstock.com (capa)  
DIAGRAMAÇÃO: Cesar Godoy  
IMPRESSÃO E ACABAMENTO: Ipsis Gráfica e Editora

1ª edição, 2014 (3 reimpressões)

Impresso no Brasil

CIP-Brasil. Catalogação na publicação  
Sindicato Nacional dos Editores de Livros, RJ

---

O68g

Onofre, Palmirinha, 1931-

O grande livro da Palmirinha: 1000 receitas deliciosas da vovó mais querida do Brasil / Palmirinha Onofre. - 1. ed. - São Paulo: Alaúde, 2014.  
896 p. : il. ; 25 cm.

Inclui apêndice

Inclui índice

ISBN 978-85-7881-249-2

1. Culinária - Receitas. I. Título.

---

14-13435

CDD: 641.5

CDU: 641.5

2018

Alaúde Editorial Ltda.

Avenida Paulista, 1337,

conjunto 11

São Paulo, SP, 01311-200

Tel.: (11) 5572-9474

www.alaude.com.br

Dedico este livro a todas as pessoas  
que não desistem de lutar por seus sonhos,  
por mais difíceis que eles possam parecer.



## SUMÁRIO

Apresentação	9
Como fazer o básico perfeito	11
Para variar o tempero	17
Cortes de carnes e aves	23
Variedades de peixes	29
Dicas de congelamento	33
Aproveitando o melhor dos alimentos	37
Regrinhas de etiqueta	43
Pequeno glossário de termos culinários	47
Tabela de equivalência de medidas	55
Petiscos	57
Saladas	71
Sopas, caldos e ensopados	89
Carne bovina	111

Carne suína e outras carnes	159
Aves	195
Peixes e frutos do mar	233
Acompanhamentos	289
Arroz e risotos	315
Massas, crepes e panquecas	335
Pizzas, calzones e fogazzas	395
Pães salgados	417
Lanches e sanduíches	453
Salgadinhos	497
Pães doces	543
Doces e sobremesas	575
Bolos e recheios	649
Balas e docinhos	731
Biscoitos	775
Geleias e compotas	795
Molhos	821
Conservas e chutneys	839
Agradecimentos	857
Índice de salgados	858
Índice de doces	865
Índice por ingrediente	869



## APRESENTAÇÃO

Editar um livro desta envergadura é um desafio e tanto. E quando se trata de uma obra que reúne as receitas de alguém tão importante como a Palmirinha, a responsabilidade é ainda maior. Palmirinha é uma unanimidade; não há no Brasil quem não a conheça, quem não se divirta com seu jeito sincero de dizer as coisas, quem não fique cativado por sua simplicidade e simpatia.

Na primeira vez que encontramos Palmirinha para conversar sobre este projeto, ela contou que sempre sonhou escrever um livro como este. “É exatamente isto que eu quero fazer, quero dividir com os meus netinhos do Brasil inteiro todas as minhas receitas. Desse jeito, a Palmirinha vai poder ficar com eles por muitos e muitos anos”, disse ela, emocionando a todos na sala de reunião.

Foram meses de trabalho intenso, mas muito prazeroso. Cada fase exigiu que nossa equipe tomasse decisões importantes, sempre tendo em mente elaborar o melhor livro para o leitor. Durante a pesquisa e seleção das receitas, por exemplo, optamos por deixar de fora alguns pratos da culinária internacional porque, afinal, a intenção era reunir apenas os clássicos da Palmirinha, aqueles para os quais a gente olha e logo vê que têm a cara dela.

Para nós, foi uma honra participar deste projeto. Esperamos que este livro passe a fazer parte do seu dia a dia assim como a Palmirinha já se tornou parte da família brasileira.

Os editores





## COMO FAZER O BÁSICO PERFEITO

Muita gente pode demonstrar desenvoltura no preparo de receitas complexas, mas ainda sentir uma certa insegurança na hora de bater um bolo ou assar uma fornada de pão. O básico da cozinha pode ter seus segredinhos, mas não deve assustar ninguém. Veja como obter resultados perfeitos em algumas receitas fundamentais.

### Arroz

Não é nenhum bicho de sete cabeças, mas algumas pessoas ainda tremem na hora de preparar o arroz. Veja como deixá-lo soltinho, saboroso e irresistível.

- Use duas medidas de água para cada medida de arroz. Ou seja: 2 xícaras de líquido para 1 xícara dos grãos.
- É importante refogar o arroz em algum tipo de gordura – óleo, azeite, manteiga ou margarina – antes de acrescentar a água. Calcule 1 colher (sopa) de gordura para cada xícara de grãos.
- Quando a água ferver, diminua o fogo e deixe a panela semitampada.
- Se achar que é preciso acrescentar mais líquido durante o cozimento, use sempre água quente.
- Não mexa durante o cozimento.
- Quando o arroz estiver cozido, espere alguns minutos antes de servir. Use um garfo para afogar os grãos.
- Esqueceu de temperar e o arroz está pronto? Melhor acrescentar o sal diluído em água: jogue por cima do arroz e volte à panela, até o líquido evaporar.

## Feijão

Colocar ou não de molho? Na panela normal ou de pressão? Temperar antes ou depois?

- Deixar os grãos de molho na véspera reduz o tempo de cozimento e ajuda a eliminar a substância que pode provocar gases. Coloque em uma vasilha, cubra com água fria e espere até o dia seguinte para cozinhar – troque o líquido antes de levar os grãos à panela.
- Na hora de cozinhar, calcule o dobro de água para a quantidade dos grãos.
- Se o líquido do cozimento começar a evaporar muito rápido, acrescente água quente.
- Na panela de pressão, são necessários pelo menos 15 minutos para o feijão cozinhar depois de soar o apito – mas o tempo depende muito da qualidade dos grãos e, claro, do que indica a receita. Na panela comum, espere no mínimo 1 hora depois de começar a ferver.
- Se o caldo não engrossou durante o cozimento, retire uma porção dos grãos, amasse com um garfo e leve o purê de volta à panela. Cozinhe mais um pouco, sem tampar, para que o líquido apure e reduza.
- Temperar o feijão antes ou depois de cozido é uma questão de escolha. Há quem, ainda antes da ferveria, junte cebola, alho, pimentão e louro. Muita gente, porém, prefere acrescentar um refogado de temperos – ou mesmo bacon, linguiça e outros tipos de embutidos – apenas quando os grãos já estão macios.

## Bife

Macio, suculento e... muito fácil de fazer. Apenas um pouco de sal é necessário para preparar bifes irresistíveis de carne bovina.

- Os melhores cortes para bifes são marmorizados, ou seja, têm um pouco de gordura entremeada na carne. Ela derrete durante o cozimento e deixa o prato com um sabor especial.
- Use uma frigideira – ou chapa – de fundo grosso e pesado. Aqueça muito bem antes de fritar, para que o calor se mantenha uniforme durante o cozimento.
- Se quiser untar a frigideira, use pouca manteiga, óleo ou azeite. Em geral, a própria gordura da carne é suficiente.
- Não encha a frigideira. O excesso de alimentos na panela faz a carne soltar água e ficar dura. Melhor trabalhar apenas com um ou dois bifes por vez.
- Não tempere a carne antes de fritar: o sal tira a umidade do bife, que pode ficar ressecado.
- Outra dica para mantê-lo suculento: vire o bife com um pegador, sem jamais furá-lo com um garfo.

## Batata frita

Sequinhas e crocantes, combinam com quase toda refeição caseira. Algumas dicas ajudam a prepará-la.

- Por soltar muita água, a batata tipo monalisa não é indicada para a fritura. Prefira a asterix, a barraca ou a bintje.
- Corte os palitos do mesmo tamanho, para que friteem de maneira uniforme.
- Antes de fritar, cozinhe as batatas já sem casca e cortadas por 5 minutos em uma panela com bastante água fervente. Escorra, espere esfriar e seque a batata.
- Gelar a batata antes de levar à frigideira ajuda a deixá-la sequinha. Há quem leve o alimento já cozido ao freezer por 30 minutos e quem mergulhe em água com gelo – nesse caso, é preciso secar antes de fritar.
- O óleo deve estar limpo e bem quente, a cerca de 160 °C. Faça o teste do fósforo: jogue um palito na panela com óleo; quando ele acender, significa que a temperatura está ideal para fritar.
- Para batatas mais crocantes, frite duas vezes. Primeiro, até ficarem esbranquiçadas e macias; escorra sobre papel-toalha e espere esfriar. Na hora de servir, frite novamente, até dourar, e tempere com sal e pimenta-do-reino.

## Ovos

Como parte da refeição ou como ingrediente das mais variadas receitas, os ovos têm um papel fundamental na cozinha – por isso, devem ser tratados com cuidado e respeito.

- É óbvio, mas não custa lembrar: na hora da compra, verifique se as cascas não estão rachadas.
- Mantenha na geladeira, sem lavar (mas passe por água corrente antes de quebrar e usar). Evite o compartimento que fica na porta do refrigerador, para que os ovos não sofram muitas alterações de temperatura.
- A gema fica centralizada quando os ovos são guardados com a ponta virada para baixo.
- Para saber se o ovo está fresco, mergulhe em um copo de água, com a ponta para baixo. Se afundar, é porque está bom. Quando boia na vertical, também pode ser consumido. Descarte o ovo que boiar completamente.
- Se uma receita pede mais claras do que gemas, ou vice-versa, aproveite as sobras. As claras resistem por até 3 dias na geladeira, em uma vasilha coberta com filme plástico, e as gemas duram 24 horas quando conservadas da mesma forma (se estiverem inteiras, cubra com água).

