

Org. Jane Amélia Soares e Cristina Esteves

RECEITAS SABOROSAS DO ADVENTO

Culinária afetiva Artear



—
Natal de 2020

Organização: Jane Amélia Soares e Cristina Esteves

Apresentação: Cristina Esteves e Arthur Carvalho

Projeto Gráfico: Daniela Yokoyama e Júlio Alessi

Receitas: Ana Maria Haddad, Andrea Lisly, Arthur Carvalho, Celso Haddad, Clara Almeida, Cláudia Vial, Cristina Esteves, Daniela Yokoyama, Fernanda Mafra, Geraldo Márcio, Júlia Almeida, Maria Teresa Baldoni, Priscila Albuquerque, Rosa Urpia, Vanessa Haddad, Vanessa Horta

ISBN:

Apresentação

O Natal se aproxima e, com ele, o tempo de renovar as esperanças, de receber o novo, de evocar e acolher a ternura que envolve o nascimento do Menino Jesus.

Durante a organização das festas natalinas, a comunhão é um dos rituais mais saborosos e preñe de significados. A ceia de Natal tem sua preparação tecida com uma ternura particular em cada um dos lares cristãos, que aparece na escolha das receitas, na busca dos ingredientes, na dança dos perfumes e aromas que invadem as cozinhas durante a preparação dos pratos natalinos.

Compartilhamos convosco receitas afetivas grafadas na recordação de cada um de nós, comungando gostos e sabores.

Cozinhar nos lança no caminho da arte, do sabor, da alegria!

A cozinha é um lugar de experiência; quando acrescentamos aquela pitada extra de canela ou inventamos um recheio novo para o pão, tomamos parte na invenção, no divino. A cozinha é onde somos surpreendidos pelo cheiro do bolo quente fugindo do forno, pelo espessar do brigadeiro que começa a soltar da panela ou pelo barulhinho do estourar dos milhos da pipoca.

Os tempos clamam por comunhão, e por isso escolhemos iniciar nosso conjunto de receitas afetivas pela do Pão de Cristo, que simboliza, de isca em isca passada de mão em mão, a tecitura dos encontros que queremos celebrar.

Vamos às panelas e colheres que é tempo de festejar! Desejamos que estas receitas nos ajudem a voltar ao tempo em que brincando entre o quente da canela e o perfume dos cravos, é possível paralisar o relógio, vivenciando o instante.

Bom apetite a todos!

Cristina Esteves e Arthur Carvalho

Sumário

- Pão de Cristo - Júlia Almeida
- Arroz com lentilhas -Vanessa Haddad
- Bazargan - Priscila Albuquerque
- Cuzcuz Paulista - Arthur Carvalho
- Maionese - Daniela Yokoyama
- Mijadra e Farofa da vovó Rosinha - Fernanda Mafra
- Peru de Natal recheado com farofa de castanha portuguesa - Cristina Esteves
- Torta de pão de atum - Ana Maria Haddad
- Brigadeirão - Geraldo Márcio
- Cajuzinho e torta de pêssego - Cláudia Vial
- Pudim da tia Biga - Celso Haddad
- Pudim de leite moça - Vanessa Horta
- Rabanada da Suzana - Júlia Almeida e Clara Almeida
- Rosca doce lembrança - Andreia Lisly e Eva Otaviano
- Sonhos e Quebra-Quebra - Maria Tereza Baldoni
- Torta de tapioca - Rosa Urpia



Pão de Cristo

Júlia Almeida

Tempo do crescimento

Multiplica e divide

Pão de Cristo

Quando começamos a procurar qual pão iríamos preparar, minha mãe sugeriu que fizéssemos o Pão de Cristo, utilizando a isca de tia Nem. Ela nos incentivou a fazê-lo pelo gosto do trabalho, pela simplicidade da receita e pelo significado do nome, que combinam com o advento. Tal qual a data, existe um preparo, uma espera e, ao fim, uma celebração.

Minha Tia Nem, há anos, cuida de uma isca - outro nome dado ao fermento biológico utilizado na fabricação de pães. Essa é usada na produção de um pão específico, chamado de Pão de Cristo. O pão tem esse nome pois do começo ao fim de sua preparação há uma multiplicação, da isca e do pão, o que abre espaço para a partilha.

O seu processo é simples, apesar dos 3 (três) dias para a sua feitura. A sua realização é extremamente prazerosa. No primeiro dia, a isca é feita de maneira que gera 3 partes, uma é reservada, a outra é usada para fazer o pão no dia e, a terceira é tradicionalmente doada como presente. Depois, a massa é preparada de uma forma que a quantidade praticamente dobra o que se coloca de farinha, mais parecendo um milagre. O processo e o resultado são incríveis!

Pão de Cristo

Júlia Almeida

Modo de preparo

Primeiro dia

Multiplicação/renovação da isca

Acrescente à isca inicial:

250 a 400 ml de água

4 colheres de sopa de farinha de trigo

4 colheres de sopa de açúcar cristal

1 colher de sopa de sal

Deixe a mistura descansar em local fechado para que a fermentação ocorra. A renovação da isca também é feita nesse primeiro dia. Como o fermento é uma cultura de micro-organismos, ele precisa ser "alimentado" para continuar vivo. Dessa forma, a isca pode ficar na geladeira até 15 dias. A partir desta data, há a necessidade de renová-la para que ela possa continuar ativa. Esse processo pode continuar por vários anos!

