

INVICTA

**Laços e sabores
que atravessam
gerações**



Receitas e sabores que atravessam gerações.

Existem sabores que nos acompanham por toda a vida. Um cheiro vindo da cozinha, um tempero que aquece o coração, uma **receita que carrega histórias**. É com esse carinho que a Invicta apresenta seu novo ebook: Laços e sabores que atravessam gerações.

Mais do que uma coletânea de pratos, este ebook é um convite para **reviver momentos**. Aqui, reunimos receitas **afetivas**, criadas e executadas por **pessoas reais**, que transformam ingredientes simples em verdadeiros **abraços em forma de comida**. São pratos que atravessam de geração em geração, que confortam, emocionam e nos conectam.

Com este ebook, a Invicta celebra a força, o cuidado e o amor. Prepare-se para cozinhar com alma, **reviver lembranças** e, quem sabe, criar **novas memórias** ao redor da mesa.



INVICTA



índice

doces

- 4 bolo de prestígio
- 6 bolo de milho
- 7 crostole
- 8 sonho
- 9 bolo gelado de coco
- 11 bolo de cenoura “americano”
- 13 broa de fubá
- 14 bolo de fubá cremoso
- 15 biscoito de nata com goiabada
- 16 doce de natal
- 18 bolo de cenoura

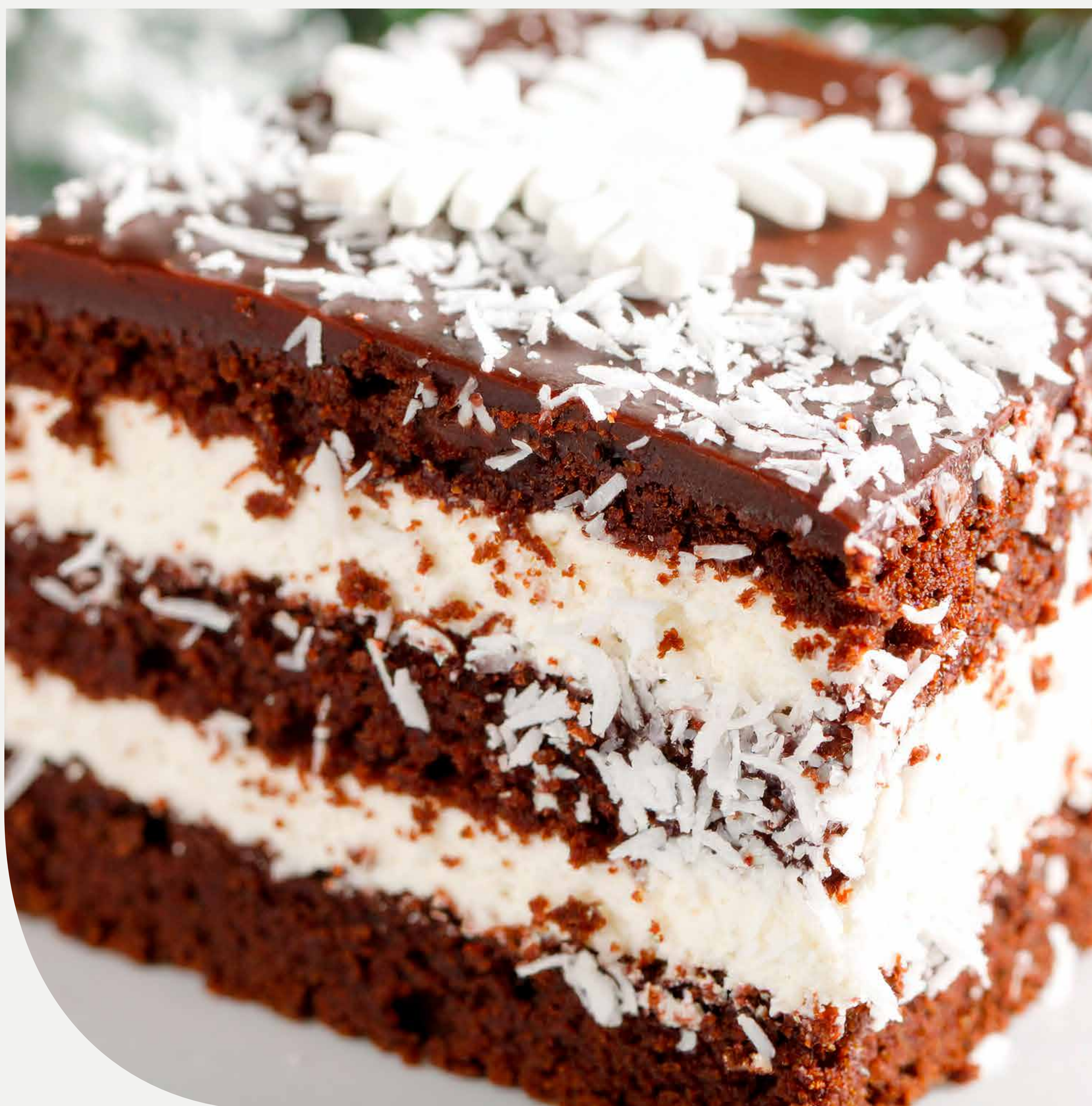
salgados

- 19 coxinha
- 21 bolo de queijo
- 22 torta salgada
- 23 pãozinho
- 24 cuscuz nordestino temperado
- 26 bolinho de polvilho

*As imagens a seguir, são meramente ilustrativas.