- Quando for bater claras em neve, adicione antes uma pitada de sal para ficarem mais firmes. Use ovos em temperatura ambiente e deixe para bater apenas na hora de usar – do contrário, eles soltam água e murcham.
- Claras em neve deixam os bolos leves e fofinhos. É importante adicioná-las à massa com movimentos delicados, de baixo para cima.
- Antes de cozinhar um ovo, tire da geladeira e espere voltar à temperatura ambiente. Assim, a casca não quebra.
- Para que a gema não desmanche na hora de cortar os ovos cozidos, mergulhe a lâmina da faca em água quente.
- Frite os ovos em uma frigideira antiaderente, em fogo baixo ou médio. Experimente temperar a manteiga – e não o ovo – com sal e pimenta-do-reino. Dessa forma, a clara não exhibe os pontinhos pretos da pimenta.
- Regar o ovo frito com a gordura da frigideira ou virá-lo para tostar dos dois lados são questões de gosto: faça como preferir.
- Juntar à água algumas gotas de um líquido ácido – suco de limão ou vinagre de vinho branco – ajuda a manter a forma dos ovos pochê.

## Molho de tomate

Depois de ver como é fácil fazer em casa, você nunca mais vai querer comprar molho de tomate enlatado.

- Os bons tomates para molho são pequenos e alongados, de uma cor vermelha intensa, firmes e sem machucados na casca.
- Comece com um refogado de cebola e alho. Acrescente os tomates picados sem pele e, para um molho menos denso, também sem sementes. Uma alternativa é usar as sementes e, depois de pronto, bater no liquidificador. Outra, usar tomates pelados, vendidos em lata.
- Tempere com sal apenas no final do cozimento – de outra forma, seu sabor pode se sobressair demais. Algumas ervas e especiarias combinam particularmente bem com o molho de tomate: manjerição, tomilho, orégano, noz-moscada, pimenta-do-reino, pimenta calabresa. Vale também experimentar com salsinha, cebolinha, louro ou até uma pitadinha de canela em pó.
- Alguns truques ajudam a acabar com a acidez do molho: cozinhar os tomates com um pedaço de batata ou de cenoura, cruas, acrescentar uma pitada de açúcar e usar azeite, e não óleo comum, no refogado inicial.

## Molho branco

Também chamado de bechamel, é um verdadeiro curinga: pode ser usado em massas, legumes, suflês e várias outras receitas. Mas requer alguns cuidados no preparo.

- Use o leite em temperatura ambiente e, se possível, peneire a farinha de trigo.
- Para um sabor diferente, aqueça o leite com temperos: cebola, folha de louro e até cravo-da-índia. Coe e use na receita. Se preferir, tempere no final com sal e noz-moscada.
- Derreta a manteiga e “frite” a farinha de trigo por 1 ou 2 minutos – isso faz toda a diferença no sabor e evita que o molho fique com gosto pesado.
- Diminua o fogo e acrescente o leite aos poucos, mexendo sem parar, para que a farinha não forme grumos.
- Se, mesmo assim, o molho acabar empelotado, basta passar por uma peneira – ou bater no liquidificador – para que volte a ficar cremoso.
- Ao guardar o molho pronto, encoste filme plástico na superfície, para que não forme uma película.

## Pão

Fazer pão em casa pode dar um certo trabalho, mas não é difícil – e algumas regras ajudam você a obter o melhor resultado.

- Conserve o fermento biológico fresco na geladeira – mas não na porta, nem no freezer – e verifique o prazo de validade do produto antes de começar a preparar a massa de pão.
- Sovar a massa é um passo importantíssimo: o ato permite que o glúten se desenvolva, para que o pão cresça e fique macio.
- Para sovar, trabalhe sobre uma superfície enfarinhada. Forme uma bola com a massa e, com a base das palmas das mãos, empurre para a frente. Dobre a massa estendida e empurre novamente, virando de lado à medida que trabalha e repetindo os movimentos de estender e dobrar. Aguarde firme: o processo deve levar pelo menos 10 a 15 minutos.
- Para saber se você já pode parar de sovar, forme uma bola com a massa e afunde o miolo com dois dedos: as cavidades devem se manter no lugar. Se a massa voltar logo à forma, é preciso sovar um pouco mais.
- Depois de sovada, a massa deve descansar em temperatura ambiente, ou em um lugar morno, para fermentar e crescer. Em dias quentes, envolva a tigela com filme plástico (ou cubra com um pano de prato limpo) e reserve até dobrar de volume. Em dias mais frios, é melhor dar uma ajuda à fermentação. Acenda o forno e desligue quando estiver quente. Cubra a vasilha de massa com um pano de prato e coloque no forno. Outra ideia é embrulhar a tigela com filme plástico e, depois, com um cobertor.
- Muita gente utiliza o truque da bolinha de massa dentro de um copo de água fria para saber se a receita já cresceu o suficiente: quando subir à superfície, é hora de assar. Outra maneira de verificar a fermentação é apertar a

massa com o dedo – nessa etapa, ela deve estar flexível e voltar logo à posição original.

- Não asse em forno muito quente, ou o pão pode queimar por fora e permanecer cru por dentro.
- Para saber quando o pão está pronto, retire do forno, vire e bata no fundo com os nós dos dedos: ele deve emitir um som oco.

## Bolo

Alto, fofinho e com aroma tentador: eis os segredos para conseguir um bolo infalível.

- Ingredientes como ovos, leite e manteiga ou margarina devem ser usados em temperatura ambiente. Retire da geladeira com antecedência.
- Antes de começar, acenda o forno, unte e enfarinhe a fôrma.
- Respeite as quantidades indicadas na receita. Com pratos salgados, as alterações e improvisações costumam dar certo, mas na confeitaria as medidas são mais rigorosas.
- Siga, também, a ordem de etapas recomendada – por exemplo: bater primeiro a manteiga ou os ovos, depois acrescentar a farinha etc. Isso interfere no sucesso da receita, pois o bolo resulta de uma combinação de reações químicas.
- Peneirar a farinha, o açúcar, o fermento e o chocolate em pó, bem como outros ingredientes secos, evita pequenas “pedrinhas” na massa.
- Para saber se o fermento químico em pó está bom para o uso, misture 1 colher (chá) em uma xícara de água. Ele deve borbulhar em contato com o líquido.
- A não ser que a receita indique o contrário, o fermento químico em pó e as claras em neve devem ser acrescentados por último à massa do bolo. Junte as claras com delicadeza, para que a massa incorpore o ar e fique fofinha.
- Coloque a fôrma na prateleira do meio e no centro do forno, para que o calor se distribua de maneira uniforme.
- Resista à tentação de abrir o forno para dar uma espiadinha – o ar frio pode fazer o bolo murchar. Ao fim do tempo mínimo indicado na receita, abra a porta do forno e espete um palito de madeira no centro da massa: se sair limpo, o bolo está pronto.
- Caso você perceba que o bolo está dourado, mas ainda não assou por inteiro, cubra com papel-alumínio e diminua a temperatura do forno.
- Quando tirar o bolo do forno, não coloque sobre a superfície da pia, que é fria. Deixe sobre o queimador do fogão (desligado!) ou sobre uma grade, para que o ar circule em volta da fôrma e esfrie o bolo por igual.
- Espere esfriar antes de desenformar: o bolo quente é mais frágil e, por isso, pode se quebrar com mais facilidade.



## TABELA DE EQUIVALÊNCIA DE MEDIDAS

### Líquidos

- 1 xícara (chá) – 240 ml
- 1 colher (sopa) – 15 ml
- 1 colher (chá) – 5 ml

### Sólidos

Procure usar medidores padrão. Coloque o medidor sobre a pia ou a mesa. Encha até ultrapassar um pouco a borda e nivele o ingrediente com o lado achatado de uma faca.

#### Açúcar refinado

- 1 xícara – 180 g
- 1 colher (sopa) – 12 g
- 1 colher (chá) – 4 g

#### Farinha de trigo

- 1 xícara – 120 g
- 1 colher (sopa) – 7,5 g
- 1 colher (chá) – 2,5 g

#### Chocolate ou cacau em pó

- 1 xícara – 90 g
- 1 colher (sopa) – 6 g
- 1 colher (chá) – 2 g

#### Manteiga ou margarina

- 1 xícara (chá) – 200 g
- 1 colher (sopa) – 15 g
- 1 colher (chá) – 5 g



**PETISCOS**



## ABOBRINHA EM CONSERVA



TEMPO DE PREPARO: 25 MINUTOS | RENDIMENTO: 8 PORÇÕES

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| 1 litro de água            | ½ xícara de azeitonas verdes picadas        |
| 1 xícara de vinagre        | 1 cebola pequena cortada em rodelas         |
| 8 abobrinhas fatiadas      | ½ xícara de cebolinha picada                |
| ½ xícara de azeite         | 1 pimentão vermelho sem pele e sem sementes |
| 1 colher (sopa) de orégano | sal e pimenta-do-reino a gosto              |

1. Em uma panela, coloque para ferver a água e o vinagre. A seguir, acrescente as fatias de abobrinha e deixe cozinhar por cerca de 10 minutos. Escorra a abobrinha e coloque-a em uma vasilha. Junte o azeite, o orégano, as azeitonas, a cebola, a cebolinha e o pimentão cortado em tiras bem finas. Tempere com sal e pimenta e leve à geladeira. Sirva fria.

