



**MINHA
RECEITA**



Receitas de natal com Tender



O Natal é uma época de magia, celebração e pratos deliciosos que reúnem a família e amigos. Neste e-book, trazemos receitas especiais com o protagonista das festa: **o Tender!**



Aqui, você encontrará preparos para todos os níveis de habilidade na cozinha, desde os mais simples até criações elaboradas, explorando a versatilidade desse ingrediente perfeito para entradas, pratos principais e acompanhamentos.

Agora, é só mergulhar nas ideias e transformar sua ceia com o toque especial da Seara.



Índice



Farofa de Natal com Tender	04
Salada de Natal	06
Tender Bolinha Recheado	08
Tender na Airfryer	10
Tender com Molho de Maracujá	12
Tender Assado no Abacaxi	14
Pastel de Tender	16
Salpicão de Tender Bolinha	18
Espetinho de Tender com Espumante, Queijo Coalho, Pêssego e Mel	20
Tender Assado	22





Farofa de Natal com Tender



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
1 hora



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 **Tender Suíno Seara Gourmet**

1 cebola picadinha

50 g de manteiga

2 xícaras de farinha de mandioca torrada

180 g de castanhas portuguesas descascadas e picadas

80 g de azeitona verde fatiada

Raspas de 1 limão

Cebolinha fatiada fino a gosto

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto





Modo de preparo

- 1.** Fatie o **Tender Suíno Seara Gourmet** e pique 150 g em cubinhos;
- 2.** Em uma frigideira funda ou panela larga, derreta a manteiga em fogo médio;
- 3.** Adicione a cebola e o tender picadinho. Refogue até que comecem a dourar;
- 4.** Adicione as castanhas portuguesas, tempere com sal, pimenta-do-reino e cozinhe por mais 2 minutos;
- 5.** Adicione a azeitona verde e a farinha de mandioca, acerte sal e pimenta e cozinhe por mais 5 minutos;
- 6.** Desligue o fogo, junte as raspas de limão, a cebolinha fatiada e sirva.

Confira o vídeo desta receita





Salada de Natal



Rendimento
4 porções



Tempo de preparo
1 hora



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 Tender Suíno Seara Gourmet

1 maço de rúcula

1 maço de alface mimosa roxa

1 maço de alface romana

1 pera fatiada

150g de lascas de queijo gorgonzola

1/3 de xícara de nozes pecã

3 colheres de sopa de sementes de romã

Para o molho

1 colher de sopa de mostarda dijon

1 colher de sopa de mel

3 colheres de sopa de vinagre de vinho tinto

1/2 xícara de azeite
Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto





Modo de preparo

- 1.** Fatie o **Tender Suíno Seara Gourmet** e depois corte em tirinhas;
- 2.** Em uma tigela, rasgue grosseiramente as folhas de rúcula, alface mimosa roxa e alface romana, misture bem;
- 3.** Adicione a pera fatiada, as lascas de queijo, as nozes pecã, as sementes de romã e misture delicadamente;
- 4.** Adicione as tiras de tender e mantenha refrigerado até servir;

Para o molho

- 1.** Em uma tigela, misture muito bem a mostarda, o mel, o vinagre, o azeite, sal e pimenta-do-reino;
- 2.** Sirva a salada acompanhada do molho de mostarda e mel.

Confira o vídeo desta receita





Tender Bolinha Recheado



Rendimento
6 porções



Tempo
de preparo
1 hora



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1kg Tender Bolinha Seara
80g de mussarela fatia
80g de queijo prato fatia
80g de queijo gorgonzola

60ml de suco de limão
1 xícara de chá de açúcar
1/2 xícara de chá de água
1/2 colher de chá de sal

Para a geleia de pimenta

20g de pimenta dedo de moça
picada sem semente
100g de maçã ralada
5g de alho inteiro





Modo de preparo

1. Preaqueça o forno a 200°C

Para o tender

1. Com o **Tender Bolinha Seara** apoiado em uma tábua, faça 6 cortes transversais por toda a extensão do tender, mas sem cortar a base;
2. Adicione a mussarela, queijo prato e gorgonzola nos cortes do tender (coloque os 3 queijos em cada corte);
3. Assente o tender em uma assadeira e cubra com papel alumínio e leve ao forno por 25 minutos;
4. Retire papel alumínio e leve ao forno por mais 15 minutos;