Pão de Cristo

Júlia Almeida

Segundo dia - Fazer a massa

No dia seguinte à multiplicação da isca, será possível dividi-la em três partes. Sugerimos que dê uma parte para alguém, guarde a outra na geladeira e faça a massa com a terceira. Acrescente à isca:

- 4 ovos
- 9 colheres de sopa de
- açúcar cristal
- 1 xícara de óleo
- Farinha de trigo até o ponto de soltar das mãos (mais ou menos 1kg)
- Canela a gosto

Misture tudo e sove. Sovar a massa é um processo que ajuda a deixar o pão mais macio. Sendo assim, se jogue! Sugerimos apertar o pão, levantá-lo e jogá-lo na bancada, amassar de um lado para o outro, não tem um padrão fixo para esses movimentos. Ao final, deixe a massa descansando à parte até o dia seguinte.

Pão de Cristo

Júlia Almeida

Terceiro dia - Assar o pão

Pela manhã, veja se a massa já cresceu e enrole os pães. Caso queira, esse é o momento de colocar algum ingrediente a mais como chocolate, frutas cristalizadas, castanhas, nozes... Fica ao gosto do freguês. Unte uma bandeja e coloque os pães. Verifique a massa: coloque uma bolinha da massa em um copo com água. Essa bolinha é um temporizador, quando ela subir está na hora de levar o pão para assar. No momento de colocar o pão no forno, pincele com uma gema de ovo para que o pão adquira uma cor dourada. Asse em forno pré-aquecido a 180 °C por cerca de 30 minutos.

**Vanessa
Haddad**

Arroz com lentilhas

Arroz com lentilhas e cebolas caramelizadas na manteiga clarificada tem, para mim, aroma de afeto das minhas raízes orientais.

Desde pequena acompanho as saudações - durante os nossos banquetes árabes em família - ao esperado arroz da Tia Ivone, minha tia e madrinha. O dela sempre foi especial. Convivendo muito em sua casa - com aquele perfume inconfundível das luas brancas se banhando no mar ouro clarificado que me encantavam e envolviam - aprendi, despercebidamente, a fazer o tal arroz.

Hoje, o arroz com lentilhas é a minha especialidade árabe, fruto da generosidade da minha madrinha. E continuamos a apreciá-lo e a compartilhá-lo ao longo dos meses, mas nas festas de Dezembro ele não pode faltar. Afinal, quem não quer uma pitada de Prosperidade no Novo que se aproxima?

**Vanessa
Haddad**

Arroz com lentilhas

Ingredientes

- 2 xícaras de lentilhas
- 2 xícaras de arroz branco
- 5 colheres de sopa de manteiga (se possível, clarificada)
- 2 colheres de chá de tempero pronto completo
- 06 a 08 cebolas brancas grandes cortadas em meia lua

Modo de preparo

Arroz

Lave e escorra o arroz. Ferva a lentilha em 4 xícaras de água. Escorra e reserve a água da fervura. Acrescente na água da lentilha + 2 xícaras de água + 1 colher de sopa rasa de caldo de carne em pó e ferver. Refogue a lentilha em 2 colheres de manteiga e no tempero pronto. Acrescente na lentilha o arroz lavado e escorrido e refogue mais. Coloque a água fervida no refogado. Tampe e deixe cozinhar em fogo brando.

**Vanessa
Haddad**

Arroz com lentilhas

Modo de preparo **Cebola caramelizada**

Descasque as cebolas e corte-as em formato de cruz, formando meia luas. Solte as camadas da cebola já picadas. Em uma panela, acrescente 3 colheres bem cheias de manteiga e as cebolas. Ligue o fogo e vá mexendo sem parar, até as cebolas murcharem e ficarem caramelizadas. O cheiro nesta etapa é contagiante!

Dica: não parar de mexer para que as cebolas não fritem e sim caramelizem.

Bazargan

**Priscila
Albuquerque**

Aqui em casa, temos o costume muito antigo (desde que eu me lembro) de experimentar novos sabores, novas cores, novas combinações na cozinha. Isso para mim é muito legal, pois estou sempre disposta a me expor a novas sensações culinárias e fica fácil viajar para qualquer lugar do mundo, pois eu experimento de (quase) tudo!

Bazargan é uma salada do Oriente Médio, muito usada no verão, pois é muito refrescante. Esta receita teve um sabor tão surpreendente para mim, que ficou inesquecível. É uma daquelas experiências que a gente tem, quando não dá muito valor a alguma coisa e leva um susto.

A romã dá a cor vermelha e um sabor especial, além de simbolizar fartura. Então, se juntarmos vermelho, especial, verão, fartura e nozes, o nome disso é ceia de Natal, certo? Aí vai a receita.

Bazargan

**Priscila
Albuquerque**

Ingredientes

- 2 xícaras de trigo para quibe
- $\frac{2}{3}$ de xícara de azeite (a qualidade interfere no prato)
- $\frac{1}{4}$ de xícara de molho de romã (tempero árabe comprado pronto - na loja da Hannah, no mercado central, tem. Aproveite que vai estar lá e coma o quibe)
- Caldo de 1 limão
- $\frac{1}{3}$ de xícara de extrato de tomate
- 1 colher de coentro em pó
- 1 colher de cominho em pó
- $\frac{1}{2}$ colher de pimenta-da-jamaica em pó
- 200 g de nozes picadas
- 1 maço de salsinha fresca picada
- sal a gosto
- sementes de romã para enfeitar

Bazargan

**Priscila
Albuquerque**

Modo de preparo

Numa tigela, coloque o trigo e cubra com o dobro de água. Deixe hidratar por 1 hora. Passe o trigo por uma peneira com trama fina, apertando bem com uma colher para escorrer bem a água. Se preferir, abra um pano de prato num escorredor de macarrão, escorra a água, faça uma trouxinha e torça para secar o trigo.