Bolo de Prestígio da Melissa

Melissa Petta de Pouso Alegre - MG



Ingredientes

Massa:

- 4 ovos
- 150 ml de açúcar
- 150 ml de óleo
- 200 ml de leite
- 200 ml de farinha de trigo
- 200 ml de chocolate em pó
- 1 medida da tampa de fermento em pó

Recheio de Prestígio:

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- 1 pacote de 200g de coco ralado sem açúcar

Calda:

- 1 lata de creme de leite
- 150 ml de chocolate em pó
- 2 colheres de sopa de manteiga

Modo de Preparo

Massa:

1. Em um recipiente, coloque os ovos, o açúcar e o óleo. Misture bem até obter uma mistura uniforme.
2. Acrescente aos poucos a farinha de trigo e o chocolate em pó (preferencialmente peneirados), mexendo até formar uma massa homogênea.
3. Por fim, adicione o fermento e misture delicadamente.

Recheio:

1. Em uma panela, coloque o leite condensado, o creme de leite e o coco ralado.
2. Cozinhe em fogo médio, mexendo sempre, até atingir o ponto de beijinho (quando a mistura começa a desgrudar do fundo da panela).

Calda:

1. Em fogo médio, misture todos os ingredientes da calda.
2. Mexa até engrossar, atingindo o ponto de brigadeiro mole.

Montagem:

1. Após o bolo esfriar, desenforme com cuidado.
2. Corte o bolo ao meio com uma faca longa ou linha de cozinha.
3. Espalhe o recheio sobre a base e cubra com a outra metade do bolo.
4. Finalize com a calda por cima e, se desejar, decore com confeitos a gosto.



Bolo de Milho da Carol

Caroline Bastos de Balneário Piçarras - SC



Ingredientes

- 3 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de leite
- 1 xícara de óleo
- 2 xícaras de farinha de milho
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo

1. Em uma tigela, bata todos os ingredientes na batedeira, seguindo a ordem indicada na lista de ingredientes, exceto o fermento.
2. Se a massa estiver muito líquida, adicione um pouco de farinha de trigo até atingir o ponto ideal de massa de bolo.
3. Acrescente o fermento e misture delicadamente.
4. Despeje a massa em uma forma untada.
5. Leve ao forno preaquecido a 180°C por aproximadamente 30 minutos, ou até que esteja assado.
6. Retire do forno e polvilhe açúcar de baunilha ou açúcar refinado por cima, ainda com o bolo quente.

Crostole da Tauana

Tauana Gabrieli Schiessl de Balneário Piçarras - SC

Ingredientes

- 2 colheres margarina
- 1 xíc. de açúcar
- 3 ovos
- 1 copo de leite
- 1 colher de fermento
- 6 xícaras de farinha de trigo - acrescentando aos poucos até dar o ponto

Modo de Preparo

1. Em uma tigela, bata bem a margarina, o açúcar e os ovos até obter um creme claro e homogêneo.
2. Acrescente o leite e o fermento, misturando bem.
3. Por último, adicione a farinha de trigo aos poucos, mexendo até incorporar completamente e formar uma massa uniforme.



Sonho da Eliane

Eliane Navega dos Santos de Campo grande - RJ



Ingredientes

- 1 kg de farinha de trigo
- 3 ovos
- 2 colheres (sopa) bem cheias de manteiga
- 1 copo grande de leite
- 1 envelope de fermento biológico seco
- 2 caixas de leite condensado (para o recheio)
- Açúcar e canela (para polvilhar após fritar)

Modo de Preparo

1. Em uma tigela grande, coloque o leite, a manteiga, o açúcar, os ovos, o fermento e a farinha de trigo.
2. Misture bem até formar uma massa homogênea.
3. Transfira a massa para uma superfície enfarinhada e abra com um rolo até ficar com cerca de 1 cm de espessura.
4. Com a boca de um copo, corte a massa em círculos para formar os bolinhos.
5. Disponha os bolinhos em uma assadeira, cubra com um pano limpo e deixe crescer até dobrarem de volume.
6. Aqueça o óleo em uma panela e frite os bolinhos até que fiquem dourados.
7. Escorra em papel absorvente.
8. Após esfriarem um pouco, corte os bolinhos ao

