

Dieta para quem tem intolerância ao glúten

Alimentos permitidos: carnes de vaca, frango, peixe, porco e outras. Ovos, legumes, hortaliças e frutas. Feijão, milho, lentilha, soja, arroz, grão de bico. Gorduras, óleos e azeites. Leite de vaca.

Alimentos industrializados permitidos: leite e derivados.

- **Leite em pó:** das marcas Fleischman-Royal, Molico, Svelty, Bônus e Ninho.
- Creme de leite e leite condensado: das marcas Fleischman-Royal, Nestlé, Vigor, Leco, Flor da Nata, Batavo.
- **Leite aromatizado:** das marcas Leco - achocolatado, Batavo - chocomilk, Quaker - Toddy e Toddynho, Nestlé - Nescau Prontinho.
- **logurte:** das marcas Chambourcy (natural, mel, cenoura e laranja, e polpa de fruta), Traps, Cremly, Bliss, Ninho Soeil, Chamy, Chandelle, Vigor, Leco, Flor da Nata, Batavo (polpa de fruta, pedaço de fruta e natural), Kissy e Taksy (mel e cenoura com laranja).
- **Manteiga:** das marcas Vigor, Leco, Flor da Nata e Batavo.
- **Queijos:** das marcas Batavo (batavinho, Minas, Eden e Quarke), Polenghi (queijinho, requeijão), Vigor (mussarela, prato, queijo pasteurizado, queijo ralado tipo parmesão, requeijão) e Nestlé (Chambinho e Maxi Chambinho morango e Smash).

- **Frios:** das marcas:

Sadia - mortadela, salsicha, presunto, tender, lingüiças, bacon, salame, patês em bisnaga, copa, frango e peru temperado, lombo.

Perdigão - chester, copa, presunto cru ou cozido, tender, salsicha, lingüiça, mortadela, salame, bacon.

Batavo - presunto, salsicha hot gog, salame, copa, lingüiça, paio.

- **Enlatados:** das marcas:

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Hero - ervilha, palmito, extrato de tomate, purê de tomate e milho verde.

Nestlé - molho maggi de tomate, ervas finas, pizza, peperone e bolonhesa.

Kinoko - cogumelos, azeitonas, palmito, lentilha, coração de alcachofra, feijão branco, grão de bico e milho verde.

Oderich - cebola em vidro, ervilha, milho verde e pepino.

Quaker - sardinha e atum em óleo Coqueiro.

Cica - purê de tomate, ervilha e milho verde.

Peixe - aspargos, milho verde, ervilha, azeitona, extrato de tomate, purê de tomate, polpapura, tomatelli, bolonhesa e ao sugo.

- **Sobremesas:** das marcas:

Oderich - abacaxi em pedaços, abacaxi em rodela e figo em calda.

Kinoko - pêssego em calda, figo em calda e cereja ao maraschino.

Peixe - goiabada, pêssego em calda, abacaxi em calda, figo em calda, ameixa em calda, ameixa seca e doce de leite.

Hero - pêssego em calda, figo em calda, goiabada em bloco e goiabada cremosa.

Fleischman-Royal - gelatina, flan, pudim de coco, caramelo e chocolate, e manjar.

Leiner - gelatinas.

Nestlé - doce de leite e doce de leite com coco.

Q-gel - gelatina e flan.

Vigor - doce de leite, Milkshake e sundae, e Mc'Donald.

Batavo - flan, doremi e dueta.

Cica - goiabada, 3 em 1 e marrom glacê.

- **Geleias:** das marcas:

Superbom - geleias, mel de abelhas e melado de cana.

Kinoko - todas as geleias.

Fleischman-Royal - geleia de frutas.

Hero - todas as geleias e mel.

Cica - todas as geleias.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Batavo - geleia de amora.

- **Farinhas:**

Nestlé - Mucilon de milho e de arroz.

Arrozina - tradicional e vitaminada - ref. de milho Brasil - maizena e cremogema tradicional ou com sabor.

- **Molhos e temperos:** das marcas:

Nestlé - caldo maggi granulado e em tablete, fondor, grill e tempera tudo.

Knorr - caldo knorr de galinha, legumes e carne, maionese hellmann's regular e com limão, karo, condimix e tempero para feijão.

Sakura - molho de soja.

Peixe - ketchup e molho inglês.

