

Receitas Natalinas de Família

Um E-book de mais afeto

Esse E-Book foi inspirado no já existente "Receitas de Família" e a exemplo do mesmo foi criado dentro do Projeto Conecta 60+, na Unidade do Sesc em Tubarão.

O Conecta 60+ surgiu perante um cenário adverso, criado pela COVID-19, onde o isolamento social tornou-se regra e mais do que isso, meio de prevenção. Porém, somos seres humanos e como tais temos a necessidade de vivermos em sociedade, e não em unidade. Para tanto o Sesc, em sua vanguarda, decidiu pôr fim a este isolamento criando um projeto que iria aproximar as pessoas mais do que antes, porém de forma virtual. Assim criou-se o Conecta 60+, que veio para criar pontes entre os participantes, ser mais do que um simples projeto, ser sim, um compromisso com o bem viver de nossos amigos/clientes/alunos.

Com cinco temáticas definidas o projeto tornou-se abrangente e amplo, por este fato nos possibilitou trazer à tona uma temática diferente dá que foi usado no primeiro E-book. Este livro virtual que vos serve no presente instante trabalhou o Eixo Memória Ativa.

*E assim como o Eixo em foco prediz, aqui você não encontrará somente receitas natalinas, mas também encontrará história, tradição, carinho, afeto, cuidado, lembranças e principalmente amor. Sim, pois cada uma das receitas nasceu e continua a serem realizadas nas famílias devido ao **amor**.*

O amor que passa dos pais aos filhos, de geração em geração, aquela receita que foi da bisavó ou da tataravó e ainda perpetua e permanece viva em nossas mesas, fazendo de cada natal especial e singular, com histórias lembradas e renovadas a cada data que comemoramos.

Venha conhecer, aproveitar e deliciar-se com estas receitas que trazem um pouco de gostosuras e um tanto a mais de afeto.

José Luiz Maia Grigolo

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Turma Conecta 60+ 14h30

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Morango com Suspiros

Enviada por: Sueli dos Santos Fernandes

Ingredientes

2 bandejas de morango
400 gr. de chocolate branco em barra
1 pacote de suspiro
1 Creme de Leite

Preparo

Limpe os morangos e pique-os, após reserve na geladeira. Com o chocolate quebre ele em várias partes aqueça até derreter acrescente o creme de leite e misture até ficar homogêneo. Em uma travessa fazer uma fina cama com o chocolate, colocar os morangos dispostos de forma aleatória, e após cobrir eles com o restante do chocolate, após quebrar os suspiros em cima do preparo e levar a geladeira. Pronto agora é só servir.

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Salada Tropical de Natal

Enviada por: Ana Boppre de Mendonça

Ingredientes:

- 3 maçãs vermelhas
- 1 maçã verde
- 1 latinha de uvas passas Preta
- 1 lata de uvas passas branca
- 1 cacho de uvas Rosa
- 1 cacho de uvas brancas
- ½ Repolho
- 1 Vidro de Maionese
- 1 Manga para decoração do prato

“Essa não pode faltar, é nossa marca registrada, não pode faltar nossa salada tropical”

Ana Boppre

Modo de Preparo

Picar o repolho bem fininho a uva Rosa e branca cortar no meio e tirar a semente, as maçãs picar em cubinhos, colocar tudo em um pirex e deixa escorrer depois mistura a maionese botar numa travessa e decorar com manga

Boas Festas

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Tabule

Enviada por: Marilene Alves Almeida

Ingredientes:

1 xic. De Trigo de kibe
1 couve flor
2 cenouras
1 brócolis
1 pimentão Verde
1 pimentão vermelho
1 pimentão amarelo
1/3 de repolho roxo
2 cebolas rocha
5 tomates
Temperos

"Fica uma delícia!"

Marilene

Modo de Preparo:

Colocar o trigo de quibe de molho e deixar inchar, enquanto este está de molho, picar em cubinhos todos os demais ingredientes e temperar eles, escorrer o trigo e misturar junto com os vegetais crus, conferir se está temperado e colocar em uma travessa para servir.

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Suspiro, Cocada e Pão de Ló

Enviada por: Maria das Dores Constante Ramos

Ingredientes Suspiro:

4 claras

8 colheres de açúcar

Preparo

Bater as claras em neve e adicionar o açúcar e continuar batendo bem. Após colocar em uma forma e levar ao forno para assar, temperatura baixa até ficar dourado.

"Receita da minha mãe"

Maria Ramos

Ingredientes do Cocada

1 coco fresco

1 ½ xícara de açúcar

Preparo

Ralar o coco fresco, adicionar em uma panela o açúcar e o coco, em fogo brando, mexer o preparo até secar bem e açucarar o preparo, colocar em uma forma ou pirex e deixar esfriar já separado do tamanho que desejas.

