

Receitas de mãe para filha

Rio das Antas





Governador do Estado
João Raimundo Colombo

Vice-governador do Estado
Eduardo Pinho Moreira

Secretário de Estado da Agricultura e da Pesca
Airton Spies

Presidente da Epagri
Luiz Ademir Hessmann

Diretores

Ditmar Alfonso Zimath
Extensão Rural

Luiz Antonio Palladini
Ciência, Tecnologia e Inovação

Neiva Dalla Vecchia
Desenvolvimento Institucional

Paulo Roberto Lisboa Arruda
Administração e Finanças



ISSN 1414-5219
Outubro/2014

BOLETIM DIDÁTICO Nº 110

Receitas de mãe para filha

Rio das Antas

Márcia Frozza Drechmer
Organizadora



Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina
Florianópolis
2014

Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina (Epagri)
Rodovia Admar Gonzaga, 1.347, Itacorubi, Caixa Postal 502
88034-901, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil
Fone: (48) 3665-5000
Site: www.epagri.sc.gov.br
E-mail: gmc@epagri.sc.gov.br

Editado pelo Departamento de Marketing e Comunicação (Epagri/Demc)

Editoração técnica: Paulo Sergio Tagliari
Revisão textual: Laertes Rebelo
Diagramador: Vilton Jorge de Souza

Organização: Márcia Frozza Drechmer – Extensionista social
Escritório municipal da Epagri de Rio das Antas

Primeira edição: outubro de 2014
Tiragem: 1.500 exemplares
Impressão: Dioesc

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

Ficha catalográfica

DRECHMER, M. F.; (Org.). *Receitas de mãe para filha*. Florianópolis: Epagri, 2014. 44.p.
(Epagri. Boletim Didático, 110).

Receita; Culinária.

ISSN 1414-5219



APRESENTAÇÃO

Este livro é resultado de um levantamento cultural realizado no município de Rio das Antas. A diversidade cultural existente aparece nitidamente na alimentação das famílias, de origem alemã, italiana, polonesa e cabocla.

As receitas trazem um sabor especial, sabor de comida caseira da mãe, preparadas com muito amor e carinho para seus familiares. Exalam um aroma de festa, casamento, encontro de família e lembram mesa farta, rica em sabor e calor humano.

O relato das histórias de cada receita conta como os pratos antigamente eram preparados, qual a sua finalidade e como eram aproveitados os ingredientes, muitos deles produzidos nas propriedades. A maioria das receitas continua sendo preparada da mesma maneira.

Neste livro são encontradas receitas fáceis de preparar, outras mais elaboradas, mas todas muito saborosas.

A Diretoria Executiva

PREFÁCIO

Toda família sempre tem uma receita antiga que passa de mãe para filha, aquela comida gostosa com lembranças da infância. Lembranças de encontros de familiares e amigos, de um tempo em que sempre havia um motivo para comemorar e confraternizar: Natal, ano-novo, Páscoa, aniversários, casamentos.

Esses pratos continuam deliciosos nos dias de hoje e suas receitas saborosas permanecem sendo preparadas e ensinadas pelas mães para suas filhas.

Temos aqui apenas uma pequena mostra de receitas culinárias de nossas famílias rurais, mas se formos averiguar, provavelmente teremos muitas outras. A diversidade cultural da região do município do Rio das Antas é rica em detalhes e sabores.

A produção de alimentos para o autoconsumo das famílias foi e continua sendo muito importante para as comunidades rurais catarinenses. O município de Rio das Antas é testemunha dessa realidade.

História e povoamento do município

A colônia, iniciada no final do século passado, recebeu essa denominação devido à grande quantidade de antas existentes no local. A colonização está ligada à construção da estrada de ferro ligando São Paulo ao Rio Grande do Sul.

Em 1911, com a colonização, os preços acessíveis das terras atraíram colonos do Vale do Rio Itajaí e do Rio Grande do Sul, estrangeiros ou descendentes de italianos e alemães e poloneses.

Em 1914, os jagunços atacaram a vila e, por isso, muitos colonos abandonaram suas propriedades e a companhia colonizadora removeu-os para o estado do Paraná. Somente em 1918 houve o reinício do povoamento da região. Como as terras eram ocupadas por densa e extensa floresta de pinhais, o que dificultava o trabalho agrícola, os colonos fixaram-se nas proximidades da foz do Rio do Peixe. O pinheiro, contudo, tornou-se uma fonte de riquezas, atraindo para a região gaúchos que desejavam explorar esses recursos naturais.

Em 1919, Rio das Antas tornou-se sede do distrito do mesmo nome, sexto do município de Campos Novos, sendo elevado a município por ato de 21 de junho de 1958, através da Lei número 348, solenemente instalado no dia 27 de julho de 1958.

AGRADECIMENTOS

Às famílias que participaram com suas receitas de família; a Romeu Flâmia, que sempre incentivou meu trabalho; aos colegas de trabalho, pelo apoio; ao senhor Alexandre Ivo Seidel, pela gentileza do empréstimo da fotografia antiga.

