



MINHA RECEITA



14 Receitas rápidas e fáceis

Pratos perfeitos para quem está iniciando na cozinha



Com a correria do dia a dia, nem sempre temos tempo para preparar refeições elaboradas.

Pensando nisso, criamos o e-book **Receitas Fáceis e Rápidas**, com sugestões perfeitas para quem busca praticidade sem abrir mão do sabor.



Cada receita foi desenvolvida para ser descomplicada, com ingredientes fáceis de encontrar e um passo a passo simples, para que você se sinta um verdadeiro chef.

Surpreenda-se com a facilidade que existe ao preparar algo incrível!



Índice



Pão Caseiro de Liquidificador	04
Patê de Frango Simples	06
Batata Rústica Frita	08
Molho Branco sem Creme de Leite	10
Coxa de Frango Empanada	12
Torta Salgada de Frango no Liquidificador	14
Caldo de Ervilha	16
Filé de Frango no Forno	18
Arroz com Calabresa	20
Batata Gratinada com Calabresa	22
Macarrão com Queijo	24
Bolinho de Chuva Simples e Sequinho	26
Brigadeiro de Micro-ondas	28
Bolo de Trigo	30





Pão Caseiro de Liquidificador



Rendimento
10 porções



**Tempo
de preparo**
45 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

2 ovos

1 e 1/4 de xícara de chá de leite morno

1/4 de xícara chá de açúcar

4 colheres de sopa de **margarina Dorian**

1 pitadinha de sal

3 xícaras chá de farinha de trigo

1 sachê de fermento para pão granulado (10 g)





Modo de preparo

- 1.** No liquidificador misture os ovos, o leite morno, a **margarina Dorian**, o fermento, o açúcar e o sal. Bata por 1 minuto.
- 2.** Depois, coloque tudo num recipiente e acrescente a farinha de trigo. Misture bem com uma colher de pau. Coloque em uma forma untada e deixe crescer por cerca de 30 minutos. Pincele 1 gema de ovo por cima e leve para assar no forno preaquecido a 180 graus por 15 minutos e deixe assar por cerca de 30 minutos. Até que fique dourado.

Confira o vídeo desta receita





Patê de Frango Simples



Rendimento
1 porção



**Tempo
de preparo**
40 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

300g de **Filé de Coxa e Sobrecoxa Orgânico Seara**

2 colheres de sopa de azeite

2 dentes de alho

1 colher de chá
de páprica doce

1/2 colher de chá
de cominho em pó

1 colher de sopa de vinagre
de vinho branco

1/2 colher de chá
de folhas de tomilho

Sal

Pimenta-do-reino

1 pimentão vermelho
sem sementes

1 colher de chá de curry

Folhas de coentro a gosto

Torradas para servir





Modo de preparo

- 1.** Em um pilão junte o alho e o sal, macere até formar uma pastinha. Junte a páprica, cominho, o vinagre, as folhas de tomilho e pimenta-do-reino, misture bem;
- 2.** Em uma tigela, tempere o **Filé de Coxa e Sobrecoxa Orgânico Seara** com sal e a mistura de temperos, espalhando bem a mistura pelos filés. Deixe descansar por 15 minutos;
- 3.** Pré-aqueça o forno a 200°C. Regue uma assadeira com azeite, junte o pimentão sem sementes e o frango, cubra com papel alumínio e leve ao forno por 30 minutos. Retire do forno e espere amornar;
- 4.** Desmanche o frango grosseiramente. Em um processador de alimentos, junte o frango, o pimentão assado e o curry. Bata bem até formar um patê. Sirva com folhas de coentro fresco e torradas.

Confira o vídeo desta receita





Batata Rústica Frita



Rendimento
3 porções



Tempo
de preparo
15 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

Para a batata rústica

4 colheres de sopa
de **Margarina Doriana com Sal**

3 batatas grandes cortadas
e pré-cozidas

Para o molho para batata frita

1 colher de sopa
de **Margarina Doriana com Sal**

1 caixinha de creme de leite

100g de queijo cheddar





Modo de preparo

- 1.** Derreta 4 colheres de sopa de **Margarina Doriana com Sal** em uma frigideira;
- 2.** Frite as batatas por 5 minutos ou até dourar;
- 3.** Em uma panela, derreta 1 colher de **Margarina Doriana com Sal**;
- 4.** Adicione o creme de leite e o queijo cheddar, misture até o queijo derreter e deixe engrossar até o ponto desejado.