Ingredientes do Pão de Ló

6 ovos

12 c de açúcar

12c de trigo

Preparo

Colocar os ingredientes em um vasilhame e misturar bem até homogeneizar. O segredo e bater muito bem. Após levar ao fogo brando por aproximadamente 40 minutos.

"Na minha infância, muitas coisas eram difíceis de ter, ou comprar, mamãe então preparava essas delícias, e dizia que o menino Jesus iria passar em nossa casa com seu burro para trazer os presentes, e pedia para que nós colhêssemos pastinhos para o burrico de Jesus e deixasse junto ao presépio, na manhã de natal, lá estavam os presentes e o prato com suspiro, cocada e pão de ló, o que sempre nos intrigou é que o pasto ficava, o burrico esquecia de comer. "

Maria das Dores

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Farofa de Bacon com Banana

Enviada por: Fernanda Elisa Duarte

Ingredientes:

100 gr de bacon

3 bananas picadas

01 cebola picada

01 dente de alho picado

Cebolinha verde, sal e pimenta a gosto

Farinha de mandioca

Modo de Preparo:

Em uma fritadeira coloque o bacon e frite até que ele esteja bem dourado.

Adicione a cebola, o temperinho e o alho e refogue bem. Reserva.

Na mesma panela coloque as bananas picadas e refogue até ficarem douradas.

Volta a mistura anterior para a panela e coloca a farinha de mandioca e prova o sal para ver se precisa acrescentar.

Outra opção: gosto muito também da farofa com cenoura. Nesse caso faço semelhante, mas troco a banana pela cenoura.

“Nas ceias de natal, sempre compartilhamos pratos. Cada família leva algo para compor os alimentos da mesa. Então, no primeiro natal que eu estava casada, fiquei responsável por algo. Naquela ocasião eu era ‘meio turista na cozinha’, então sugeri que iria levar a farofa. E não é que agradou...até hoje quando falamos em natal e farofa vem à lembrança deste prato. Talvez tenha sido ‘sorte de principiante’ (risos) ”

Fernanda Duarte

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Lombo decorado Com Farofa e Frutas

Enviada por: Maria Sirlei dos Santos

Ingredientes:

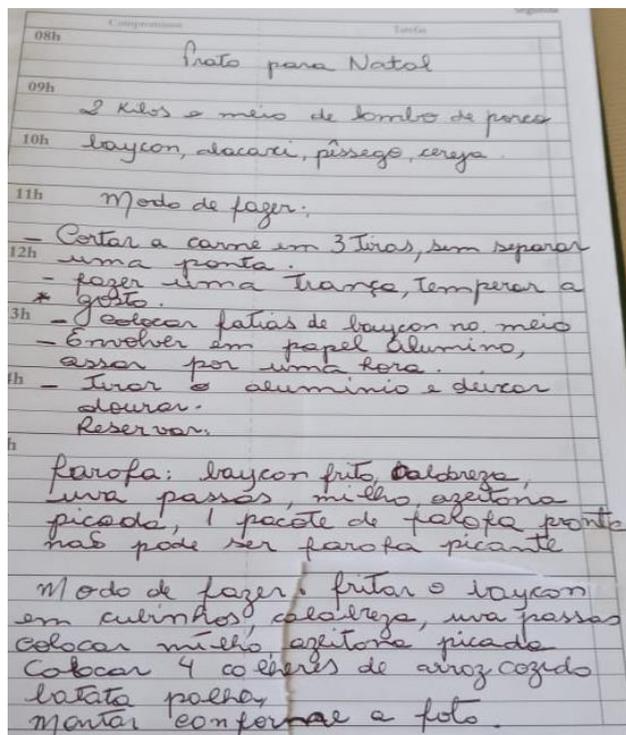
- 2,5 kg de lombo
- 500 gr bacon
- 1 Abacaxi
- 1 Compota Pêssego em Calda
- Cerejas em conserva
- 1 pacote de farofa pronta (não picante)
- 300 gr linguiça calabresa
- 30 gr. Uvas passas
- 1 lata de milho
- 200 gr de azeitonas

Modo de Preparo do Lombo:

Pegar o Lombo e cortar ele em três tiras, deixando uma ponta presa e uma das pontas cortada. Com essas tiras fazer uma trança, e rechear os espaços dela com bacon. Enrole o lombo em papel alumínio, e asse por 1 hora, após retire o papel alumínio e deixe no fogo até dourar. Após colocar no prato já decorado com a farofa e as frutas em compotas.

Modo de Preparo da Farofa

Refogue a calabresa, o bacon, acrescente a farofa, o milho, a azeitona picada e as uvas passas. Deixe homogeneizar e retire do fogo. Após utilize para decorar o prato e também degustar na ceia.



Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Rabanada de Natal

Enviada por: Ivonir Gonçalves Morales

Ingredientes:

6 pães d'água

2 ovos

Açúcar

Canela

Óleo

“Uma receita muito fácil, e que fazíamos sempre quando estávamos reunidas, eu, minha mãe, minha irmã e meus filhos.”