Bolo Gelado de Coco da Eulalia

Eulalia Cunha N. Oliveira de Campo grande - RJ



Ingredientes

Massa:

- 4 ovos
- 1 e 1/2 xícara de Açúcar
- 1/2 xícara leite morno
- 100 ml óleo
- 2 xícaras farinha de trigo
- 1/2 xícara de coco ralado
- 1 Colher de sopa de fermento

Calda:

- 1 lata de leite condensado mesma medida da lata de leite
- 1 vidrinho de leite de coco
- Coco ralado para finalizar

Modo de Preparo

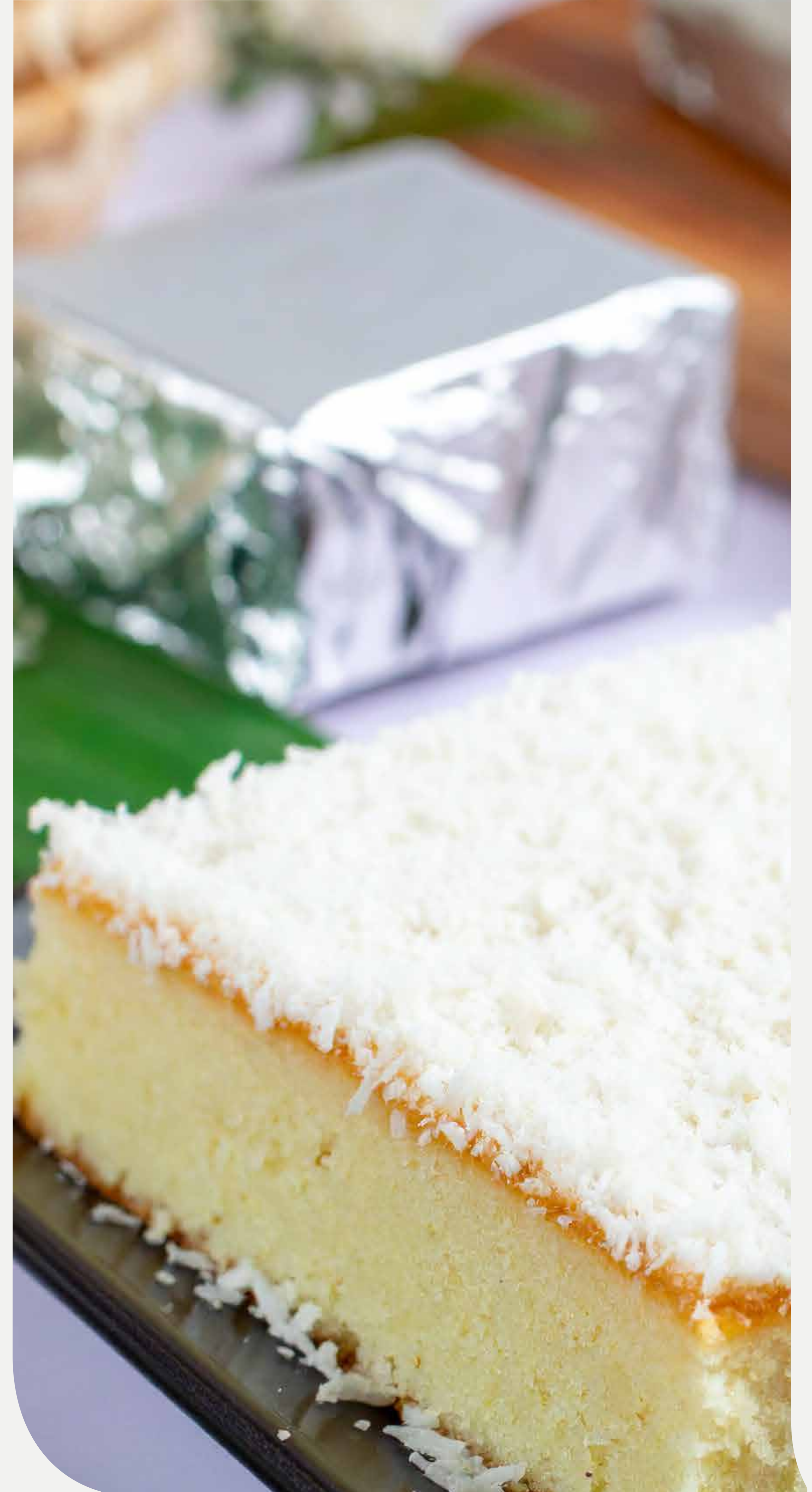
Massa:

1. No liquidificador, coloque os ovos, o açúcar, o leite morno e o óleo. Bata bem até obter uma mistura homogênea.
2. Acrescente a farinha de trigo e bata novamente até incorporar.
3. Por último, adicione o coco ralado e o fermento, misturando delicadamente com uma espátula.
4. Despeje a massa em uma forma retangular (tabuleiro) untada e enfarinhada.

