

Receita de Pãozinho Doce Escandinavo

Na falta de um termo melhor, chamei de pãozinho doce. O fato é que estes buns tradicionais dos países escandinavos são uma delícia que você precisa testar.+

11 temperos básicos para ter sempre em casa

Lista de temperos básicos, versáteis e duráveis para sempre ter na sua cozinha, e incrementar todos os tipos de receitas.



Minha “coleção de temperos” vai crescer depois da próxima viagem!

O uso de **temperos** é, sem sombra de dúvida, uma das formas mais conhecidas de se dar sabor para uma comida. Dominar seu uso não requer apenas conhecimento de técnicas, mas também ter um certo paladar (no mínimo, conhecer o que gosta e o que combina com quê) e cultura.

Isso porque são os **temperos** que fazem a diferença na hora de preparar um prato tradicional, para colaborar com seu bem estar ou simplesmente, dar aquele toque especial em qualquer comidinha. Mas existe uma lista infinita de opções na prateleira dos supermercados, e se você quer montar uma coleção com os básicos, confira a lista dos essenciais!

11 Temperos básicos para sempre ter em casa



Os temperos que quase sempre tenho em casa!

▪ **Cúrcuma**

Com sua característica cor amarela, é um dos elementos marcantes da culinária indiana, e lá ela combina com tudo. É importante por suas propriedades antioxidantes e anti-câncer e por isso tem se tornado popular em bebidas quentes, como o *golden milk*.

— — —

▪ **A semente de coentro**

Tem a aparência de um pequeno grão de pimenta e parece muito semelhante à folha de coentro fresco. Esta semente tem aroma cítrico e ligeiramente adocicado, assim como um aroma de laranja prensada. É perfeita tanto para pratos doces quanto salgados. É muito presente nas culinárias indianas e árabes.

— — —

▪ ***A semente de erva-doce***

Pequena e de sabor amadeirado, a semente de erva-doce pode ser usada em receitas salgadas e doces. Quanto mais pronunciada sua cor verde, mais intensos são os seus sabores. Também muito comum na culinária indiana, presente também (por influência do período das navegações e colonização da Ásia), na gastronomia de diversos países europeus.

-- --

▪ ***Sumac***

Esta estrela da cozinha mediterrânea é caracterizada por sabores frescos, azedos e frutados, próximos do limão mas surpreendentemente reminiscentes de azeitonas pretas.

-- --

▪ ***Páprica defumada ou doce***

Surpreendente com o seu lado frutado e notas intensas de tomate e pimenta, é ideal para churrasco, mas também é delicioso com peixe e alimentos ricos em amido. É a estrela da culinária húngara e elemento essencial do *goulash*.

-- --

▪ ***Canela***

A especiaria mais consumida no mundo, a canela existe sob duas variedades. A da China, a mais difundida, oferece um sabor rústico e intenso. A de Madagascar ou Sri Lanka é ligeiramente amadeirada e mais delicada ao paladar.

-- --

▪ ***Cominho***

Muito poderosa, a semente de cominho revela sua sutileza quando seca ou quando aquecida em uma frigideira com um pouco

de óleo. Combina maravilhosamente com páprica defumada para temperar um saboroso *chili con carne*. Seu consumo é bem tradicional da culinária árabe, e tem quem ame (EU!) e quem odeie.

-- --

▪ **Noz-moscada**

Com o seu cheiro inebriante de amêndoa amarga, esta semente escura e enrugada é ralada para ser usadas. É um verdadeiro deleite em sobremesas, mas em excesso, pode causar envenenamento (então cuidado!). Ela se casa com chocolate, caramelo e café. Muito usada na cozinha francesa, em preparações com molho e queijo, como o molho *béchamel*.

-- --

▪ **Gengibre**

É facilmente reconhecível com a sua frescura intensa e o sabor picante cítrico. É usado fresco e ralado ou em pó. Muito usado na culinária asiática de uma forma geral.

-- --

▪ **Açafrão**

O pistilo de uma flor é o ingrediente mais caro da culinária. Há séculos é usado para fins medicinais, e amplamente confundido com açafrão da terra (a cúrcuma, que encabeça essa lista). É originário da Ásia Central, mas é muito popular na culinária do mediterrâneo.

-- --

▪ **As pimentas**

Há uma imensa variedade, que variam da mais doce a mais picante. Geralmente é quando são aquecidas que liberam a sua força. Elas também são muito surpreendentes quando usadas

usados nas sobremesas. Mundialmente, as mais populares são a branca e a preta.

— — —

Confira post com lista dos [8 ingredientes essenciais na minha geladeira.](#)

Receita de Cinnamon Rolls

*Não tenho mão para doces, mas **cinnamon rolls** é uma receita que não tem erro, e amamos!*



Delícia que recomendo para o café da manhã, sobremesa ou lanche da tarde. Veja como fazer em receita quentinha do blog! Para agradar até mesmo que não é lá muito fã de canela como eu. É um clássico da culinária dos EUA que você precisa testar, pelo menos uma vez na vida.

Receita de Cinnamon Rolls

Ingredientes

- 3/4 de xícara de leite morno;
- 1/4 de xícara de margarina amolecida;
- 3 e 1/4 de xícara de farinha de trigo;
- 1 pacote de 10 gramas de fermento biológico;
- 1/4 de xícara de açúcar;
- 1/2 colher de chá de sal;
- 1/4 de xícara de água morna;
- 1 ovo;
- 1 xícara de açúcar mascavo;
- 1 colher de sopa de **canela da Índia em pó**;
- 1/2 xícara de **manteiga**.

Modo de preparo



Cinnamons já crescidinhos, antes de assar.

Misture metade da farinha, o açúcar, o sal e o fermento. Adicione a margarina amolecida, o ovo, o leite e a água morna. Quando os **ingredientes** estiverem bem misturados, vá adicionando a outra parte de farinha até que fique com ponto de massa, tipo pão ou até que esteja bem homogênea e sem grudar na base e nas mãos. Deixe descansar por 10min.

Enquanto a massa descansa, prepare o **recheio**, misturando a

manteiga mole, o **açúcar mascavo** e a canela. Estique a massa em um retângulo e espalhe a pasta uniformemente. Enrole e corte em rolinhos. Coloque-os em uma forma untada e deixe crescer por 30min. Asse em forno pré-aquecido à 180º, por 25 min.

Rendimento: 15 rolinhos.

Origem: Considerado um clássico americano, os **Cinnamon Rolls** como conhecemos hoje foram criados a partir de receita original dos imigrantes europeus que viviam nos EUA. Servido no café da manhã, pode apresentar uma grande variedade de recheios e coberturas, conforme o gosto de quem prepara.