

Receitas para Ceia de Natal: Aperitivos

Confira dica de quatro aperitivos fáceis de fazer para a Ceia de Natal!



Opção de aperitivo com figos, de preparo fácil e sem cozimento.

Nem acredito que já estamos na semana do Natal! Como gosto de me programar com antecedência, listei aqui as receitas que pretendo preparar este ano para a nossa **Ceia de Natal**. Será bem como costumamos fazer no Brasil: Peru, Arroz com Nozes,

Farofa e Salada Verde.

Porém, sei que muitas vezes nos preocupamos tanto com o prato principal, como fazer um peru delicioso e suculento (já viu? tenho dicas neste post aqui!), que acabamos por esquecer de caprichar nos aperitivos, para aquele momento de começo de confraternização...Por isso seguem minhas dicas de **5 Aperitivos** muito fáceis de fazer para a sua **Ceia de Natal!**

Espero que apreciem sem moderação e se fizerem, compartilhem a foto aqui comigo! Dicas sem medidas, pois vai depender do quanto e para quantas pessoas vai servir.

5 Aperitivos para a Ceia de Natal

— — — — —

Enroladinhos de Ameixa Seca e Bacon

Você vai precisar de:

- Bacon em fatias finas;
- Ameixa seca sem caroço;
- Palitos.

O que você precisa fazer:

- Cortar as fatias de bacon em duas;
- Enrolar cada pedaço de bacon em uma ameixa;
- Prender com um palito;
- Levar ao forno em 180 graus por 20 min – ou até que o bacon esteja levemente dourado.



Enroladinhos de bacon antes de ir ao forno.



Combinação tem sabor de Natal.

— — — — —

Enroladinhos de Berinjela, Camembert e Nozes

Você vai precisar de:

- Berinjela;
- Queijo Camembert;

- Nozes pecan;
- Sal;
- Manteiga ou azeite de oliva;
- Palitos ou pequenos garfinhos.

O que você precisa fazer:

- Corte a berinjela em fatias finas e dividir as fatias em duas, mantendo o sentido do comprimento (se for bem gordinha);
- Salpicar sal nas fatias de berinjela e deixar liberar amargor;
- Grelhar a berinjela com manteiga na manteiga (levemente). Se preferir que fique mais *fit*, use grelha e não use manteiga;
- Corte o queijo em pequenas fatias;
- Faça um enroladinho com queijo + nozes e por fora, uma fatia de berinjela;
- Leve de volta para a frigideira/grelha e deixe aquecer até que o queijo comece derreter;
- Sirva em palitos ou pequenos garfinhos.



Enroladinhos de berinjela, servidos como entrada.

— — — — —

Enroladinhos de Presunto Cru, Brie e Figos

Você vai precisar de:

- Presunto cru em fatias;
- Figos;
- Queijo brie;
- Palitos ou pequenos garfinhos.

O que você precisa fazer:

- Cortar os figos em 8 pedaços (se forem grandes, se não corte ao meio ou em quatro partes);
- Cortar o queijo em pequenos pedaços;
- Separar as fatias de presunto cru e cortar em tiras;
- Unir queijo e figo e enrolar um pedaço de presunto;
- Prender e servir com um palito ou garfinho.



Aperitivo fresco não vai ao forno e é perfeito para o verão.

— — — — —

Torradinhas de Salmão, Cream Cheese e Salsinha

Você vai precisar de:

- Salmão defumado;
- Cream cheese;
- Cebolinha;
- Torradinhas.

O que você precisa fazer:

- Corte o salmão em cubinhos;
- Lave e corte a cebolinha;
- Passe uma camada de *cream cheese* nas torradas;
- Coloque um pouquinho de salmão em cada torrada e finalize com cebolinha.



Combinação típica do Natal francês.

— — — — —

Sanduíche Aberto Vegetariano

Você vai precisar de:

- Fatias de pão fresco;
- Tomate italiano;
- Rúcula;
- Muçarela de Búfala;
- Sal, pimenta e azeite de oliva;
- Palitos.