## ANÉIS DE LULA



TEMPO DE PREPARO: 30 MINUTOS | RENDIMENTO: 8 PORÇÕES

- |  |   |
|--|---|
| ½ xícara de azeite                     | 1 xícara de azeitonas verdes sem caroço cortadas em rodelas |
| suco de 1 limão                        | sal a gosto   |
| 4 dentes de alho amassados             | 1 kg de lula cortada em anéis                               |
| pimenta-do-reino a gosto               |   |
| 4 talos de salsão com as folhas picado |   |

1. Em uma tigela grande, junte o azeite, o limão, o alho, a pimenta, o salsão e as azeitonas. Reserve.

2. Ferva 3 litros de água com sal numa panela grande. Adicione a lula e cozinhe não mais que 2 minutos, até que ela fique opaca e macia. Retire do fogo e escorra.

3. Coloque os anéis de lula na tigela do molho e misture bem. Cubra com filme plástico e leve à geladeira por 4 horas, no mínimo. Prove o tempero antes de servir e acrescente mais sal, se necessário.

## ANTEPASTO À JAPONESA



TEMPO DE PREPARO: 30 MINUTOS | RENDIMENTO: 8 PORÇÕES

2 pepinos japoneses pequenos fatiados fino  
1 cenoura grande fatiada fino  
1 colher (sopa) de sal

2 xícaras de açúcar  
4 xícaras de vinagre de arroz  
gergelim a gosto

1. Coloque as fatias de pepino e cenoura em uma peneira e polvilhe sal para desidratá-las. Deixe repousar por 30 minutos. Em seguida, lave as fatias em água corrente para retirar o excesso de sal.

2. Em uma panela média, coloque o açúcar e o vinagre e leve ao fogo baixo para ferver. Depois que ferver, desligue o fogo e espere amornar. Transfira o pepino e a cenoura (coados) para vasilhas distintas.

3. Divida e distribua a calda sobre os legumes até cobri-los completamente. Tampe as vasilhas e leve à geladeira. Deixe repousar por no mínimo 12 horas. No momento de servir, retire os legumes da calda, coloque em tigelinhas individuais e polvilhe o gergelim.

## ANTEPASTO DE ALHO-PORÓ



TEMPO DE PREPARO: 30 MINUTOS | RENDIMENTO: 8 PORÇÕES

5 alhos-porós  
2 cebolas grandes  
4 dentes de alho  
½ xícara de vinagre de maçã  
½ xícara de azeitonas pretas picadas

½ xícara de salsinha picada  
½ xícara de orégano  
½ xícara de azeite  
sal a gosto

1. Corte os alhos-porós em rodelinhas, mantendo um pouco da parte verde. Corte grosseiramente a cebola e pique o alho.

2. Em uma panela, coloque para ferver 2 litros de água com o vinagre. Acrescente o alho-poró, a cebola e o alho. Quando abrir fervura, desligue o fogo. Coe o alho-poró numa peneira.

3. Coloque tudo em uma tigela e acrescente as azeitonas picadas, a salsinha e o orégano. Regue com o azeite e tempere com sal. Misture bem e deixe na geladeira por 2 horas antes de servir.

## ANTEPASTO DE SHIITAKE



TEMPO DE PREPARO: 25 MINUTOS | RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

1 cebola média  
1 tomate  
½ pimentão vermelho  
4 colheres (sopa) de azeite

100 g de shiitake  
1 colher (sopa) de salsa picada  
orégano e sal a gosto

1. Corte a cebola em rodela finas e pique o tomate, descartando as sementes. Corte o pimentão em tiras finas.

2. Aqueça o azeite numa frigideira e refogue a cebola até dourar. Adicione o pimentão e refogue mais um pouco. Acrescente o shiitake, a salsa, o orégano e o sal. Deixe cozinhar em fogo brando por aproximadamente 5 minutos. Espere esfriar e sirva.

## ANTEPASTO DIFERENTE



TEMPO DE PREPARO: 40 MINUTOS | RENDIMENTO: 8 PORÇÕES

1 berinjela com casca cortada em cubos  
1 abobrinha italiana com casca cortada em cubos  
1 tomate sem pele e sem sementes cortado em cubos  
1 cenoura ralada grosso  
1 cebola picada grosso  
5 dentes de alho partidos ao meio

2 xícaras de azeite  
1 xícara de vinagre de vinho tinto  
uma pitada de orégano  
sal e pimenta-do-reino a gosto  
½ xícara de salsa picada  
½ xícara de uvas-passas  
200 g de tomate seco picado

1. Coloque todos os vegetais em uma assadeira e regue com o azeite, o vinagre, o orégano, o sal, a pimenta e a salsa picada. Leve ao forno alto por 30 minutos, mexendo sempre. Retire do forno e misture as uvas-passas e o tomate seco. Sirva a seguir.



# SALADAS

## SALADA AGRIDOCE



TEMPO DE PREPARO: 30 MINUTOS | RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

### Salada

- 1 pé de alface-americana lavada
- 4 folhas de radicchio lavadas
- 1 maçã verde picada
- 1 manga picada em cubos
- ½ xícara de presunto cortado em cubos
- ½ xícara de queijo fresco cortado em cubos

1. Junte os ingredientes do molho no liquidificador e bata até obter uma mistura cremosa. Reserve.

2. Rasgue as folhas de alface e de radicchio com as mãos e coloque-as numa saladeira.

### Molho

- ½ xícara de óleo de girassol ou canola
- 1 dente de alho
- ½ xícara de leite gelado
- 2 colheres (sopa) de ketchup
- 2 colheres (sopa) de suco de limão
- 1 colher (chá) de açúcar
- 2 colheres (chá) de sal

3. Acrescente a maçã, a manga, o presunto e o queijo fresco.

4. Despeje o molho sobre a salada e leve à geladeira por 1 hora antes de servir.

## SALADA DE BERINJELA



TEMPO DE PREPARO: 50 MINUTOS | RENDIMENTO: 8 PORÇÕES

- 5 berinjelas médias
- 1 litro de água
- ½ xícara de vinagre
- 1 cebola grande picada fino
- ½ pimentão vermelho cortado em tiras
- ½ pimentão verde cortado em tiras

1. Corte as berinjelas em cubos e deixe de molho na água com o vinagre por 2 horas.

2. A seguir, escorra bem e distribua sobre uma assadeira retangular untada com um fio de azeite. Leve ao forno preaquecido a 180 °C por 30 minutos, virando a berinjela a cada 10 minutos.

- 2 dentes de alho picados
- ½ xícara de azeitonas verdes sem caroço
- 1 colher (sopa) de tempero pronto
- sal a gosto
- 1 pimenta vermelha sem sementes picada
- ½ xícara de azeite

3. Enquanto isso, faça o molho. Em um recipiente, coloque a cebola, os pimentões previamente aferventados, o alho, as azeitonas, o tempero pronto, o sal e a pimenta vermelha. Regue com o azeite restante e misture para combinar os sabores.

4. Coloque a berinjela cozida e escorrida numa saladeira e tempere-a com o molho. Misture bem. Deixe a salada na geladeira para conservar, mas retire-a 30 minutos antes de servir.

# SALADA DE REPOLHO CRU



TEMPO DE PREPARO: 20 MINUTOS | RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

## Salada

1 repolho médio  
1 cebola pequena fatiada fino  
sal a gosto  
3 colheres (sopa) de vinagre branco  
azeite para regar  
½ xícara de azeitonas verdes picadas  
2 colheres (sopa) de salsinha picada

1. Para fazer o molho, misture todos os ingredientes numa tigela para se agregarem e coloque-o numa molheira. Reserve.
2. Descarte as folhas superiores do repolho. Pique-o, o mais fino possível, ainda inteiro.

## Molho

½ xícara de maionese  
½ xícara de iogurte natural  
1 colher (sopa) de mostarda  
1 colher (chá) de pimenta-do-reino branca  
uma pitada de sal

3. Coloque o repolho picado numa saladeira, cubra com a cebola e tempere com o sal, o vinagre e o azeite. Distribua as azeitonas e a salsinha por cima. Sirva a salada com o molho à parte.

# SALADA PRIMAVERA



TEMPO DE PREPARO: 20 MINUTOS | RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

## Salada

1 alface-americana  
2 cenouras  
1 beterraba  
1 tomate sem pele e sem sementes  
1 cebola

1. Lave bem todos os ingredientes antes de começar a prepará-los.
2. Rasgue as folhas da alface para que fiquem menores. Rale as cenouras e a beterraba. Pique o tomate em pedaços regulares. Corte a cebola em rodelas.

## Molho

sal a gosto  
uma pitada de açúcar  
1 colher (sopa) de azeite  
3 colheres (sopa) de vinagre

3. Junte tudo numa saladeira e misture bem.
4. Faça o molho: misture todos os ingredientes numa xícara e regue a salada com ele. Sirva em seguida.

## SALADA MARGARIDA



TEMPO DE PREPARO: 25 MINUTOS | RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

500 g de batata cozida e cortada em cubinhos  
 1 lata de seleta de legumes escorrida  
 1 cebola picada  
 200 g de peito de peru defumado cortado em tiras  
 1 maçã verde picada sem casca  
 1 pote pequeno de maionese  
 sal e pimenta-do-reino a gosto

6 ovos  
 8 folhas de alface-crespa  
 batata palha a gosto

1. Em uma vasilha, junte a batata, a seleta de legumes, a cebola, o peito de peru, a maçã e metade da maionese. Tempere com sal e pimenta. Misture para os ingredientes se agregarem. Reserve.