5. Leve ao forno preaquecido a 180°C até que o bolo esteja assado e levemente dourado.
6. Após esfriar, corte o bolo em quadrados e reserve.

Calda e Finalização:

1. Em uma tigela, misture o leite condensado, a mesma medida de leite e o leite de coco até obter uma calda uniforme.
2. Mergulhe cada pedaço de bolo na calda, um por um.
3. Em seguida, passe os pedaços no coco ralado.
4. Envolve cada pedaço em papel alumínio e leve à geladeira até gelar bem.



Bolo de Cenoura Americano do Arian

Arian Barreto Caldeira de São Paulo - SP



Ingredientes

Massa:

- 4 ovos
- 1 ½ xícara de óleo
- 2 xícaras de açúcar
- 2 colheres (chá) de essência de baunilha
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 2 colheres (chá) de fermento em pó
- ½ colher (chá) de sal
- 2 colheres (chá) de canela em pó
- 3 xícaras de cenoura ralada
- 1 xícara de nozes picadas

Cobertura:

- ½ xícara de manteiga derretida
- 1 pote de cream cheese
- 3 xícaras de açúcar de confeiteiro
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 1 xícara de nozes picadas (para decorar)

Modo de Preparo

Massa:

1. Unte e enfarinhe uma forma média.
2. Em uma tigela, bata os ovos, o óleo, o açúcar e a baunilha até obter uma mistura homogênea.
3. Em outro recipiente, misture a farinha de trigo, o fermento, o sal e a canela.

4. Incorpore os ingredientes secos à mistura líquida, mexendo bem.

5. Adicione a cenoura ralada e as nozes picadas, misturando até que estejam bem distribuídas na massa.

6. Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno preaquecido a 180°C por cerca de 40 a 50 minutos, ou até que, ao espetar um palito, ele saia limpo.

Cobertura:

1. Em uma tigela, bata a manteiga derretida, o cream cheese, o açúcar de confeiteiro e a baunilha até obter um creme liso e uniforme.

2. Espalhe a cobertura sobre o bolo já frio.

3. Finalize decorando com as nozes picadas por cima.



Broa de Fubá da Adriana

Adriana da Silva Constantino de Campo Grande - RJ

Ingredientes

- 3 ovos
- ½ copo (tipo requeijão) de óleo
- 1 copo (tipo requeijão) de açúcar
- 2 copos (tipo requeijão) de fubá
- 1 copo (tipo requeijão) de leite
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 50 g de coco ralado (1 saquinho)

Modo de Preparo

1. No liquidificador, bata todos os ingredientes até obter uma massa homogênea.
2. Despeje a massa em uma forma untada e enfarinhada.
3. Leve ao forno preaquecido a 180°C por aproximadamente 30 a 40 minutos, ou até que o bolo esteja assado e levemente dourado.



Bolo de Fubá Cremoso da Ingrid

Ingrid Aquino Mendes Helfstein de São Paulo - SP



Ingredientes

- 4 xícaras de leite
- 2 xícaras de açúcar
- 1 ½ xícara de fubá
- 3 ovos
- 1 colher (sopa) de margarina
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 pacote de queijo ralado (50 g)
- 1 colher (café) de fermento em pó

Modo de Preparo

1. No liquidificador, bata todos os ingredientes, deixando o fermento por último.
2. Após obter uma mistura homogênea, adicione o fermento e bata rapidamente apenas para incorporar.
3. Despeje a massa em uma forma untada e enfarinhada.
4. Leve ao forno preaquecido a 180°C por aproximadamente 40 minutos, ou até que o bolo esteja firme e levemente dourado.

Biscoito de Nata com Goiabada da Camila

Camila Vitoria dos Santos Hens de Balneário Piçarras - SC

Ingredientes

- 1 copo de nata
- 1 copo de açúcar
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 3 ovos
- 1 pitada de sal
- 500 g de maisena (amido de milho)
- Goiabada em pedaços (de tablete)

Modo de Preparo

1. Em uma tigela, bata a nata, o açúcar, os ovos, a manteiga e o sal até obter uma mistura homogênea.
2. Adicione a maisena aos poucos, misturando até a massa atingir o ponto de enrolar — ela deve desgrudar das mãos.
3. Unte uma assadeira com manteiga ou forre com papel manteiga.
4. Modele bolinhas com a massa, disponha na assadeira e achate levemente cada uma.
5. Coloque um pedacinho de goiabada no centro de cada bolinha.
6. Leve ao forno preaquecido a 180°C por cerca de 20 minutos, ou até que comecem a dourar levemente por baixo.



