

# Resgatando sabores de ouro





Governador do Estado  
Carlos Moisés da Silva

Secretário de Estado da Agricultura e da Pesca  
Ricardo de Gouvêa

Presidente da Epagri  
Edilene Steinwandter

#### Diretores

Giovani Canola Teixeira  
Administração e Finanças

Humberto Bicca Neto  
Extensão Rural e Pesqueira

Ivan Luiz Zilli Bacic  
Desenvolvimento Institucional

Vagner Miranda Portes  
Ciência, Tecnologia e Inovação



ISSN 1414-5219 (impresso)  
ISSN 2674-9505 (on-line)  
Fevereiro 2020

## **BOLETIM DIDÁTICO Nº 153**

RESGATANDO SABORES DE OURO

### **Organizadoras**

Carla Tumelero  
Neide Correa dos Santos Dorini



**Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina**  
Florianópolis  
2020

Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina (Epagri)  
Rodovia Admar Gonzaga, 1.347, Itacorubi, Caixa Postal 502  
88034-901 Florianópolis, SC, Brasil  
Fone: (48) 3665-5000, fax: (48) 3665-5010  
Site: [www.epagri.sc.gov.br](http://www.epagri.sc.gov.br)

Editado pelo Departamento Estadual de Marketing e Comunicação (DEMC)

Editoração técnica: Márcia Cunha Varaschin e Paulo Tagliari  
Revisão textual e padronização: Laertes Rebelo  
Arte-final: Vilton Jorge de Souza

Primeira edição: fevereiro de 2020  
Tiragem: 500 exemplares  
Impressão: Gráfica CS

É permitida a reprodução parcial deste trabalho desde que citada a fonte.

#### Ficha catalográfica

TUMELERO, C.; DORINI, N.C. dos S.; (Orgs.).  
*Resgatando Sabores de Ouro*. Florianópolis:  
Epagri, 2020. 52p. (Epagri, Boletim Didático, 153)

Receita; Culinária; Ouro; Santa Catarina

ISSN 1414-5219 (Impresso)

ISSN 2674-9505 (*on-line*)



## **ORGANIZADORAS**

### **Carla Tumelero**

Extensionista Social – Assistente Social  
Epagri, Escritório Municipal de Herval d'Oeste  
Rua Nilo Peçanha, 50  
89610-000  
Herval d'Oeste, SC  
carlatumelero@epagri.sc.gov.br

### **Neide Correa dos Santos Dorini**

Extensionista social – Nutricionista  
Epagri, Escritório Municipal de Ouro  
Rua Governador Jorge Lacerda, 1.209  
89663-000  
Ouro, SC  
neidedorini@epagri.sc.gov.br



## **Apresentação**

O projeto “Resgatando Sabores de Ouro” foi desenvolvido com as comunidades rurais do município de Ouro, em parceria com a Associação Ourense de Mulheres da Agricultura Familiar. Com o objetivo de resgatar as memórias pessoais e culturais das famílias, os grupos das comunidades rurais foram desafiados a inscrever suas receitas, com ingredientes que remetessem a pratos mais saudáveis e evitando ao máximo a utilização de produtos industrializados. Para nossa cultura, comida é um ato de amor, é reunião, é afeto, é agrado. Muitas receitas estavam esquecidas há anos e foram resgatadas para o projeto. É uma herança cultural de nossos antepassados que influenciou na nossa culinária e precisa ter continuidade.

A promoção do resgate culinário, a sabedoria das famílias, a socialização do conhecimento e o fortalecimento dos laços comunitários foram os propósitos do projeto.

Resultado do projeto, este livro foi elaborado a partir da percepção das mulheres acerca de suas memórias afetivas. Memórias que em sua maioria traduzem o carinho da família, especialmente vinculadas ao maternal, mãe, avó, bisavó. Realizar o trabalho de resgate culinário significa resgatar as memórias da família, com histórias e depoimentos marcados pela emoção. O trabalho também significou o resgate da comida simples e saborosa, com a valorização dos ingredientes locais e do trabalho da família, da comunidade, da agricultura familiar.

A Diretoria Executiva

## Doce de batata doce

Minha avó e eu sentávamos no chão.  
Passávamos horas recortando receitas de doces  
E colando em um grosso caderno de capa dura.  
Nos lambuzávamos nas palavras.  
Ríamos da quantidade de ovos que utilizavam;  
Quanto mais, mais dó tínhamos das galinhas poedeiras.  
O carinho vinha junto, a colheradas  
Entre um recorte e outro  
E o amor conseguia ser mais doce que um doce de batata-doce.

Ela guardava suas experiências de vida  
Nos vidros de compota em cima do armário  
E nos servia em delicadas porções nos almoços de domingo.  
Entre risadas e garfadas,  
Nos fartávamos de vida.  
Ela já se foi, faz tempo,  
Mas naqueles dias que a saudade em mim transborda  
feito leite quente derramado depois que ferve  
me pego folheando meu caderno de receita...  
Meu doce álbum de fotografias!

