

HELLMANN'S[®]

EST. 1913



PARA TODAS AS
ocasiões



COMIDA INFORMAL

É A NOVA TENDÊNCIA



O QUE É A *Comida Informal?*

A ideia é simples:

A *Comida Informal* une a CASUALIDADE e RAPIDEZ da fastfood à QUALIDADE e primor da comida gourmet.

Há cada vez mais pessoas que aderem a esta tendência, pois procuram:

- UMA REFEIÇÃO RÁPIDA
- CONFEÇÃO E APRESENTAÇÃO CUIDADA
- INGREDIENTES DE MUITA QUALIDADE

Este estilo de comida informal com um toque gourmet inclui:

HAMBÚRGUERES
PETISCOS
TAPAS
SALADAS
SANDUÍCHES

É uma excelente opção para quem procura um conceito diferenciador e atual para o seu negócio.

Nesta categoria de restauração, os detalhes são importantes para a experiência dos clientes.

É por isso que os MOLHOS são um dos
INGREDIENTES FUNDAMENTAIS
para fazer a diferença no SABOR e QUALIDADE.

HELLMANN'S
EST. 1913



HELLMANN'S

EM TODAS AS OCASIÕES

HELLMANN'S
É O SEU MELHOR PARCEIRO NO QUE TOCA A
Comida Informal.

Hellmann's oferece-lhe uma EXTENSA GAMA DE MOLHOS, desde RECEITAS SIMPLES A COMPLETAS, numa variedade de formatos.

- INGREDIENTES DE ALTA QUALIDADE
- IDEAIS PARA DIVERSOS TIPOS DE PRATOS

Seja durante a confeção **na sua cozinha** ou para **levar à mesa** no momento de servir aos clientes, **acompanhar os seus melhores pratos com Hellmann's** espelha a qualidade dos seus ingredientes e receitas.

**DESCUBRA OS MELHORES MOLHOS
HELLMANN'S PARA O SEU NEGÓCIO!**





HELLMANN'S, O PARCEIRO DA *comida informal*

Por detrás de cada uma das nossas receitas, estão os ingredientes de qualidade que tornam os seus **pratos mais autênticos**.

Receitas HELLMANN'S



Receitas de hambúrgueres muito saborosas, para todos os gostos.

**HAMBÚR
GUERES**
PÁG. 8



As sanduíches e wraps que conquistam cada vez mais fãs.

**SANDUÍ
CHES**
PÁG. 18



As melhores tapas e petiscos para momentos entre refeições ou para partilhar.

**TAPAS &
PETISCOS**
PÁG. 28



As receitas mais criativas para saladas saudáveis, leves e cheias de sabor.

**SALA
DAS**
PÁG. 38



O toque final e pessoal do Chef que faz a diferença em cada prato.

**MO
LHOS**
PÁG. 50



HAMBÚRGUERES

HELLMANN'S[®]
EST. 1913


SLOW HAM BÚR GUER B&C

...DE BARBECUE
& CORNICHON

1,19€ custo indicativo
por pessoa



INGREDIENTES

10 PESSOAS

MODO DE PREPARAÇÃO

200g Hellmann's Maionese
100g cornichons
1,25kg aba de vaca
10un pão brioche
300g cenoura
100g couve roxa
50g couve coração
20g cebola
200g Hellmann's Molho Barbecue

- Estufar a carne de vaca e desfiá-la.
- Cortar o pão brioche em metades.
- Colocar a carne, seguida dos cornichons e Hellmann's Maionese.
- Para acompanhar, cortar as cenouras, a couve roxa e a couve coração em juliana e a cebola em meias-luas.
- Temperar com Hellmann's Molho Barbecue.



HAM BÚR GUER

DE CULPADO...
CONSEGUIES OLHAR SEM QUERER?

1,81€ custo indicativo
por pessoa



INGREDIENTES

10 PESSOAS

MODO DE PREPARAÇÃO

300g cogumelos Paris
250g tomate
220g bacon
300g queijo ricotta
1,5kg carne de novilho picada
400g Hellmann's Maionese
10un pão de hambúrguer
15g Knorr Tempero Aromat
10g sal
5g pimenta preta de moinho
200g pimentos bebés
q.b. Vaqueiro Profissional 66 %

- Temperar a carne com sal, pimenta e Knorr Tempero Aromat.
- Moldar em hambúrgueres.
- Fritar de ambos os lados em Vaqueiro Profissional 66%.
- Torrar os pães de hambúrguer.
- Colocar na base Hellmann's Maionese. De seguida, colocar o hambúrguer, o queijo ricotta, o bacon, o tomate e os cogumelos.
- Servir o hambúrguer com pimento bebé



HAM BÚR GUER

CCC ...DE CEBOLA CONFITADA
E CHEDDAR

1,48€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

250g q.b. cebola roxa caramelizada
220g **Vaqueiro Profissional 66%**
1,2kg queijo Cheddar fundido
200g carne de novilho picada
10un **Hellmann's Molho Tártaro**
5g pão italiano
10g pimenta preta de moinho
10g sal
600g batata frita
150g **Hellmann's Molho Batatas**

MODO DE PREPARAÇÃO

- Temperar a carne com sal e pimenta.
- Moldar em hambúrgueres.
- Fritar de ambos os lados com **Vaqueiro Profissional 66%**.
- Cortar o pão italiano em metades e torrar.
- Colocar no pão **Hellmann's Molho Tártaro**, o hambúrguer, o queijo e a cebola roxa caramelizada.
- Servir com batatas fritas e **Hellmann's Molho Batatas**.