Sumário

APRESENTAÇÃO	3
PREFÁCIO	4
História e povoamento do município.....	5
AGRADECIMENTOS	6
Receitas salgadas	9
1 - Macarronada com salame	9
2 - Polenta	10
3 - Fortalha de queijo	10
4 - Purê de batata	11
5 - Tortéi	12
6 - Lasanha	13
7 - Pastéis de nata	14
8 - Pastel assado (esfiha)	15
9 - Galinha recheada	16
10 - Pastéis de repolho	17
11 - Pirogue (diferente)	18
12 - Trouxinhas de couve-amarela	19
13 – Sopa preta	20
14 - Polenta de alemão.....	20
15 - Back (bolinho alemão).....	21
16 - Bisteca de ovelha com molho de azeite	22
Receitas doces	23
1 - Chico balanceado	23
2 - Suspiro.....	24
3 - Cuca de requeijão.....	25
4 - Pudim caseiro	26

5 - Sagu de vinho	26
6 - Cuca de fermento de pão	27
7 - Quarkstollen (Panetone de requeijão)	28
8 - Bolo de nozes	29
9 - Cuca de mel	30
10 - Pastel de bolachas polônês	31
11 - Cuca de nata	32
12 - Bolo de fubá cremoso da vovó Neide	33
13 - Roscas assadas	34
14 - Enrolado de requeijão	35
15 - Bolacha caseira	37
16 - Cuca da Ondina	38
17 - Torta de chocolate com frutas	39
18 - Torta de requeijão alemã	40
19 - Bolo de milho verde	41
Anexo	43

Receitas salgadas

1 - Macarronada com salame

Massa

1kg de farinha de trigo

4 ovos

Água (o necessário para poder amassar)

Coloque a farinha em uma vasilha, faça um buraco no centro, coloque os ovos, bata com um garfo. Misture tudo com as mãos e vá acrescentando água até o ponto de amassar. Abra a massa com rolo ou cilindro, ou passe na máquina de macarrão. Cozinhe em água fervendo com sal, escorra e coloque o molho por cima. Polvilhe queijo ralado a gosto.

Molho de salame

1 colher (sopa) de banha

300g de linguiça colonial

Cebola picada a gosto

Salsa e cebolinha a gosto

1 colher (sopa) de colorau

Queijo ralado a gosto

Derreta a banha, frite o salame picado sem a pele, acrescente a cebola e deixe cozinhar uns 10 minutos. Acrescente colorau, salsa e cebolinha e mexa bem. Deixe mais um pouco no fogo e em seguida tempere o macarrão cozido, polvilhe queijo e sirva quente.

“Quando carneavam um porco, se fazia bastante salame, pois não tinha geladeira nem freezer para guardar a carne, era um jeito de conservar a carne de porco. A mãe fazia esse macarrão com molho de salame, durante a semana. Chegava em casa da roça e tinha de preparar o almoço, era mais rápido. Às vezes fazia no domingo, quando chegava visita sem avisar, daí aumentava a quantidade de comida.”

Ivoni Bandiera (sua mãe, Iracema Bodanese Sabadin) e Ivete Bandiera Moreira (sua mãe, Claudia Maria Bernardi Bandiera) – Comunidade de Rio Bonito

2 - Polenta

Água
Farinha de milho
Sal
Manteiga

Numa panela coloque a água, a manteiga e o sal. Quando levantar fervura, coloque a farinha, sempre mexendo para não embolorar. Cozinhe mais ou menos 30 minutos, sempre mexendo. Despeje em pirex ou travessa.

“Aprendi com minha mãe, Ameide. Faço até hoje no fogão a lenha e na panela de ferro”.

Ivete Maria Cagliari Cemin – Comunidade de Novo São Paulo

3 - Fortalha de queijo

Queijo colonial
Ovos caipiras
Um pouco de banha
Salsinha
Sal

Bata bem os ovos, misture queijo picado, salsinha e sal a gosto. Derreta um pouco de banha numa frigideira, despeje a mistura de ovos e queijo e frite até cozinhar.

“Receita que aprendi com minha Nona Francisca Caldato há 55 anos. Minha mãe, Celita Maria Caldato, também preparava do mesmo jeito a fortalha para comer com polenta.”

Inês Cemin – Comunidade de Novo São Paulo

4 - Purê de batata



1kg de batatinha
1 colher (sopa) de manteiga
½ copo de leite
Sal a gosto

Cozinhe as batatinhas descascadas na água e sal. Tire da água e amasse bem. Acrescente a manteiga e o leite, mexendo bem até ficar cremoso. Se quiser, pode acrescentar alguns temperos como bacon (toucinho) picado frito, salsa e cebolinha.

“Comida muito apreciada na minha família, aprendi com minha mãe, Elise Weiss.”

Matilde Laskoski – Comunidade de Novo São Paulo

5 - Tortéi

Massa de macarrão caseiro, feito com farinha de trigo, ovos e um pouco de água.

Recheio de abóbora

- 1 moranga
- 1 cebola pequena
- 1 colher (sopa) de banha
- 1 dente de alho
- Salsa e cebolinha a gosto
- Sal a gosto
- Noz-moscada (se gostar)

Refogue a cebola e o alho na banha, acrescente a moranga descascada e picada, tampe e deixe em fogo baixo até ficar macia. Mexa de vez em quando, acrescente salsa, cebolinha, sal e noz moscada a gosto. Retire do fogo e deixe esfriar.

Abra a massa com rolo ou cilindro, corte em pequenos quadrados, coloque um pouco do recheio, feche a massa formando pastéis. Pode apertar as beiradas com garfo, cuidando para não furar a massa.

Cozinhe em água fervendo com sal, escorra e tempere com molho a gosto, que pode ser de frango ou carne moída. Sirva com queijo ralado a gosto.

