



mr. MINHA
RECEITA



Receitas para
sua Páscoa



Páscoa é uma tradição que aquece o coração e aguça o paladar.

Neste e-book, o **Minha Receita** preparou um cardápio completo para a sua mesa, do prato principal à sobremesa.

E se a preferência for o clássico bacalhau, comemore! Seleccionamos diferentes maneiras de prepará-lo, combinando diversas opções.



Celebre com sabor, afeto e boas histórias, porque a Páscoa é feita de encontros que ficam na memória.

Índice



mr. MINHA
RECEITA



Salada de Bacalhau
com Batatas **04**



Bacalhau
à Zé do Pipo **06**



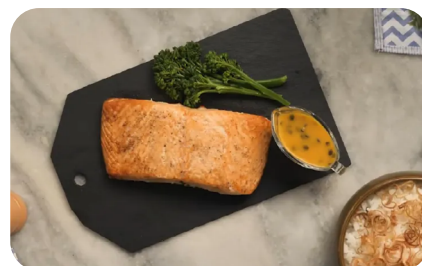
Suflê de bacalhau **08**



Bacalhau ao Forno **10**



Risoto de Bacalhau **12**



Salmão ao Molho
de Maracujá **14**



Tilápia recheada
com camarão **16**



Fricassê de Frango **18**



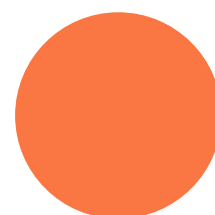
Torta de prestígio **20**



Torta Alemã **22**



Pavê de Chocolate **24**





Salada de Bacalhau com Batatas



Rendimento
2 porções



Preparo
1h

Ingredientes

- 6 colheres de sopa de *Doriana*
- 1 colher de sopa de azeite
- 1 *Lombo de bacalhau Seara Pescados*
- 1 folha de louro
- ½ xícara de vinho branco
- Sal e pimenta-do-reino
- 1 saco para assar
- 10 dentes de alho fatiados fino
- 1 cebola roxa fatiada fino
- 1 ½ xícara de batata bolinha cortada ao meio al dente
- ¼ xícara de azeitona preta fatiada
- 1 ½ colher de sopa de mostarda amarela
- Salsinha picada a gosto





Modo de preparo

CONFIRA NO SITE



- 1** Preaqueça o forno a 180°C. Em uma assadeira acomode o saco para assar, adicione o lombo de bacalhau, a metade da **Doriana**, o azeite, o vinho e o louro. Tempere com sal e pimenta-do-reino;
- 2** Feche o saco para assar de acordo com as instruções do fabricante e leve ao forno por 30 minutos. Abra o saco com cuidado, espere o bacalhau amornar e o desmanche em lascas grossas. Reserve;
- 3** Em uma frigideira larga, junte o restante da **Doriana** em fogo médio, adicione as batatas, sal e pimenta do reino e doure-as por cerca de 7 minutos. Adicione o alho e deixe dourar por 2 minutos ou até que comecem a dourar;
- 4** Em uma tigela, junte a batata com alho, a cebola, a azeitona, a mostarda e a salsinha. Misture bem;
- 5** Adicione o bacalhau em lascas, misture delicadamente e leve à geladeira por pelo menos 20 minutos. Sirva na sequência.





Bacalhau à Zé do Pipo



Rendimento
4 porções



Preparo
50 min

Ingredientes

- 800g de *Lombo de Bacalhau Dessalgado Swift*
- 500ml de leite
- 500g de batatas descascadas e cortadas em pedaços
- 100g *Cebola Picada Swift*
- 50g de *Alho Picados Swift*
- 3 colheres de sopa de azeite de oliva
- 1 folha de louro
- 200g de maionese
- 50g de azeitonas pretas
- 100g de pimentões morrones cortados em tiras
- 2 colheres de sopa de salsa picada
- 1 colher de chá de noz-moscada ralada;
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto





Modo de preparo

CONFIRA NO SITE



- 1 Retire o **Lombo de Bacalhau Dessalgado Swift** da embalagem e deixe em temperatura ambiente por 15 minutos para facilitar o cozimento;
- 2 Em uma panela grande, aqueça o leite em fogo médio e adicione o bacalhau com a folha de louro;
- 3 Cozinhe por aproximadamente 10 minutos sem deixar ferver para preservar a textura;
- 4 Retire o bacalhau e reserve o leite;
- 5 Cozinhe as batatas em água fervente com sal até ficarem macias;
- 6 Escorra e amasse até obter um purê liso;
- 7 Acrescente o leite reservado aos poucos, noz-moscada e uma colher de sopa de azeite de oliva, misturando até obter um purê cremoso;
- 8 Em uma frigideira, aqueça 2 colheres de sopa de azeite de oliva e refogue a **Cebola Picada Swift** e o **Alho Picados Swift** em fogo médio até ficarem macios e dourados;
- 9 Em uma travessa refratária, espalhe metade do purê de batatas, coloque a maionese, o refogado de cebola e alho e o bacalhau por cima;
- 10 Cubra com o restante do purê e alise a superfície;
- 11 Decore com as azeitonas pretas e os pimentões;
- 12 Leve ao forno preaquecido a 200°C por aproximadamente 20 minutos ou até dourar;
- 13 Retire do forno, salpique salsa picada e sirva.





Suflê de bacalhau



Rendimento
8 porções



Preparo
50 min

Ingredientes

- 400g de Bacalhau Desfiado Dessalgado Swift
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva
- 100g de Cebola Picada Swift
- 50 Alho Picado Swift
- 150g de tomate sem sementes picado
- 50g de azeitonas picadas
- 2 colheres de sopa de salsinha picada
- 400g de batatas
- 4 ovos (gemas e claras separadas)
- 80 g de Molho Branco Swift
- 50g de queijo parmesão ralado
- Sal e pimenta-do-reino a gosto





Preparo do Bacalhau

- 1 Em uma panela com água fervente, cozinhe o **Bacalhau Desfiado Dessalgado Swift** por 10 minutos em fogo médio. Após o tempo, escorra e reserve;

Preparo da base

- 1 Cozinhe as batatas em água fervente com sal até ficarem macias. Escorra e amasse bem formando um purê liso. Reserve;

Refogado

- 1 Em uma frigideira, aqueça o azeite de oliva em fogo médio e refogue a **Cebola Picada Swift** até ficar transparente;
- 2 Adicione o Alho Picado Swift e refogue por mais 1 minuto. Acrescente o tomate, as azeitonas e o **Bacalhau Desfiado Dessalgado Swift** cozido;
- 3 Cozinhe por 3 minutos, mexendo bem. Depois, adicione a salsinha, misture e reserve;

Montagem do Suflê

- 1 Misture o purê de batatas ao **Molho Branco Swift** até incorporar;
- 2 Adicione as gemas e misture bem;
- 3 Acrescente o refogado de bacalhau e misture novamente;
- 4 Em uma tigela, bata as claras em neve até formar picos firmes. Adicione delicadamente à mistura de bacalhau, mexendo com movimentos suaves para manter a aeração;
- 5 Transfira a massa para um refratário untado e polvilhe o queijo parmesão por cima;
- 6 Leve ao forno preaquecido a 180°C por 30 minutos ou até crescer e dourar;
- 7 Retire do forno e sirva imediatamente. O suflê é melhor consumido logo após o preparo, pois pode murchar conforme esfria.