Ivonir

Modo de Preparo:

Coloque os ovos em um prato e bata-os, após corte os pães em postas (rodela). Prepare uma frigideira com óleo para fritar e uma mistura de canela moída e açúcar. Mergulhe o pedaço de pão no ovo batido, lembre-se de deixar os dois lados do pão bem passados no ovo, depois coloque para fritar, estando frito coloque em uma travessa e coloque açúcar e canela por cima.

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Pernil ou Lombo Natalino

Enviada por: Tomasia Anselmo dos Santos

Ingredientes para a massa:

Pernil (inteiro) ou Lombo Suíno (ambos com pele)

Alho

Limão

Sal

“Esta receita é nosso carro chefe, sempre faço em todos os natais e não pode faltar. Meus filhos, netos e bisnetos sempre esperam por ela”

D. Tomasia

Modo de Preparo:

Com o alho, limão e sal faça um molho e coloque a peça suína a marinar neste molho de um dia para o outro.

Coloque a peça em uma forma, banhe-a com o molho feito e coloque no forno. Este ficará no molho por 8h em fogo brando, sendo banhada com o próprio caldo que ficará na forma de tempos em tempos, para deixar a carne suculenta.



Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Sarrabulho

Enviada por: José Luiz Maia Grigolo

Ingredientes:

Fígado de Galinha

Cebola

Alho

Pimentão

Sal

Pimenta

Modo de Preparo:

Limpe o Fígado, retire as peles brancas dele, após faça cubos menores com o fígado, tempere com sal e pimenta a gosto, reserve.

Pegue os demais ingredientes pique e coloque para refogar com um fio de alho, após refogado acrescente o fígado. O preparo irá soltar bastante água, permaneça em fogo brando e sempre mexendo, até o preparo secar a água e iniciar o processo de esfrelamento. Cuide para não deixar secar demais.

“Esta receita é muito típica da família, me remete ao tempo que fazíamos o natal todos juntos na casa da vó. Cada um levava um prato e nos reuníamos para festejar. Hoje infelizmente já não é mais assim, porém a memória e amor continuam vivos através desta receita.”

Maia

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receitas de Família
Turma Conecta 60+ 09h30

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Mini Ravióli

Enviada por: Octavio Guarezi

Ingredientes:

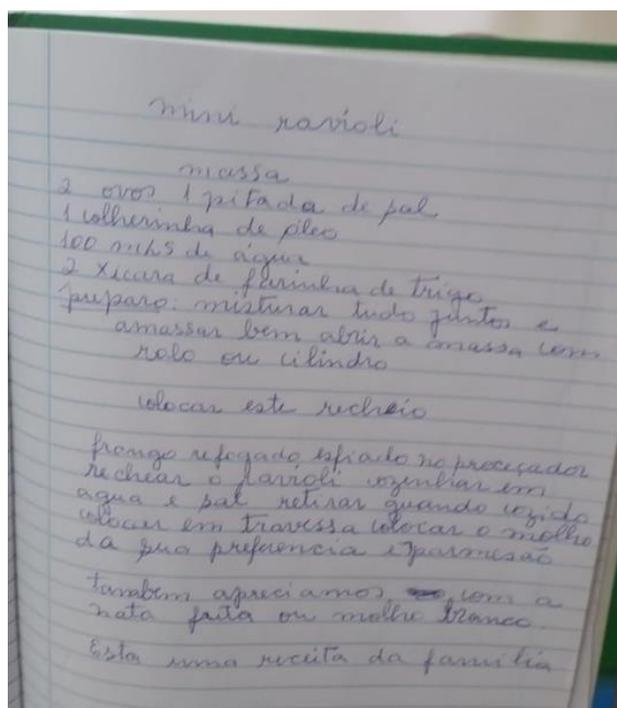
2 ovos
Sal
100 ml de água
2 xic. de farinha de trigo
500 gr. de frango
Temperos a gosto

Modo de Preparo:

Para a massa misture os ovos, o sal, a água e o trigo, amasse até ficar bem homogêneo, quando a massa estiver bem misturada estique ela com o rolo ou com o cilindro e reserve. Para o recheio refogue o frango com temperos e especiarias, após desfiar com o processador.

Estando o recheio pronto, corte a massa em quadradinhos, recheie com o frango já passado no processador, junte as pontas e pressione uma contra a outra, fechando bem o quadradinho.

Cozinhar em água com sal, após adicionar o molho de sua preferência, nós gostamos de colocar nata frita ou molho branco.



Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Pratos Preferidos de Natal

Enviada por: José Fabro

Segundo o Sr. José, muitas receitas são boas. Mas para ele não pode faltar no natal é a Bolacha de natal, o Sorvete e o Pudim.

