

**Knorr®**  
PROFESSIONAL

**PRIMERBA**  
**AS MELHORES**  
**ESPECIARIAS**  
**E ERVAS FRESCAS**  
**SEMPRE PRESENTES**  
**NA SUA COZINHA**



Unilever  
Food  
Solutions



## Todo o sabor das ervas sempre frescas

Contar com produtos sazonais nas nossas cozinhas é um sinal de distinção e qualidade. Mas pela sua sazonalidade, nem sempre é fácil ter à mão as ervas aromáticas mais frescas da estação.

**Knorr Primerba** são concentrados feitos com ervas frescas, cuidadosamente recolhidas, e submetidas a um processo de infusão em óleo. Assim, podemos extrair todos os sabores, aromas e cores das ervas aromáticas, para que estejam sempre à disposição na sua cozinha, todo o ano! Apenas uma pequena quantidade, dá logo muito sabor às suas receitas.

Ao adicionar **Knorr Primerba** à sua lista de ingredientes, irá descobrir a enorme versatilidade deste produto para criar vinagretes, temperos, salteados, marinadas, massas, e tudo o mais que a sua imaginação permitir. É ideal tanto para utilizações a quente como a frio.

Prova desta grande versatilidade são estas receitas que criámos para si e que esperamos lhe sirvam de inspiração para criações mais frescas e originais. Desde já, fica o convite: descubra todas as qualidades e possibilidades destes nossos produtos, que satisfazem até os paladares mais exigentes.

**Knorr Primerba é um concentrado de ervas e ingredientes frescos, cortados e picados.**



### Primerba de Cogumelos

Mistura de diferentes cogumelos infundidos em óleo de girassol e óleo de colza. É o complemento ideal para realçar o sabor de qualquer receita com cogumelos, setas e boletos, como massas, risotos, cremes e molhos.



### Primerba de Alho

Alho picado em óleo de girassol e óleo de colza. Fácil de usar, para aplicar quente e frio. Altamente concentrado: uma pequena quantidade dará muito sabor aos seus pratos. Ideal para carnes, peixe, legumes grelhados, salteados, etc.



### Primerba de Manjericão

Com manjericão, óleo de girassol e óleo de colza. Ideal para sopas e molhos à base de tomate, saladas, frutos do mar, etc. É o condimento essencial para qualquer prato provençal ou italiano, massa, molho pesto e pizza.



**Conservadas em azeite para manter  
toda a sua frescura e naturalidade.**



### **Primerba Pesto Vermelho**

Com óleo de girassol, óleo de colza, tomate, manjericão, alho e cebola. Ideal para preparação de qualquer tipo de receita, acrescenta um toque e aparência muito original.



### **Primerba Pesto Verde**

Com azeite virgem extra, óleo de girassol, óleo de colza e pinhão, ideal para vegetais assados ou cozidos, molho para saladas, tempero, molhos de tomate e italianos, etc. Essencial para os seus pratos de massa.



**O mundo  
de aplicações  
de Primerba**

A close-up photograph of a dark grey plate filled with spaghetti. The pasta is coated in a vibrant green pesto sauce and topped with dried sun-dried tomatoes, creating a delicious-looking meal.

# Notas do Chef para a utilização de Primerba

## Fritos e ensopados

- A adição de **Knorr Primerba** durante a preparação dá-lhes um incrível sabor intenso.
- Se adicionar **Knorr Primerba Alho**, obterá um resultado com sabor tradicional e muito saboroso.
- Se usar **Knorr Primerba Manjericão**, o resultado será mais fresco e de sabor mais leve.



## Molhos e reduções

- Pode ser utilizado como base aromatizante em molhos, para retificar ou intensificar.
- Fácil de dissolver mesmo a frio, não é necessário confeccionar a quente para obter o máximo sabor e desempenho.
- Não acrescenta acidez. Ideal para misturar com molhos delicados à base de nata ou leite.
- Em reduções de vinho, sumos ou bases, **Knorr Primerba** mantém todas as características até ao fim da confeção.
- Ótimos resultados em molhos para carne ou peixe, tornando o sabor mais intenso e fresco.