Wania Victoria

# Sumário

<b>Grupo Comunidade Pinheiro Baixo</b> .....	9
Bolinho de pão .....	9
Esfregolá.....	10
<b>Grupo Comunidade Pinheiro Alto</b> .....	11
Torta de ricota .....	11
Grostoli de cebola .....	12
Pé de moleque de forno.....	13
<b>Grupo Comunidade Novo Porto Alegre</b> .....	14
Bolacha de açúcar mascavo.....	14
Pudim de laranja .....	15
Salgadinho .....	16
<b>Grupo Comunidade Linha Vitória</b> .....	17
Pudim de aipim .....	17
Rocambole de laranja.....	18
Pãozinho de açúcar mascavo.....	19
<b>Grupo Comunidade Leãozinho</b> .....	20
Tortéi de abóbora .....	20
Bolo de maçã.....	21
<b>Grupo Comunidade Serra Alta</b> .....	22
Grostoli .....	22
Pudim de leite .....	23
Torta de aipim.....	24
<b>Grupo Comunidade Sagrado Coração de Jesus</b> .....	25
Torta de sálvia.....	25
Cuca.....	26
Torta italiana.....	27

<b>Grupo Comunidade Linha Bonita</b> .....	28
Docinho de ricota .....	28
Mel de limão (geleia).....	29
<b>Grupo Comunidade Pinheiro do Meio</b> .....	30
Coxinha de aipim.....	30
Biscoito de Milho.....	31
<b>Grupo Comunidade Linha Caçador</b> .....	32
Torta preguiçosa de banana .....	32
Toucinho do céu .....	33
<b>Grupo Comunidade Linha Carmelinda</b> .....	34
Bolo de açúcar mascavo .....	34
Taiadele .....	35
Bolinho de mandioca.....	36
<b>Grupo Comunidade Linha Maziero</b> .....	37
Pudim de abóbora.....	37
Ovos ao molho .....	38
Polenta de laranja.....	39
Bolo de banana.....	40
<b>Grupo Comunidade Linha Sul</b> .....	41
Torta de abobrinha .....	41
<b>Grupo Comunidade Linha Dambros</b> .....	42
Bodó da vovó.....	42
<b>Grupo Comunidade Linha Nossa Senhora da Saúde</b> .....	43
Rosca de vinagre branco.....	43
Sopa de gratini.....	44
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	45
<b>ANEXO (Fotos dos Grupos Comunitários)</b> .....	46

## Grupo Comunidade Pinheiro Baixo



### **Bolinho de pão**

Representante: Iracema Chaves

Tempo de preparo: 2 horas

#### **Ingredientes:**

Pãozinho:

4 xícaras (chá) de farinha de trigo

1 colher (sopa) de sal

1 ½ colher (sopa) de açúcar

2 colheres (sopa) de banha

350ml de água morna

1 colher (sopa) de fermento biológico

Calda:

2 xícaras (chá) de açúcar

½ xícara (chá) de água

#### **Modo de preparo:**

Misturar todos os ingredientes e amassar. Cortar em cubos e deixar crescer, por aproximadamente uma hora. Assar por 30 minutos. Quando estiver pronto, preparar a calda. O ponto da calda é o ponto de fio. Em seguida, despejar em cima dos bolinhos e mexer até esfriar.

História: Iracema aprendeu a receita com a mãe. Esta era uma receita da avó. Era um prato típico para casamentos, quando tinha café da manhã ou café da tarde. Também era feito quando vinham as visitas e aos domingos.



## **Esfregolá**

Representante: Leusa Ana Pecinato Baretta

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

4 ovos

3 xícaras (chá) de açúcar

1 colher (sopa) de farinha de trigo

1 colher (sopa) de banha

1 colher (sopa) de fermento em pó

1 xícara (chá) de amendoim torrado e moído (opcional)

Farinha de milho até dar o ponto

### **Modo de preparo:**

Misturar todos os ingredientes e amassar. Acrescentar a farinha de milho até dar o ponto, quando soltar da mão. Assar em forno pré-aquecido por aproximadamente 30 minutos.

História: Leusa aprendeu com a mãe. A avó também fazia. Aprendeu a fazer aos dez anos de idade. É um prato que remete a lembranças da infância, feito em dias de chuva, dias de filó e domingos.

## Grupo Comunidade Pinheiro Alto



### **Torta de ricota**

Representante: Edinéia Masson

Tempo de preparo: 1 hora

#### **Ingredientes:**

Massa:

2 ovos

150g de manteiga ou nata

2 xícaras (chá) de farinha de trigo

½ xícara (chá) de leite

1 colher (sopa) de fermento em pó

Recheio:

500g de ricota (puína caseira)

2 gemas

2 xícaras (chá) de açúcar

2 colheres (sopa) de manteiga

1 xícara (chá) de leite

1 colher (sopa) de amido de milho

#### **Modo de preparo:**

Massa: Bater a massa como bolo e despejar em forma untada.

Recheio: Bater todos os ingredientes no liquidificador, depois colocar por cima da massa (crua) e levar para assar. Assar a torta em forno pré-aquecido por 40 minutos.

História: Lediane aprendeu com uma prima há aproximadamente 20 anos. Era um prato que faziam geralmente aos domingos.



