



Dajuda

Nossas
Receitas



A gente sempre tem um caderninho especial de receitas em casa. As receitas da mamãe, da vovó, da vizinha... o melhor da culinária está sempre à mão.

Pensando em deixar tudo mais fácil para você, a Wilson reuniu em um único livro as mais deliciosas e práticas receitas para conquistar você e sua família. Aproveite para apreciar estes saborosos pratos usando os produtos Dajuda.

Dajuda

As receitas da nossa família para você!

Strogonoff de filé mignon

Ingredientes:

30g de manteiga, ou margarina, cebola pequena, cortada fina, 900g de filé mignon cortado em tiras finas de 5cm, 230g de cogumelos frescos, fatiados, Óleo, 2 colheres (sopa) de Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda, 200 ml de creme fresco, 1 pitada de noz-moscada e Sal e pimenta-do-reino a gosto.

Preparação:

Numa panela derreta metade da manteiga. Junte a cebola e cozinhe tudo em fogo baixo até que ela fique transparente. Retire do fogo e reserve. Em fogo médio, com um pouco de óleo frite o filé cortado em tiras, deixando-o dourado. Retire-o e deixe junto com a cebola. Com o restante da manteiga salpique os cogumelos numa panela de ferro fundido, cubra e deixe cozinhando por 3 min. Tempere com sal, pimenta e noz-moscada. Coloque o creme na panela sem deixar ferver. Coloque o filé e a cebola na mesma panela, junte o Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda, deixe em fogo médio por 3 min. Sirva imediatamente.

45 minutos - 6 porções



Nhoque de batata recheado

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de manteiga, 2 colheres (sopa) de cebola ralada, 1/2 xícara de presunto picado, 1 xícara de mussarela ralada, 1 colher (chá) de manjerona picada, 1 receita de nhoque de batata, farinha de trigo para polvilhar, 2 colheres (sopa) de manteiga, 100g de Molho de Tomate Dois Molhos D'ajuda, 1/2 receita de molho branco e 1/4 xícara de queijo parmesão ralado

Preparação:

Para o recheio: Derreta a manteiga em uma panela média, junte a cebola e deixe murchar em fogo moderado, mexendo frequentemente. Adicione o presunto picado e deixe tomar gosto por 1 a 2 min, deixe esfriar e junte a mussarela e a manjerona. Prepare a massa de nhoque, conforme a receita. Pegue um pedaço de massa do tamanho de uma noz pequena e enfarinhe-a bem, achate-a sobre a palma da mão e ponha 2 colheres de chá de recheio no centro. Feche bem, dando a forma de um croquete, porém mais curto. Passe novamente na farinha e coloque em uma travessa bem polvilhada com farinha. Repita com o restante da massa e do recheio até terminar: você deverá ter 48 nhoques. Pré-aqueça o forno em 190°C. Quando estiverem todos prontos, cozinhe-os, poucos por vez. Escorra-os bem com uma escumadeira e arrume-os em uma forma refratária untada. Quando estiverem todos na fôrma, coloque os dois molhos por cima, às colheradas. Alternando-os de modo que fiquem mesclados. Polvilhe com o parmesão e coloque o restante da manteiga em pedacinhos sobre toda a superfície. Leve ao forno para que fiquem bem gratinados e possam absorver parcialmente os molhos, por cerca de 30 min.

20 minutos - 4 porções



Ravióli ao creme

Ingredientes:

1kg de raviólis de frango de frango ou carne, 4 ovos ,1 lata de creme de leite, 2 cebolas douradas na manteiga, Sal e pimenta-do-reino, 1 xícara de Molho de Tomate Dois Molhos D'ajuda Queijo ralado e Alecrim.

Preparação:

Cozinhe os raviólis em bastante água e sal. Escorra-os, passe-os para uma fôrma refratária untada e leve ao forno bem quente. Junte em uma tigela os ovos batidos e o restante dos ingredientes, deixando por último o queijo ralado. Mistura bem, prove o sal e a pimenta. Espalhe esse creme sobre os raviólis e leve para gratinar. Sirva o molho à parte e polvilhe os raviólis com queijo.

45 minutos - 6 porções



Carpaccio com Rúcula

Ingredientes:

1/2 kg de carne para carpaccio (filé mignon), leve-a ao congelador e corte-a em fatias finíssimas enquanto ainda estiver congelada ou compre-a pronta, 1 maço de rúcula.