“Tradição de família italiana, sempre se fazia tortéi na época que se colhe as morangas, que também é muito preparado no inverno. Receita passada de geração em geração dentro da família. Aprendi com minha mãe, Regina de Marco Baldissera.”

Neiva Baldissera Rigo – Comunidade Salto Rio das Pedras

6 - Lasanha

Massa

1kg de farinha de trigo

6 ovos

1 colher (sopa) de óleo

Água se precisar

Misture os ingredientes e amasse até ficar bem homogêneo. Abra a massa com rolo ou cilindro e corte em quadrados. Cozinhe em água e sal, aos poucos. Sempre que retirar da panela, ir colocando as massas em uma forma funda com água, para que elas não grudem. Em um pirex ou forma de bolo, ir montando as camadas. Molho no fundo, massa, molho de frango, queijo, até completar a altura da forma. Cubra com molho e queijo e leve ao forno para gratinar por 15 a 20 minutos.

Molho de frango

1kg de peito de frango

2 colheres (sopa) de banha

1 cebola média picada

2 dentes de alho

Salsa e cebolinha

Sal

Pimenta

Louro

Massa de tomate ou molho de tomate

Queijo colonial (não muito firme)

Coloque o peito de frango picado na panela com a banha e o louro. Refogue até ficar macio, se precisar acrescente um pouquinho de água. Retire da panela, desfie ou corte bem fininho e reserve. No caldo que sobrou na panela coloque a cebola picada ou ralada, o alho picadinho e refogue até murchar a cebola. Acrescente a carne reservada, a massa de tomate a gosto, um pouco de água e cozinhe até formar um molho bem encorpado. Acrescente sal e pimenta a gosto e também a salsa e a cebolinha picadas. Retire do fogo e recheie a massa.



Recheio

500g de carne moída

1 cebola picada

Tomates picados

Tempero verde e sal a gosto

Misture todos os ingredientes, abra a massa com rolo, corte os pastéis, recheie, pincele com gema de ovo e asse. Refogue a carne com os temperos, de preferência sem gordura.

“Feito pela avó, meio que sem receita: 1 parte de leite e 3 de nata, sal e fermento. Fazia para servir nas festas e também para aproveitar o que se produzia em casa, como a nata e o leite. Na época, o comércio era difícil, tudo ficava longe, então se aproveitava o que tinha em casa. Da avó passou para a mãe, Emilia, e agora para a filha e assim seguirá.”

Marli Schlosser Pekrul – Comunidade de Cambuinzal

8 - Pastel assado (esfiha)



Massa

1 e ½ xícara de leite morno

½ xícara de óleo

1 colher (sobremesa) de sal

1 colher (sopa) de açúcar

2 colheres (sopa) de fermento para pão

2 ovos

Farinha de trigo até dar ponto

Dissolva o fermento no leite morno e acrescente os demais ingredientes. Amasse, acrescentando farinha aos poucos, até a massa ficar macia e desgrudar das mãos. Deixe descansar por 30 minutos, cilindre ou abra com rolo. Corte a massa em quadrados e recheie, feche, pincele com gema de ovo e asse.

Recheio

300g de carne moída

4 tomates picados

1 cebola picadas

Orégano, temperos verdes e sal

Faça um refogado, deixe esfriar e recheie. Pode fazer o recheio com frango, brócolis ou requeijão.

“Aprendi com minha mãe Jurema. Preparado em festas de aniversário e outras ocasiões, mas também com a intenção de não ser sempre fritura.”

Daniela Godói de Brito Pekrul – Comunidade de Cambuinzal

9 - Galinha recheada

1 galinha caipira (tempere com sal e limão)

1 colher de banha de porco

Recheio

Miúdos de galinha picadinhos

1 colher de banha

Sal

Pimenta

1 ovo

Pão envelhecido

Frite os miúdos na banha e coloque o sal e a pimenta. Esfarele o pão em uma vasilha, acrescente os miúdos fritos e um ovo cru. Misture bem e recheie a galinha. Passe banha por cima da galinha e coloque numa forma. Cubra com rodela de cebola e leve para assar por duas horas em forno quente.

Sirlei Terezinha Kunze aprendeu com sua mãe, Ieda Loss. *“Esse prato era feito sempre em dias de festa, casamentos, aniversários ou quando sabia que ia ter visita. Minha mãe sempre escolhia uma galinha bem gorda ou a maior para fazer assada”.*

Sirlei Terezinha Kunze - Comunidade de Rio Bonito

10 - Pastéis de repolho



Massa

1 ovo

1 copo (requeijão) de água

1 colher (sopa) de óleo de soja

1 colher (chá) de sal

Farinha de trigo até dar o ponto de massa de pastel.

Óleo para fritar

Modo de preparar

Misture os ingredientes, colocando farinha aos poucos. Amasse até a massa ficar macia e soltar das mãos. Deixe a massa descansar.

Recheio

1 cabeça de repolho pequena

1 peito de frango

1 colher (sopa) de manteiga

1 copo de massa de tomate

Sal a gosto

Modo de preparar

Corte o repolho em 4 partes, coloque em uma panela grande, cubra com água e leve para cozinhar. Depois de cozido, escorra a água, esprema bem o repolho para a água sair e reserve.

Cozinhe o peito de frango, desfie ou moa e reserve.

Numa frigideira, derreta a manteiga, coloque a massa de tomate e misture bem. Coloque o repolho, o frango moído e mexa bem para misturar. Acrescente o sal e deixe cozinhar por 5 minutos. Retire do fogo e deixe esfriar.

