



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 Manjeriço

Com manjeriço, 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, manjeriço, 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**



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 Manjerição**, 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 manjerição), 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.



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.

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**).



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.

Manteigas compostas

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



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 homogênea, 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.



Knorr
PROFESSIONAL

Molhos para petiscos

Acompanhe os seus pratos com uma variedade de molhos originais, que todos vão querer provar.



Maionese de Framboesa

INGREDIENTES:

10 un. Framboesas congeladas
q.b. Manjerição 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 pur  de framboesas. Misture todos os ingredientes até obter a consistência desejada. Adicionar manjerição 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 Manjerição
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 Manjerição**. Misture 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 alcanç ada.



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 moinho
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 pickles 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 pickles 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 rechear 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 vegan 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:

150 ml Azeite Gallo Virgem Extra
300 g cebola em brunesa
20 g dentes de alho picados
350 g tomate em brunesa
350 g tomate enlatado
600 g esparguete
5 g tomilho fresco
(picado finamente)

250 g queijo ralado
q.b. manjerição picado
250 g pimento vermelho em brunesa
150 g cenoura em brunesa
800 g TVB “Carne” Picada Vegan
25 g Knorr Primerba Pesto Vermelho

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 manjerição 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 200° 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 mozzarella

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 180° C.

Servir:

Servir a lasanha decorada com **Creme Balsâmico Gallo**, folha de manjerição 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 mozzarella 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 amêndoa laminada
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 Manjeriçã

PREPARAÇÃO:

Espiralizar 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 Manjeriçã** 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

Para os molhos:
5 g açafrão
5 g cebola crocante
3 g alho picado

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 Manjeriçã

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 Manjeriçã.

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 Manjeriçao*

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 manjeriçao:

200 ml Azeite Gallo Virgem Extra
20 g Knorr Primerba Manjeriçao
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 180º C

Para o molho de manjeriçao:

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 Manjeriçao**. Reservar. Diluir o restante **Knorr Primerba Manjeriçao** 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 manjeriçao finalizando com o azeite de manjeriçao.





Unilever
Food
Solutions

Visite-nos em **ufs.com**