



Receitas

Receitas
para a
Semana
Santa



Vai juntar os amigos e família nessa Semana Santa?

Então o E-Book de Receitas Pindorama foi feito para você! Agora você tem em mãos receitas tradicionais e memoráveis para surpreender todos à mesa.

Algumas receitas passaram pela seleção especial e foram testadas pela nossa querida **Nide Lins**, que garantiu que elas fossem deliciosas e fáceis de preparar. Ainda incluímos opções vegetarianas e veganas para atender a todas as preferências alimentares. Você vai se surpreender com o sabor desses pratos, que são perfeitos para a Semana Santa, mas também para qualquer outra ocasião.

Então, pegue sua panela, escolha suas receitas favoritas e tenha mais sabor e tradição na **Semana Santa com a Cooperativa Pindorama!**

Pindorama

Receitas salgadas

Pindorama

- **Mingau Pitinga** *Nide Lins*
- Feijão no Coco *Nide Lins*
- **Arroz no Coco** *Nide Lins*
- Fritada de Camarão *Nide Lins*
- **Repolho Metido a Camarão** *Nide Lins*
- Bobó de Castanha de Cajú

Receitas doces

Pindorama

- **Mousse de Maracujá** *Nide Lins*
- Cuscuz de Tapioca com
Calda de Coco Queimado
- **Manjar de Coco**



Receitas salgadas

Pindorama



Mingau Pitinga

por Nide Lins

Ingredientes

500 ml de **leite de coco Pindorama**;
1 xícara (240ml) de massa puba;
Sal a gosto.

Modo de preparo

Misture o **leite de coco Pindorama** com massa puba e adicione o sal; Leve ao fogo baixo até ficar na textura de mingau;

Observação: se embolar, adicione mais um pouco de leite de coco e mexa bem ou leve para o liquidificador.

CAMARÃO PARA DECORAR

Ingredientes

300 gramas de camarão (sem casca);
1 tomate picado;
1 pimentão verde (ou meio pimentão vermelho e meio pimentão amarelo) picado;
1 cebola picada;
2 batatas inglesas em cubos;
Mix de pimenta da Pindorama a gosto;
Sal a gosto;
20ml de **óleo de coco extra virgem Pindorama**;
120 ml de **leite de coco Pindorama**;
Coentro e cebolinha a gosto.

Modo de preparo

Cozinhe a batata inglesa em cubos com água e sal e reserve; Esquente a panela em fogo baixo, adicione o **óleo de coco extra virgem Pindorama** e em seguida todos os legumes cortados em cubos - reservando o coentro para o final, sal e o **leite de coco Pindorama** e refogue os legumes até amolecer; Adicione batata (já cozida) e o camarão. Quando o camarão ficar rosinha, está no ponto certo; Acrescente coentro; Distribua o mingau pitinga nas taças e cubra com camarão.



"**Mingau Pitinga** é uma receita tradicional do livro "Delícias da Cozinha Alagoana", das Irmãs Rocha, e também é a iguaria predileta da minha mãe dona Nia. Sigo a receita dela, usando apenas massa puba, sal e leite de coco."

- Nide Lins



Feijão no coco

por Nide Lins

Ingredientes

1 xícara (240 ml) feijão;
500 ml de **leite de coco Pindorama**;
1 tomate (picado);
1 cebola (picada);
1 pimentão verde (picado);
Sal a gosto;
Coentro a gosto;
20 ml **óleo de coco extra virgem Pindorama**;
Sal a gosto.

Modo de preparo

Cozinhe o feijão com sal na panela de pressão; Quando o feijão estiver cozido, refogue junto com as verduras no **óleo de coco Pindorama**; Adicione **leite de coco Pindorama** e cozinhe até ficar com a caldo grosso; Bata no liquidificador até ficar um papa, acerte o sal; Sirva com fios de azeite e decore com coentro.

Arroz no coco

por Nide Lins

Ingredientes

1 xícara (240 ml) de **arroz branco Pindorama**;
500 ml de **leite de coco Pindorama**;
Sal a gosto.

Modo de preparo

Coloque na panela o **arroz branco Pindorama**, o **leite de coco Pindorama** e sal; Cozinhe em fogo médio até o arroz ficar macio. Se o leite secar antes do arroz ficar macio, adicione um pouco de água e volte ao fogo até amolecer.





Fritada de camarão

por Nide Lins

Ingredientes

300 gramas de camarão (sem casca);
1 pimentão verde ou - meio pimentão vermelho e meio pimentão amarelo, picado;
1 cebola picada;
2 batatas inglesas em cubos pequenos;
Mix de pimenta da Pindorama a gosto;
Sal a gosto;
20 ml de **óleo de coco extra virgem Pindorama**;
120 ml de **leite de coco Pindorama**;
Coentro e cebolinha a gosto;
3 ovos grandes.

