

Sopa: Creme Mediterrânico



Ingredientes:

- Azeite QB;
- 1 Embalagem espinafre;
- Sal QB;
- 1 Alho Francês;
- 1 Nabo;
- Água;
- 1 Courgette.

Procedimentos:

- 1) Prepare o alho francês, o nabo e a courgette, lavando, descascando e cortando;
- 2) Num tacho colocar a ferver a água e o sal;
- 3) Quando a água estiver pronta, deitar o alho francês, o nabo e a courgette;
- 4) Passar tudo e colocar uma colher de sopa de azeite, reservar;
- 5) Lavar os espinafres e cozer noutra recipiente;
- 6) Adicionar à base preparada anteriormente;
- 7) Por fim empratrar e servir.

Prato principal: Receita Original da Feijoada Colorida

Ingredientes:

- 2 cebolas(em gomos);
- 1 alho(picado);
- Azeite qb;
- Pimenta qb;
- Vinho Branco qb;
- 2 Cenouras(raspadas);
- 1 Pacote espinafre;
- 2 tomates maduros(em gomos);
- ¼ Pimento Vermelho(em gomos);
- ¼ Pimento Verde(em gomos);
- 1 pacote de cogumelos;
- ½ kg de Feijão cozido e escorrido;
- Arroz;
- Sal qb.



Procedimentos:

- 1) Prepare todos os alimentos da forma como em cima indica;
- 2) Num tacho cozer o feijão com água à parte e reservar;
- 3) Noutro tacho quando o feijão já estiver cozido colocar um fio de azeite e refogar com 2 cebolas em gomos e o dente de alho.
- 4) De seguida deitar água da cozedura do feijão e juntar os tomates maduros, a cenoura, os pimentões, o feijão, os cogumelos, deixar refogar e apurar com todas as especiarias a seu gosto incluído vinho branco, sal e pimenta se preferir.
- 5) Depois de refogado e apurado juntar os espinafres e esperar que estes cozem.
- 6) Por fim empratar e servir.

Prato principal: Receita Adaptada da Feijoada Colorida

Ingredientes:

- ¼ Kg de Arroz;
- Vinho Branco qb;
- Paprica qb;
- Uma tira de Pimento Verde, Vermelho e Amarelo;
- 1 cenoura pequena raspada;
- Azeite qb;
- 1 dente de alho picado;
- 1 lata de feijão de 420 gramas;
- 1 tomate pequeno;
- 1 lata de cogumelos de 185 gramas;
- 1 embalagem de Espinafres 400 gramas;
- ¼ de Cebola picada.

Procedimentos:

- 1) Prepare todos os alimentos da forma como em cima indica;
- 2) Num tacho cozer o feijão com água à parte e reservar;
- 3) Noutro tacho quando o feijão já estiver cozido colocar um fio de azeite e refogar com ¼ de cebola em gomos e o dente de alho.
- 4) De seguida deitar água da cozedura do feijão e juntar os tomates maduros, a cenoura, os pimentões, o feijão, os cogumelos, deixar refogar e apurar com todas as especiarias a seu gosto incluído vinho branco, sal e paprika se preferir.
- 5) Depois de refogado e apurado juntar os espinafres e esperar que estes cozem.
- 6) Por fim empratir e servir.

Sobremesa: Receita original de Paços com chuchu

Ingredientes:

- 1 queijo Paços Brick;
- 6 chuchus;
- 2 limões;
- 1 pacote de paus de canela;
- 1 pacote de açúcar mascavado;
- 1 cálice de vinho do porto.



Procedimento:

- 1) Cozer o chuchu e escorrer(a casca de limão).
- 2) Fazer o puré e pesar consoante a quantidade, metade do peso em açúcar mascavado.
- 3) Acrescentar 1 cálice de vinho do porto, várias cascas de limão e pau de canela.
- 4) Mexer sempre até ficar em ponto.
- 5) Servir acompanhado de uma fatia de queijo de Paços.

Sobremesa: Receita Adaptada de Paços com Chuchu

Ingredientes:

- 1 queijo caseiro sem lactose e sem glúten;
- 1 litro de leite vegetal;
- 200g de amido de milho;
- 200g de margarina;
- 1 colher de chá de aromizante de queijo;
- 1 pitada de sal;
- 6 chuchus;
- 2 limões;
- 1 pacote de paus de canela;
- 1 pacote de açúcar mascavado;
- 1 cálice de vinho do porto;



Procedimento da compota:

- 1) Cozer o chuchu e escorrer(a casca de limão).
- 2) Fazer o puré e pesar consoante a quantidade, metade do peso em açúcar mascavado.
- 3) Acrescentar 1 cálice de vinho do porto, várias cascas de limão e pau de canela.
- 4) Mexer sempre até ficar em ponto.
- 5) Servir acompanhado de uma fatia de queijo de Paços.

Procedimento do queijo caseiro:

- 1) Colocar tudo numa panela, misturar bem e deixar numa consistência grossa ao lume.
- 2) Assim que começar a ferver contar 7 a 10 minutos e desligar o lume.
- 3) Colocar numa forma dando forma ao queijo.
- 4) Deixar arrefecer e colocar no frigorífico.
- 5) Deixar no frigorífico 2 a 3 dias, antes de consumir.