



Saladinha de **tomate**

Ingredientes

• 30ml de azeite extra virgem • 6 azeitonas pretas fatiadas • 10 folhas de manjericão fresco • 3g de orégano seco • 200g de queijo mussarela cortado em cubos • sal refinado a gosto • 2 tomates • 10ml de vinagre balsâmico

Modo de preparar

1. Lave e higienize os tomates e as

folhas de manjericão 2. Corte os tomates em fatias, retire as sementes 3. Numa travessa, coloque os cubos de mussarela, o tomate, a azeitona, tempere com o sal, o orégano, o azeite e o vinagre balsâmico, decore com as folhas de manjericão 4. Sirva a seguir

Rendimento: 6 porções



tempo de preparo
10
min



tempo de preparo
20
min

FOTOS DE DIVULGAÇÃO



Filé de Frango ao **molho de Ervas**

Ingredientes

• 10g de alecrim fresco picado • 1kg de filé de frango • 120g de farinha de trigo • 100g de manteiga sem sal • 10g de orégano fresco picado • 10g de salsa fresca picada • 10g de sálvia fresca picada • 20 ml suco de limão • suco de limão tomilho fresco picado • 120 ml vinho branco seco • sal e pimenta do reino branca a gosto

Modo de preparar

1. Limpe os filés de frango e

tempere com sal e pimenta do reino. 2. Passe pela farinha de trigo e retire o excesso. 3. Aqueça a manteiga na frigideira e frite os filés de frango de ambos os lados. 4. Junte o vinho branco e deixe reduzir. 5. Adicione o suco de limão e as ervas. Tempere com sal e pimenta. 6. Acrescente o restante da manteiga. Deixe o molho engrossar e retire. 7. Sirva por cima dos filés.

Rendimento: 6 porções



tempo de preparo
50
min



Pudim de **leite**

Ingredientes

• 395g Leite condensado • 395ml de Leite integral • 3 ovos

Calda: • 120g de Açúcar refinado

Modo de preparar

1. Calda: Na forma de pudim, doure o açúcar sem deixar queimar, unte toda a forma. 2. Misture os ovos,

acrescente o leite condensado e o leite integral, misture bem. 3. Coloque na forma caramelizada. Cobrir com papel alumínio. 4. Leve ao forno a 180° em banho-maria por 40 minutos. 5. Desenforme morno.

Rendimento: 12 porções