Kinoko - mostarda, molho de soja e molho inglês.

Brasil - maionese mazola.

- **Salgadinhos:** das marcas:

Elma Chips - Cebolitos, Cheetos, Doritos, Fandagos, Zanbino, Batata Lays e Ruffles.

- **Sucos e refrescos:** das marcas:

Fleischman-Royal - pós para refresco, qualquer sabor.

Cica - sucos de frutas.

Q-refresco - Tang, Fresh, Guaraná, Ki-suco, Fest e Q-refresco.

Quaker - Gatorade.

Superbom - sucos integrais de frutas.

Peixe - suco de frutas e suco de tomate.

- **Sopas:** das marcas:

Nestlé - sopa creme de ervilha com bacon, sopa de galinha com arroz e caldo verde.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Ref. De Milho Do Brasil - sopas Knorr de canja com galinha, creme de ervilhas com bacon, ervilhas com bacon, flash de aspargos, batata com bacon, ervilha, queijo e tomate.

- **Balas, bombons, chocolates e outros:** das marcas:

Nestlé - caramelos e Toffes, Surpresa, Galak leite, Alpino, ovos de páscoa e Prestígio.

Q-refresco - jujuba, drops, dulcora e balas Soft.

Bauducco - ovos de páscoa.

Garoto - ovos de páscoa e chocolates sem recheio.

Kellog's - Cornflakes.

Tostines - balas e drops.

- **Sorvetes:** das marcas:

Kibon:

De massa: coco, nata, flocos, brigadeiro, creme, abacaxi e morango.

Sundae: chocolate e morango.

Picolé: coco, abacaxi, manga, maracujá, limão, uva, goiaba, frutily, caju, brigadeiro, pé-de-moleque, eskibon, ki-crocante e tablito.

- **Refrigerantes:** das marcas:

Antártica - todos.

- **Café:**

com relação ao café, que pode vir misturado a quantidades variáveis de cevada, não obtivemos resposta dos produtores, portanto, não recomendamos o uso.

- **Medicamentos:**

não temos nenhuma informação sobre conteúdo de glúten em produtos farmacêuticos.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Receitas

- **Salgados**

Massa Básica: 1kg de mandioca e 5 colheres de sobremesa de manteiga.

Cozinhar a mandioca em água e sal até amolecer. Em seguida, amassar bem com a manteiga.

Esta massa serve para pizza, nhoque, coxinha, empadinha e esfiha.

Pizza - Fazer a massa básica e abrir pequenas pizzas. Assar um pouco a massa em forno brando. Rechear a gosto, com molho de tomate e queijo ou linguiça, presunto e ovos. Levar ao forno para assar novamente.

Coxinha - Fazer a massa básica e rechear com frango desfiado já temperado e cozido. Fazer as coxinhas, empanar em farinha de mandioca e fritar.

Nhoque de Mandioca - Fazer a massa básica. Acrescentar sal, caso precise, enrolar em tiras e cortar os nhoques. Colocar no molho de tomate já quente. Polvilhar com queijo e levar ao forno para gratinar.

Nhoque de Batata - São necessários: 500gr de batata; 1 colher de manteiga; 1 ovo; 2 xícaras de chá de maisena e sal a gosto.

Cozinhar as batatas e amassar bem com os outros ingredientes. Enrolar em tiras e cortar os nhoques. Colocar no molho de tomate já quente. Polvilhar com queijo e levar ao forno para gratinar.

Esfiha - Fazer a massa básica, abrir pequenas porções e rechear com carne moída refogada e temperada. Fechar as esfihas e pincelar com gema de ovo. Assar em forno brando.

Almôndegas - São necessários: 1kg de carne moída; 1 cebola ralada; alho; 1 ovo; ½ xícara de queijo parmesão ralado; 4 colheres de maisena.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Misturar os ingredientes, amassando bem, fazer bolinhas e e cozinhar tudo em molho de tomate.

Suflê de Carne - São necessários: 3 colheres de sopa de óleo; 1 cebola ralada; 1 dente de alho socado; 2 colheres de sopa de salsicha picada; 1 tomate picado; 600g de carne moída; sal e pimenta a gosto; 3 colheres de sopa de maisena; 3 xícaras de chá de leite; 2 gemas batidas; 2 claras em neve.