Abra a massa, corte os pastéis a gosto, recheie e frite em seguida.

“Esta receita é feita no inverno, nos dias chuvosos quando não dá para trabalhar fora de casa, pois é um prato muito demorado para fazer. É muito apreciado com chá de cidreira doce e quente. Quando sobrava, era levado no dia seguinte para a roça como lanche da tarde. Aprendi com minha oma, Frida Krohn”.

Andréia Tamagno – Comunidade de Novo São Paulo.

11 - Pirogue (diferente)

2 batatinhas cruas raladas bem fininhas

1 ovo

Farinha de trigo

Rale as batatinhas, deixe escorrer a água ou esprema em peneira fina. Coloque em uma vasilha, misture o ovo e a farinha até dar ponto para poder abrir a massa com rolo ou com a mão. Deve ficar macia. Faça pequenas bolinhas, abra e recheie com o requeijão. Cozinhe na água com sal e sirva com molho de nata.

Recheio

Requeijão, ovo, temperos verdes e sal

Misturar e rechear

Molho de nata

Coloque um pouco de nata em uma frigideira e deixe aquecer até fritar. Acrescente sal, cebola e temperos verdes.

“Eu sempre preparava pirogue para o almoço quando chovia, porque é demorado e nos dias de chuva não dava para ir para a roça.”

Edeltrauth Stemke, 86 anos – Sede Rio das Antas

12 - Trouxinhas de couve-amarela



Ingredientes

Folhas grandes de couve-amarela

Arroz (sobras)

Salame

Óleo

Pimentão

Tomate

Cebola

Alho

Orégano

Modo de preparar

Junte a sobra de arroz em um recipiente, adicione o salame bem desfiado ou cortado em pedaços bem pequenos. Misture bem e reserve. Unte uma panela de fundo largo com óleo. Pegue as folhas de couve, coloque-as em uma bacia e jogue água bem quente, assim elas ficarão fáceis de enrolar.

Em seguida, uma a uma, coloque uma colher do arroz com salame sobre as folhas de couve e faça as trouxinhas. Coloque-as uma ao lado da outra no fundo da panela. Corte o pimentão, o tomate, a cebola e o alho e espalhe sobre as trouxinhas. Polvilhe com orégano e coloque $\frac{1}{2}$ copo de água. Tampe bem a panela e cozinhe em fogo brando.

“Eu aprendi essa receita com minha mãe, Ludovina Sella Cherobin, falecida aos 92 anos. Sou filha única e tudo que mamãe sabia tentava me ensinar. Sempre bastante curiosa, eu

observava atenta todos os seus movimentos. Hoje, quando faço essa receita, minha família gosta bastante: a última trouxinha é bem disputada”.

Maria Antonieta Tenconi – Sede Rio das Antas

13 - Sopa preta

A sopa preta é feita com sangue de marreco, pato ou ganso. Quando o animal é morto, corta-se a cabeça e coleta-se o sangue numa tigela, acrescentando uma pitada de sal para o sangue não coagular.

Faça uma sopa com os pedaços da ave (asas, coxas, pescoço). Coloque vários temperos verdes e, depois que a sopa estiver pronta, pegue o sangue da tigela, bata com garfo e acrescente à sopa. Sirva com batata cozida e arroz.

Doralise Meerholz aprendeu a fazer essa sopa com sua mãe, Alma Virgutz. Trata-se de uma receita de família trazida da Alemanha quando os avós de Doralise migraram para o Brasil.

14 - Polenta de alemão

2 ovos

1 colherinha de sal

1 xícara de água morna

2 colheres (sopa) rasas de fermento de pão

Farinha de trigo o suficiente para a massa ficar consistente

Modo de fazer

Amasse todos os ingredientes, colocando a farinha da mesma forma de amassar pão. Coloque a massa em forma de bola dentro de uma toalha (fina), feche bem, deixe crescer até dobrar de tamanho. Coloque um ou dois litros de água em uma panela grande para ferver. Coloque a massa enrolada na toalha para cozinhar na água quente 40 minutos. Retire com cuidado para a massa não abaixar (murchar). Retirar o pano e sirva quente com molho de sua preferência.

“Receita que minha mãe, Edith Deolina Knecht preparava para a família no almoço.”

Nelsi Knecht Lopes – Sede Rio das Antas

15 - Back (bolinho alemão)

2 xícaras de mandioca crua ralada
1 copo (tipo requeijão) de leite quente
1 colher (sopa) rasa de manteiga
1 colher (sopa) rasa de açúcar
Sal a gosto
3 colheres (sopa) de cachaça
1 colher (sopa) de fermento em pó
1 maço de temperos verdes, salsa, manjerona e bastante cebolinha da bem fininha
Farinha de trigo até dar ponto de não cair da colher
Banha para fritar

Modo de Fazer

Misture o leite quente com a mandioca, acrescente os demais ingredientes e a farinha até dar ponto. Aqueça a banha, coloque com a colher uma porção de massa na gordura e abra o bolinho com a colher para achatar um pouco. Frite um lado de cada vez. Se quiser, recheie com queijo, coloque um pedaço de queijo no centro e cubra com mais massa. Retire e deixe escorrer em papel absorvente.

“Aprendi essa receita com minha avó paterna, Marta Kind, receita muito saborosa e repassada para todos os descendentes da família.”

