

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

### **Bolinho de Bacalhau**

Ingredientes:

- 500 gramas de bacalhau
- 3 ovos
- 3 batatas médias cozidas
- Meia cebola (picada)
- Meio cálice de vinho do porto
- tempero de salsa e cebolinha (picadas)
- Pimenta do reino
- Sal a gosto

Preparo:

Deixe o bacalhau de molho, conservando-o em geladeira por 48 horas. Troque a água de vez em quando para tirar o sal. Depois cozinhe o peixe em fogo brando por 10 minutos. O bacalhau deve ser desfiado com as mãos, ficando parecido com um purê. Amasse bem a batata e misturando-a ao peixe. Adicione a cebola, o tempero verde, um pouco de pimenta e os ovos, misturando. Despeje o vinho do porto e prove, conferindo o sal. Molde os bolinhos com duas colheres. O tradicional português não é redondo nem oval. Frite os bolinhos em óleo bem quente. A porção dá prá 4 pessoas.

---

### **Coxinha de galinha**

Ingredientes:

- 1/2 frango
- 4 colheres de sopa de óleo
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho amassados
- sal e pimenta do reino a gosto
- 1 folha de louro
- salsa e cebolinha picados
- 3 xícaras de chá de leite
- 1/2 kg de farinha de trigo
- 3 gemas
- óleo para fritar
- Farinha de rosca e 3 ovos batidos para empanar

Preparo :

Tire a pele do frango e corte-o em pedaços. Aqueça o óleo numa panela e refogue a cebola e o alho. Junte os pedaços de frango e frite-os até dourar. Tempere com sal, pimenta do reino, o louro, salsa e cebolinha. Adicione água fervente e deixe cozinhar em fogo médio até que a carne esteja bem macia. Retire os pedaços de frango da panela reservando o caldo, desosse-os e desfie a carne. Reserve. Numa panela, coloque o leite e vá adicionando o caldo reservado até completar 1 litro. Quando ferver acrescente a farinha de trigo e as gemas e misture muito bem. Leve ao fogo médio e cozinhe, mexendo sem parar, até obter uma bola de massa que se solte da panela. Tire do fogo e despeje sobre uma superfície de mármore e espere esfriar. Modele as coxinhas colocando um pouco de recheio no centro e feche-a dando o formato de coxinha. Depois, passe-as na farinha de rosca, no ovo batido e novamente na farinha de rosca. Frite-as em óleo quente e coloque-as em papel absorvente.

---

### **Croquetes de aipim**

Ingredientes:

- 500 gramas de aipim
- 1 colher de sopa de manteiga
- 2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

- 2 gemas
- uma pitada de pimenta do reino
- sal a gosto
- farinha de rosca e ovos para empanar

Preparo :

Cozinhe o aipim em água e sal . Escorra e passe pelo espremedor ou máquina de moer carne, em seguida adicione a manteiga, o queijo, as gemas, o sal e a pimenta do reino. Misture tudo muito bem e faça croquetes. Passe na farinha de rosca , ovos e farinha de rosca. Frite.

---

### **Croquete de carne**

Ingredientes:

- 1/2 kg. de carne magra (em um só pedaço)
- 2 tabletes de caldo de carne
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de salsa picada
- 1 colher (sopa) de cebolinha verde picada
- 2 ovos batidos
- 1 xícara (chá) de farinha de rosca
- Óleo para fritar.

Preparo: Corte a carne em pedaços grandes e leve ao para cozinhar em uma panela de pressão com os tabletes de caldo de carne e uma xícara e meia (chá) de água. Deixe por cerca de 20 minutos, após iniciar fervura. Desligue o fogo, retire a pressão da panela e espere amornar. Coloque a carne e o caldo que se formou no liquidificador (deve render cerca de uma xícara de chá de caldo). Vá ligando e desligando até que a carne fique bem desfiada. Despeje em uma panela, junte a farinha de trigo e leve ao fogo baixo, mexendo sempre. Quando desprender do fundo da panela, junte a salsa e a cebolinha verde e retire do fogo. Espere a massa esfriar. Modele os croquetes, passe-os pelos ovos batidos e pela farinha de rosca. Frite quatro ou cinco croquetes de cada vez, em óleo bem quente. Quando estiverem dourados, escorra-os em papel toalha e sirva a seguir.

---

### **Esfíha**

Ingredientes:

- 1 1/2 tabletes de fermento
- 1 1/2 xícara (chá) de leite morno
- 1 xícara (chá) de óleo
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo

Preparo:

Dissolva o fermento no leite morno aos poucos e acrescente o óleo e a farinha. Sove a massa por 20 minutos. Deixe descansar durante 3 horas aproximadamente. A massa da esfíha é bastante mole. Se ela ficar mole demais, acrescente um pouco mais de farinha.