Refogar a cebola, o alho e o tomate no óleo. Juntar a carne, o sal, a pimenta e a salsicha. Deixar cozinhar até secar. À parte, dissolver a maisena no leite e juntar as gemas. Levar ao fogo até engrossar. Misturar a carne reservada e as claras. Despejar numa forma refratária untada. Levar ao forno médio por 20 minutos. Servir quente.

Suflê de Espinafre - São necessários: 2 colheres de sopa de manteiga; 1 cebola média picada; 2 dentes de alho amassados; 1 maço de espinafre (médio); 2 xícaras de chá de leite; 3 colheres de sopa de maisena; 200g de queijo mussarela picado; sal a gosto; 4 claras em neve.

Aquecer a manteiga e dourar a cebola e o alho. Colocar as folhas de espinafre, sem os talos, e cozinhe por 15 minutos em fogo baixo, com a panela tampada. Esperar esfriar e picar bem. Reservar. À parte, misturar a maisena com o leite e as gemas. Levar ao fogo, mexendo sempre, até engrossar. Retirar do fogo, adicionar o espinafre reservado e a mussarela. Temperar com sal. Juntar as claras, misturando devagar. Despejar numa forma refratária redonda (média) untada. Levar ao forno médio por cerca de 35 minutos, servir logo a seguir.

Panquecas - São necessários: 1 e ½ xícara de leite; 1 pitada de sal; 1 xícara de maisena; 3 ovos.

Bater todos os ingredientes no liquidificador. Deixar descansar por 15 minutos. Bater novamente e fritar. Recheiar a gosto.

Polenta - São necessários: 1 e ½ xícaras de fubá; 1 xícara de água fria; 1 colher de

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

chá de sal.

Numa panela, misturar o fubá e a água fria. Levar ao fogo médio em banho-maria. Juntar a água fervente e o sal, e mexer. Cozinhar mexendo sempre, por cerca de 5 minutos, até soltar do fundo da panela. Espalhar a polenta numa travessa aquecida e amanteigada, e deixar esfriar por 2 a 3 minutos. Cortar em fatias ou em quadrados. Servir com molho, acompanhando frango ou peixe.

Pãezinhos de Milho - São necessários: 1 colher de chá de sal; 3 colheres de sopa de maionese Hellmann's; 2 xícaras de chá de farinha de milho grossa; 2 colheres de sopa de maisena; 1 xícara de chá de queijo ralado; ½ colher de sopa de fermento em pó; 2 ovos.

Levar ao forno 3 xícaras de chá de água com sal. Quando levantar fervura, acrescentar a maionese e mexer. Juntar de uma só vez a farinha de milho, misturada com a maisena, mexendo rapidamente para não empelotar. Acrescentar o queijo e os ovos, um por vez, mexendo. Por último, acrescentar o fermento. Fazer os pãezinhos com duas colheres de sobremesa untadas. Assar em forno quente por cerca de 35 minutos.

Suflê de Queijo: cozinhar uma colher de sopa bem cheia de maisena em 1 e ½ xícara de chá de leite, mexendo sempre, até engrossar. Deixar esfriar um pouco e juntar 1 colher de manteiga, 200g de mussarela ralada, 3 gemas e sal. Misturar bem. Depois, misturar, de leve, com 3 claras em neve. Levar ao forno quente por 30 minutos em uma forma redonda, untada com manteiga.

Coxa de Frango “À Milanese”: tempere as coxas com sal, alho, pimenta do reino, cebola ralada e limão, e deixe por algumas horas. Passe as coxas em ovo batido e em farinha de mandioca. Frite em óleo não muito quente até dourarem.

Empadinhas de Mandioca: São necessários: 1kg de aipim cozido em água e sal, passado na máquina; 1 colher de sopa de manteiga; 1 gema de ovo.

Amassar tudo muito bem e forrar as forminhas com a massa. Usar o recheio

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

que preferir: camarão, carne ou palmito. Cobrir com uma rodelinha de massa, pincelar com gema de ovo e levar ao forno moderado até dourar.

Bolinhos de Queijo: São necessários: 400g de queijo prato ralado; 400g de queijo mineiro ralado; 8 claras batidas em neve; 6 a 7 colheres de sopa de arrozina culinária.