Molho: 2 limões (suco), 1 colher (chá) de Extrato de Tomate D'ajuda, 1 gema, pimenta-do-reino, 3 colheres (sopa) de azeite e queijo parmesão ralado.

Preparação:

Disponha as fatias finíssimas de carne no prato de cada convidado. Lave e esterilize a rúcula e corte-a em tirinhas finas, como se estivesse cortando couve. Ponha-a por cima das fatias de carne. Faça o molho: bata no liquidificador o limão, a gema, o Extrato de Tomate D'ajuda, o sal, a pimenta e o azeite.

Leve à mesa uma molheira com o queijo parmesão à parte.

30 minutos - 4 porções



Espaguete com Molho de tomate Manjericão D'ajuda

Ingredientes:

300g de espaguete, 1 colher (sopa) de azeite de oliva, 1 dente de alho amassado, 1 cenoura pequena ralada, 200g de Molho de Tomate Manjericão D'ajuda, 1/2 xícara de água e 1/2 copo de requeijão light.

Preparação:

Em uma panela grande, ferva 3 litros de água e acrescente 3 colheres (chá) de sal e um fio de óleo. Acrescente o macarrão e cozinhe em fogo alto, até ficar al dente (cerca de 10 a 12 min). Escorra o macarrão e reserve. Em outra panela (média), aqueça o azeite em fogo alto. Refogue o alho e a cenoura, mexendo sempre até ficarem macios. Acrescente o Molho de Tomate Manjericão D'ajuda e a água. Ferva por 5 min. Adicione o requeijão e deixe ferver mexendo sempre, por mais 3 min. Envolve o macarrão com o molho e coloque em uma travessa.

30 minutos - 4 porções

Arroz Brasileiro (no micro-ondas)

Ingredientes:

1 receita de arroz, 1 lata pequena de palmito, 1 tomate cortado em fatias finas, orégano, 100g de queijo prato e 150g de presunto cortado em fatias médias.

Molho: 2 ovos, 1/2 xícaras de leite integral, 3 colheres (sopa) de Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda e Sal.

Preparação:

Em um recipiente refratário retangular, coloque metade do arroz, cubra com os demais ingredientes da receita e coloque por cima o arroz restante. Para fazer o molho, bata ligeiramente os ovos com o leite, acrescente o Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda e o sal. Espalhe-o sobre o arroz. Cozinhe por 8 a 10 min com 80% de potência.

Sugestão: Para servir em uma ocasião especial, frite alguns camarões grandes na manteiga e decore o prato.

25 minutos - 5 porções

Frango à Cacciadore (no micro-ondas)

Ingredientes:

2 peitos de frango cortados em 4 partes, sal, suco de 1 limão, 2 colheres (sopa) de óleo de soja, 1 cebola média picada, 2 dentes de alho picados, 1 ½ xícara de Molho de Tomate Manjerição D'ajuda, 1 xícara de cogumelos fatiados, 20 folhas de manjerição e 1/4 xícara de vinho tinto de mesa.

Preparação:

Tempere os peitos de frango com o sal e o suco de limão e reserve. Em um recipiente refratário com capacidade para 2 litros, coloque o óleo e a cebola, tampe e cozinhe por 4 a 5 min com 100% de potência. Acrescente os demais ingredientes, misture bem, tampe e cozinhe por 13 a 15 min com 80% de potência. Troque de lugar os pedaços de frango da borda com os do centro, para um cozimento uniforme.

60 minutos - 4 porções



Frango em Pedacos da Tuca

Ingredientes:

1kg de peito de frango limpo, 3 tomates maduros, 200g de Extrato de Tomate D'ajuda, 200g de champignon, 1 dente de alho, 24 azeitonas verdes, 1 copo de vinho branco seco, 50g de manteiga, 4 colheres (sopa) de azeite e salsinha.

Preparação:

Tirar o caroço das azeitonas, pique o champignon, tire a casca do tomate com água quente, pique o alho e a salsinha, lave e seque o frango, pique o frango em 4 pedaços. Divida o azeite em 2 panelas, coloque um pouco de manteiga em cada panela e coloque os frangos, deixe fritar por mais ou menos 10 minutos de cada lado, depois que virar, coloque sal e pimenta. Pique o tomate bem picado. Tire o frango da panela (mas não jogue o caldo fora, porque vamos usá-lo).