Ingredientes do recheio:

1 colher (sopa) de óleo  
300 g de patinho moído  
4 cebolas médias picadas  
1 colher (sobremesa) de manteiga  
Pimenta síria a gosto  
2 colheres (sopa) de coalhada síria  
Coalhada árabe

Sal a gosto Preparo do recheio:

Esquente o óleo e frite a carne moída. Junte a cebola e deixe que ela fique transparente, mas não mude de cor. Junte a manteiga e a pimenta síria. Retire do fogo e deixe esfriar. Na hora de montar o prato, acrescente a coalhada e salgue a vontade.

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

Como montar as esfihas:

Unte a assadeira com óleo e coloque nela pequenas bolas de massa e deixe descansar por uns 10 minutos. Abra as bolinhas na assadeira com a base da mão, formando pequenos círculos e tomando o cuidado para que o centro fique mais fino que as bordas. Esquente o forno. Ele deve ficar bem quente (220 a 250° C). Coloque a assadeira no forno e vigie constantemente. Quando as bordas das esfihas começarem a dourar, o prato está pronto.

Rendimento: aproximadamente 35 esfihas.

---

### **Pastéis de bacalhau**

- 300g de bacalhau demolido
- 400g de batatas cozidas com casca e depois descascadas
- 1 cebola pequena
- 1 dente de alho
- 1 ramo de salsa
- 6 ovos
- sal
- pimenta
- azeite ou óleo para fritar.

Preparo:

Cozinhe o bacalhau e tire-lhe as peles e espinhas. Junte-o com as batatas, a salsa picada, a cebola e o alho, e passe tudo pela máquina de picar. Ligue esta massa com as gemas levemente batidas com um garfo, e bata um pouco. Acrescente então 5 claras em castelo e tempere com sal e pimenta. Com 2 colheres das de sopa molhadas no azeite ou óleo fervente, tenda bolinhos alongados, passando a massa de uma colher para a outra, e frite-os até alourarem. A gordura da fritura deve ser abundante para que os pastéis não toquem no fundo. Depois de fritos, escorra-os em papel absorvente. Há quem os acompanhe com salada de agriões, feijão frade ou arroz de tomate.

---

### **Quibes**

Ingredientes da massa básica:

- 300 g de trigo moído (trigo para quibes)
- 500 g de patinho moído e limpo sem gorduras ou nervos
- 1 cebola média, cortada em rodela
- 1 raminho de hortelã
- Sal e pimenta síria a gosto
- 1 pequena pitada de pimenta-do-reino branca, moída

Preparo da massa básica:

Lave o trigo e deixe de molho durante 1 hora. Escorra e esprema bem com as mãos. Misture o trigo aos demais ingredientes e passe duas vezes pela máquina de moer carne, regulada na abertura mais fina possível.

Quibe cru

O quibe cru é a massa básica descrita, servido com hortelã, muita cebola cortada em rodela e azeite de oliva. Cada pessoa tempera a seu gosto.

Quibe frito

O quibe frito utiliza a massa básica já descrita e um recheio. Além disso, é preciso providenciar 1 litro de óleo e 1 colher (sopa) de manteiga para fritar e mais 2 ou 3 colheres (sopa) de manteiga para umedecer o recheio.

Ingredientes do recheio:

- 250 g. de patinho moído
- Sal e pimenta síria a gosto
- 1 pequena pitada de pimenta-do-reino branca moída

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

- 1 colher de sobremesa de manteiga
- 2 cebolas médias, picadas

Modo de fazer o recheio:

Esquente o óleo e frite a carne. Tempere com sal, a pimenta, a manteiga e a cebola. Quando a cebola começar a dourar, o recheio estará pronto. Prepare os quibes. Forme pequenas bolas com a massa básica. Depois, alongue, dando o formato de um ovo. Coloque na mão e vá furando com o indicador da outra mão. Depois vá afinando as paredes o mais possível. Coloque o recheio nesse orifício, apertando as pontas. Esquente o óleo misturado com uma colher de manteiga e vá fritando os quibes aos poucos. Rendimento: depende dos tamanhos dos quibes.

---

### Quibe Cru

Ingredientes:

- 300 gr de trigo moído (trigo para quibe)
- 500 gr de patinho moído e limpo com muito cuidado, sem gordura ou nervos
- 1 cebola média, cortada em rodelas
- 1 raminho de hortelão
- sal e pimenta síria (ver abaixo), a gosto
- 1 pequena pitada de Pimenta-do-reino branca moída

Preparo da Pimenta Síria:

- 50 gr de pimenta-do-reino preta moída na hora
- 20 gr de pimenta-do-reino branca moída na hora
- 20 gr de canela em pó

Misture tudo e guarde para ir usando à medida da necessidade.