## **Grostoli de cebola**

Representante: Nair Masson

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

4 ovos

1 cebola média

½ xícara (chá) de óleo vegetal

1 xícara (chá) de leite

3 colheres (sopa) de fermento biológico

1 colher (sopa) de sal

Farinha de trigo até dar o ponto

### **Modo de preparo:**

Bater no liquidificador os ovos, cebola, leite, óleo e sal. Colocar em uma bacia e acrescentar o fermento e a farinha de trigo até dar o ponto. Sovar, modelar os grostolis e fritar em gordura quente. Observação: o fermento também pode ser acrescentado no liquidificador junto aos outros ingredientes.

História: Nair aprendeu a fazer há 15 anos, em um curso realizado na comunidade. Desde então é um prato que prepara para a família.



## **Pé de moleque de forno**

Representante: Eliane Terezinha Colombo Masson

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

- 1 prato raso de amendoim torrado e moído
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 2 ovos
- 2 colheres (sopa) de fermento em pó

### **Modo de preparo:**

Colocar em um recipiente a farinha de trigo, o açúcar e o amendoim. No meio dos ingredientes, acrescentar os ovos, a manteiga e o fermento em pó, amassando com as mãos até a massa dar liga (grudar). Se necessário, acrescentar um pouco de leite para dar liga. Untar uma forma, espalhar bem a massa e assar em forno pré-aquecido por aproximadamente 30 minutos.

História: Eliane aprendeu fazer o prato a partir de um do livro de receitas de um concurso culinário realizado no município de Ouro em 2003. Desde então, quando precisa de algum prato rápido e prático, é o pé de moleque de forno que ela faz.

## Grupo Comunidade Novo Porto Alegre



### **Bolacha de açúcar mascavo**

Representante: Rosane Aparecida Borin

Tempo de preparo: 1h30min

#### **Ingredientes:**

6 ovos

600ml de leite

300g de banha

1kg de açúcar mascavo

Casca de 1 laranja ralada

50g de sal amoníaco

Farinha de trigo até dar o ponto

#### **Modo de preparo:**

Misturar os ingredientes e acrescentar farinha de trigo até dar o ponto. Assar em forno pré-aquecido.

História: Rosane aprendeu fazer com a avó há muitos anos. É um prato que lembra a família.



## **Pudim de laranja**

Representante: Iraci Bombassaro

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

5 ovos

250g de açúcar

400ml de leite

400ml de suco de laranja

5 colheres (sopa) de farinha de trigo

### **Modo de preparo:**

Colocar todos os ingredientes no liquidificador e bater por três minutos. Colocar em forma de pudim já caramelizada e cozinhar em banho maria por 40 minutos. Depois de cozido tirar a tampa e colocar para dourar no forno. Deixar esfriar e desenformar. Dica: Utilizar laranja de umbigo para que não fique muito ácido.

História: Iraci aprendeu fazer o pudim com a mãe, ainda quando era criança. É um prato que remete a lembranças da infância, quando os pratos eram feitos com ingredientes disponíveis na propriedade.



## **Salgadinho**

Representante: Nilva Campioni Morosini

Tempo de preparo: 50 minutos

### **Ingredientes:**

300g de carne moída  
1 prato de pão torrado e moído  
2 copos médios de leite  
4 colheres (sopa) de manteiga  
3 folhas de cebolinha verde picada  
1 galho de salsa picada  
1 cabeça de cebola picada  
3 ovos  
2 colheres (sopa) de fermento em pó  
Sal a gosto  
Queijo fatiado

### **Modo de preparo:**

Misturar todos os ingredientes, deixando o fermento por último. Assar em forno por 40 minutos. Depois de assado cortar fatias finas de queijo e colocar em cima do salgado. Após, retornar o salgado ao forno até que o queijo fique corado. Retirar do forno e cobrir com uma toalha de tecido e com plástico, para que fique macio.

História: Nilva aprendeu a fazer o salgadinho há aproximadamente 30 anos com uma amiga.

## Grupo Comunidade Linha Vitória



### **Pudim de aipim**

Representante: Leoneide Cadore Cervelin

Tempo de preparo: 2h30min

#### **Ingredientes:**

- 1 prato de aipim ralado
- 3 ovos
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 colheres (sopa) de coco ralado (opcional)
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 2 xícaras (chá) de leite

#### **Modo de preparo:**

Misturar bem todos os ingredientes, colocar em forma caramelizada e assar em forno quente por aproximadamente 2 horas.

História: Faz muito tempo que Leoneide tem a receita. Ela acredita que era uma receita da mãe, e desde criança aprendeu a fazer. Na época o coco ralado não era utilizado pela dificuldade de comprar. Era um prato para os finais de semana ou quando recebiam visitas.



## **Rocambole de laranja**

Representante: Célia Dacas Faccin

Tempo de preparo: 1h20min

### **Ingredientes:**

Massa:

2 xícaras (chá) de açúcar

3 ovos

8 colheres (sopa) de água

1 colher (sopa) de fermento em pó

2 xícaras (chá) de farinha de trigo

Recheio:

1 copo de suco de laranja

1 copo de água

1 colher (sopa) de manteiga

3 colheres (sopa) de amido de milho

### **Modo de preparo:**

Massa: Misture todos os ingredientes, a massa deve ficar mole. Despeje em forma untada com manteiga e forrada com papel manteiga. Leve para assar em forno por aproximadamente 30 minutos em fogo médio.