Pegue uma das panelas e coloque a gordura duas em uma, soltando com o vinho, coloque os tomates, o alho, o resto do vinho, o Extrato de Tomate D'ajuda e deixe cozinhar por mais ou menos 10 min.

Depois junte as azeitonas e o champignon e deixe mais ou menos 10 min (veja se está bom de sal), coloque o frango na travessa, junte o molho e salpique salsinha.

60 minutos - 4 porções

Almôndegas

Ingredientes:

1/2 kg de carne moída, pimenta-do-reino, noz-moscada, 2 ovos, 6 colheres (sopa) de farinha de trigo, 1 xícara de cheiro-verde picado, 340g de Molho de Tomate Tradicional Pedações D'ajuda, 1 copo de vinho branco seco, 1 copo de água.

Preparação:

Tempere a carne com sal, pimenta, noz-moscada. Numa tigela, misture-a com os ovos batidos, a farinha e o cheiro-verde picado. Faça bolinhas e ponha-as para cozinhar no Molho de Tomate Tradicional Pedações D'ajuda, ao qual se acrescentaram o vinho e um copo de água. Deixe 20 min em panela tampada e fogo brando. Sirva com arroz.

30 minutos - 6 porções



Filé à Parmegiana

Ingredientes:

1kg de contrafilé, sal, 2 dentes de alhos amassados, 1/2 colher (café) de pimenta-do-reino, salsa picada, 2 colheres (sopa) de óleo, farinha de trigo para empanar, 3 ovos batidos – farinha de rosca, óleo para fritar, Molho de Tomate Pizza D'ajuda, mussarela ralada, orégano e azeite para regar.

Preparação:

Limpe os bifes, soque-os um pouco e tempere-os com alho, sal e pimenta-do-reino; regue-os com um pouco de óleo e polvilhe-os com salsa picada. Passe todos os bifes na farinha de trigo, nos ovos batidos e na farinha de rosca. Frite-os em bastante óleo até ficarem dourados. Escorra-os em papel absorvente. Arrume os bifes em uma assadeira, cubra-os com um pouco de Molho de Tomate Pizza D'ajuda, mussarela ralada, polvilhe-os com orégano e regue-os levemente com azeite.

Leve-os ao forno bem quente por 5 min.

Ponha os bifes numa travessa e enfeite a gosto.

30 minutos - 4 porções

Abobrinha em Camadas (no micro-ondas)

Ingredientes: 500g de abobrinha, 250g de mussarela fatiada, 1 colher (sopa) de orégano, 340g de Molho de Tomate Peneirado D'ajuda e Queijo parmesão ralado para polvilhar.

Preparação:

Em um recipiente refratário retangular médio, alterne camadas de abobrinha cortada em fatias finas, mussarela, orégano, Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda e, por último, polvilhe fartamente com queijo parmesão ralado. Tampe o recipiente com a própria tampa ou com papel-manteiga, e cozinhe por 13 a 15 min a 100% de potência. Aguarde o tempo de espera de 8 min com o recipiente tampado.

Sugestão: Esta receita também pode ser preparada com batata ou berinjela no alho e óleo.

55 minutos - 4 porções



Lasanha à Bolonhesa (no Micro-ondas)

Ingredientes:

1/2 kg de lasanha, 1/2 kg de carne moída, 1 cebola picada, 1 alho picado, 200g de Molho de Tomate Pizza D'ajuda, sal, pimenta-do-reino, 1 colher (café) de orégano seco, 250g de mussarela fatiada, 250g de ricota, 100g de queijo parmesão ralado, 2 ovos.

Preparação:

Num refratário, ferva as folhas da lasanha em 3 xícaras de água por 15 min, em potência alta, escorra e reserve. Em outro refratário alto e redondo, coloque a carne moída, o alho e a cebola e leve ao forno por 5 min, em potência alta, mexendo uma vez. Adiciona o Molho de Tomate Pizza D'ajuda e os temperos e cozinhe por mais 3 min, em potência alta. À parte, bata a ricota com os ovos e o queijo parmesão e reserve. Num refratário retangular, coloque alternadamente uma camada de molho de carne e tomate, uma de lasanha, uma de mistura de ricota e uma de mussarela até terminarem os ingredientes. Leve ao forno por 25 min, em potência média. Deixe em "tempo de espera" por 5 min. Sugestões: Outros tipos de massa, como talharim e espaguete, podem ser feitos da mesma maneira, com tempo de cozimento de 6 a 8 min. Outros molhos de sua preferência podem ser adaptados a seu gosto.