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Pierogi

Enviada por: Maria Pedra Perito Guarezi

Ingredientes:

2 ovos
100 ml. De água
Sal
Temperos
1 colherinha de óleo
2 xíc. Farinha de Trigo
300 gr. Coalhada
300 gr. Batata Cozida

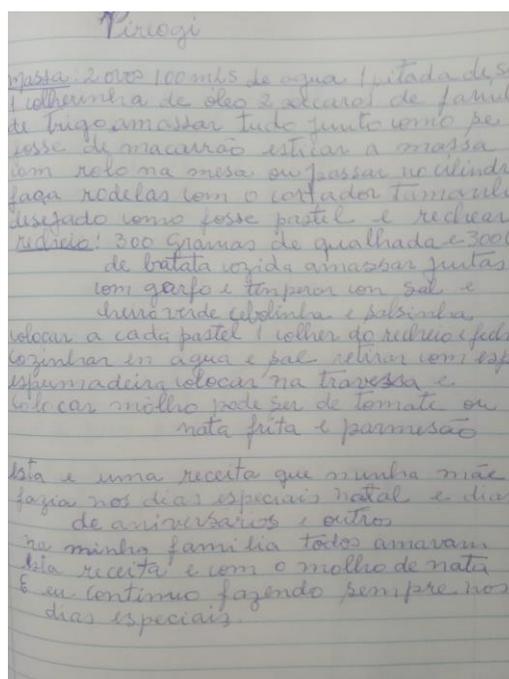
“Essa é uma receita que minha mãe fazia nos dias especiais. Natal e Aniversários, adorávamos com molho de nata. Eu faço até hoje nos dias especiais. (Risos)”

D. Pedra

Modo de Preparo:

Em uma tigela coloque os ovos, a água, o sal, a colherinha de óleo e o trigo, amasse muito bem a massa como se fosse de macarrão, após estique ela com rolo ou cilindro. Após esticado corte em rodela, como massa de pastel. Para o recheio amasse as batatas com a coalhada e tempere.

Preencha as massas em rodela com o recheio e feche-as, em uma panela com água fervente e sal colocar os Pierogi para cozinhar, retirá-los com espumadeira e colocar numa travessa. Após adicionar o molho de sua preferência, podendo ser de tomate, de nata frita ou molho branco.



Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Salada Natalina

Enviada por: Mari Arlete Sandrini

Ingredientes:

3 xic de repolho roxo cortado fininho
1 xic tomate cereja
1 xic de manga cortada em cubinhos
1 cenoura grande cortada em fatias (dar uma fervura)
1 xic de queijo de búfala cortado em cubinhos
2 colheres de sopa de salsinha
2 colheres de vinagre balsâmico
2 colheres de sopa de azeite de oliva
Sal a gosto
Pimenta a gosto

Modo de Preparo:

Misturar bem todos os ingredientes com nata e creme de leite sem soro
Forra uma travessa com folhas de alface e por cima a “Salada Natalina”

“Essa receita me lembra a família reunida e todos muito contentes reunidos.”

D. Mari

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Maionese de Natal

Enviada por: Ester Marcos de Farias

Ingredientes

4 Peitos de Frango
1 Litro de leite
1 Lata de milho
1 Lata de ervilha
1 Lata de creme de Leite sem soro (nata)
1 Vidro de palmito
1 Vidro de Maionese Grande
Meio Quilo de Presunto Cortado em cubinhos

Modo de Preparo:

Cozinha o peito de frango no litro de leite, deixar esfriar, depois desfiar o peito escorrer bem, após só misturar todos os ingredientes, coloque em uma travessa e decore com frutas vermelhas ameixa e cerejas

“Sempre fazia essa receita na casa da mãe, era sempre uma festa, muito bem enfeitada.”

