



# RECEITAS DE FAMÍLIA

Turmas: Borboleta (ag. II/III A) & Cavalo (ag. III B)  
CEI Estrelinha 2023



## **POR QUE UM LIVRO DE RECEITAS?**

As crianças pequenas demonstram com frequência interesse na culinária. Os fogõezinhos são muito solicitados por eles e elas no momento da brincadeira; assim como as comidas de brinquedo; quando manipulamos a massinha de modelar é muito comum ter produções como bolos, doces, biscoitos; e algo parecido acontece no tanque de areia. Portanto, no momento da escolha do tema da festa de aniversário de março, quando os contos de fadas foram indicados, surgiu a oportunidade: por que não explorar esse interesse e abordar a culinária dos contos de fadas? Ocasão para explorar o livro - um recorte dele - de Kátia Canton "A cozinha encantada dos contos de fadas". Porém, o processo é muito mais rico quando pais e responsáveis participam.

Enviamos, então, cinco receitas desse livro e solicitamos às famílias que compartilhassem alguma receita. A participação, como sempre, foi significativa, o que nos traz a esse material: o livro de receitas das famílias dos agrupamentos II/III A e III B.

Em sala, esses textos podem ser explorados apresentando a escrita dos números, medidas (xícara, colher, copo etc) e evidenciando que textos possuem uma função social, nesse caso, auxiliar na produção de um prato. Cozinhar, entre outras coisas, é um ato de amor. Talvez por isso nossos pequeninos se interessam tanto. E são tão especialistas.

Professores Débora e André  
CEI Estrelinha, 2023

BOLO DE FUBÁ Família da Beatriz Borelli  
BOLO NEGA MALUCA Família da Eloah  
BOLO DE CHUVA DE BANANA Família do Enzo  
BOLO QUEIJADINHA Família da Helena  
BOLO DE CHOCOLATE Família da Isabella  
FRICASSÊ DE FRANGO Família do Joaquim  
BOLO NA XÍCARA DE CHÁ Família da Laura Brito  
EMPADA DA VOVÓ Família da Lavínia e do Antony  
BOLO DE CENOURA Família do Lorenzo  
FEIJÃO DE CORDA Família da M. Beatriz e Ana Julia  
BOLO DE CHOCOLATE Família da M. Cecília  
BOLACHINHAS Família da Maria Cecília (2ª receita)  
BOLACHINHA DOCE Família de Maria Fernanda  
RECEITA DE PÃO CASEIRO Família do Matheus  
BOLO DE FUBÁ Família do Miguel  
CREME DE MILHO Família do Rafael  
CENOURA ASSADA Família Anthony e Lavínia  
BOLO DE CENOURA DA VOVÓ Família Beatriz Machado  
MACARRÃO DE PANELA DE PRESSÃO Família Bruno  
BOLINHO DE CHUVA Família de Emanuely  
BOLO DE CENOURA Família Heitor Lazarine  
BOLO DE PRESTÍGIO GELADO Família da Laura Souza  
BOLO DE MANDIOCA Família da Lorena Mikaelly  
PANQUECA DA MAMÃE Família da Luma  
BOLO DE CENOURA Família da Maria Alice

## **RECEITAS**

# BOLO DE FUBÁ

Família da Beatriz Borelli

## INGREDIENTES

4 ovos inteiros, 1 xícara de chá de óleo, 2 xícaras de açúcar, 250 ml de leite bem quente, 1 copo de fubá, 1 copo de farinha de trigo e 1 colher de sopa de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

No liquidificador coloque os ovos, o óleo e o açúcar e bata bem até incorporar todos os ingredientes. Depois de batido, transfira o líquido do liquidificador e acrescente o fubá, a farinha e o leite quente. Por último, coloque o fermento em pó e leve para assar em forma untada e enfarinhada. Observação: caso queira, antes de ir ao forno acrescente pedaços de goiabada na massa e leve ao forno. Bom apetite!



Desenhos de Alice e Sara.

# **BOLO NEGA MALUCA OU BOLO DA MULHER-MARAVILHA**

**Família da Eloah**

## **INGREDIENTES**

3 ovos  $\frac{3}{4}$  de xícara de óleo, 1 xícara de água fervente, 2 xícara de farinha de trigo, 1  $\frac{1}{2}$  xícara de açúcar, 1 xícara de chocolate em pó e 1 colher de fermento

## **MODO DE PREPARO**

Bata todos os ingredientes no liquidificador e asse em forno médio. Essa receita é a preferida da nossa família. Todo café da tarde não pode faltar. Eloah chama de bolo da Mulher-Maravilha.