2. Cozinhe os ovos. Quando esfriarem, corte-os ao meio (no sentido do comprimento). Retire as gemas e esmigalhe-as com um garfo. Reserve.

3. Forre o fundo de uma travessa redonda com as folhas de alface. Acomode a salada no centro da travessa e espalhe a batata palha ao redor. Cubra a salada com o restante da maionese e polvilhe a gema esmigalhada. Ajeite a clara cozida sobre a salada, com a parte arredonda para cima, formando uma margarida. Mantenha a salada na geladeira até a hora de servir.

## SALADA VERDE COM PARMESÃO



TEMPO DE PREPARO: 25 MINUTOS | RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

### Salada

1 pé de alface-americana limpo  
 ½ maço de rúcula limpo  
 ½ maço de agrião  
 2 beterrabas sem casca ligeiramente cozidas  
 100 g de queijo parmesão cortado em lascas finas

1. Prepare o molho: misture todos os ingredientes e coloque-os numa molheira. Conserve na geladeira até a hora de ser utilizado.

2. Lave bem todos os ingredientes da salada. Rasgue as folhas da alface e da rúcula para que fiquem menores e coloque numa saladeira juntamente com o agrião.

### Molho

4 colheres (sopa) de vinagre de vinho  
 5 colheres (sopa) de azeite  
 sal a gosto  
 uma pitada de orégano

3. Corte as beterrabas em rodela finas e disponha-as sobre a verdura.

4. Espalhe as lascas de parmesão por cima e sirva imediatamente com o molho à parte.



**SOPAS, CALDOS  
E ENSOPADOS**



---

---

## SOPA DE CEBOLA



---

TEMPO DE PREPARO: 30 MINUTOS | RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

---

2 colheres (sopa) de manteiga  
500 g de cebola cortada em rodelas  
2 tabletes de caldo de carne

1 litro de água fervente  
4 torradas pequenas  
queijo parmesão ralado a gosto

1. Aqueça a manteiga numa panela alta e, em fogo baixo, refogue a cebola até que fique macia, ligeiramente dourada.

3. Distribua torradas no fundo de uma sopeira ou de tigelinhas individuais e despeje a sopa. Salpique o queijo ralado e sirva.

2. Junte o caldo de carne previamente dissolvido na água e deixe ferver em fogo baixo por cerca de 20 minutos.

---

---

## SOPA DE COUVE-FLOR



---

TEMPO DE PREPARO: 35 MINUTOS | RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

---

2 litros de água  
1 xícara de leite  
1 couve-flor separada em buquês  
2 colheres (sopa) de azeite  
1 alho-poró picado

sal a gosto  
1 colher (chá) rasa de pimenta-do-reino branca  
1 lata de creme de leite  
croûtons a gosto (ver página 78)

1. Coloque a água e o leite em um caldeirão e cozinhe a couve-flor até ficar macia. Escorra e reserve o caldo.

4. Acrescente o creme de couve-flor. Tempere com o sal e a pimenta e deixe ferver, mexendo de vez em quando.

2. Reserve 1 xícara de buquês e bata o restante no liquidificador com um pouco do caldo. Reserve.

5. Adicione os buquês de couve-flor que ficaram reservados e o creme de leite. Deixe aquecer e sirva em seguida com os croûtons.

3. Em uma panela, junte o azeite e o alho-poró e refogue-os em fogo médio.

---

---

## SOPA DE FEIJÃO



---

TEMPO DE PREPARO: 30 MINUTOS | RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

---

250 g de feijão cozido com caldo  
½ cebola picada  
1 dente de alho amassado  
2 colheres (sopa) de óleo

sal a gosto  
1 xícara de arroz  
1 ovo cozido picado

1. Coloque o feijão e o caldo do cozimento no copo do liquidificador e bata por 3 minutos, até ficar homogêneo.

2. Em um caldeirão, refogue a cebola e o alho no óleo quente. Junte o feijão batido, tempere com sal e deixe ferver por 5 minutos em fogo baixo.

3. Em seguida, acrescente o arroz e deixe cozinhar por 8 minutos, ou até o arroz ficar cozido. Se a sopa ficar muito grossa, acrescente um pouco mais de água fervente.

4. Desligue o fogo e deixe o caldeirão tampado por 5 minutos. Antes de servir, polvilhe o ovo picado por cima.

---

---

## SOPA DE ERVILHA SECA E LOMBO



---

TEMPO DE PREPARO: 1H15 | RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

---

1,5 litro de água  
500 g de ervilhas secas  
1 colher (sopa) de óleo  
1 folha de louro

sal a gosto  
500 g de lombo de porco cortado em cubinhos  
1 colher (sopa) de orégano

1. Em fogo alto, coloque a água para ferver em um caldeirão juntamente com a ervilha, o óleo, a folha de louro e o sal.

2. Quando levantar fervura, deixe cozinhar por 5 minutos e acrescente a carne de porco e o orégano.

3. Reduza o fogo para médio, tampe o caldeirão e deixe cozinhar por cerca de 1 hora, ou até que a ervilha fique macia, mexendo de vez em quando com uma colher de pau. Se necessário, junte mais um pouco de água fervente.

4. Tire do fogo, deixe descansar por 5 minutos e sirva.

---

---

# SOPA DE TOMATE



---

TEMPO DE PREPARO: 45 MINUTOS | RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

---

2 tabletes de caldo de carne  
1,5 litro de água, mais ½ xícara para o tomate  
2 batatas grandes picadas  
3 cenouras picadas  
2 alhos-porós cortados em rodelas  
4 couves-de-bruxelas cortadas em pedaços

1. Dissolva o caldo de carne na água (reserve ½ xícara) e coloque em um caldeirão. Acrescente a batata, a cenoura, o alho-poró e a couve-de-bruxelas.

2. Tampe o caldeirão e cozinhe em fogo médio por cerca de 20 minutos, até que os legumes fiquem macios.

2 colheres (sopa) de margarina  
1 cebola grande picada  
1 kg de tomate sem pele e sem sementes picado  
sal a gosto  
uma pitada de açúcar

3. Depois, aqueça a margarina numa panela grande e refogue a cebola até ficar transparente. Junte o tomate picado e a água reservada. Cozinhe por 15 minutos em fogo médio, mexendo de vez em quando.

4. Retire do fogo, passe por uma peneira e junte à sopa. Tempere com o sal e o açúcar e misture bem. Transfira para uma sopeira e sirva em seguida.



## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus e a Nossa Senhora Aparecida, que me guiaram até aqui.

Agradeço também à minha família, em especial minhas filhas, pois foram elas que me deram forças para nunca desistir dos meus sonhos.

Agradeço à Editora Alaúde, que confiou no meu trabalho e me ajudou na realização de mais este sonho.

Agradeço enfim às minhas amiguinhas e aos meus amiguinhos, por todo o carinho e a lealdade que recebo todos os dias. Preparei este livro para cada um de vocês com uma imensa gratidão no coração. Muito obrigada mesmo!



## ÍNDICE DE SALGADOS

### A

Abobrinha do chefe, 290  
 Abobrinha em conserva, 58  
 Abobrinha recheada, 291  
 Acarajé, 280  
 Acém na panela com mandioca, 112  
 Açorda de mexilhão, 286  
 Alcatra com bacon, 113  
 Alho frito, 850  
 Almôndega de carne de porco, 163  
 Almôndega de frango, 196  
 Anéis de cebola empanados, 291  
 Anéis de lula, 58  
 Antepasto à japonesa, 59  
 Antepasto de alho-poró, 59  
 Antepasto de berinjela, 61  
 Antepasto de shiitake, 60  
 Antepasto diferente, 20  
 Arroz boliviano, 316  
 Arroz carreteiro, 319  
 Arroz chinês, 317  
 Arroz com azeitonas fritas, 322  
 Arroz com carne gratinado, 321  
 Arroz com feijão diferente, 317  
 Arroz com frango e mozarela, 320  
 Arroz com gergelim, 316  
 Arroz com lentilhas, 319  
 Arroz com passas, 318  
 Arroz cremoso com brócolis, 320  
 Arroz de Braga, 318  
 Arroz de domingo, 322  
 Arroz enformado com linguiça, 321  
 Arroz marinheiro, 323  
 Arroz napolitano, 323  
 Asinhas assadas com batata, 196

Aspargo ao creme, 290  
 Atum assado com pimentões, 234  
 Atum prático à moda portuguesa, 235

### B

Bacalhau à moda da vovó, 237  
 Bacalhau com ervas e molho de maracujá, 238  
 Badejo ao molho de ervas, 244  
 Baguete folhada de queijo e manjericão, 443  
 Batata recheada aos quatro queijos, 292  
 Batata recheada com carne moída, 293  
 Batata rolê com escarola, 294  
 Batata sauté, 293  
 Batatinha ao vinagrete, 61  
 Batatinha italiana, 846  
 Bauru acebolado, 482  
 Bauru de forno, 454  
 Beirute de panqueca, 469  
 Beirute de presunto e queijo, 493  
 Beirute tradicional, 492  
 Berinjela à moda italiana, 295  
 Berinjela à parmegiana, 294  
 Berinjela picante em conserva, 842  
 Beterraba em conserva, 843  
 Bife à Marrare, 115  
 Bife à milanese de forno, 114  
 Bife à milanese recheado, 114  
 Bife à parmegiana, 136  
 Bife à rolê, 115  
 Bife acebolado com castanha de caju, 123  
 Bife de panela, 116  
 Bifes ao bauru, 112  
 Bifes com molho de iogurte, 126  
 Bisque de camarão, 98  
 Bisteca com mandioca frita, 163