Ester

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Panetone de Frutas

Enviada por: Orlandina Silvestri Felipe

Ingredientes

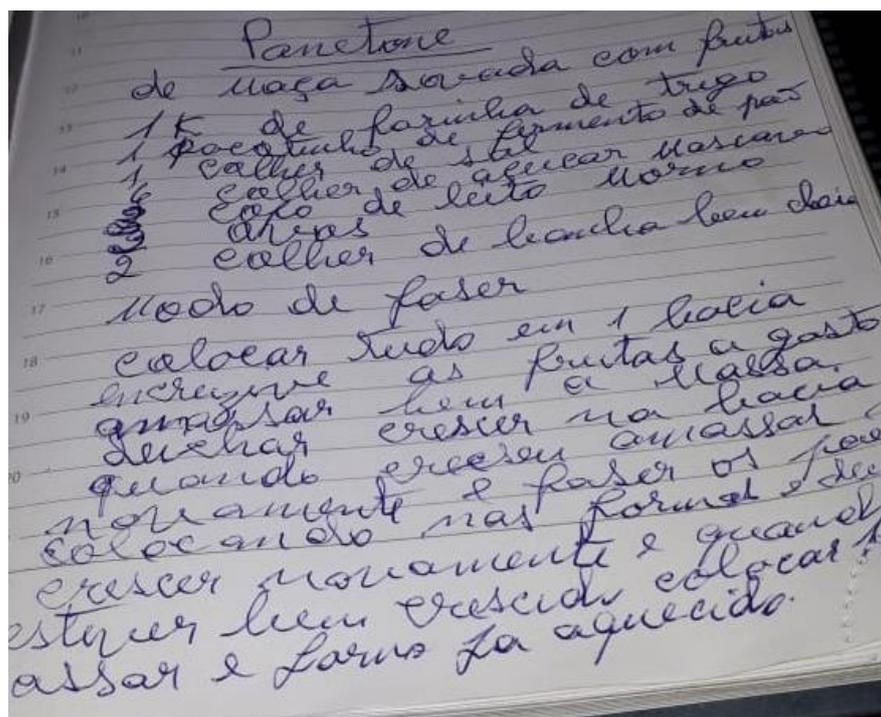
- 1 Kg de Farinha de Trigo
- 1 Fermento Biológico
- 1 Col. de sal
- 6 Col. de Açúcar
- 2 Copos de leite morno
- 2 ovos
- 2 Col. de Banha
- 150gr de frutas cristalizadas

"Quando a família estava toda reunida fazia o panetone ao meu jeito, mas era delicioso, me lembra o tempo de criança família reunida casa cheia."

D. Orlandina

Modo de Preparo:

Em uma grande bacia colocar todos os ingredientes e misturar e amassar muito bem, incluir neste momento também as frutas cristalizadas. Após amassar bem descansar a massa, e deixar ela crescer, coberta com um pano de prato. Depois que crescer amassar novamente e separar a massa já colocando nas formas, após descansar a massa e esperar crescer. Assim que a massa crescer colocar no forno pré-aquecido durante 60min. a 180º.



Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Peru Natalino

Enviada por: Euzébio Adão da Silva

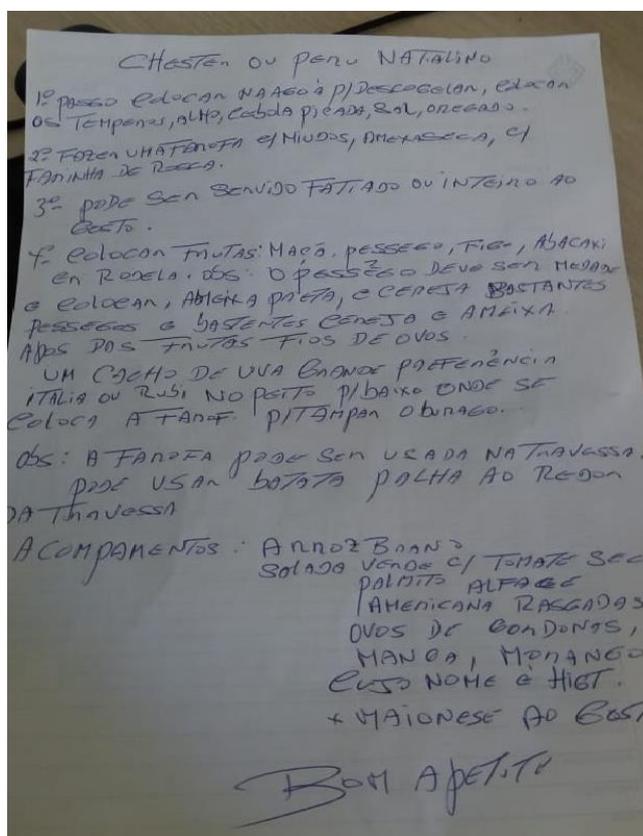
Ingredientes:

1 Peru
500 gr. De Farinha de Rosca
Miúdos do Peru
1 cebola grande
3 dentes de alho
Temperos
Frutas para decorar.

“Essa receita me traz um prazer, uma alegria de servir minha família e meus clientes, o prazer e o retorno de todos sempre foi uma grande alegria.”
Euzébio

Modo de Preparo:

Descongele o Peru na Água e tempere ele de um dia para o outro. Com os miúdos refogue eles com tempero e coloque a farinha de rosca, antes de colocar o Peru para assar rechear ele com a farofa de miúdos. Leve ao forno por 3h a 180°. Após estar pronto colocar em uma bandeja decorando-o com frutas em compota, cristalizadas e in natura.