Recheio: Misturar todos os ingredientes e cozinhar até formar um creme.

Depois da massa assada, ainda quente, desenforme sobre uma toalha molhada. Corte ao meio e passe o recheio. Coloque em uma tigela, cubra com uma toalha úmida até esfriar.

História: Célia aprendeu com a mãe, uma mulher que gosta da culinária e sempre teve muita habilidade. Quando havia festas e casamentos na comunidade, a mãe e sua prima faziam os bolos. As pessoas levavam os ingredientes, e elas, voluntariamente, faziam. Em casa, não tinha ocasião especial para fazer o prato. Hoje, a preocupação da família é que estas habilidades não se percam no tempo.



## **Pãozinho de açúcar mascavo**

Representante: Aldete Faccin Dalposso

Tempo de preparo: 2 horas

### **Ingredientes:**

3 ovos

2 xícaras (chá) de açúcar mascavo

2 xícaras (chá) de leite

2 colheres (sopa) de fermento em pó

½ xícara (chá) de manteiga

Farinha de trigo até dar o ponto.

### **Modo de preparo:**

Misturar todos os ingredientes e acrescentar farinha de trigo até dar o ponto (massa mole). Colocar a colheradas em forma untada e assar por aproximadamente 30 minutos.

História: Aldete aprendeu fazer desde criança o prato, com a mãe. Faziam nos finais de semana. No sábado de tarde a família reunia-se para fazer.

## Grupo Comunidade Leãozinho



### **Tortéi de abóbora**

Representante: Jandira Gusso

Tempo de preparo: 2 horas

#### **Ingredientes:**

Massa:

2 xícaras (chá) de farinha de trigo

2 ovos

Água até dar o ponto de espichar

Recheio:

1kg de abóbora

Queijo, tempero e sal a gosto

#### **Modo de preparo:**

Massa – misturar a farinha, os ovos e acrescentar água até dar o ponto de espichar.

Recheio – em uma panela, cozinhar a abóbora com os temperos.

Abrir a massa, passar o recheio e salpicar o queijo ralado. Enrolar a massa como um rocambole. Em seguida enrolar em uma toalha e cozinhar em banho maria por aproximadamente 1 hora.

História: Jandira aprendeu fazer o tortéi com a mãe. Desde pequena sempre auxiliou a mãe nos trabalhos, inclusive na alimentação. A receita remete a lembranças da infância e da mãe.



## **Bolo de maçã**

Representante: Camile Cristina Andreoni

Tempo de preparo: 45 minutos

### **Ingredientes:**

3 maçãs médias

3 ovos

1 xícara (chá) de óleo vegetal

2 xícaras (chá) de açúcar

1 pitada de sal

1 colher (sopa) de canela em pó

2 xícaras (chá) de farinha de trigo

1 colher (sopa) de fermento em pó

### **Modo de preparo:**

Bater no liquidificador as maçãs descascadas, o óleo e os ovos. Em uma bacia, despejar o conteúdo do liquidificador e adicionar os demais ingredientes. Misturar bem e levar ao forno pré-aquecido por aproximadamente 30 minutos. Depois de cozido, polvilhar açúcar e canela a gosto.

História: Camile aprendeu a fazer o bolo com a avó, e o prato faz parte da alimentação da família.

## Grupo Comunidade Serra Alta



### **Grostoli**

Representante: Nilce Scarton Faccin

Tempo de preparo: 2 horas

#### **Ingredientes:**

6 ovos

6 colheres (sopa) de óleo vegetal

6 colheres (sopa) de açúcar

300ml de leite

2 colheres (sopa) de fermento biológico

1 pitada de sal

Farinha de trigo até dar o ponto

#### **Modo de preparo:**

Misturar bem o leite com o fermento. Em seguida acrescentar o restante dos ingredientes e a farinha de trigo aos poucos até dar o ponto. Espichar a massa, modelar os grostolis e deixar crescer por aproximadamente uma hora. Fritar em gordura não muito quente, pois se a gordura for muito quente o grostoli pode cozinhar bem por fora, mas não cresce o suficiente e não cozinha por dentro. Depois de pronto pode ser congelado.

História: É uma receita antiga que Nilce aprendeu com a mãe ainda criança. Era feita em tardes de chuva, para ter o lanche durante a semana, uma receita simples de fazer e muito gostosa.



## **Pudim de leite**

Representante: Terezinha Miquelotto

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

4 ovos

3 xícaras (chá) de leite

12 colheres (sopa) de açúcar

5 colheres (sopa) de farinha de trigo

Queijo ralado a gosto

### **Modo de preparo:**

Bater todos os ingredientes no liquidificador e despejar em forma de pudim caramelizada. Cozinhar em banho maria por aproximadamente 1 hora.

História: Terezinha aprendeu a fazer o pudim com sua mãe. O pudim lembra da infância, quando as mulheres se reuniam em uma casa e faziam várias receitas do pudim no mesmo dia, e cada mulher levava um pouco para casa. Antigamente colocavam uma lata com brasas em cima do pudim enquanto cozinhava, ele ficava mais saboroso.



