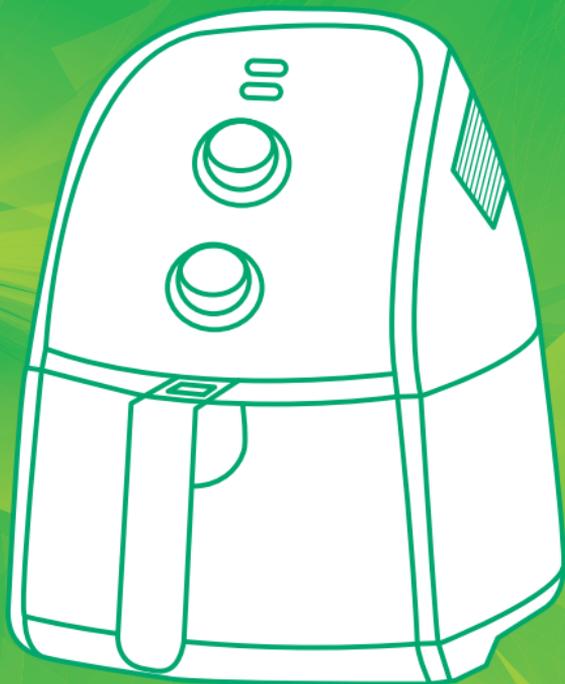


Livro de Receitas
Fritadeira Sem Óleo



 Midea®

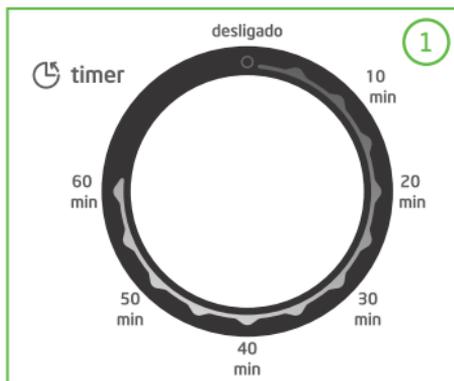
CONTEÚDO

Painel de Controle da Fritadeira	5
Pão de Queijo Congelado	6
Batata Frita Congelada	6
Batata Sorriso	7
Mini Pizza Congelada	7
Polenta Congelada	8
Cebola Congelada	8
Nuggets Congelado	9
Kibe Congelado	9
Pastel	10
Cachorrinho	11
Folhado de Palmito	12
Croque Monsieur	13
Hambúrguer	14
Batata Rústica com Alecrim	15



Bolinho de Arroz.....	16
Quiche.....	17
Peito de Frango com Ervas.....	18
Coxinha da Asa.....	19
Isclas de Frango.....	19
Medalhões de Filé Suíno.....	20
Cogumelos Recheados.....	20
Bife à Parmegiana.....	21
Rolinho Primavera.....	22
Sushi Hot.....	23
Bolinho de Bacalhau.....	24
Camarão Empanado no Coco.....	25
Salmão com Molho de Laranja.....	26
Brusqueta de Brie com Geléia de Morango.....	27
Crumble de Maçã.....	28
Carolinas.....	29

Painel de Controle da Fritadeira



- 1. Botão Timer** - Ajuste do temporizador de 10 à 60 minutos.
- 2. Botão Temp.** - Ajuste de temperatura de 80°C à 200°C.

IMPORTANTE

- Não encha a bandeja com óleo ou qualquer outro líquido.
- Nunca encha totalmente o cesto nem exceda a quantidade recomendada, pois isso poderá afetar a qualidade do resultado final de sua receita.
- Nunca utilize a bandeja sem o cesto encaixado corretamente. Se a bandeja não for colocada adequadamente na fritadeira, o aparelho não irá funcionar.
- Não pressione o botão da alça enquanto estiver agitando os ingredientes.
- Sempre limpe o aparelho após finalizar sua utilização.
- Nunca use objetos afiados, escovas abrasivas, esponjas de aço ou lâ de aço nas peças da fritadeira.
- Objetos pontiagudos e produtos abrasivos poderão danificar o antiaderente do seu aparelho.
- As figuras/fotos apresentadas neste livro de receitas são de caráter meramente ilustrativo.
- Para garantir o melhor desempenho de seu aparelho, leia atentamente todas as recomendações do Manual do Usuário.