Desenhos de Eloah e Manuela.

# BOLO DE CHUVA DE BANANA

## Família do Enzo

### INGREDIENTES

3 xícara de chá de farinha de trigo 3 ovos inteiros 4 colheres de sopa de açúcar 1 colher de fermento em pó ½ xícara de leite 2 bananas picadas em cubinhos.

### MODO DE PREPARO

Bata os ovos, coloque açúcar, o leite e o sal e misture muito bem a farinha de trigo. Coloque o fermento. Acrescente as bananas picadas. Para fritar, faça pequenos bolinhos. Frite no fogo baixo. Ao tirar do fogo, misturar o açúcar e a canela.



Bolinhos do Enzo e desenho do Rafael.

# **BOLO QUEIJADINHA**

## **Família da Helena**

### **INGREDIENTES**

1 lata de leite condensado, 1 lata de leite integral, 1 vidro pequeno de leite de coco, 1 lata de farinha de trigo, ½ lata de açúcar, 3 ovos grandes inteiros e 3 colheres (de sopa) de margarina \* não vai fermento

### **MODO DE PREPARO**

Bata tudo no liquidificador. Coloque em uma forma untada e enfarinhada. Leve ao forno médio (200° C) até dourar, 30 a 60 minutos. Faça o teste do palito para retirar do forno. O bolo fica com uma consistência de queijadinha. Dica: Para fazer uma cobertura, leve ao fogo 1 vidro de leite de coco, 2 colheres de açúcar e 1 pacote de coco ralado. Deixe ferver e coloque quente sobre o bolo.



Trabalho do Lucas.



# BOLO DE CHOCOLATE

## Família da Isabella

### INGREDIENTES

3 ovos, 1 ½ xícara de açúcar, 2 xícaras de trigo, 1 xícara de chocolate em pó, ½ xícara de óleo, 1 colher de fermento e 1 xícara de água quente.

### MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador e leve para assar em forma untada e farinhada por 40 minutos.

Adoramos esse bolo.



Desenhos de Helena e Isabella.

# FRICASSÊ DE FRANGO

## Família do Joaquim

### INGREDIENTES

1 lata de creme de leite, 1 lata de milho ,1 copo de requeijão cremoso, 100 gramas de azeitona sem caroço, 2 peitos de frango desfiado 200 gramas de muçarela, 100 gramas de batata palha, 1 xícara de água e 1 pitada de sal

### MODO DE PREPARO

Bater no liquidificador o milho, o requeijão, o creme de leite e a água. Refogar o creme do liquidificador com o frango desfiado, as azeitonas e o sal. Colocar o refogado numa assadeira e cobrir com a muçarela e a batata palha. Levar ao forno.



Desenhos de Heitor Nogueira e Heloisa.

# BOLO DE BANANA FUNCIONAL NA XÍCARA DE CHÁ

Família da Laura Brito

## INGREDIENTES

1 banana nanica amassada ,1 ovo, 1 colher (de sopa) de chocolate em pó 50%, 2 colheres (de sopa) de farinha de aveia, 1 colher (de sobremesa) de fermento e 1 colher de (café) canela (opcional)

## MODO DE PREPARO

Em uma xícara bata o ovo e depois adicione todos ingredientes e bata novamente até a massa ficar homogênea. Coloque 5 minutos no microondas. E está pronto. Espere esfriar e sirva. A Laura gosta desse bolo com suco, no café da tarde.



Desenhos de Laura Brito e Valentina.

# EMPADA DA VOVÓ

## Família da Lavínia e do Antony

### INGREDIENTES

1 kilo de farinha de trigo, 2 ovos, 400 gramas de manteiga, 2 colheres de açúcar, 1 colher de sal, 1 xícara de leite

RECHEIO: 2 peitos de frango desfiado e temperado, 1 extrato de tomate, 1 caixa de creme de leite, 1 copo de requeijão 300 gramas de catupiry Obs. rende três tortas.

### MODO DE PREPARO

Massa: juntar todos os ingredientes numa vasilha e mexa até soltar das mãos. Massa podre: abrir um rolo e moldar nas forminhas da empada. Recheio: Cozinhar o frango, desfiar, colocar tempero à gosto, refogar cebola, alho, e juntar os outros ingredientes. Colocar o recheio na torta, fazer a tampa com o restante da massa, passar a gema na tampa. Colocar no forno à 180° por 40 minutos. Aí é só aproveitar e comer umas 10, igual a Lavínia.



