COLEÇÃO DE RECEITAS PARA CRIANÇAS

Pequenos Sabores, *Grandes Sorrisos*

VOLUME 1

3 receitas para saborear
Prévia para experimentar em família



um e-book da
Casa das Receitas

Pequenos sabores, *grandes momentos.*

Uma colher para misturar. Um cheirinho bom vindo do forno. Uma mesa onde sempre cabe mais uma história.

Esta prévia traz 3 receitas completas para você experimentar. O e-book completo reúne 20 receitas, com o mesmo carinho em cada página.

Escolha uma receita, prepare os ingredientes e aproveite a companhia. Cozinhar juntos também é um jeito bonito de criar lembranças.

UM LIVRO PARA PREPARAR E GUARDAR

Toque nos títulos do sumário para ir às receitas. Os links nos ingredientes e no final dos preparos levam aos nossos blogs.

Casa das Receitas

Receitas adaptadas dos nossos blogs. Tempos e porções estimados. Imagens ilustrativas, incluindo imagens geradas por IA.





Vamos cozinhar juntos

Este livro foi pensado para famílias com crianças em idade escolar. Escolha tarefas que combinem com a idade e acompanhe cada etapa.

ANTES DE COMEÇAR

Leiam a receita, lavem as mãos e separem os ingredientes. Confira os rótulos e as restrições alimentares de quem vai comer.

PEQUENAS MÃOS PODEM AJUDAR

Medir ingredientes, misturar preparos frios e organizar a mesa são boas oportunidades de participar. Não provem massas cruas com farinha ou ovos.

O ADULTO CUIDA DO CALOR

Facas, fogão, forno e aparelhos elétricos ficam com o adulto. Antes de servir, deixe amornar e ajuste o tamanho das porções para a criança.

Casa das Receitas





Nesta prévia

3 receitas para conhecer este volume

Nuggets caseiros de frango assados 06

Minipizza caseira de queijo e tomate 10

Bolo de cenoura com cobertura de chocolate 15

Casa das Receitas







01 / REFEIÇÕES EM FAMÍLIA

Nuggets caseiros *de frango assados*

Crocantes por fora, macios por dentro. Um clássico do lanche feito na sua cozinha.

Casa das Receitas

Ingredientes

Rende cerca de 16 unidades

Preparo: 45 min | Forno: 220 °C

- 500 g de peito de frango cru, sem osso e sem pele
- 1 ovo para a massa
- 3 colheres (sopa) de farinha de rosca fina
- 1/2 colher (chá) de sal
- 1/2 colher (chá) de alho em pó
- 1/2 colher (chá) de páprica doce
- 1/4 de colher (chá) de pimenta-do-reino
- 60 g de farinha de trigo para empanar
- 2 ovos para empanar
- 120 g de farinha panko
- 2 colheres (sopa) de azeite

Casa das Receitas

Dicas, substituições e variações de preparo

Veja no nosso blog Mestre das Receitas





Modo de preparo

Refeições em família | Parte 1 de 2

01. Prepare a base. Preaqueça o forno a 220 °C. Corte o frango em cubos e processe até ficar bem picado, sem transformar em pasta lisa. Misture com o ovo, a farinha de rosca, o sal, o alho, a páprica e a pimenta.

02. Modele. Divida em cerca de 16 porções. Com as mãos levemente umedecidas, faça pequenos discos de espessura uniforme.

03. Empane. Separe três pratos: um com trigo, outro com os dois ovos batidos e outro com a panko misturada ao azeite. Passe cada nugget nessa ordem, pressionando a cobertura suavemente.



Continue na próxima página.

Modo de preparo

Refeições em família | Parte 2 de 2

04. Asse. Distribua em assadeira forrada com papel próprio para forno, sem amontoar. Asse por 18 a 22 minutos, virando após cerca de 10 minutos. O tempo depende da espessura.

05. Confira e sirva. Meça o centro com um termômetro culinário: o frango deve atingir pelo menos 74 °C. Se necessário, asse mais um pouco. Espere amornar antes de servir.

UM CUIDADO QUE FAZ DIFERENÇA

A panko misturada ao azeite ajuda a dourar a casquinha. Deixe espaço entre as unidades para o calor circular.

