



COLEÇÃO PEQUENOS GOURMETS

RECEITAS DO CIRCO



PRODUÇÃO CULINÁRIA DOS ALUNOS
DO INFANTIL A

2024

COLEÇÃO PEQUENOS GOURMETS

RECEITAS DO CIRCO

PRODUÇÃO CULINÁRIA DOS ALUNOS DO INFANTIL A

2024

SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS	4
APRESENTAÇÃO	6
PASTEL DO CIRCO	9
GELATINA DO PALHAÇO	10
VARINHA DO MÁGICO	11
SALADA DE FRUTA DO MALABARISTA	12
CREPE DO EQUILIBRISTA	13
PIRULITO DE BOLACHA	14
PALITO DE FRUTAS	15
SOPA DE LETRINHA	16
CUPCAKE COLORIDA	17
CANUDINHO DE CARNE	18
COOKIE	19
QUICHE DE LEGUMES	20
VITAMINA DE BANANA E MORANGO	21
CHUP-CHUP	22

AGRADECIMENTO

Este livro da **Turma do Circo** de culinária é o resultado de um empenho coletivo e muita diversão. Eu não poderia deixar de expressar minha gratidão a todos que ajudaram a transformá-lo em realidade.

Primeiramente, gostaria de agradecer a cada integrante da nossa querida **Turma do Circo**, que trouxe sua alegria e criatividade para cada receita. Cada prato neste livro reflete o talento e a dedicação de todos que, juntos, deram vida a esta obra cheia de cores, sabores e momentos mágicos na cozinha.

Um agradecimento especial às famílias, equipe pedagógica, direção, professoras auxiliares Gabriela, Maria Júlia, Sabrina. Vocês foram essenciais em todo o processo, e suas contribuições estão em cada detalhe deste livro.

Vocês ajudaram a fazer deste livro algo muito especial, e somos profundamente gratos por isso.

E, por fim, a você, querido leitor, que embarca nesta aventura gastronômica conosco. Esperamos que cada receita inspire momentos deliciosos e divertidos, assim como os que vivemos juntos na **Turma do Circo**. Que sua cozinha se encha de alegria, como o picadeiro de um circo, cheio de surpresas e sorrisos!

Com gratidão e entusiasmo,

Professora Leonela e a Turma do Circo

APRESENTAÇÃO

Seja bem-vindo ao fantástico mundo da **Turma do Circo**! Neste livro, convidamos você a embarcar em uma aventura culinária cheia de diversão, cores e, claro, muito sabor!

Assim como em um espetáculo de circo, onde cada artista traz sua magia para o picadeiro, nossa turma preparou pratos incríveis, inspirados em cada personagem e momento encantador do circo. Aqui, as receitas são mais que simples instruções de cozinha: são um convite para brincar com os sabores, ousar nas combinações e, acima de tudo, compartilhar momentos inesquecíveis com aqueles que amamos.

Entre malabarismos com ingredientes, trapézios de temperos e números de magia com doces e salgados, você descobrirá que cozinhar pode ser tão divertido quanto uma noite de circo. Cada receita foi criada para despertar o chef criativo que existe dentro de cada um, fazendo da cozinha um verdadeiro palco para suas invenções.

A **Turma do Circo** está pronta para levar você ao mundo da culinária com um toque de fantasia e muita alegria. Que este livro inspire refeições deliciosas, momentos de diversão e boas risadas ao lado de amigos e familiares.

Aproveite o espetáculo!

Com sabor e magia,

Professora Leonela e a Turma do Circo

PASTEL DE CARNE DO CIRCO

Ingredientes:

- 1 pacote de massa de pastel
- 1 kg de carne moída
- 1 cebola
- 1 Tomate
- Alho e Sal a gosto

Modo de preparo:

Em uma panela com o óleo refogue a cebola e alho até dourar.

Adicione a carne moída, quando começar a ferver mexa de vez em quando até toda a água secar, mexendo deixando a carne soltinha.

Na medida que ela for enxugando mexa até que comece a fritar acrescente o sal a gosto, desligue o fogo. Deixe esfriar e monte do seu jeito.