Desenhos de Lavínia e Lorenzo.

# **BOLO DE CENOURA**

**Família do Lorenzo**

## **INGREDIENTES**

3 cenoura, 1 xícara de óleo, 4 ovos inteiros, 3 xícaras de farinha de trigo, 2 xícaras de açúcar e 1 colher de fermento

## **MODO DE PREPARO**

Bata no liquidificador as cenouras, o óleo e os ovos. Misture a farinha, o açúcar e por último o fermento. COBERTURA: levar ao fogo 2 colheres de leite fresco 4 colheres de açúcar 3 colheres de chocolate em pó 2 colheres de manteiga Despeje quente em cima do bolo.



Desenhos de Livia e Victor.

# FEIJÃO DE CORDA FAROFADO

Família da Maria Beatriz e Ana Julia

## MODO DE PREPARO

Cozinhe o feijão e reserve. Depois refogue o bacon e a calabresa com tempero e misture com a farofa. É só comer!



Desenhos de Maria Beatriz e Heltor Henrique.

# BOLO DE CHOCOLATE MOLHADINHO

## Família da Maria Cecília

**MASSA:** 3 ovos,  $\frac{3}{4}$  xícaras (chá) de óleo ou 180 ml  $\frac{3}{4}$  xícaras (chá), água quente, 1 xícara (chá) de açúcar, 1 xícara (chá) de achocolatado Nescau, 2 xícaras (chá) farinha de trigo 1 colher (sopa) e fermento para bolo. **CALDA:** 300 ml de leite  $\frac{1}{2}$  xícara (chá) de açúcar 6 colheres (sopa) de achocolatado Nescau 1 colher (sopa) manteiga Ferva por 5 minutos e despeje no bolo. \* medida da xícara 240 ml

**MODO DE PREPARO** No liquidificador bata os ovos, óleo, água quente e açúcar e o achocolatado. Coloque o líquido numa vasilha e acrescente a farinha e por último o fermento em pó. Leve para assar em forno pré aquecido a  $180^{\circ}$  por 35 a 40 minutos, ou até que, espetando um palito, ele saia limpo.



Desenho da Maria Cecília

# **BOLACHINHAS**

## **Família da Maria Cecília (2ª receita)**

### **INGREDIENTES**

3 xícaras (chá) de amido de milho 4 colheres de leite em pó ½ caixa de leite condensado 3 colheres de manteiga

### **MODO DE PREPARO**

Misture tudo até ficar homogêneo. Faça bolinhas e leve para assar por mais ou menos 15 minutos a 180°. Fica dourado apenas no fundo.



Pintura do Joaquim (auxiliado por adulto) e desenho da Beatriz Borelli.



# **BOLACHINHA DOCE**

**Família de Maria Fernanda (receita de vó)**

## **INGREDIENTES**

250 gramas de margarina, 2 ovos, 1 xícara (chá) de açúcar, 1 colher (sopa) de fermento em pó, 14 colheres (sopa) de farinha de trigo ou até desgrudar das mãos

## **MODO DE PREPARO**

Junte tudo, amasse e enrole como quiser. Pode rechear com goiabada.



Desenho da Maria Fernanda.

# RECEITA DE PÃO CASEIRO DA AVÓ

## Família do Matheus

### INGREDIENTES

1 ¼ de xícara de leite morno ½ xícara de óleo 2 ovos 30 gramas de fermento biológico seco 1 kg de farinha de trigo 1 colher rasa (café) de sal 2 colheres de açúcar

### MODO DE PREPARO

Em uma tigela misture: o leite morno, o açúcar e o fermento e mexa bem. Deixe descansar por 10 minutos. Depois misture o restante dos ingredientes e deixe descansar por 1 hora. Sove bem a massa, abra com o auxílio de um rolo e molde os pães. Coloque para assar por 30 minutos.



Desenho do Matheus

# **BOLO DE FUBÁ**

**Família do Miguel**

## **INGREDIENTES**

2 xícaras (chá) de fubá, 1 ½ xícara (chá) de trigo, 2 xícaras (chá) de óleo, 2 xícaras (chá) de leite, 3 ovos, 1 pitada de sal e 1 colher (sopa) de fermento em pó

## **MODO DE PREPARO**

Bata tudo no liquidificador. Leve para assar em forma untada em forno pré-aquecido.



