Atendendo a pedidos

Receitas de Boas Festas!

Serviço Nestlé ao Consumidor

Nestlé

Good Food, Good Life

MENU

Brinde à Leveza

páginas 6 e 7

entrada
Salada de kani e manga

prato principal
Peru com mel e especiarias

acompanhamento 1
Arroz com pera e cidreira

acompanhamento 2
Purê de mandioquinha com iogurte

Sabor de Brasil

páginas 8, 9 e 10

entrada
Salada felicidade

prato principal
Lombo assado com farofa brasileira

acompanhamento
Arroz colorido

Boas Festas

páginas 11, 12 e 13

entrada
Entrada de pêssego e ricota

prato principal
Pernil festivo

acompanhamento 1
Purê de maçãs

acompanhamento 2
Arroz dourado

Bem com

Porque faz bem viver momentos inesquecíveis

O final do ano é uma das épocas mais aguardadas pelas pessoas do mundo inteiro! Isso porque as festas de Natal e Ano Novo são sinônimo de confraternização e de bons momentos com familiares e amigos. Uma dose de alegria, uma pitada de paz, uma porção de gente reunida, presentes à gosto... E a culinária, é claro, não poderia ficar de fora destas comemorações tão mágicas e especiais, que se traduzem em mesa farta, com pratos apetitosos e, acima de tudo, saudáveis.

estar
quem se gosta!

Nesta publicação a Nestlé traz a sugestão de três deliciosos cardápios para as Ceias de Natal e Ano Novo, para você preparar com muito carinho para os seus entes queridos. E com a vantagem de, sempre com muito sabor e equilíbrio, poder escolher uma opção mais leve entre os acompanhamentos sugeridos. Isso sem falar nas dicas para você dar um toque a mais no preparo dos pratos, bem como na montagem de uma mesa prática e bonita.

Com a Nestlé, seu final de ano fica muito mais gostoso!

Sobremesas

páginas 14 e 15

- Panetone recheado
- Creme de chocolate e nozes
- Arranjo de frutas

Mãos à obra e Bom apetite

Festejando

A TRADIÇÃO

Sugerimos aqui algumas idéias muito práticas que poderão tornar sua mesa de Natal ainda mais charmosa.

- Substitua os castiçais por taças. Para fixar as velas complete as taças com sal grosso, ou mesmo com pedras maiores para decoração.

- Faça você mesma o arranjo do centro da mesa: no centro de um vaso cilíndrico reúna um maço de juncos e as estrelítzias (ou outra flor com cabo resistente e longo). Complete as laterais do vaso com bolas de Natal pequenas e prateadas e água.

- Dê um toque especial até para a água: adicione à fôrma de gelo fatias de carambola, casquinha de limão, folhas de hortelã ou frutinhas como amora e cereja.

- Pinte anises-estrelados secos com spray prateado e espalhe-os pela mesa. Você também pode decorar a mesa adicionando bolinhas de Natal prateadas.

- Decore os guardanapos envolvendo-os em arame enfeitado com miçangas prateadas.

Festejando

A PRATICIDADE

Aproveite as festas e abuse de sua criatividade! Aqui vamos te ensinar como montar uma mesa prática e bonita, e que não precisará de horas para ficar pronta.

- Utilize copos descartáveis coloridos para servir refrigerante e água e copos mais resistentes no formato de taças para vinho e champanhe.

- Prefira os talheres mais resistentes, especialmente os que serão utilizados para o jantar, para evitar que quebrem.

- Os pratos variam de cores e tamanhos. Selecione tamanho e cores diferentes para o jantar e para a sobremesa.

- Guardanapos lisos e estampados podem ser usados para compor a mesa e deixá-la ainda mais bonita!

- Utilize um enfeite no centro da mesa. Mas lembre-se que não deve ser muito alto para não atrapalhar a visão e a conversa das pessoas.

- Decore a casa com peças de vidro, metal e louças cheias de frutas secas e castanhas de diversos tipos.

Crie para a sua família e amigos um ambiente de leveza e alegria, e tenha Boas Festas!

