

Receitas com pitaita





Governador do Estado
Jorginho dos Santos Mello

Secretário de Estado da Agricultura
Admir Edi Dalla Cort

Presidente da Epagri
Dirceu Leite

Diretores

Andréia Meira
Ensino Agrotécnico

Jurandi Teodoro Gugel
Desenvolvimento Institucional

Fabírcia Hoffmann Maria
Administração e Finanças

Gustavo Gimi Santos Claudino
Extensão Rural e Pesqueira

Reney Dorow
Ciência, Tecnologia e Inovação



ISSN (Impresso) – 1414-5219

ISSN (*On-line*) – 2674-9505

Março de 2026

Receitas de Pitaia

Natália Lúcia Knakiewicz Kominkiewicz

Geisebel Cristine Patrício

Márcio Nunes Palhano

Marcelo Mendes de Haro

Alessandro Borini Lone



**Florianópolis
2026**

Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina (Epagri)
Rodovia Admar Gonzaga, 1347, Itacorubi, Caixa Postal 502
CEP 88034-901, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil
Fone: (48) 3665-5000
Site: www.epagri.sc.gov.br

Editado pelo Departamento Estadual de Marketing e Comunicação (DEMC) /Epagri

Assessoria técnico-científica: Filipe De Jesus Seles Vieira

Editoração técnica: Andrey Martinez Rebelo

Revisão textual: Maria Luíza Chaves

Arte-final: Victor Berretta

Fotos: Marcelo Mendes de Haro

Tiragem: 500 exemplares

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

Ficha catalográfica

R295 Receitas de Pitaia / Natália Lúcia Knakiewicz Kominkiewicz ... [et. al.]. - Florianópolis :
Epagri, 2026.
64 p. : il., color. ; 16 cm. (Boletim didático, 181).

ISSN (Impresso) – 1414-5219
ISSN (*On-line*) – 2674-9505

1. Culinária. 2. Bebidas. 3. Frutas exóticas. 4. Cactos. 5. Epagri. I. Kominkiewicz,
Natália Lúcia Knakiewicz. II. Patrício, Geisebel Cristine. III. Palhano, Márcio Nunes. IV. Haro,
Marcelo Mendes de. V. Lone, Alessandro Borini. VI. Título.

CDD: 641.5

Elaborado por: Bibliotecária Rafaela Rocha Rabelo CRB-14/1934

AUTORES

Natália Lúcia Knakiewicz Kominkiewicz

Extensionista Social da Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina – Epagri, Gestora do Centro de Treinamento da Epagri de Itajaí – Cetrei
Rod. Antônio Heil, 6800, Itaipava CEP: 88318-112, Itajaí, SC. E-mail: nataliak@epagri.sc.gov.br

Geisebel Cristine Patrício

Extensionista Social da Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina – Epagri, Regional de Itajaí
Rod. Antônio Heil, 6800, Itaipava CEP: 88318-112, Itajaí, SC. E-mail: geisebelp@epagri.sc.gov.br

Márcio Nunes Palhano

Técnico em Agropecuária, Extensionista Social da Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina – Epagri, Escritório Municipal da Epagri de Porto Belo
Rua Leopoldo José Guerreiro, 542, Sala 02, Centro CEP: 88210-000, Porto Belo, SC.
E-mail: marciopalhano@epagri.sc.gov.br

Marcelo Mendes de Haro

Engenheiro-agrônomo, Doutor em Entomologia, Pesquisador da Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina – Epagri, Estação Experimental de Itajaí
Rod. Antônio Heil, 6800, Itaipava CEP: 88318-112, Itajaí, SC. E-mail: marceloharo@epagri.sc.gov.br

Alessandro Borini Lone

Engenheiro-agrônomo, Doutor em Agronomia, Pesquisador da Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina – Epagri, Estação Experimental de Itajaí
Rod. Antônio Heil, 6800, Itaipava CEP: 88318-112, Itajaí, SC. E-mail: alessandrolone@epagri.sc.gov.br

*Agradecemos a todos que participaram dos cursos realizados
ao longo destes 8 anos no CETREI, divulgando os sabores de Itajaí e região.*

Apresentação

O nome pitaia é dado às diversas espécies de cactos de hábito trepador, originários da América Central e norte da América do Sul, as quais apresentam flores grandes e noturnas e frutos do tipo baga, com polpa de sabor leve e adocicado com inúmeras sementes pequenas e digeríveis. Atualmente são cultivadas diversas espécies e variedades de pitaia, que se diferenciam pelas cores da casca (que podem ser vermelhas, rosadas, amarelas e até esverdeadas), pelas cores da polpa (que podem ser brancas, vermelhas e rosadas), pelo tamanho do fruto, textura da casca, doçura, acidez e até mesmo pela época de produção.

