

RECEITAS GRÁTIS

Culinária Terapia por Dyne e Zinha



Salpicão de Frango e Saladas de Batata e de Maionese para Festas

Culinária Terapia por Dyne e Zinha

site: culinariaterapia.com

Proibido a Venda

Proibido Upload para outras plataformas

Salpicão de Frango Super Refreshante

 culinariaterapia.com/salpicao-de-frango-super-refreshante

Dyne e Zinha



Salpicão de Frango Super Refreshante, preparado com caldo de **frango caseiro** e ingredientes leves e equilibrados.

Uma receita de sucesso total para qualquer festa pois é leve e saboroso para proporcionar um banquete inesquecível.

Ingredientes

Para cozinhar o frango:

- 1 kg de filé de peito de frango;
- 1 cebola grande em pedaços;
- 4 dentes de alho grandes cortados ao meio;
- 1 cenoura grande crua em rodela;
- 1 colher de chá de pimenta preta em grãos;
- 2 talos de salão em pedaços;
- 3 folhas de louro ou 1 pitada de louro em pó;
- 1 colher de sopa de sal;
- 2 litros de água;

Para a mistura do salpicão:

- Suco de meio limão;

- Aprox 50 ml de azeite;
- 3 maçãs verdes em pedacinhos;
- 2 cenouras grandes em pedaços cozida;
- 300 g de ervilhas descongeladas;
- 3 colheres de sopa de cebola ralada;
- 100 g de uvas passas claras sem sementes;
- Salsinha e cebolinha à gosto;
- 1 kg de peito de frango cozido desfiado;
- Aprox 500 g de maionese;
- Batata palha à gosto;
- Pimentão verde e vermelho para decorar;

Como Fazer Salpicão de Frango Super Refrescante

Frango:

1. Primeiramente em uma caçarola funda adicione todos os ingredientes do frango juntamente com a água.
2. Em seguida leve ao fogo médio com a panela meio tampada e cozinhe por aprox. 1 hora até o frango ficar macio e o caldo bem saboroso.
3. Então aguarde o frango esfriar ou ficar morno ainda dentro do caldo, desfie em seguida e use totalmente frio.

Salpicão:

1. Primeiramente em uma tigela misture o suco de limão com o azeite.
2. Assim feito corte a maçã em pedacinhos e vá envolvendo-os na mistura de limão e azeite.
3. Em seguida acrescente os demais ingredientes e misture bem.
4. Então distribua o salpicão em uma travessa, decore com batata palha e pimentão e sirva fria ou gelada com mais batata palha por cima.
5. Em seguida siga-nos no youtube para lives, receitas e vídeos inéditos.

Bom apetite!!! Dyne e Zinha

Veja o vídeo da receita



Watch Video At: https://youtu.be/SEWo2_IdgXc

Salada de Maionese Fácil e Rápida

 culinariaterapia.com/salada-de-maionese-facil-e-rapida

Dyne e Zinha

Salada de Maionese Fácil e rápida, sucesso absoluto em todas as festas e ocasiões conquistando todos os paladares. Perfeita para acompanhamento de arroz, carnes e todo tipo de churrasco é também a salada de legumes com maionese simples e fácil predileta para servir em ceias de natal e ano novo em todo o Brasil.



Ingredientes:

- 3 chuchus cozidos picados;
- 2 cenouras cozidas picadas;
- 6 batatas cozidas picadas;
- 1 lata de ervilhas em conserva ou ervilhas descongeladas;
- 1 lata de milho verde em conserva;
- 2 latas de sardinha em conserva;
- 1 colher de sopa de cebola ralada;
- Azeitonas fatiadas à gosto;
- 4 ovos cozidos picados;
- Sal e pimenta à gosto;
- Coentro e cebolinha à gosto;
- 1 pote de 500 g de maionese;

Como Fazer Salada de Maionese Fácil e Rápida

Modo de preparo:

1. Primeiramente passe um pouco de azeite sobre os legumes e espere esfriar.
2. Assim feito simplesmente misture todos os ingredientes.
3. Então coloque em uma travessa, decore à gosto e sirva gelada.
4. Dica para cozinhar os legumes: você pode cortar todos em pedaços de tamanho aproximadamente iguais e cozinhar por 5 minutos na panela de pressão.
5. Assim feito espere a pressão da panela sair naturalmente, escorra a água e então passe um pouco de azeite.
6. Em seguida siga-nos no youtube para lives, receitas e vídeos inéditos.

Bom apetite!!! Dyne e Zinha

Veja o vídeo:



Watch Video At: <https://youtu.be/VisZ5rqhVBs>

Salada de Batata Super Fácil

 culinariaterapia.com/salada-de-batata-super-facil

Dyne e Zinha



Salada de batata super fácil e rápida que vai te ajudar a fazer ***qualquer festa*** sem ocupar seu precioso tempo.

Ingredientes:

- Aprox 1,5 kg de batatas cozidas em cubos e já frios (você pode cozinhar em água e sal).
- 2 latas de atum ou outra proteína que preferir, como frango, linguiças fritas, carnes e outros peixes.
- 2 latas de ervilhas escorridas (ou 400 g de ervilhas descongeladas fervidas).
- 100 g de cogumelos tipo Paris fatiados.
- Pimentão verde picado à gosto.
- Pimentão vermelho picado à gosto.
- Salsinha picada à gosto.
- 4 ovos cozidos picados.
- Aprox. 1 cebola pequena picada.
- Sal à gosto.
- Meia colher de chá de pimenta preta moída na hora.
- 500 g de maionese ou a quantidade que desejar.
- Pimentão verde, tomates cereja e salsinha para decorar.

Como fazer Salada de batata super fácil

1. Simplesmente misture todos os ingredientes em uma tigela bem grande.
2. Logo depois distribua em uma travessa, decore e sirva em seguida ou gelada.
3. Em seguida siga-nos no youtube para lives, receitas e vídeos inéditos.

Bom apetite!!! Dyne e Zinha

Veja o vídeo:



Watch Video At: <https://youtu.be/1C6IFDaLZI4>