Pão de Queijo Congelado

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 9 - 11 minutos

Quantidade: 6 unidades

Modo de preparo:

1. Adicione os pães de queijo congelados no cesto de cozimento, com no mínimo 3cm de espaçamento entre eles e entre as paredes da bandeja interna.
2. Ajuste a temperatura em 180°C.
3. Ajuste o temporizador entre 9 e 11 minutos, de acordo com a sua preferência.
4. Passado o tempo de preparo, retire e sirva quente.



Batata Frita Congelada

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 20 minutos

Quantidade: 300g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque as batatas congeladas no cesto de cozimento.
3. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
4. Passado os 10 minutos, abra e mexa a bandeja.
5. Ajuste o temporizador para mais 10 minutos.
6. Passado o tempo de preparo, retire as batatas do cesto de cozimento, tempere de acordo com a sua preferência e sirva ainda quente.



Batata Sorriso

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 200g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque as batatas sorriso congeladas no cesto de cozimento, com no mínimo 2cm de distância entre elas e as paredes da bandeja interna.
3. Retire e sirva ainda quente.



Mini Pizza Congelada

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 5 minutos

Quantidade: 120g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque as mini pizzas no cesto de cozimento, com no mínimo 3cm de distância entre elas e as paredes da bandeja interna.
3. Ajuste o temporizador para 5 minutos.
4. Retire e sirva quente.



Polenta Congelada

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 18 minutos

Quantidade: 250g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque as polentas congeladas no cesto de cozimento.
3. Ajuste o temporizador para 18 minutos.
4. Retire e sirva quente.



Cebola Congelada

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 250g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque 250g de anéis de cebola no cesto de cozimento.
3. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
4. Retire e sirva quente.



Nuggets Congelado

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 300g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque os nuggets no cesto de cozimento.
3. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
4. Retire e sirva ainda quente.



DICA DE ACOMPANHAMENTO

Em uma panela coloque requeijão, creme de leite e queijo mussarela e mexa em fogo baixo até derreter. Tempere com sal e pimenta de acordo com a sua preferência.

Kibe Congelado

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 15 minutos

Quantidade: 250g

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
2. Coloque os kibes congelados no cesto de cozimento.
3. Ajuste o temporizador para 15 minutos.
4. Retire e sirva ainda quente.



DICA DE ACOMPANHAMENTO

Misture em uma panela um iogurte natural, suco de 1/2 limão, 2 ramos de hortelã e raspas de limão. Tempere com sal e pimenta a gosto.

Pastel

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 4 pastéis

Ingredientes:

- 50g de massa para pastel
- 100g de carne moída
- 1 cebola pequena
- 1 dente de alho
- 20g de azeitona
- 1 ovo cozido
- 1 gema

Modo de preparo:

1. Pique a cebola e o alho em pequenos cubos.
2. Pique as azeitonas em rodela.
3. Em uma panela pré-aquecida acrescente um fio de azeite de oliva. Deixe esquentar e adicione a cebola. Refogue até ficar transparente e acrescente o alho. Deixe por 1 minuto e adicione a carne moída. Deixe a carne refogar até secar. Pique o ovo e misture. Adicione sal e pimenta de acordo com a sua preferência.
4. Recheie as massas para pastel com a carne refogada. Feche as massas com o auxílio de um garfo.
5. Pincele os pastéis com a gema.
6. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
7. Coloque os pastéis no cesto de cozimento.
8. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
9. Passado o tempo de preparo, retire e sirva ainda quente.



Cachorrinho

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 12 unidades

Ingredientes:

- 200g de farinha
- 20g de açúcar
- 10g de manteiga
- 5g de fermento biológico
- 100ml de água morna
- 1 pitada de sal
- 3 salsichas
- 1 ovo
- 1 gema

Modo de preparo:

1. Misture todos os ingredientes, exceto a salsicha, e deixe crescer por 1 hora.
2. Após uma 1 hora, abra a massa e separe no tamanho que deseja os cachorrinhos.
3. Corte as salsichas e coloque na massa, enrole e pincele com uma gema de ovo.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
5. Coloque os cachorrinhos no cesto de cozimento.
6. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
7. Retire e sirva ainda quente.