## Mexidos e recheios

- Um toque de **Knorr Primerba** (exemplo: variedade de alho) integra-se bem em ovos batidos, para preparação de ovos mexidos, omeletes e tortilhas.
- Ideal para recheios de quiches, tartes, rolos de carne ou peixe.



## Marinadas e temperos

- Incorporando **Knorr Primerba** na preparação de marinadas, bases ou em conserva, consegue-se obter uma rápida impregnação do sabor.
- Ideal para carnes e peixes marinados, que depois serão cozinhados no forno ou grelhados.
- Ideal para misturar com azeite (ex: primerba de manjericão), para pincelar durante o grelhado.
- A variedade **Knorr Primerba Alho**, por ser conservada em gordura, não queima quando utilizada a quente\*.

\*Em comparação com produtos onde o alho é conservado em salmoura

## Sopas, bases e caldos

- **Knorr Primerba** facilita a aplicação e dissolução em preparações quentes. O seu sabor excelente mistura-se na receita em poucos segundos, mantendo toda a sua qualidade.
- A textura homogénea de **Knorr Primerba** facilita a sua incorporação na receita, tanto no final como durante a confeção.

## Massas de pão e pizzas

- Inclua **Knorr Primerba** nas massas de pão para diferenciar e dar sabor às suas receitas.

## Vinagretes e molhos

- Knorr Primerba incorpora frescura, cor e proporciona um sabor intenso a vinagretes e temperos.
- Basta um toque para fazer a diferença e dar sabor aos cogumelos, ao alho ou às ervas frescas.
- É ideal para ajudar a emulsionar vinagretes e manter o seu volume por mais tempo.



## Azeites aromatizados

- Grande facilidade de mistura e dispersão no azeite.
- Aromatiza o azeite instantaneamente sem necessidade de aquecê-lo ou deixá-lo descansar por dias.
- Muito apropriado para temperar carpaccios, saladas, pizzas...
- Como decoração final, um fio de azeite aromatizado confere distinção, bom gosto, qualidade e cor à receita (por exemplo com Knorr Primerba Pesto Vermelho).



## Manteigas compostas

- Knorr Primerba combina perfeitamente na preparação de manteigas aromatizadas.
- Experimente incluir Knorr Primerba Alho para uma deliciosa manteiga com alho.



## Ceviches e tártaros

- O sabor e aspeto fresco e natural de Knorr Primerba enquadra-se perfeitamente na preparação de receitas como ceviche, tártaros, brandades e temperos, onde o mais importante é a qualidade dos ingredientes.

## Salteados

- A base de óleo de Knorr Primerba é ideal para preparações quentes.
- Envolve-se nos salteados, por exemplo massas italianas ou arroz, tornando-os mais saborosos e coloridos. Knorr Primerba Pesto Verde ou Vermelho são ideais para este fim.

## Cozinhar a vácuo

- Knorr Primerba é ideal para preparar receitas com processos mais atuais e técnicos, como a cozedura longa a baixa temperatura, cozedura sous vide...
- Uma pequena quantidade de Knorr Primerba infundirá todo o conteúdo mantendo uma aparência única, mesmo depois de várias horas ou dias.

## Utilizações novas e criativas

- Knorr Primerba abriu um mundo de novos e surpreendentes sabores em suportes e texturas até então impossíveis: um molho frio de alho semi-emulsionado, todo o sabor do manjericão fresco incluído em chantilly, uma massa de brioche com pesto vermelho...
- Criatividade e inovação imersas em novos conceitos de cozinha estão abertas com Knorr Primerba.



## Guarnições e decoração

- A textura fina e homogénea, as suas cores naturais e atraentes fazem de Knorr Primerba um elemento diferenciador na apresentação de uma receita.
- Utilizado como guarnição e decoração, Knorr Primerba é mais um complemento para o acabamento de um prato.



## Sobremesas

- O seu sabor intenso, a sua qualidade e, sobretudo, a sua frescura fazem de Knorr Primerba o complemento ideal na preparação e elaboração de receitas, inclusive receitas de sobremesas.
- Experimente utilizar Knorr Primerba Manjericão para confeccionar um creme de mascarpone, natas e manjericão com gelatina de chocolate.