Luci Teresinha Kind Soligo – Comunidade de Linha Moresco

16 - Bisteca de ovelha com molho de azeite

½ copo de azeite de oliva
Salsa, manjeriço,
3 dentes de alho e 2 colheres (sopa) de sal
1,5kg de bisteca de ovelha

Bata no liquidificador o óleo com os temperos e misture com as bistecas. Deixe tomar gosto por umas duas horas ou de um dia para outro. Coloque um pouco de azeite numa frigideira grande, deixe aquecer e frite as bistecas. Depois de retirar as bistecas, no molho que sobrou pode colocar uma xícara e meia de vinho tinto para fazer um molho. Ferva para ficar mais grosso e sirva com polenta.

“Meu avô materno Pedro Castilho criava ovelhas. Ele gostava de preparar a carne de jeitos diferentes para a família degustar. Essa era a receita de bisteca era a que eu mais gostava, pois tem sabor de infância.”

Luci Teresinha Kind Soligo – Comunidade de Linha Moresco

Receitas doces

1 - Chico balanceado

Caramelo

4 colheres (sopa) de açúcar

Derreta o açúcar em uma panelinha e forre um pirex ou forma (funda) e reserve.

Creme

4 gemas

1 litro de leite

3 colheres (sopa) de maisena

4 colheres (sopa) de açúcar

Leve todos os ingredientes ao fogo e cozinhe, sempre mexendo, até engrossar. Despeje em uma forma ou pirex forrado com caramelo.

Suspiro

4 claras em neve bem firme

2 xícaras de açúcar

Canela em pó

Bata as claras em neve bem firme, acrescentando o açúcar. Bata mais um pouco, despeje por cima do creme, polvilhe canela em pó e leve ao forno quente por 10 a 15 minutos para dourar o suspiro.

“Essa era uma sobremesa preparada na época, no domingo de manhã, para comer à tarde. Aprendi com minha avó.”

Ivonir Bandiera – Comunidade Rio Bonito.

2 - Suspiro



3 xícaras de açúcar
3 xícaras de maisena
3 claras
1 colher (sopa) de sal amoníaco

Misture com os dedos, até ficar uma massa firme. Forme bolinhas pequenas e asse em uma forma untada, em forno médio até corar. Guarde em potes bem tampados.

“Essa receita aprendi com minha mãe, Tereza, há 40 anos. O doce, de costume, era feito para o Natal e o ano-novo.”

Ermelinda Toldo – Comunidade de Novo São Paulo.

3 - Cuca de requeijão

Massa

3 xícaras grandes de farinha de trigo
1 pitada de sal
1 xícara de açúcar
1 colher (sopa) de manteiga
1 colher (sopa) de banha
Casca ralada de laranja
1 colher (sopa) bem cheia de fermento para pão
1 ovo
Água morna (que dê para amassar)

Prepare uma massa maleável, que dê para amassar, nem mole e nem dura demais. Deixe crescer coberta com pano, até ficar algumas bolhas. Despeje em forma untada e deixe crescer um pouco. Misture os ingredientes da cobertura e coloque por cima da massa. Deixe crescer mais um pouco e leve para assar em forno médio, deixando mais quente em cima, até ficar assado.

Cobertura de requeijão

1kg de requeijão
2 ovos
½ pacote de nata
2 colheres (sopa) de maisena
Um pouco de farinha de trigo
Raspas de limão
1 pitada de sal
Baunilha a gosto

Misture todos os ingredientes e coloque em cima da massa de cuca.

“Aprendi a fazer essa cuca com minha mãe, Emilia Dorn, na época de Natal e Páscoa e hoje continuo fazendo para dar continuidade na família. É uma receita muito gostosa.”

Erika Virgtz – Comunidade de Novo São Paulo

4 - Pudim caseiro

4 ovos
4 colheres de (sopa) de açúcar
4 colheres (sopa) de farinha de trigo
600ml de leite

Bata tudo no liquidificador, despeje em forma para pudim caramelizada e cozinhe em banho-maria por aproximadamente 40 minutos. Desenforme depois de frio.

5 - Sagu de vinho

500ml de vinho tinto
1 litro de água
2 copos de sagu
3 xícaras de açúcar
Canela em rama, cravo e casca de laranja a gosto.

Coloque o vinho e a água em uma panela, com cravos, canela e casca de laranja para ferver. Acrescente o sagu (pode colocar em uma peneira e passar água fria antes de colocar na panela) e cozinhe em fogo baixo, sempre mexendo até o sagu ficar transparente. Acrescente o açúcar e deixe mais 5 minutos, então retire do fogo.

“São sobremesas bem tradicionais, dos italianos, todo domingo era dia de sagu e pudim. Algumas famílias produziam o vinho. O leite e os ovos caipiras, também são produzidos em casa. Receitas aprendidas com as mães.”

Marilce Maria Luzzi de Costa – Salto Rio das Pedras

6 - Cuca de fermento de pão

- 1 copo de leite morno
- 1 copo de água morna
- 1 colher (sopa) de fermento biológico (pão)
- 2 ovos
- 1 xícara de nata ou manteiga
- ½ xícara de banha
- 1 xícara de açúcar
- 1 colher (sobremesa) de sal
- Canela, baunilha, noz-moscada a gosto
- Farinha de trigo até dar ponto de soltar da bacia

Em uma vasilha, coloque a água, o leite, 1 colher de açúcar, o fermento e um pouco de farinha. Faça uma massinha mole e deixe levedar uns 15 minutos. Acrescente os ovos e o restante do açúcar e junte a nata ou a manteiga, a banha, o sal, a canela, a baunilha e a noz-moscada a gosto. Coloque farinha aos poucos, batendo bem a massa por 15 ou 20 minutos. Deixe crescer coberta com pano em lugar aquecido por 30 minutos. Se o clima estiver quente, a massa cresce mais ligeiro, mas demora se estiver frio. Depois de crescer, coloque em forma untada, espere crescer mais um pouco. Cubra com farofa e leve para assar em forno médio por 40 minutos.