Misturar todos os ingredientes, mexendo delicadamente. Fazer bolinhas e fritar em óleo bem quente. Escorrer em papel absorvente e servir a seguir.

- **Bolos**

Bolo Brigadeiro: São necessários: 7 ovos; 7 colheres de sopa de Nescau; 7 colheres de sopa de açúcar; 2 colheres de sopa de óleo; 2 colheres de sopa de manteiga; 1 colher de sopa de fermento Royal; 100g de coco fresco ralado.

Bater primeiro as gemas e ir adicionando os outros ingredientes conforme a sequência da lista acima. Acrescentar, por último, as 7 claras em neve e o fermento Royal. Colocar para assar em forno quente e forma untada e polvilhada com maisena (ou forma forrada com papel impermeável branco e levemente untada com manteiga). Desenformar, cobrir com a cobertura, decorar com raspas de chocolate e servir.

Cobertura: São necessários: 1 lata de leite condensado; 1 colher de sopa de manteiga; 2 colheres de sopa de Nescau.

Dar o ponto de brigadeiro mole. Ainda quente, jogar em cima do bolo e decorar com raspas de chocolate, cerejas, etc.

Bolo de Chocolate com Cobertura: São necessários: 400g de arrozina; 3 colheres de manteiga; 2 xícaras de açúcar; 3 ovos; 1 colher de pó Royal; 4 colheres de chocolate em pó.

Juntar as gemas, o açúcar e a manteiga e bater bem. Depois, colocar o creme de arroz e o leite, e bater bem. Acrescentar o pó Royal e, por último, as claras em neve. Untar bem a forma com manteiga e açúcar, e assar em forma quente.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Cobertura: Despejar uma lata de leite condensado em uma panela com uma colher de manteiga e 3 colheres de chocolate. Cozinhar em fogo baixo até ficar cremoso, com ponto de brigadeiro.

Bolo Úmido de Chocolate

São necessários: 6 ovos; 100g de coco ralado; ½ xícara de chá de manteiga, na temperatura ambiente; 6 colheres de sopa de chocolate em pó; 7 colheres de sopa de açúcar; 1 colher de sopa de fermento em pó.

Bater todos os ingredientes da massa no liquidificador. Colocar em assadeira retangular (grande), untada e polvilhada com açúcar. Levar ao forno médio por 15 minutos. Desenformar e cortar ao meio.

Recheio e cobertura: São necessários: 1 xícara de chá de mel; ½ xícara de chá de leite; 3 colheres de sopa de chocolate em pó; 1 gema; 1 colher de sopa de manteiga; 1 colher de chá de essência de baunilha.

Levar ao fogo os 4 primeiros ingredientes da cobertura e mexer sempre. Ferver em fogo baixo por 10 minutos. Juntar a manteiga e a baunilha. Recheiar e cobrir o bolo, deixar esfriar e levar à geladeira. Servir gelado.

Bolo de Aipim (Macaxeira): São necessários: 2 e ½ xícaras de chá de açúcar; ½ xícara de chá de maisena; 1 pitada de sal; 1 colher de sopa de fermento em pó; 1 xícara de chá de coco ralado; 6 ovos; 4 xícaras de chá de aipim ralado (1kg); 1 xícara de chá de leite de coco.

Misturar os 5 primeiros ingredientes, fazer uma cova e colocar os ovos, o aipim e o leite de coco. Bater bem e colocar numa assadeira grande, untada e polvilhada com açúcar. Levar ao forno médio por 35 minutos. Deixar esfriar e cortar em quadrados.

Bolo de Maisena: São necessários: 6 gemas; 1 e ½ xícara de chá de açúcar; 150g de manteiga; 6 claras em neve; 4 xícaras de chá de maisena; 1 colher de sopa de fermento em pó.

Bater as gemas com o açúcar e a manteiga até obter um creme. Acrescentar,

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

aos poucos, a maisena misturada com o fermento, alternando com as claras. Levar ao forno médio, em forma de furo central (grande), untada e polvilhada com açúcar.

Pão de Ló de Laranja: São necessários: 5 gemas; 8 colheres de sopa de suco de laranja; 1 e ½ xícara de chá de maisena; 1 colher de sopa de fermento em pó; 5 claras em neve.