The main image features a large white bowl filled with a creamy, herb-infused Knorr Primerba sauce, garnished with dried tomatoes. In the background, there are other bowls of food, carrots, and the Knorr Professional logo. The text "Molhos para petiscos" and "Acompanhe os seus pratos com uma variedade de molhos originais, que todos vão querer provar." is overlaid on the image.



## Maionese de Framboesa

### INGREDIENTES:

10 un. Framboesas congeladas  
q.b. Manjericão fresco picado  
**5 g Knorr Primerba Pesto Verde**  
**220 g Hellmann's Maionese Original**

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese Original**, adicione **Knorr Primerba Pesto Verde** e o puré de framboesas. Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada. Adicionar manjericão fresco picado ao molho depois de pronto.



## Molho Kebab

### INGREDIENTES:

10 g Paprika  
5 g Cebola refogada  
**50 g Hellmann's Mostarda Top Down**  
**5 g Knorr Primerba Manjericão**  
**200 g Hellmann's Molho para Saladas César**

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente, coloque **Hellmann's Molho para Saladas César** e **Hellmann's Mostarda Top Down**. Adicione cebola refogada, paprika e **Knorr Primerba Manjericão**. Misture os ingredientes até obter a consistência desejada.



## Molho de Manjericão e Sésamo

### INGREDIENTES:

**50 ml Hellmann's Molho para Saladas Vinagrete**  
**150 ml Gallo Azeite Virgem Extra**  
50 g Sementes de sésamo tostadas  
**50 g Hellmann's Maionese Original**  
**5g Knorr Primerba Manjericão**

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese Original**, adicione a mistura de **Hellmann's Molho para saladas Vinagrete** com azeite, o sésamo tostado e o **Knorr Primerba Manjericão**. Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.



## Molho de Alho e Pimenta

### INGREDIENTES:

**10 g Knorr Primerba Alho**  
5 g Tomilho fresco  
10 g Pimentão seco  
**250 g Hellmann's Maionese Original**

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese Original**, adicione **Knorr Primerba Alho**, tomilho fresco e pimentão seco picado. Misture todos os ingredientes até obter a consistência alcançada.



## Maionese de Tomate Seco

### INGREDIENTES:

50 g Tomate seco  
5 g Anchovas  
**200 g Hellmann's Maionese Original**  
**10 g Knorr Primerba Pesto Vermelho**

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente, coloque **Hellmann's Maionese Original**, adicione tomate seco, **Knorr Primerba Pesto Vermelho** e anchovas picadas. Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada.



Inspiração  
para uma  
cozinha mais  
saborosa.

## índice

**PRIMERBA ALHO** . . . Pág. 16

**PRIMERBA COGUMELOS** . . . Pág. 24

**PRIMERBA PESTO VERMELHO** . . . Pág. 32

**PRIMERBA PESTO VERDE** . . . Pág. 40

**PRIMERBA MANJERICÃO** . . . Pág. 48

# Açorda de Bacalhau em Pão Alentejano

## INGREDIENTES:

3 un pão grande alentejano  
2 Kg bacalhau demolido desfiado  
2 L água  
**47 g Knorr Caldo Pasta Peixe**  
120 g cebola  
**5 g Knorr Primerba Alho**  
15 g coentros  
2 g pimenta preta do moíño  
5 g sal grosso  
**200 ml Gallo Azeite Virgem Extra**

## PREPARAÇÃO:

Cortar os pães transversalmente e retirar o miolo.  
Num tacho, colocar a água e **Knorr Caldo Pasta Peixe** e deixar ferver.  
Numa panela, colocar o azeite e adicionar a cebola e **Knorr Primerba Alho**.  
Mexer bem até obter a textura pretendida.  
Juntar o bacalhau, a pimenta e envolver no refogado.  
Adicionar o pão e, progressivamente, o caldo.  
Mexer sempre, até obter a textura pretendida.  
Polvilhar com os coentros picados.  
Retificar o sal.  
Colocar o preparado no interior do pão e servir.