55 minutos - 4 porções



Cassoulet

Ingredientes:

1/2 kg de costeleta de porco salgada, 2 paiois, 1/2 kg de lombo salgado, 1/2 kg de peito magro de frango, 1 xícara de óleo, 2 cebolas grandes, Cheiro-verde, 4 dentes de alho amassados, 1 xícara de Molho de Tomate Tradicional Pedações D'ajuda, 1 galho de salsaõ branco, 1/2 copo de vinho branco seco, 2 copos de caldo de carne, Sal, Pimenta-do-reino, 1 folha de louro e 400g de feijão branco cozido em água e sal na panela de pressão por 20 minutos.

Preparação:

Deixe às carnes salgadas e o paio de molho na água a noite toda. No dia seguinte, troque a água e leve as carnes para cozinhar. À parte, refogue no óleo a cebola e o alho. Junte o Molho de Tomate Tradicional Pedações D'ajuda, o salsaõ picado, o vinho e o caldo de carne. Tempere com sal e pimenta-do-reino e acrescente o louro. Pré-aqueça o forno em temperatura alta. Junte o refogado às carnes. Quando o molho estiver reduzido e as carnes macias, retire do fogo, adicione o feijão-branco escorrido e o cheiro-verde picado. Passe para uma travessa de barro ou refratária e leve ao forno bem quente por 15 min.

90 minutos - 6 pedaços



Empadão Goiano

Ingredientes:

2 peitos de frango, 1 lata de milho verde em conserva, 1/2 lata de ervilha em conserva, 100g de Molho de Tomate Calabresa D'ajuda, 1 vidro de palmito em conserva, 2 tomates, grandes e maduros, 1 cebola ralada, sal e cheiro-verde, quanto basta, 2 colheres (sopa) de amido de milho, 1 ovo, 1 copo de água gelada, 2 ½ colheres (sopa) de margarina, farinha de trigo, quanto basta e 1 gema de ovo.

Preparação:

Recheio: Fazer um ensopado com o frango, deixando 1 e ½ do caldo separado. Deixar o frango esfriar e desfiar. Refogar o tomate com a cebola. Acrescentar o milho a ervilha e o palmito. Despejar o caldo, juntar o frango e o sal e deixar ferver. Engrossar o caldo com o amido de milho dissolvido em água fria. Deixar esfriar.

Massa: Colocar um pouco de farinha de trigo e fazer uma cova no meio. Juntar o ovo, a margarina e a água. Misturar, sem sovar e despejar mais farinha até a massa ficar lisa e desprender das mãos. Deixar descansar.

Montagem: Dividir a massa em duas partes. Com uma delas, cobrir um refratário de tamanho médio. Despejar o recheio. Abrir o restante da massa e cobrir o refratário. Pincelar com a gema e assar no forno a 250°C até dourar.

30 minutos - 4 porções



Pizza Americana Apimentada

Ingredientes: 1 disco de pizza (25-30cm), 1 colher (sopa) azeite de oliva, 100g de pimenta malagueta sem casca e sem sementes, conservada em salmoura, 340g de Molho de Tomate Pizza D'ajuda, 100g de salame fatiado, 6 azeitonas pretas sem caroço, 1 colher (sopa) de orégano fresco picado, 100g de mussarela ralada e folhas de orégano para decorar.

Preparação:

Pré-aqueça o forno a 220°C. Pincele a massa com azeite. Misture a pimenta malagueta com o Molho de Tomate Pizza D'ajuda e espalhe sobre a massa. Espalhe o salame sobre o Molho de Tomate Pizza D'ajuda. Corte as azeitonas ao meio, de comprido, e espalhe-as juntamente com o orégano. Espalhe por cima a mussarela ralada e asse por 15-20 min até a pizza ficar dourada. Enfeite com as folhas de orégano e sirva imediatamente.