Para a geleia

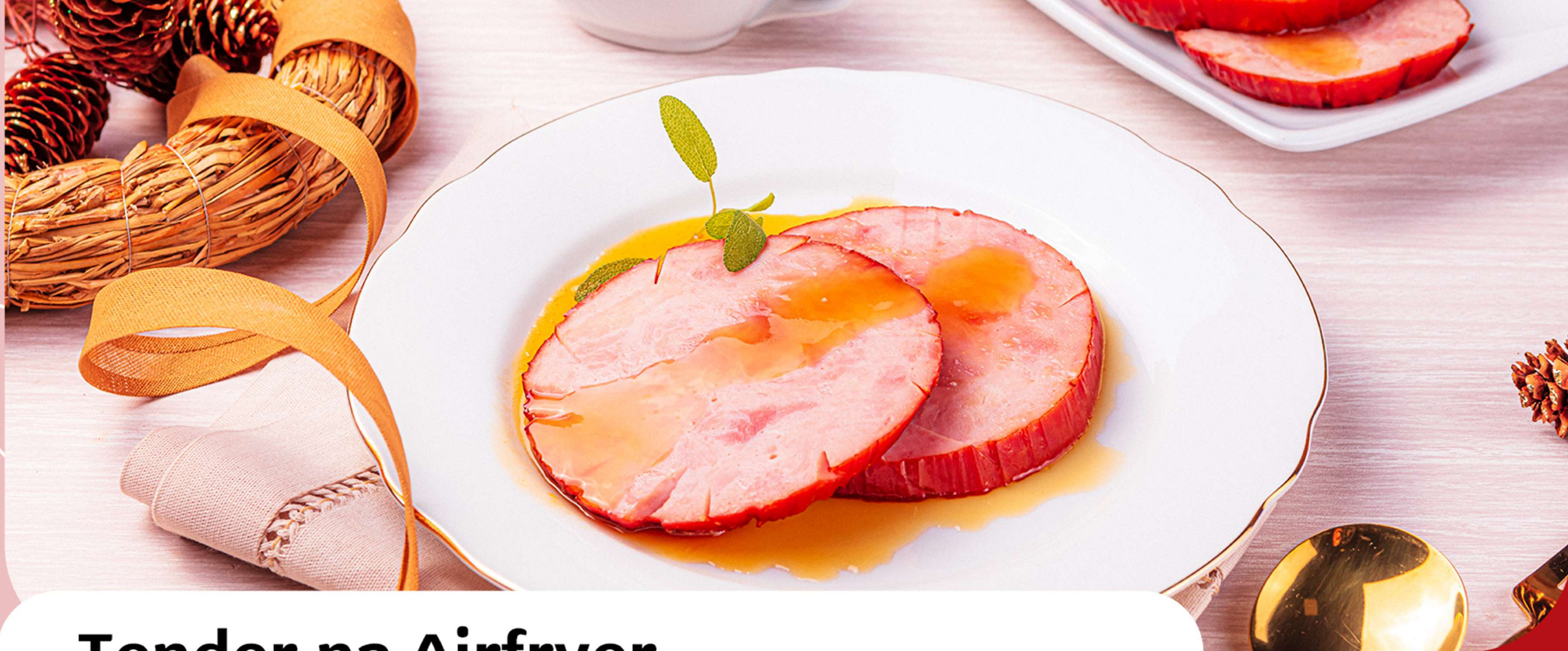
1. Em uma panela, coloque a pimenta dedo de moça, açúcar, maçã ralada, suco do limão, sal, alho e a água. Ligue o fogo e deixe ferver. Ao ferver abaixe o fogo e cozinhe por 10 minutos, mexendo de vez em quando para não queimar;
2. Retire o alho da panela e transfira a geleia para uma tigela;

Finalização

1. Sirva o tender ainda quente para que os queijos não fiquem borrachudos.

Confira o vídeo desta receita





Tender na Airfryer



Rendimento
6 porções



Tempo
de preparo
25 minutos



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1kg de **Tender Bolinha Seara**

2 colheres de sopa de manteiga

20 cravos da Índia

Para molho

1 xícara de chá de suco de laranja

1 xícara de chá de vinho branco

1/4 de xícara de mel





Modo de preparo

1. Preaqueça airfryer a 180°C;
2. Apoie o **Tender Bolinha Seara** em uma tábua e faça cortes na superfície formando losangos;
3. Fique os cravos por todo o tender;
4. Espalhe a manteiga por todo tender e leve para airfryer;
5. Asse por 15 minutos ou até dourar, virando na metade do tempo para dourar por completo;

Para o molho

1. Enquanto o tender assa, adicione o suco de laranja, o vinho branco e o mel em uma panela pequena e deixe ferver fogo médio por 10 minutos ou até que o molho reduza e engrosse;

Finalização

1. Retire o tender da airfryer e coloque em uma tábua. Retire os cravos e fatie;
2. Despeje o molho em uma molheira e sirva com o tender.