# Hambúrguer à Cervejeira

## INGREDIENTES:

200 ml vinho branco  
1 Kg TVB Hambúrguer Vegan  
2 L Knorr Molho Pasta Cervejeira  
10 g Knorr Primerba Alho  
100 ml Gallo Azeite Virgem Extra  
180 g picles em pedaços  
q.b. folhas de louro

## PREPARAÇÃO:

Num sauté, colocar **Azeite Gallo** e as folhas de louro. Fritar os hambúrgueres de ambos os lados e retirar. Refrescar o sauté com o vinho branco e deixar reduzir. Deitar **Knorr Molho Cervejeira** e, depois de levantar fervura, colocar os hambúrgueres juntamente com **Knorr Primerba Alho**. Servir numa frigideira de ferro com os picles por cima e batata frita às rodelas.



# Mac & Cheese

## INGREDIENTES:

200 g cebola meia lua  
**15 g Knorr Primerba Alho**  
2 kg penne cozido  
200 g queijo cheddar ralado  
200 g parmesão ralado  
q.b. salsa picada  
**1,5 L Knorr Molho Bechamel Desidratado**  
**100 ml Azeite Gallo Virgem Extra**

## PREPARAÇÃO:

Refogar a cebola em Azeite Gallo.  
Juntar **Knorr Molho Béchamel** preparado, **Knorr Primerba Alho** e salsa picada e retificar temperos.  
Adicionar a massa cozida e metade dos queijos ralados.  
Envolver tudo bem e colocar num tabuleiro.  
Polvilhar com o restante queijo e levar a gratinar.  
Colocar nas caixas para takeaway.





# Bacalhau à Transmontana

## INGREDIENTES:

### Para a cebolada:

250 g cebola meia lua  
30 g alho laminado  
150 g tomate maduro em pedaços  
2 g louro em folha  
**150ml Azeite Gallo Virgem Extra**  
**1 L Knorr Molho Tomate**

### Para o bacalhau:

1,75 kg lombos de bacalhau  
150 g presunto fatiado  
**1,5 g Knorr Puré de Batata**  
100 ml grelos cozidos  
**15 g Knorr Primerba Alho**  
50 g gema de ovo  
**100 ml Azeite Gallo Virgem Extra**

## PREPARAÇÃO:

### Para a cebolada:

Refogar num tacho o alho, a cebola e o louro em **Azeite Gallo VE**. Adicionar tomate e deixar puxar bem. Refrescar com o vinho branco e deixar reduzir. Adicionar o **Knorr Molho de Tomate** e retificar temperos. Reservar.

### Para o bacalhau:

Demolhar as fatias de presunto, escorrer e reservar. Cortar os lombos de bacalhau ao meio e recheiar com as fatias de presunto. Saltear os grelos num sauté com **Azeite Gallo VE** e **Knorr Primerba de Alho**. Num tabuleiro gastronorm, juntar azeite, os lombos bacalhau e o **Knorr Puré de Batata** preparado. Pincelar com gema de ovo e levar ao forno a 180° C durante 30 min. Reservar.





# Puré com Cogumelos e Salsa Frita

## INGREDIENTES:

300 g mistura de cogumelos Paris e Portobello  
300 g salsa  
10 g rebentos de alho picados  
10 g manteiga  
q.b. sal  
q.b. pimenta rosa  
**500 g Knorr Puré de Batata**  
**20 g Knorr Primerba Cogumelos**

## PREPARAÇÃO:

Saltear os cogumelos em manteiga e alho picado, temperando no final com sal, pimenta de moinho e **Knorr Primerba Cogumelos**.  
Fritar a salsa de modo a que esta fique crocante.  
Envolver os ingredientes com **Knorr Puré de Batata** quente e colocar em aro metálico, levando ao forno ou salamandra a gratinar.  
Decorar com a salsa frita e com grãos de pimenta rosa.