Numa tigela grande, junte o azeite, o molho de romã, o suco de 1 limão, o extrato de tomate, o coentro moído, o cominho em pó, a pimenta da Jamaica e tempere com sal. Com um batedor de arame misture bem até que o molho fique liso.

Junte o trigo à tigela com o molho e misture bem. Verifique o tempero. Se for necessário, adicione mais sal. Leve à geladeira por cerca de 3 horas.

Bazargan

**Priscila
Albuquerque**

Modo de preparo

Preaqueça o forno a 180 °C (temperatura média). Numa assadeira, leve as nozes picadas ao forno por 10 minutos. Retire e transfira para um prato para não queimar na assadeira quente.

Na hora de servir, misture as nozes e a salsinha picada.

Enfeite o prato com as semente de romã, mas pode usar a romã misturada também.

**Arthur
Carvalho**

Cuzcuz Paulista

Essa receita veio da minha tia e, segundo ela, é uma receita antiga, as medidas não sendo muito exatas. Faz-se no olhômetro.

No natal da minha família, algumas receitas marcam esse momento festivo. Inclusive, é comum ouvir em tom de brincadeira, sobre as receitas de natal, que “só se faz no Natal”. “Ah, essa sobremesa eu só faço no Natal”, ou “No natal não pode faltar ...”, são falas comuns quando se conversa sobre essas receitas. O cuzcuz paulista é uma delas!

E, usualmente, como todos os familiares costumam fazer muita comida para o Natal, todos saem com uma marmita deste ou daquele prato.

Assim, o cuzcuz apresenta-se na festa, mas continua presente por mais uns dias, entrando nos cafés da manhã, almoços, lanches e jantares. E, pela minha experiência, costuma acabar deixando uma vontade de “poderia durar mais um pouquinho”, “mais uns dias”. Comida boa acaba cedo.

**Arthur
Carvalho**

Cuzcuz Paulista

Ingredientes

- 4 tomates maduros cortados em cubinhos pequenos (pode ser substituído por 1 lata de tomate pelado, cortados em cubinhos)
- 1 pimentão verde cortado em cubinhos
- 1 lata de palmito cortado em rodela (não muito finas, para não desmanchar no cozimento) - reserve a água da lata.
- 1 lata de ervilha - reserve a água da lata
- 1 xícara de chá de azeitonas verdes sem caroço cortadas em rodela.
- 1 pimenta dedo-de-moça (sem as sementes) bem picadinha
- 1 cebola bem picadinha
- 1 colher de sopa de azeite
- Caldo de frango (fazer o caldo usando o peito de frango com osso dá mais sabor)
- Sal a gosto
- Farinha de milho (desmanche os bijus com a mão - ou passando em uma peneira - facilita na hora de cozinhar)

**Arthur
Carvalho**

Cuzcuz Paulista

Modo de Preparo

Em uma panela grande, refogue a cebola em uma colher de sopa de azeite até murchar. Adicione o tomate e refogue por mais ou menos 5 minutos, até o tomate murchar.

Com a colher de pau vá esmagando o tomate para incorporar melhor no molho. Prove o molho e, se o tomate estiver muito ácido, coloque uma pitada de açúcar.

Coloque o pimentão picado, refogando por uns minutos. Acrescente a pimenta dedo-de-moça, as ervilhas, a azeitona e o palmito. Junte a água do palmito e da ervilha reservadas. Junte o caldo de frango suficiente para formar um bom caldo.

Verifique o sal (tempere um pouco mais salgadinho, pois, quando colocar a farinha, o molho tende a ficar sem tempero).

Deixe o molho ferver sem mexer demais, para não quebrar as rodela do palmito.

**Arthur
Carvalho**

Cuzcuz Paulista

Modo de Preparo

Quando ferver, vai acrescentando a farinha de milho aos pouco, sempre mexendo com uma colher de pau (como se estivesse fazendo um angu).

A quantidade de farinha é aproximadamente meio pacote. Vai depender da quantidade de líquidos colocado nas etapas anteriores. Lembre-se que o cuzcuz vai endurecer quando esfriar. Por isso não deve ser colocado farinha demais.

Quando desgrudar da panela (igual ao angu), colocar em um tabuleiro e nivelar. Deixar esfriar completamente, cortar em pedaços e servir.

**Daniela
Yokoyama**

Maionese

Desde que consigo me lembrar, nas festas de natal e datas comemorativas lá em casa, a maionese da minha mãe está presente. É um prato que combina com quase tudo - carnes, massas e, principalmente, no lanche, dentro de um canudinho de massa de pastel.

O segredo, diz minha mãe, é a maionese batida na hora, com gotinhas de limão. Como é uma receita caseira e leva ovos, ela não pode ser misturada aos legumes quentes. Também não deve durar muito, melhor ser consumida em alguns dias (mas, a cada dia na geladeira, fica mais saborosa).

Por precaução, como sempre lembra meu pai, bom fazer a quantidade suficiente, sem exageros!

Eu nunca encontrei, em todas as outras receitas que já experimentei, aquele sabor.