- Bisteca com molho de maracujá, 164  
 Bisteca rápida, 165  
 Bobó de camarão, 275  
 Bolinha de queijo, 499  
 Bolinhas de milho verde e queijo, 536  
 Bolinho de bacalhau, 499  
 Bolinho de chuchu, 295  
 Bolinho de peixe, 500  
 Bolo de bacalhau, 239  
 Bolo de carne ao estilo americano, 119  
 Bolo de carne ao sugo, 120  
 Bolo de carne recheado aos quatro queijos, 118  
 Bolo de frango com molho branco, 198  
 Bolo de queijo, 468  
 Bolo de sardinha, 468  
 Borscht, 107  
 Brachola de lombo, 165  
 Brioche recheado com presunto e queijo, 444  
 Broa de fubá com tomate seco, 464  
 Bruschetts, 62
- C**
- Cabrito assado, 188  
 Cabrito com arroz de forno, 192  
 Cação com brócolis, 246  
 Cação com molho de camarão, 245  
 Cachorro-quente à Viena, 466  
 Cachorro-quente com bacon, 480  
 Cachorro-quente paulista, 455  
 Caldeirada com cação, 247  
 Caldeirada de cavalinha, 249  
 Caldo verde, 101  
 Calzone de batata com recheio de bacalhau, 411  
 Calzone recheado, 410  
 Camarão ao curry, 272  
 Camarão com creme de milho, 274  
 Camarão com maionese ao forno, 270  
 Camarão na moranga, 271  
 Camarões grelhados com manteiga picante, 278  
 Canelone com recheio de milho e dois molhos, 336  
 Canja, 102  
 Capelete à romanesca, 337  
 Capelete in brodo, 103  
 Capellini ao pesto com anchova, 348  
 Caponatta, 62  
 Carne à napolitana, 153  
 Carne assada com alecrim e batata bolinha, 122  
 Carne cozida no leite, 123  
 Carne de panela ao molho ferrugem, 117  
 Carne de panela com legumes e banana-da-terra, 124  
 Carne de porco à chinesa, 166  
 Carne de porco com ervilha-torta, 167  
 Carne de porco com feijão-manteiga, 169  
 Carne de porco com leite de coco e gengibre, 168  
 Carne dourada com açúcar mascavo, 121  
 Carne escondida, 135  
 Carne-seca com creme de mandioca, 125  
 Carne-seca com purê de abóbora, 126  
 Carpaccio com anchova, 63  
 Caruru, 281  
 Casquinha de siri, 285  
 Cassoulet, 161  
 Cavalinha assada ao molho de limão, 248  
 Cebolinha em conserva, 844  
 Champignon com pimentão, 63  
 Charutinho de folha de uva, 302  
 Charutinho de repolho, 127  
 Chester apimentado com purê de maçã, 226  
 Chester de Natal, 227  
 Chuchu gratinado, 296  
 Chutney de abacaxi, 852  
 Chutney de maçã, 850  
 Chutney de manga, 854  
 Chutney de papaia, 853  
 Chutney de tomate, 851  
 Ciabatta, 427  
 Ciabatta com frango à milanesa, 489  
 Coelho à caçadora, 189  
 Concha aos quatro queijos, 338  
 Conserva de abobrinha, 841  
 Conserva de berinjela fria, 846  
 Conserva de cogumelo, 847  
 Conserva de rabanete, 840  
 Conserva de sardinha no azeite, 844  
 Consomê de carne, 103  
 Contrafilé ao molho de laranja, 128  
 Contrafilé aromatizado, 155  
 Contrafilé com pirão, 129  
 Coroa de arroz com camarão, 324  
 Costela à moda do campo, 128  
 Costela ao forno com molho de mostarda, 170  
 Costela com mandioca ao forno, 130  
 Costela de carneiro assada no forno, 190  
 Costela de carneiro na panela, 187  
 Costela de panela, 129  
 Costela no champanhe com farofa, 171  
 Costeleta à havaiana, 172  
 Costeleta com camarão, 174  
 Costeletas ao forno, 173  
 Costelinha de porco à moda oriental, 175  
 Costelinha de porco frita, 174  
 Costelinha de porco na pressão, 173  
 Couve à mineira, 296  
 Couve-flor em conserva, 847  
 Couve-flor gratinada, 297  
 Coxão duro ao molho cítrico, 131  
 Coxas de frango com creme de mandioquinha, 199  
 Coxas de frango com molho de hortelã, 200  
 Coxinha de frango, 498  
 Coxinha de mandioca com carne-de-sol, 502  
 Coxinha de salame, 503  
 Cozido de legumes, 297  
 Creme de aspargo, 98  
 Creme de milho, 298  
 Creme de palmito, 99  
 Crepe com alcachofra, 377  
 Crepe com anchova, 382  
 Crepe com aspargo, 377  
 Crepe de atum, 378  
 Crepe de calabresa e presunto, 381

Crepe de camarão, 379  
 Crepe de frango, 379  
 Crepe de legumes, 380  
 Crepe de queijo e nozes, 382  
 Crepe de ricota e espinafre, 383  
 Crocante de fubá, 536  
 Crocante de salame, 537  
 Croissant, 426  
 Croissant de forno, 478  
 Croquete de arroz com queijo, 531  
 Croquete de bacalhau, 505  
 Croquete de berinjela, 504  
 Croquete de camarão, 506  
 Croquete de frango, 532  
 Croquete de mandioca com queijo, 531  
 Croquete de sardinha, 507  
 Croquetes de batata-doce, 533  
 Croquetinho de calabresa, 538  
 Cupim assado, 132  
 Cuscuz com carne-seca, 156  
 Cuscuz de bandeja, 234  
 Cuscuz de camarão, 279

**D**

Dobradinha, 133

**E**

Empada de queijo com frango, 509  
 Empadinha cremosa, 508  
 Empadinha de batata, 534  
 Empadinha suflê de queijo, 510  
 Empanada chilena, 511  
 Empanada de palmito, 513  
 Empanadinhos de frango, 197  
 Enformado de atum, 456  
 Enformado de peixe, 252  
 Enroladinho de peito de peru com laranja, 64  
 Enroladinho de salsicha, 539  
 Enrolado de frango e mandioca, 200  
 Ensopadinho de camarão com chuchu, 273  
 Ensopado caipira, 105  
 Ensopado de carne de porco, 176  
 Escarola refogada com anchova, 298  
 Escondidinho de bacalhau, 240  
 Esfirra aberta de carne, 515  
 Esfirra fechada de carne, 514  
 Esfirra folhada, 516  
 Espaguete à marguerita, 349  
 Espaguete à putanesca, 349  
 Espaguete com atum, 348  
 Espaguete primavera, 356  
 Estrogonofe de camarão, 277  
 Estrogonofe de frango, 201  
 Estrogonofe de palmito, 299  
 Estrogonofe diferente, 132

**F**

Falso canelone recheado, 339  
 Farfalle ao funghi, 362  
 Farofa, 299

Farofa de salame, 300  
 Fatias de lombo com queijo, 178  
 Feijoada, 160  
 Fettuccine Alfredo, 341  
 Fettuccine com frutos do mar, 340  
 Filé aperitivo ao molho madeira, 134  
 Filé de atum ao molho de vinho, 235  
 Filé de badejo crocante, 243  
 Filé de frango à milanesa, 202  
 Filé de frango ao molho de maracujá, 203  
 Filé de frango com páprica doce, 202  
 Filé de frango com ricota, 204  
 Filé de frango na cerveja, 204  
 Filé de frango no iogurte, 205  
 Filé de linguado com maionese de camarão, 251  
 Filé de merluza à parmegiana, 253  
 Filé de pescada ao molho de mostarda, 254  
 Filé de pescada com molho rémoulade, 255  
 Filé de salmão grelhado com molho de limão, 261  
 Filé-mignon com ervas finas, 137  
 Filetes de carne com espinafre, 135  
 Focaccia à pizzaiola, 451  
 Fogacinha de ervas, 517  
 Fogazza de bacalhau, 412  
 Fogazza de presunto e mozarela, 413  
 Fogazza folhada de frango, 415  
 Fogazza frita de calabresa, 414  
 Folhadinho de carne assada, 519  
 Folhado de carne assada, 512  
 Folhado de queijo, 518  
 Frango à caçadora, 205  
 Frango à nordestina, 206  
 Frango caipira, 207  
 Frango com bacon e creme de milho, 208  
 Frango com quiabo, 209  
 Frango desossado com farofa, 210  
 Frango escarlate, 211  
 Frango na panela, 206  
 Frango picante, 207  
 Frango prático, 211  
 Frango recheado com farofa, 212  
 Frango recheado com maçã, 213  
 Frango xadrez, 214  
 Fricassé de bacalhau, 241  
 Fricassé de frango, 197  
 Frigideira de camarão, 276  
 Fritada de linguíça, 300  
 Fritada de siri, 284  
 Fusilli à matriciana, 353  
 Fusilli ao molho verde, 341

**G**

Galeto ao conhaque, 216  
 Galeto ao molho de vinho, 217  
 Galinha caipira assada, 215  
 Galinhada, 218  
 Gaspacho, 106  
 Goulash, 137