# Hambúrguer com Molho de Cogumelos Vegan

## INGREDIENTES:

10 g alho esmagado  
400 g cogumelos ostra  
**10 un. TVB Hambúrguer Premium**  
200 ml Knorr Molho Demi Glace  
q.b. tomilho fresco  
**200 ml Azeite Gallo Virgem Extra**  
**20 g Knorr Primerba Cogumelos**

## PREPARAÇÃO:

Num sauté, aquecer **Azeite Gallo** e juntar os alhos esmagados. Cozinhar **TVB Hambúrgueres Premium Vegan** descongelados durante 8 min, virando a cada 2 min. Reservar. Saltear os cogumelos em **Azeite Gallo** com tomilho e **Knorr Primerba Cogumelos**. Adicionar as natas veganas o molho **Knorr Demi Glace** e envolver tudo. Juntar os hambúrgueres e deixar ferver durante 2 min. Servir com batata frita e arroz.



# Risotto *de Cogumelos e Tomilho*

## INGREDIENTES:

500 g arroz Carolino  
80 g chalotas picadas  
20 g alho picado  
400 g cogumelos de Paris laminados  
200 g cogumelos Shitake laminados e salteados  
**100 ml Azeite Gallo Virgem Extra**  
150 ml vinho branco  
**25 g Knorr Caldo Pasta Galinha**  
**40 g Knorr Primerba Cogumelos**

## PREPARAÇÃO:

Refogar o alho e as chalotas em azeite.  
Juntar o arroz e deixar fritar.  
Refrescar com vinho branco e deixar reduzir.  
Adicionar os cogumelos, **Knorr Primerba Cogumelos** e, aos poucos,  
**Knorr Caldo Pasta Galinha** bem quente.  
Deixar cozinhar, mexendo de vez em quando.  
Acrescentar caldo quente sempre que necessário até o arroz ficar  
no ponto pretendido.  
Retificar temperos.





# Peito de Frango Grelhado

## *com Esmagada de Batata Doce*

### INGREDIENTES:

1 Kg batata doce laranja  
10 un. peito de frango  
250 g cogumelos ostra  
125 g espargos verdes  
q.b. sal e pimenta de moinho  
**2 dl Knorr Molho Sweet Chili**  
**200 ml Azeite Gallo Virgem Extra**  
**40 g Knorr Primerba Molho Cogumelos**

### PREPARAÇÃO:

Assar a batata doce no forno com um fio de **Azeite Gallo Clássico** e sal grosso (cerca de 40 minutos).  
Temperar o peito de frango com sal e pimenta de moinho a gosto.  
Saltear os cogumelos e as pontas dos espargos verdes com um fio de **Azeite Gallo Clássico** e **Knorr Primerba Cogumelos**.  
Grelhar o peito de frango.  
Esmagar a polpa da batata doce e adicionar **Knorr Molho Sweet Chili**.  
Empratar o peito de frango fatiado por cima da cama de batata doce.



# Bolonhesa



## INGREDIENTES:

- |  |   |
|--|---|
| <b>150 ml Azeite Gallo Virgem Extra</b>          | <b>250 g queijo ralado</b>                |
| <b>300 g cebola em brunesa</b>                   | <b>q.b. manjericão picado</b>             |
| <b>20 g dentes de alho picados</b>               | <b>250 g pimento vermelho em brunesa</b>  |
| <b>350 g tomate em brunesa</b>                   | <b>150 g cenoura em brunesa</b>           |
| <b>350 g tomate enlatado</b>                     | <b>800 g TVB “Carne” Picada Vegan</b>     |
| <b>600 g esparguete</b>                          | <b>25 g Knorr Primerba Pesto Vermelho</b> |
| <b>5 g tomilho fresco<br/>(picado finamente)</b> |   |

## PREPARAÇÃO:

Numa frigideira, colocar óleo e fritar TVB “Carne” Picada Vegan até ficar dourada. Reservar.  
Adicionar mais um pouco de óleo e fritar a cebola, pimento, cenoura e alho até a cebola ficar translúcida.  
Adicionar o tomate, tomate enlatado, tomilho e carne picada.  
Finalizar com Knorr Knorr Primerba Pesto Vermelho e deixar cozinhar durante 8-10 min. Se necessário, retificar temperos.  
No entretanto, cozinhar o esparguete. Manter quente e adicionar algum azeite.  
Dispor o esparguete no prato com a bolonhesa e queijo ralado por cima.  
Terminar com manjericão picado e pimenta preta.