Brinde à Leveza

As ceias de final de ano podem ser compostas por receitas leves e saudáveis, que combinem frutas, saladas, carnes e iogurte.

entrada
Salada de kani e manga

prato principal
Peru com mel e especiarias

acompanhamento 1
Arroz com pera e cidreira

acompanhamento 2
Purê de mandioquinha com iogurte

Salada de kani e manga

ingredientes

1 pote de **Iogurte Natural NESTLÉ®**
1 colher (chá) de mostarda
1 colher (chá) de **Fondor MAGGI®**
2 colheres (sopa) de dill fresco
400g de kani-kama desfiado
2 xícaras (chá) de salsão em tiras finas
meio maço de rúcula
2 xícaras (chá) de manga em cubos

modo de preparo

No liquidificador bata rapidamente o Iogurte, a mostarda, o Fondor MAGGI e o dill. Reserve. Em uma tigela, misture bem o kani-kama, o salsão e o molho. Acomode as folhas de rúcula em pratos de sobremesa ou taças largas e coloque a salada no centro. Distribua a manga sobre a salada e sirva a seguir.

- rendimento: 8 porções

DICA

O dill, também chamado de aneto ou endro, é uma erva muito utilizada em pratos à base de peixes e frutos do mar. Caso não encontre, substitua o dill por hortelã.

Peru com mel e especiarias

ingredientes

2 colheres (sopa) de **Fondor MAGGI®**
meia xícara (chá) de mel
3 xícaras (chá) de vinho branco seco
meia xícara (chá) de vinagre branco
2 colheres (chá) de canela em pó
meia colher (chá) de noz-moscada ralada
1 colher (chá) de cardamomo em grãos, esmagado
1 anis-estrelado
1 peru (4 a 5kg)
1 cebola grande inteira descascada
10 cravos-da-índia
4 colheres (sopa) de manteiga
1 colher (sopa) de farinha de trigo
2 colheres (sopa) de suco de limão
2 colheres (sopa) de cebolinha verde picada

modo de preparo

Misture o Fondor MAGGI, o mel, o vinho, o vinagre, a canela, a noz-moscada, o cardamomo e o anis e junte uma xícara (chá) de água. Retire os miúdos da cavidade do peru e corte o excesso da pele do papo. Mergulhe

Arroz com pera e cidreira

ingredientes

3 sticks de **Caldo MAGGI® GOODLIGHT em Pó de Galinha**
2 colheres (sopa) de azeite
1 cebola média picada
3 xícaras (chá) de arroz
5 folhas de erva-cidreira
1 colher (sopa) de manteiga
2 pêras com casca cortadas em cubos
2 colheres (sopa) de amêndoas em lascas

modo de preparo

Ferva cinco xícaras (chá) de água e dissolva o Caldo MAGGI. Mantenha em fogo baixo. Aqueça o azeite, refogue a cebola e frite bem o arroz. Coloque as folhas de cidreira amarradas e junte o caldo fervente. Tampe parcialmente a panela, abaixe o fogo e cozinhe até que a água comece a secar (cerca de 15 minutos). Quando o arroz estiver quase completamente seco retire a cidreira e despreze. Aqueça uma frigideira à parte com a manteiga e doure as pêras. Acrescente ao arroz, misture delicadamente, desligue o fogo e espere 5 minutos. No momento de servir, polvilhe com as amêndoas.

■ rendimento: 10 porções

DICA

A erva-cidreira também é conhecida como capim-limão ou chá-de-estrada.

o peru nos temperos, esfregando bem por dentro e por fora da ave. Cubra e deixe marinar por cerca de 6 horas. Espete a cebola com os cravos e coloque na cavidade. Besunte a ave com a manteiga, coloque em uma assadeira grande, com o peito voltado para baixo e regue com a marinada. Cubra com papel de alumínio e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 1 hora. De vez em quando, levante o papel e regue o peru com o próprio caldo da assadeira. Vire o peru com o peito para cima, torne a cobrir com o alumínio e deixe por aproximadamente 1 hora, regando de tempos em tempos. Retire o papel e deixe corar. Retire o peru da assadeira e leve-a à chama do fogão, em fogo médio. Acrescente a farinha, o suco de limão e uma xícara e meia (chá) de água e cozinhe, raspando o fundo e misturando bem até obter um molho espesso. Tire do fogo, coe, misture a cebolinha e sirva sobre a carne fatiada.

