

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

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

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

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



www.youtube.com/epagritv



www.facebook.com/epagri



www.twitter.com/epagrioficial



www.instagram.com/epagri



linkedin.com/company/epagri



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