## **Torta de aipim**

Representante: Ivete Bucco Spironello

Tempo de preparo: 1h30min

### **Ingredientes:**

1kg de aipim cozido e amassado

300g de carne de peito de frango

Sal

Tempero verde

Cebola

Queijo ralado a gosto

Molho branco:

3 xícaras (chá) de leite

3 colheres (sopa) de manteiga

2 colheres (sopa) de farinha de trigo

1 dente de alho

Sal

### **Modo de preparo:**

Cozinhar o aipim em água e sal. Escorrer a água e amassar bem, adicionando queijo ralado a gosto. Reservar. Fazer o molho com o peito de frango e reservar. Preparar o molho branco: fritar o alho na manteiga e acrescentar farinha dissolvida no leite. Em uma travessa, colocar uma camada de aipim, uma camada de molho de frango e uma camada de molho branco. Por último, uma camada de queijo ralado. Levar ao forno por 20 minutos. Também pode ser preparado misturando o aipim, o molho de frango e o molho branco. Também levar ao forno por 20 minutos.

História: A avó de Ivete fazia a torta de aipim. Um prato prático para fazer no dia a dia. Antigamente, quando as famílias se reuniam para fazer mutirão numa propriedade, como na época da colheita de soja, a torta de aipim era um prato prático e rápido para fazer.

## Grupo Comunidade Sagrado Coração de Jesus



### **Torta de sálvia**

Representante: Juçara Maria Espanhol Reck

Tempo de preparo: 45 minutos

#### **Ingredientes:**

10 folhas de sálvia

200 ml de leite

3 ovos

5 colheres (sopa) de açúcar

4 colheres (sopa) de farinha bem cheia

3 colheres (sopa) de banha

#### **Modo de preparo:**

Bater os ovos, o leite, o açúcar e a farinha de trigo no liquidificador. Reservar. Refogar a sálvia na banha e despejar na forma. Em seguida despejar a massa em cima. Assar por aproximadamente 30 minutos.

História: Juçara aprendeu a fazer a torta com a sogra quando casou. É um prato servido com o almoço, que até hoje faz parte do cardápio da família.



## **Cuca**

Representante: Emiria Casagrande Bedin

Tempo de preparo: 1 hora 30 minutos

### **Ingredientes:**

Massa:

3 gemas

200 ml do que mesmo?

2 ½ colher (sopa) de fermento biológico

2 ½ colheres (sopa) de banha

5 colheres (sopa) de açúcar

Farinha de trigo até o ponto

Recheio:

1 ½ xícara (chá) de açúcar

1 xícara (chá) de manteiga

100g de coco ralado

Cobertura:

1 xícara (chá) de leite

1 xícara (chá) de açúcar

Canela a gosto

### **Modo de preparo:**

Em uma bacia colocar a farinha, o leite e o fermento. Misturar os ingredientes e amassar. Acrescentar a farinha de trigo aos poucos até dar o ponto.

Recheio: misturar todos os ingredientes e cozinhar.

Abrir a massa e passar o recheio. Enrolar como rocambole e cortar em rodela. Colocar em forma e deixar crescer. Assar.

Cobertura: ferver o leite com o açúcar e a canela até engrossar. Depois que a cuca estiver assada, retirar do forno e despejar a cobertura.

História: Emiria aprendeu fazer com a mãe. Lembra a mãe, a família. Receita bastante utilizada em festas.



## **Torta italiana**

Representante: Iraci Masson Reck

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

Massa:

4 ovos

4 colheres (sopa) de açúcar

1 colher (sopa) de manteiga

Calda:

1 xícara (chá) de mel

1 xícara (chá) de açúcar

1 xícara (chá) de amendoim torrado e moído

### **Modo de preparo:**

Massa – amassar os ingredientes fazendo uma massa bem dura. Passar no cilindro e cortar em tiras finas e em seguida pedaços pequenos. Fritar e reservar. Em seguida derreter o açúcar, o mel e acrescentar o amendoim e a massinha frita. Cozinhar até dar o ponto de fio. Retirar do fogo, e despejar em forma. Quando esfriar, cortar.

História: Iraci aprendeu fazer a receita com a mãe. Era um prato especial e, como demandava de bastante tempo para ficar pronto, era feito somente em ocasiões especiais.

## Grupo Comunidade Linha Bonita



### **Docinho de ricota**

Representante: Simone Neres da Silva

Tempo de preparo: 1 hora

#### **Ingredientes:**

1 kg de ricota

1 kg de açúcar mascavo

#### **Modo de preparo:**

Misturar os ingredientes em uma panela e ferver até o ponto de brigadeiro. Deixar esfriar e enrolar como docinho. Manter na geladeira.

História: Simone aprendeu a fazer o docinho com a mãe. Um docinho tradicional que era feito quando tinham ricota disponível.