■ rendimento: 10 porções

Purê de mandioquinha com iogurte

ingredientes

700g de mandioquinha
1 colher (sopa) de margarina light
meia colher (sopa) de **Fondor MAGGI®**
meia xícara (chá) de leite desnatado
1 pote de **Iogurte Natural Desnatado NESTLÉ®**
1 colher (sopa) de cebolinha verde picada

modo de preparo

Descasque as mandioquinhas e cozinhe até que fiquem macias. Passe-as, ainda quentes, pelo espremedor de batatas e coloque-as em uma panela. Junte a margarina, o Fondor MAGGI, o leite e o Iogurte. Misture bem e leve ao fogo para aquecer. Desligue, misture e cebolinha e sirva a seguir.

■ rendimento: 6 porções

DICA

A mandioquinha também é conhecida como batata-baroa.

Sabor de Brasil

Lombo, farofa, arroz, uma farta salada, com muita cor, sabor e tempero. Porque faz bem ser brasileiro.

entrada

Salada felicidade

prato principal

Lombo assado com farofa brasileira

acompanhamento

Arroz colorido

Lombo assado com farofa brasileira

ingredientes

Lombo

1 lombo inteiro (cerca de 1,5kg)
2 colheres (sopa) de **Gril MAGGI®**
1 dente de alho amassado
meia xícara (chá) de aguardente
meia colher (sopa) de suco de limão
2 folhas de sálvia fresca picadas
1 folha de louro
2 colheres (sopa) de manteiga em pedaços
1 colher (sopa) de farinha de trigo
meia xícara (chá) de suco de laranja

Farofa

4 colheres (sopa) de manteiga
1 cebola média picada
1 stick de **Meu Segredo MAGGI®**
2 xícaras e meia (chá) de farinha de milho
1 colher (sopa) de cebolinha verde picada
2 bananas nanicas, maduras e firmes, cortadas em rodelas

modo de preparo

Lombo: faça furos no lombo com uma faca e tempere com o Gril MAGGI e o alho. Regue com a aguardente, o suco de limão, acrescente a sálvia e o louro, cubra e deixe na geladeira, de um dia para o outro. Coloque o lombo em uma assadeira, regue com o tempero e espalhe por cima da carne a manteiga em pedaços. Cubra com papel de alumínio e asse em forno médio-alto (200°C), preaquecido, por cerca de 1 hora e meia. De vez em quando, levante o papel e regue o lombo com o próprio caldo da assadeira. Quando estiver macio, retire o papel e deixe dourar. Retire a carne da assadeira, fatie e reserve. Leve a assadeira ao fogo médio, acrescente a farinha, o suco de laranja, uma xícara (chá) de água e cozinhe, raspando o fundo e misturando bem até obter um molho espesso. Retire do fogo, coe e sirva sobre a carne fatiada.

Farofa: aqueça a manteiga e refogue a cebola até ficar macia. Junte o Meu Segredo MAGGI e acrescente a farinha aos poucos, mexendo bem. Acrescente a cebolinha, as bananas, misture delicadamente e sirva acompanhando o lombo.

- rendimento: 15 porções

Salada felicidade

ingredientes

Salada

1 pé de alface americana picado
2 beterrabas raladas no ralo grosso
1 cenoura ralada no ralo grosso
1 talo de erva-doce cortado em tirinhas
1 xícara (chá) de croûton

Molho

1 lata de **Creme de Leite Light NESTLÉ®**
1 colher (sopa) de mostarda
meia colher (sopa) de sal
1 colher (sopa) de salsa picada
1 colher (sopa) de cebolinha verde picada
1 colher (sopa) de dill picado

modo de preparo

Salada: coloque a alface em uma travessa e arrume a beterraba e a cenoura. Espalhe os talos de erva doce e reserve.

Molho: em uma tigela, misture o Creme de Leite, a mostarda, o sal, a salsa, a cebolinha e o dill até ficar homogêneo. Cubra a salada com o molho e espalhe os croûtons. Sirva a seguir.

- rendimento: 8 porções

DICA

Croûtons são cubinhos de pão torrados e temperados. Para prepará-los em casa, corte 4 pães de fôrma amanhecidos em cubinhos. Coloque em uma frigideira com um pouco de manteiga e Fondor Maggi e leve ao fogo bem baixo, mexendo de vez em quando, até ficarem dourados.