Bater bem as gemas com o suco de laranja. Juntar o açúcar e continuar batendo até obter um creme claro. Acrescentar, delicadamente, a maisena misturada com o fermento e as claras. Levar ao forno médio, numa assadeira (grande), untada e polvilhada com açúcar, por 25 minutos.

- **Sobremesas**

Pudim de Geléia de Uva: São necessários: 1 e ½ vidro de geleia de uva; ½ litro de leite; 5 ovos; 4 colheres de sopa de arrozina culinária; 1 colher de café de essência de baunilha.

Bater, no liquidificador, o conteúdo de um vidro de geleia de uva, o leite, os ovos, a arrozina culinária e a essência de baunilha até obter uma mistura homogênea. Reservar. Espalhar o restante da geléia em uma forma de pudim e despejar a mistura. Levar para assar em banho-maria, coberto com papel alumínio.

Pudim de Laranja: São necessários: 2 copos de leite; 1 copo de suco de laranja; 2 colheres de maisena; 2 gemas; 1 copo de açúcar.

Misturar tudo e cozinhar em fogo lento. Untar uma forma com açúcar queimado e cobrir com calda de ameixa. Dourar o açúcar e colocar água e ameixa. Ferver por 5 minutos.

Pavê de Pêssego: São necessários: 8 colheres de sopa de leite em pó; 6 xícaras de água; 200g de maisena; 200g de açúcar; 200 g de creme de leite.

Dissolver o leite na água, colocar o açúcar e ferver. Juntar a maisena, dissolver em água e cozinhar até formar um mingau. Colocar, em uma forma, uma

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

camada de creme e uma de pêssigo em calda, alternado as camadas. A última camada, fazer com o creme de leite batido com açúcar. Levar à geladeira.

Torta de Sorvete: São necessários: 3 copos de leite; 2 colheres de maisena; 2 ou 3 gemas; ½ lata de leite de creme de leite; uma lata de leite condensado; 2 ou 3 claras.

Misturar o leite, as gemas, a maisena, levar ao fogo para engrossar e formar um pudim. Tirar do fogo e acrescentar o leite condensado e o creme de leite (sem soro). Bater bem. Em seguida, por os pêssigos cortados em pedacinhos e, por último, as claras em neve. Por numa refratária e deixar algum tempo no congelador. Depois de atingir o ponto, deixar na geladeira.

Suflê de Maçã: São necessários: 1 maçã grande descascada, ralada na parte grossa do ralador; ½ xícara de chá de açúcar; 2 colheres de sopa de suco de limão; 1 e ½ xícara de chá de leite; 1 colher de sopa de manteiga; 3 gemas; 3 claras em neve.

Regar a maçã com o suco de limão e reservar. Levar ao fogo a maisena, mexendo sempre até formar uma bola. Juntar, aos poucos, o leite, mexendo bem após cada adição para absorver. Retirar. Juntar o açúcar, o chocolate e as gemas, mexendo rapidamente para não talhar. Juntar as claras, com cuidado. Colocar numa forma refratária (alta), untada e polvilhada com açúcar. Polvilhar a superfície com açúcar e levar ao forno quente, por 25 minutos. Servir a seguir.

Suflê de Banana: São necessários: 4 bananas nanicas; 1 colher de sopa de suco de limão; ½ colher de chá de canela em pó; ½ xícara de chá de maisena; 8 colheres de sopa de açúcar; 1 e ½ xícara de chá de leite; 1 colher de sopa de manteiga; 3 gemas; 3 claras em neve.

Amassar as bananas com um garfo e misturar com o suco de limão e a canela. Reservar. Levar ao fogo a maisena, o açúcar e o leite, mexendo sempre, até engrossar. Retirar e misturar a manteiga, a banana e as gemas. Juntar as claras, com cuidado. Colocar numa forma refratária alta (grande) untada e polvilhada com açúcar. Polvilhar a superfície com açúcar e levar ao forno quente, por 25 minutos.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Sirva a seguir.

Suspiro de Maisena: São necessários: 4 claras; 2 xícaras de chá de açúcar; 1 colher de sopa de fermento em pó; 1 colher de chá de essência de baunilha; 2 xícaras de chá de maisena.

Bater as claras em neve e acrescentar o açúcar aos poucos. Juntar o fermento, a baunilha e a maisena, misturando bem. Fazer pequenos suspiros, bem espaçados, com o bico de confeiteiro ou com o auxílio de duas colheres de chá, diretamente numa assadeira (grande), untada. Levar ao forno médio até dourar, por 15 minutos.