# Tagliatelle Fresca de Tomate *com Almôndegas*

## INGREDIENTES:

### Para as almôndegas:

30 un. almôndegas de vaca  
100 ml Azeite  
**112,5 g Knorr Molho Tomate**  
**35 g Knorr Primerba Pesto Vermelho**

### Para a tagliatelle:

500 g farinha de trigo  
5 ovos  
4 g sal  
q.b. Knorr Molho Tomate

## PREPARAÇÃO:

### Para as almôndegas:

Preparar 500 ml de **Knorr Molho Desidratado Tomate**. Fritar as almôndegas em azeite até estarem douradas. Adicionar **Knorr Molho Tomate** preparado. Deixar cozinhar lentamente até estarem prontas. Finalizar o molho com **Knorr Primerba Pesto Vermelho**. Servir com a massa tagliatelle.

### Para a tagliatelle:

Misturar a farinha com os ovos e o sal. Amassar. Esticar na máquina de massa fresca italiana. Polvilhar com **Knorr Molho Desidratado Tomate** e cortar a massa com o formato de tagliatelle (cerca de 1 cm de largura).



# Focaccia *de Tomate*

## INGREDIENTES:

3 g ervas de Provença  
100 ml Azeite Gallo Virgem Extra  
250 g massa de pão  
20 g Knorr Molho Tomate  
20 g Knorr Primerba Pesto Vermelho

## PREPARAÇÃO:

Esticar a massa. Polvilhar com o tomate, seguido das ervas de provença. Regar com azeite misturado com Knorr Primerba Pesto Vermelho. Levar ao forno a 200º C até atingir cor alourada.





# Risotto *de Tomate Seco*

## INGREDIENTES:

1 L água  
100 ml azeite  
100 g cebola  
600 g arroz risotto  
50 ml vinho branco  
**37,5 g Knorr Molho Tomate**  
**22 g Knorr Caldo Pasta Legumes**  
**20 g Knorr Primerba Pesto Vermelho**  
150 g parmesão ralado  
50g manteiga  
100 g tomate seco ao sol

## PREPARAÇÃO:

Preparar 1 L de caldo de legumes, adicionando **Knorr Caldo Pasta Legumes** a 1 L de água.  
Fazer refogado com a cebola e o azeite. Glacear o arroz.  
Quando frito, refrescar com o vinho branco.  
Juntar metade de **Knorr Caldo Pasta Legumes** preparado. Mexer até que este seja absorvido. Repetir o procedimento.  
Adicionar 300 ml de **Knorr Molho Desidratado Tomate** preparado ao arroz até estar cozinhado. Acrescentar **Knorr Primerba Pesto Vermelho**.  
Retirar do lume.  
Adicionar o queijo e a manteiga.

## Sugestão de apresentação:

Coloque o tomate seco e salsa frita apenas em azeite sobre o arroz.



# Nuggets *com Maionese de Manjericão*

## INGREDIENTES:

1 L óleo  
350 ml Hellmann's Maionese Vegan  
1,1 kg TVB Nuggets de “Frango”  
20 g Knorr Primerba Pesto Verde

## PREPARAÇÃO:

Misturar a Hellmann's Maionese Vegan com Knorr Primerba Pesto Verde.  
Fritar TVB Nuggets Vegan em óleo e reservar.  
Servir com a maionese à parte.



# Lasanha de Salmão

## INGREDIENTES:

### Para o bechamel:

3 L leite  
**180 g Knorr Roux**  
**20 g Knorr Primerba Pesto Verde**  
q.b. sal e pimenta

300 g curgete laminada  
400 g espinafres  
**150 ml Azeite Gallo**  
**30 g Knorr Caldo de Peixe**  
**700 g Knorr Lasanha**  
300 g queijo mozarella  
q.b. sal e pimenta  
**q.b. Hellmann's Molho de Saladas Vinagrete**  
**q.b. Creme Vinagre Balsâmico Gallo**

### Para a lasanha de salmão:

1,5 kg salmão limpo e sem espinhas  
500 g cebola juliana  
50 g alho laminado

## PREPARAÇÃO:

### Para o bechamel:

Levar o leite a ferver. Juntar **Knorr Roux** e deixar cozinhar durante 5 minutos. Mexer com umas varas. Temperar com sal, pimenta e **Knorr Primerba Pesto Verde**. Reservar.