Dicas, substituições e variações de preparo

Veja no nosso blog Mestre das Receitas

Casa das Receitas







02 / HORA DO LANCHE

Minipizzas caseiras
de queijo e tomate

Disquinhos de massa caseira para cada um escolher o seu. A inspiração vem da clássica Margherita.

Casa das Receitas

Ingredientes

Rende cerca de 12 minipizzas

Preparo: 3 h, incluindo fermentação | Forno: 250 °C

- Massa: 500 g de farinha de trigo
- 30 g de fermento biológico fresco
- 300 ml de água morna, não quente
- 10 g de sal
- 2 colheres (sopa) de azeite
- Molho: 400 g de tomates pelados
- 2 colheres (sopa) de azeite

Casa das Receitas

A lista continua na próxima página.





Ingredientes

Continuação da lista

Separe os ingredientes antes de começar.

- 2 dentes de alho picados
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Cobertura: 250 g de muçarela de búfala bem escorrida
- Folhas de manjericão a gosto
- Farinha e azeite para trabalhar a massa e untar

Dicas, substituições e variações de preparo

Veja no nosso blog Mestre das Receitas



Modo de preparo

Hora do lanche | Parte 1 de 2

01. Comece a massa. Dissolva o fermento em 100 ml da água morna e espere cerca de 10 minutos. Misture a farinha com o sal. Junte o fermento, os 200 ml de água restantes e o azeite da massa.

02. Sove e deixe crescer. Sove por cerca de 10 minutos, até a massa ficar lisa e elástica. Coloque em tigela levemente untada, cubra e espere de 1 a 2 horas, ou até dobrar de volume.

03. Faça o molho. Aqueça o azeite do molho e refogue o alho. Junte os tomates amassados, sal e pimenta. Cozinhe por 15 a 20 minutos em fogo baixo até engrossar. Acrescente algumas folhas de manjericão.

04. Divida. Aperte a massa crescida suavemente e separe cerca de 12 porções. Abra discos pequenos, com bordas um pouco mais altas. Cubra e deixe descansar por 30 minutos.

Continue na próxima página.

Modo de preparo

Hora do lanche | Parte 2 de 2

05. Monte. Preaqueça o forno a 250 °C. Disponha os discos em assadeiras levemente untadas. Espalhe pouco molho e distribua a muçarela escorrida.

06. Asse em levas. Asse por cerca de 10 a 15 minutos, observando a partir de 10 minutos: a base deve estar assada e as bordas douradas. Finalize com manjericão fresco e espere amornar.

UM CUIDADO QUE FAZ DIFERENÇA

A versão em minipizzas foi adaptada da nossa Margherita. O rendimento depende do diâmetro dos discos; o tempo varia conforme a espessura e o forno.

Dicas, substituições e variações de preparo

Veja no nosso blog Mestre das Receitas

Casa das Receitas







03 / DOCES LEMBRANÇAS

Bolo de cenoura
com cobertura de chocolate

Um clássico de infância: massa alaranjada e aquela cobertura de chocolate que escorre devagar.

Casa das Receitas

Ingredientes

Rende cerca de 12 fatias

Preparo: 1 h | Forno: 180 °C

- Massa: 3 cenouras médias descascadas e picadas
- 4 ovos
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- Cobertura: 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de achocolatado em pó
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 1/2 xícara (chá) de leite
- Manteiga e farinha para a forma

Casa das Receitas

Dicas, substituições e variações de preparo

Veja no nosso blog Mestre das Receitas





Modo de preparo

Doces lembranças | Parte 1 de 2

01. Prepare o forno. Preaqueça a 180 °C. Unte e enfarinhe uma forma média, que comporte a massa sem ultrapassar 2/3 da altura.

02. Bata a base. No liquidificador, bata as cenouras, os ovos e o óleo até ficar bem liso. Não devem restar pedaços grandes de cenoura.

03. Misture os secos. Transfira para uma tigela e incorpore o açúcar e a farinha delicadamente. Acrescente o fermento por último.



Continue na próxima página.

Modo de preparo

Doces lembranças | Parte 2 de 2

04. Asse. Coloque na forma e asse por cerca de 40 minutos, até um palito sair sem massa crua. Espere amornar antes de desenformar.