Desenho do Miguel.

## CREME DE MILHO Família do Rafael

**INGREDIENTES** 1 ½ xícara (chá) de leite 1 lata de milho verde em conserva 1 colher (sopa) de manteiga ½ cebola média ralada 2 colheres (sopa) de farinha de trigo 1 tablete de caldo galinha 1 lata de creme de leite

**MODO DE PREPARO** Em um liquidificador, bata o leite com metade do milho verde e reserve. Em uma panela aqueça a manteiga e refogue a cebola. Adicione a farinha de trigo e mexa rapidamente. Deixe dourar ligeiramente, misture o milho batido como o leite, o caldo e o milho restante. Mexa até dissolver completamente e cozinhe por cerca de 10 minutos em fogo baixo ou até tomar consistência, mexendo de vez em quando. Misture bem e desligue o fogo. Sirva a seguir. Rafael e toda a família adora quando faço (Etelvina).



Desenho da Alexia

# CENOURA ASSADA

Família Anthony e Lavínia

## INGREDIENTES

Cenouras Azeite Manteiga Temperos a gosto

## MODO DE PREPARO

Corte as cenouras em rodellas largas, tempere a gosto, misture azeite e manteiga e leve ao forno cobrindo a assadeira com papel alumínio. Em 20 minutos estará pronto.



Pirulito Sophia Gabrielly



Cachorro quente do Anthony

# BOLO DE CENOURA DA VOVÓ

Família Beatriz Machado

## INGREDIENTES

3 ovos, 3 cenouras pequenas, 2 xícaras de açúcar, 3 xícaras de farinha de trigo, ½ xícara de óleo e 1 colher de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador a cenoura, os ovos e o óleo. Depois misture com a farinha e o fermento em pó. Coloque na forma untada e coloque para assar por 40 minutos. **COBERTURA DE BRIGADEIRO** 1 lata de leite condensado 1 lata de creme de leite 3 colheres de chocolate em pó Em uma panela misture tudo. Leve ao fogo e mexa sem parar até ficar no ponto de brigadeiro mole.



Bolo da Emanuely.

# MACARRÃO DE PANELA DE PRESSÃO

## Família Bruno

### INGREDIENTES

1 fio de azeite, 400 gramas de linguiça calabresa cortadas em cubo, 1 cebola picada, 240 gramas de molho de tomate, ½ litro de água, 1 lata de creme de leite sem soro, ½ kg de macarrão penne, 1 lata de milho, 400 gramas de queijo mussarela em cubos e queijo ralado a gosto

### MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão coloque o fio de azeite, a linguiça calabresa e a cebola picada. Misture e deixe dourar. Adicione o molho de tomate, o creme de leite, ½ litro de água e o macarrão. Tampe a panela e deixe cozinhar por 5 minutos após pegar pressão. Espere sair a pressão, abra a panela e acrescente o milho e a mussarela. Misture. Finalize com queijo ralado e sirva em seguida.



Picolé do Bruno



Balas do Arthur

# **BOLINHO DE CHUVA**

**Família de Emanuely**

## **INGREDIENTES**

2 ovos, 2 xícaras de farinha de trigo, 1 colher de fermento em pó, 1 xícara de leite Óleo para fritar açúcar e canela em pó, para polvilhar

## **MODO DE PREPARO**

Em um recipiente misture o leite com os ovos, adicione a farinha de trigo e o fermento em pó. Misture bem para obter uma massa homogênea. Com o auxílio de duas colheres, porcione pequenas quantidades da massa. Despeje-as no óleo quente. Deixe fritar até que os bolinhos estejam dourados. Escorra-os em papel absorvente e passe-os no açúcar e canela em pó. Sirva a seguir.



Bolinhos da Beatriz Machado.



# BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CHOCOLATE

Família Heitor Lazarine

INGREDIENTES (MASSA) 1 xícara de óleo 2 xícaras de cenouras em rodellas 2 xícaras de açúcar 1 colher de fermento em pó 3 xícaras de farinha de trigo 3 ovos Pirulito do Heitor

**MASSA:** Bater no liquidificador o óleo, os ovos e a cenoura. Após uma mistura homogênea, deve-se misturar o restante dos ingredientes. Após todos os ingredientes misturados, despejar em uma forma untada com manteiga, e levar ao forno em 180°. Depois de assado, fazer furos generosos em cima do bolo e despejar a calda que já está pronta.