### Para a lasanha de salmão:

Dispor a curgete num tabuleiro e temperar com sal para retirar o excesso de água e reservar. Num tacho, deitar **Azeite Gallo**. Refogar o alho e a cebola até ficarem macios. Juntar **Knorr Caldo de Peixe** e dissolver. Adicionar o salmão e deixar estufar. Montar a lasanha começando com o bechamel no fundo do tabuleiro. De seguida, colocar folhas de lasanha e sobre estas o estufado de salmão, por cima a curgete e os espinafres. Repetir esta operação, terminando com molho bechamel e polvilhando com o queijo por cima. Levar ao forno 40 minutos a 180º C.

### Servir:

Servir a lasanha decorada com **Creme Balsâmico Gallo**, folha de manjericão e um fio de azeite. À parte, uma salada verde temperada com **Hellmann's Molho de Saladas Vinagrete**.



# Salada Caprese



## INGREDIENTES:

### Para o molho:

5 g alho picado  
**10 g Knorr Primerba Pesto Verde**  
1 L água  
20 g agrião  
50 g pinhão tostado  
**200 g Hellmann's Molho para Saladas Vinagrete**

### Para a salada:

650 g queijo mozarela em rodelas  
400 g tomate cherry em metades  
250 g rúcula selvagem  
q.b. sal  
q.b. pimenta em pó de Sichuan  
50 g pinhão tostado  
20 g vinagre balsâmico

## PREPARAÇÃO:

### Para o molho:

Num copo misturador, colocar os 6 primeiros ingredientes para o molho e triturar.  
O molho deve ficar com alguns pedaços de pinhão tostado.  
Reservar.

### Para a salada:

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 pinhão tostado por cima.



# Salada Mix de Arroz Selvagem

## INGREDIENTES:

100 g tâmaras  
140 g água  
**400 ml Azeite Gallo Virgem Extra**  
100 ml Vinagre de Sidra Balsâmico  
500 g mix com arroz selvagem  
250 g tomate cherry  
**5 g Knorr Primerba Pesto Verde**  
15 g coentros  
100 g pimento vermelho grelhado  
100 g amêndoas laminadas  
**20 g Calvé mostarda top down**

## PREPARAÇÃO:

Deixe as tâmaras de molho em água por 1 hora.  
Corte em pedaços menores.  
Numa tigela e com a ajuda de umas varas, colocar todos os ingredientes e envolver até obter um vinagrete.  
Coza o arroz com 1 litro de água por 10 minutos.  
Corte o tomate cherry em metades.  
Pique os coentros.  
Corte os pimentos em meia lua.  
Sirva a gosto com o molho já servido ou ao lado.



# Hambúrguer com Esparguete de Curgete Aromatizada

## INGREDIENTES:

10 un. TVB Hambúrguer Vegan  
1 Kg curgete  
10 un. fatias broa de milho  
q.b. sal e pimenta de moinho  
3 un. dentes de alho  
3 dl Azeite Gallo Clássico  
15g Knorr Primerba Manjericão

## PREPARAÇÃO:

Espiralar a curgete para uma taça com água bem fria.  
Grelhar os TVB Hambúrgueres Vegan.  
Passar um dente de alho na broa e grelhar com um fio de azeite.  
Saltear a curgete com Azeite Gallo Clássico e alho.  
Aquecer o Azeite Gallo Clássico e adicionar Knorr Primerba Manjericão sem deixar ferver. Empratar a gosto.





