



# Culinária!

Por Cris Leite Chef de cozinha

Cris Leite/ Divulgação

## Massa de crepe

### Ingredientes

• 240ml de água mineral gasosa • 600g de farinha de trigo • 2 gemas • 300ml de leite integral • 30g de manteiga sem sal • 2 ovos • 120g de queijo parmesão ralado • Sal refinado a gosto.

### Modo de preparar

Bata no liquidificador o leite, a farinha, os ovos, as gemas, a manteiga, o queijo ralado e o sal. Por último, adicione a água gasosa. Coloque 1 concha de massa na frigideira antiaderente e espalhe por igual. Quando a massa estiver cozida de um lado, vire e doure do outro. Recheie e volte com o crepe para a frigideira para que ele esquente o recheio. Rendimento: 12 unidades.



tempo de preparo  
**20**  
min

SIMONE MARINHO/ 26.08.2004

## Recheio de banana e canela

### Ingredientes

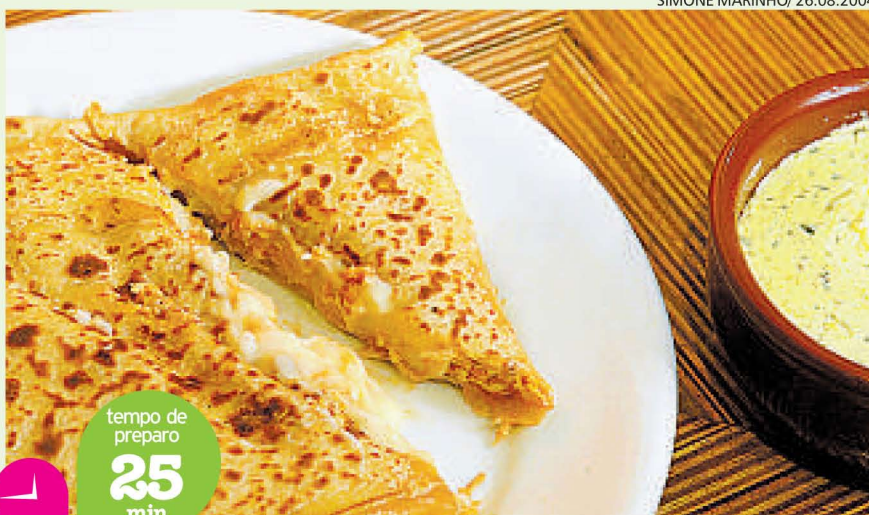
• 4 bananas prata cortadas em rodellas finas • 100g de manteiga sem sal • 100g de açúcar refinado • 20g de canela em pó.

### Modo de preparar

Na massa pronta, espalhe a

manteiga, as rodellas de banana, o açúcar e a canela em pó. Feche o crepe, deixe na chapa por 2 minutos para aquecer o recheio e sirva. Sugestão: servir acompanhado de sorvete de creme.

FÁBIO ROSSI/ 09.09.2009



tempo de preparo  
**25**  
min

## Recheio de frango e requeijão

### Ingredientes

• 50g de cebola branca ralada • 3g de colorau em pó • 300g de peito de frango • Pimenta do reino branca a gosto • 200g de requeijão cremoso • 100g de milho em conserva • Sal refinado a gosto • 1/2 molho de salsa fresca.

### Modo de preparar

Lave e higienize a salsa, seque e pique. Tempere o peito de

frango com o sal, a pimenta, a cebola ralada e o colorau. Depois de cozido, desfie o frango, junte a salsa picada e o milho. Na massa pronta, espalhe o requeijão e o frango desfiado. Feche o crepe, deixe na chapa por dois minutos para aquecer o recheio e sirva. Sugestão: acompanhar com molho de queijo ou molho vermelho.



tempo de preparo  
**10**  
min