Bacalhau ao Forno



Rendimento
4 porções



Preparo
45 minutos

Ingredientes

- 1 embalagem de *Postas de Bacalhau Seara*
- ½ xícara de azeite
- 300g de batata inglesa fatiadas grossas
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 1 cebola em rodela
- 1 pimentão vermelho em rodela
- 1 pimentão amarelo em rodela
- 10 dentes de alho
- ½ xícara de azeitona preta
- 3 ovos cozidos cortados ao meio
- ½ xícara de salsa picada





Modo de preparo

CONFIRA NO SITE



- 1** Pré-aqueça o forno a 200°C. Regue o fundo de uma assadeira com parte do azeite e forre o fundo com as fatias de batata;
- 2** Adicione metade da cebola, do pimentão vermelho, do pimentão amarelo, dos dentes de alho e da azeitona sobre as batatas;
- 3** Acomode as **Postas de Bacalhau Seara** lado a lado na assadeira e acomode o restante dos legumes e azeitonas;
- 4** Tempere com sal e pimenta do reino, regue com o restante do azeite e leve ao forno por 40 minutos;
- 5** Retire o bacalhau do forno, junte os ovos cozidos, salpique a salsa picada e sirva.





Risoto de Bacalhau



Rendimento
4 porções



Preparo
30 minutos

Ingredientes

- 500g de *Lombo de Bacalhau Seara Pescados 600g*
- 2 colheres de sopa de azeite
- 1/2 xícara de chá de vinho branco
- 1,2L de caldo de legumes
- 1 xícara de arroz arbóreo
- 1 colher de chá de tomilho picado
- 1 xícara de queijo parmesão ralado
- 2 colheres de salsinha picada
- Azeite a gosto para finalização
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 cebola picada





Modo de preparo

CONFIRA NO SITE



- 1 Descongele o **Lombo de Bacalhau Seara Pescados 600g** conforme embalagem;
- 2 Preaqueça o forno a 220°C;

Para o bacalhau

- 1 Unte uma assadeira com 1 colher de sopa de azeite e assente os lombos;
- 2 Cubra com papel alumínio e leve ao forno por 40 minutos;
- 3 Passado o tempo, retire do forno e reserve para esfriar;
- 4 Desfie o bacalhau com as mãos, retirando as espinhas, e reserve;

Para o risoto

- 1 Aqueça o caldo de legumes em uma panela e reserve;
- 2 Em uma panela grande e aquecida, adicione o azeite e a cebola, deixe refogar por 5 minutos ou até que ela murche;
- 3 Adicione o arroz arbóreo e refogue por mais 3 minutos;
- 4 Coloque o vinho branco e deixe que álcool evaporar, sempre mexendo o arroz;
- 5 Acrescente o caldo de legumes aos poucos e vá mexendo bem;
- 6 Quando secar, adicione mais caldo e vá repetindo o processo por 15 minutos ou até que o arroz fique al dente;

Finalização

- 1 Quando o arroz estiver no ponto, adicione o queijo parmesão, a salsinha, o bacalhau desfiado e o tomilho, e mexa bem;
- 2 Adicione 1 concha de caldo, mexa, feche a panela e deixe descansar por 3 minutos;
- 3 Sirva e finalize no prato com um fio de azeite generoso.





Salmão ao Molho de Maracujá



Rendimento
3 porções



Preparo
45 minutos

Ingredientes

- 1 embalagem de Lombo de Salmão Seara Pescados
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- Azeite a gosto

Para o arroz

- 2 xícaras de arroz branco cozido
- 1 alho-poró fatiado fino
- Flor de brócolis a gosto
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- 1 xícara de óleo
- Sal a gosto

Para o molho de maracujá

- 1 maracujá maduro
- ½ xícara de suco de maracujá concentrado
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1 colher de chá de amido de milho
- Sal a gosto
- 2 colheres de sopa de manteiga gelada em cubos





Modo de preparo

CONFIRA NO SITE



- 1 Preaqueça o forno a 220°C. Em uma assadeira, disponha o **Lombo de Salmão Seara Pescados**, tempere com sal e pimenta todos os lados. Regue com azeite, cubra com papel laminado e leve ao forno por 20 minutos;
- 2 Retire o laminado e deixe por mais 10 minutos até começar a dourar levemente;