GELATINA DO PALHAÇO

Ingredientes:

- 1 gelatina de morango
- 1 gelatina de cereja
- 1 gelatina de abacaxi
- 1 gelatina de uva
- 150 ml de água fervendo para cada gelatina
- 150 ml de água gelada para cada gelatina

Creme:

- 1 Leite condensado
- 1 Creme de leite
- 3 Colheres de sopa de leite ninho

Modo de preparo:

Gelatina:

Coloque em uma travessa a gelatina, junte a água quente primeiro mexendo até dissolver bem a gelatina e depois acrescente a água gelada mexendo mais um pouco, depois coloque na geladeira por 3 horas.

Creme:

No liquidificador coloque o leite condensado, o creme de leite e o leite ninho e bata até ficar um creme homogêneo.



VARINHA DO MÁGICO

Ingrediente:

- 1 massa folhada
- 1 queijo ralado
- 1 copo americano de leite gelado
- 3 dentes de alho
- Azeite de oliva

Modo de preparo:

Corte em tiras a massa folhada, unte a forma e polvilhe com o queijo ralado e coloque a assar em 180°C

Creme:

Junte os 4 ingredientes tudo no liquidificador, bata em velocidade média, despeje o azeite de oliva em fio enquanto está batendo até tornar-se o ponto de creme.



SALADA DE FRUTA DO MALABARISTA

Ingredientes:

- Uva verde
- Uva roxa
- Manga
- Banana
- Morango

Modo de preparo:

Corte as frutas em pedaços pequenos, depois coloque em uma tigela para misturar.



CREPE DO EQUILIBRISTA

Ingredientes:

Massa:

- 3 ovos
- 3 colheres de óleo
- 3 xícaras farinha de trigo
- 3 xícaras de leite
- 2 colheres de chá de sal
- 3 colheres de chá de fermento em pó

Recheio:

- Queijo
- Orégano

Modo de preparo:

No liquidificador coloque os ovos, leite e óleo, bata um pouco até misturar todos os ingredientes. Depois vai colocando aos poucos a farinha de trigo e o sal, bata mais um pouco até ficar uma massa homogênea.

Passa um pouco de manteiga na máquina de crepe e coloque um pouco de massa e o recheio depois cubra o recheio com massa, deixe até ficar dourado.



PIRULITO DE BOLACHA

Ingredientes:

- 1 pacote de bolacha Maria redonda
- 1 doce de leite
- 300gr de chocolate 50% cacau

Modo de preparo:

Passa o doce de leite na bolacha Maria, depois coloque o palito de picolé e feche com a bolacha Maria. Derreta o chocolate em banho maria, passe o pirulito no chocolate e coloque em uma tigela na geladeira por uns 30 minutos.



PALITO DE FRUTAS

Ingredientes:

- Morango
- Uva verde
- Banana

Modo de preparo:

Higienize as frutas, depois corte a banana em rodela não muito fina, pegue o palito e espete as frutas.



SOPA DE LETRINHAS

Ingredientes:

- 5 batatas
- 2 cenouras
- ¼ abóbora
- 1 brócolis
- ½ frango desfiado
- 1 pacote de macarrão de letrinha
- 1 pitada de sal

Modo de preparo:

Corte os legumes coloquem em uma panela com água e leve ao fogo para cozinhar, e coloque um pouco de sal depois acrescente o frango deixe dar uma fervida, depois coloque o macarrão de letrinha, deixe dar uma fervida e está pronta para servir.



CUPCAKE COLORIDO

Ingredientes:

- 3 ovos
- $\frac{3}{4}$ de xícara de óleo
- 1 xícara de água fervendo
- 2 xícara de trigo
- 1 e $\frac{1}{2}$ xícara de açúcar
- 1 xícara de cacau em pó
- 1 colher de fermento

Cobertura:

- 1 leite condensado
- 4 colheres de cacau em pó
- 1 colher de manteiga

Modo de preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e coloque forminhas de papel na forma de cupcake.

Em uma tigela, misture os ingredientes secos: farinha, açúcar, cacau, fermento.

Em outra tigela, óleo, ovo e até misturar bem.

Adicione os ingredientes líquidos aos secos, misturando até obter uma massa homogênea.

Acrescente a água quente aos poucos, mexendo até a massa ficar lisa.

Distribua a massa nas forminhas, preenchendo cerca de $\frac{2}{3}$ da capacidade.

Asse por aproximadamente 18-20 minutos ou até que um palito saia limpo. Deixe esfriar.