**Daniela
Yokoyama**

Maionese

Ingredientes Maionese

- 1kg de batata
- 1/2kg de peito de frango
- 1 cenoura media
- 150g de vagem
- 80g de azeitonas verdes
- 1 cebola pequena
- 1 vidro de palmito pequeno
- 1 lata de ervilha
- salsinha
- sal e pimenta-do-reino

Ingredientes Creme de maionese

- 2 ovos
- óleo de milho
- suco de 1 limão pequeno ou de 1/2 limão grande
- sal a gosto

Maionese

**Daniela
Yokoyama**

Modo de preparo

Cozinhar e amassar as batatas. Cortar o peito de frango em quadradinhos, refogar com óleo, alho e sal. Depois de cozido desfiar. Picar a cenoura em quadradinhos e cozinhar. Picar a vagem em fatias fininhas, de mais ou menos 0,5 cm, e cozinhar. Picar as azeitonas, a cebola, o palmito e a salsinha, tudo em pedacinhos pequenos.

Para o creme, bater no liquidificador os ovos e o sal. Acrescentar aos poucos o óleo, até dar o ponto. Para não desandar, colocar o limão só no final e acertar o sal. Bater até o creme ficar consistente, sem cair da colher. Se precisar, colocar mais óleo.

Quando os ingredientes já estiverem frios, colocar tudo em uma vasilha grande, acrescentar o creme. Misturar bem e acertar o gosto do sal, da pimenta-do-reino e do limão.

**Fernanda
Mafra**

Mijadra e Farofa da vovó Rosinha

A Mijara ou Mjadra é um prato da culinária árabe que consiste em lentilhas, arroz e decorado com fatias fritas cebola.

Embora não fosse um prato típico da noite de Natal da casa da vovó Rosinha, que habitualmente era frango, farofa, lasanha, arroz e salada, é o prato mais afetivo pra mim. Sempre fui apaixonada por esse prato árabe e exatamente por isso, sempre que eu avisava que ia almoçar na casa da minha avó, tinha Mijadra. Essa foi a primeira memória afetiva que me veio... um prato que me faz revisitar a infância, que traz o gosto de casa de vó!

Já a farofa da casa da vovó esteve sempre presente nos Natais e em quase todas as comemorações.

**Fernanda
Mafra**

Mijadra

Ingredientes

- 1 cebola grande bem picadinha
- 4 dentes de alho amassado
- 4 ou 5 colheres de azeite
- 1 litro de água
- 2 xícaras de lentilha
- 1 xícara de arroz

Modo de Preparo

Refogar a cebola em 4 ou 5 colher de azeite até ficar coradinha. Juntar o alho e colocar a água. Quando começar a ferver, acrescentar a lentilha.

Mijadra

Fernanda
Mafra

Modo de Preparo

Deixar cozinhar um pouco e acrescentar o arroz. Caso seja necessário, acrescentar mais água até dar o ponto de cozimento. Temperar com sal a gosto.

Enquanto o arroz com lentilha fica pronto, faça as cebolas para colocar por cima: em uma panela, aqueça bem aproximadamente 2 colheres de azeite e jogue 1/2 cebola grande cortada em tiras. Tempere com sal e frite até ficar bem dourada.

Retire do azeite com uma escumadeira e escorra em papel toalha. Quando o arroz com a lentilha ficar pronto, jogue a cebola frita por cima.

**Fernanda
Mafra**

Farofa da vovó Rosinha

Ingredientes

- 200g de linguiça sem a pele
- 1 cebola picada
- 2 ovos
- Farinha

Modo de Preparo

Refogue a cebola em 4 ou 5 colheres de azeite até ficar coradinha. Junte a linguiça e mexa até que ela fique bem douradinha. Junte os ovos e mexa ate cozinhar.

Em seguida, jogue a farinha a gosto, cuidando para a farofa ficar mais sequinha. Colocar sal a gosto.

**Cristina
Esteves**

Peru de Natal recheado com farofa de castanha portuguesa

O Natal da minha casa sempre teve o peru como prato principal. Entra ano, sai ano, ele desfila importante da geladeira para o forno e do forno para a mesa entre diversos temperos, cheiros e sabores. É uma festa!

A preparação do peru recheado é um ritual onde eu percebia o cuidado da minha mãe desde a escolha do peru, das castanhas e de outros ingredientes, até a realização da mistura de temperos que me fazia flutuar. Eu viajava entre aromas que tinha a impressão de nunca se repetirem.

Um fato curioso que minha mãe conta é que a castanha portuguesa sempre era insuficiente quando chegava a hora de preparar a farofa... É que eu nunca resisti à mistura do doce aveludado da castanha portuguesa com aquela pitadinha de sal que minha mãe colocava na água para cozinhá-la.

Enquanto minha mãe cozinhava, eu também tinha minha forma de participar do ritual do peru: provando as castanhas!

**Cristina
Esteves**

Peru de Natal recheado com farofa de castanha portuguesa

Ingredientes

Peru

- 1 peru congelado e temperado comprado já com o termômetro
- 3 colheres de sopa de manteiga
- 2 colheres de mel
- Papel alumínio pra embrulhar o peru

Ingredientes

Farofa

- 5 colheres de sopa de manteiga
- 2 cebolas médias
- 100 g de bacon
- 2 colheres de sopa de salsinha picada
- 1 colher de sopa de cebolinha picada
- Noz moscada a gosto (ralada na hora)
- Sal a gosto
- Pimenta do reino a gosto
- 1 cálice de conhaque
- 1 kg e meio de castanha portuguesa

**Cristina
Esteves**

Peru de Natal recheado com farofa de castanha portuguesa

Modo de Preparo

Descongele o peru conforme as instruções da embalagem. Unte o peru com manteiga e, na sequência, com o mel. Envolve o peru no papel alumínio. Aconselha-se deixar a parte aberta do papel alumínio para cima, de modo a verificar o processo de cozimento.