Folhado de Palmito

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 200g

Ingredientes:

- 200g de massa folhada
- 100g de palmito
- 1 tomate
- 50g de queijo mussarela
- 100ml de água morna
- 1 gema
- Orégano a gosto
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:

1. Corte a massa conforme desejado.
2. Pique o palmito, o tomate e o queijo mussarela.
3. Acrescente orégano, sal e pimenta de acordo com a sua preferência.
4. Recheie e feche as massas com o auxílio de um garfo.
5. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
6. Coloque os folhados no cesto de cozimento.
7. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
8. Retire e sirva ainda quente.



Croque Monsieur

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 3 minutos

Quantidade: 4 unidades

Ingredientes:

- 8 fatias de pão branco sem casca
- 4 fatias de presunto magro
- 4 fatias de queijo mussarela
- 50g de queijo mussarela
- 1 colher de sopa de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de manteiga
- 50ml de leite

Modo de preparo:

1. Monte os sanduíches com presunto e queijo.
2. Em uma panela derreta a manteiga e coloque a farinha de trigo. Mexa com um fouet até dourar. Acrescente o leite e mexa até formar um molho espesso. Tempere o molho bechamel com sal e pimenta a gosto.
3. Coloque uma fatia de queijo em cima de cada sanduíche e o molho bechamel.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
5. Coloque os sanduíches no cesto de cozimento com no mínimo 2cm de distância entre eles e as paredes da bandeja interna.
6. Ajuste o temporizador para 3 minutos.
7. Retire e sirva ainda quente.



Hambúrguer

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 1 unidade

Ingredientes:

- 300g de carne moída
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- 4 fatias de queijo cheddar

Modo de preparo:

1. Em um aro molde os hambúrguer com 150g cada de carne moída. Acrescente sal e pimenta. Aperte firmemente para retirar o ar.
2. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
3. Coloque os hambúrgueres no cesto de cozimento.
4. Ajuste o temporizador para 8 minutos.
5. Abra o cesto e acrescente duas fatias de queijo cheddar em cada hambúrguer.
6. Ajuste o temporizador para mais 2 minutos.
7. Retire e sirva ainda quente.



DICA

Para montar um hambúrguer você pode utilizar tanto o pão cervejinha, como o pão tradicional de hambúrguer com gergelim. Corte-o e acrescente a maionese de sua preferência nos dois lados do pão. Você também pode colocar alface americana ou até mesmo um mix de verdes incluindo rúcula e tomates cortados em rodela. Após, coloque o hambúrguer com queijo, alguns tomates e outros ingredientes a gosto, feche o pão e bom apetite!

Batata Rústica com Alecrim

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 20 minutos

Quantidade: 250g

Ingredientes:

- 250g de batatas inglesas
- 1 ramo de alecrim
- Azeite de oliva

Modo de preparo:

1. Corte a batata em 6 pedaços.
2. Pique o alecrim e misture com o sal e a pimenta.
3. Em um bowl, misture todos os ingredientes.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
5. Coloque as batatas no cesto de cozimento.
6. Ajuste o temporizador para 20 minutos.
7. Retire e sirva quente.



DICA

Você pode servir as batatas rústicas como acompanhamento para os hambúrgueres.

Bolinho de Arroz

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 100g

Ingredientes:

- 100g de arroz cozido
- 1 ovo
- 1 colher de chá de amido de milho
- 1 colher de sopa de farinha de trigo
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher de sopa de queijo parmesão ralado
- 1 colher de requeijão

Modo de preparo:

1. Misture todos os ingredientes em um recipiente e tempere com o sal e a pimenta de acordo com a sua preferência.
2. Faça bolinhas com a massa.
3. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
4. Forre o cesto de cozimento com papel alumínio.
5. Coloque as bolinhas no cesto forrado.
6. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
7. Retire e sirva quente.