Confira o vídeo desta receita





Molho Branco sem Creme de Leite



Rendimento
1 porção



Tempo
de preparo
10 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 cebola picada

4 colheres de sopa cheias de **margarina Doriana com sal**

2 xícaras chá de leite

3 colheres de sopa de farinha de trigo

Noz-moscada a gosto

Sal a gosto





Modo de preparo

- 1.** Doure a cebola na **margarina Doriana com sal** e acrescente a farinha de trigo.
- 2.** Mexa até formar uma espécie de massa, e adicione o leite aos poucos, mexendo sempre até formar uma mistura homogênea.
- 3.** Adicione o sal e a noz-moscada e sirva.

Confira o vídeo desta receita





Coxa de Frango Empanada



Rendimento
6 porções



Tempo
de preparo
20 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

6 Coxas sem Pele
Bandeja Resfriada Seara

2 colher de sopa de sal grosso

3 colheres de chá
de pimenta-do-reino em grão

2 colheres de chá de colorífico

1 colher de chá de alecrim seco

1 colher de chá
de páprica picante

2 colher de sopa
de açúcar mascavo

1/2 colher de chá
de cúrcuma em pó

3 colheres de chá
de salsa desidratada

2 colheres de chá
de alho em pó

1 xícara de farinha de trigo

3 ovos batidos

Sal

Pimenta-do-reino moída

1 xícara de farinha panko

2 xícaras de óleo





Modo de preparo

- 1.** Em um mixer ou liquidificador, junte o sal grosso, a pimenta do reino, o colorífico, alecrim seco, páprica picante, açúcar mascavo, cúrcuma em pó, salsa desidratada e o alho em pó. Bata até formar uma mistura fina;
- 2.** Tempere as **Coxas sem Pele Bandeja Resfriada Seara** com o tempero batido, reservando o equivalente a 1 colher de sopa;
- 3.** Preaqueça o óleo em fogo médio. Tempere a farinha de trigo com o tempero reservado, passe as coxas de frango na farinha de trigo, depois no ovo batido e, por último, na farinha panko.
- 4.** Frite em imersão até ficarem douradas (cerca de 8 minutos).

Confira o vídeo desta receita





Torta Salgada de Frango no Liquidificador



Rendimento
6 porções



Tempo
de preparo
45 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

Para a massa

- 3 ovos
- 1 xícara de óleo
- 1 ½ xícara de leite integral
- 2 colheres de sopa de queijo ralado de saquinho
- Sal a gosto
- 1 colher de sopa de orégano + para salpicar
- 1 colher de sopa de páprica defumada
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento químico em pó

Para o recheio

- 400g **Peito de Frango Desfiado Seara**
- ½ cebola
- 1 lata de milho verde
- ½ xícara de molho de tomate
- ¼ xícara azeitona verde fatiada
- Salsa e cebolinha a gosto
- Sal a gosto
- Pimenta do reino a gosto
- 200g de requeijão cremoso
- Óleo para untar





Modo de preparo

- 1.** Em um liquidificador, junte os ovos, o óleo, o leite, o queijo ralado, o orégano e a páprica. Bata por 1 minuto;
- 2.** Junte a farinha de trigo e bata até formar um creme homogêneo. Junte o fermento e bata somente para incorporar;

Para o recheio

- 1.** Pique a cebola, salsa e cebolinha a gosto, bem fino. Em uma tigela misture todos os ingredientes com exceção do requeijão cremoso. Reserve;

Montagem

- 1.** Pré-aqueça o forno a 180°C. Unte uma assadeira com óleo e adicione metade da massa no fundo da assadeira. Adicione o recheio de frango desfiado e junte o requeijão a colheradas;
- 2.** Cubra o recheio com o restante da massa, salpique o orégano e leve ao forno por 40 minutos ou até dourar. Retire do forno e sirva morno.