HAM BÚR GUER

P DE PARTILHA...
ÉS SERVIDO?

1,66€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

100g ruibarbo
100g rúcula
100g alface roxa
150g espinafres
200g **Hellmann's Maionese**
50g **Hellmann's Ketchup**
20un pão de hambúrguer mini
1,5kg carne de novilho picada
300g tomate
10g sal
5g pimenta preta de moinho

MODO DE PREPARAÇÃO

- Temperar a carne com sal e pimenta.
- Moldar em hambúrgueres e grelhar.
- Torrar o pão e colocar na base os espinafres, tomate, hambúrguer, alface roxa, rúcula e ruibarbo.
- Servir com uma mistura de **Hellmann's Maionese** e **Hellmann's Ketchup**.



HAM BÚR GUER

T DE TÍMIDO...
ONDE ESTÁ A CARNE?

1,09€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

150g cebola caramelizada
200g queijo Manchego
120g figo preto
170g cenoura
1,3kg abacaxi
250g alface icebergue roxa
300g **Hellmann's Molho Mil Ilhas**
10un pão de hambúrguer com sementes
10g açúcar
5g **Knorr Tempero Aromat**
600g croquetes de batata

MODO DE PREPARAÇÃO

- Temperar o abacaxi com açúcar e **Knorr Tempero Aromat**. Grelhar.
- Cortar o pão de hambúrguer em metades e torrar.
- Na base do pão, colocar **Hellmann's Molho Mil Ilhas**, alface, o abacaxi, cenoura, figo, queijo e cebola caramelizada.
- Servir com croquetes de batata e **Hellmann's Molho Mil Ilhas**.



HAM BÚR GUER

M ...DE MEDITERRÂNICÓ

1,69€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

75g tomate cherry
25g pimentos verdes
25g pimentos vermelhos
25g cebola
10g cebolinho
1,2kg carne de novilho picada
20g rúcula
150g alface frisada
20g cebola roxa
200g mozzarella fresca
10un pão brioche
150g **Hellmann's Maionese**

MODO DE PREPARAÇÃO

- Temperar a carne, moldar em hambúrgueres e grelhar.
- Barrar o pão com mozzarella fresca.
- Colocar a cebola, a alface, e a carne no pão. De seguida, colocar o tomate cherry, pimento verde, pimento vermelho e o cebolinho em brunesa.
- Servir com **Hellmann's Maionese**.



HAM BÚR GUER G DE GULOSO

1,87€ custo indicativo
por pessoa



INGREDIENTES

10 PESSOAS

200g	Hellmann's Maionese
150g	cogumelos shiitake
200g	rúcula
20un	pão rústico de azeite mini
1,5kg	carne de porco
q.b.	sal
5g	pimenta preta de moinho

MODO DE PREPARAÇÃO

- Temperar a carne com sal e pimenta, moldar em hambúrgueres e prensar.
- Fritar de ambos os lados muito bem.
- Se necessário, retificar o tempero.
- Saltear os cogumelos laminados no suco da gordura da carne e deixar arrefecer.
- Torrar o pão e colocar a rúcula, a carne e os cogumelos envolvidos em **Hellmann's Maionese**.



HAM BÚR GUER T DE TÂNTRICO ...PARA COMER DEVAGAR

1,90€ custo indicativo
por pessoa



INGREDIENTES

10 PESSOAS

200g	Hellmann's Maionese
200g	cogumelos Portobello
200g	presunto
200g	queijo Gouda
1,2kg	carne de novilho picada
250g	alface lisa
10un	pão brioche
5g	Knorr Tempero Aromat
5g	pimenta preta de moinho

MODO DE PREPARAÇÃO

- Temperar a carne com **Knorr Tempero Aromat** e pimenta e grelhar lentamente com o presunto.
- Grelhar os cogumelos em metades e deixar arrefecer.
- Cortar o pão em metades, torrar e colocar a alface, a carne, o queijo e o presunto.
- Por fim, colocar os cogumelos e **Hellmann's Maionese**.



SANDUÍCHES

HELLMANN'S[®]
EST. 1913


SAN DUÍ CHE ABERTA M&M

... DE MAIONESE E
MOSTARDA, RESISTES?