### **Mel de limão (geleia)**

Representante: Ana Sanguanini Modena

Tempo de preparo: 40 minutos

#### **Ingredientes:**

- ½ xícara (chá) de suco de limão
- 1 xícara (chá) de água
- 2 pedaços de canela
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 xícaras (chá) de açúcar mascavo
- 3 ovos
- 1 xícara (chá) de mel

#### **Modo de preparo:**

Ferver a canela, fazendo um chá. Reservar ½ xícara de chá de canela. Em uma panela misturar o chá de canela e o açúcar e levar ao fogo até ficar morno. Tirar do fogo e acrescentar os ovos batidos em liquidificador, misturando bem. Voltar ao fogo e deixar ferver por aproximadamente cinco minutos, até dar ponto de geleia. Após retirar do fogo, acrescentar o mel.

História: A receita lembra a infância, quando Ana passava as férias na casa da avó e aprendeu com ela fazer essa geleia. Na época não havia muitas opções de doces para comer com pão, então essa geleia era muito saboreada.

## Grupo Comunidade Pinheiro do Meio



### **Coxinha de aipim**

Representante: Ianca Carla Masquio

Tempo de preparo: 1 hora

#### **Ingredientes:**

1kg de aipim  
1 xícara (chá) de farinha de rosca  
1 xícara (chá) de farinha de trigo  
2 ovos  
Sal a gosto  
Recheio conforme preferência

#### **Modo de preparo:**

Cozinhar o aipim e amassar bem. Acrescentar a farinha de rosca e a farinha de trigo e amassar bem. Enrolar, modelando a coxinha ou fazendo bolinhas, e colocar o recheio conforme preferência. Passar no ovo batido e em seguida na farinha de rosca. Fritar. Também pode ser feito o bolinho sem recheio.

História: Ianca encontrou a receita em um antigo caderno de receitas da avó, e desde então a coxinha faz parte da alimentação da família.



## **Biscoito de milho**

Representante: Ediles Matielo

Tempo de preparo: 40 minutos

### **Ingredientes:**

- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de farinha de milho
- 1 xícara (chá) de amido de milho
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de banha
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 colher (sopa) rasa de fermento em pó
- 2 ovos

### **Modo de preparo:**

Bater os ovos. Acrescentar a banha, a manteiga, o açúcar e o fermento. Acrescentar aos poucos a farinha de trigo, a farinha de milho e o amido de milho, até dar o ponto. Fazer os biscoitos e assar em forno a 200°. Tirar da forma ainda quente.

História: É uma receita que Ediles aprendeu quando adolescente, com a mãe. Quando faz a receita, lembra da mãe, da infância.

## Grupo Comunidade Linha Caçador



### **Torta preguiçosa de banana**

Representante: Elci Bareta

Tempo de preparo: 50 minutos

#### **Ingredientes:**

3 xícaras (chá) de farinha de trigo  
2 xícaras (chá) de açúcar  
1 colher (sopa) de canela em pó  
1 colher (sopa) de fermento em pó  
4 ovos  
5 bananas caturra  
30g de manteiga

#### **Modo de preparo:**

Untar uma forma com manteiga. Em um recipiente misturar bem os ingredientes secos: farinha de trigo, açúcar, canela e fermento. Cortar as bananas em camadas finas. Montar a torta da seguinte forma: iniciar com uma camada de ingredientes secos, e em seguida uma camada de banana e pequenos pedaços de manteiga. Repetir as camadas e finalizar com uma camada de banana. Bater os ovos com duas colheres de açúcar e adicionar à torta como uma cobertura. Levar para assar por 40 minutos em forno médio.

História: Elci aprendeu fazer a torta com uma amiga há aproximadamente dez anos.



## **Toucinho do céu**

Representante: Jancekeley Viero Bareta

Tempo de preparo: 45 minutos

### **Ingredientes:**

3 ovos

600ml de leite

2 colheres (sopa) de manteiga

2 colheres (sopa) de coco ralado

200g de açúcar

8 colheres (sopa) de fubá fino

1 colher (sopa) de fermento em pó

1 pitada de sal

### **Modo de preparo:**

Bater todos os ingredientes no liquidificador. Levar para assar por 40 minutos a 220°.

História: Jancekelei aprendeu a receita com uma comadre, da região serrana. É uma receita da cultura cabocla, que as avós e bisavós da comadre faziam para os esposos levarem para a roça, onde passavam o dia todo trabalhando. É uma receita que durava dias e fornecia bastante energia para a realização do trabalho pesado.

## Grupo Comunidade Linha Carmelinda



### **Bolo de açúcar mascavo**

Representante: Clarice Weber de Souza/Edite Dallacosta

Tempo de preparo: 40 minutos

#### **Ingredientes:**

4 ovos

3 xícaras (chá) de açúcar mascavo

1 xícara (chá) de suco de laranja

3 xícaras (chá) de farinha de trigo

1 colher (sopa) de fermento em pó

#### **Modo de preparo:**

Bater as claras em neve, depois acrescentar o açúcar peneirado. Bater o restante dos ingredientes (exceto o fermento). Acrescentar as claras em neve e o fermento, incorporando sem bater. Levar para assar em forno médio por aproximadamente 30 minutos.

História: Clarice aprendeu com a mãe e a avó. Era um prato para lanche, feito toda semana.