Modo de Preparo:

Lave o trigo e deixe de molho durante 1 hora. Escorra e esprema bem com as mãos.

Misture o trigo aos demais ingredientes e passe duas vezes pela máquina de moer carne, regulada na abertura mais fina possível. Coloque hortelão, muita cebola cortada em rodelas e azeite de oliva.

Cada pessoa tempera a seu gosto.

---

### Quibe de Forno

Ingredientes:

- 2 kg de carne fresca passada na máquina e sem gorduras
- 1 kg de trigo para quibe (deixado de molho por meia hora)
- 2 molhos de salsa e cebolinha
- 1 cebola grande picadinha
- 2 dentes de alho picadinhos
- Pimenta-do-reino
- Sal
- As folhinhas de um maço de hortelão
- 1 colher, das de sopa, de manteiga
- 5 colheres, das de sopa, de azeite

Recheio:

- 1/2 kg de carne moída, temperada com os mesmos ingredientes do quibe (tudo picado bem moído)
- 15 azeitonas picadinhas
- óleo

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

Modo de Preparo:

Misture a carne com o trigo, junte a salsa, a cebola, o alho, o hortelão, a pimenta, o sal e a manteiga. Amasse tudo até ficar uma mistura homogênea. Passe na máquina de moer carne mais uma vez. Junte o azeite e misture bem.

Unte formas de alumínio com azeite ou manteiga e coloque uma camada de quibe.

Faça um bom refogado com a carne e os temperos do recheio e deixa cozinhar sem formar muito caldo. Coloque o recheio sobre a massa e cubra com o quibe restante.

Acerte com a faca e corte em quadrados para facilitar a retirada da forma. Regue com azeite ou pedacinhos de manteiga.

Leve ao forno quente por 25 minutos. Deixe esfriar. Cubra com papel de alumínio.

Coloque em saco plástico, retire o ar, feche, coloque etiqueta e congele. Para descongelar retire do saco plástico e coloque coberto com o papel de alumínio dentro do forno preaquecido e médio, por cerca de 20 minutos.

---

### **Empadinha de Camarão**

Ingredientes da Massa:

- 580 gr de farinha de trigo
- 150 gr de manteiga ou margarina
- 10 gr de banha ou gordura vegetal
- 1 gema
- 1 colher, das de café, de sal
- 1 xícara, das de chá, de leite

Ingredientes do Recheio:

- 750 gr de camarão
- 4 colheres, das de sopa, de óleo
- 1 cebola picadinha
- 2 tomates sem pele nem sementes, bem picadinhos
- 115 gr de farinha de trigo
- Pimenta-do-Reino
- 1 pedacinho de folha de louro
- 1 galhinho de coentro
- 2 ovos cozidos picados
- Azeitonas sem caroços

Modo de Preparo da Empadinha:

Prepare a massa misturando bem todos os ingredientes, mas não a trabalhe muito. Lave os camarões, tire-lhes as cascas e cabeças, colocando-as numa panelinha e cobrindo-as com água. Leve ao fogo para ferver durante 15 minutos e reserve. Tire as tripas dos camarões. Refogue a cebola no óleo, junte os tomates, os camarões picados e os outros temperos. Deixe que os camarões cozinhem. Engrosse o recheio com farinha de trigo, na base de 1 colher, das de sopa, de farinha para cada copo de caldo, mexendo bem para não empelotar. Quando estiver grosso, prove o tempero e retifique. Tire do fogo, junte um pouco de salsa picada e os ovos cozidos picados também. Deixe o recheio esfriar. Forre as forminhas com massa, ponha em cada uma delas uma colherada de recheio e uma azeitona. Cubra-as com massa, pincele com gema e leve ao forno quente durante aproximadamente 40 minutos.

---

### **Empadinha de Queijo**

Ingredientes:

Massa:

- 7 colheres, das de sopa, bem cheia de farinha de trigo

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

- 1 gema
- 1 colher, das de sopa, de manteiga
- 1 colher, das de sopa, de banha
- 1 colher, das de café, de sal

Recheio:

- 2 xícaras de queijo-de-minas ralado
- 2 colheres, das de sopa, de queijo parmesão ralado
- 1 xícara de leite
- 3 ovos mal batidos
- 1 colher, das de sopa, de manteiga derretida
- sal

Modo de Preparo:

Primeira Etapa - Massa:

Peneire a farinha, faça uma cova e deite a gema, o sal, a manteiga e a banha. Trabalhe até ligar toda a farinha e obter uma massa fofa e que não pegue nas mãos (se necessário, junte mais farinha).