Modo de preparo

Cozinhe a batata inglesa em cubos na água e sal e reserve;
Esquente a panela em fogo baixo, adicione o **óleo de coco Pindorama** e, em seguida, todos os legumes cortados em cubos, menos o coentro, sal e **leite de coco Pindorama**, refogando os legumes até a amolecer; Adicione a batata e o camarão. Quando ficar rosinha está no ponto certo; Acrescente coentro. Coloque o camarão no pirex; Separe as claras da gema e bata as claras em ponto de neve. No fim acrescente as gemas; Leve o pirex com camarão ao fogo baixo e adicione uma colher de sopa das claras em neve e misture; Desligue o fogo cubra o pirex com as claras em neve, decore com ramo de coentro; Leve ao forno a 200°. Quando dourar já está bom; Sirva a fritada de camarão com arroz e feijão de coco.





Repolho metido a camarão

por Nide Lins

Ingredientes

1 repolho;
Meia xícara de Maisena (também pode ser de farinha de trigo);
4 ovos;
2 de xícaras de **leite de coco Pindorama**;
2 saquinhos (50g) queijo parmesão;
2 tomates;
1 cebola;
1 pimentão vermelho (verde ou amarelo);
Coentro a gosto;
Mix de pimenta Pindorama a gosto;
3 colheres de **óleo de coco Pindorama**.

REPOLHO

Modo de preparo

Corte o repolho, retire os talos e cozinhe na água e sal. Depois escorra a água e reserve o repolho; Corte em pedaços pequenos, o tomate, a cebola, o pimentão e o coentro; Refogue os legumes com **óleo de coco Pindorama** e acrescente o repolho cozido e o **mix de pimenta Pindorama**.

CREME

Modo de preparo

Bata no liquidificador o **leite de coco Pindorama**, a Maisena, as gemas e o sal. E leve ao fogo para fazer o creme até ficar na consistência de papa (Observação: se embolar, bata no liquidificador); Bata as claras em ponto de neve e adicione o creme no repolho e um saquinho de 50g queijo parmesão; Acerte o sal, se precisar coloque mais um pouco de queijo parmesão; Polvilhe por cima do creme uma ou mais de uma colher de parmesão. Decore com rodela de tomate e coentro e leve ao forno a 180° graus até ficar douradinho.



"Alguém já imaginou o repolho, redondinho como é, ficar metido à camarão? Pois ele fica e é danado de bom. O prato é do caderno de receitas de minha mãe, dona Nia, com nome de creme de repolho, contudo lembra uma tortinha. Minha mãe usava a verdura para fazer o creme de repolho com sabor semelhante ao de camarão. Tudo graças ao leite de coco, coentro e queijo parmesão. Uma verdadeira receita vegetariana, e de ótimo sabor.

- Nide Lins





Bobó de castanha de caju

Ingredientes

500g de castanha de caju;
1 kg de macaxeira;
1 colher de sopa de **óleo de coco extra virgem Pindorama**;
2 dentes de alho bem picados;
1 cebola pequena picada;
¼ de pimentão verde picado;
¼ de pimentão vermelho picado;
1 pimenta dedo de moça sem sementes picada;
2 tomates picados;
Sal a gosto;
60ml de azeite de dendê;
½ maço de coentro picadinho;
1 colher de colorau;
Suco de ½ limão;
1 colher de chá de gengibre ralado;
300 ml de **leite de coco pindorama**.

Modo de preparo

Coloque as castanhas de caju de molho por 2 horas; Na panela de pressão, cozinhe a mandioca com água e sal por 20 minutos até que ela esteja bem mole. Amasse a mandioca com o garfo e, depois, bata no liquidificador com metade da água do cozimento até obter um mingau leve e reserve; Numa panela, coloque o azeite e doure as cebolas e o alho. Adicione a pimenta, o pimentão e refogue por 5 minutos. acrescente o tomate, o sal, o azeite de dendê, o coentro e o colorau e deixe refogar em fogo baixo por 30 minutos com a panela tampada; Adicione o gengibre, o suco de limão e o creme de mandioca e misture até que tudo esteja incorporado. Adicione o **leite de coco Pindorama** e mexa novamente. Caso o creme esteja muito grosso, acrescente 200 ml de água fervente; Acrescente as castanhas de caju e cozinhe por mais 5 minutos em fogo baixo. Sirva com arroz no coco.