1,79€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

300g cebola roxa em rodela
50g açúcar
50ml vinagre
5g sal
1,5kg preguinhos de lombo de vaca
200g **Vaqueiro Profissional 66%**
100ml vinho branco
q.b. sal e pimenta
150g rúcula
200ml **Hellmann's Mostarda**
10un bagueuete tipo chapata

MODO DE PREPARAÇÃO

- Caramelizar a cebola com o açúcar.
- Adicionar o vinagre e o sal e mexer bem.
- Tapar e deixar cozinhar em lume brando.
- Reservar.
- Temperar a carne com sal e pimenta.
- Fritar os preguinhos em **Vaqueiro Profissional 66%**.
- Refrescar com vinho branco e reservar.
- Abrir e torrar o pão.
- Rechear com a carne, cebola, **Hellmann's Mostarda** e rúcula.
- Servir aberta.



SU PER SAN DUÍ CHE

... OU O PODER
DO ABACATE

1,09€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

1,5kg abacate maduro
10g alho
5g coentros
150ml sumo de lima
100ml azeite
q.b. sal e pimenta
10un fatias de pão de cereais
200g tomate em cubos
100g malaguetas vermelhas em rodela
250g **Hellmann's Maionese**

MODO DE PREPARAÇÃO

- Descascar o abacate e colocar num copo misturador.
- Adicionar o alho, coentros, sumo de lima, azeite, sal e pimenta e triturar tudo até obter uma pasta.
- Retificar temperos.
- Torrar as fatias de pão.
- Envolver o tomate e a malagueta no guacamole.
- Barrar o pão com **Hellmann's Maionese** e colocar o guacamole por cima.

Dica do Chef:

Pode servir com pequenos rebentos de coentros.



TOSTA DE GAMBAS

0,68€ custo indicativo por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

1kg	miolo de camarão 30/40
50g	alho picado
500g	Hellmann's Maionese
250g	Hellmann's Ketchup
250g	Vaqueiro Profissional 66%
50ml	brandy
10un	pão baguette
50g	coentros
250g	cebolinho

MODO DE PREPARAÇÃO

- Cortar a parte superior do pão em sentido horizontal e retirar o miolo do mesmo.
- Levar ao forno a 180°C durante 10 min.
- Saltear os camarões em **Vaqueiro Profissional 66%** e alho picado.
- Refrescar com o brandy, flambear e polvilhar com coentros.
- Misturar **Hellmann's Maionese** com **Hellmann's Ketchup**.
- Recheiar o pão com a mistura acima.
- Dispor os camarões sobre o molho.

Dica do Chef:

Ao empratizar napar com um pouco mais de molho e um pouco de cebolinho.



SANDUÍCHE DA CAPOEIRA

1,45€ custo indicativo por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

200g	cogumelos
500g	mistura de alfaces
10un	ovo cozido
750g	frango assado desfiado
500g	Hellmann's Maionese
20un	fatias de pão alentejano
200g	cenoura
250g	batatas fritas

MODO DE PREPARAÇÃO

- Desfiar o frango assado, cozer os ovos.
- Barrar **Hellmann's Maionese** no pão alentejano e dispor os restantes ingredientes.

Dica do Chef:

Tostar o pão alentejano na grelha. Para dar mais ênfase ao nome da receita, acrescentar milho.





WRAP 3 QUEI JOS

0,65€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

500g Hellmann's Maionese
q.b. queijo da Ilha S. Jorge ralado
200g queijo de cabra às rodelas
200g queijo de ovelha curado
50g cubos
150g Knorr Primerba Manjerição
500g alface (folhas ripadas),
10un batata doce frita

MODO DE PREPARAÇÃO

- Misturar Knorr Primerba Manjerição com Hellmann's Maionese e queijo da Ilha.
- Barrar o wrap.
- Dispor as rodelas de queijo de cabra no wrap.
- Gratinar o queijo de cabra com um maçarico.
- Adicionar cubos de queijo de ovelha.
- Dispor a alface.
- Enrolar o wrap e servir.

Dica do Chef:

Os queijos devem estar à temperatura ambiente quando utilizados para maior sabor.



WRAP SAL MÃO ... E CEBOLINHO

2,28€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

500g salmão fumado
5un ovo cozido picado
100g cornichons cortados
q.b. cebolinho
10un wrap
q.b. sementes de sésamo
750g Hellmann's Maionese

MODO DE PREPARAÇÃO

- Misturar Hellmann's Maionese com os cornichons cortados e salmão fumado picado grosseiramente.
- Barrar o wrap, cobrir com uma fatia de salmão fumado, polvilhar com ovo cozido picado e cebolinho.
- Polvilhar com sementes de sésamo.
- Enrolar o wrap e servir.

Dica do Chef:

Pode ser acompanhado servido com nata ácida (batida adicionando sumo de limão e pimenta de moinho), bem fresca.



