

Comidinhas mágicas: aventuras culinárias pelo mundo

SUMÁRIO

Nota do editor	8
Prefácio	13
Apresentação	15
Despertar com sabores - Para cafés da manhã encantadores	
Zao fân: café da manhã completo com sabores da China	26
Manhã do sol nascente: asagohan, o completo café da manhã japonês	31
Conforto oriental: congee, a papa de arroz	32
Jok: o segredo cremoso das manhãs tailandesas	35
Quadrinhos dourados de omelete	37
Mexidinho da Maria: um toque de alegria para começar o dia	38
Sol dos Andes: cachapas, as panquecas venezuelanas	41
Tofu grelhado e o abacate de sabor suave	43
Panquecas de maçã: as rodinhas doces de encanto	45
Pão de arroz dos povos: o grão que vira história	46
Pãezinhos de coco do Paraíso	49
Pão de banana e manteiga de amendoim: a união perfeita	50
Laranjas doces com Parma crocante e toque de limão	52
Harmonia mediterrânea: bolo de laranja com azeite e alecrim	55
Em busca do tesouro: cascas de banana e bolo com caramelo	56
Luz da manhã: iogurte, granola e sorvete de abacate	58
Nascer do sol: smoothie de manga e girassol	61
Nuvens de café: chantili de café e mel	62
Lanchinhos criativos - Receitas irresistíveis	
Pão de alho: o sabor que une todo mundo	67
Pão pita: o guardião do passado	69
Hawawshi: o sabor das ruas do Egito	70
Helena e o segredo do faláfel perfeito	72
Kofta: um toque de Mumbai	74
Muffins dourados de frango e queijo cremoso	77
Sanduíche do Sul com mel picante	78
Sanduíche de almôndegas ao estilo clássico	81
Sabores de Havana: a tostada cubana	83
Tartine de bife e a arte do equilíbrio perfeito	84
Sanduíche de berinjela grelhada: um toque mediterrâneo	86
Do mar ao campo: torradas de sardinha com espinafre	89
Torrada de bacalhau: o sabor das marés	90
Queijo quente de carne-seca: uma mordida de brasilidade	93
Crackers caseiros: uma viagem crocante pela história	94
Doce e salgado: castanhas com missô caramelizado	96
Ressignificando sabores: o waffle de arroz	99
Barrinhas encantadas: energia em cada mordida	100
Poção aromática: cookies de cacau com tomilho	103

Jóias amazônicas: cookies com brigadeiro de puxuri	104
Delícia sem lactose: cookies de grão-de-bico e chocolate	107
Estrelinhas da Catarina: crocantes de chocolate e quinoa	108
Lemon roll: um encanto cítrico	111
Donuts com mel sagrado: mandaçaia, maçã e paçoca	112
Sonhos de chuva: bolinhos com banana e sorvete de canela	114
Flores de abóbora: donuts indonésios	117
Cookies de churros com recheio de cheesecake	118

Compartilhando a mesa - Receitas para refeições em família

Banquete das mil e uma noites	123
Tesouro das arábias: arroz com aletria e carne moída	124
Bibimbap: o arco-íris coreano no prato	127
Tonkotsu ramen: o caldo da paciência e do sabor profundo	128
Reinvenção da lasanha na frigideira	131
Brasa e terra: quirera com legumes e queijo azul	132
Cuscuz ao sol da brasa com pimenta-de-cheiro	135
Feijão-tropeiro: o sabor das estradas brasileiras	136
Japchae: fios de sabores e cores	139
Luz do entardecer: abóbora e lentilha	140
Brilho do outono: creme de abóbora com gengibre e maracujá	143
Delícias douradas: bolinhos de abóbora com curry e caju	144
Viagem da couve-flor pelos sabores do deserto	146
Som tam: a salada de papaia verde das ruas da Tailândia	149
Jardim de sabores: salada de manga e parmesão	150
Nuggets de frango com batata: pedacinhos crocantes de alegria	153
Rolinhos crocantes de camarão com magia brasileira	154
Holubtsi: encontro de sabores e tradições ucranianas	157
Pierogi: os sabores que contam histórias	158

Confeitaria encantada - Doces para crianças felizes

Blondie: o primo dourado dos brownies	163
Churros de pão: pequenos encantos dourados	165
Crocância siciliana: cannoli de ricota com alcaparras fritas	166
Doce memória: rabanada de pão de milho com melado	169
Encanto tropical: arroz glutinoso com manga e leite de coco	170
Gelatina de frutas: um mosaico de cores e sabores	172
Kheer de quinoa: uma doce harmonia de culturas	175
Musse de cacau e mel: uma sobremesa inusitada	176
O brigadeiro que se escondeu no ravioli	179
Crocante dos sonhos: a barrinha de chocolate e amendoim da Manu	181
Pedaços de outono: pudim de pão com maçã e calda toffee	182
Sorvete de banana e tâmara: encanto gelado da natureza	185
Tarde perfeita: cheesecake, café e chocolate	187
Sobre as autoras	189
Índice de receitas	190