## **Taiadele**

Representante: Deonilce Bortoli Brun

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

1 ½ kg de farinha de trigo

6 ovos

100 ml de água

1 colher (chá) de sal

### **Modo de preparo:**

Misturar os ingredientes até formar uma massa a ponto de espichar. Espichar a massa na mesa, enrolar e cortar em rodela finas. Cozinhar por aproximadamente 30 minutos e adicionar o molho de sua preferência.

História: Deonilce aprendeu a receita com a mãe e a avó e continua fazendo. É uma receita que veio da Itália.



## **Bolinho de mandioca**

Representante: Clarice Weber de Souza

Tempo de preparo: 30 minutos

### **Ingredientes:**

3 xícaras de mandioca crua ralada  
3 ovos  
3 dentes de alho picado  
4 colheres (sopa) de farinha de trigo  
Tempero verde e sal a gosto

### **Modo de preparo:**

Misturar os ingredientes e fritar, colocando em gordura quente a colheradas.

História: Clarice aprendeu a receita com a mãe. Lembra a família reunida, quando faziam a receita à noite para a janta.

## Grupo Comunidade Linha Maziero



### **Pudim de abóbora**

Representante: Seroni Costa Marcon

Tempo de preparo: 1h15min

#### **Ingredientes:**

5 ovos  
1 copo de leite  
1 xícara (chá) de açúcar  
2 colheres (sopa) de farinha de trigo  
2 colheres (sopa) de amido de milho  
3 xícaras (chá) de abóbora cozida e amassada  
Baunilha a gosto

#### **Modo de preparo:**

Bater as claras em neve e reservar. Bater no liquidificador as gemas, o açúcar, o leite, a farinha e o amido de milho. Despejar em uma tigela e acrescentar a abóbora. Após, acrescentar as claras batidas em neve e a baunilha. Misturar bem e despejar em forma de pudim já caramelizada. Levar ao forno em banho maria por uma hora.

História: Seroni aprendeu a receita ainda criança, quando a extensionista da Acaresc ia nas propriedades e as mulheres reuniam-se para fazer oficinas de alimentação. Na casa de seus pais foi realizada uma destas oficinas e a extensionista ensinou o pudim de abóbora.



## **Ovos ao molho**

Representante: Zelma Maziero

Tempo de preparo: 40 min

### **Ingredientes:**

5 ovos

2 colheres (sopa) banha

150 ml de água

Salsinha picada a gosto

### **Modo de preparo:**

Cozinhar os ovos na água por aproximadamente 15 minutos. Descascar e cortar pela metade. Em uma panela, derreter a banha e colocar os ovos com a gema virada para baixo. Deixar fritar em fogo baixo. Acrescentar salsinha picada. Quando começar “estalar”, virar os ovos e esperar fritar o outro lado também. Quando os ovos estiverem prontos, acrescentar água para formar o molho. OBS: não mexer os ovos, apenas agitar a panela.

História: A receita lembra a infância e a luta da mãe para alimentar os filhos. Uma época com poucos recursos, quando nem sempre havia carne à disposição, e o ovo era a proteína servida para acompanhar o arroz ou o macarrão.



## **Polenta de laranja**

Representante: Cleonir Maziero e Cleonice Matielo

Tempo de preparo: 40 min

### **Ingredientes:**

5 copos de suco de laranja doce  
2 copos de suco de laranja ácida  
1 copo de água  
2 ½ copos de açúcar mascavo  
2 copos de farinha de trigo

### **Modo de preparo:**

Bater no liquidificador o açúcar com dois copos de suco de laranja. Despejar na panela, acrescentar 3 copos de suco de laranja e levar ao fogo para ferver. O restante do suco bater no liquidificador com a farinha. Despejar a mistura do liquidificador no suco já fervendo e mexer vigorosamente por 10 minutos. Despejar em travessa e levar à geladeira para esfriar.

Observação: Caso não tenha laranja doce, utilizar 4 copos de laranja ácida e 4 copos de água.

História: Cleonir e Cleonice aprenderam fazer com a avó. Uma outra variação da polentinha é com vinho doce, que utiliza os mesmos ingredientes, mas o suco de laranja é substituído pelo vinho doce.



## **Bolo de banana**

Representante: Marli Salete da Silva Masiero e Josiane Keli Masiero Muraro

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

4 ovos

6 bananas médias

½ xícara (chá) de óleo

½ xícara (chá) de leite

2 xícaras (chá) de açúcar mascavo

1 colher (sopa) de fermento em pó

2 xícaras (chá) de farinha de rosca

Canela a gosto

### **Calda**

½ xícara (chá) de água

2 colheres (sopa) de açúcar

### **Modo de preparo:**

Reservar 2 bananas. Bater o restante dos ingredientes no liquidificador. Despejar em forma untada e assar em forno por 40 minutos a 200 graus. Quando estiver assado, fazer a calda. Ferver o açúcar e a água até dar o ponto de fio. Cortar as duas bananas em tiras e cozinhar um pouco na calda. Dispor as tiras de banana por cima do bolo e despejar a calda. Polvilhar com canela.

História: Era uma receita da mãe de Marli. Quando Marli saiu da casa da mãe, escreveu um livro com as receitas que a mãe preparava.