Confira o vídeo desta receita





Caldo de Ervilha



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
40 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

2 **Linguças tipo calabresa Seara** fatiada em rodela

100g **Bacon Mantinha Seara em** cubinhos

1 cebola picadinha

6 dentes de alho picadinhos

2 folhas de louro

4 batatas inglesas
descascadas e picadas

500g de ervilha seca

Salsinha a gosto

3,5L de água quente

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto





Modo de preparo

- 1.** Em uma panela de pressão, refogue as rodela de **Linguiça tipo calabresa Seara** e os cubos de **Bacon Mantinha Seara** em fogo médio até dourar (cerca de 7 minutos);
- 2.** Adicione a cebola picadinha e refogue por mais 3 minutos;
- 3.** Adicione o alho, o louro e refogue por mais 1 minuto;
- 4.** Adicione a batata, a ervilha, a salsinha e misture bem para incorporar;
- 5.** Junte a água, o sal e a pimenta-do-reino. Tampe a panela e aumente para fogo alto até pegar pressão;
- 6.** Assim que pegar pressão, diminua o fogo para o médio e cozinhe o caldo de ervilha por 30 minutos;
- 7.** Desligue o fogo, aguarde a pressão sair sozinha, abra a panela e misture bem até ficar cremoso.

Confira o vídeo desta receita





Filé de Frango no Forno



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
25 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 embalagem de **Filé de Peito Bandeira Seara**

1 colher de sopa
de açúcar mascavo

1 ½ colher de chá
de páprica doce

1 colher de chá de orégano

1 colher de chá de sal

½ colher de chá
de alho em pó

½ colher de chá
de cebola em pó

Pimenta do reino a gosto

1 colher de sopa de azeite

4 colheres de chá de
Doriana com sal + para untar

Salsinha fresca picada
a gosto para servir





Modo de preparo

- 1.** Pré-aqueça o forno a 220°C. Em uma tigela misture o açúcar mascavo, a páprica doce, o orégano, sal, alho em pó, cebola em pó e pimenta do reino, misture bem;
- 2.** Coloque o **Filé de Peito Bandeira Seara** em uma tigela, adicione a mistura de temperos e regue com o azeite. Esfregue bem os temperos por toda a extensão dos filés e reserve;
- 3.** Unte uma assadeira com **Doriana com sal** e acomode os filés lado a lado;
- 4.** Adicione uma colher de chá de **Doriana** em cima de cada filé de frango;
- 5.** Leve ao forno pré-aquecido por 18 minutos;
- 6.** Se seu forno tiver a função grill, ligue o grill e deixe mais 3 minutos. Caso não tenha, aumente a temperatura para 250°C e deixe mais 3 minutos para dourar bem os filés;
- 7.** Retire do forno, deixe os filés descansarem por 5 minutos e sirva salpicando a salsinha por cima.

Confira o vídeo desta receita





Arroz com Calabresa



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
40 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

2 **Linguças Tipo Calabresa Seara** picadinhas

2 xícaras de arroz branco lavado e escorrido

1 colher de sopa de óleo

1 cebola roxa picadinha

2 dentes de alho picadinho

4 tomates picados

1 colher de sopa de extrato de tomate

1/4 xícara de azeitona verde fatiada

Cebolinha fatiada a gosto

4 xícaras de água fervente

Sal a gosto





Modo de preparo

- 1.** Aqueça uma panela em fogo médio;
- 2.** Coloque o óleo e frite as **Linguças Tipo Calabresa Seara** picadinhas até dourar;
- 3.** Adicione a cebola roxa picadinha e refogue por 3 minutos;
- 4.** Acrescente o alho e refogue por mais 1 minuto;
- 5.** Coloque os tomates picados, o extrato de tomate e refogue por cerca de 5 minutos, até que os tomates comecem a se desfazer;
- 6.** Junte o arroz e misture bem até todos os grãos estarem envolvidos na gordura;
- 7.** Adicione a azeitona, o sal e misture;
- 8.** Despeje a água e cozinhe em fogo médio até alcançar o nível do arroz;
- 9.** Abaixar o fogo para o mínimo e cozinhe até a água secar;
- 10.** Solte o arroz com o garfo, transfira para uma travessa e salpique a cebolinha;
- 11.** Sirva.

Confira o vídeo desta receita





Batata Gratinada com Calabresa



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
1 hora



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

2 **Linguças Tipo Calabresa Seara** fatiada

500g batata inglesa fatiada fininha

1/2 cebola picadinha

2 colheres de sopa de manteiga

2 caixas de creme de leite

2/3 de xícara de queijo mussarela ralado

Sal e pimenta do reino





Modo de preparo

- 1.** Em uma panela em fogo médio, derreta a manteiga e refogue a cebola por 3 minutos;
- 2.** Adicione o creme de leite, sal, pimenta do reino e refogue por 5 minutos;
- 3.** Preaqueça o forno a 200°C;
- 4.** Em uma travessa que possa ir ao forno, distribua metade das batatas fatiadas, intercalando com a **Linguiça Tipo Calabresa Seara**, finalizando com a linguiça;
- 5.** Cubra com o creme refogado, salpique queijo parmesão e leve ao forno por 45 minutos ou até gratinar.