Farofa

- 1 xícara de açúcar
- 1 xícara de farinha de trigo
- Manteiga
- Baunilha e canela

Misture a farinha e o açúcar e coloque manteiga até que dê para unir, mas deixando a farofa soltinha.

“Receita bem antiga, passada pela mãe. Não pode faltar cuca nas festas da comunidade, é tradição.”

Irene de Costa – Comunidade de Salto Rio das Pedras.

7 - Quarkstollen (Panetone de requeijão)



500g de farinha de trigo
1 colher (sopa) de fermento
200g de açúcar
2 ovos
250g de requeijão
125g de manteiga
250g de uvas passas
150g de nozes
50g de frutas cristalizadas
Baunilha

Misture tudo, coloque em forma untada e asse. Rende uma forma pequena.

“É uma receita que veio junto com os nossos familiares da Alemanha. Uma prima da minha mãe sempre vinha na nossa casa no Natal e não podia faltar o Panetone de requeijão. Desde criança nos alegrava muito, eu e minha mãe, Erica, continuamos com a tradição de preparar o panetone no Natal até nos dias de hoje.”

Elizabeth Muller Seidel – Comunidade de Retiro Saudoso.

8 - Bolo de nozes

Ingredientes

1 colher (sopa) de margarina ou manteiga

2 ovos

2 xícaras (chá) de açúcar

3 xícaras (chá) de farinha

½ copo de leite

1 colher (chá) de Royal

2 xícaras (chá) de nozes

Modo de preparar

Misture a manteiga, os ovos e o açúcar batendo até obter uma massa homogênea, depois acrescente o leite e a farinha aos poucos (alternando os dois itens). Por último, coloque as nozes, o fermento e misture.

Coloque para assar numa forma untada com banha e enfarinhada (a forma com furo no meio deixa o bolo mais bonito).

Aqueça o forno por 10 minutos e coloque para assar em uma temperatura de 250°. Retire do forno antes de ficar bem marrom por fora e a massa não grudar mais no palito de dente. Deixe esfriar, desenforme e está pronto.

“Minha bisavó, Hildegard Schievelbein, fazia esse bolo na Páscoa, quando os parentes vinham visitar. Era assado em forno de tijolo. É nessa época que se colhem as nozes e quando o gosto delas é melhor porque estão fresquinhas”.

Andréia Tamagno – Comunidade de Novo São Paulo.

9 - Cuca de mel



Ingredientes

2 xícaras de mel
1 xícara de açúcar branco ou mascavo
1 xícara de leite
3 ovos
4 colheres (sopa) de manteiga
Cravo e canela a gosto
1 colher(sopa) de sal amoníaco
Farinha de trigo (ponto de massa de bolo)

Modo de preparar

Esquente o mel, o açúcar, o leite, a manteiga, o cravo e a canela. Coloque o sal amoníaco. Deixe amornar.
Acrescente os ovos, a farinha de trigo e bata bem (fica uma massa como de bolo).
Despeje em forma untada, asse por 15 a 20 minutos em forno médio.
Depois de frio, cubra com glacê de claras ou chocolate derretido.
Rende uma forma grande ou duas pequenas.

Glacê de claras

2 claras
1 xícara de açúcar
1 colher de baunilha

Leve as claras e o açúcar ao fogo numa panela em banho-maria. Esquente por 10 minutos ou até querer ferver. Retire do fogo e bata na batedeira até formar um merengue. Acrescente a baunilha, bata bem e coloque por cima da cuca.

“Minha avó fazia essa cuca, cortava em quadradinhos e guardava em latas. Ela dava para a gente levar de lanche na escola”.

Gisela Willwock aprendeu essa receita com sua avó Helena Kolhs—Comunidade de Linha Glória.

10 - Pastel de bolachas polônês

Massa

500g de açúcar

6 ovos

250g de manteiga ou nata

1 copo de leite morno

1 colher (sopa) de baunilha

1 colher (sopa) de bicarbonato de sódio

Farinha de trigo até dar ponto de massa de bolacha (não fazer muito dura)

Modo de preparar

Misture tudo e amasse até ficar macia. Abra com o rolo e corte a massa em rodela com um copo (boca larga). Coloque um pouco de recheio, feche e leve ao forno médio.

Recheio

1kg de requeijão

4 ovos

4 xícaras de açúcar

1 colher (sopa) de baunilha

Misturar e rechear os pastéis

“Essa receita era feita no domingo para o café da tarde. Na tradição alemã, todas as tardes, às 16 horas, é hora de tomar café com algumas guloseimas.”

Lorena D. Willrich aprendeu com sua mãe Frida Bleich – Comunidade de Linha Glória

11 - Cuca de nata



Ingredientes

1 ovo

6 colheres (sopa) de açúcar

4 colheres (sopa) de óleo de soja

1 xícara de leite

2 colheres (sopa) de fermento de pão

Noz-moscada e baunilha a gosto

Farinha de trigo até dar ponto certo (nem muito dura, nem muito mole)

Modo de preparar

Misturar todos os ingredientes, despejar numa forma untada e deixar crescer. Levar ao forno para assar em forno médio.