Em Santa Catarina a pitaia vem se destacando como uma ótima alternativa de cultivo para pequenos e médios produtores rurais, gerando renda, diversificação nas culturas e fortalecendo a agroindústria familiar. Grande parte da produção é comercializada *in natura*, em mercados e feiras livres. Além do comércio dentro do Estado, parte da produção é comercializada em São Paulo, Paraná e Rio Grande do Sul, havendo ainda pequenas exportações para Argentina, Uruguai e até mesmo para Europa. Outra pequena parte é processada em polpa congelada, sorvetes, sobremesas, doces, licores, bebidas fermentadas ou ainda fazendo parte da fabricação de cervejas especiais.

A Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina (Epagri) vem desenvolvendo trabalhos de pesquisa e extensão, gerando e difundindo conhecimentos e informações sobre essa cultura, tanto em práticas diretamente voltadas ao cultivo, quanto no desenvolvimento de produtos à base de pitaia.

A utilização dos frutos em pratos e bebidas diversas pode reduzir o descarte de frutos fora de padrão comercial, como frutos pequenos ou manchados, reduzindo o desperdício, gerando oportunidades de negócios, aumentando a renda, principalmente do pequeno produtor rural.

Com esse enfoque, a presente publicação apresenta diversas receitas de pratos e bebidas utilizando pitaia, tanto a polpa quanto a casca, que até então era tida como um resíduo, porém aqui ganha um destaque especial em diversos pratos.

Sumário

ARMAZENAMENTO E CONSERVAÇÃO	9
Congelamento	10
Farinha de pitaia	12
 RECEITAS SALGADAS	 15
Omelete de pitaia	16
Tempura de botão floral	18
Risoto de pitaia	20
Quiche de cebola com casca de pitaia	22
Panqueca	24
Salada refrescante	26
Pão de pitaia	28
Ceviche vegano	30
Molho rosé de pitaia	32
 RECEITAS DOCES	 35
Sorvete de pitaia vermelha	36
Geleia de pitaia e abacaxi	38
Cheesecake de pitaia	40
Bolo fácil	42
Brigadeiro de pitaia	44
Beijinho de pitaia	46
Doce de pitaia	48
Flan de pitaia vermelha	50
Broinha sem glúten de pitaia	52
Suco refrescante de pitaia com limão	54
Caipirinha de pitaia	56
Smoothie de pitaia	58
Mimosa de pitaia vermelha	60
 Glossário de medidas	 63
Glossário de termos culinários	64

**Armazenamento e
conservação**

Congelamento



Rendimento:
1 quilo



Tempo de preparo:
24 horas



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 1kg de pitaia
- Embalagens para acondicionar

Modo de preparo

Esse processo nos possibilita ter disponíveis os alimentos por um período mais longo do ano. É importante aproveitar a safra para armazenar, é nesse período que os preços estão mais acessíveis.

- Higienize os frutos e retire as brácteas;
- Corte em pedaços pequenos. Isso facilita o congelamento e o descongelamento também;
 - Distribua em uma bandeja ou forma rasa, mantendo uma distância de 1,5 a 2cm entre os pedaços. Para facilitar a retirada após o congelamento, forre o fundo do recipiente com plástico filme ou sacos plásticos apropriados para armazenar alimentos;
 - Leve ao congelador, até que fique totalmente congelado;
 - Embale em sacos apropriados para congelar alimento, retirando o máximo do ar, para que evite formar muito gelo. Feche as embalagens com fita crepe. Caso tenha uma seladora pode utilizar;
 - Identifique com data de armazenamento e validade;
 - Depois de descongelado, mantenha refrigerado e utilize em até 24 horas. Descarte se houver alteração de cor/cheiro.

DICA:

A pitaia congelada dura até 6 meses e pode ser utilizada na fabricação de geleias, sucos, sorvetes e demais sobremesas. Você pode optar por congelar com ou sem casca.