Confira o vídeo desta receita





Tender com Molho de Maracujá



Rendimento
12 porções



**Tempo
de preparo**
2 horas



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

Para molho

- 1 **Tender Bolinha Seara**
- 2 maracujás
- 2 xícaras (chá) de água
- 1 xícara (chá) de vinho branco
- 1/2 xícara (chá) de mel
- 1 colher (chá) de gengibre fresco ralado
- 1 colher (chá) de amido de milho
- Cravos-da-índia para enfeitar

Para o purê de batata-doce

- 1,5 kg de batata-doce cozida e amassada
- 1 embalagem de cream cheese
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 colher (chá) de sal
- 100 g de amêndoas em lascas torradas





Modo de preparo

- 1.** Retire a polpa do maracujá e bata com a água no modo pulsar do liquidificador, para não triturar as sementes. Passe por uma peneira e reserve algumas sementes para enfeitar;
- 2.** Misture o suco obtido com o vinho branco, o mel e o gengibre. Coloque o **Tender Bolinha Seara** em uma vasilha, cubra com a mistura e deixe marinar por 4 horas na geladeira;
- 3.** Retire o tender da marinada e, com a ponta de uma faca, risque a superfície de modo que se formem losangos;
- 4.** Na junção de cada losango, espete um cravo-da-índia;
- 5.** Cubra com papel-alumínio e cozinhe por cerca de 40 minutos;
- 6.** Retire o papel e deixe dourar um pouco, regando com um pouco do caldo de maracujá;
- 7.** Retire do forno e espere esfriar para fatiar;
- 8.** Misture o restante do molho com o amido de milho na assadeira em que foi assado o Tender Bolinha Seara e leve ao fogo para engrossar.

Para o purê de batata-doce

Misture a batata-doce, o cream cheese, o leite e o sal e leve ao fogo, mexendo bem para ficar cremoso;

Finalização

Salpique as amêndoas e sirva com o **Tender Bolinha Seara** fatiado acompanhado do molho de maracujá.

Confira o vídeo desta receita





Tender Assado no Abacaxi



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
1h30min



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 **Tender Suíno Bolinha Seara**

1/3 xícara de melado

1/3 xícara de mostarda dijon

1/4 xícara de vinagre de vinho tinto

1 pimenta dedo de moça sem sementes picadinha

1/4 xícara de coentro picadinhos + para folhas para decorar





Modo de preparo

- 1.** Preaqueça o forno a 180°C;
- 2.** Fatie o **Tender suíno bolinha** Seara e reserve;
- 3.** Em uma tigela, misture bem o melado, a mostarda, o vinagre, a pimenta dedo de moça e o coentro picado. Reserve 1/4 xícara do molho;
- 4.** Corte os abacaxis na metade (seguindo o sentido do comprimento);
- 5.** Faça cortes diagonais na polpa do abacaxi, deixando 1cm de borda sem fatiar;
- 6.** Corte as bordas da polpa para soltar as fatias;
- 7.** Dentro das metades do abacaxi, intercale fatias de tender temperado e de abacaxi;
- 8.** Acomode as metades de abacaxi recheadas em um tabuleiro e pincele com o molho reservado;
- 9.** Leve o tabuleiro ao forno por 45 minutos;
- 10.** Retire o tabuleiro do forno, salpique o coentro e sirva.

Confira o vídeo desta receita





Pastel de Tender



Rendimento
15 porções



Tempo
de preparo
2 horas



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1/2 xícara de **Tender Defumado Seara Gourmet** picadinho

200g de queijo brie fatiado

1/3 xícara de damasco seco fatiado

1 embalagem de Massa de Pastel Cumbuca Massa Leve

2 xícaras de óleo





Modo de preparo

- 1.** Em uma panela funda e pequena, aqueça o óleo em fogo médio. Em uma tábua ou prato, disponha 1 disco de Massa de Pastel Cumbuca Massa Leve, sem retirar a película protetora;
- 2.** Acrescente no centro da metade superior do disco de massa, 1 colher de sopa do **Tender Defumado Seara Gourmet** picadinho, 1 fatia do queijo brie e 2 a 3 fatias do damasco seco;
- 3.** Dobre a metade inferior do disco de massa sobre a metade superior, já com o recheio. Pressione bem as bordas com as pontas dos dedos e com auxílio de um garfo, feche as massas pressionando os dentes do garfo contra as massas fechadas;
- 4.** Retire a película protetora da massa de pastel e frite os pastéis em porções até ficarem dourados. Escorra em papel toalha e sirva na sequência.