Inicie o preparo da farofa.

Pique bem os miúdos do peru e refogue com 3 colheres de manteiga, cebola e sal. Reserve. Em outra panela, refogue o bacon picadinho, temperando com noz moscada e pimenta a gosto. Adicione um cálice de conhaque e, ao final, acrescente a salsa e a cebolinha por cima.

Cozinhe a castanha portuguesa com casca em água com uma pitada de sal. Uma vez cozida, com a castanha ainda quente, amasse-a.

**Cristina
Esteves**

Peru de Natal recheado com farofa de castanha portuguesa

Modo de Preparo

Ao final, unte o peru por dentro com as outras 2 colheres de manteiga. Junte o preparo dos miúdos com aquele do bacon e a castanha cozida, misturando tudo. Prove o sal. Uma vez pronta a farofa, recheie o peru com ela para ir ao forno.

Aconselha-se fechar o buraco do peru com palitos ou costurar com barbante (atualmente encontra-se no mercado palitos de tamanho maior que facilitam esse fechamento).

**Ana Maria
Haddad**

Torta de pão de atum

A mesa era farta e de muitas cores em casa de vó Maria. Frutas à disposição, trazidas de feiras ou de pomares próprios. Tios vindos da roça ou da cidade grande. Os mais abastados. Rio de Janeiro.

Muitos primos, contados eram mais de cinquenta. Pelo menos quinze deles a mim se assemelhavam em idade. Todos compareciam de muito gosto. Histórias de Papai Noel, que sem saber possível, gostávamos de imaginar adentrando portas trancadas de todas as nossas casas. Quem se importava se pudesse ser impossível. Era encantado.

Adultos se sentavam à mesa comprida de tão grande. Muitos pratos diferentes feitos a muitas mãos. Habilidosas mãos. Maionese, peru assado, frango ensopado com macarrão e quiabo. Pernil assado, deixado em tempero desde véspera, no preparo. Arroz de forno e farofa. Salgadinhos e refrigerante sem restrições.

**Ana Maria
Haddad**

Torta de pão de atum

Sobremesas disputavam os meninos. O churrasco e a cerveja nos roubavam os pais. Homens se ocupavam da churrasqueira. Conversavam alto em grandes gargalhadas.

Chique mesmo era o salpicão e a torta de atum, digo, de frango.

Gostava muito da torta de pão e frango com batata palha e cobertura de purê de batata ou maionese. Ficava bem com café, suco de uva, groselha ou refrigerante trazido por meu tio dono de fábrica. Guaraná caçulinha.

Menina, feito eu, “ruim de boca” logo se valia da torta, em substituição ao almoço, distraída das atenções adultas. Minha tia Biduca que fazia. Depois minha mãe também, para nossa alegria. Tia Biduca era confeitadeira. Cuidava sempre de garantir a torta de frango e o bolo confeitado, daqueles de aniversários.

**Ana Maria
Haddad**

Torta de pão de atum

Com o passar dos anos adaptei a receita de minha tia. Frango trocado por atum e pão integral em lugar do convencional. Introduzi outros sabores, como recheio de tempero verde e a cobertura sem maionese ou batata, com leve adocicado. De muito modificada já me esquecia de onde viera. Daqueles natais em família da casa de meus avós, recordados agora em afeto esquecido. Quão agradável lembrança. Presente de Natal.

Ana Maria
Haddad

Torta de pão de atum

Ingredientes

- 1 pacote de pão de forma sem casca, se possível fatiado na longitudinal
- 2 latas de atum em água (opção alternativa: meio peito de frango desfiado)
- 2 caixas de creme de leite
- 1/2 pimentão pequeno amarelo sem semente, picado em cubinhos
- 1/2 pimentão vermelho sem sementes, picado em cubinhos
- 1 tomate sem semente e sem casca, picado em cubinhos
- 1/2 cebola cortada em cubinhos pequenos
- Leite para molhar o pão
- Sal e azeite
- Tempero verde: salsinha, cebolinha e coentro (opcional)
- 1/2 lata pequena de ameixa em caldas, sem caroço

Ana Maria
Haddad

Torta de pão de atum

Modo de preparo

Numa panela adicione a cebola, tomate e pimentões com azeite e prepare o molho em fogo baixo. Sal a gosto. Regue com água aos poucos, para não secar ou queimar. Reserve.

Num liquidificador bata o tempero verde picado com uma caixa de creme de leite e sal a gosto, até ficar homogêneo. Reserve.

Num liquidificador coloque doce de ameixa e creme de leite e bater até ficar homogêneo. Acrescente um pouco da cauda até obter a consistência desejada para cobrir a torta. Reserve.

Ana Maria
Haddad

Torta de pão de atum

Montagem da torta

Numa vasilha rasa coloque leite e um pouco de sal a gosto. Molhe as fatias de pão um a um, apenas de um dos lados no leite com sal e coloque num refratário com a superfície molhada para cima, formando a primeira camada.

