

o joio e o trigo e suas

RECEITAS SEM NESTLÉ

Esse livro de receitas é uma resposta. Um manifesto. Uma construção coletiva. Uma esperança de que a cozinha, nossa alimentação, o mundo podem ser diferentes. Melhores, talvez. Reunimos algumas das receitas enviadas pelas nossas leitoras aqui neste livrinho. Esperamos que seja diversão de sabores e descobertas.

Acesse para fazer download do livro completo: bit.ly/3B30Cee



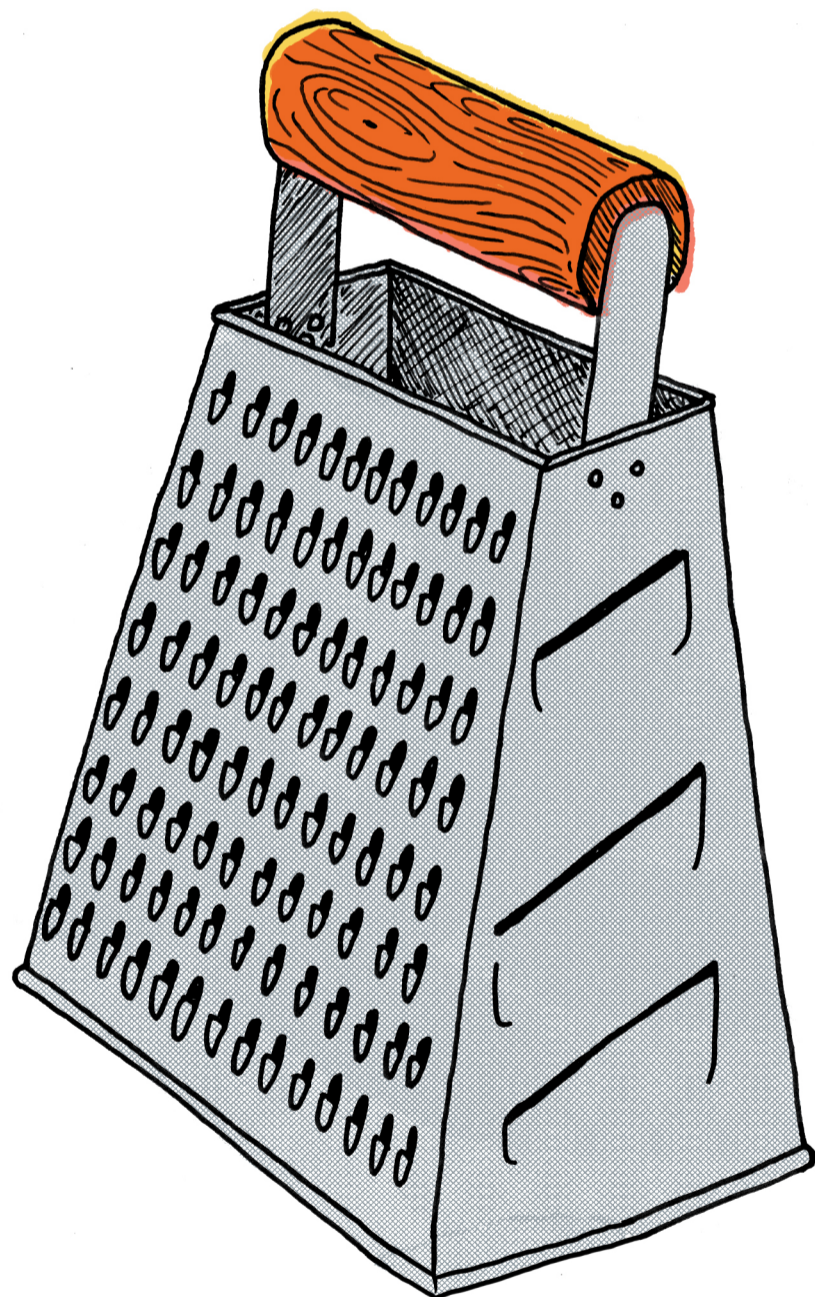
BEIJINHO ASSADO

Receita do livro “A doceira carioca”
Maria Birman Cavalcanti (@birmanmaria)

1 coco seco
200g de açúcar demerara
50g de manteiga
2 gemas

1 ovo
60g de farinha
Uma pitada de sal
Água

Abri e descasquei um coco seco bem carnudo. Pesei 200g de açúcar demerara e molhei sem medir a água, botei na chama e mexi com o dedo até não dar mais. Quando ferveu, tampei a panela por uns dois minutinhos para não cristalizar na lateral. Virei a calda numa tigela, juntei 50g de manteiga, 2 gemas e 1 ovo inteiro, 60g de farinha e todo o leite do coco e uma pitada generosa de sal. Distribuí em nove forminhas bem untadas com manteiga. Assei a 160° C por 27 minutos.



Esse livro de receitas é uma resposta. Um manifesto. Uma construção coletiva. Uma esperança de que a cozinha, nossa alimentação, o mundo podem ser diferentes. Melhores, talvez. Reunimos algumas das receitas enviadas pelas nossas leitoras aqui neste livrinho. Esperamos que seja diversão de sabores e descobertas.