Doce de Natal da Família Moser

Edineia Cristina Moser Schmitt de Balneário Piçarras - SC



Ingredientes

Massa:

- 6 ovos
- 1 xícara de manteiga
- 2 xícaras de açúcar
- ½ xícara de leite morno
- 1 colher (sopa) de sal amoníaco
- Farinha de trigo até dar ponto
- Raspas de limão a gosto

Glacê:

- 3 claras
- 9 colheres (sopa) de açúcar
- Gotas de suco de limão (opcional)
- Confeitos coloridos para decorar

Modo de Preparo

Massa:

1. Em uma tigela, adicione o sal amoníaco ao leite morno e mexa até espumar e dobrar de volume.
2. Acrescente ao leite as seis gemas e três claras (reserve as outras três claras para o glacê).
3. Misture bem e adicione a manteiga, o açúcar e as raspas de limão.

4. Aos poucos, vá incorporando a farinha de trigo até obter uma massa que não grude nas mãos, mas que ainda esteja macia.

5. Cubra a massa e deixe descansar por cerca de 30 minutos.

6. Abra a massa com um rolo sobre uma superfície enfarinhada e corte as bolachas com forminhas próprias.

7. Disponha as bolachas em uma assadeira untada e enfarinhada, deixando espaço entre elas.

8. Leve ao forno preaquecido a 180°C por cerca de 10 minutos, ou até que estejam levemente douradas.

9. Retire do forno e deixe esfriar completamente.

Glacê e Finalização:

1. Bata as claras reservadas com o açúcar até obter ponto de neve firme. Se desejar, adicione algumas gotas de suco de limão para realçar o sabor.

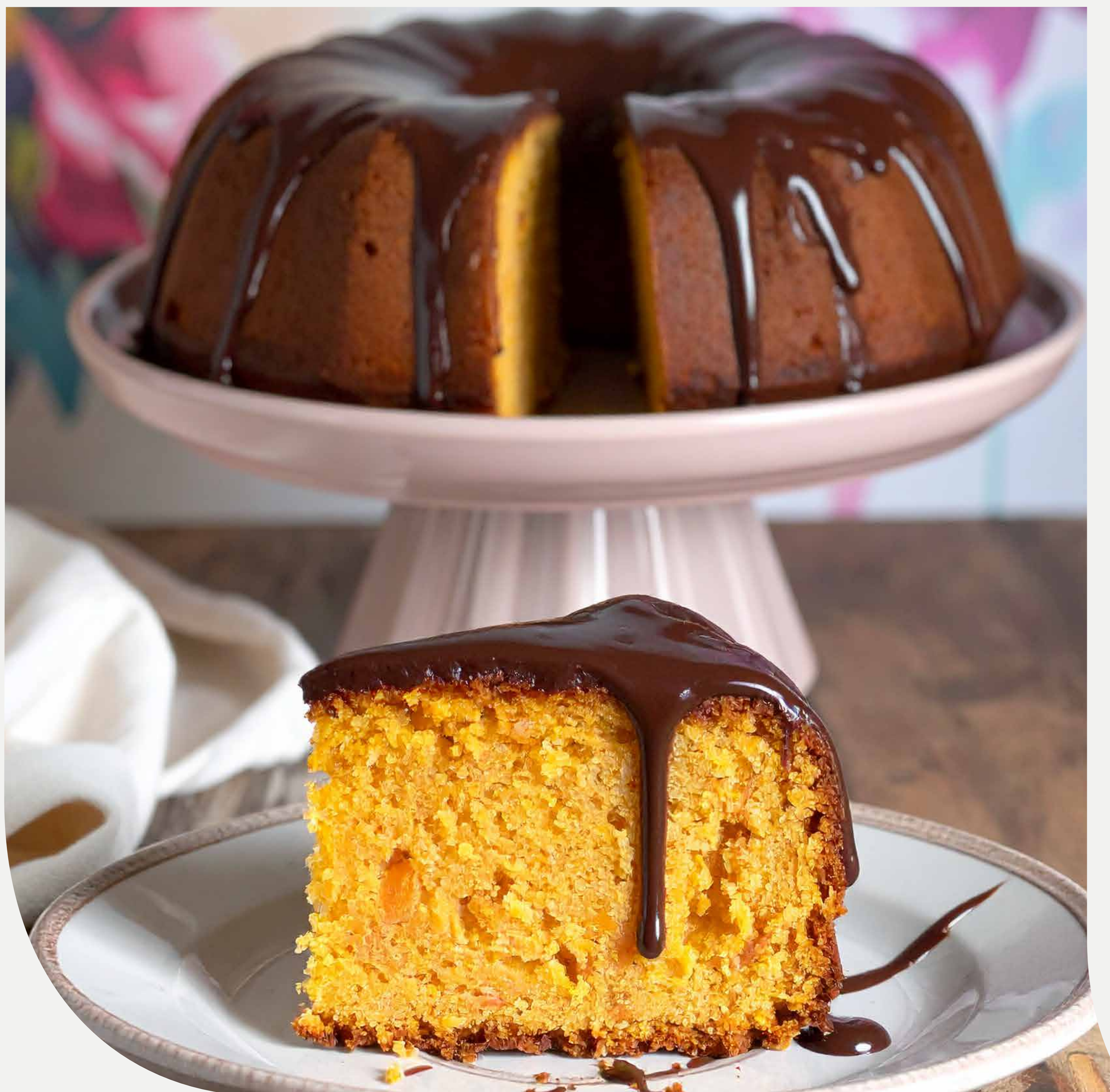
2. Com as bolachas já frias, espalhe o glacê sobre cada uma e decore com confeitos coloridos.