O que você precisa fazer:

- Divida as fatias de pão em quatro partes;
- Lave e corte o tomate em rodela;
- Lave a rúcula;
- Corte a muçarela em rodela;
- Coloque uma fatia de tomate e algumas folhinhas de rúcula em cada quadradinho de pão;
- Tempere com um pouquinho de azeite de oliva, sal e pimenta;
- Coloque um pedaço de queijo para finalizar e prenda com um palito.



Sabores da Itália, para quem não come carne.

5 Receitas Simples com Frango

*Para avançar na série de posts com preparos fáceis e baratos de carne de galinha, seguem minhas **5 Receitas simples com frango**, para quem está em busca de inspiração.*



Frango com Missô e molho.

Talvez o que mostre neste post não seja novidade para alguns, mas creio que vale o registro de **5 Receitas simples com frango**, que recomendo para quem está em busca de inspiração. A **carne de galinha** é uma das mais baratas disponíveis no mercado e com o uso de temperos variados, é possível fazer dela a grande coringa do seu dia a dia.

Confira as receitas!

1 – Frango com Alecrim

Uma das combinações que mais amo com carne de frango é temperar com alecrim, um pouco de vinho branco, sal e pimenta. Neste da foto, dourei em um pouco de manteiga, em fogo médio, para cozinhar por completo e não tostar.

Sempre faço um corte no sentido contrário da carne, para garantir que fique bem passado sem demora.



Frango dourado com alecrim.

2 – Frango Assado com Crosta de Amêndoas

Pode não ser tão prático assar pedaços de frango – geralmente demora em torno de 45 min., ainda mais se os pedaços forem grandes. Mas vamos combinar que é uma ótima opção para dar uma variada no cardápio!

Para dar um toque extra, é possível fazer uma crosta crocante que agrega mais valor ao prato. Costumo fazer [empanado com farinha de mandioca](#), como nesta imagem da foto abaixo, mas variações com farofa ou **farinha de amêndoas** ficam incríveis! Se puder temperar com antecedência, melhor fica.



Frango com Crosta de Amêndoas e Cuscuz.

3 – Frango com Lemon Peper

Para quem quer fugir do tradicional sal e pimenta para temperar, este tempero é a opção perfeita! Além do que, pode ser usado para dar mais sabor também no preparo da pipoca, da salada e qualquer outra comida que desejar.



Frango com Lemon Peper, [Quiabo Frito](#) e Aipim.

4 – Frango com Missô

Essa pasta tradicional da culinária japonesa, feita com cevada, arroz, soja e sal, é facilmente encontrada em lojas de ingredientes asiáticos. Seu uso mais conhecido é no preparo do *Missoshiro* (sopa de missô), mas recomendo muito o uso para temperar e marinar o frango. Seu único problema é que respinga muito enquanto o frango está dourando! Finalize com cebolinha e sirva com arroz branco.



Frango com Missô, Arroz Branco e Brócolis na Manteiga.

5 – Frango com Sálvia

Por fim, uma das combinações de carne + tempero que mais amo na vida: **Frango com Sálvia!** Pode parecer simples, mas esta certamente é uma das combinações que melhor funcionam com frango, e pode ser usada em diversos preparos diferentes, como molhos e marinadas. No caso desta foto aí, apenas temperei o frango com sal e pimenta e na hora de dourar, adicionei folhas de sálvia. Elas também douram, ficam crocantes e saborosíssimas!



Frango com Sálvia, com Couve de Bruxelas Sauté de acompanhamento.

Gostou das dicas? Tem alguma sugestão de preparo? Comente abaixo ou em nossa página no [Facebook!](#)

Receitas de Legumes, Vegetais e Fungos

*Legumes são alimentos saudáveis que devem fazer parte da nossa alimentação diária, além de um dos principais atrativos de uma **dieta vegetariana**. Confira posts com dicas de preparo rápido e fácil na série **Receitas de Legumes**.*

Sou muito fã de legumes. Vejo eles como essenciais na nossa alimentação diária e preciso me controlar para não exagerar na compra dos mesmos quando vou ao supermercado. Por isso darei início a esta série de **receitas fáceis com legumes**, para aqueles dias que estamos um pouco sem ideia e queremos complementar aquele prato com arroz, feijão e bife.