SAN DUÍ CHE VEG GIE

0,99€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

500g abóbora
30un espargos
250g cogumelos
200g tomate
100g pimentos verdes
100g pimentos vermelhos
500g **Hellmann's Maionese**
50g **Knorr Primerba Manjerição**
10un pão com sementes
200g berinjela
200g courgete

MODO DE PREPARAÇÃO

- Misturar **Hellmann's Maionese** com **Knorr Primerba Manjerição**.
- Grelhar os legumes e dispô-los sobre a maionese de manjerição.

Dica do Chef:

Tostar o interior do pão depois de grelhar os legumes para transmitir o sabor dos legumes e a crocância da grelha.



VEG GIE POWER ... OU O PODER DOS LEGUMES

1,63€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

600g couve-flor em pedaços
pequenos
300g farinha
5un claras de ovo
400g **Knorr Flocos de Batata Vaqueiro Frit BiB**
2l wraps pequenos
200ml **Hellmann's Molho César**
200g couve roxa em juliana
5g coentros

MODO DE PREPARAÇÃO

- Panar a couve-flor com farinha, clara de ovo e **Knorr Flocos de Batata**.
- Fritar e reservar.
- Marcar os wraps numa tostadeira e de seguida dobrar ao meio.
- Rechear com couve roxa e a couve-flor frita.
- Finalizar com **Hellmann's Molho César** e folhas de coentros.
- Servir com lima.





TAPAS & PETISCOS

HELLMANN'S[®]
EST. 1913


ASAS QUE NÃO VOAM ... QUERES?

0,82€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

1,8kg	asas de frango
10g	alho
10ml	Hellmann's Molho Picante
100ml	azeite
50ml	vinagre
5g	sal
500ml	Hellmann's Molho Mil Ilhas
5ml	Hellmann's Molho Picante

MODO DE PREPARAÇÃO

- Colocar as asas nos espetos
- Fazer uma marinada, colocando num copo misturador alho, **Hellmann's Molho Picante**, azeite, vinagre e sal.
- Misturar tudo bem e deitar por cima da carne.
- Deixar marinar durante 2 horas.
- Misturar **Hellmann's Molho Mil Ilhas** com **Hellmann's Molho Picante**.
- Grelhar as asas nos espetos e servir com o molho.

Dica do Chef:

Demolhe os espetos em água antes de colocar a carne - assim irão durar mais tempo sem queimar.



TA PA MO LHO DE TOMATE

0,50€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

50g	Knorr Molho de Tomate
500g	pão salão fatiado
50g	Hellmann's Maionese
10g	Knorr Primerba Manjeriço
200g	queijo Brie
15ml	Hellmann's Molho Vinagrete

MODO DE PREPARAÇÃO

- Preparar **Knorr Molho de Tomate**.
- Cortar o queijo em pequenas fatias.
- Misturar **Knorr Molho de Tomate** preparado, depois de frio com **Hellmann's Maionese**.
- Espalhar a maionese de tomate sobre o pão e colocar o queijo por cima.
- Pincelar o queijo com **Knorr Primerba de Manjeriço**.
- Levar ao forno a 180°C durante cerca de 10 min.
- Riscar com **Hellmann's Molho Vinagrete**.



ALMO FADAS COM ALHEI RA ... E LEGUMES

0,86€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

- 50g Vaqueiro Profissional 66%
- 100g alho picado
- 100g cogumelos Paris e Marron laminados
- 300g bacon picado
- 100ml vinho do Porto
- 200g couve coração em juliana
- 10g sal
- 15ml Hellmann's Maionese
- 100g cenoura raspada
- 50g Knorr Primerba Manjerição
- 300g alheira de caça sem pele
- 150g queijo da Ilha e mozzarella ralados
- q.b. massa folhada
- q.b. ovo inteiro

MODO DE PREPARAÇÃO

- Corar o alho em Vaqueiro Profissional 66%.
- Juntar o bacon e os cogumelos.
- Refrescar com vinho do Porto
- Adicionar os legumes.
- Deixar cozinhar cerca de 15 min.
- Juntar a alheira e envolver com Hellmann's Maionese.
- Juntar os queijos e Knorr Primerba Manjerição.
- Estender a massa folhada com 1 cm de altura.
- Cortar em rodela com um aro.
- Pincelar com o ovo batido.
- Levar ao forno a 200°C durante cerca de 10 min.
- Abrir o folhado ao meio e rechear com o preparado.



OVOS RE CHE ADOS

0,48€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

- 50g ovo cozido
- 100g patê de fígado
- 100ml Hellmann's Maionese
- 40g azeitona recheada triturada
- 10g Knorr Primerba Manjerição
- 100g Knorr Panado
- 50g rúcula
- 50ml Hellmann's Molho logurte

MODO DE PREPARAÇÃO

- Partir os ovos ao meio, retirar as gemas e misturar as mesmas com Hellmann's Maionese, o patê de fígado e Knorr Primerba Manjerição.
- Recheiar os ovos com o preparado.
- Panar com Knorr Panado e levar ao forno a 180°C durante cerca de 10 min.

Dica do Chef:

Ao emplatado colocar os ovos recheados em cama de rúcula, pingos de Hellmann's Molho logurte.