05. Faça a cobertura. Misture açúcar, achocolatado, manteiga e leite em uma panela. Leve ao fogo baixo, mexendo, até ferver e ficar cremoso. Espalhe sobre o bolo e espere a cobertura amornar antes de servir.

UM CUIDADO QUE FAZ DIFERENÇA

A receita usa cenouras médias. Cenouras muito grandes acrescentam umidade demais e podem deixar a massa pesada.

Dicas, substituições e variações de preparo

Veja no nosso blog Mestre das Receitas

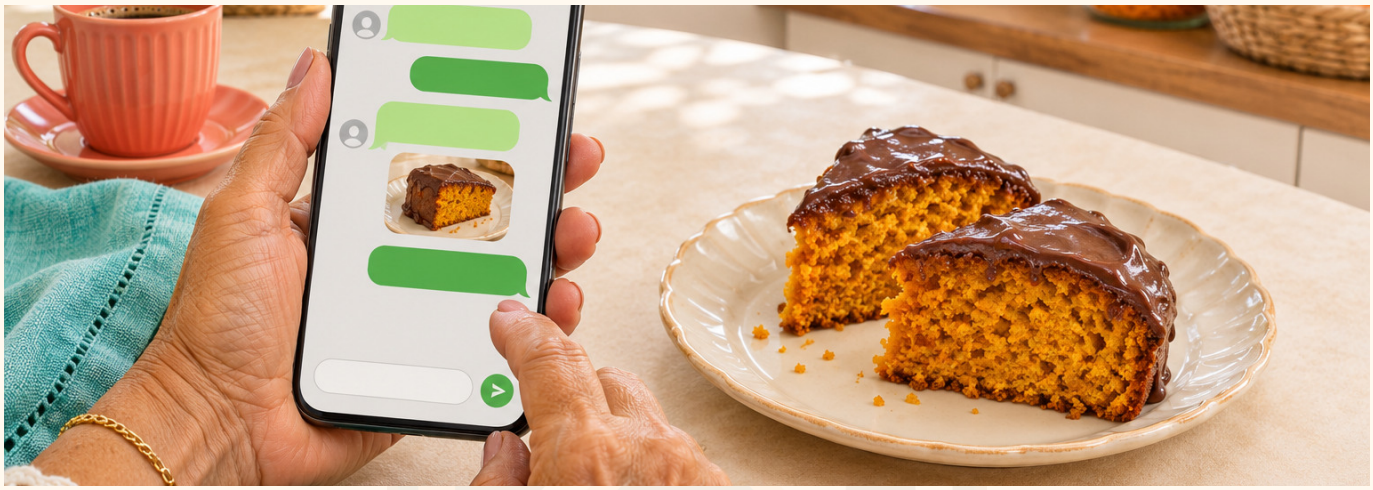
Casa das Receitas





Você pede.
A receita chega.

Direto no seu WhatsApp.



Escreva ou mande um áudio contando qual receita você deseja. Nosso sistema automático encontra a receita e envia o link para você pelo WhatsApp.

Se ela ainda não estiver nos nossos blogs, buscamos referências na internet, criamos a receita e enviamos o link para você.

Você fala ou escreve. E recebe!

Comunidade Casa das Receitas

casadasreceitas.com

CASA DAS RECEITAS

Obrigada por trazer *a gente para a sua mesa.*

Que estas receitas acompanhem conversas demoradas, abraços apertados e aquele gostinho de querer repetir.

Este é o Volume 1 da coleção oficial da Casa das Receitas. Entre na nossa comunidade exclusiva: receba receitas todos os dias e peça a sua favorita por texto ou voz. O link chega direto no seu WhatsApp.

Comunidade Casa das Receitas

casadasreceitas.com

Da nossa casa para a sua. Com carinho!





CASA DAS RECEITAS

Gostou deste gostinho?

Você conheceu 3 receitas desta coleção. No e-book completo, são 20 receitas para descobrir, preparar e compartilhar.

Pequenos Sabores,
Grandes Sorrisos

VOLUME 1

Para adquirir o e-book completo, acesse a Casa das Receitas pelo botão abaixo.

Adquirir o e-book completo

casadasreceitas.com