Para o molho de maracujá

- 1 Em uma panelinha junte todos os ingredientes, menos a manteiga gelada, misture bem com auxílio de um fouet;
- 2 Leve ao fogo alto até ferver, diminua para o mínimo e cozinhe por 4 minutos ou até engrossar;
- 3 Desligue o fogo e batendo sempre com auxílio de um fouet, junte os cubos de manteiga um a um para emulsificar;

Para o arroz

- 1 Em uma panela pequena, aqueça óleo em fogo médio;
- 2 Em uma tigela, junte o alho-poró fatiado e a farinha. Misture bem para que a farinha cubra toda extensão das fatias;
- 3 Frite o alho-poró no óleo preaquecido por cerca de 2 minutos ou até começar a dourar. retire com auxílio de uma escumadeira e transfira para um prato com papel toalha. Salpique sal imediatamente;

Montagem

- 1 Sirva o **Lombo de Salmão Seara Pescados** com o molho de maracujá e o arroz com o chips de alho-poró por cima.





Tilápia recheada com camarão



Rendimento
4 porções



Preparo
40 min

Ingredientes

- 400g de Filés de Tilápia Seara
- 200g de Camarão 80/100 Seara Pescados
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto

- 100g de cream cheese em temperatura ambiente
- 2 colheres de sopa de coentro picado
- 1 xícara de farinha de trigo
- 2 ovos batidos
- Óleo para fritar





Modo de preparo

[CONFIRA NO SITE](#)



- 1** Tempere os **Filés de Tilápia Seara** com sal e pimenta-do-reino a gosto, garantindo que estejam bem distribuídos nos peixes. Em seguida, coloque um papel manteiga por cima do peixe e martele levemente para afinar os filés;
- 2** Em uma frigideira aquecida com azeite, grelhe os camarões e tempere com sal e pimenta do reino;
- 3** Em uma tigela, misture o camarão grelhado com o cream cheese e o coentro picado;
- 4** Cubra a bancada com plástico filme, coloque uma tilápia e uma porção de recheio de camarão por cima dela. Cubra com outra tilápia. Pressione para firmar e enrole firme no plástico filme.
- 5** Leve para o congelador por alguns minutos;
- 6** Retire o peixe do congelador e passe os filés recheados na farinha de trigo, garantindo uma cobertura uniforme;
- 7** Em seguida, mergulhe os filés empanados nos ovos batidos e retorne à farinha de trigo para criar uma crosta mais firme;
- 8** Aqueça o óleo em fogo médio-alto (cerca de 180°C) e frite os filés até ficarem dourados e crocantes, aproximadamente 3 a 4 minutos de cada lado;
- 9** Retire os filés e coloque sobre um papel toalha para absorver o excesso de óleo antes de servir;
- 10** Sirva ainda quente.





Fricassê de Frango



Rendimento
4 porções



Preparo
30 minutos

Ingredientes

Para o creme de milho

- 2 espigas de milho cozidas e debulhadas
- 1 creme de leite em lata
- 200g de requeijão
- Sal e pimenta do reino

Para o frango

- 400g de Peito de Frango
Desfiado Prepara Fácil Seara
- 3 colheres de sopa de manteiga
- 1/2 cebola picadinha
- 2 dentes de alho

Finalização

- 2/3 xícara de batata palha extra fina





Para o creme de milho

- 1 Em um liquidificador, adicione o milho, o creme de leite, o requeijão, sal e pimenta do reino. Bata bem até obter um creme;

Para o frango

- 1 Em uma frigideira, adicione a manteiga e aqueça em fogo médio;
- 2 Adicione o **Peito de Frango Desfiado Prepara Fácil Seara** e refogue por cerca de 10 minutos ou até começar a dourar;
- 3 Adicione a cebola e refogue por mais 3 minutos;
- 4 Adicione o alho e refogue por mais 1 minuto;

Finalização

- 1 Preaqueça o forno a 200°C;
- 2 Em uma travessa que possa ir ao forno, adicione o frango desfiado refogado e cubra com o creme de milho;
- 3 Leve ao forno por 20 minutos;
- 4 Retire o fricassê do forno, cubra com batata palha extra fina e sirva.