Confira o vídeo desta receita





Salpicão de Tender Bolinha



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
2h30min



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

Para o salpicão

2 xícaras de **Tender Suíno Bolinha Seara** cortado em tirinhas

1 cebola roxa fatiada

1 colher de sopa de azeite

1/2 abacaxi em tirinhas

2 talos de aipo em tirinhas

1 colher de sopa de mostarda

1/3 xícara de iogurte natural sem açúcar

Raspas de 1 limão

1 xícara e 1/2 de batata palha extra fina

Para a maionese caseira

2 gemas

1 dente de alho amassado

1 colher de sopa de suco de limão

1 xícara de óleo

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto





Modo de preparo

Para a maionese

1. Em um liquidificador ou mixer, acrescente as gemas, o alho, o suco de limão e bata até espumar;
2. Sem parar de bater, junte o óleo em fio bem devagar, até formar um creme espesso;
3. Tempere com sal e pimenta-do-reino;
4. Reserve na geladeira até o momento do uso.

Para o salpicão

1. Aqueça o azeite em um frigideira em fogo médio e refogue a cebola roxa até que fique translúcida. Reserve;
2. Em uma tigela, misture bem a maionese, o iogurte, a mostarda e as raspas de limão;
3. Junte o aipo, a cebola refogada, o abacaxi, o **Tender Suíno Bolinha Seara**, o sal e a pimenta-do-reino e misture delicadamente;
4. Sirva o salpicão gelado com a batata palha extra fina por cima.

Confira o vídeo desta receita





Espetinho de Tender com Espumante, Queijo Coalho, Pêssego e Mel



Rendimento
8 porções



Tempo
de preparo
1h30min



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

1 embalagem de **Tender Seara Gourmet**

1 xícara de espumante

Para o espetinho

400 g de queijo coalho em cubos

8 pêssegos sem caroço cortados em cubos

Mel o quanto baste

4 colheres de sopa de manteiga





Modo de preparo

- 1.** Preaqueça o forno a 200°C;
- 2.** Em uma assadeira, disponha o **Tender Seara Gourmet**, regue com o espumante e cubra com papel alumínio;
- 3.** Leve ao forno por 40 minutos, regando a cada 10 minutos com o caldo da assadeira;
- 4.** Retire do forno e espere amornar;
- 5.** Corte o **Tender Seara Gourmet** em cubos grandes;
- 6.** Faça espetinhos com os cubos de tender, o queijo coalho e o pêssego, sempre alternando entre eles;
- 7.** Preaqueça o forno novamente a 250°C. Unte uma assadeira com a manteiga e disponha os espetos lado a lado;
- 8.** Pincele o tender com mel e leve ao forno por 10 minutos, virando os espetinhos e pincelando com mais mel na metade do tempo;
- 9.** Sirva na sequência.

Confira o vídeo desta receita





Tender Assado



Rendimento
4 porções



Tempo
de preparo
1 hora



[Voltar para o índice](#)

Ingredientes

Para o tender

**1 Tender Defumado
Seara Gourmet**

2 peras cortadas em 4
na longitudinal

4 figos cortados em 4
na longitudinal

$\frac{1}{4}$ colher de chá
de cardamomo em pó

Raspas de 1 laranja bahia

4 colheres de sopa de mel

$\frac{1}{2}$ xícara de cachaça

Para a mousseline

4 colheres de sopa
de gorgonzola

300g de batata cozida

2 colheres de sopa
de **margarina Doriana
com Sal**

100ml de creme
de leite fresco

Sal a gosto

Pimenta-do-
reino a gosto





Modo de preparo

1. Preaqueça o forno a 200°C;
2. Faça cortes diagonais leves na superfície do **Tender Defumado Seara Gourmet** e disponha em uma assadeira;
3. Distribua as peras e os figos ao entorno do tender;
4. Em uma tigela, misture o cardamomo, as raspas de laranja, o mel e a cachaça;
5. Regue o tender e as frutas, cubra com papel alumínio e leve ao forno por 40 minutos.