Antes de levar ao forno para assar colocar a nata, polvilhar o açúcar, colocar o leite condensado e por ultimo o coco ralado.

Cobertura

200g de nata

2 colheres (sopa) de açúcar

1 lata de leite condensado

50g de coco

Rende 2ucas (forma média).

“Essa receita é tradicional em nossa família. Minha mãe, Clarice Munaretto, aprendeu com minha avó, Elza Scuzziatto. Sempre quando nos reunimos não pode faltar a cuca. É muito bom estar junto com minha mãe saboreando, com toda nossa família, essa delícia passada de mãe para filha” .

Elisana Munaretto Toldo – Comunidade de Novo São Paulo

12 - Bolo de fubá cremoso da vovó Neide



Ingredientes

- 4 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- ½ xícara de óleo
- ½ xícara de fubá
- ½ xícara de farinha de trigo
- 1 xícara de coco ralado
- 1 xícara de leite quente
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

Modo de preparar

Bata os ovos, o óleo e o açúcar. Peneire as farinhas e acrescente o leite quente. Bata bem até formar uma massa consistente e, por último, coloque o fermento.

Leve para assar em forma untada e polvilhada com farinha de trigo. Asse em forno a 250° por 35 minutos.

Cobertura

3 colheres (sopa) de nata ou creme de leite

6 colheres (sopa) de chocolate em pó

6 colheres (sopa) de açúcar

Passar no bolo frio

“Este bolo sempre fez muito sucesso na família da minha sogra, que era uma família de italianos”.

Receita de Sueli Lima de Oliveira, que aprendeu com a sogra, Ineide Lima de Oliveira – Comunidade de Novo São Paulo.

13 - Roscas assadas



Ingredientes

4 ovos

1 xícara de açúcar

1 xícara de leite

3 colheres(sopa) de banha

3 colherinhas (café) de sal amoníaco

Farinha de trigo até dar ponto de amassar e fazer roscas bem fininhas

Asse em forno quente e passe a cobertura de claras.

Cobertura

3 claras em neve

2 ½ xícaras de açúcar

½ xícara de água

Derreta o açúcar com a água e cozinhe até o ponto de fio. Despeje sobre as claras, bata bem e passe rapidamente nas roscas. Coloque as roscas em cima da mesa e deixe secar. Depois é só servir com um bom café.

“Uma receita que não pode faltar em minha família. Aprendi com minha mãe, Ameide, que serve para nós todos no café da tarde”.

Ivete Cagliari Cemin – Comunidade Novo São Paulo

14 - Enrolado de requeijão



Massa

2 ovos

3 colheres (sopa) de manteiga

2 xícaras de açúcar

2 xícaras de leite

1 pitada de sal

1 colher (sopa) de Royal

7 xícaras de farinha de trigo (ou mais se precisar)

Misture todos os ingredientes, sove bem e divida em duas partes. Abra com o rolo, coloque o recheio e enrole. Feche bem as laterais para não abrir, coloque numa forma untada e leve para assar em temperatura de 200°C por aproximadamente 45 minutos. Quando estiver quase assado, passe o creme de nata e deixe mais alguns minutos para dourar. Rende 2 enrolados.

Recheio

1kg de requeijão
1 pitada de sal
3 xícaras de açúcar
6 colheres de nata
Misturar e rechear

Cobertura de nata

1 xícara de nata
3 colheres (sopa) de açúcar
Passar nos enrolados

“Esta receita minha mãe, Edith Deolina Knecht, aprendeu com minha avó. Ela fazia sempre que tinha requeijão e todos adoravam. É a receita preferida de minha mãe e minha também”.

Nelsi Knecht Lopes – Sede Rio das Antas

15 - Bolacha caseira



12 ovos
1kg de açúcar
600ml de leite
400g de banha
100g de sal amoníaco
Sementes de erva-doce ou raspas de limão
Farinha até dar ponto (massa não muito dura)

Modo de preparar

Bata os ovos e o açúcar e acrescente a banha e os temperos. Amorne o leite e acrescente o sal amoníaco para derreter. Adicione à massa e depois coloque a farinha, até dar ponto. *“Esta receita é passada de mãe para filha, da avó Maria Variza Olivo para Mafalda Olivo Donatti e Maristela Donatti Lisot. Antigamente não existia comunicação nas comunidades, por isso a avó sempre tinha as bolachas na lata esperando a visita dos filhos e dos netos; quando as visitas chegavam, as bolachas estavam sempre fresquinhas, como se tivessem sido feitas na hora”.*

Maristela Lisot – Comunidade de Salto Rio das Pedras.

16 - Cuca da Ondina



Ingredientes

- 2 ovos
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 ½ xícaras (chá) de açúcar
- 1 copo de leite
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

Modo de fazer

Misture todos os ingredientes, bata bem, coloque em uma forma média, untada e polvilhada. Coloque a farofa por cima e leve para assar.

Farofa

- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- ½ xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de manteiga

“Esta cuca aprendi com minha mãe, Ondina Pavarin. Ela costumava fazer quando recebia visitas dos filhos em casa”.