FRI TU RAS VEGETA RIANAS

0,30€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

MODO DE PREPARAÇÃO

100g Maizena
100g sêmola
100g farinha
100g cenoura
100g beterraba
100g aipo
200g batata
q.b. Vaqueiro Frit BIB
q.b. Hellmann's Molho Tártaro

• Numa taça misturar todos os ingredientes.
• Laminar todos os legumes finamente.
• Colocar em água e gelo.
• Mergulhar os vegetais na mistura de farinha e fritar em Vaqueiro Frit BIB.
• Servir acompanhado de Hellmann's Molho Tártaro.



BCB BAR BE CUE CHICKEN BITES

0,95€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

MODO DE PREPARAÇÃO

1,5kg frango cortado à passarinho
400ml Hellmann's Molho Barbecue
q.b. sal
30g cebolete em rodela
200g Hellmann's Maionese
300ml Knorr Molho Sweet Chili

• Temperar o frango com sal.
• Envolver em Hellmann's Molho Barbecue.
• Levar ao forno a 180°C durante 40 min.
• Mexer de vez em quando.
• No final, colocar o cebolete por cima.
• Misturar Hellmann's Maionese com Knorr Molho Sweet Chili e servir à parte.

Dica do Chef:

Corte à passarinho é um corte em pequenos pedaços que cabem na boca de uma vez só.



CROQUETES BATATA

0,35€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

300g Knorr Flocos Batata
1l água
150g Maizena
3un ovos
100g pão ralado
1l Vaqueiro Frit BIB
q.b. Hellmann's Maionese
q.b. Knorr Molho Sweet Chili

Dica do Chef:

Pode adicionar 100g de amêndoa laminada no momento de panar para ficar um produto mais crocante ainda!

MODO DE PREPARAÇÃO

- Misturar **Knorr Flocos Batata** com a água quente (cerca de 85°C). Mexer bem.
- Arrefecer e adicionar **Maizena**, mexendo bem.
- Deixar arrefecer completamente.
- Amassar e moldar em formato de croquete.
- Panar passando por **Maizena**, ovo e pão ralado e fritar em **Vaqueiro Frit BIB**.
- Servir com **Knorr Molho Sweet Chili** e **Hellmann's Maionese**.



CALAMARES

1,98€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

1,2kg calamares congelados
400g Hellmann's Molho Tártaro
2 L Vaqueiro Frit BIB

MODO DE PREPARAÇÃO

- Fritar os calamares em **Vaqueiro Frit BIB** e servir com **Hellmann's Molho Tártaro** à parte.
- Acompanhe com limão aos gomos.





SALADAS

HELLMANN'S
EST. 1913



SALA DA DE PRE SUNTO COM FRUTA

1,92€

custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

600ml	Hellmann's Molho Iogurte
500g	rúcula
600g	melancia
500g	melão
400g	papaia
600g	abacaxi
50g	aipo
20g	manjerição
q.b.	pimenta preta de moinho
200g	presunto

MODO DE PREPARAÇÃO

- Cortar a melancia, o melão, a papaia, o abacaxi e o aipo em cubos médios.
- Picar o manjerição.
- Grelhar o presunto até ficar crocante e picar.
- Num taça colocar as frutas e o aipo.
- Colocar por cima o presunto e polvilhar com o manjerição.
- Servir com **Hellmann's Molho Iogurte**.



SALA DA BUL GUR COM ANANÁS E ABACATE

1,18€

custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

500g	bulgur
90g	Knorr Caldo de Legumes
2,5l	água
300g	requeijão em pedaços
500g	abacaxi grelhado em cubos
500g	abacate grelhado em cubos
300g	maçarocas grelhadas em pedaços
150g	pimento vermelho em juliana
4un	lima em gomos
30g	coentros picados
500ml	Hellmann's Molho Mil Ilhas

MODO DE PREPARAÇÃO

- Colocar o bulgur numa taça, deitar 1,5l de água a ferver por cima e deixar demolhar durante 1h.
- Retirar o bulgur com as mãos, espremendo o excesso de água.
- Levar ao lume 1l água e colocar **Knorr Caldo de Legumes** juntamente com o bulgur escorrido.
- Cozinhar em lume brando e tapado. Reservar.
- Temperar o bulgur com um pouco de **Hellmann's Molho Mil Ilhas** e alguns coentros.
- Dispor num prato largo, colocar todos os ingredientes sobre o mesmo e por fim deitar mais um pouco de **Hellmann's Molho Mil Ilhas** por cima.
- Servir com gomos de lima.

Dica do Chef:

Compre maçarocas já cozidas.