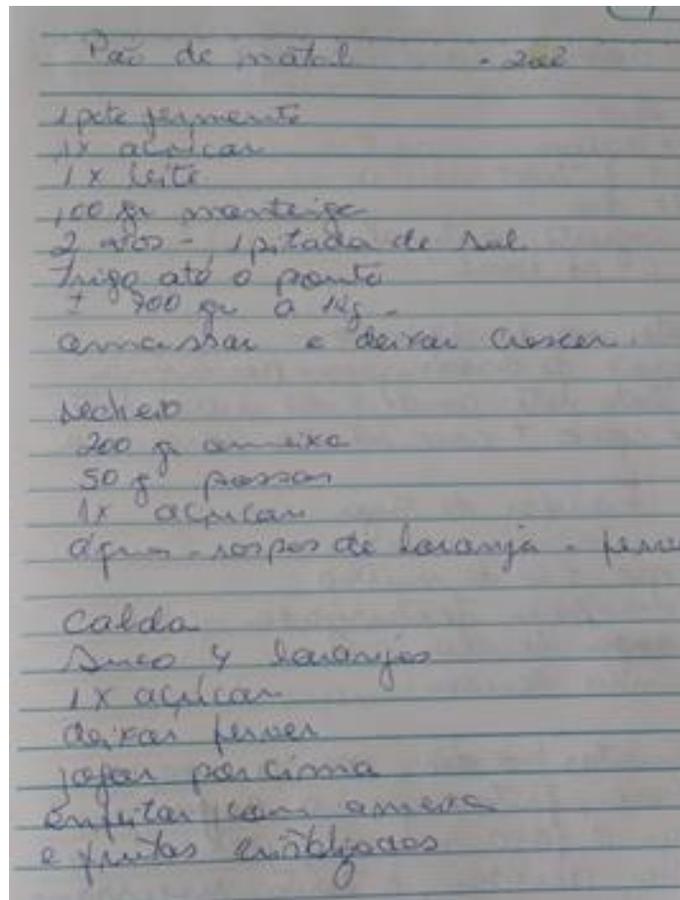
Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Pão de Natal

Enviada por: Lucia Elisabete da Cunha Bittencourt

Ingredientes:

- 1 pacto. Fermento Biológico
- 3 Xic. de Açúcar
- 1 xic. de Leite
- 100 gr. Manteiga
- 2 ovos
- Sal
- 700gr a 1kg de Farinha
- 200 gr. De Ameixa
- 50 gr. De Uva Passa
- ½ xíc. De Água com raspas de Laranja
- 4 Laranjas



Modo de Preparo:

Para fazer a massa misturar a farinha, ovos, uma pitada de sal, manteiga, leite e 1 xícara de açúcar, misturar tudo muito bem misturado e amassar, depois descansar a massa.

Para fazer o recheio colocar a água com raspas de laranja e uma xícara de açúcar a ameixa e uma uva passada, colocar tudo na panela e ferver até engrossar e açucarar.

Esticar a massa e colocar o recheio e enrolar novamente a massa do pão, após cortar em fatias e colocar em uma forma com o buraco no meio.

Para a calda ferver o suco de 4 laranjas com 1 xícara de açúcar, após colocar por cima das fatias de pão.

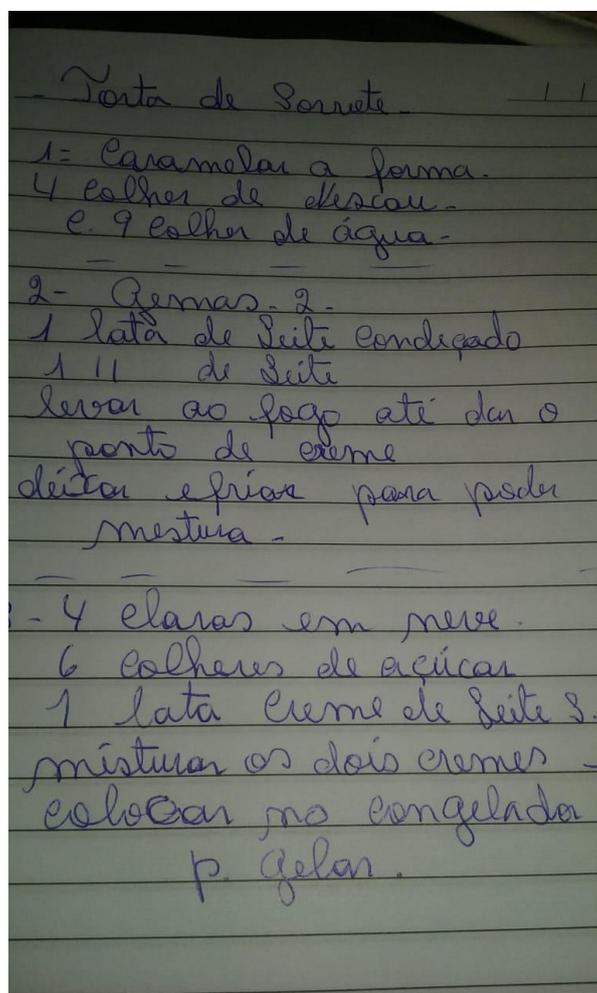
Levar ao forno, pré-aquecido, por 40 minutos há 180°.