Farinha de pitaia



Rendimento:
100 gramas



Tempo de preparo:
10 horas



Dificuldade:
Fácil/Média

Ingredientes

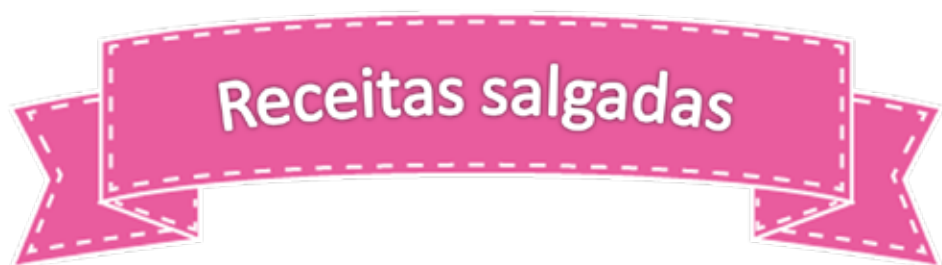
- 1kg de casca de pitaia
- Embalagens para acondicionar

Modo de preparo

- Higienize as cascas;
- Retire as brácteas (escamas) com auxílio de uma faca;
- Corte em tiras uniformes;
- Coloque papel manteiga sobre as grades da secadora;
- Distribua as tiras de maneira uniforme;
- Ligue a secadora a 60°C;
- Deixe secar por aproximadamente 8 horas. O material estará no ponto quando quebrar em pedaços ao ser pressionado;
 - Triture em liquidificador ou moinho apropriado para fabricação de farinhas.
 - Peneire e armazene nas embalagens adequadas.

DICA:

A farinha de casca de pitaia possui propriedades emulsificantes, substituindo/diminuindo o uso de gorduras nas receitas. Neste documento, utilizaremos a farinha na preparação de diversas receitas culinárias, tais como massas, biscoitos e panquecas.

A pink banner with a dashed white border, featuring the text "Receitas salgadas" in white. The banner has a ribbon-like shape with folded ends.

Receitas salgadas

Omelete de pitaia



Rendimento:
2 porções



Tempo de preparo:
20 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 3 ovos
- Casca de uma pitaia
- Sal a gosto
- Manjerição
- Manteiga ou azeite

Modo de preparo

- Bata o ovo;
- Adicione sal a gosto;
- Lave a casca da pitaia;
- Pique em cubos;
- Acrescente a casca ao ovo já batido;
- Unte a frigideira com a manteiga ou azeite;
- Adicione a mistura batida;
- Coloque as folhas de manjerição na hora de servir.

Tempura de botão floral



Rendimento:
2 porções



Tempo de preparo:
25 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 4 botões florais médios (12 a 13cm)
- 100g de farinha de trigo
- 20g de amido de milho
- 2 colheres de sopa de maionese
- 150ml de água gelada
- Sal
- Temperos a gosto

Modo de preparo

- Misture os ingredientes secos;
- Acrescente a maionese;
- Acrescente água aos poucos;
- Corte os botões em 4 partes;
- Passe na farinha de trigo;
- Empane com a massa;
- Frite em óleo a 180°C até dourar;
- Se preferir um empanamento mais leve, acrescente mais água à massa, deixando a mistura mais líquida;
- Sirva com molho de sua preferência.

Risoto de pitaia



Rendimento:
6 porções



Tempo de preparo:
40 minutos



Dificuldade:
Média

Ingredientes

- 2 colheres de manteiga
- Meia cebola média picada
- 100g de tomate seco
- Casca de 2 pitaia
- 2 xícaras de arroz arbóreo
- ¼ de xícara de vinho branco seco
- Sal
- Caldo de legumes ou de carne
- Queijo parmesão

Modo de preparo

• Em uma panela não muito funda, refogue a cebola na manteiga sem deixar dourar. Junte o arroz (não precisa lavar), refogue rapidamente e junte o vinho. Deixe o vinho evaporar um pouco, mas antes que seque vá adicionando o caldo aos poucos, mexendo sempre, de preferência com uma colher;

• Este caldo deve ficar no fogo baixo para não perder a temperatura, pois você vai ficar adicionando ao arroz por uns 20 minutos. Nunca deixe o arroz secar, ele tem que estar sempre cremoso e bem molhado, praticamente a cada minuto você adiciona um pouquinho do caldo. O tempo total vai depender do tipo do arroz;

• Depois de 10 minutos com o arroz no fogo, acrescente os tomates secos e a casca das pitaia picadas e continue mexendo e adicionando o caldo;

• Prove o risoto, caso necessário acrescente o sal;

• Quando o arroz estiver macio, aproximadamente depois de 20 minutos, diminua o fogo, acrescente 01 colher (sopa) de manteiga e 02 colheres (sopa) de queijo parmesão;

• Mexa bem para incorporar tudo, desligue o fogo, tampe a panela e deixe descansar por uns 5 minutos antes de servir;

• Sirva com mais parmesão ralado por cima, pedaços de polpa de pitaia e um fio de azeite de oliva, se preferir.