Confira o vídeo desta receita





Macarrão com Queijo



Rendimento
2 porções



**Tempo
de preparo**
30 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

300g de macarrão
tipo caracolino

2 colheres de sopa
de **Doriana com sal**

2 colheres de sopa
de farinha de trigo

2 xícaras de leite

$\frac{1}{3}$ xícara de queijo
prato ralado

$\frac{1}{3}$ xícara de queijo
mussarela ralado

$\frac{1}{3}$ xícara de queijo
parmesão ralado

Noz moscada a gosto

Sal a gosto

Pimenta do reino a gosto





Modo de preparo

- 1.** Cozinhe o macarrão tipo caracolino al dente de acordo com as instruções da embalagem. Fique atento ao tempo e modo de preparo, pois mudam de acordo com a marca que você escolher usar. Escorra o macarrão e reserve;
- 2.** Em uma panela em fogo baixo, adicione a **Doriana com sal** e quando derreter, junte a farinha de trigo e misture até formar uma pasta;
- 3.** Mexendo sempre, junte o leite até dissolver por completo a farinha;
- 4.** Adicione o queijo prato ralado, queijo mussarela, queijo parmesão ralado, noz moscada, sal e pimenta do reino. Cozinhe até os queijos derreterem;
- 5.** Junte o macarrão, misture delicadamente e sirva imediatamente.

Confira o vídeo desta receita





Bolinho de Chuva Simples e Sequinho



Rendimento
10 porções



**Tempo
de preparo**
35 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

2 colheres de sopa de
Margarina Doriana com Sal

2 ovos

1 xícara chá de açúcar

1 xícara chá de leite

2 e 1/2 xícaras chá
de farinha de trigo

1 colher sopa
de fermento em pó

3 colheres sopa
de açúcar para polvilhar

1 colher sopa de canela
para polvilhar

1 litro de óleo para fritar





Modo de preparo

- 1.** Misture todos os ingredientes até obter uma massa cremosa e homogênea;
- 2.** Deixe aquecer uma panela com o óleo para que os bolinhos possam boiar;
- 3.** Quando o óleo estiver bem quente, com uma colher, comece a colocar pequenas quantidades de massa e frite até que dourem por inteiro;
- 4.** Coloque os bolinhos sobre papel absorvente e depois polvilhe açúcar com canela.

Confira o vídeo desta receita





Brigadeiro de Micro-ondas



Rendimento
6 porções



Tempo
de preparo
20 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 colher de sopa de
Margarina Doriana sem Sal

1 lata de leite condensado

2 colheres de sopa
de chocolate em pó

1 colher de sopa de leite





Modo de preparo

- 1.** Em uma tigela grande, junte todos os ingredientes;
- 2.** Misture bem com uma colher até ficar homogêneo;
- 3.** Leve ao microondas por 2 minutos;
- 4.** Retire a tigela do microondas com cuidado para não se queimar e misture muito bem;
- 5.** Leve ao microondas por mais 3 minutos, pausando a cada 1 minuto para misturar o brigadeiro;
- 6.** Por último, leve o brigadeiro ao microondas por mais 1 minuto, pausando para misturar na metade do tempo;
- 7.** Transfira para um prato ou tigela menor, espere esfriar e sirva.

Confira o vídeo desta receita





Bolo de Trigo



Rendimento
1 porção



Tempo
de preparo
40 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

3 colheres de sopa de
Margarina Doriana sem Sal

3 OVOS

2 xícaras de açúcar

1 xícara de leite

3 xícaras de farinha de trigo

1 colher de sopa de fermento em pó





Modo de preparo

- 1.** Preaqueça o forno a 180°C. Em uma batedeira, bata os ovos com a **Margarina Dorian** sem Sal e o açúcar até formar um creme fofo;
- 2.** Adicione o leite e a farinha de trigo aos poucos, intercalando ambos e terminando com a farinha;
- 3.** Dispense a batedeira, adicione o fermento mexendo delicadamente e transfira para uma forma de bolo;
- 4.** Leve ao forno por 30 minutos;
- 5.** Retire do forno e sirva morno ou em temperatura ambiente.