Acesse para fazer download do livro completo: bit.ly/3B30Cee



MANJAR BRANCO

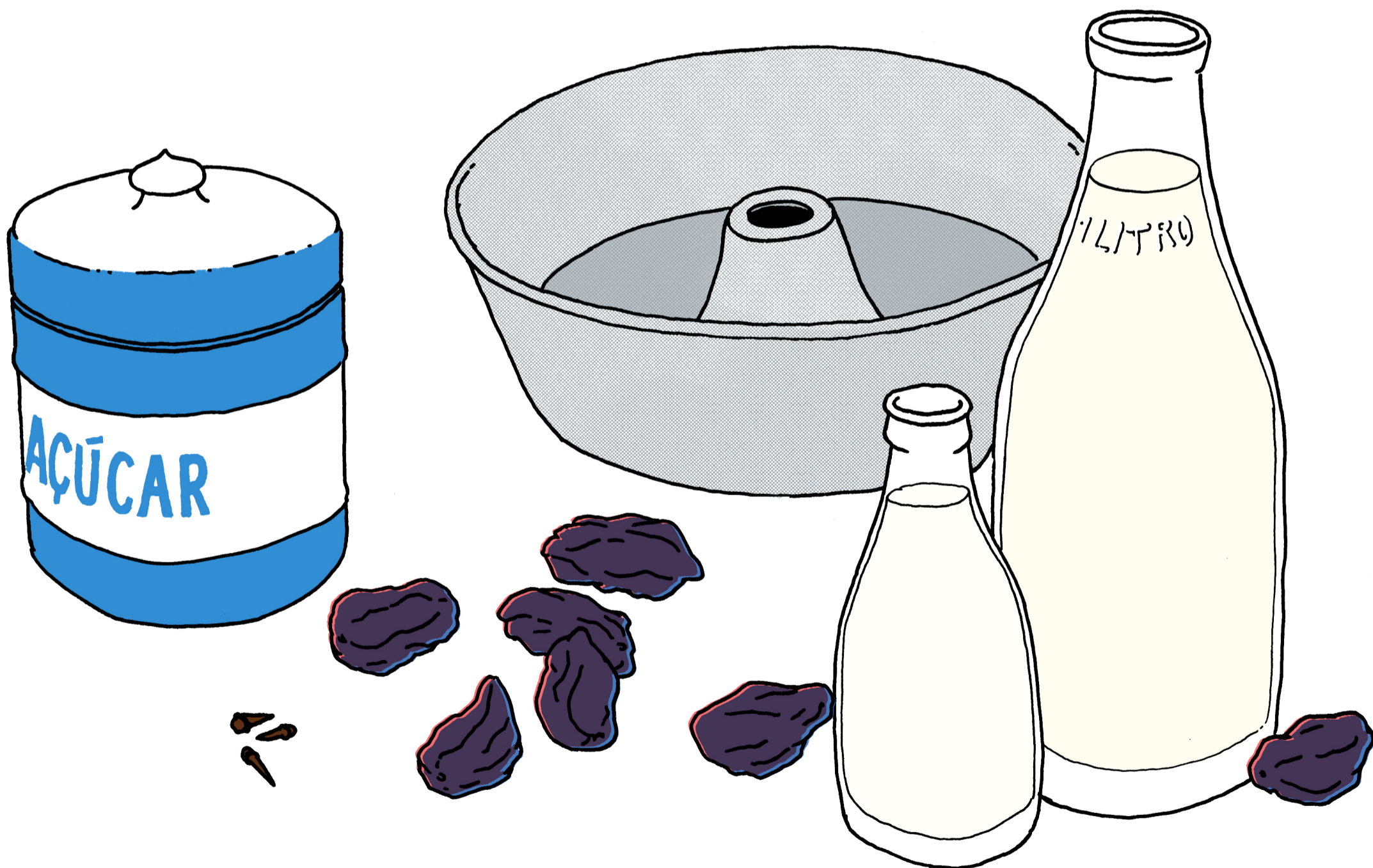
Leticia Lazari Florentino (@leflorentino)

1 litro de leite integral
1 vidro pequeno de leite de coco
6 colheres cheias de amido de milho
Açúcar a gosto (usei demerara)

Dissolva um pouco do amido de milho no leite para não encaroçar. Depois, mexa no fogo baixo até ficar um mingau grosso. Despeje numa fôrma com buraco previamente molhada com água. Desenformar depois de três horas na geladeira.

CALDA

Ameixa sem caroço. Cozinhar lentamente as ameixas com um dente de cravo na água com açúcar de sua preferência. Despejar sobre o manjar já frio e desenformado.



Esse livro de receitas é uma resposta. Um manifesto. Uma construção coletiva. Uma esperança de que a cozinha, nossa alimentação, o mundo podem ser diferentes. Melhores, talvez. Reunimos algumas das receitas enviadas pelas nossas leitoras aqui neste livrinho. Esperamos que seja diversão de sabores e descobertas.

Acesse para fazer download do livro completo: bit.ly/3B3oCee