Quiche de cebola com casca de pitaia



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
90 minutos



Dificuldade:
Média/Alta

Ingredientes

MASSA

- 3 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 colher de chá de sal
- 180g de manteiga
- 3 colheres de sopa de leite ou água gelada

RECHEIO

- 400g de cebolas cortadas em rodela
- 400g de casca de pitaia cortadas em tiras
- 3 colheres de sopa de manteiga
- Sal a gosto
- 3 ovos batidos
- 1 lata de creme de leite
- 100g de queijo muçarela ralado

Modo de preparo

MASSA

- Misture todos os ingredientes com as pontas dos dedos até obter uma massa maleável;
- Leve para a geladeira por 30 minutos;
- Abra a massa em 2 plásticos, forre a forma e fure com um garfo;
- Leve para assar por aproximadamente 30 minutos até dourar.

RECHEIO

- Frite a cebola e as cascas de pitaia na manteiga;
- Retire do fogo, deixe esfriar;
- Acrescente o creme de leite com os ovos temperados com sal;
- Preencha a massa com este recheio;
- Polvilhe a superfície com a muçarela;
- Leve ao forno preaquecido, a 220°C;
- Aguarde até que o recheio asse e o queijo doure.

Panqueca



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
40 minutos



Dificuldade:
Média

Ingredientes

MASSA

- Casca de uma pitaia
- 3 ovos inteiros
- 1 xícara de água
- 1 xícara de trigo
- Sal a gosto
- Óleo para untar a panela

RECHEIO

- 1cebola picada
- 1 alho-poró fatiado fino
- Casca de uma pitaia
- Sal a gosto
- 1 colher de manteiga
- Folhas de manjeriçao
- Queijo ralado

Modo de preparo

MASSA

- Coloque os ovos e a casca de pitaia no liquidificador;
- Bata e vá adicionando água aos poucos;
- Quando estiver bem triturado adicione o sal;
- Adicione a farinha de trigo;
- Unte a frigideira;
- Frite as massas em fogo médio;
- Reserve para rechear.

RECHEIO

- Refogue a cebola;
- Adicione o alho-poró e as cascas de pitaia;
- Acrescente o sal;
- Recheie as panquecas;
- Despeje o restante do molho sobre as panquecas;
- Acrescente as folhas de manjeriçao e o queijo ralado.

Salada refrescante



Rendimento:
5 porções



Tempo de preparo:
40 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 1 pitaia branca
- 300g de grão-de-bico
- 3 tomates sem sementes
- 2 colheres de azeitona picada
- 1 cebola roxa
- 2 limões
- Salsinha
- Manjerição
- Sal

Modo de preparo

- Corte as pitaia em cubos;
- Pique a cebola;
- Pique o tomate em cubos;
- Junte tudo em uma tigela;
- Adicione a azeitona picada e o grão-de-bico já cozido;
- Tempere com o suco dos dois limões;
- Acrescente sal a gosto;
- Antes de servir coloque os temperos picados;
- Se preferir, leve à geladeira antes de servir.

Pão de pitaia



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
40 minutos



Dificuldade:
Média

Ingredientes

- 1kg de farinha de trigo
- 2 pitaia médias com casca
- 300ml de água morna
- 50 ml de óleo vegetal
- 2 colheres sopa de açúcar
- 1 colher sopa de sal
- 2 colheres de sopa de fermento biológico
- 1 colher de sopa de suco de limão

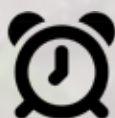
Modo de preparo

- Bata as pitaia no liquidificador com a água morna e reserve;
- Numa bacia coloque o trigo reservando um pouco para dar o ponto;
- Junte os ingredientes secos: fermento, açúcar, sal;
- Adicione as pitaia trituradas;
- Misture tudo e acrescente o suco de limão e o óleo;
- Amasse bem dando o ponto com o restante do trigo;
- Modele os pães colocando em forma untada;
- Deixe crescer e asse em forno pré-aquecido a 220°C.