CANUDO DE CARNE

Ingrediente:

- 1 kg de carne moída
- 1 cebola
- 1 tomate
- 2 colheres de sopa de óleo ou azeite
- Cebolinha e salsinha
- 1 requeijão
- Alho a gosto
- Sal



Modo de preparo:

Em uma panela, aqueça o óleo ou azeite em fogo médio. Adicione a cebola e o alho e refogue até ficarem dourados. Acrescente a carne moída e refogue bem, mexendo para desmanchar os pedaços. Cozinhe até a carne ficar dourada e soltinha. Tempere com sal a gosto. Se quiser, adicione o tomate, e mexa bem. Cozinhe até a carne estar bem cozida e o líquido ter evaporado, deixando-a mais ao ponto que você preferir. Desligue o fogo e adicione o cheiro-verde picado para dar frescor e aroma. Deixe esfriar um pouco e misture o requeijão junto a carne moída.

Depois pode recheia o canudo com a carne moída. E está pronto para servir.



COOKIE

Ingredientes:

- 80 gramas de manteiga
- 60 gramas de açúcar refinado ou demerara
- 65 gramas de açúcar mascavo
- 1 ovo
- 125 gramas de farinha de trigo
- 30 gramas de cacau em pó
- 2 gramas de bicarbonato de sódio
- 200 gramas de gotas de chocolate meio amargo (metade na massa a outra para finalizar)



Modo de preparo:

Derreta a manteiga em ponto de pomada e misture todos os ingredientes. Depois faça bolinhas colocando o restante das gotas de chocolate em cima.

Coloque as bolinhas para assar em forno pré-aquecido a 180 graus assando até dourar.



QUICHE DE LEGUMES

Ingredientes:

Base:

- 1 pacote de massinha de pastel

Recheio:

- 1 xícara de brócolis cozido (picado em pedaços pequenos)
- 1 xícara de couve-flor cozida (picada em pedaços pequenos)
- 1 cenoura cozida (cortada em cubinhos)
- 3 ovos
- 1 caixa de creme de leite (200g)
- 1/2 xícara de queijo ralado (parmesão, muçarela ou outro de sua preferência)
- 1/2 cebola picada (opcional)
- Sal a gosto
- Cheiro-verde ou orégano a gosto

Modo de preparo:

Em uma frigideira, refogue a cebola (se estiver usando) até dourar.

Misture os legumes cozidos (brócolis, couve-flor e cenoura) e refogue rapidamente para incorporar os temperos. Deixe esfriar.

Em uma tigela, bata os ovos com o creme de leite, o queijo ralado e os temperos (sal, pimenta, noz-moscada e cheiro-verde). Reserve.

Unte uma forma redonda (de fundo removível ou refratário) com manteiga ou óleo.

Forre o fundo e as laterais com a massa de pastel, pressionando levemente para ajustar e cortando os excessos. Disponha os legumes refogados sobre a massa de pastel na forma, espalhando de maneira uniforme.

Despeje a mistura líquida de ovos e creme de leite por cima dos legumes.

Polvilhe um pouco mais de queijo ralado por cima, se desejar.

Leve ao forno preaquecido a 180°C por 30-40 minutos, ou até o recheio firmar e a superfície ficar dourada.



VITAMINA DE BANANA E MORANGO

Ingredientes:

- 2 Bandejas de morango
- 8 bananas
- 1 litro de leite
- 1 colheres de sopa de açúcar

Modo de preparo:

Pique as frutas e coloque no liquidificador, depois coloque o leite e o açúcar batendo até desmanchar bem as frutas.



CHUP-CHUP

Ingredientes:

- 1 leite condensado
- 1 creme de leite
- 1 litro de leite
- Morango
- Coco

Modo de preparo:

Bata o leite condensado, creme de leite, o leite e o morango juntos no liquidificador coloque nos saquinhos de chup-chup e coloque para congelar.



RECEITAS DO CIRCO

PRODUÇÃO CULINÁRIA DOS ALUNOS DO INFANTIL A

Professora Responsável: LEONELA VENTURA



Autores

ALEXSANDER FELIX HOFFMANN
ANA LUIA BAROUKH MARTINS
ANTÔNIA MARTINS DOS ANJOS GRIBLER
FILIPPO VINHAS NEVES
HÖRUS HORST
LUÍSA BRAGA ALBA
MELISSA FONTÃO PIRATH
VICTOR RUSSI SPINATTO BUENO

Editoração Eletrônica e Arte Final: Humberto Raul Soares Filho / Lúcia Helena Pimentel e Silva

Escola da Ilha
Rua Vera Linhares de Andrade, 1910
www.escoladailha.com.br