# Fondue de Carne

## INGREDIENTES:

### Para o fondue de carne:

2 Kg carne de vaca  
1 L knorr Caldo Pasta Carne Preparado

raspa de limão  
20 g Hellmann's Ketchup  
q.b. Gallo Piri Piri Jalapeño  
q.b. Whisky  
600 g Hellmann's Maionese Original  
5 g Knorr Primerba Manjericão

### Para os molhos:

5 g açafrão  
5 g cebola crocante  
3 g alho picado

## PREPARAÇÃO:

### Para o fondue de carne:

Espetar previamente os cubos de carne nos espetos para fondue. Colocar o caldo na panela de fondue. Aquecer o caldo e mergulhar os espetos.

### Para os molhos:

**Molho verde:** Numa taça misturar 200 g de Hellmann's Maionese Original com Knorr Primerba Manjericão.

**Molho amarelo:** Numa taça misturar 200 g de Hellmann's Maionese Original, o açafrão, o alho e a raspa de limão. Para decorar, colocar a cebola crocante.

**Molho rosa:** Numa taça misturar 200 g de Hellmann's Maionese Original e Hellmann's Ketchup e o whisky e decorar com Gallo Piri Piri Jalapeño.



# Escalopes de Vaca com Presunto e Manjericão



## INGREDIENTES:

### Para os escalopes:

1,80 kg escalopes de vaca  
300 g presunto fatiado  
20 g manjericão fresco em folhas  
**1L Knorr Molho Demi Glace**  
**10 g Knorr Primerba Manjericão**  
**200 ml Azeite Gallo Virgem Extra**

### Para a guarnição:

2 Kg esparguete de curgete  
**1,5 kg Knorr Puré Batata Desidratado**

## PREPARAÇÃO:

### Para os escalopes:

Espalhar os escalopes na tábua e colocar uma fatia de presunto e uma folha de manjericão por cima.  
Dobrar cada escalope e temperar com sal e pimenta.  
Fritar os escalopes de ambos os lados num sauté com **Azeite Gallo Clássico**.  
Reservar e refrescar com o vinho branco.  
Ligar com **Knorr Molho Demi Glace** e **Knorr Primerba Manjericão**.

### Para a guarnição:

Saltear o esparguete de curgete em **Azeite Gallo Clássico** e alho.  
Servir os escalopes com **Knorr Puré de Batata** e o molho por cima.



# Rolo de Carne

## com Esmagada de Batata Doce, Espinafres e Molho Manjericão

### INGREDIENTES:

#### Para o rolo de carne:

2 Kg carne picada bovina  
400 g chouriço picado  
200 g queijo fatiado  
100 g fiambre fatiado  
**500 g Knorr Tempero Desidratado Aromat**

#### Para o molho manjericão:

200 ml Azeite Gallo Virgem Extra  
20 g Knorr Primerba Manjericão  
900 g Knorr Molho Demi Glace

#### Servir:

1 Kg batata doce roxa assada  
700 g folhas de espinafres  
congelados  
**100 ml Azeite Gallo Virgem Extra**  
10 g alho picado

### PREPARAÇÃO:

#### Para o rolo de carne:

Misturar a carne picada com o chouriço e temperar com **Knorr Aromat**. Estenda a carne na bancada forrada de película aderente. Por cima da carne, colocar o queijo fatiado e de seguida o fiambre. Com a ajuda da película, enrolar cuidadosamente a carne até formar um rolo. Colocar num tabuleiro, retirar a película e levar ao forno 50 minutos a 180° C

#### Para o molho de manjericão:

Depois de assado o rolo, aproveitar todos os sucos do tabuleiro e deitar para dentro de um tacho. Juntar **Knorr Molho Demi Glace** preparado e metade de **Knorr Primerba Manjericão**. Reservar. Diluir o restante **Knorr Primerba Manjericão** no **Azeite Gallo** e colocar dentro de biberon.

#### Servir:

Saltear os espinafres descongelados em **Azeite Gallo** e o alho. Juntar a batata doce e esmagar. Envolver tudo bem. Retificar temperos. Servir o rolo de carne em cama de esmagada de batata doce com espinafres e por fim o molho de manjericão finalizando com o azeite de manjericão.





Visite-nos em **ufs.com**