Arroz colorido

ingredientes

2 colheres (sopa) de óleo
meia xícara (chá) de cenoura em cubos pequenos
2 ovos
meia xícara (chá) de vagem picada
meia xícara (chá) de presunto em cubos pequenos
1 xícara e meia (chá) de arroz
2 tabletes de **Caldo MAGGI® de Legumes**
3 colheres (sopa) de cebolinha verde picada

DICA

Você também pode acrescentar 3 colheres (sopa) de uvas passas ao arroz depois de cozido.

modo de preparo

Em uma panela grande, aqueça o óleo e refogue a cenoura. Junte os ovos, mexendo delicadamente até fritá-los. Acrescente a vagem, o presunto, o arroz e refogue mais um pouco. Despeje três xícaras (chá) de água fervente, acrescente o Caldo MAGGI e mexa até que o caldo se dissolva completamente. Abaixe o fogo e deixe cozinhar com a panela parcialmente tampada por cerca de 20 minutos ou até secar a água. Retire do fogo, tampe a panela e deixe por mais cerca de 5 minutos. Misture a cebolinha e sirva a seguir.

- rendimento: 6 porções

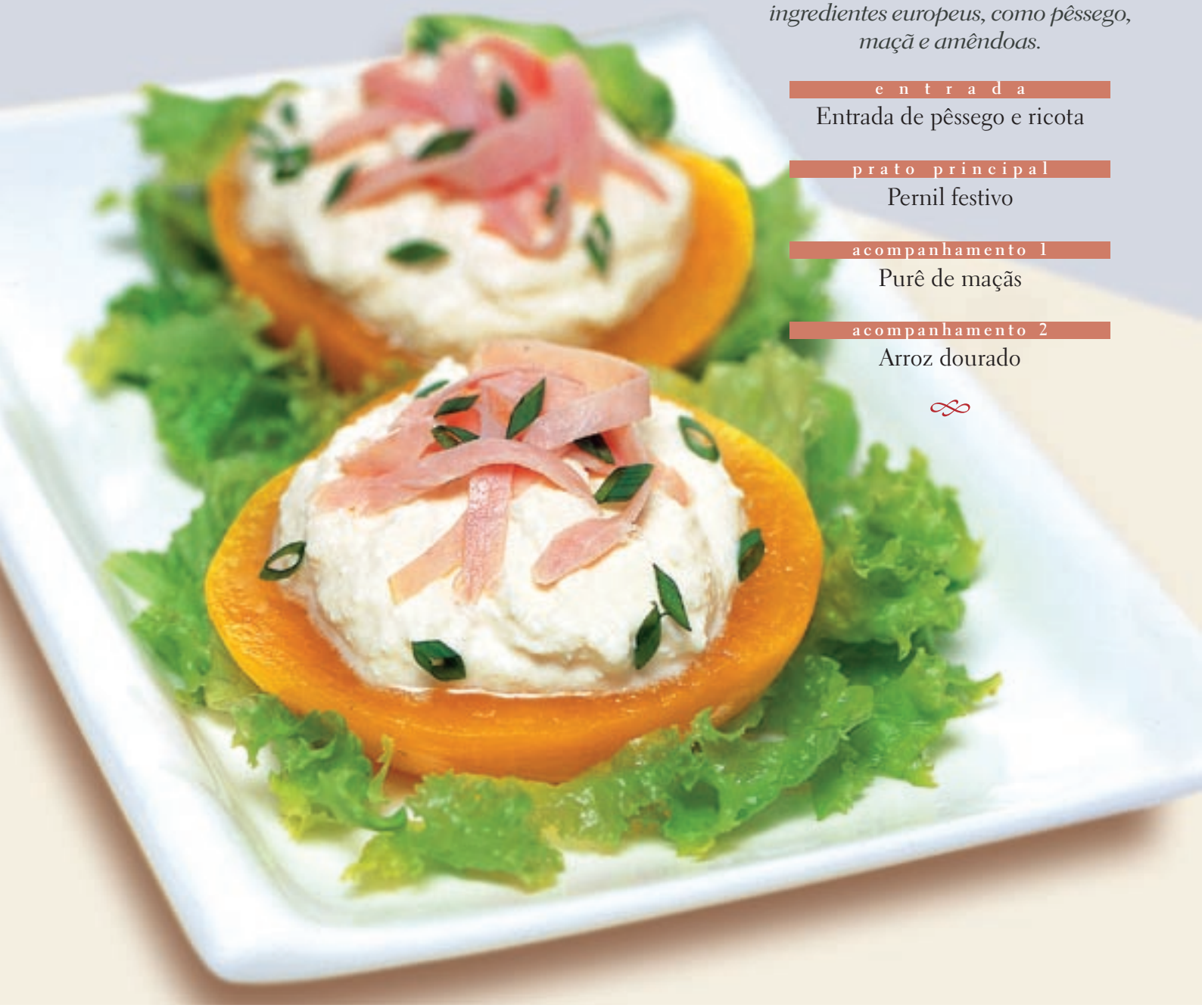
As festas de final de ano têm o sabor da tradição. Por isso, invista em ingredientes europeus, como pêssego, maçã e amêndoas.