Ceviche vegano



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
20 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- ½ cebola roxa
- 2 pitaia
- 1 limão
- 200g de grão-de-bico
- Salsinha a gosto
- Sal a gosto
- Azeite a gosto

Modo de preparo

- Pique a cebola em tiras fininhas;
- Pique a salsinha;
- Retire a polpa das pitaia e corte em cubos;
- Cozinhe o grão-de-bico;
- Junte cebola, salsinha, grão-de-bico;
- Esprema o limão;
- Acrescente azeite e o sal a gosto;
- Acrescente a pitaia por último;
- Disponha em porções individuais;
- Decore para servir (folhas de salsinha, manjeriço, flores comestíveis, chips vegetais).

Molho rosé de pitaia



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
15 minutos



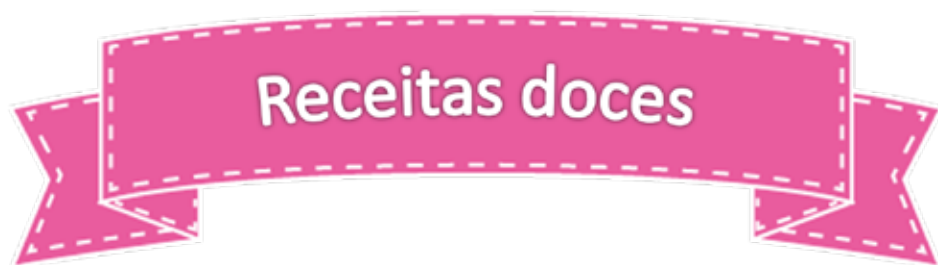
Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- Creme para maionese pronto ou caseiro de sua preferência
- Farinha de pitaia ou polpa de pitaia amassada

Modo de preparo

- Num recipiente coloque a quantidade de creme para maionese que necessite;
- Acrescente farinha de casca de pitaia ou a polpa amassada;
- Adicione até que adquira uma coloração rosa-claro;
- Sirva com filezinhos de peixe ou outro tipo de petiscos.



Receitas doces

sorvete de pitaiia vermelha



Rendimento:
15 porções



Tempo de preparo:
180 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

SORVETE

- 2 xícaras de chantilly bem gelado (cerca de 500ml)
- ½ lata de leite condensado (395 gramas)
- 1 colher (chá) de essência de baunilha (5ml)
- 100g de leite em pó
- 500g de polpa de pitaia vermelha

CHANTILLY

- 4 claras
 - 8 colheres de açúcar
- Bata as claras em neve, adicionando o açúcar e leve para gelar.

SUGESTÃO DE CALDA DE CHOCOLATE

- 100g de chocolate meio amargo
- 270g de chocolate cobertura fracionada ao leite
- 3 colheres (sopa) de óleo vegetal

Modo de preparo

SORVETE

- Bata o chantilly, o leite condensado, o leite em pó e a baunilha na batedeira até formar picos moles;
- Acrescente delicadamente a polpa de pitaia já amassada com um garfo;
 - Misture utilizando um batedor manual até homogeneizar;
 - Leve ao freezer até a hora de servir.

CALDA DE CHOCOLATE

- Derreta os chocolates conforme instruções da embalagem;
- Misture o óleo vegetal, deixando bem homogêneo;
- Aplique sobre o sorvete.

Geleia de pitaia e abacaxi



Rendimento:
450 gramas



Tempo de preparo:
70 minutos



Dificuldade:
Média

Ingredientes

- 1kg de pitaias com casca
- 500g abacaxi
- 450g de açúcar demerara ou cristal
- Suco de 1 limão

Modo de preparo

- Lave os frutos de pitaiá;
- Retire as brácteas, que são as estruturas pontiagudas da casca;
- Corte em pedaços e passe pelo processador ou liquidificador;
- Descasque o abacaxi e passe pelo processador;
- Leve ao fogo em uma panela de fundo grosso;
- Acrescente o açúcar;
- Misture continuamente;
- Cozinhe até que a mistura adquira uma consistência grossa de geleia;
- Quando estiver quase no ponto acrescente o suco de limão;
- Armazene em vidros esterilizados;
- Após a abertura do vidro, conserve em geladeira.