- **Biscoitos**

Biscoito de Batata Doce: São necessários: 1 e ½ xícara de chá de batatas doce, cozidas e passadas pelo espremedor; 1 xícara de açúcar; 1 xícara de chá de manteiga; 3 colheres de maisena; 2 colheres de chá de fermento em pó; 1 colher de sopa de suco de limão.

Amassar a batata (ainda morna), com a manteiga e o açúcar e misturar bem. Acrescentar, aos poucos, a maisena com o fermento. Juntar o suco de limão. Fazer cordões (como para nhoque) e cortar os biscoitos. Colocar numa assadeira, untada e polvilhada com açúcar, achatado com um garfo e levar ao forno médio por 10 minutos (sem deixar dourar).

Rosca de Mandioquinha: São necessários: 500g de mandioquinha; ½ litro de leite; 2 tabletes de fermento de pão (50g); 2 ovos; 3 xícaras de chá de açúcar; 1 colher de manteiga; 1 pitada de sal; 1 colher de óleo; 1 xícara de passas; 100g de frutas cristalizadas; 100g de castanhas-do-pará moídas.

Cozinhar a mandioquinha no leite e bater no liquidificador até ficar como mingau. Juntar o fermento e os outros ingredientes. Fazer rosquinhas. Deixar crescer por duas horas e levar para assar.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

Biscoitinhos Paulistas: São necessários: 1 e $\frac{1}{2}$ xícara de chá de maisena; 2 colheres de sopa de manteiga; 1 xícara de chá de açúcar; 1 colher de chá de essência de baunilha; 2 gemas; 2 colheres de sopa de leite; 2 claras em neve.

Bater bem os ingredientes e misturar as claras em neve. Colocar em forminhas aluminizadas e levar ao fogo médio por 20 minutos.

Sequilhos de Coco: São necessários: $\frac{1}{2}$ xícara de chá de manteiga; 1 xícara de chá de açúcar; 3 gemas; 1 vidro de leite de coco (200ml); 4 e $\frac{1}{2}$ xícaras de chá de maisena (500g).

Misturar a manteiga com o açúcar, as gemas e o leite de coco. Juntar a maisena e amassar bem. Fazer bolinhas. Colocar bem separadas numa assadeira untada e polvilhada com açúcar. Levar ao forno médio por 25 minutos.

Biscoito de Coco: São necessários: 1 e $\frac{1}{2}$ xícara de chá de açúcar; $\frac{1}{2}$ xícara de chá de manteiga; 1 xícara de chá de leite de coco; 3 claras em neve, bem firmes; 1 e $\frac{1}{2}$ xícara de chá de maisena.

Misturar o açúcar com 1 xícara de chá de água fria e levar ao fogo sem mexer, até obter uma calda grossa. Juntar a manteiga e o leite de coco, e continuar fervendo por 10 minutos. Retirar do fogo e deixar esfriar. Juntar, delicadamente, as claras, as gemas e, por último, a maisena, sem bater. Colocar em forminhas untadas e levar ao forno quente por 15 minutos. Desenformar após 5 minutos.

Biscoito de Nata: São necessários: 2 xícaras de chá de açúcar; 700g de maisena; 1 pitada de sal; 3 gemas; 1 xícara de chá de creme de leite.

Misturar o açúcar com a maisena e o sal. Fazer uma cova e colocar as gemas e o creme de leite. Misturar bem, partindo do centro e, depois, amassar com as mãos. Fazer bolinhas e colocar bem separadas em uma assadeira untada e polvilhada com açúcar. Levar ao forno quente por 10 minutos.

Biscoito de Maisena: São necessários: 2 colheres de sopa de manteiga; 1 xícara de chá de açúcar; 1 pitada de sal; 3 ovos; 2 xícaras de chá de maisena; 1 colher de chá

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779

de fermento e açúcar de confeito para polvilhar.

Bater a manteiga com o açúcar, o sal e os ovos. Acrescentar a maisena e o fermento, misturando bem. Colocar em forminhas de empada, untadas e polvilhadas com açúcar só até a metade. Levar ao forno por 15 minutos e desenformar ainda quente. Polvilhar com açúcar de confeito e servir em forminhas de papel.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779