

# Culinária!



**CIUS LEITE**  
Chef de cozinha  
www.chefciusleite.com.br

Quer ver suas três receitas favoritas publicadas aqui na Toda Extra? Compartilhe com a gente! Envie-as para [todaextra@extra.inf.br](mailto:todaextra@extra.inf.br) com sua foto, seu nome e telefone, e entraremos em contato



**12**  
PEDAÇOS

**60**  
MIN

## Bolo de limão

### INGREDIENTES

480g de açúcar refinado / 360g de amido de milho / 120ml de creme de leite fresco / 360g de farinha de trigo / 20g de fermento químico / 240ml de leite integral / 80g de manteiga sem sal / 3 ovos / 10g de raspas de casca de limão / **Calda** 180g de açúcar refinado / 50ml de suco de limão.

### PREPARO

Bata os ovos com o açúcar e a manteiga. Junte a farinha, o amido de milho, o leite e o creme de leite. Adicione o fermento. Retire da batedeira e junte as raspas de limão. Coloque a massa na forma untada e enfarinhada. Leve ao forno a 200°C por 40 minutos. **Calda:** misture o suco de limão com o açúcar até formar uma pasta. Desenforme o bolo morno. Regue com a calda de limão.

## Sanduíche chic

### INGREDIENTES

40ml de azeite extra virgem / 70g de azeitonas pretas picadas / 30g de cebola branca ralada / 1 molho de folhas de rúcula picadas / 1 pacote de pão de forma sem casca / 30g de requeijão cremoso / 1/4 de molho de salsa fresca picada / 200g de tomate seco picado

### PREPARO

Misture o requeijão com o tomate seco, a salsa, a azeitona e a cebola. Passe o azeite nos pães. Espalhe a pasta de tomate seco, coloque as folhas picadas de rúcula e feche o sanduíche com a outra parte do pão. Sirva a seguir.



**16**  
UNIDADES

**10**  
MIN

## Muffin de cenoura e queijo

### INGREDIENTES

120ml de azeite extra virgem / 100g de cebola branca ralada / 1/4 de molho de cebolinha fresca picada / 500g de cenoura / 200g de farinha de trigo / 20g de fermento químico / 240ml de leite integral / 200g de muçarela ralada / 2 ovos batidos / 80g de queijo parmesão ralado / 1/4 de molho de salsa fresca picada / sal refinado a gosto / **Para untar e enfarinhar:** 40ml de azeite extra virgem / 40g de farinha de trigo.

### PREPARO

Rale a cenoura num ralo grosso. Junte a cebola, os ovos e o leite. Misture bem. Acrescente a muçarela, o parmesão, a salsa, a cebolinha, o azeite e a farinha de trigo. Misture bem. Acrescente o sal e o fermento. Unte e enfarinhe as forminhas. Coloque a massa em cada forma até a metade. Leve ao forno a 180°C por 20 minutos. Desenforme morno.



**12**  
PORÇÕES

**35**  
MIN