DICA:

Essa geleia fica excelente no recheio de tapiocas doces e para passar no pão.

Cheesecake de pitaia



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
90 minutos



Dificuldade:
Média

Ingredientes

MASSA

- 100g de manteiga derretida
- 200g de biscoito maisena

RECHEIO

- 400g de cream cheese
- 3 ovos
- ½ xícara de açúcar refinado
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- 300ml de leite
- 1 colher de chá de essência de baunilha

CALDA

- ½ xícara de açúcar refinado
- 1 colher de sopa de suco de limão
- 300g de polpa de pitaia vermelha

Modo de preparo

MASSA

- Triture os biscoitos e misture a manteiga até formar uma massa homogênea;
- Forre o fundo e laterais de uma forma de fundo removível de mais ou menos 18cm de diâmetro;
- Leve para assar por 10 minutos.

RECHEIO

- Bata o cream cheese, os ovos e o açúcar até misturar bem;
- Acrescente aos poucos o leite e a essência de baunilha;
- Por último, acrescente a farinha de trigo;
- Cubra a massa pré-assada com o creme;
- Asse em forno (pré aquecido a 180°C) por 45 minutos.

CALDA

- Cozinhe a polpa de pitaia, o açúcar e o suco de limão até reduzir e engrossar;
- Espere esfriar e cubra a cheesecake.

DICA:

Use a geleia de pitaia e abacaxi como calda.

Bolo fácil



Rendimento:
12 porções



Tempo de preparo:
75 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 4 ovos
- ½ xícara de chá de óleo
- 1 pitaia média (polpa)
- 1 e ½ xícaras de chá de açúcar
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 3 a 4 colheres de sopa de chocolate em pó
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de corante vermelho em gel

Modo de preparo

- Bata todos os ingredientes molhados no liquidificador até homogeneizar;
- Adicione o açúcar e o chocolate em pó;
- Adicione o trigo aos poucos;
- Bata por 5 minutos;
- Em uma vasilha adicione o fermento;
- Misture bem e coloque em forma grande de bolo previamente untada;
- Leve ao forno pré aquecido a 180°C por aproximadamente 25 a 35 minutos.

DICAS:

Ao invés da assadeira, distribua a massa em forminhas e você terá deliciosos cupcakes;

Cubra o bolo ou os cupcakes com a geleia de pitaia e abacaxi (foto da receita).

Brigadeiro de pitaia



Rendimento:
30 porções



Tempo de preparo:
60 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 400g de polpa de pitaia vermelha
- 1 caixinha de leite condensado
- 1 colher de sopa de manteiga
- 3 colheres de sopa de chocolate em pó (de preferência sem açúcar)
- Chocolate granulado para finalizar

Modo de preparo

- Em uma panela de fundo grosso, coloque a manteiga, o leite condensado, a polpa de pitaia e o chocolate em pó;
- Misture bem e leve ao fogo baixo;
- Mexa sempre para que não grude no fundo da panela;
- Cozinhe até que ao passar a colher apareça o fundo da panela;
- Despeje em um recipiente untado com manteiga;
- Espere esfriar naturalmente ou na geladeira;
- Assim que estiver firme, modele os brigadeiros;
- Finalize passando no chocolate granulado;
- Coloque em formas apropriadas para docinhos no tamanho de sua preferência.

Beijinho de pitaiá



Rendimento:
30 porções



Tempo de preparo:
60 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 400g de polpa de pitaia vermelha bem amassada ou passada pelo liquidificador
- 1 caixinha de leite condensado
- 1 colher de sopa de manteiga
- 3 colheres de sopa de coco ralado fino e sem açúcar
- Coco ralado para finalizar

Modo de preparo

- Em uma panela de fundo grosso coloque a manteiga, o leite condensado, a polpa de pitaia e o coco;
- Misture bem e leve ao fogo baixo;
- Mexa sempre para que não grude no fundo da panela;
- Cozinhe até que ao passar a colher apareça o fundo da panela;
- Despeje em um recipiente untado com manteiga;
- Espere esfriar naturalmente ou na geladeira;
- Assim que estiver firme, modele os beijinhos;
- Finalize passando no coco ralado;
- Coloque em formas apropriadas para docinhos no tamanho de sua preferência.