entrada
Entrada de pêssego e ricota

prato principal
Pernil festivo

acompanhamento 1
Purê de maçãs

acompanhamento 2
Arroz dourado



Entrada de pêssego e ricota

ingredientes

1 lata de **Creme de Leite NESTLÉ®**
250g de ricota
1 colher (chá) de sal
1 pitada de pimenta do reino
1 lata de pêssegos em calda escorridos
50g de lombo defumado cortado em tiras
cebolinha verde picada para decorar

modo de preparo

Em um recipiente, misture o Creme de Leite e a ricota e amasse bem até obter uma pasta homogênea. Tempere com o sal e a pimenta e recheie com esta pasta as metades de pêssegos. Arrume as frutas recheadas em um prato de servir, espalhe as tiras de lombo sobre os pêssegos, polvilhe com a cebolinha e sirva a seguir.

- rendimento: 6 porções

DICA

Arrume os pêssegos recheados sobre um prato forrado com folhas verdes, como alface e rúcula.

Pernil festivo

ingredientes

1 pernil (aproximadamente 4kg)
1 xícara (chá) de vinho tinto
meia xícara (chá) de vinagre
5 colheres (sopa) de **Gril MAGGI®**
meia colher (chá) de louro em pó
1 colher (chá) de alecrim
1 colher (sopa) de azeite
50g de azeitonas verdes, sem caroço
8 dentes de alho inteiros
1 colher (sopa) de farinha de trigo

modo de preparo

Lave e seque o pernil. Coloque-o em uma vasilha grande e fure a carne várias vezes com a ponta de uma faca. À parte, misture o vinho, o vinagre, o Gril MAGGI, o louro em pó, o alecrim, o azeite e esfregue sobre todo o pernil. Cubra com papel de alumínio ou filme plástico e deixe tomar gosto por cerca de 8 horas, em geladeira, virando-o de vez em quando. Retire o pernil dos temperos e coloque em uma assadeira grande. Faça pequenos cortes na superfície da carne, em sentido diagonal e encaixe as azeitonas e os dentes de alho. Regue com os temperos e cubra com papel de alumínio. Leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 2 horas e meia. Retire o papel de alumínio e deixe assar por mais 1 hora e meia, regando com o caldo do cozimento que se forma na assadeira. Depois de assado, passe o pernil para uma travessa e prepare o molho: leve a assadeira com o caldo do cozimento à boca do fogão, acrescente a farinha de trigo dissolvida em uma xícara (chá) de água e deixe ferver até engrossar. Sirva em molheira à parte.

■ rendimento: 12 porções

Purê de maçãs

ingredientes

12 maçãs verdes, ácidas
2 colheres (sopa) de açúcar
1 pitada de raspas da casca de limão
4 colheres (sopa) de
Creme de Leite NESTLÉ®

modo de preparo

Descasque as maçãs, retire as sementes, corte em pedaços pequenos e leve ao fogo para cozinhar. Quando estiverem macias, retire do fogo e bata-as no liquidificador. Junte o açúcar, as raspas de limão e leve novamente ao fogo, mexendo sempre, até obter consistência de purê. Retire do fogo, misture o Creme de Leite e sirva a seguir.

■ rendimento: 12 porções

Arroz dourado

ingredientes

1 lata de **Creme de Leite NESTLÉ®**
3 pimentões amarelos, levemente aferventados e sem pele
1 colher e meia (chá) de sal
4 xícaras (chá) de arroz cozido e quente
4 colheres (sopa) de amêndoas em lascas torradas

modo de preparo

Bata no liquidificador o Creme de Leite com os pimentões e o sal, até obter um creme. Misture ao arroz pronto ainda quente, espalhe as amêndoas em lascas e sirva a seguir.