Pirulito do Heitor

**INGREDIENTES DA CALDA:** 2 copos de leite integral 8 colheres de açúcar 4 colheres de Nescau 2 colheres de manteiga.

**MODO DE PREPARO DA CALDA:** Misturar todos os ingredientes em uma panela ou leiteira. Após misturados, levar ao fogo baixo e deixar ferver até engrossar.

# BOLO DE PRESTÍGIO GELADO

Família da Laura Souza

## INGREDIENTES MASSA

4 ovos 4 colheres (sopa) de chocolate em pó 2 colheres (sopa) de manteiga 3 xícaras de farinha de trigo 2 xícaras de açúcar 1 tampinha de fermento cheia Bolinho da Ana Julia 1 xícara de leite

## MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador os ingredientes líquidos primeiro e depois os outros. Quando estiver com a massa bem homogênea, desligue o liquidificador e acrescente o fermento, mexa levemente de baixo para cima. Com o forno já aquecido a 180°, coloque para assar.



Bolinho da Ana Julia

## **INGREDIENTES RECHEIO**

1 xícara de leite 1 creme de leite 1 vidro de leite de côco 1 vidro de de leite de coco para regar a massa 1 caixinha de leite condensado 1 pacote de coco em fiapos seco e não adoçado  
OBS. Se quiser que tenha muito recheio, acrescente mais um pacote

## **MODO DE PREPARO**

Coloque os ingredientes numa panela, misture tudo, menos o creme de leite. Ligue o fogo (temperatura média), quando começar a engrossar acrescente o creme de leite. Necessário que fique uma textura mais grossa para não infiltrar na massa.

## **INGREDIENTES CALDA**

2 xícaras de chocolate em pó 250 ml de leite 1 xícara de açúcar 2 colheres (sopa) de manteiga



Bolinhos da Laura



Biscoitos da Lorena

## **MODO DE PREPARO**

Leve ao fogo, mexa tudo até engrossar. Deixe esfriar

## **MONTAGEM**

Divida a massa em dois. Coloque o recheio sobre a massa que ficará por baixo. Em seguida, coloque o restante da massa por cima. Após isso, faça bastante furinhos na massa com um garfo e regue uniformemente toda a superfície. Aguarde uns 5 minutinhos para que a massa absorva o líquido. Feito isso, coloque a calda de chocolate. Se quiser colocar côco por cima para decorar, fica a critério.

# **BOLO DE MANDIOCA**

**Família da Lorena Mikaelly**

## **INGREDIENTES**

1 kg de mandioca, 1 vidro pequeno de leite de côco, 1 pacote de queijo de 50 gramas, 3 ovos, 1 xícara de chá de açúcar, 1 xícara de chá de farinha de trigo, 2 colheres de sopa de margarina, 1 xícara de chá de leite e 1 colher de sopa de fermento em pó

## **MODO DE PREPARO**

Descascar, ralar e espremer a mandioca em um pano de prato. Em seguida, colocar em uma vasilha grande. Acrescente os ovos, o açúcar, o leite de côco, a margarina, o queijo e a farinha de trigo. misture bem.



Prato da Maria Alice.

O leite deve ser acrescentado aos poucos. E por último, o fermento em pó. Unte a forma antes de despejar a massa. Assar em forno médio, a 180°.

# PANQUECA DA MAMÃE

Família da Luma

## INGREDIENTES

3 ovos, 2 xícaras de leite, 3 xícaras de farinha de trigo, 1 pitada de sal e 2 colheres de queijo ralado

## MODO DE PREPARO

Bater tudo no liquidificador. Colocar a frigideira no fogo, colocar um pouco da massa na frigideira para fazer o disco da panqueca. Recheio de sua preferência.



Bolinho do Henry



Bolo do Benício



# BOLO DE CENOURA COM BRIGADEIRO

Família da Maria Alice

## INGREDIENTES

3 cenouras (médias), 4 ovos, ½ xícara de óleo, 2 xícaras de farinha de trigo, 1 xícara de açúcar e 1 colher de fermento em pó.

**MODO DE PREPARO** Bater no liquidificador o óleo, as cenouras e o açúcar. Em um recipiente, colocar o restante dos ingredientes. Junta o líquido do liquidificador. Mistura bem e leve ao forno com a forma untada. **COBERTURA** 1 caixa de leite condensado 1 lata de creme de leite 2 colheres de manteiga 4 colheres de nescau Misturar tudo e levar ao fogo médio até desgrudar da panela.



Bolo de Luma