A seguir, acrescente recheio de atum, outra camada de pão, recheio de cheiro verde, uma última camada de pão e, finalmente, a cobertura com o creme de ameixas, em toda a torta, faces superior e laterais expostas.

Sobre a cobertura, pode-se enfeitar a gosto com cacho de uva, ameixa e morango.

Deixe na geladeira antes de servir.

Brigadeirão

**Geraldo
Márcio**

A sobremesa mais esperada do ano. Minha irmã sempre me pergunta o que quero e sempre respondo que não pode faltar o brigadeirão. Seja chocolate ao leite ou amargo, ela sempre procura inovar a receita. Natal sem brigadeirão, uai, seria tal como feijoada sem feijão!

Brigadeirão

**Geraldo
Márcio**

Ingredientes

- 6 gemas
- 2 latas de leite condensado
- 2 latas de leite integral
- 6 colheres de sopa de chocolate em pó ou achocolatado
- 1 colher de sopa de margarina

Modo de Preparo

Numa tigela, coloque as gemas, o leite condensado, o leite integral, o chocolate em pó ou achocolatado e a margarina. Misture bem até ficar homogêneo. Unte a forma (20 cm de diâmetro com furo no meio) com margarina. Despeje a mistura e leve para assar em banho-maria em forno alto, 250 °C, por mais ou menos 50 minutos. Retire do forno e deixe esfriar.

Cláudia Vial

Cajuzinho e torta de pêssego

Quando criança, a noite de Natal era um momento encantado de alegria e de espera do bom velhinho, que como mágico - penetrando paredes e escalando janelas - deixava presentes enquanto eu dormia.

Esse momento feliz era precedido de outro: a mesa de doces! Fartura de compotas, bolos e tortas. Minha avó amorosamente me abraçava através de sua doce culinária.

Herdei cheiros e gostos associados a bons instantes, como a torta de pêssego e o cajuzinho, este último, até hoje presente nos tempos fortes de festa lá de casa.

Ingredientes

- 1 colher sopa manteiga na temperatura ambiente
- 1 pacote de 500 g de amendoim torrado e moído
- 1 caixa de chocolate em pó (meio amargo)
- 1 lata de leite condensado
- Açúcar refinado para acabamento
- Amendoim inteiro torrado e sem casca para enfeitar

Modo de Preparo

Numa tigela, coloque a manteiga e, aos poucos, vá acrescentando e misturando o amendoim, o chocolate e o leite condensado. Coloque a quantidade de chocolate suficiente para a massa pegar consistência de enrolar (quase toda a caixa). Enrole os cajuzinhos no formato de pequenos cones. Passe cada um no açúcar refinado e acrescente no topo meio amendoim inteiro.

Cláudia Vial

Torta de pêssego

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de leite de vaca
- 1 lata de doce de pêssego
- 3 gemas
- 400 gramas de biscoitos Champagne
- Chantilly

Modo de Preparo

Pique os pêssegos. Misture o leite condensado, o leite de vaca e as gemas, levando ao fogo para formar um creme. Embeba os biscoitos na calda do pêssego. Forre um pirex com os biscoitos e arme com camadas alternadas de biscoito, creme e pêssegos picados. Última camada de chantilly. Levar para gelar.

**Celso
Haddad**

Pudim da tia Biga

Tia Biga nunca pareceu ser muito das festas de Natal - não gostava de fotos, não participava das brincadeiras e ia sempre dormir muito cedo. Ela era a única da família de uma outra religião e, quando criança, eu sempre arranjava jeito de escapar de suas vigorosas orações de proteção, cujas palavras nunca aprendi. Mas era dela o prato que eu mais esperava todo ano: aquele pudim dourado, macio, brilhante e que em nenhum outro mês havia igual. O “banho maria” - começava a diversão pelo nome -, a espera na geladeira, o mistério do desenformar... tudo aquilo conversava comigo. E, então, eu e Tia Biga falávamos a mesma língua.

**Celso
Haddad**

Pudim da tia Biga

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de leite de vaca
- 3 ovos
- açúcar a gosto, para a calda.

Modo de Preparo

Em uma panela, derreta o açúcar e despeje em uma fôrma com furo no meio. No liquidificador, bata bem o leite condensado, o leite de vaca e os ovos. Despeje na fôrma, em cima da calda. Cozinhe em banho-maria: coloque a fôrma com a mistura dentro de uma panela com água fervente, tampe e deixe cozinhar por 45 minutos a 1 hora. Deixe o pudim descansar na geladeira de um dia para o outro, para firmar o suficiente. Desenforme e sirva.

**Vanessa
Horta**

Pudim de leite moça

Há muitos anos passamos o Natal na casa da minha avó, em Dom Silvério, e celebramos com um saboroso almoço em família no dia 25 de dezembro. Este ano, como não poderemos nos reunir na casa da vó, decidimos manter a tradição do almoço e incluir como sobremesa uma receita que minha mãe sempre faz em ocasiões afetivas de celebração: o “pudim de leite moça”. Uma receita que toca nossos afetos, em tempos de distância.

**Vanessa
Horta**

Pudim de leite moça

Ingredientes **Calda**

- 1 xícara (chá) de açúcar

Ingredientes **Pudim**

- 1 lata de leite condensado
- 2 medidas (da lata de leite condensado) de leite
- 3 ovos

**Vanessa
Horta**

Pudim de leite moça

Modo de preparo **Calda**

Em uma panela de fundo largo, derreta o açúcar até ficar dourado. Junte meia xícara de água quente e mexa com uma colher de cabo longo. Deixe ferver até dissolver o açúcar e a calda engrossar. Forre com a calda uma forma com furo central (19 cm de diâmetro) e reserve.