3. Deixe secar completamente antes de armazenar.



Bolo de Cenoura da Cristina

Cristina Midori Kosaka de São Paulo - SP



Ingredientes

- 1 xícara (chá) de óleo
- 2 cenouras médias, descascadas e picadas
- 1 ½ xícara (chá) de açúcar
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo peneirada
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

Modo de Preparo

1. No liquidificador, bata os ovos, o óleo, as cenouras e o açúcar até obter uma mistura cremosa e homogênea.
2. Em uma tigela, coloque a farinha de trigo peneirada e misture com o conteúdo do liquidificador.
3. Acrescente o fermento e mexa delicadamente até incorporar.
4. Despeje a massa em uma forma untada e enfarinhada.
5. Leve ao forno preaquecido a 180°C por aproximadamente 40 minutos, ou até que, ao espetar um palito, ele saia limpo.

Coxinha da Isabel

Isabel Cristina Maria de Almeida de Campo Grande - RJ



Ingredientes

- 250g de farinha de trigo
- 200ml de leite
- 1 colher de sopa de margarina
- 2 cubos de caldo sabor frango
- 1kg peito de frango
- 1 tomate
- 1 cebola
- 1 pimentão
- 1 coentro
- Cominho
- Coloral
- Sal
- Farinha de rosca
- Óleo

Modo de Preparo

Recheio:

1. Cozinhe o peito de frango em água com sal até ficar macio. Escorra e desfie.
2. Em uma panela, refogue o frango desfiado com a cebola, o tomate, o pimentão e o coentro picados.
3. Tempere com cominho, sal, colorau e os tabletes de caldo de frango. Misture bem e reserve.

Massa:

1. Em uma panela grande, coloque o leite, a manteiga e uma pitada de sal. Leve ao fogo até ferver.
2. Assim que levantar fervura, adicione a farinha de trigo de uma só vez, mexendo vigorosamente até formar uma massa homogênea que desgrude do fundo da panela.
3. Retire do fogo e deixe a massa esfriar.
4. Após esfriar, sove a massa até que fique lisa e macia.

Modelagem e Empanamento:

1. Pegue pequenas porções de massa, faça bolinhas e, com o dedo indicador, abra uma cavidade no centro.
2. Recheie com o frango reservado e feche modelando no formato tradicional de coxinha.
3. Passe as coxinhas no leite e depois na farinha de rosca.

Fritura:

1. Aqueça óleo suficiente para cobrir as coxinhas a 200°C.
2. Frite aos poucos até que fiquem douradas.
3. Escorra em papel absorvente e sirva em seguida.



Bolo de Queijo da Carmem

Carmem Lucia Vital Ferreira de Campo Grande - RJ



Ingredientes

- 3 ovos
- 2 xícaras de farinha de trigo com fermento
- 2 xícaras de açúcar
- 100g de queijo ralado
- 1 caixa de creme de leite
- 250g de manteiga

Modo de Preparo

1. Bata as claras em neve e reserve.
2. Em outra tigela, bata o açúcar com as gemas e a manteiga até obter um creme claro e fofo.
3. Acrescente os demais ingredientes da receita, misturando bem até formar uma massa homogênea.
4. Por último, incorpore delicadamente as claras em neve à massa.
5. Despeje a massa em uma forma untada.
6. Leve ao forno preaquecido até que o bolo esteja assado e levemente dourado.
7. Sirva acompanhado de uma boa xícara de café.

Torta Salgada da Catia

Catia Regina de Azevedo Aparecido de Campo Grande - RJ



Ingredientes

- 3 xícaras de farinha de trigo
- 1 gema
- 200 gramas de margarina
- 100 ml creme de leite
- 50 grama de queijo ralado
- 300 gramas de queijo muçarela
- 200 queijo minas
- 50 queijo ralado
- 200 ml creme de leite
- 200 ml requeijão

Modo de Preparo

Massa:

1. Em uma tigela, misture todos os ingredientes da massa até obter uma mistura homogênea.
2. Forre o fundo e as laterais de uma forma com a massa e reserve.