Torta de prestígio



Rendimento
8 porções



Preparo
3h

Ingredientes

Base

- 200g de biscoitos de chocolate sem recheio triturados
- 4 colheres de sopa de *Margarina Doriana sem Sal* derretida

Recheio de coco

- 150g de chocolate meio amargo picado
- 150g de chocolate ao leite picado
- 1 caixa de creme de leite

Ganache de chocolate

- 150g de chocolate meio amargo picado
- 150g de chocolate ao leite picado
- 1 caixa de creme de leite





Modo de preparo

[CONFIRA NO SITE](#)



Preparo da base

- 1 Em uma tigela, misture os biscoitos de chocolate triturados com **Margarina Doriana sem Sal** derretida até formar uma farofa úmida;
- 2 Forre o fundo e as laterais de uma forma de fundo removível, pressionando bem para compactar;
- 3 Asse por 20 minutos em forno pré-aquecido a 180°C até dourar as bordas.

Preparo do recheio de coco

- 1 Em uma panela, misture o leite condensado e o coco ralado;
- 2 Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar e começar a soltar do fundo da panela;
- 3 Retire do fogo, acrescente o creme de leite e misture bem até ficar homogêneo;
- 4 Deixe esfriar antes de espalhar sobre a base da torta.

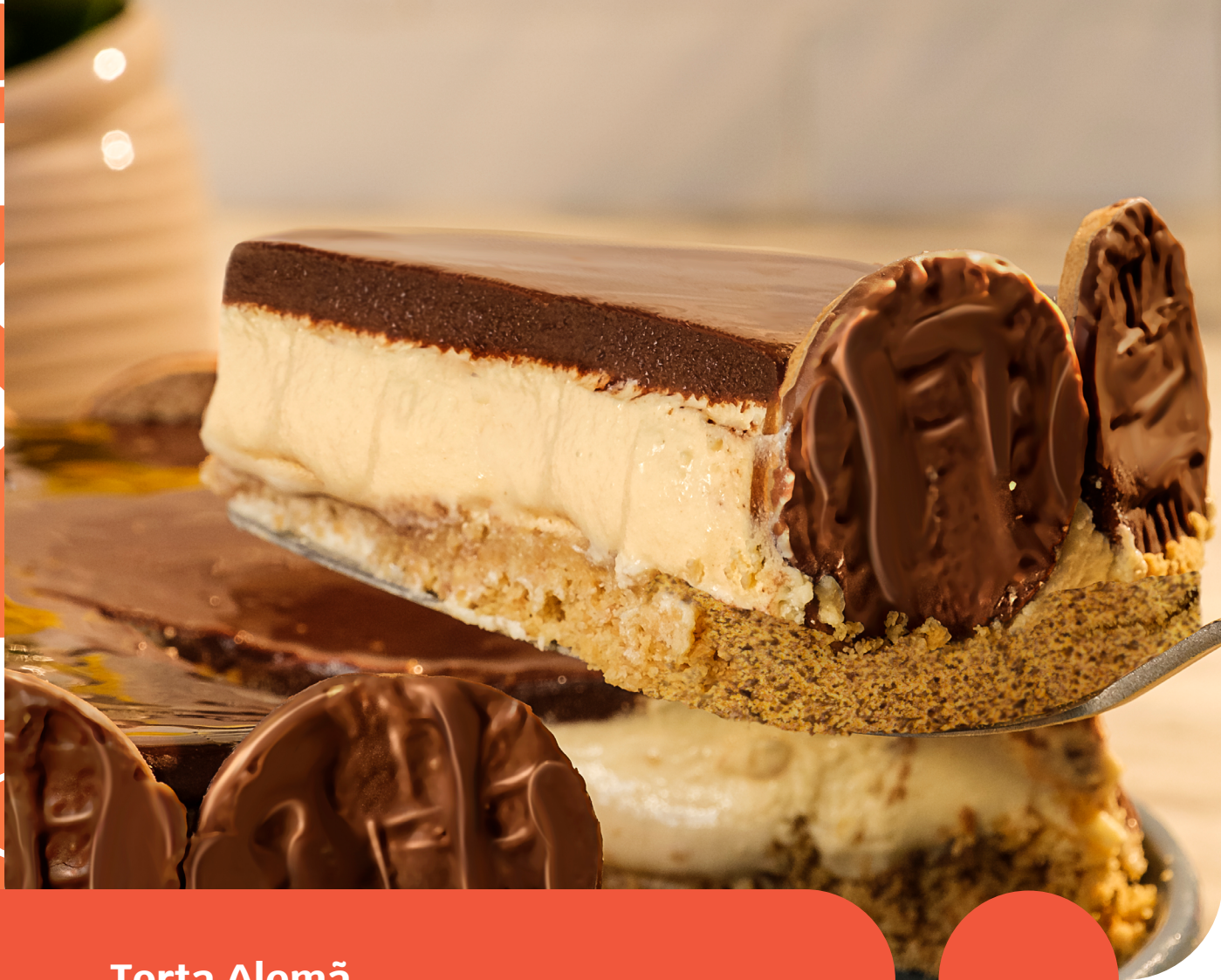
Preparo da ganache

- 1 Em uma tigela, coloque os chocolates meio amargo e ao leite picados, o creme de leite e derreta em banho-maria ou no micro-ondas de 30 em 30 segundos, mexendo entre os intervalos;
- 2 Acrescente o creme de leite e misture bem até obter um creme liso e brilhante.

Montagem

- 1 Espalhe o recheio de coco sobre a base da torta já fria e nivele bem;