Receita: Torta de Sorvete

Enviada por: Maria Gorete Marangoni de Oliveira

Ingredientes:

- 4 colheres de achocolato de sua preferência
- 9 colheres de água
- 4 ovos
- 1 Lt. De Leite Condensado
- Leite
- 6 col. de Açúcar
- 1 Creme de Leite



Modo de Preparo:

Em uma panela misture o achocolatado com a água coloque no fogo para homogeneizar, após coloque na forma para caramelizá-la.

Separe 2 gemas e coloque em uma panela, junte o leite condensado, a mesma medida de leite e leve ao fogo até dar ponto de creme, e reserve até esfriar.

Com as 4 claras dos ovos bater elas em ponto de neve, adicionar o açúcar e o creme de leite, bater bem e misturar com o creme que já estava pronto reservado. Após misturar bem colocar na forma e levar ao congelador. Na noite de natal desenformar para servir.

“Sempre faço no natal essa receita a família toda adora. Minhas netas dizem que só vem aqui em casa se eu fizer aquele pudim...”
Maria Gorete

Receita: Cassata

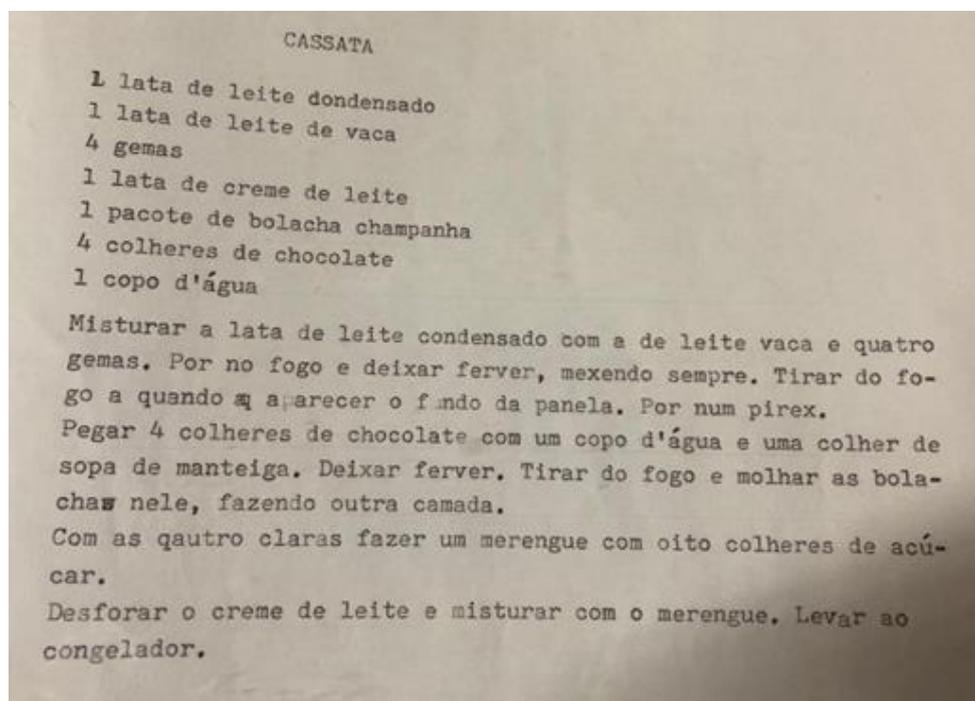
Enviada por: Miriam Esteves Correa

Ingredientes:

- 1 Lt. Leite Condensado
- Leite
- 4 ovos
- 1 Creme de Leite
- 1 Pct. Bolacha Champanhe
- 4 Col. de Chocolate
- 1 Copo de Água
- 1 Col. Manteiga
- 8 col. de açúcar

“Minha receita é bem antiga de quando as crianças eram pequenas, me remete a todo amor e carinho de nossa família.”

Miriam



Modo de Preparo:

Misture o Leite Condensado, com a mesma medida de leite e as gemas, coloque na panela e leve ao fogo até ferver, retirar da panela e colocar na travessa quando soltar do fundo da panela. Pegue o chocolate a água e a manteiga, misture e leve ao fogo, até ferver, molhe as bolachas champanhe nesta calda e vá montando uma cama com as bolachas no pirex por cima do creme. Com as claras fazer elas até o ponto de neve, misturar o açúcar e o creme de leite, após misturar bem os ingredientes e cobrir as bolachas champanhe. Após levar ao congelador.