Modo de preparo **Pudim**

Em um liquidificador, bata os ingredientes e despeje na forma reservada. Cubra com papel alumínio e leve ao forno médio de 180°C, em banho-maria, para que asse de forma lenta e controlada, para atingir a textura ideal.

**Julia e Clara
Almeida**

Rabanada da Suzana

Minha mãe sempre cozinhou muito em qualquer época do ano; mas, no Natal, há um gosto de celebração do que sai de sua cozinha. Assim, desde pequena, dezembro é o melhor mês do ano por ser marcado por um suspense no que vai ter no aniversário de Jesus. Nesse dia, ao longo dos anos, existiu uma variedade de pratos, porém, a rabanada sempre foi uma constante. Essa foi a primeira receita que quis aprender na minha vida por querer participar da alegria e da doçura da minha mãe nessa época.

O afeto das rabanadas

Desde que consigo me lembrar, a rabanada faz parte do nosso natal. Todo ano nos reunimos para pensar em um cardápio e, como sobremesa, a rabanada sempre é uma das escolhidas. Quando criança, era um momento mágico, de muita expectativa de ver todos os ingredientes se juntando para formar algo tão saboroso. Era uma alegria pura, eu, minha mãe e minha irmã, na cozinha, fazendo juntas esse quitute.

Rabanada da Suzana

**Julia e Clara
Almeida**

Me divertia mergulhando o pão no ovo, para depois assistir sua fritura. Era empolgante ver o pão envolvido no borbulhar do óleo, ao mesmo tempo que aquele cheiro de aconchego ia invadindo a cozinha. Passava o pão na canela com açúcar com muita fartura, não ficava um pedacinho de pão que não tivesse recebido uma camada generosa dessa mistura. Eu me esbaldava lambendo o restinho de açúcar com canela que sobrava nos dedos.

Depois, montava as rabanadas em um prato bem bonito, que ficaria à mesa. Não tinha quem passasse pela cozinha e não pegasse uma rabanada, eram necessárias algumas camadas de papel filme ao redor do prato para conter os visitantes da cozinha, inclusive eu. Após a ceia, não importa o quanto estivesse cheia, sempre havia um espaço para a rabanada, que, no dia seguinte, era a sensação do café da manhã. O sabor, até hoje, é algo carinhoso para mim, o jeito que a canela e o açúcar dançam na minha boca me fazem sorrir, me sinto leve e abraçada pela sensação de afeto, lembro que a rabanada não é só um sabor delicioso, mas é um carinho de natal.

**Julia e Clara
Almeida**

Rabanada da Suzana

Ingredientes

- Pão de Rabanada (na época do Natal os supermercados fazem esse pão que é mais firme, massudo)
- Leite condensado
- Raspas de limão (qualquer limão, as de limão siciliano ficam mais gostosas)
- Canela
- Ovos
- Leite
- Açúcar refinado
- Óleo
- 1 cálice de vinho do porto
- Sal*

*a quantidade dos ingrediente acompanha a quantidade de rabanadas a serem feitas.

**Julia e Clara
Almeida**

Rabanada da Suzana

Modo de preparo

Corte o pão em fatias da largura de 1 dedo. Em uma tigela, misture o leite, as raspas de limão, um pouco de canela, leite condensado e o vinho do porto. Em um prato, misture o açúcar refinado e a canela, reserve. Em outra tigela bata os ovos e coloque uma pitada de sal. Coloque o óleo para esquentar. Quando o óleo estiver bem quente (para você saber se a temperatura está ideal, coloque um palito de fósforo no óleo, quando ele acender, é o sinal que está bom), passe o pão primeiro no leite e depois nos ovos. Atenção! O pulo do gato da rabanada é não deixar o pão encharcar na passagem pelo leite. Quando ele estiver moreno nos dois lados, retire e deixe-o escorrer um pouco no papel toalha e passe no açúcar e na canela ainda morno.

**Andréa Lisly e
Eva Otaviano**

Rosca doce lembrança

O dia de fazer pão era um dos mais alegres da minha infância. Apesar disso, não estava isento de sobressaltos. Havia um imperativo, estabelecido pela minha mãe: o dia de preparo tinha que estar quente e ensolarado. Do contrário, o pão não cresceria o suficiente para ficar fofinho e saboroso. Na véspera, invariavelmente uma sexta-feira, eu perdia a conta das vezes que olhava para o alto, temendo que aparecesse um fiapo de nuvem que fosse. Com a colaboração dos céus, esses dias estão, sem dúvida, entre os mais ensolarados da minha vida.

Andréa Lisly e
Eva Otaviano

Rosca doce lembrança

Ingredientes

- 1 kg de farinha de trigo menos 1 copo
- 1 ½ copo de açúcar cristal
- 2 tabletes de fermento biológico Fleischmann
- 1 pitada de sal
- 1 ovo
- 3 copos de leite morno
- ½ copo de óleo
- 1 xícara de chá de açúcar cristal
- ¼ xícara chá de água morna
- 1 gema e 1 colher pequena de café para pincelar

**Andréa Lisly e
Eva Otaviano**

Rosca doce lembrança

Modo de Preparo

Em uma vasilha coloque o açúcar, o fermento e a água morna. Deixe descansar por meia hora.

Em seguida, acrescente o ovo, os copos de leite e um pouco de óleo.