Recheio:

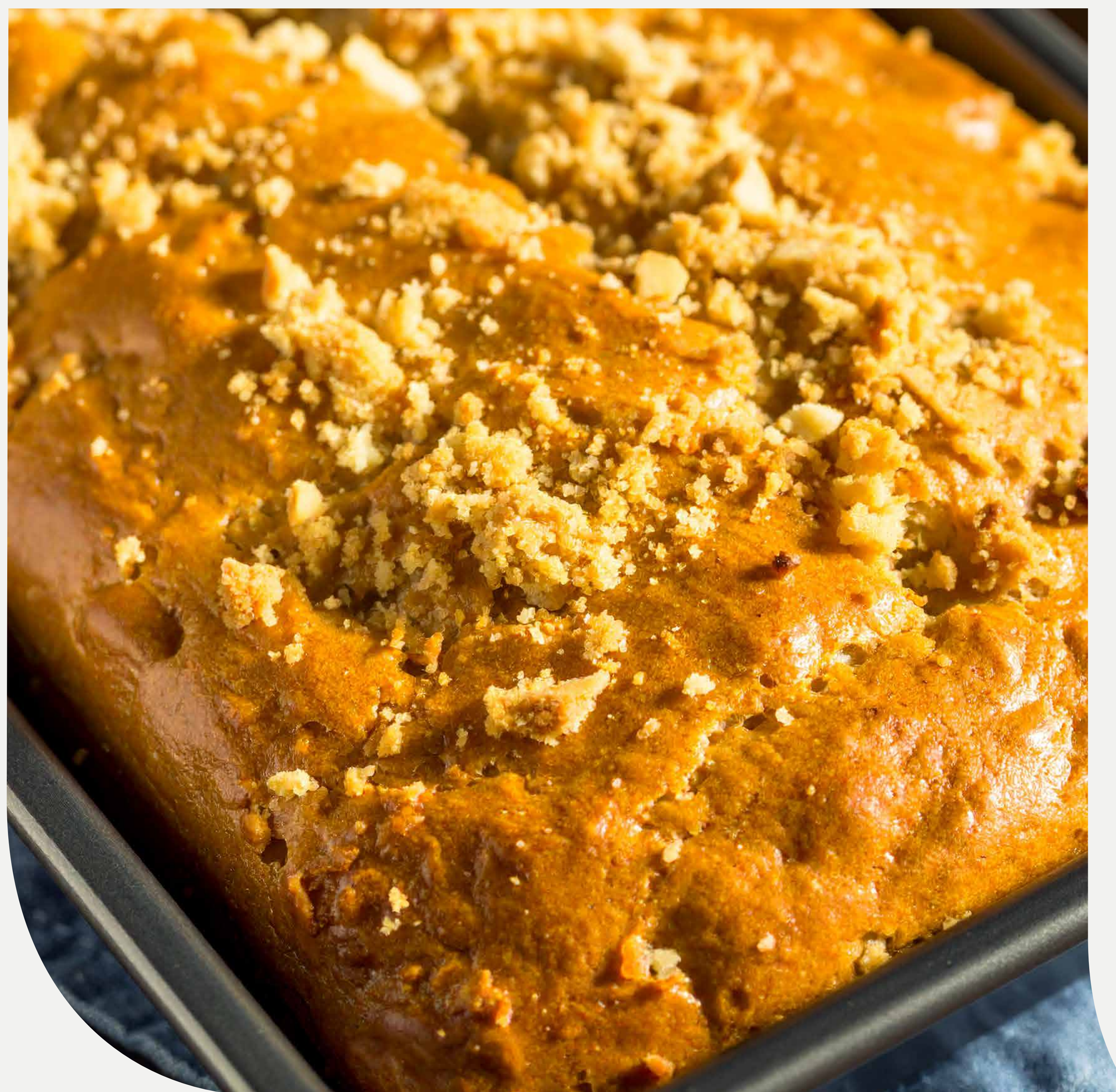
1. Rale a muçarela e o queijo minas.
2. Em uma tigela, misture os queijos ralados com o requeijão, o creme de leite e o queijo ralado adicional até formar um recheio cremoso e bem incorporado.
3. Despeje o recheio sobre a massa reservada e espalhe uniformemente.
4. Polvilhe com mais queijo ralado por cima.