40 minutos - 8 pedaços



Canelone ao Forno

Ingredientes:

450g de peito de frango sem pele, desossado e cozido, 225g de cogumelo, 2 dentes de alho, 2 colheres (sopa) de salsa fresca picada, 1 ovo batido, sal e pimenta-do-reino, suco de Limão, 12 a 18 canudos de canelone, 1 xícara de Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda, 1/2 xícara de parmesão ralado na hora e 1 ramo de salsa para enfeitar o prato.

Preparação:

Pré-aqueça o forno à temperatura de 200°C. Passe o frango no multiprocessador até moê-lo bem fino. Transfira-o para uma tigela. Passe os cogumelos, o alho, a salsa e o estragão no multiprocessador até moê-los bem finos. Bata a mistura de cogumelos com o frango e junte ovo, sal, pimenta-do-reino e suco de limão, a gosto. Se a massa for seca, cozinhe os canudos de canelone em bastante água fervente com sal, de acordo com instruções do fabricante. Escorra toda a água e coloque-os sobre um guardanapo limpo. Recheie os canudos de canelone com auxílio de um saco de confeitar com bico grande comum. Arrume os canelones numa travessa refratária untada com manteiga, em uma única camada bem próximos uns dos outros. Espalhe o Molho de Tomate Tradicional Peneirado D'ajuda por cima com uma colher e salpique com queijo parmesão. Asse no forno por 30 min ou até que a superfície esteja dourada e borbulhante. Sirva o prato enfeitado com um ramo de salsa.

60 minutos - 4 porções

Torta de Atum com Azeitona (no micro-ondas)

Ingredientes: 3 ovos grandes, 1/2 xícara de óleo, 1 xícara de farinha de trigo , 1 colher (sopa) de fermento em pó, 1/4 xícara de queijo parmesão ralado, 1/4 xícara de Molho de Tomate Tradicional Pedações D'ajuda, 140g de atum, 1 cebola pequena picada, 12 azeitonas pretas picadas, 1 colher (sopa) de salsa picada e sal.

Preparação:

Bata os ovos com o óleo, a farinha de trigo, o fermento, o queijo parmesão e o Molho de Tomate Tradicional Pedações D'ajuda. Escorra o óleo da lata de atum e junte-o aos demais ingredientes da receita. Coloque em uma fôrma refratária com 30cm de diâmetro e asse por 8 a 10min com 100% de potência.

30 minutos - 10 pedaços



Cebolas Douradas com Passas

Ingredientes:

1/2 kg de cebolinhas pequenas, 1 xícara de passas, 4 colheres (sopa) de açúcar mascavo, 1 xícara de Molho de Tomate Peneirado D'ajuda, sal, gotas de Molho de Pimenta Tipo Caseiro D'ajuda, 1 colher (sopa) de vinagre, 1 colher (sopa) de margarina e 2 copos de água.

Preparação:

Descasque as cebolinhas e deixe-as na água por 5 min. Escorra-as bem e reserve-as. Faça uma calda com 2 copos de água e o açúcar. Deixe ferver e, quando começar a engrossar, junte as cebolinhas, as passas, o Molho de Tomate Peneirado D'ajuda, o vinagre e a margarina. Salgue e apimente. Deixe ferver mais um pouco e experimente o gosto. Deve ficar doce e apimentado ao mesmo tempo. Sirva para acompanhar carnes e aves.

30 minutos - 4 porções

Berinjela com Tomate e Mussarela

Ingredientes: 1 xícara de Molho de Tomate Manjericão D'ajuda, 4 fatias de pão-de-forma, 1 ½ xícara de conserva de berinjela, 1/2 xícara de queijo parmesão ralado e 4 fatias de mussarela.

Preparação:

Pré-aqueça o forno em temperatura média (170°C). Espalhe o Molho de Tomate Manjericão D'ajuda sobre as fatias de pão. Depois espalhe uma porção de berinjela sobre cada uma e polvilhe com queijo ralado. Cubra-as com uma fatia de mussarela e leve ao forno por alguns minutos, até tostar ligeiramente o pão e derreter o queijo. Sirva em seguida, bem quente. Se quiser, decore com folhinhas de salsa e um tomate cereja ou rodela de tomate.

15 minutos - 4 pedaços





Rod. Raposo Tavares - SP 270 - KM. 555,5
CEP 19570-000 Regente Feijó - SP
Fone: 55 (18) 3941-9000
Televendas: 0300 115 9005
www.alimentoswilson.com.br

