



# LIVRO DE RECEITAS

# REFOGADO DE CASCA DE MELANCIA

## **INGREDIENTES**

- casca de melancia cortada em cubos
- alho triturado
- cebola cortada e triturada
- salsa
- coentro
- azeite

## **MODO DE PREPARO**

- refogue o alho, a cebola, a salsa, o coentro, tdo isto no azeite quente por dois minutos.
- em seguida acrescente os cubos da casca de melancia misturando bem.
- acrescente água até cobrir os cubos.
- tampe a panela e deixe em fogo médio por 35 minutos.
- verifique a consistência dos cubos das e em seguida é só servir.

OBS: o refogado das cascas de melancia acompanha vários tipos de prato aí só depende da criatividade.

## **BOLINHOS DE FOLHA DE CENOURA**

### **Ingredientes**

- 2 ovos
- 6 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 e 1/2 xícara (chá de folhas de cenoura lavadas e picadas)

### **Modo de preparar**

- Misture todos os ingredientes numa tigela e frite às colheradas em gordura quente.

# GELEIA DE CASCA DE LARANJA

## **Ingredientes**

- 1 kg de açúcar
- 1 kg de casca de laranja
- 10 g de cravo
- 10 g de canela

## **Modo de preparar**

- Utilize uma panela média,
  - Derreta o açúcar em fogo brando até atingir o ponto de calda.
  - Em seguida, acrescente as cascas da laranja, bem lavadas mexendo até desmanchar, acrescente cravo, canela e deixe ferver até aromatizar.
  - Deixe esfriar e coloque em recipiente de vidro e guarde na geladeira.

## DOCE DE CASCAS DE BANANA

### **Ingredientes**

- 5 xícaras (chá) de cascas de banana nanica (lavadas e picadas )
- 5 xícaras (chá) de açúcar

### **Modo de preparar**

- Cozinhe as cascas em pouca água até amolecerem.
- Retire do fogo, escorra, reserve a água e deixe esfriar.
- Bata as cascas e a água no liquidificador e passe por peneira grossa.
- Junte o açúcar e leve novamente ao fogo, mexendo sempre, até desprender do fundo da panela.

## **BOLINHOS DE TALO DE AGRIÃO**

### **Ingredientes**

- talos de agrião cortados em rodelinhas (o equivalente a meia xícara)
- 2 ovos
- 5 colheres (sopa) de farinha de trigo
- meia cebola média
- sal a gosto

### **Modo de preparar**

Misture todos os ingredientes numa tigela e frite em óleo quente, em pequenas porções de cada vez.

# TOMATES RECHEADOS COM SOBRA DE ARROZ

## **Ingredientes**

- 1 xícara (chá) de sobras de arroz
- 2 colheres (sopa) de salsa picada
- 2 ovos cozidos
- 2 colheres (sopa) de queijo ralado
- 6 tomates grandes
- 10 azeitonas verdes

## **Modo de preparar**

- Corte os tomates ao meio e retire as sementes.
- Misture o restante dos ingredientes e recheie os tomates.