Quiche

Temperatura: 160°C

Tempo de preparo: 20 minutos

Quantidade: 1 quiche pequena

Ingredientes para a massa:

- 100g de manteiga
- 150g de farinha
- 1 ovo
- 1 colher de chá de sal

Ingredientes para o recheio:

- 2 ovos
- 120g de ricota fresca
- 200g de requeijão
- 50g de queijo parmesão ralado
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 talo de alho poró picado e refogado

Modo de preparo:

1. Misture a farinha e a manteiga até formar uma farofa. Acrescente um ovo, até formar uma massa lisa. Forre uma forma de fundo removível (semelhante a imagem ao lado) com a massa.
2. Para o recheio, misture os ingredientes (exceto o alho) no liquidificador. Acrescente o alho poró na mistura.
3. Coloque o recheio na forma, por cima da massa.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 160°C.
5. Coloque a forma no cesto de cozimento e ajuste o temporizador para 20 minutos.
6. Desenforme a quiche com cuidado e sirva.



DICA

A quiche pode ter vários sabores, é só trocar o alho poró por gorgonzola e nozes, brócolis, bacon e queijo, frango e etc. Utilize o recheio de sua preferência.

Peito de Frango com Ervas

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 22 minutos

Quantidade: 250g

Ingredientes para a massa:

- 250g de peito de frango
- 1 ramo de alecrim
- 1 ramo de sálvia
- 5 folhas de manjeriço
- 50g de farinha de rosca



Modo de preparo:

1. Tempere os bifes com sal e pimenta de acordo com a sua preferência. Pique finamente os temperos e, em um prato, misture-os com a farinha de rosca.
2. Passe os bifes no prato com os temperos e a farinha, empanando-os.
3. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C. Quando a temperatura for atingida, a luz verde se apagará.
4. Retire o cesto de cozimento do aparelho e coloque os bifes.
5. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
6. Após os 10 minutos, abra bandeja e vire todas os bifes de frango com cuidado
7. Ajuste o temporizador para mais 10 minutos.
8. Retire e sirva ainda quente.

DICA

Se quiser que os bifes de frango fiquem mais dourados, utilize azeite de oliva em spray, borrifando-o sobre os bifes antes de assar.

Coxinha da Asa

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 600g

Ingredientes:

- 600g de coxinha da asa temperada

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque as coxinhas temperadas no cesto de cozimento do aparelho.
3. Ajuste o temperatura em 180°C.
4. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
5. Retire e sirva quente.



Isclas de Frango

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 10 minutos

Quantidade: 250g de peito de frango

Ingredientes:

- 250g de peito de frango
- 50ml de molho shoyo

Modo de preparo:

1. Corte o peito de frango em isclas. Acrescente o molho shoyo até cobri-lo. Marinar por 40 minutos em refrigeração.
2. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
3. Coloque as isclas no cesto de cozimento, deixando um pequeno espaço entre elas.
4. Ajuste o temporizador para 10 minutos.
5. Retire e sirva quente.



Medalhões de Filé Suíno

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 25 minutos

Quantidade: 4 medalhões suínos

Ingredientes:

- 4 unidades de filé suíno com bacon

Modo de preparo:

1. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
2. Coloque os medalhões no cesto de cozimento.
3. Ajuste o temporizador para 25 minutos.
4. Retire e sirva ainda quente.



Cogumelos Recheados

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 5 minutos

Quantidade: 4 unidades

Ingredientes:

- 1 cebola pequena
- 4 cogumelos
- 50g de queijo gorgonzola
- 50g de queijo mussarela
- 1 ramos de salsa
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo:

1. Limpe os cogumelos e retire os talos.
2. Pique a cebola e os talos em pequenos cubos e refogue-os com um fio de azeite.
3. Misture o restante dos ingredientes e recheie os cogumelos.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
5. Coloque os cogumelos no cesto de cozimento e ajuste o temporizador para 5 minutos.
6. Retire e sirva ainda quente.