Olga Pavarin Alves – Rio das Antas

17 - Torta de chocolate com frutas



Ingredientes

- 1 xícara (chá) de chocolate em pó
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 3 ovos misturados
- 1 xícara (chá) de óleo de soja
- 1 xícara (chá) de água quente
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- ½ xícara (chá) de frutas cristalizadas
- ½ xícara (chá) de uvas passas brancas
- ½ xícara (chá) de castanhas-do-pará
- ½ xícara (chá) de cerejas picadas

Modo de fazer

Misture todos os ingredientes com as mãos, não precisa bater na batedeira. Asse em forno pré-aquecido a 180°C.

Para decorar, use 2 maçãs descascadas e cortadas em fatias bem finas. Decore antes de assar.

Depois de assado, polvilhe açúcar de confeiteiro por cima e decore com cerejas.

“Ganhei essa receita de uma amiga que aprendeu com um padeiro da Alemanha. Já faz 20 anos que faço essa receita e vou ensinar para as noras, porque só tenho filhas homens”.

Ivete Wurzius Solle – Comunidade de Linha Marcon – Rio das Antas

18 - Torta de requeijão alemã



Massa

- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara(chá) de açúcar
- 1 colher(sobremesa) de fermento em pó
- 1 xícara (chá) de manteiga ou margarina
- 1 pitada de sal
- 1 ovo inteiro

Recheio

- 1kg de requeijão (sequinho)
- 2 ovos inteiros
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de raspas de limão ou baunilha
- 3 colheres (sopa) de farinha de trigo

Massa

Peneire a farinha de trigo e faça uma cova no centro. Junte o açúcar, o fermento, a manteiga, o sal e o ovo inteiro. Misture com as pontas dos dedos e, aos poucos, vá incorporando a farinha. Amasse bem, até ficar com consistência lisa, que não grude nas mãos. Deixe descansar 20 minutos. Prepare o recheio.

Recheio

Amasse o requeijão com um garfo, junte os demais ingredientes e misture bem. Abra a massa e forre uma forma com fundo desmontável ou um refratário. Forre o fundo e os lados com a massa. Reserve um pouco de massa para a cobertura. Coloque o recheio. Corte a massa reservada em tirinhas e faça um gradeado por cima do recheio. Asse em forno quente (200°C) por 45 a 50 minutos.

“Aprendi esta receita com minha sogra, Joana Solle”.

Ivete Wurzius Solle – Comunidade de Linha Marcon – Rio das Antas

19 - Bolo de milho verde

Ingredientes

3 xícaras de milho verde - ralado ou batido no liquidificador.

(Se for milho em lata escorrer a água e substituir por leite, o necessário para bater)

3 ovos

1 ½ xícara de açúcar

1 ½ xícara de farinha de trigo

1 colher de banha

1 colher de fermento em pó

Modo de fazer

Junte os ovos, o açúcar e a banha e bata na batedeira até formar uma massa homogênea. Acrescente o milho já batido e a farinha de trigo até a massa ficar no ponto. Se precisar, acrescente um pouco de leite. Asse por 45 minutos em forno a 250 °C. Sirva frio.

“Receita tradicional da família Ribeiro Borges. Minha sogra, Dona Guilhermina, preparava deliciosas receitas e nos deixou essa receita de bolo, que normalmente era feita em época de milho como forma de aproveitamento”.

Eva Salete Borges – Responsável pelo Museu Municipal de Rio das Antas

20 - Pudim de doce de leite caseiro e tapioca

Doce de leite caseiro

1 litro de leite

400g de açúcar

1 colherinha de baunilha

1 pitada de bicarbonato de sódio ou fermento em pó

1 colher (sopa) de manteiga

Leve o leite ao fogo numa panela grande. Ferva, acrescente os demais ingredientes e deixe cozinhar até engrossar. Guarde em vidros de compota.

Pudim

1 xícara de tapioca (deixar de molho em água fria por 40 minutos)

1 garrafa de leite (600ml)

4 ovos

2 colheres (sopa) de açúcar

1 pitadinha de sal

Baunilha a gosto

1 copo de doce de leite caseiro

1 colherinha de fermento em pó

1 colher de (sobremesa) de manteiga

Modo de fazer

Bata todos os ingredientes no liquidificador, despeje em forma de pudim caramelada com 1 xícara de açúcar. Cozinhe em banho-maria por 40 a 50 minutos. Desenforme depois de frio.

“Aprendi essa receita com a minha mãe, Izabel Irene Castilho Kind, e ela aprendeu com sua mãe, Paulina Albuquerque Castilho, que viveu até os 106 anos. Hoje eu compro a tapioca. Na época, a minha avó fazia em casa. O doce de leite caseiro eu ainda faço, fica muito saboroso.”

Luci Teresinha Kind Soligo – Comunidade de Linha Moresco

Anexo

Para reunir as receitas que formam esta publicação, realizaram-se duas importantes oficinas sobre a produção de alimentos para o autoconsumo. Houve inicialmente um levantamento cultural, onde se procurou descobrir a culinária da região, os pratos típicos. Romeu Flâmia, aposentado da Epagri, deu a ideia de transformar as receitas e suas histórias em uma publicação.

As oficinas foram um sucesso. Delas participaram as mulheres agricultoras das comunidades onde trabalha a autora. Essas mulheres, além do trabalho de culinária, também participam de atividades de artesanato e o manejo da horta doméstica.



Figura 17 - 1ª Oficina de Produção de Alimentos para Autoconsumo – ANAA – Resgate cultural de receitas – Receitas de mãe para filha.



Figura 18 - 2ª Oficina do ANAA – Resgate cultural – Receitas de mãe para filha.