Confira o vídeo desta receita

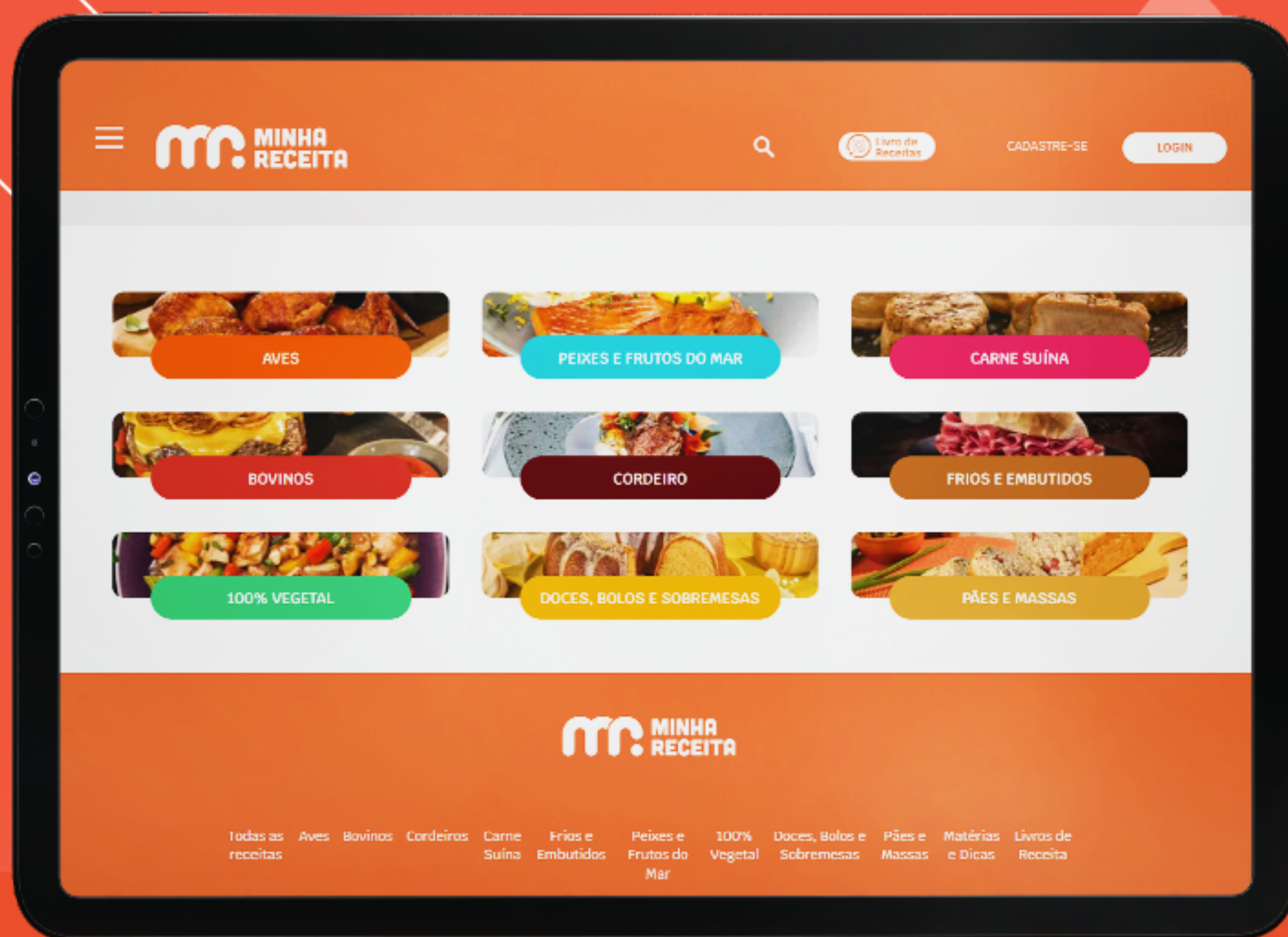


Amou as nossas receitas?

Temos certeza que você vai adorar experimentar cada uma delas!

Mas não pare por aqui!

Em nosso site, você encontra muitas outras opções deliciosas para todas as ocasiões.



Acesse agora mesmo e descubra novos pratos que vão transformar sua rotina na cozinha.



**MINHA
RECEITA**