SALA DA PICANTE

0,64€ custo indicativo
por pessoa



INGREDIENTES

10 PESSOAS

60ml Knorr Molho Sweet Chili
45ml Hellmann's Molho Iogurte
20ml sumo de lima
800g couve coração em laminado fino
200g pimento vermelho laminado
100g coentros em picado grosseiro
250g tomate em gomos
350g pepino laminado
150g cebola roxa laminada
400g vermicelli (massa de arroz fina)
q.b. sal

MODO DE PREPARAÇÃO

- Cortar a couve, pimento e coentros, e envolver.
- Preparar à parte o tomate, pepino e cebola roxa.
- Demolhar a massa em água a ferver, e depois passar por água fria para parar a cozedura.
- Juntar Knorr Molho Sweet Chili, Hellmann's Molho Iogurte, e sumo de lima e mexer. Reservar este molho.
- Servir a massa numa tigela com os primeiros legumes.
- Temperar com sumo de lima e sal a gosto.
- Regar com o molho preparado.
- No fim, decorar com os segundos legumes.



SALA DA DE COUS COM FRANGO

1,20€ custo indicativo
por pessoa



INGREDIENTES

10 PESSOAS

500ml Hellmann's Molho Vinagrete
30g Knorr Molho de Tomate
600g couscous israelita cozido
500g peito de frango cozido e desfiado
300g floretes de couve-flor assadas
250g beringela em cubos assada
250g tomate em cubos
10g folhas de salsa
10g pasta de harissa

MODO DE PREPARAÇÃO

- Diluir Knorr Molho de Tomate no Hellmann's Molho Vinagrete e reservar.
- Misturar todos os ingredientes exceto o frango.
- Dispor em taças e colocar o frango por cima.
- Servir com o molho à parte.



SALA DA VEG GIE



1,63€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

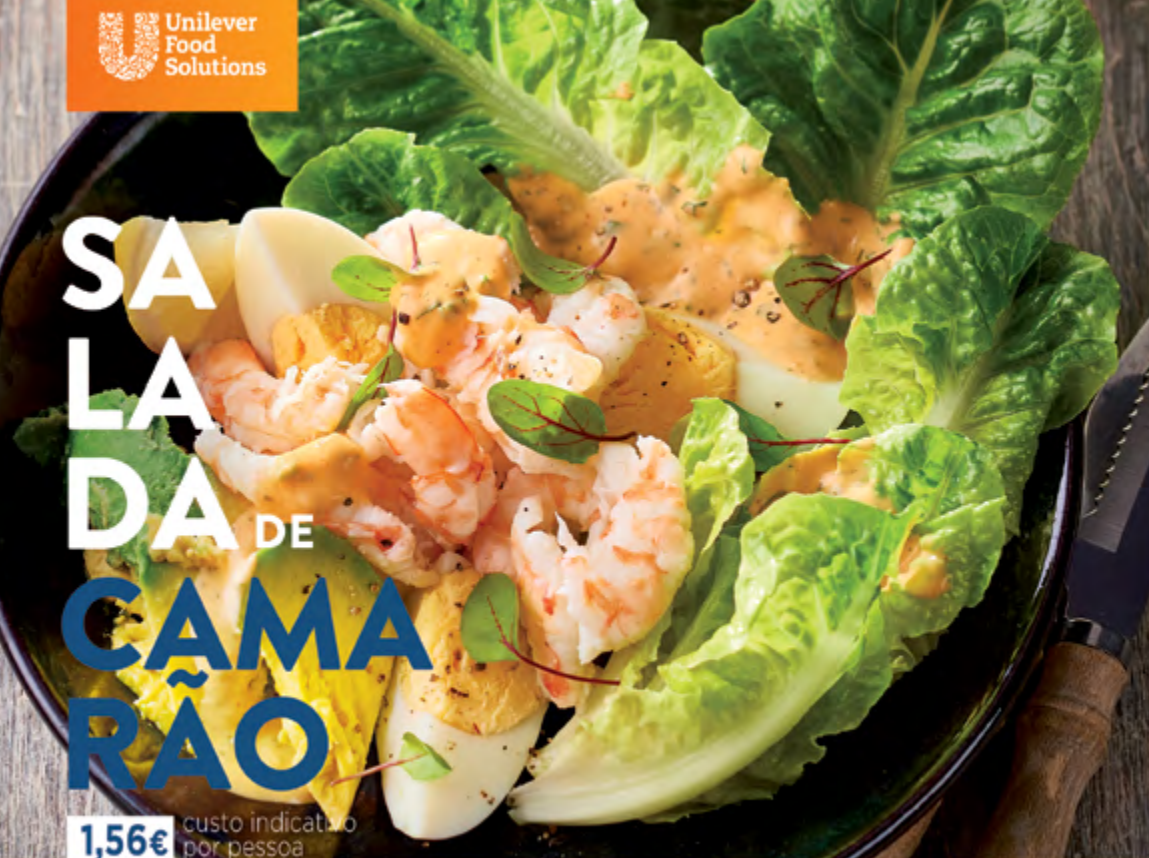
MODO DE PREPARAÇÃO

350ml Hellmann's Molho Vinagrete
50ml molho de soja light
20ml óleo de sésamo
800g tofu natural
45ml óleo de sésamo
65ml mirin
65ml molho de soja
50g Vaqueiro Profissional 66%
400g noodles cozidos
100g favas baby bringidas
100g grão de soja bringida
100g pimento vermelho juliana
150g ervilha de quebrar bringida
q.b. amêndoa inteira

- Misturar bem os 3 primeiros ingredientes para o molho e reservar.
- Marinar o tofu com o óleo de sésamo, o molho soja e o mirin durante 20 minutos.
- Corar o tofu de ambos os lados em Vaqueiro Profissional 66% quente.
- Misturar os noodles com os legumes e o molho.
- Colocar por cima o tofu e algumas amêndoas em volta.