- 2 Cubra com a ganache de chocolate, alisando a superfície com uma espátula;
- 3 Leve à geladeira por pelo menos 2 horas para firmar as camadas;
- 4 Desenforme e sirva gelada.





Torta Alemã



Rendimento
10 porções



Preparo
8h

Ingredientes

Para a cobertura

- 200g de creme de leite fresco
- 200g de chocolate meio amargo picado

- 400g de biscoito maizena
- 150g de *Doriana com sal derretida*
- 130g de biscoito com cobertura de chocolate
- 200g de *Doriana com sal* em temperatura ambiente
- 1 xícara de açúcar
- 500ml de creme de leite de lata sem soro gelado
- 1 colher de sopa de essência de baunilha





Modo de preparo

CONFIRA NO SITE



- 1** Pré-aqueça o forno a 180°C. Em um processador, bata os biscoitos maizena até formar uma farofa e adicione a **Doriana** derretida. Adicione a mistura no fundo de uma forma de fundo removível e leve ao forno por 20 minutos e espere esfriar por completo e disponha os biscoitos com cobertura de chocolate lado a lado com a cobertura voltada para fora;
- 2** Em uma batedeira, bata a **Doriana** até formar um creme branco e fofo. Junte o açúcar e bata mais 5 minutos. Junte o creme de leite e a baunilha e bata novamente até estar homogêneo. Adicione o creme à forma com a base e o biscoito e leve à geladeira por 2h;

Cobertura

- 1** Em uma panela, aqueça o creme de leite em fogo médio até começar a levantar fervura. Retire do fogo, verta sobre o chocolate, espere 5 minutos e mexa com uma espátula até formar um creme homogêneo e brilhante. Adicione a cobertura em cima da torta e leve à geladeira por mais 6h. Desenforme e sirva gelada.