Bife à Parmegiana

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 11 minutos

Quantidade: 2 bifés de 110g

Ingredientes:

- 2 bifés de 110g temperados a gosto
- 1 dente de alho amassado
- 30g de farinha de trigo
- 30g de farinha de rosca
- 1 ovo
- Sal e pimenta a gosto
- 2 fatias de presunto
- 2 fatias de queijo mussarela
- 4 colheres de sopa de molho de tomate

Modo de preparo:

1. Passe o alho amassado nos bifés temperados.
2. Empane os bifés passando na farinha de trigo, no ovo, e na farinha de rosca.
3. Coloque uma fatia de presunto e uma fatia de queijo em cima dos bifés. Acrescente duas colheres de sopa de molho de tomate por cima.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
5. Coloque os bifés no cesto de cozimento.
6. Ajuste o temporizador para 11 minutos.
7. Após 5 minutos, abra a bandeja e vire os bifés com cuidado. Feche a bandeja e aguarde até o término do preparo.
8. Retire e sirva quente.



Rolinho Primavera

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 7 minutos

Quantidade: 3 unidades

Ingredientes:

- 3 folhas de harumaki
- 1 cenoura
- 1/2 repolho pequeno
- 1 abobrinha
- 1 pimentão amarelo pequeno
- 2 talos de cebolinha



Modo de preparo:

1. Refogue os legumes com azeite de oliva e tempere com sal e pimenta a gosto.
2. Coloque a massa de harumaki em uma superfície, coloque os legumes em um dos lados, dobre as laterais e enrole.
3. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
4. Coloque os rolinhos no cesto de cozimento.
5. Ajuste o temporizador para 7 minutos.
6. Retire e sirva ainda quente.

DICA

Você pode acrescentar camarões ou tiras de frango no recheio dos rolinhos.

Sushi Hot

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 5 minutos

Quantidade: 16 unidades

Ingredientes:

- 1 copo de arroz
- 2 copos de água
- 1/4 de copo de saquê
- 1/3 de copo de vinagre branco
- 3 folhas de alga marinha
- 100g de salmão
- 100g de cream cheese
- Gergelim
- Raiz forte
- 50g de farinha de trigo
- 1 ovo
- 80g de panko



Modo de preparo:

1. Coloque em uma panela a água, o arroz e o saquê.
2. Cozinhe em fogo brando até quando o arroz estiver pronto.
3. Acrescente o vinagre e espere esfriar.
4. Coloque a folha da alga sobre uma esteirinha de bambu (para facilitar no momento de enrolar).
5. Espalhe o arroz sobre a alga. Coloque o salmão, o cream cheese, a mistura de raiz forte com maionese, gergelim e enrole firmemente. Os rolos não podem ficar folgados.
6. Passe os rolos na farinha de trigo, depois no ovo e por último no panko.
7. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
8. Coloque os rolos no cesto de cozimento e ajuste o temporizador para 5 minutos.
9. Após o término do preparo, corte os rolos em 8 pedaços.
10. Sirva-os com molho shoyo.

Bolinho de Bacalhau

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 15 minutos

Quantidade: 600g

Ingredientes:

- 250g de batatas descascadas
- 1 dente de alho
- Azeite de oliva
- 125g de bacalhau desfiado e dessalgado
- 3 ramos de salsa
- 1 gema



Modo de preparo:

1. Cozinhe e amasse as batatas.
2. Refogue o bacalhau em um fio de azeite de oliva.
3. Pique a salsa e misture todos os ingredientes.
4. Faça as bolinhas com a massa.
5. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
6. Coloque os bolinhos no cesto de cozimento.
7. Ajuste o temporizador para 15 minutos.
8. Retire e sirva ainda quente.

DICA DE ACOMPANHAMENTO

Você pode servir os bolinhos acompanhados de molho tártaro, feito com maionese, cenoura picada e pepino.

Camarão Empanado no Coco

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 7 minutos

Quantidade: 200g

Ingredientes:

- 300g de camarão
- 50g de farinha de rosca
- 50g de coco ralado
- 50g de panko
- Sal e pimenta a gosto
- 1 limão
- 1 ovo

Modo de preparo:

1. Tempere os camarões com sal, pimenta e limão.
2. Em um prato raso, coloque a farinha de trigo.
3. Pique a salsa e misture em um bowl com o coco, o panko e a farinha de rosca.
4. Empane os camarões passando na farinha de trigo e no ovo, e na mistura de farinhas.
5. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
6. Coloque os camarões no cesto de cozimento deixando um pequeno espaço entre eles.
7. Ajuste o temporizador para 7 minutos.
8. Retire e sirva quente.