Doce de pitaia



Rendimento:
1 quilo



Tempo de preparo:
90 minutos



Dificuldade:
Média/Alta

Ingredientes

- 1kg de pitaia com casca
- 700g de açúcar cristal ou demerara
- 1 gelatina vermelha sem sabor, ou se preferir, de cor vermelha com sabor
- 100ml de água quente
- 30ml de suco de limão

Modo de preparo

- Processe a pitaia de preferência no liquidificador para que não fiquem pedaços;
- Coloque numa panela de espessura grossa;
- Leve ao fogo brando mexendo para que não grude no fundo;
- Cozinhe até que ao passar a colher apareça o fundo da panela;
- Acrescente a gelatina dissolvida na água quente, o açúcar e o suco de limão;
- Cozinhe até soltar do fundo da panela;
- Despeje num recipiente forrado com celofane e deixe esfriar;
- Depois de frio corte em cubos;
- Passe no açúcar cristal ou demerara;
- Se preferir, embale em retângulos de celofane.

Flan de pitaia vermelha



Rendimento:
10 porções



Tempo de preparo:
180 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado (395g)
- 1 lata de creme de leite (sem soro)
- 1 envelope de gelatina em pó sem sabor
- 200ml de água quente
- 2 pitaias vermelhas
- Açúcar para caramelizar a forma, caso utilize forma de alumínio

Modo de preparo

- Dissolva a gelatina na água quente;
- Coloque no liquidificador;
- Acrescente os demais ingredientes ;
- Bata bem;
- Despeje em forma caramelizada;
- Leve para gelar;
- Caso opte por forma de silicone, faça uma calda grossa, deixe esfriar e despeje sobre o flan após desenformar.

DICAS:

A calda pode ser feita com o fruto e um pouco de açúcar, levando ao fogo para ferver;

Você pode optar por não bater a pitaias no liquidificador, apenas amassar com um garfo e misturar antes de colocar na forma.

Obs.: Caso não disponha de pitaias vermelhas, use a branca e substitua a gelatina incolor por gelatina vermelha.

Broinha sem glúten de pitaia



Rendimento:
300 gramas



Tempo de preparo:
60 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 2 ovos
- 1 xícara de açúcar
- 300g de farinha de arroz
- 150g de amido de milho
- 50g de farinha de casca de pitaia
- 100g de manteiga ou margarina
- 1 pitada de sal
- 1 colher (sopa) de fermento químico

Modo de preparo

- Em um recipiente coloque os ovos, o açúcar, a farinha de arroz, a farinha de pitaia, a manteiga ou margarina, o sal e o fermento;
- Misture estes ingredientes;
- Aos poucos, vá juntando o amido de milho;
- Amasse até que possa enrolar a massa;
- Abra a massa com um rolo na espessura de mais ou menos 0,5cm;
- Corte no formato de sua preferência, coloque em uma forma untada e leve para assar em forno médio, por 25 a 30 minutos.

Suco refrescante de pitaia com limão



Rendimento:
2 litros



Tempo de preparo:
15 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 2 litros de água mineral com gás
- 8 limões
- 2 pitaias (polpa)
- Açúcar a gosto
- Gelo

Modo de preparo

- No liquidificador coloque as pitaias;
- Bata com um pouco de água;
- Coar é opcional, caso queira retirar os pedaços;
- Acrescente o suco de limão, gelo e o restante da água;
- Se for de sua preferência, adoce com o açúcar;
- Bata novamente e sirva.

Caipirinha de pitaiá



Rendimento:
2 porções



Tempo de preparo:
15 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de pitaia vermelha picada
- 75ml de cachaça
- 1 limão-siciliano ou taiti
- Açúcar a gosto
- 5 zimbros (opcional)
- Gelo a gosto

Modo de preparo

- Corte o limão ao meio e, depois, em fatias meia-lua finas;
- Na coqueteleira, ou em um copo, adicione o limão e o açúcar;
- Esmague levemente as fatias e o açúcar;
- Adicione a pitaia picada;
- Esmague levemente. Cuidado, esmagar demais pode deixar o drink amargo;
- Complete o copo com gelo;
- Adicione a cachaça;
- Se possível, adicione o zimbro;
- Misture tudo;
- Sirva e finalize com pedaços de fruto ou limão na borda.