## Grupo Comunidade Linha Sul



### **Torta de abobrinha**

Representante: Salete Maté Viganó

Tempo de preparo: 1 hora

#### **Ingredientes:**

3 xícaras (chá) de abobrinha cortada em cubos  
1 xícara (chá) de farinha de trigo  
½ xícara (chá) de queijo ralado  
½ xícara (chá) de óleo de soja  
2 colheres (sopa) de fermento em pó  
2 colheres (sopa) de salsa picada  
1 dente de alho  
4 ovos  
Sal a gosto

#### **Modo de preparo:**

Misturar bem todos os ingredientes, deixando por último o fermento em pó. Despejar em forma untada e assar por 40 minutos.

História: Salete aprendeu a receita com a mãe. Era um prato feito para o almoço. Lembra a família, quando retornavam da lavoura e a mãe estava com as tortas preparadas para o almoço.

## Grupo Comunidade Linha Dambros



### **Bodó da vovó**

Representante: Ivaldina Durigon e Vanuza Savaris Scopel

Tempo de preparo: 1 hora

#### **Ingredientes:**

1 xícara (chá) de farinha de trigo

½ xícara (chá) de amido de milho

2 ovos

4 colheres (sopa) de açúcar

½ xícara de leite

1 colher (café) de fermento em pó

1 pitada de sal

Açúcar e canela para polvilhar

#### **Modo de preparo:**

Bater os ovos com o leite, acrescentar o açúcar, o sal, a farinha e o amido de milho. Por último acrescentar o fermento. Fritar em gordura quente colocando a colheradas. Polvilhar com açúcar e canela.

História: Vanuza aprendeu fazer com mãe e a avó. Era um prato feito quando não tinha pão, ou para o lanche.

## Grupo Comunidade Linha Nossa Senhora da Saúde



### **Rosca de vinagre branco**

Representante: Marilene Moresco Delazari

Tempo de preparo: 1 hora

#### **Ingredientes:**

3 ovos

1 xícara (chá) de leite

4 colheres (sopa) de vinagre branco

1 colher (sopa) de banha

1 colher (sopa) de cachaça

½ xícara (chá) de açúcar

1 colher (sopa) de fermento em pó

Farinha de trigo até dar o ponto

Açúcar e canela para polvilhar

#### **Modo de preparo:**

Misturar todos os ingredientes, acrescentando farinha de trigo até dar o ponto de massa mole. Fritar.

História: Marilene aprendeu a receita com a mãe e a avó.



## **Sopa de gratini**

Representante: Terezinha Sanguanini Prando

Tempo de preparo: 1 hora

### **Ingredientes:**

2 colheres (sopa) de manteiga

½ xícara (chá) de milho verde

½ xícara (chá) de ervilha

2 batatinhas médias picadas

1 cenoura pequena picada

1 cebola média picada

Sal a gosto

Massa:

2 ovos

Farinha de trigo até dar o ponto

### **Modo de preparo:**

Fazer a massa bem dura. Levar ao congelador para que ela fique mais consistente, aproximadamente 30 minutos. Retirar do congelador e ralar no ralador grosso. Colocar os legumes e a manteiga numa panela e levar ao fogo para refogar. Quando estiverem refogados, acrescentar água, sal e deixar cozinhar. Quando os legumes estiverem quase cozidos, acrescentar a massa e cozinhar por mais 5 a 10 minutos.

História: Terezinha aprendeu fazer a sopa com a bisavó. Ressalta que é uma receita saudável, muito utilizada na alimentação das crianças e no pós-ressaca.

## REFERÊNCIAS

VICTÓRIA, W. **Doce de Batata Doce**. Disponível em: <http://encantaventos.blogspot.com/2009/09/doce-de-batata-doce.html> Acesso em: 23 set. 2019

LIMA, J.F.O. **Receitas Culinárias de Família como Expressão de Cultura**. Revista Estação Científica. Edição Especial VII Seminário de Pesquisa da Estácio e III Jornada de Científica da UNESA 2º semestre – 2015

## ANEXO

### Fotos dos Grupos Comunitários

#### Grupo Comunidade Pinheiro Baixo



#### Grupo Comunidade Pinheiro Alto



## Grupo Comunidade Novo Porto Alegre



## Grupo Comunidade Linha Vitória



## Grupo Comunidade Leãozinho



## Grupo Comunidade Serra Alta



## Grupo Comunidade Sagrado Coração de Jesus



## Grupo Comunidade Linha Bonita



## Grupo Comunidade Pinheiro do Meio



## Grupo Comunidade Linha Caçador



## Grupo Comunidade Linha Carmelinda



## Grupo Comunidade Linha Maziero



## Grupo Comunidade Linha Sul/Linha Dambros



## Grupo Comunidade Linha Nossa Senhora da Saúde





[www.epagri.sc.gov.br](http://www.epagri.sc.gov.br)



[www.youtube.com/epagritv](http://www.youtube.com/epagritv)



[www.facebook.com/epagri](http://www.facebook.com/epagri)



[www.twitter.com/epagrioficial](http://www.twitter.com/epagrioficial)



[www.instagram.com/epagri](http://www.instagram.com/epagri)



[linkedin.com/company/epagri](http://linkedin.com/company/epagri)



<http://publicacoes.epagri.sc.gov.br>