Pavê de Chocolate



Rendimento
2 porções



Preparo
2h 30min

Ingredientes

Montagem

- 150g de biscoito tipo champanhe
- 1 xícara de leite
- 1 colher de sopa de rum
- Raspas de chocolate

- 1 $\frac{1}{4}$ xícara de leite integral
- 1 colher de sopa de amido de milho
- 1 lata de leite condensado
- 1 colher de sopa de *margarina Doriana com Sal*
- 4 colheres de sopa de cacau em pó
- 2 gemas
- 1 lata de creme de leite sem soro





Para o creme

- 1** Dissolva o amido de milho no leite e reserve. Em uma panela, junte o leite condensado, a **Doriana com Sal**, o leite integral, cacau, amido de milho e peneire as gemas. Misture bem e leve ao fogo baixo, mexendo sem parar até formar um creme;
- 2** Retire o creme de chocolate do fogo, misture o creme de leite sem soro e reserve;

Montagem

- 1** Misture o leite com o rum. Umedeça os biscoitos champanhe na mistura de leite e rum e cubra o fundo de uma travessa;
- 2** Cubra os biscoitos com parte do creme de chocolate, umedeça mais biscoitos e cubra o creme. Repita o processo até o fim da travessa, finalizando com o creme de chocolate;
- 3** Adicione raspas de chocolate e leve à geladeira por 2h. Sirva gelado.

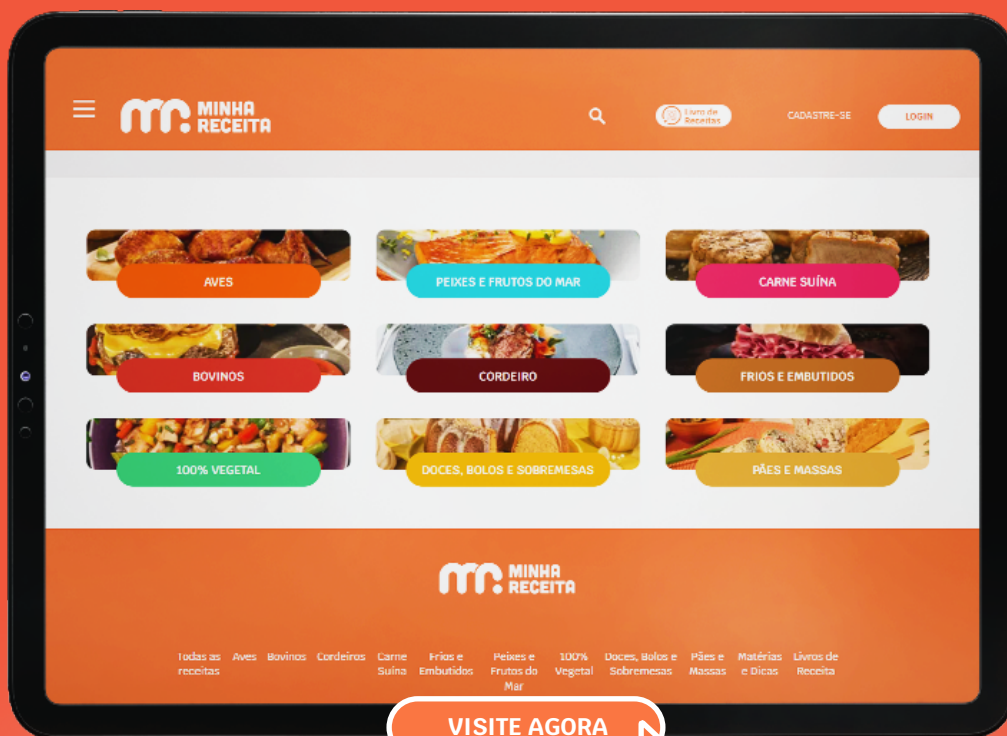


Páscoa à vista: receitas em mãos, é hora de brilhar!

Agora que você já tem inspirações deliciosas para essa data especial, que tal completar sua mesa com ainda mais sabor?



Visite nosso site e descubra pratos que unem tradição, criatividade e um toque especial



VISITE AGORA