Para quem está em busca de praticidade na hora de cozinhar, um motivo extra: sou fã dos **legumes** de cozimento rápido. Sabe aqueles que não precisam de mais de uns minutinhos para estarem prontos? Pois são destes mesmos que estou falando. Lembrando que quanto menos cozidos forem os **legumes**, maior a dose de “saúde” e bons nutrientes que ele pode nos proporcionar.

Espero que apreciem sem moderação! Abaixo, algumas das receitas que entram nesta lista de **receitas de legumes** que são fáceis de fazer:

- ***Abobrinha à milanesa***



Post no blog, veja [aqui!](#)

▪ **Abobrinha refogada com cogumelos**



Receita [aqui](#), com dicas de uso!

▪ **Aspargos assados com bacon**



Receita no blog, vem ver [aqui!](#)

▪ **Berinjela assada para Babaganoush**



Receita está [aqui](#) no blog!

▪ **Batata doce refogada**



Receita já no blog! Confira [aqui](#).

▪ **Berinjela na manteiga**



▪ **Flor de abobrinha à milanesa**



▪ *Shimeji salteado na manteiga*



Receita já no [blog!](#)

- *Vagem na manteiga*



Para ver: outras receitas de legumes, vegetais e afins.

- [Lasanha de berinjela](#) (vegetariana);
- [Palitos de berinjela e abobrinha](#) empanados e assados;
- [Espinafre refogado](#);
- [Como fazer Alcachofra cozida](#);
- [Antepasto de Berinjela](#);
- [Como fazer Quiabo](#);
- [Receita fácil de guisado de legumes](#);
- [Receita de Vagem com Cebola roxa](#);
- [Como fazer Aspargos Frescos na Manteiga](#);
- [Como fazer Couve de Bruxelas](#).

Receitas fáceis e baratas com Frango

Só quem trabalha em restaurante cumpre uma rotina diária de preparar pratos mais refinados, feito com elementos mais

*caros. No dia a dia, é preciso ser prático e considerar valores mais em conta. Comer fora quase todos os dias, além de ser mais caro, pode ser cansativo e nada nutritivo. A busca por **receitas fáceis e baratas** é cada vez maior!*



Por isso, iniciaremos uma série de postagens sobre a proteína mais consumida no Brasil, o Frango! Por ser uma carne de sabor mais suave, admite preparos e temperos bem variados. É extremamente versátil e nesta série de **Receitas com Frango**, darei dicas de como fazer, além de sugerir acompanhamentos. Todas **receitas fáceis** e baratas, que podem ajudar nos momentos de pressa e economia.

Segue relação de **Receitas Fáceis de Frango** que postarei na sequência, mas não esperem muito *glamour* nas fotos porque são pratos simples.

– ***Abobrinha Recheada com Frango***

– ***Frango Grelhado com Abobrinha***

– ***Frango Empanado Assado***

– ***Frango om Lemon Pepper***

– ***Frango Frito***

– ***Frango com Sálvia***

– *Peito de Frango Grelhado e Vagem*

– *Peito de Frango e Nabo*

– *Galinhada*

– *Salada de Frango*

Tenho outras **receitas de frango** que postarei em breve, porém com ingredientes mais caros ou que demandam mais tempo de preparo. Por isso não encaixo as mesmas nesta lista, que tem como objetivo dar ideias de **receitas fáceis** e baratas.

Como não amar carne de frango

– O **frango** é uma das melhores proteínas para ser consumida por quem pratica exercícios intensos. Se você está batalhando para entrar em forma, estas receitas são ótima opção para variar nos sabores da sua alimentação.



– O **frango inteiro** é mais barato do que em partes separadas. Se você está em busca de economia, anote: dividir coxas e separar peito não é difícil! Em geral, quando compro frango inteiro uso para 3 finalidades: peito para desfiar; coxas, sobrecoxas e asas para galinhada, assados e outros pratos; carcaça e miúdos para sopas, caldos ou até mesmo um ragú.



– O **peito de frango** não tem gordura, por isso é muito fácil deixar ele seco ao grelhar. Para que fique mais suculento, deixe marinando de um dia para outro com os temperos de sua preferência e use gordura de coco na hora de levar para a frigideira.

– Se busca uma parte mais suculenta, compre **sobrecoxas** de frango. É em geral o corte que mais uso, descartando quase sempre a pele, que pode ser usada para caldos e sopas.