Na sequência, vá despejando a farinha aos poucos e o resto do óleo, sempre misturando.

Cubra com um pano e deixe descansar por 30 minutos, sem sovar. Passado esse tempo, sove bastante e deixe descansar até dobrar de tamanho.

Faça os pães individuais (do tamanho de “pães de batata”) e os coloque na forma untada. Se preferir, recheie a metade com queijo minas meia cura. Pincele cada um com a gema misturada ao café.

Deixe descansar por cerca de vinte minutos e asse em forno previamente aquecido, por cerca de meia hora. Rende em torno de 20 pãezinhos.

**Maria Tereza
Baltoni**

Sonhos e Quebra-Quebra

Pelas lembranças dos deliciosos cheiros, que ocupavam todos os cantos da casa. Era minha mãe que o manso de fazer doces e quitandas festejava, com um café da manhã, nossos aniversários e a manhã do dia 25 de Natal. Os convidados? Nossos amiguinhos: crianças.

Ingredientes

- 4 colheres de farinha de trigo
- 2 copos de leite
- 2 ovos
- 1 colheres de açúcar
- Uma pitada de sal
- 1/2 colher de sopa de pó royal

Modo de Preparo

Em uma vasilha coloque aos poucos a farinha de trigo no leite. Leve ao fogo, mexendo bem e sempre, fazendo uma espécie de angu (bem cozido). Logo que o angu mudar de cor, retire do fogo e deixe esfriar. Estando a massa fria, acrescente os ovos um a um. Coloque o pó royal e misture bem. Faça bolinhas e frite na gordura quente. Passe depois no açúcar e canela e sirva na hora.

Quebra-Quebra

**Maria Tereza
Baldoni**

Ingredientes

- 2 copos de polvilho
- 1 copo de farinha de trigo
- 1 colher de açúcar
- 1 colher de banha
- 1 colher de manteiga
- 2 ovos
- 01 colher de café de fermento pó royal

Modo de Preparo

Misture os ingredientes aos poucos e, quando estiverem bem amassados, faça as rosquinhas e coloque em um tabuleiro levemente untado. Leve ao forno já aquecido a 180 °C por 30 minutos.

Rosa Urpia

Torta de tapioca

A mesa de natal sempre foi farta lá em casa, com aquelas delícias típicas da confraternização. Antes da refeição, meu alvo era o pão delícia, acompanhado do tão especial queijo tipo reino (ou como chamamos em Salvador: queijo de cuia) - muito apreciado por nós porque só aparecia nas noites do

Natal e do Reveillon. Na hora da ceia, uma boa fatia de peito de peru, com uma colher farta de farofa baiana com passas me deixavam feliz. Mas a melhor parte vinha no final... Hum, a torta de tapioca com doce de leite de minha mãe era mesmo um presente - Que delícia! Essa tem sabor de infância com gostinho de quero mais. Tem sempre um espaço especial no meu prato e no meu coração.

Tenho lembranças de ainda pequena, ajudando minha mãe a misturar aquela massa amarela, brilhante e melada, com a colher de pau, que eu mal conseguia segurar. O que eu gostava mesmo era a hora de colocar a cobertura de doce de leite (acho que me lambuzava de propósito só pra depois poder lambar os dedos)... Sem contar que minha mãe sempre deixava a latinha do doce para eu raspar - ficava nas nuvens saboreando aos pouquinhos, procurando estender aquela alegria ao máximo!

Rosa Urpia

Torta de tapioca

Ingredientes

Massa

- 2 xícaras de açúcar
- 3 colheres de sopa de manteiga
- 6 ovos
- 6 xícaras de tapioca granulada
- 1 coco ralado fresco
- 2 garrafinhas de leite de coco

Ingredientes

Coberura

- 1 lata de doce de leite
- 1 lata de ameixas em calda sem caroço

Rosa Urpia

Torta de tapioca

Modo de preparo

Pré-aqueça o forno a uma temperatura de 180 a 200 graus. Unte uma forma redonda de fundo falso ou uma de pudim com manteiga e depois polvilhe com farinha de trigo. Em uma tigela coloque o açúcar, a manteiga e as gemas misturando bem com uma colher de pau. Acrescente aos poucos a tapioca e misture para que ela incorpore na massa. Coloque o coco ralado e misture. Despeje o leite de coco e mexa até ele homogeneizar com a mistura. Bata as claras em neve e, em seguida, acrescente aos poucos à massa, misturando delicadamente até que seja incorporada completamente. Despeje toda a massa da mistura na fôrma e leve ao forno por cerca de 1 hora e meia. Espere esfriar, desenforme e coloque em uma bandeja. Cubra o bolo com doce de leite e decore com as ameixas. Se desejar, corte a massa ao meio e coloque um pouco de doce de leite no recheio.

Sobre o Artear

O Artear é um grupo multidisciplinar de profissionais que age em prol de um eixo comum: o desenvolvimento nas questões fundamentais do humano. A criação de um verbo - artear - reflete a vocação de fazer ser, em ação contínua de transformação da Pessoa pelas vias da arte e das ciências humanas. Artear também no sentido de fazer arte, isto é, vivenciar conhecimento e autoconhecimento como um jogo lúdico.

Editora Artear

A Artear Editora se propõe a ser um canal de publicação de pesquisas e trabalhos desenvolvidos por este grupo, ou por autores que estejam em sintonia com nossa linha editorial, com enfoque nas humanidades.

artear editora