Conecta 60+
Sesc Tubarão

Receita: Bife ao Molho Madeira

Enviada por: Tânia Regina Saldanha do Amaral

Ingredientes:

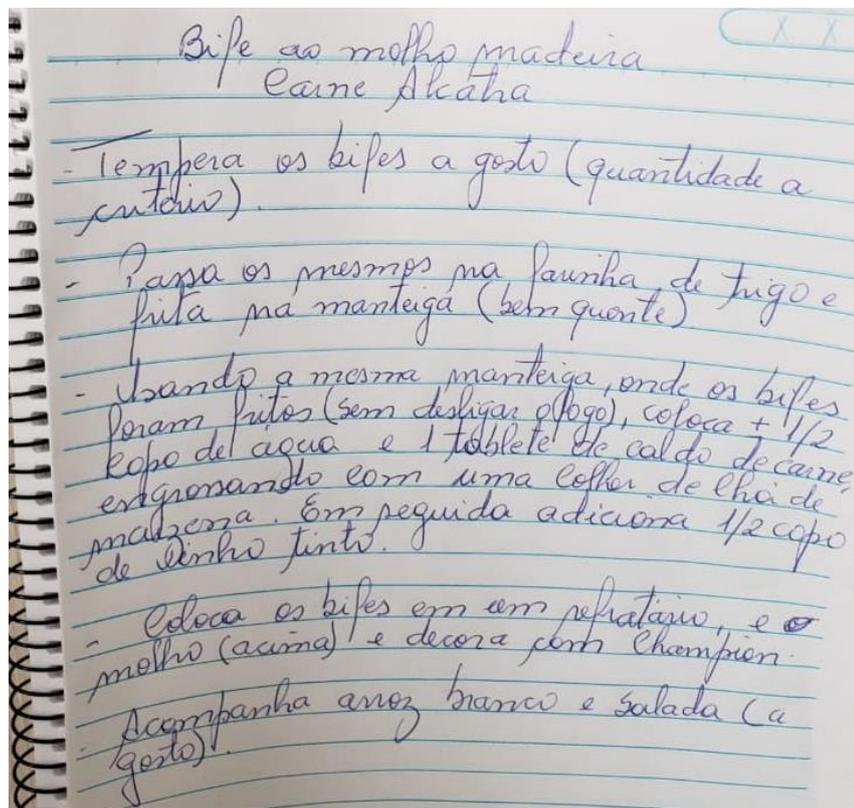
- 1 kg de bife de alcatra
- 200 gr. Farinha de Trigo
- 200 gr. De Manteiga
- ½ Copo de água
- 1 Col. de Maizena
- ½ Copo de Vinho Tinto
- 1 Tablete de Caldo de Carne

“La em casa quem faz as receitas natalinas é minha irmã, e a receita que vamos passar é o bife a molho madeira, esta sempre está em nossas festas e natal.”

Tânia

Modo de Preparo:

Em uma frigideira colocar a manteiga e fritar os bifés nela, após fritar todos os bifés reservar eles, acrescentar na panela a água, o tablete de caldo de carne e deixar apurar, colocar a colher de maisena para engrossar e após colocar o vinho. Despejar este preparo em cima dos bifés já reservados e decorar com champignon.



Receita: Tender de Natal

Enviada por: José Luiz Maia Grigolo

Ingredientes:

1 tender
3 colheres de Karo
2 laranjas
Papel alumínio
Cravo da Índia (opcional)

“Todas as receitas compartilhadas me remetem a uma época de infância na casa de minha já falecida avó, onde reuníamos toda a família e aguardávamos ansiosamente, eu e meus primos, a chegada do papai Noel. Momento único que sempre fará parte de minha memória.”
Maia

Modo de Preparo:

Pegue o tender e faça ranhuras (pequenos cortes) na parte que ficará para cima durante o cozimento, no encontro entre as ranhuras fixe um cravo da Índia, após esta parte terminada, coloque o tender em uma forma.

Esprema o suco das duas laranjas na forma, coloque as colheres de karo por cima do tender, neste momento as ranhuras vão reter parte do karo, após cubra tudo com papel alumínio o mais fechado que conseguir e leve ao forno por 40 a 50 minutos.

Após cozido retire o tender da forma coloque em uma travessa. Pode decorá-lo com frutas em compota e sugere que se monte uma cama de farofa natalina no fundo da travessa que receberá o tender.

Mensagem aos leitores

Um início de ano cheio de esperança, renovações e alegrias. E num piscar de olhos, o mundo parou. Nós paramos, ficamos sem saber que rumo tomar. Mas com o passar dos dias, dentro de nossas casas, o verdadeiro sentido da vida começa a tomar outras formas, para que pudéssemos manter nossa conexão.

Aprendemos muito, perdemos um pouco, mas nos reinventamos para continuar a fazer o que a gente mais gosta que é nos reunir, aprender com o próximo, contar histórias e dar boas risadas.

E desses novos encontros virtuais fortalecemos nossa união e surgiram novas conexões, novos aprendizados e novos amigos.

E mais do que isso, após este ano de tantos aprendizados formulamos uma linda receita, para ser aplicada a cada um que queira também superar um ano desafiador, porém engrandecedor...aí vai:

Receita de uma pandemia

1 xíc. de paciência

1 xíc. de tolerância

1 xíc. de gentileza

½ xíc de novos conhecimentos

3 colheres de tecnologia

2 colheres de humildade

1 pitada generosa de amor ao próximo

Alegria a gosto