Segunda Etapa:

Tome pequenas porções de massa e abra com as mãos nas forminhas próprias para empada (forre até a beirada da forma). Misture o queijo-de-minas e o parmesão com o leite, a manteiga e os ovos. Tempere com sal e distribua pelas forminhas, enchendo-as até o meio. Arrume em um tabuleiro e asse em forno quente. Quando a massa estiver assada e o recheio crescido e douradinho, estarão prontas. Sirva em seguida.

---

### **Empadão Magali**

- 2 colheres de sopa de manteiga
- 1 gema
- 1 colher de sopa de água
- 1 colher de chá de sal
- 1 caneca de farinha de trigo

Forme a massa e forre um pirex e recheie com o seguinte:

- 3 ovos inteiros
- 6 colheres de sopa de queijo parmesão ralado
- 1/2 frango de ensopado desfiado
- 1/4 de caneca de caldo de frango
- Fatias bem finas de queijo mussarela
- 3 colheres de sopa de farinha de rosca

Misture tudo: os ovos, o queijo, o caldo e o frango, ponha no pirex forrado com a massa, cubra com a farinha de rosca e coloque as fatias de queijo. Por cima do queijo, bote uns pedaços de manteiga e leve a assar em forno quente. Enfeite com rodela de ovos cozidos, tomates e azeitonas pretas.

---

### **Empadas de aipim**

- 1 kg de aipim cozido em água e sal e passado na máquina
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 gema de ovo

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

Amasse tudo e forre as forminhas. Recheie a gosto. Cubra com uma rodelinha de massa. Pincele com gema e leve ao forno.

---

### **Empadas de liquidificador**

5 ovos inteiros  
1 xícara de leite  
1 xícara de óleo  
Sal  
2 xícaras de farinha de trigo  
1 colher de sopa de fermento em pó  
3 colheres de sopa de queijo ralado

Bata tudo no liquidificador, coloque em forminhas de empadas untadas e recheie a gosto. Asse em forno pré-aquecido.

---

### **Empadas de queijo**

6 colheres de sopa de queijo vermelho  
3 colheres de sopa de manteiga  
4 colheres de sopa de leite  
1 colher de chá de sal

Adicione farinha de trigo até fazer a massa. Feita a massa, forre forminhas untadas e ponha o recheio mais no meio.

Recheio

150 g de queijo vermelho  
2 xícaras de leite  
4 ovos

Misture tudo, recheie as forminhas, ponha uma pitada de queijo e leve ao forno quente.

---

### **Empadinhas**

Massa

2 xícaras de farinha de trigo  
2 colheres de sopa de manteiga  
2 colheres de sopa de óleo  
2 gemas  
1 colher de chá de sal  
1 colher de sobremesa de clara

Misture todos os ingredientes e amasse até que fique uniforme. Forre as forminhas com uma camada fina desta massa. Coloque o recheio da sua preferência e o cubra com a massa. Pincele com gema dissolvida no óleo. Asse em forno quente.

Outra massa

3 colheres de sopa de maionese

Esta apostila é uma cortesia do site <http://kireceitas.orgfree.com>  
Seu livro de receitas virtual na internet...

Farinha de trigo suficiente

A maionese substitui os demais ingredientes. Modele as empadinhas usando o mesmo procedimento.

---

### **Empadinhas de batata**

1/2 kg de batata  
2 gemas  
2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado  
1 colher de sopa de Maizena  
Sal e pimenta-do-reino a gosto  
1 colher de sopa de manteiga

Cozinhe as batatas e passe pelo espremedor. Junte os ingredientes restantes formando uma massa. Forre forminhas de empadas, coloque recheio a gosto e tampe. Pincele com gema misturada com um pouco de óleo e leve ao forno para assar.

---

### **Empadinhas Francesas**

3 colheres de sopa de manteiga  
2 colheres de sopa de azeite doce  
1 ovo  
1 gema  
1 colher de chá de sal  
Farinha de trigo bastante

Misture todos os ingredientes, tendo o cuidado de colocar farinha de trigo aos poucos até soltar das mãos. Forre as forminhas com a massa. Coloque o recheio e um pouco do molho branco, cubra com uma tampa feita com a própria massa, pincele com gema misturada com um pouco de óleo e asse.

Molho branco

1 caneca de leite de vaca  
2 colheres de sopa de Maizena  
1 colher de chá de manteiga  
2 gemas  
Sal a gosto

Leve ao fogo e prepare o creme.

---