SALA DA DE CAMA RÃO



1,56€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

MODO DE PREPARAÇÃO

400ml Hellmann's Molho Mil Ilhas
800g miolo de camarão 20/30
cozido
10un ovo cozido
400g abacate em pedaços
5un limão em gomos
450g alface romana em folhas

- Dispor as folhas de alface numa taça.
- Colocar os ovos em quartos, o abacate, Hellmann's Molho Mil Ilhas e por cima o camarão e um gomo de limão.
- Servir.



SALA DA CA PRESE

1,23€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

- 50g amêndoa laminada e tostada
- 10g Knorr Primerba Manjericão
- 5g alho picado
- 200g Hellmann's Molho Vinagrete
- 0,5L água
- 20g agrião
- 650g queijo mozzarella em rodela
- 50g amêndoa laminada tostada
- 400g tomate cherry tricolor em metades
- 250g rúcula selvagem
- 20g vinagre balsâmico
- q.b. sal e pimenta de moinho

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num copo misturador, colocar os 6 primeiros ingredientes para o molho e triturar.
- O molho deve ficar com alguns pedaços de amêndoa.
- Reservar.
- Envolver a rúcula com o tomate e temperar com um pouco do molho anterior.
- Dispor num prato e colocar por cima o queijo.
- Temperar com sal e pimenta do moinho.
- Servir com algumas gotas de vinagre balsâmico e a amêndoa partida por cima.



SALA DA FE TA E MAÇA

1,16€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

- 400ml Hellmann's Molho Mil Ilhas
- 400g alface icebergue
- 400g espinafres
- 1kg peito de frango grelhado
- 60g pickles
- 200g queijo feta
- 10g folha de beterraba
- 200g maçã vermelha
- 100g azeitonas

MODO DE PREPARAÇÃO

- Fatiar o frango.
- Picar os pickles grosseiramente.
- Cortar o queijo feta em fatias grossas e a maçã em fatias finas.
- Numa taça colocar a alface, as folhas de beterraba e os espinafres.
- Juntar os pickles e por último dispor a maçã, o queijo feta, o frango e as azeitonas.
- Servir acompanhado com Hellmann's Molho Mil Ilhas.



SALA DA CAMA RÃO E MANGA

1,17€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

500ml	Hellmann's Molho Mil Ilhas
800g	espinafres frescos
300g	lentilhas cozidas
300g	couve roxa
300g	manga
300g	abacate
100g	pimento vermelho
20g	coentros
500g	camarão grelhado

MODO DE PREPARAÇÃO

- Cortar os espinafres, a couve roxa e o pimento vermelho em juliana.
- Cortar a manga e o abacate em cubos médios.
- Picar os coentros.
- Misturar todos os ingredientes, colocar o camarão por cima e servir com **Hellmann's Molho Mil Ilhas**.



SALA DA GOUR MAND ... CONSEGUES COMER TUDO?

0,82€ custo indicativo
por pessoa

INGREDIENTES

10 PESSOAS

350g	alfaces verdes em pedaços
10un	ovo cozido
5g	manjerição fresco em folhas
500g	bife de frango grelhado
200g	tomate cherry em metades
100g	azeitona kalamata
400g	batata cozida em quartos
100g	cebola roxa em rodela fina
100g	anchovas em azeite
600ml	Hellmann's Molho Iogurte

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num prato fundo, colocar as alfaces e o manjerição, misturados.
- Por cima colocar o frango, as anchovas, o tomate e cebola, e por fim as azeitonas.
- Finalizar com os ovos cortados em metades e **Hellmann's Molho Iogurte**.

Dica do Chef:

Sirva os ovos cozidos durante apenas 6 minutos.



MOLHOS

HELLMANN'S[®]
EST. 1913


MOLHO MANJE RÍÇÃO & SÊSAMO



INGREDIENTES

- 50g Hellmann's Maionese
- 50ml Hellmann's Molho Vinagrete
- 150ml azeite
- 50g sêsamo
- 5g Knorr Primerba Manjerição

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e adicione a mistura de **Hellmann's Molho Vinagrete** com azeite, o sêsamo tostado e **Knorr Primerba Manjerição**.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MO LHO RO SA



INGREDIENTES

- 150g Hellmann's Maionese
- 50g cebola picada refogada
- 50g Hellmann's Mostarda
- 20g Hellmann's Ketchup
- 6 gotas molho inglês

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese**, adicione cebola picada refogada, **Hellmann's Mostarda**, **Hellmann's Ketchup** e molho inglês.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MO LHO GRE GO



INGREDIENTES

- 220g Hellmann's Maionese
- 5g alho picado,
- 5g tomilho fresco,
- 75g iogurte grego natural.