■ rendimento: 6 porções

DICA

Polvilhe pimenta do reino moída na hora em que for servir o arroz.

DICAS

A carne de porco deve ser sempre bem assada. Para saber se já está no ponto certo, fure-a com uma faca pontuda na parte mais carnuda. O suco que sai da carne deve ser claro, sem tom rosado.

Para assar o pernil, deixe a capa de gordura voltada para cima.

As frutas – tanto as frescas como as secas – enriquecem as receitas doces e garantem uma leveza toda especial aos pratos.

Panetone recheado

Creme de chocolate e nozes

Arranjo de frutas

Panetone recheado

ingredientes

1 panetone (500g)
1 tablete de **Cobertura Chocolate NESTLÉ® com Leite**, picado (500g)
1 lata de **Creme de Leite NESTLÉ®**
meia xícara (chá) de nozes picadas

Decoração
Damascos secos, cerejas ao marasquino, castanhas de caju, nozes inteiras, amêndoas, castanhas do Pará e meia xícara (chá) de geléia de damasco.

modo de preparo

Corte uma "tampa" do panetone e retire o miolo, deixando uma borda com cerca de 3cm e reserve. Separe 300g de Chocolate, pique e coloque em uma tigela refratária. Misture o Creme de Leite e aqueça em banho-maria, mexendo de vez em quando, até formar um creme. Adicione as nozes. Recheie a cavidade do panetone com a metade desse creme; por cima coloque o miolo do panetone picado e complete com o restante do creme. Tampe e leve para gelar por cerca de 1 hora.

Decoração: Pique o restante do Chocolate, derreta-o conforme as indicações da embalagem e cubra a superfície do panetone. Com cuidado, distribua as frutas na tampa, deixando-a totalmente decorada. Conserve na geladeira até o momento de servir. Cubra com a geléia de damasco aquecida para dar brilho e sirva a seguir ou embale com papel celofane.

■ rendimento: 12 porções

Creme de chocolate e nozes

ingredientes

2 latas de **Leite MOÇA®**
1 colher (sopa) de manteiga
6 colheres (sopa) de **Chocolate em Pó DOIS FRADES®**
6 ovos
a mesma medida (da lata) de leite
1 cálice de licor de cacau
2 latas de **Creme de Leite NESTLÉ®**
2 xícaras (chá) de nozes picadas
1 tablete de **Chocolate NESTLÉ® CLASSIC Meio Amargo** picado
nozes inteiras para decorar

DICA

Se preferir, substitua o licor de cacau por rum.

modo de preparo

Em uma panela, coloque o Leite MOÇA, a manteiga e o Chocolate em Pó. À parte, dissolva as gemas no leite e passe por uma peneira. Acrescente à mistura de chocolate e leve ao fogo até chegar a ponto de brigadeiro mole. Retire, acrescente o licor de cacau e espere esfriar. Acrescente as claras batidas em neve e o Creme de Leite. Misture as nozes e o Chocolate Meio Amargo picado e despeje em uma vasilha adequada. Leve à geladeira por cerca de 6 horas. Enfeite com nozes inteiras.

- rendimento: 8 porções

Frutas da estação levam beleza e sabor à sua mesa

O período das festas de final de ano trazem consigo uma grande variedade de frutas – refrescantes e nutritivas, além de bonitas e coloridas.

Perfeitas para enfeitar a sua mesa durante as ceias de Natal e de Reveillon! Confira a seguir algumas dicas para montar um arranjo bem caprichado:

- Faça a compra de véspera, dando preferência às frutas da estação e às típicas da sua região
- No dia da festa, lave uma a uma com cuidado, principalmente as com casca fina
- Deixe escorrer toda a água e arrume-as em um recipiente bem bonito, intercalando cores e volumes
- Guarde na geladeira até a hora de arrumar a mesa, protegendo com um pano úmido bem torcido

Agora é só aguardar os elogios!

Todas as receitas deste folheto foram testadas pela nossa Cozinha Experimental. Se você quiser mais receitas ou informações sobre qualquer produto Nestlé, escreva para:
Caixa Postal 21144 - Cep 04602 970 - São Paulo - SP

995.00.02.01

Serviço Nestlé ao Consumidor

Nestlé faz bem