Salmão com Molho de Laranja

Temperatura: 200°C

Tempo de preparo: 5 minutos

Quantidade: 300g

Ingredientes:

- 300g de filé de salmão
- 100ml de suco de laranja
- 1 colher de amido de milho
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:

1. Tempere o salmão com sal e pimenta conforme sua preferência.
2. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 200°C.
3. Coloque o salmão no cesto de cozimento.
4. Ajuste o temporizador para 5 minutos.
5. Em uma panela, coloque o suco de laranja, sal, pimenta, e o amido de milho. Mexa com o auxílio de um fouet e deixe ferver por 2 minutos. Reserve.
6. Retire o salmão do cesto de cozimento.
7. Em um prato coloque o salmão e o molho de laranja por cima. Sirva quente.



Brusqueta de Brie com Geléia de Morango

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 7 minutos

Quantidade: 100g

Ingredientes:

- 100g de baguete pequeno
- 75g de queijo brie
- Geléia de morango a gosto

Modo de preparo:

1. Corte o pão em fatias.
2. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
3. Coloque as fatias de pão no cesto de cozimento.
4. Ajuste o temporizador para 5 minutos.
5. Após os 5 minutos, abra a bandeja e coloque o queijo brie e a geléia de morango nas fatias de pão.
6. Ajuste o temporizador para mais 2 minutos.
7. Retire e sirva ainda quente.



Crumble de Maçã

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 15 minutos

Quantidade: 6 ramequins

Ingredientes:

- 2 maçãs
- 80g de açúcar
- 2 colheres de chá de canela
- 1 limão para suco
- Sorvete

Ingredientes para a farofa:

- 50g de farinha de trigo
- 50g de açúcar
- 1 colher de chá de canela
- 20g de manteiga

Modo de preparo:

1. Pique as maçãs em cubos pequenos. Misture o açúcar, a canela e o suco de 1 limão. Reserve.
2. Misture a farinha, a manteiga, o açúcar e a canela, formando uma farofa.
3. Disponha as maçãs em um ramequim e coloque a farofa por cima.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
5. Coloque os ramequins no cesto de cozimento.
6. Ajuste o temporizador para 15 minutos.
7. Retire e sirva com uma bola de sorvete do sabor de sua preferência.



DICA

Ramequin é um pequeno pote de cerâmica usado para a preparação e o serviço de vários pratos ou guarnições (acompanhamentos).

Carolinas

Temperatura: 180°C

Tempo de preparo: 15 minutos

Quantidade: 200g

Ingredientes:

- 50g de manteiga
- 2/3 de xícara de água
- 1/2 xícara de farinha de trigo
- 2 ovos

Modo de preparo:

1. Em uma panela coloque a manteiga e a água para ferver. Quando ferver junte a farinha, misture e retire do fogo. Acrescente um ovo de cada vez. Misture bem com o auxílio de um fouet.
2. Coloque a massa em uma manga de confeiteiro. Faça um formato arredondado.
3. Forre o cesto de cozimento com papel alumínio.
4. Pré-aqueça o aparelho por 5 minutos, ajustando a temperatura em 180°C.
5. Coloque as carolinas no cesto de cozimento, deixando uma distância de no mínimo 2cm entre elas.
6. Ajuste o temporizador para 15 minutos.
7. Retire e recheie com doce de leite usando a manga de confeiteiro ou uma colher.





A maior fabricante
de micro-ondas +
condicionadores de ar
do mundo.*

SPRINGER CARRIER LTDA
Rua Berto Círio, 521
Bairro São Luis - Canoas - RS
CEP: 92.420-030
CNPJ: 10.948.651/0001-61



2 fábricas no Brasil
e mais de 600 assistências
técnicas em todo o país.