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e adicione o alho picado, o tomilho fresco e o iogurte grego natural.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MO LHO KE BAB



INGREDIENTES

- 200g Hellmann's Molho César
- 50g Hellmann's Mostarda
- 25g cebola refogada
- 5g Knorr Primerba Manjerição
- 10g paprika.

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Molho César** e **Hellmann's Mostarda** e adicione a cebola refogada, a paprika e **Knorr Primerba Manjerição**.
- Misture os ingredientes até obter a consistência desejada.

MAIONESE GENGIBRE & PIMENTA VERDE



INGREDIENTES

- 220g Hellmann's Maionese
- 5g gengibre fresco
- 5g pimenta verde

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e adicione gengibre ralado e pimenta verde.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MO LHO AÇA FRÃO



INGREDIENTES

- 200g Hellmann's Molho César
- 5g cominhos
- 5g açafrão
- 1un limão
- q.b. salsa
- 20g sêsamo

MODO DE PREPARAÇÃO

- Coloque **Hellmann's Molho César** num recipiente e adicione os cominhos, o açafrão, o sumo de limão, a salsa picada e o sêsamo tostado.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MAIO NESE DE TOMATE SECO



INGREDIENTES

- 200g Hellmann's Maionese
- 50g tomate seco
- 5g alho picado
- 5g anchovas

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e adicione o tomate seco, o alho picado e as anchovas picadas.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MOLHO GORGON ZOLA & NOZ



INGREDIENTES

- 100g Hellmann's Molho César
- 150g queijo gorgonzola doce
- 50g nozes

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Molho César** e adicione o queijo gorgonzola e as nozes picadas.
- Misture os ingredientes até obter a consistência desejada.

MOLHO ALHO & PIM ENTÃO



INGREDIENTES

- 250g Hellmann's Maionese
- 5g alho picado
- 5g tomilho fresco
- 10g pimentão seco

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e adicione o alho picado, o tomilho fresco e o pimentão seco picado.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MAIO NESE DE FRAM BOESAS



INGREDIENTES

- 220g Hellmann's Maionese
- 5g Knorr Primerba Manjeriçã
- 10un framboesas
- q.b. manjeriçã fresco picado

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** adicione **Knorr Primerba Manjeriçã** e o purê de framboesas.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.
- Adicione o manjeriçã picado ao molho depois de pronto.

MAIO NESE CÔCO & LIMA



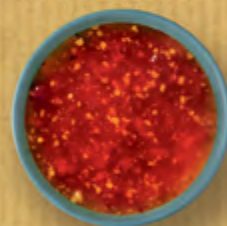
INGREDIENTES

- 200g Hellmann's Maionese
- 10ml Vaqueiro Creme & Creme
- 8g Knorr Leite de Côco Desidratado
- 1un lima
- 10g côco ralado,
- q.b. coentros frescos.

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e adicione **Knorr Leite de Côco Desidratado** preparado, o sumo de lima, o côco ralado, **Vaqueiro Creme & Creme** e os coentros picados.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MAIO NESE SWEET CHILI



INGREDIENTES

- 200g Hellmann's Maionese
- 75g Knorr Sweet Chili

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e **Knorr Sweet Chili**.
- Misture os ingredientes até obter a consistência desejada.

MOLHO MEDI TERRÂ NEO



INGREDIENTES

- 150g Hellmann's Maionese
- 50g Hellmann's Ketchup
- 100g tomate seco
- 5g oregãos
- 10g queijo parmesão

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese** e **Hellmann's Ketchup** adicione o tomate seco, os oregãos e o queijo parmesão ralado.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

MO LHO DE MAN GA



INGREDIENTES

- 200g Hellmann's Maionese
- 50ml Vaqueiro Creme & Creme
- 20g manga
- q.b. Hellmann's Molho Picante
- q.b. molho inglês

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese**, adicione **Vaqueiro Creme & Creme** meio montando, o purê de manga, o molho inglês e **Hellmann's Molho Picante**.
- Misture todos os ingrediente até obter a consistência desejada.

MAIONESE DE BETER RABA & CITRINOS



INGREDIENTES

- 220g Hellmann's Maionese
- 30ml azeite
- 10ml sumo de limão
- q.b. beterraba cozida
- 5 un folhas de hortelã

MODO DE PREPARAÇÃO

- Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese**.
- Envolve o sumo de limão com o azeite e coloque a mistura no recipiente.
- Adicione à mistura o purê de beterraba e a hortelã picada.
- Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.

Veja mais receitas de molhos em vídeo em
www.ufs.com



Saiba mais em www.ufs.com