Para a mousseline

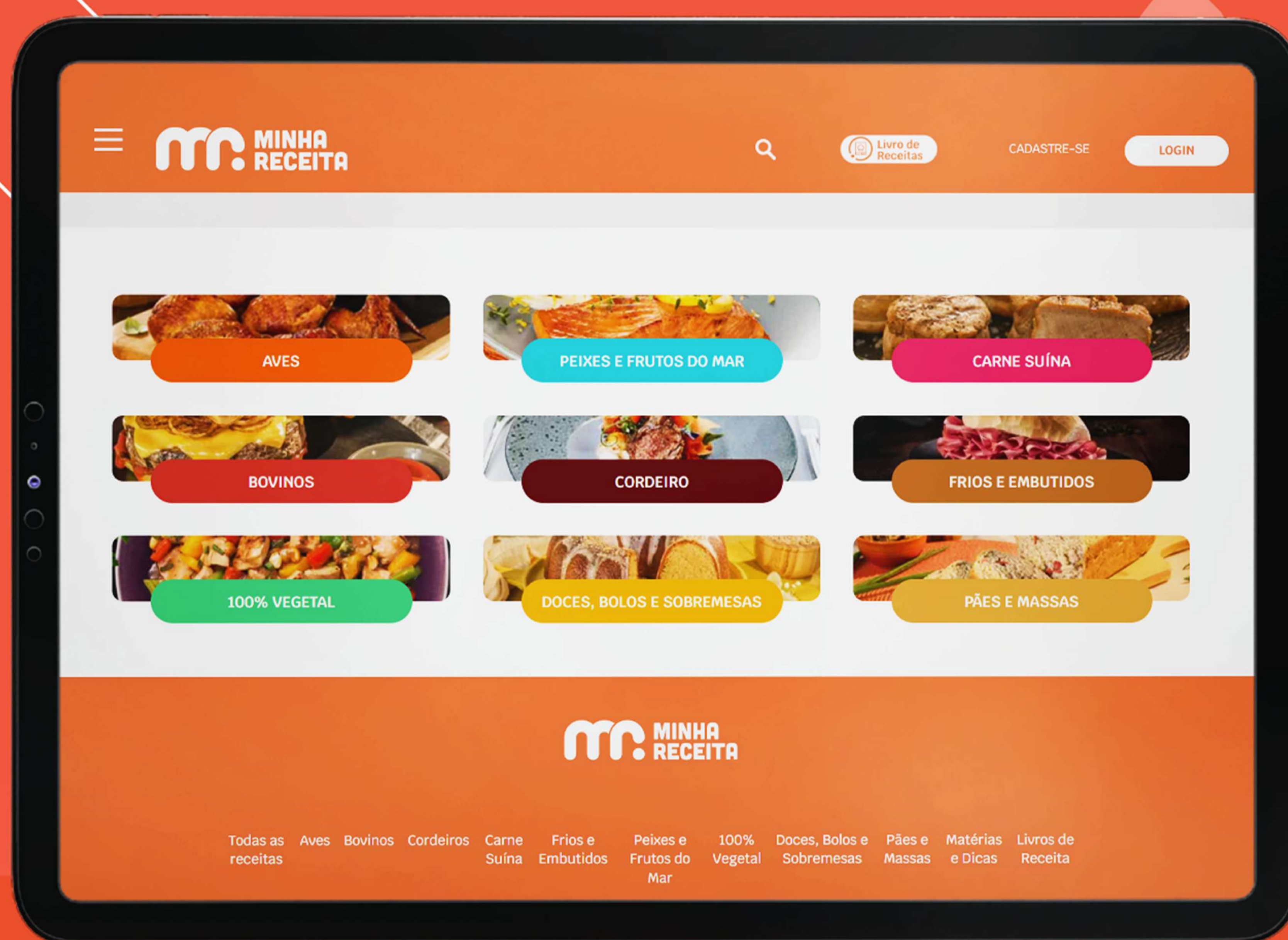
1. Em uma tigela, amasse as batatas ainda quente e passe em uma peneira;
2. Junte a margarina, o gorgonzola, o creme de leite, o sal, a pimenta-do-reino e misture até que o queijo derreta e seja incorporado;
3. Sirva o tender com as frutas regando a calda formada na assadeira com a mousseline de batatas e gorgonzola.

Confira o vídeo desta receita



Deu água na boca, né?

Temos certeza que você vai adorar experimentar cada uma delas!



Acesse agora mesmo e deixe o Natal ainda mais especial!



**MINHA
RECEITA**