**H**

Haddock pochê com açafrão, 250  
 Hambúrguer à americana, 495  
 Hambúrguer de carne de porco com camembert, 179  
 Hambúrguer de picanha, 493  
 Hambúrguer diferente, 486  
 Hambúrguer especial, 494

**I**

Isclas de peixe crocantes, 64

**J**

Jiló ao forno, 301  
 Joelho de porco assado, 177

**K**

Ketchup, 832

**L**

Lagarto ao molho agridoce, 141  
 Lagarto ao molho de alecrim, 138  
 Lagarto ao molho madeira, 139  
 Lagarto recheado, 140  
 Lanche de férias, 457  
 Lasanha à bolonhesa, 342  
 Lasanha ao molho rosê, 343  
 Lasanha com molho branco, 344  
 Lasanha de panqueca, 346  
 Lasanha de pão de fôrma, 458  
 Lasanha de pescada, 257  
 Lasanha fácil, 345  
 Legumes gratinados, 301  
 Leitão assado, 177  
 Lombo com creme de damasco, 181  
 Lombo com maçã caramelada, 183  
 Lombo de panela à Califórnia, 180  
 Lombo recheado com provolone, 182  
 Lula recheada, 282

**M**

Macarrão à bolonhesa, 350  
 Macarrão ao alho e óleo, 351  
 Macarrão ao vôngole, 363  
 Macarrão com calabresa e manjericão, 347  
 Macarrão de férias, 352  
 Macarrão de verão, 355  
 Macarrão do chef, 354  
 Macarronada à italiana, 351  
 Maionese, 832  
 Maminha na mostarda com batata souté, 143  
 Maminha recheada e cebolinhas carameladas, 142  
 Manjericão no azeite, 845  
 Maravilha de cereja, 65  
 Mariscos recheados, 287  
 Massa básica para crepe, 375  
 Massa básica para panqueca, 384  
 Massa básica para pizza, 396  
 Massa de liquidificador para crepe, 376

Massa de liquidificador para panqueca, 384  
 Massa de tomate, 849  
 Medalhão com crosta de ervas finas, 145  
 Medalhão de carne moída, 144  
 Medalhão de lombo com purê de milho, 184  
 Merluza com brócolis, 252  
 Minestrone com feijão, 104  
 Minialcachofra no azeite, 845  
 Minipepino em conserva, 840  
 Minipizza de arroz, 333  
 Minitorta de presunto e queijo, 520  
 Misto quente à moda francesa, 479  
 Misto-quente em rodela, 462  
 Misto-quente especial, 459  
 Mix de pimentas, 842  
 Moela com cogumelo, 219  
 Molho à bolonhesa, 829  
 Molho à putanesca, 828  
 Molho agridoce, 827  
 Molho aromatizado, 831  
 Molho branco básico, 822  
 Molho de abacate, 836  
 Molho de berinjela, 828  
 Molho de camarão, 830  
 Molho de coalhada com pepino, 824  
 Molho de creme azedo, 834  
 Molho de espinafre, 831  
 Molho de iogurte com ervas frescas, 835  
 Molho de maçã, 825  
 Molho de maionese com alcaparras, 835  
 Molho de maracujá, 827  
 Molho de mostarda, 823  
 Molho de nozes, 830  
 Molho de parmesão, 837  
 Molho de pimenta dedo-de-moça, 849  
 Molho de raiz-forte, 823  
 Molho de salada à francesa, 836  
 Molho de tomate básico, 822  
 Molho especial com alcaparras, 834  
 Molho especial de queijo, 826  
 Molho madeira, 825  
 Molho mediterrâneo, 837  
 Molho Mornay, 826  
 Molho para saladas de folhas, 833  
 Molho pesto, 829  
 Molho verde de maionese, 824  
 Molho vinagrete, 833  
 Moqueca baiana, 269  
 Mozzarella de búfala em conserva, 843  
 Músculo ao molho de tomate, 143  
 Musse de pepino, 303

**N**

Nhocão recheado com quatro queijos, 361  
 Nhoque da sorte, 359  
 Nhoque de mandioca com molho de calabresa, 360  
 Nhoque recheado ao molho de agrião, 358  
 Ninho à parisiense, 357



## O

Omelete recheada, 304  
Ossobuco rápido, 147  
Ovo pochê, 303

## P

Paella, 325  
Paleta de cabrito com molho de alecrim, 191  
Panetone salgado, 445  
Panqueca de brócolis, 385  
Panqueca de cenoura, 389  
Panqueca de frango e presunto, 387  
Panqueca de palmito, 391  
Panqueca de presunto e champignon, 392  
Panqueca especial de carne, 386  
Panqueca indiana, 390  
Panqueca napolitana, 393  
Panqueca pizzaiola, 393  
Panqueca rápida de cachorro-quente, 388  
Pão caseiro, 420  
Pão de amendoim, 434  
Pão de atum, 441  
Pão de batata, 431  
Pão de cará, 432  
Pão de cenoura, 433  
Pão de centeio, 419  
Pão de cerveja, 431  
Pão de ervas, 435  
Pão de fôrma, 418  
Pão de hambúrguer, 425  
Pão de presunto, 440  
Pão de queijo de fôrma, 439  
Pão de queijo mineiro, 439  
Pão foliar português, 429  
Pão frito com frutos do mar, 460  
Pão integral, 418  
Pão italiano caseiro, 428  
Pão rústico de tomate seco e azeitonas, 449  
Pão sírio, 430  
Pão sírio com atum, 487  
Pão sírio com ovo e curry, 476  
Pãozinho de água, 422  
Pãozinho de batata com carne-seca, 437  
Pãozinho de calabresa recheado, 442  
Pãozinho de cebola, 436  
Pãozinho de mandioquinha com requeijão, 438  
Pãozinho de minuto, 423  
Pãozinho para lanche, 424  
Pãozinho sovado, 421  
Pasta de pimenta-doce, 848  
Pastel de feira, 521  
Pastelzinho assado, 540  
Pastelzinho cremoso, 541  
Pastelzinho de carne e páprica, 535  
Pastelzinho de palmito e queijo, 528  
Pastelzinho de ricota com camarão, 522  
Pastelzinho folhado, 523  
Patês diversos, 66  
Patinho com legumes, 141  
Pato no tucupi, 228

Pato recheado, 228  
Pavê de frango, 220  
Peito de peru com creme de damasco, 229  
Peixe ensopado com bacon e batatas, 269  
Penne ao forno, 362  
Pernil com molho especial, 185  
Pernil crocante, 186  
Peru ao vinho do porto, 230  
Pescada grelhada ao molho de iogurte, 256  
Picadinho com creme de mandioca, 146  
Picadinho de carne com molho de tomate, 147  
Picadinho de frango, 218  
Picadinho na cerveja, 145  
Picanha ao creme de cebola, 148  
Picanha do avesso, 149  
Pimentão em conserva, 841  
Pimentão tricolor, 305  
Pintado gratinado, 259  
Pizza de alho e óleo, 397  
Pizza de arroz, 332  
Pizza de atum, 398  
Pizza de camarão, 401  
Pizza de escarola com palmito, 402  
Pizza de frigideira, 405  
Pizza de mozzarella com bacon, 403  
Pizza de palmito com cogumelo, 404  
Pizza de pão de fôrma, 462  
Pizza de sardinha diferente, 406  
Pizza enrolada, 407  
Pizza especial de macarrão, 374  
Pizza fácil, 409  
Pizza marguerita, 399  
Pizza portuguesa, 400  
Pizza suflê, 408  
Polenta cremosa, 306  
Polenta cremosa com molho de carne moída, 306  
Polenta frita com bacon, 67  
Polpetone de pão italiano e ricota, 373  
Polpetone recheado, 150  
Polvo à feira, 283  
Provolone à milanesa, 66  
Puchero, 162  
Pudim de arroz, 324  
Purê de abóbora, 305  
Purê de batata recheado, 307  
Purê de tomate, 848

## Q

Quiabo refogado com milho, 308  
Quibe assado de peixe, 258  
Quibe de bandeja recheado, 151

## R

Rabada com polenta cremosa, 152  
Ravióli ao molho de cogumelo, 370  
Ravióli com molho branco, 365  
Ribolita, 108  
Rigatoni à carbonara, 372  
Rigatoni recheado com ricota e frango, 364  
Risoto de alcachofra e presunto, 326