Smoothie de pitáia



Rendimento:
2 porções



Tempo de preparo:
15 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 200ml de kefir ou iogurte natural
- 2 colheres de sopa de whey protein ou leite em pó
- ½ pitaia vermelha
- 1 banana prata

Modo de preparo

- Descasque as frutas;
- Corte as frutas de forma grossa;
- Leve ao congelador por 30 minutos;
- No liquidificador, adicione o kefir ou iogurte natural com as frutas cortadas;
- Coloque a tampa e bata de 1 a 2 minutos;
- Adicione o whey protein ou leite em pó;
- Bata por mais 1 minuto;
- Sirva gelado.

Mimosa de pitaia vermelha



Rendimento:
2 porções



Tempo de preparo:
15 minutos



Dificuldade:
Fácil

Ingredientes

- 2 colheres de pitaia vermelha
- 1 colher de açúcar
- 1 parte de suco de laranja
- 1 parte de espumante

Modo de preparo

- Em um recipiente, esmague vigorosamente a pitaia e o açúcar;
- Misture até se formar uma espécie de xarope e reserve;
- Antes de preparar o drinque, leve o suco de laranja e o espumante para a geladeira por pelo menos 30 minutos, ou até gelar;
 - Se quiser, gele também uma taça para champanhe;
 - Incline levemente a taça e preencha com espumante até a metade. Esta posição inclinada evita que a bebida espume em excesso;
 - Complete com o suco de laranja;
 - Gentilmente, coloque o xarope de pitaia para que se forme a camada no fundo da taça;
 - Enfeite com folhas de hortelã e sirva.

Glossário de medidas

Medidas Caseiras Padronizadas

Sempre que possível, utilize balança (gramas – g) ou copo medidor (mililitros – ml). Quando usar medidas caseiras, considere os valores aproximados abaixo.

XÍCARAS

1 xícara (chá) padrão = 240ml

1 xícara de farinha de trigo = aproximadamente 120g

1 xícara de açúcar cristal = aproximadamente 200g

1 xícara de açúcar refinado = aproximadamente 180g

1 xícara de arroz cru = aproximadamente 180g

1 xícara de água, leite ou caldo = 240ml

Observação: sempre nivelar a xícara, sem apertar o ingrediente.

COLHERES

1 colher de sopa = 15ml

1 colher de sopa de açúcar = aproximadamente 10g

1 colher de sopa de farinha de trigo = aproximadamente 8g

1 colher de sopa de óleo ou manteiga derretida = 15ml

1 colher de chá = 5 ml

1 colher de chá de sal = aproximadamente 5g

1 colher de chá de açúcar = aproximadamente 4g

LATAS E EMBALAGENS COMUNS

1 lata de leite condensado = 395g

1 lata de creme de leite = 200g

1 lata de milho verde = aproximadamente 170g escorrido

1 lata de ervilha = aproximadamente 170g escorrido

Glossário de termos culinários

Refogar - Cozinhar o alimento em pouca gordura (óleo, banha ou manteiga), em fogo médio, mexendo até murchar ou dourar levemente. Muito usado com cebola, alho e legumes.

Empanar - Passar o alimento em farinha, ou em ovo e farinha, formando uma camada que protege e dá crocância ao fritar ou assar.

Selar - Dourar rapidamente a carne em fogo alto, com pouca gordura, apenas para formar uma crosta por fora. Ajuda a manter o sabor e a suculência.

Ferver - Cozinhar o alimento em líquido muito quente, com bolhas grandes subindo à superfície.

Cozinhar em fogo baixo - Manter o fogo fraco para cozinhar devagar, sem queimar ou secar o alimento.

Cozinhar em banho-maria - Colocar o recipiente com o alimento dentro de outro com água quente, levando ao fogo ou ao forno. Usado para evitar queimar ou cozinhar rápido demais.

Dourar - Deixar o alimento ficar com cor marrom-clara, realçando sabor e aroma.

Picar - Cortar em pedaços pequenos e irregulares.

Picar fino - Cortar em pedaços bem pequenos.

Misturar até incorporar - Mexer os ingredientes até que fiquem bem unidos, sem partes separadas.

Descansar a massa - Deixar a massa parada por um tempo, conforme indicado na receita, para melhorar a textura ou o crescimento.

Untar - Passar óleo, manteiga ou banha na forma ou panela para evitar que o alimento grude.



www.epagri.sc.gov.br



www.youtube.com/epagritv



www.facebook.com/epagri



www.instagram.com/epagri



linkedin.com/company/epagri



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



www.x.com/EpagriOficial