

# Quiche de Alho Poró

Olá,

A receita de hoje é uma ótima ideia para um lanche com as amigas!



[Clique para ampliar](#)

Para a massa:

- 250 gr de farinha de trigo
- 150 gr de manteiga gelada
- 1 ovo
- 3 colheres de água gelada

Modo fazer: Junte a farinha, o ovo, a manteiga, água amassando formando uma bola. Coloque em um filme plástico e leve a geladeira por uma hora (enquanto isso faça o recheio). Abra a massa em um plástico e coloque em uma forma redonda de abrir, no fundo e nas laterais. Fure a massa com um garfo e leve ao forno por 15 minutos. Retire do forno, coloque o recheio e salpique com queijo ralado. Leve ao forno por mais 30 minutos a 180 graus.



clique para ampliar

Para o recheio:

- 1 cebola
- 3 alhos poros cortados em rodela
- 4 ovos
- 2 xícaras de creme de leite fresco
- Sal e pimenta a gosto
- 100 gr. de queijo muçarela ralado
- 3 colheres de queijo parmesão ralado

Modo de fazer: Bata as claras em neve e vai acrescentado as gemas uma a uma batendo levemente e adicione o creme de leite. Refogue a cebola o alho poro. Depois misture o refogado ao creme. Acrescente o queijo muçarela.



Clique para ampliar

Sirva morno acompanhado de uma salada!

TEMPO: 1 hora

DIFICULDADE: média

CUSTO : \$

---

## Feijoada – passo a passo

Olá, quando o frio começa a chegar dá aquela vontade de comer uma feijoada. Eu particularmente gosto mais de comer feijoada em casa (na casa da minha mãe, no caso) do que em restaurante. Então vou passar a receita passo a passo. Acho um prato ótimo para receber para um almoço descontraído! Essa quantidade serve aproximadamente 08 pessoas.



Clique para ampliar

Ingredientes:

1/2 kg feijão vermelho

250 gr feijão preto  
150 gr linguiça tipo paio  
150 gr linguiça calabresa  
300 gr carne seca  
150 gr lombinho defumado  
150 gr costelinha de porco defumada  
150 gr linguiça tipo Blumenau  
Folhas de louro  
200 gr de abóbora  
1 chuchu  
2 batatas inglesa  
1 batata doce  
Repolho  
Cenoura

Modo fazer:

Deixe o feijão de molho, no dia anterior. Deixe também de molho a carne seca separadamente, trocando a água umas quatro vezes para retirar o excesso de sal. No dia seguinte, coloque os defumados, em uma panela com água deixe ferver, repetindo umas quatro vezes trocando a água. Isso deixa a feijoada mais light. Retire a água do feijão, lavando bem coloque em uma panela grande, onde caiba todos os ingredientes da feijoada. Cozinhe o feijão com a carne seca por meia hora, acrescente o restante dos defumados.

Deixe cozinhar por mais umas 2 horas.

Acrescente as verduras, meia hora antes de servir, colocando as que cozinham mais rápido por ultimo.



[clique para ampliar](#)

O caldinho do feijão servido em canequinhas é ótimo para servir de aperitivo!

Quando for servir o almoço, coloque as verduras e legumes num refratário, as carnes e defumados em outro, e o feijão separado.

Para acompanhamento sugerimos couve mineira cortada bem fininha, passada no azeite bem quente com sal e pimenta.



[Clique para ampliar](#)

Outro acompanhamento que gostamos de fazer aqui em casa, é o pirão de feijão. Aqui onde moramos, Florianópolis, e no litoral de Santa Catarina em geral, temos o hábito de comer

farinha de mandioca. Eu não vejo muito isso em outros lugares! Farofa e pirão (de vários tipos) são acompanhamentos frequentes na nossa culinária regional! O pirão nada mais é do que a farinha de mandioca misturada com o caldo fervendo (de feijão neste caso).

Outros acompanhamentos: arroz branco, laranjas e ovos fritos!

\* As fotos não estão muito bonitas mas posso garantir que estava uma delícia!

TEMPO: 3 horas

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: \$

---

## **Salada de Grão de bico com lascas de Bacalhau**

Hoje vamos fazer uma salada que é uma delícia, podemos servir como entrada ou para um jantar leve!



Clique para ampliar

Ingredientes para 2 pessoas:

- 2 xícaras de grão de bico cozido (cozinhar na panela de pressão, depois que começar a ferver, baixar o fogo e deixar por 20 min)
- 200 gr. de bacalhau dessalgado em lascas
- meia cebola cortadinha
- salsa a gosto
- azeite a gosto

Mode de fazer:

Refogar com azeite a cebola, depois coloca as lascas de bacalhau, e por último o grão de bico cozido. Verifique se precisa acertar o sal (vai depender do bacalhau). Desligue o fogo, e acrescente salsinha picadinha a gosto. Espere esfriar e coloque na geladeira com um pouco de azeite até servir.



Clique para ampliar

Outra idéia é servir porções individuais em ramequins.  
Gostoso, rápido e fácil.

TEMPO: 20 min

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: \$\$