- Risoto de bacalhau, 327  
 Risoto de calabresa, 327  
 Risoto de camarão, 325  
 Risoto de carne-seca, 328  
 Risoto de forno com aspargo, 326  
 Risoto de frango, 328  
 Risoto gratinado, 329  
 Risoto mexicano, 329  
 Risoto na panela de pressão, 330  
 Rissolé de camarão, 524  
 Rissolé de palmito, 525  
 Rissolé de queijo, 526  
 Robalo à siciliana, 260  
 Rocambole de arroz, 331  
 Rocambole xadrez, 85  
 Rolê de frango, 219  
 Rolinho primavera, 527  
 Rolinhos de abobrinha, 67  
 Rondele caseiro de presunto e queijo, 368  
 Rondele com massa de arroz, 366  
 Rondele de batata com tomate-seco, 367  
 Rosbife ao molho de hortelã, 154  
 Rosca de linguíça, 446  
 Rosca de queijo, 447  
 Rosca de torresmo, 448
- S**
- Salada agridoce, 72  
 Salada César, 78  
 Salada cítrica com castanha de caju, 77  
 Salada com molho de ervas, 79  
 Salada de alface com molho pesto, 80  
 Salada de berinjela, 72  
 Salada de brócolis japonês, 84  
 Salada de chicória e salsa, 75  
 Salada de escarola com bacon, 82  
 Salada de escarola e alface, 81  
 Salada de folhas com vinagrete de mostarda, 81  
 Salada de folhas e tomate-cereja  
 ao molho de iogurte, 83  
 Salada de pepino e pimentão, 76  
 Salada de repolho com maçã, 84  
 Salada de repolho cru, 73  
 Salada de rúcula à napolitana, 82  
 Salada italiana, 79  
 Salada margarida, 74  
 Salada primavera, 73  
 Salada verde com kani kama, 80  
 Salada verde com parmesão, 74  
 Salada Waldorf, 83  
 Salmão ao molho de manga, 262  
 Salmão com batata frita e alecrim, 263  
 Salpicão, 86  
 Salpicão de frango, 220  
 Saltenha boliviana, 529  
 Saltimboca à romana, 155  
 Sanduichão de verão, 465  
 Sanduíche americano, 492  
 Sanduíche árabe, 477  
 Sanduíche com queijo temperado, 473  
 Sanduíche de abobrinha com requeijão, 477  
 Sanduíche de atum, 470  
 Sanduíche de atum com tomate, 486  
 Sanduíche de berinjela, 472  
 Sanduíche de blanquet de peru e abacaxi, 483  
 Sanduíche de carne assada, 491  
 Sanduíche de carne-seca com abóbora, 491  
 Sanduíche de cenoura, 490  
 Sanduíche de escarola, 471  
 Sanduíche de forno cremoso, 463  
 Sanduíche de frango e ricota, 488  
 Sanduíche de legumes grelhados, 478  
 Sanduíche de ovo, 470  
 Sanduíche de ovo com mostarda, 475  
 Sanduíche de panqueca, 469  
 Sanduíche de pasta de amendoim, 476  
 Sanduíche de peito de peru no pão sírio, 489  
 Sanduíche de peito de peru, 488  
 Sanduíche de presunto com gergelim, 485  
 Sanduíche de requeijão com bacon, 474  
 Sanduíche de ricota e cenoura, 475  
 Sanduíche de rosbife e cheddar, 484  
 Sanduíche de salame e queijo derretido, 483  
 Sanduíche de três queijos, 474  
 Sanduíche escondidinho, 481  
 Sanduíche especial de salame, 490  
 Sanduíche frio de pernil, 482  
 Sanduíche frito de lombo, 485  
 Sanduíche jardineira, 471  
 Sanduíche light, 472  
 Sanduíche picante, 473  
 Sanduíche rápido de sardinha, 487  
 Sanduíche real, 480  
 Sanduíche saboroso de frango, 484  
 Sanduíche Waldorf, 481  
 Sanduíche xadrez, 467  
 Sardela, 68  
 Sardinha à italiana, 264  
 Sardinha escabeche, 265  
 Sobrecoxa agridoce, 221  
 Sobrecoxa crocante, 221  
 Sopa andaluza, 93  
 Sopa cremosa de batata e agrião, 100  
 Sopa cremosa de mandioquinha, 100  
 Sopa cremosa de milho, 99  
 Sopa de abóbora, 95  
 Sopa de caranguejo, 97  
 Sopa de cebola, 90  
 Sopa de couve-flor, 90  
 Sopa de ervilha-seca e lombo, 91  
 Sopa de feijão, 91  
 Sopa de feijão-branco com cebolinha, 94  
 Sopa de lentilha com calabresa, 94  
 Sopa de mariscos, 97  
 Sopa de peixe econômica, 96  
 Sopa de tomate, 92  
 Suflê de cenoura, 310  
 Suflê de frango cremoso, 222  
 Suflê de queijo, 310  
 Suprême de bacalhau, 242

Suprême de frango, 223  
Suprême de frango à cubana, 201

**T**

Tabule, 86  
Tainha recheada, 266  
Talharim caprese, 370  
Talharim com almôndegas, 369  
Talharim com camarão ao limão, 372  
Tigelinhas de queijo cremoso, 461  
Tiras de pimentão assado, 65  
Tirinhas de filé-mignon com legumes, 154  
Tomate empanado, 308  
Tomate recheado, 309  
Tomate seco, 68  
Torresmo pururuca, 69  
Torta caipira de frango, 225  
Torta cremosa de alho-poró, 311

Torta cremosa de palmito, 313  
Torta de atum, 236  
Torta de frango com requeijão cremoso, 224  
Torta de queijo, 312  
Tortilha de legumes, 309  
Tortinha de queijo, 501  
Traça de quatro queijos com tomate seco, 450  
Trouwinha folhada de camarão, 530  
Truta ao molho de bacon e tomate, 267

**V**

Vaca atolada, 157  
Vatapá, 268  
Vermicelli ao sugo, 371  
Vichyssoise, 106

**X**

Xinxim de galinha, 217



## ÍNDICE DE DOCES

### A

Abacaxi grelhado, 615  
 Alfajor, 792  
 Amanteigado, 785  
 Ambrosia, 606  
 Ambrosia de coco e maracujá, 606  
 Arroz-doce caipira, 579  
 Arroz-doce com canela, 578

### B

Baba de moça, 580  
 Bala baiana, 741  
 Bala de coco, 740  
 Banana assada, 616  
 Banana com leite condensado, 616  
 Banana flambada, 615  
 Beijinho, 738  
 Beijinho de abacaxi, 739  
 Beijinho de travessa, 738  
 Beliscão, 778  
 Bem-casado, 769  
 Bicho de pé, 743  
 Bicho de pé de amêndoa, 744  
 Biscoitinho caipira, 790  
 Biscoitinho colorido, 776  
 Biscoitinho de café, 777  
 Biscoitinho de cerveja, 791  
 Biscoitinho de leite condensado, 781  
 Biscoitinho de limão, 777  
 Biscoitinho de nata, 781  
 Biscoito amanteigado de goiabada, 784  
 Biscoito de castanha, 782  
 Biscoito de coco, 784  
 Biscoito de fécula, 780

Biscoito de iogurte, 782  
 Biscoito vienense, 783  
 Bolachinha de nozes e chocolate, 778  
 Bolinha de cristal, 771  
 Bolinho de chuva, 765  
 Bolinho de chuva assado, 769  
 Bolo amanteigado, 717  
 Bolo bomba de morango, 708  
 Bolo brevidade com calda de laranja, 662  
 Bolo brigadeiro com calda de rum, 655  
 Bolo colchão de noiva, 683  
 Bolo cremoso de mandioca, 716  
 Bolo de abacaxi com calda, 681  
 Bolo de amêndoa com creme de baunilha, 715  
 Bolo de amendoim, 717  
 Bolo de araruta, 716  
 Bolo de arromba, 680  
 Bolo de avelã, 718  
 Bolo de bagaço de milho verde, 669  
 Bolo de banana com iogurte, 675  
 Bolo de banana de liquidificador, 658  
 Bolo de banana tradicional, 659  
 Bolo de batata-roxa, 721  
 Bolo de café, 712  
 Bolo de cenoura com cobertura  
 de chocolate, 704  
 Bolo de chocolate com amêndoas, 652  
 Bolo de chocolate com recheio de coco, 710  
 Bolo de damasco, 668  
 Bolo de especiarias, 719  
 Bolo de fubá, 696  
 Bolo de fubá com cobertura de goiabada, 698  
 Bolo de fubá com frutas secas, 699  
 Bolo de fubá e laranja, 697

Bolo de iogurte e chocolate, 653  
 Bolo de laranja com calda, 650  
 Bolo de leite condensado, 707  
 Bolo de limão, 713  
 Bolo de limão com cobertura, 670  
 Bolo de limão recheado, 671  
 Bolo de maçã com calda de chocolate, 693  
 Bolo de maçã com calda de groselha, 694  
 Bolo de maçã com nozes, 695  
 Bolo de maçã, abacaxi e nozes, 667  
 Bolo de maracujá, 711  
 Bolo de mel, 672  
 Bolo de nozes com glacê de limão, 673  
 Bolo de prenda, 676  
 Bolo de refrigerante, 705  
 Bolo de Reis, 687  
 Bolo de ricota, 714  
 Bolo do amor, 684  
 Bolo especial da mamãe, 692  
 Bolo especial de nozes, 690  
 Bolo fácil, 718  
 Bolo floresta branca, 686  
 Bolo Floresta Negra, 685  
 Bolo formigueiro, 678  
 Bolo gelado de coco, 702  
 Bolo inglês, 657  
 Bolo mármore, 712  
 Bolo mármore fácil, 691  
 Bolo Marta Rocha, 665  
 Bolo moreninho, 677  
 Bolo musse de chocolate, 654  
 Bolo musse de maracujá, 661  
 Bolo nêga maluca, 674  
 Bolo nutritivo de laranja, 720  
 Bolo panetone, 709  
 Bolo para o Dia das Mães, 689  
 Bolo para o Dia dos Pais, 688  
 Bolo pavê, 656  
 Bolo prestígio, 701  
 Bolo pudim caramelado, 663  
 Bolo pudim de laranja, 664  
 Bolo rapidinho, 706  
 Bolo recheado com baba de moça, 700  
 Bolo recheado com paçoquinha, 679  
 Bolo rendado, 682  
 Bolo Romeu e Julieta, 704  
 Bolo Romeu e Julieta especial, 703  
 Bolo salada de frutas, 651  
 Bolo toalha felpuda, 666  
 Bolo três camadas, 660  
 Bomba de creme, 758  
 Bom-bocado com cobertura de goiabada, 611  
 Bom-bocado de assadeira, 624  
 Brevidade, 544  
 Brigadeirão, 587  
 Brigadeiro branco recheado com cereja, 733  
 Brigadeiro de chocolate e café, 752  
 Brigadeiro de laranja, 734  
 Brigadeiro de nozes, 733  
 Brigadeiro de paçoca, 732