Receitas doce

Pindorama



Mousse de Maracujá

por Nide Lins

Ingredientes

1 lata de leite condensado;

1 lata creme de leite;

Suco concentrado de maracujá Pindorama;

Meio limão espremido (ou 2 colheres de suco de limão fresco).

GELEIA DE COBERTURA

Ingredientes

Polpa de 1 maracujá;

2 colheres de **açúcar Pindorama**.

Modo de preparo

Despeje o leite condensado, o creme de leite e o suco de limão no liquidificador; Use a lata de leite condensado como medida para o suco concentrado. Meça uma lata de **suco concentrado de maracujá Pindorama**, junte aos ingredientes no liquidificador e bata até que a mistura fique homogênea; Leve a polpa e o açúcar ao fogo, mexendo até que o açúcar derreta completamente; Coloque o mousse em um recipiente ou em várias taças de sobremesa e use a geleia e folhas de hortelã para decorar.





Cuscuz de Tapioca com Calda de Coco Queimado

Ingredientes

2 xícaras (chá) de tapioca granulada (tapioca para bolo);
1 ¼ de xícara (chá) de **açúcar Pindorama**;
400 ml de **leite de coco Pindorama**;
1 litro de leite;
1 pitada de sal;
2 xícaras (chá) de raspas de coco (para servir).

Modo de preparo

Numa panela média coloque o leite, o **leite de coco Pindorama**, o **açúcar Pindorama** e o sal. Misture delicadamente com uma espátula para dissolver o açúcar. Leve ao fogo alto até ferver – mexa de vez em quando para evitar que o açúcar se concentre no fundo da panela e que o leite forme nata; Numa tigela grande, coloque a tapioca e despeje o líquido fervente, todo de uma vez. Misture delicadamente com a espátula para desmanchar eventuais grumos e a tapioca hidratar de maneira uniforme; Deixe a tapioca descansar por 30 minutos em temperatura ambiente, mexendo em intervalos de 10 minutos, até formar uma massa mais densa e cremosa. Enquanto isso, forre com papel filme uma fôrma de bolo inglês de 30cm x 12cm (se preferir use outra forma com 2 litros de capacidade) – caso você não vá desenformar o cuscuz e servir direto do tabuleiro, não é preciso forrar com filme. Transfira a massa de tapioca para a fôrma e cubra com filme para não ressecar. Leve à geladeira por pelo menos 3 horas. Enquanto isso, prepare a calda. Desenforme em um prato e sirva as fatias com a calda de coco queimado e fitas de coco.

Dica: umedeca a faca com um pano de prato molhado para cortar as fatias, assim elas saem retinhas e não grudam na lâmina.

CALDA DE COCO QUEIMADO

Ingredientes

1 ½ xícara (chá) de **açúcar Pindorama**;
200 ml de **leite de coco Pindorama**;
¾ de xícara (chá) de leite.

Modo de preparo

Em uma panela média, coloque o **açúcar Pindorama** e leve ao fogo médio, até derreter completamente e formar um caramelo dourado – cerca de 8 minutos; Enquanto isso, aqueça o leite no micro-ondas por 2 minutos ou em uma panela pequena no fogão. Caso forme uma camada de nata, descarte antes de adicionar à calda; Assim que o açúcar derreter, abaixe o fogo e junte o **leite de coco Pindorama**, aos poucos, mexendo bem para incorporar. Em seguida, acrescente o leite quente, também mexendo bem; Mantenha a panela em fogo baixo e mexa delicadamente por cerca de 8 minutos, ou até a calda ficar mais espessa. Para verificar o ponto, mergulhe uma colher na panela e retire: a calda deve cobrir as costas da colher. Transfira a calda para uma tigela e deixe esfriar completamente antes de servir.





Manjar

Ingredientes

1 embalagem de 200ml de **leite de coco Pindorama**;
4 xícaras de leite;
5 colheres de sopa de amido de milho;
10 colheres de sopa de **açúcar Pindorama**;
50 g de **coco ralado Pindorama**;
1 colher (sopa) de gelatina branca sem sabor.

Modo de preparo

Leve ao fogo em uma panela o **leite de coco Pindorama**, o leite, o amido de milho, o **açúcar Pindorama** e o **coco ralado Pindorama**, misturando bem até que os ingredientes estejam incorporados. Mexa sempre até engrossar; Acrescente a gelatina dissolvida conforme as instruções da embalagem; Misture bem e despeje em uma forma molhada, deixe esfriar e leve à geladeira por quatro horas; Desenforme e sirva com calda de ameixas ou de morangos.