Finalização:

1. Leve ao forno preaquecido a 180°C por aproximadamente 45 minutos, ou até que esteja dourada e firme.

Pãozinho da Laynara

Laynara Vitoria Paiva Dias Barbosa de Feira de Santana - BA



Ingredientes

- 4 ovos
- 4 colheres (sopa) de margarina
- 4 xícaras (chá) de leite
- 8 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal
- 2 pacotes de queijo ralado (um para a massa e outro para polvilhar)
- 6 xícaras (chá) de farinha de trigo sem fermento
- 2 tabletes de fermento biológico (ou 20 g do seco)
- Queijo fatiado ou ralado (para o recheio)
- Presunto fatiado ou picado (para o recheio)

Modo de Preparo

1. No liquidificador, bata os ovos, a margarina, o leite, o açúcar, o sal, um pacote de queijo ralado, a farinha de trigo e o fermento até obter uma massa homogênea.
2. Unte e polvilhe uma forma grande.
3. Despeje metade da massa na forma.
4. Distribua o queijo e o presunto sobre essa primeira camada.
5. Cubra com o restante da massa.
6. Deixe a massa descansar até crescer e dobrar de volume.
7. Leve ao forno preaquecido a 180°C até que esteja assado e levemente dourado.
8. Ao retirar do forno, espalhe margarina por cima e polvilhe com o queijo ralado restante.

Cuscuz Nordestino Temperado da Cristiane

Cristiane da Silva Gonçalves de Feira de Santana - BA



Ingredientes

Cuscuz:

- 1 pacote de flocão de milho (500 g)
- Água (quanto baste)
- Sal a gosto

Recheio:

- 1 cebola picada
- Alho a gosto
- 1 tomate sem sementes picado
- 1 pimentão pequeno picado
- Temperos verdes de sua preferência (como cheiro-verde ou coentro)
- 1 pacotinho de tempero pronto (tipo Sazon)
- 1 tablete de caldo de frango
- Pimenta-do-reino a gosto
- Manteiga (para refogar)
- Óleo (para fritar as carnes)
- 200 g de molho de tomate
- 200 g de carne de sertão (ou carne seca dessalgada)
- 200 g de carne de sol
- 1 linguiça calabresa cortada em cubos
- 200 g de bacon em cubos
- 3 ovos (opcional)

Modo de Preparo

Cuscuz:

1. Em uma tigela, coloque o flocão de milho, adicione uma pitada de sal e água suficiente para umedecer bem.
2. Misture e deixe descansar por cerca de 20 minutos.

3. Cozinhe no cuscuzeiro por 10 a 15 minutos, até que esteja macio. Reserve.

Recheio:

1. Corte todos os temperos e carnes em pedaços pequenos.

2. Escalde a carne seca para retirar o excesso de sal.

3. Em uma panela, frite a carne seca com um pouco de óleo. Quando estiver quase pronta, adicione a calabresa e o bacon e frite até dourar.

4. Se desejar, frite os ovos separadamente e reserve.

5. Em outra panela, derreta a manteiga e doure a cebola e o alho.

6. Acrescente a pimenta-do-reino, o tempero pronto e o caldo de frango. Misture bem.

7. Adicione o molho de tomate e os demais temperos picados. Cozinhe por alguns minutos.

8. Junte as carnes fritas e os ovos ao refogado e misture bem.

9. Por fim, adicione o cuscuz cozido, esfarelando com as mãos ou com um garfo, e misture até incorporar todos os ingredientes.

10. Sirva quente acompanhado de um delicioso café.



Bolinho de Polvilho Frito da Vó Rosa

Priscilla Domingues Ferreira de Pouso Alegre - MG



Ingredientes

- 2 copos (americano) de polvilho azedo
- 1 copo (americano) de farinha de milho
- 1 colher (chá) de sal
- 1 pitada de açúcar
- ½ copo (americano) de óleo
- 1 copo (americano) de leite
- 2 ovos
- Óleo para fritar

Modo de Preparo

1. Em uma tigela, misture os ingredientes secos: polvilho azedo, farinha de milho, sal e açúcar. Esfarele bem os flocos da farinha de milho com as mãos para facilitar a incorporação.
2. Em uma panela, ferva o leite com o óleo.
3. Escalde os ingredientes secos com essa mistura quente, adicionando aos poucos e mexendo até formar uma massa homogênea. Cuidado ao manusear, pois a massa estará quente.
4. Deixe a massa esfriar completamente.
5. Acrescente os ovos inteiros e amasse até obter uma massa lisa e no ponto de enrolar.
6. Modele os bolinhos no formato desejado (tiras, círculos, etc.).
7. Em uma frigideira funda, coloque óleo suficiente para cobrir os bolinhos.
8. Frite em óleo frio, em fogo baixo. Quando o óleo começar a aquecer demais, desligue o fogo por alguns instantes para evitar que os bolinhos estourem.

9. Retire quando estiverem dourados e escorra em papel absorvente.

10. Sirva de preferência com um café bem gostoso.





**mais tempo
com a vida**