Brigadeiro rápido, 732  
 Brioche, 545  
 Brioche recheado, 546  
 Broa de fubá, 547

## C

Caçarola italiana, 600  
 Cajuzinho, 743  
 Camafeu de nozes, 745  
 Canjica, 599  
 Canjica cremosa com amendoim, 600  
 Canudinho recheado com coco, 759  
 Carolinas recheadas com doce de leite, 760  
 Casadinho, 770  
 Chantili, 729  
 Charlotte de café, chocolate e nozes, 589  
 Charlotte de morango, 637  
 Churro, 597  
 Cocada de colher, 623  
 Cocada de tabuleiro, 737  
 Cocadinha da vovó, 737  
 Cocadinha tradicional, 736  
 Colomba de Páscoa, 550  
 Compota de abacaxi, 810  
 Compota de ameixa-amarela, 817  
 Compota de banana, 818  
 Compota de batata-doce, 811  
 Compota de caju, 811  
 Compota de carambola, 813  
 Compota de figo verde, 816  
 Compota de frutas vermelhas, 809  
 Compota de goiaba, 818  
 Compota de jabuticaba, 813  
 Compota de laranja-azedada, 817  
 Compota de laranja-lima, 809  
 Compota de limão-siciliano, 815  
 Compota de maçã, 812  
 Compota de mamão maduro, 810  
 Compota de manga, 812  
 Compota de melancia, 819  
 Compota de melão, 814  
 Compota de pera com groselha, 816  
 Compota de tangerina ponkan, 814  
 Compota de uva, 808  
 Cookie, 791  
 Copinho de morango com chocolate, 754  
 Copinhos de morango, 752  
 Creme de ameixa, 583  
 Creme de limão, 628  
 Creme de maria-mole com calda de caramelo, 621  
 Creme gelado de coco, amêndoas e abacaxi, 622  
 Crepe com creme de limão, 629  
 Crepe com sorvete e calda de chocolate quente, 590  
 Crepe de canela e uvas-passas, 586  
 Crepe de morango, 639  
 Crepe flambado ao licor de café, 590  
 Croissant doce, 551  
 Crostoli, 779  
 Curau de milho verde, 636

**D**

Damasco com recheio de avelã, 751  
 Delícia de morango e chantili, 637  
 Delícias ao mel, 766  
 Doce de abóbora com coco, 641  
 Doce de abóbora cristalizado, 641  
 Doce de banana com merengue, 619  
 Doce de casca de laranja, 628  
 Doce de leite de corte, 607  
 Doce de mamão verde ralado, 642  
 Doce de maracujá em copinho, 753  
 Docinho de amêndoa, 747  
 Docinho de goiaba, 755  
 Docinho nevado, 739  
 Donut, 793

**E**

Estrogonofe de chocolate, 588

**F**

Falso brigadeiro, 734  
 Falso brigadeiro branco, 735  
 Figo rami, 612  
 Filhós, 785  
 Flã de coco com calda de framboesa, 623  
 Flã de laranja com calda de caramelo, 627  
 Flã de manga com calda de maracujá, 631  
 Fofura de Belém, 767  
 Folhadinho com recheio de damasco, 750  
 Forminha vienense, 764

**G**

Gelado de abacaxi em camadas, 614  
 Gelado paulista, 593  
 Geleia de abacaxi, 803  
 Geleia de acerola, 802  
 Geleia de amora com vinho do porto, 806  
 Geleia de banana, 799  
 Geleia de caqui, 807  
 Geleia de carambola, 800  
 Geleia de cenoura, 801  
 Geleia de damasco, 801  
 Geleia de figo, 797  
 Geleia de framboesa, 806  
 Geleia de frutas vermelhas, 805  
 Geleia de goiaba, 804  
 Geleia de jabuticaba, 799  
 Geleia de kiwi, 807  
 Geleia de laranja e ameixa, 805  
 Geleia de maçã, 798  
 Geleia de manga, 796  
 Geleia de maracujá, 804  
 Geleia de morango, 796  
 Geleia de nectarina, 797  
 Geleia de pera, 802  
 Geleia de pêssego, 800  
 Geleia de tangerina, 808  
 Geleia de tomate, 798  
 Geleia de uva preta, 803  
 Goiabada cascão, 612

**L**

Leitinho, 744

**M**

Maçã assada, 580  
 Maçã do amor, 755  
 Madeleine, 554  
 Manjar branco com calda de ameixa, 620  
 Marshmallow, 729  
 Massa de crepe doce, 585  
 Massa de panqueca doce, 585  
 Meia-lua de marzipã, 749  
 Meia-lua de mel, 786  
 Merengue de abacaxi com ganache de chocolate, 613  
 Merengue de morango, 638  
 Mingau de tapioca, 598  
 Miniquindim, 742  
 Minisssinho de iogurte, 761  
 Mosaico de gelatina, 605  
 Musse de chocolate, 587  
 Musse de manga, 630  
 Musse moreninha, 625

**O**

Olho de sogra, 746  
 Ovos nevados, 578

**P**

Palmier, 786  
 Pamonha de forno, 635  
 Pamonha tradicional, 635  
 Panetone, 555  
 Panetone diferente, 556  
 Panetone recheado com bombons, 557  
 Panqueca com calda de café, 591  
 Panqueca cremosa com sorvete, 594  
 Panqueca de creme com calda de maracujá, 633  
 Panqueca de frutas, 581  
 Panqueca flambada de damasco, 586  
 Panqueca rápida de ricota, 601  
 Panqueca Romeu e Julieta, 610  
 Pão de ló de laranja, 721  
 Pão de mel, 558  
 Pão de milho, 559  
 Pão de ricota com frutas, 560  
 Pão doce com geleia, 561  
 Pão doce de maçã e canela, 562  
 Pão doce de mandioquinha, 563  
 Pão doce recheado, 564  
 Pãozinho de goiabada, 565  
 Pãozinho de leite, 567  
 Pãozinho recheado com ricota e passas, 566  
 Papo de anjo, 576  
 Pavê colorido, 605  
 Pavê de bombons, 592  
 Pavê de chocolate e amêndoas, 588  
 Pavê de pêssego, 584  
 Pavê dos deuses, 599  
 Pé de moleque, 742  
 Peras ao vinho tinto, 582

Petit gâteau, 736  
 Pudim de abóbora com iogurte, 609  
 Pudim de banana, 617  
 Pudim de clara, 577  
 Pudim de doce de abóbora, 640  
 Pudim de laranja, 627  
 Pudim de milho verde, 634  
 Pudim de padaria, 603  
 Pudim de pão caipira, 598  
 Pudim mineiro de queijo, 601  
 Pudim papo de anjo, 579  
 Pudim preguiçoso, 626

## Q

Queijadinha de cenoura, 773  
 Queijadinha de praia, 772  
 Queijadinha especial, 772  
 Queijadinha rápida, 771  
 Quindão, 576  
 Quindão de maracujá, 632  
 Quindão de queijo, 602

## R

Rabanada, 595  
 Rabanada com leite condensado, 596  
 Recheio de abacaxi, 727  
 Recheio de ameixa, 728  
 Recheio de baba de moça, 726  
 Recheio de chocolate, 726  
 Recheio de damasco, 728  
 Recheio de nozes, 727  
 Rocambole com creme de damasco, 723  
 Rocambole com creme de paçoca, 725  
 Rocambole de doce de leite, 722  
 Rocambole Floresta Negra, 724  
 Romeu e Julieta de copinho, 756  
 Rosca caracol com glacê de limão, 548  
 Rosca caracol de ricota e frutas cristalizadas, 549  
 Rosca de geleia, 552  
 Rosca de laranja, 568

Rosca de padaria, 569  
 Rosca flor de coco, 553  
 Rosquinha de laranja, 780  
 Rosquinha de Santo Antônio, 788  
 Rosquinha natalina, 789  
 Rosquinha trançada, 787

## S

Sagu com laranja, 604  
 Sagu com vinho, 604  
 Segredinho, 740  
 Sequilho, 776  
 Sequilho de coco, 790  
 Sonho diferente, 762  
 Sonhos de padaria, 763  
 Sorvete americano, 593  
 Sorvete de limão com iogurte, 629  
 Sorvete de milho, 636  
 Sorvete tricolor, 608  
 Strudel, 757  
 Surpresa de banana, 618  
 Suspiro, 770

## T

Tâmara caramelada, 748  
 Torta de bem-casado, 647  
 Torta de limão, 646  
 Torta de maçã, 644  
 Torta Floresta Negra, 645  
 Torta holandesa, 642  
 Torta xadrez de goiaba, 643  
 Toucinhos do céu, 768  
 Trança de coco, 570  
 Trança de moranga, 571  
 Trança de Páscoa, 573  
 Trança natalina, 572  
 Trufa de festa, 735

## U

Uva encapada com nozes, 756

Compartilhe a sua opinião  
sobre este livro usando a hashtag  
**#OGrandeLivroDaPalmirinha**  
nas nossas redes sociais:

