

**IGUATEMI DAILY**

*E-book  
de Receitas  
de Verão*



**IGUATEMI DAILY**

Confira o catálogo de receitas do dia 28 de dezembro a 3 de janeiro.

Criadas pelos melhores chefs e restaurantes de São Paulo, disponibilizadas exclusivamente na programação **#IguatemiDaily**.

Continue acompanhando nossas redes sociais para aprender a cozinhar os pratos de seus restaurantes favoritos.

# ÍNDICE

---

Salgados

04

---

Doces

08

---

# IGUATEMI **DAILY**

---

**SALGADOS**

---

# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carlofiorentino



## SALADA DE ARROZ OU MACARRÃO

Carol Fiorentino

RECEITA



# SALADA DE ARROZ OU MACARRÃO

## INGREDIENTES

2 xícaras de arroz cozido (ou macarrão cozido)

1 cenoura ralada

1 tomate picado (com semente)

Azeitonas picadas e ervilhas (opcional)

1 lata de atum

Salsinha e cebolinha picadas (podem ser substituídos por manjericão)

Maionese a gosto (podendo ser substituída por creme de leite, cottage ou coalhada)

por Carol Fiorentino



GASTRONOMIA



# SALADA DE ARROZ OU MACARRÃO

## MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes, adicione uma pitada de sal e azeite a gosto e sirva.

por Carol Fiorentino



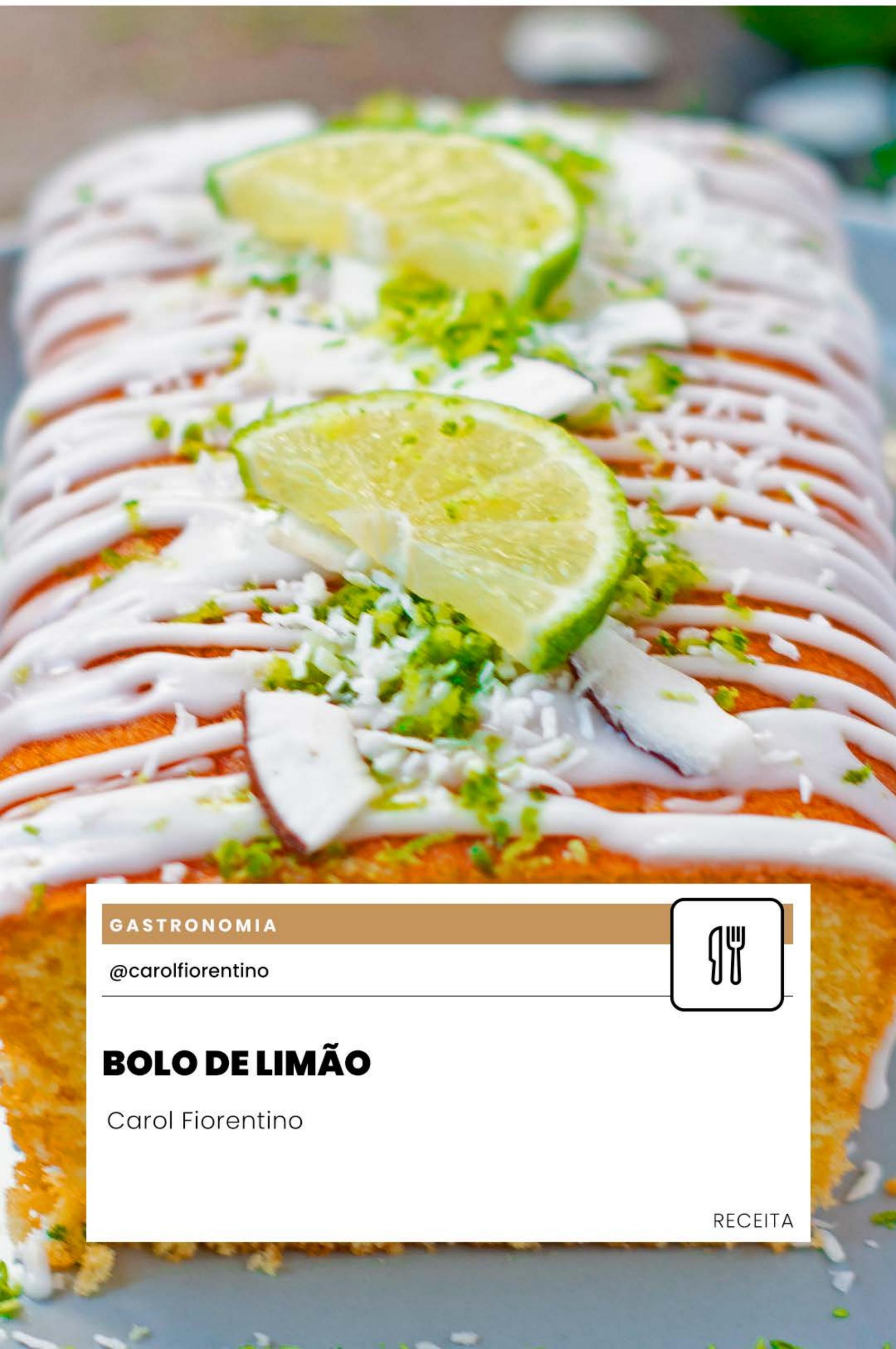
# IGUATEMI **DAILY**

---

**DOCES**

---

# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carolfiorentino



## **BOLO DE LIMÃO**

Carol Fiorentino

RECEITA

GASTRONOMIA



# BOLO DE LIMÃO

## INGREDIENTES

Pão de ló de baunilha

Creme de confeiteiro de limão

Merengue de limão

Suco de limão

Raspas de limão

O quanto baste de água e açúcar

por Carol Fiorentino





# BOLO DE LIMÃO

## MODO DE PREPARO

Comece cortando o pão de ló ao meio.

Em seguida coloque uma das partes já na travessa que irá servir e umedeça com uma calda de água com açúcar.

Depois disso, acrescente um pouco mais de suco de limão no merengue e misture.

Recheie o pão de ló e coloque a segunda e última parte do bolo e a umedeça.

Por fim, cubra o bolo todo com o merengue de limão e use as raspas de limão para finalizar.

por Carol Fiorentino



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carlofiorentino



## GELADINHO

Carol Fiorentino

RECEITA



# GELADINHO

## INGREDIENTES

1 limão em suco

1 copo de água

Açúcar a gosto

### OPÇÕES DE SABORES:

2 copos de suco de uva orgânico

1 manga com casca

2 colheres cheias da geleia de sua preferência

por Carol Fiorentino





# GELADINHO

## MODO DE PREPARO

Coloque os ingredientes no liquidificador e bata até ficar um suco. Coloque a mistura em saquinhos de geladinho usando um funil, e coloque no congelador por pelo menos 2 horas.

Se não tiver os saquinhos, coloque o suco em forminhas de picolé ou em formas de gelo e coloque palitos. Congele o suficiente para desenformá-los.

por Carol Fiorentino



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carlofiorentino



## MILKSHAKE DE BANANA

Carol Fiorentino

RECEITA

GASTRONOMIA



# MILKSHAKE DE BANANA

## INGREDIENTES

3 colheres de sorvete de creme

1 banana

½ xícara de leite

Calda de chocolate

Chocolate em raspas

Chantilly para decorar

por Carol Fiorentino



GASTRONOMIA



# MILKSHAKE DE BANANA

## MODO DE PREPARO

Bata o sorvete e o leite com um fouet ou mixer, misture os outros ingredientes e decore.

por Carol Fiorentino



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carolfiorentino



## MILKSHAKE DE MAÇÃ COM CANELA

Carol Fiorentino

RECEITA



# MILKSHAKE DE MAÇÃ COM CANELA

## INGREDIENTES

- 1 xícara de sorvete de creme
- ½ xícara de leite
- 2 maçãs médias
- 1 colher de sopa de água
- 1 xícara de açúcar
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 colher de sopa de canela

por Carol Fiorentino





# MILKSHAKE DE MAÇÃ COM CANELA

## MODO DE PREPARO

Corte as maçãs em pedaços pequenos.

Em uma panela, coloque o açúcar e a água e misture. Sem mexer, leve ao fogo e deixe formar um caramelo dourado – muito cuidado para não deixar queimar, é para ficar dourado e não marrom. Adicione uma pitada de sal e a manteiga.

Coloque as maçãs no caramelo e deixe cozinhar por uns 10 minutos sem tampar, retire da panela e separe algumas maçãs para decorar, com cuidado para não se queimar.

Deixe esfriar. Bata a calda com um pouco de maçã e o sorvete de creme com mixer ou fouet.

Decore e sirva.

por Carol Fiorentino



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carlofiorentino



## MILKSHAKE DE MORANGO

Carol Fiorentino

RECEITA

GASTRONOMIA



# MILKSHAKE DE MORANGO

## INGREDIENTES

2 xícaras de sorvete de morango

½ xícara de leite

Calda de morango

Morango fresco para decorar



por Carol Fiorentino

GASTRONOMIA



# MILKSHAKE DE MORANGO

## MODO DE PREPARO

Bata o sorvete e o leite com um fouet ou mixer, misture os outros ingredientes e decore.

por Carol Fiorentino



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carolfiorentino



## **SORBET DE LIMÃO E MANGA**

Carol Fiorentino

GASTRONOMIA



# SORBET DE LIMÃO E MANGA

## INGREDIENTES

- 2 xícaras de água
- 2 xícaras de açúcar cristal
- 4 limões em suco
- 1 manga

por Carol Fiorentino





# SORBET DE LIMÃO E MANGA

## MODO DE PREPARO

Descasque a manga, adicione os outros ingredientes e bata tudo no liquidificador.

Transfira o conteúdo para uma panela e deixe ferver.

Após o fervimento, transfira para uma tigela e deixe esfriar.

Leve ao freezer e mexa de 40 em 40 minutos, até formar o sorbet de manga.

por Carol Fiorentino



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carolfiorentino



## **SORVETE PRÁTICO**

Carol Fiorentino

RECEITA



# SORVETE PRÁTICO

## INGREDIENTES

### Sorvete de Limão:

1 lata de leite condensado

1 lata de creme de leite

Suco de 2 a 4 limões

### Sorvete de Morango:

1 lata de leite condensado

1 lata de creme de leite

1 caixinha de morango

Suco de 2 limões

### Sorvete de Manga:

1 lata de leite condensado

1 lata de creme de leite

1 manga grande cortada em cubos

por Carol Fiorentino



GASTRONOMIA



# SORVETE PRÁTICO

## MODO DE PREPARO

Bata tudo no liquidificador, coloque em um pote e leve para o congelador até que endureça.



por Carol Fiorentino

IGUATEMI **DAILY**