

Livro de receitas

MAIZENA

Presente há mais de 150 anos nas cozinhas dos portugueses



Unilever
Food
Solutions

Introdução

Líder mundial na oferta de produtos alimentares para Chefs profissionais, a **Unilever Food Solutions** compromete-se a fornecer produtos de alta qualidade para atender às necessidades dos seus clientes.

O nosso objetivo é simplificar os processos, economizar tempo e energia dos operadores, permitindo que se dediquem ao que mais amam: experimentar e criar propostas originais e de qualidade para os seus clientes.

Em todo o mundo e com consistência, a **Unilever Food Solutions** concebe, produz e apresenta ao mercado produtos inovadores com alto valor agregado, desenvolvendo soluções eficazes e seguras, feitas à medida para Chefs de cozinha e todos os profissionais do sabor, com atenção constante à qualidade e à sustentabilidade das matérias-primas utilizadas.

O papel da **Unilever Food Solutions** é ser exploradora e pioneira, mas também guardiã do conhecimento e da experiência adquiridos ao longo de muitos anos de atuação no topo do mercado, sempre atenta às novas tendências.

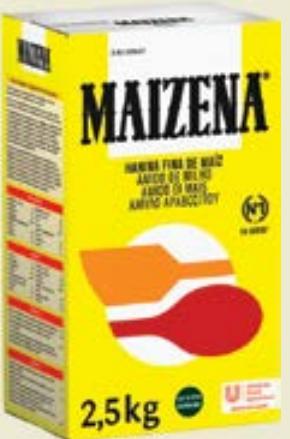
Este livro de receitas tem como objetivo inspirar e permitir que os profissionais criem pratos únicos e simples de preparar, graças aos novos produtos da gama **Maizena**.

Ingredientes inovadores, criados por chefs para chefs, que tornarão originais todos os pratos.

Atualmente, **Maizena** é uma das marcas mais reconhecidas nas cozinhas profissionais, sendo considerada sinônimo de amido de milho. Com a expansão da gama **Maizena**, estamos a lançar novos produtos sob a mesma marca, todos, sempre, isentos de glúten. Foram, portanto, incluídos a **Maizena Express Fix** e **Maizena Stacca Facile**.



O ingrediente secreto que torna tudo melhor.



ISENTO DE
GLÚTEN
2,5 kg



Benefícios:

- **Não afeta o resultado** final dos pratos.
- Confere aos molhos, recheios e cremes uma **textura suave e cremosa**.
- **Não altera o sabor e cor** dos pratos podendo ser utilizada em **preparações doces e salgadas**.
- É bastante **versátil** dado que permite inúmeras aplicações
- Ingredientes: amido de milho

Principais Aplicações:

massas de bolos, recheios, molhos, frituras.



Vantagens da utilização de Maizena em frituras:

- Permite preparar com antecedência, mantendo a crocância por mais tempo.
- Compatível com a mistura com outras farinhas, garantindo panados ainda mais crocantes.
- Deixa menos resíduos no fundo da fritadeira em comparação com a farinha convencional, mantendo o óleo limpo por mais tempo.
- Permite regeneração no micro-ondas.

Dicas de utilização:

- Quando utilizado como espessante, o amido de milho deve ser dissolvido num líquido frio e adicionado ao líquido a espessar quente, devendo ser mexido.
- Quando o líquido ultrapassa os 70°C, os grânulos de amido começam a inchar, espessando o líquido e formando a chamada “pasta de amido”. Muito utilizado em sobremesas de colher, molhos béchamel e acompanhamentos para carne e peixe, o amido de milho não possui sabor residual.
- Em preparações com fermento, como pão de ló, confere leveza e maciez à massa. No entanto, é preciso atenção às quantidades: doses excessivas podem comprometer a consistência do produto final.

*O espessante inovador
para engrossar molhos rapidamente.*



**Outros
espessantes**

COM
Maizena

Benefícios:

- Espessante à base de **amido de batata** com **dissolução instantânea a quente**.
- Pode ser utilizado em todos os tipos de receitas dado que tem **cor e sabor neutros** e **não altera o gosto** das preparações.
- Ideal para engrossar molhos escuros dado que **não os aclara**.
- Não faz grumos e permite engrossar cremes e molhos **de forma imediata**.
- Ideal para **molhos brilhantes** e **translúcidos** com uma **textura aveludada**.

Dica de utilização:

Recomenda-se adicionar, aos poucos, ao molho ou ao líquido a ferver, até atingir a textura desejada.

Principais Aplicações: sopas, recheios, molhos escuros, sobremesas.



*A inovação
que facilita a sua vida na cozinha.*



SEM LACTOSE
ISENTO DE GLÚTEN
500 ml



Benefícios:

- Spray antiaderente à base de óleo de colza.
- Adere facilmente às superfícies, evitando que os ingredientes fiquem colados/agarrados.
- Resiste a altas temperaturas e não queima nem carboniza as preparações.
- Por não ter sabor, odor nem cor, não altera as preparações doces nem as salgadas.
- Permite utilizar apenas a quantidade suficiente sendo bastante fácil de dosear, evitando assim o desperdício.
- Ideal para substituir o papel de cozinha.
- Higiênico (sem manuseamento direto).

Principais Aplicações:



Formas



Tabuleiros



Chapas



Frigideiras



Pizzas

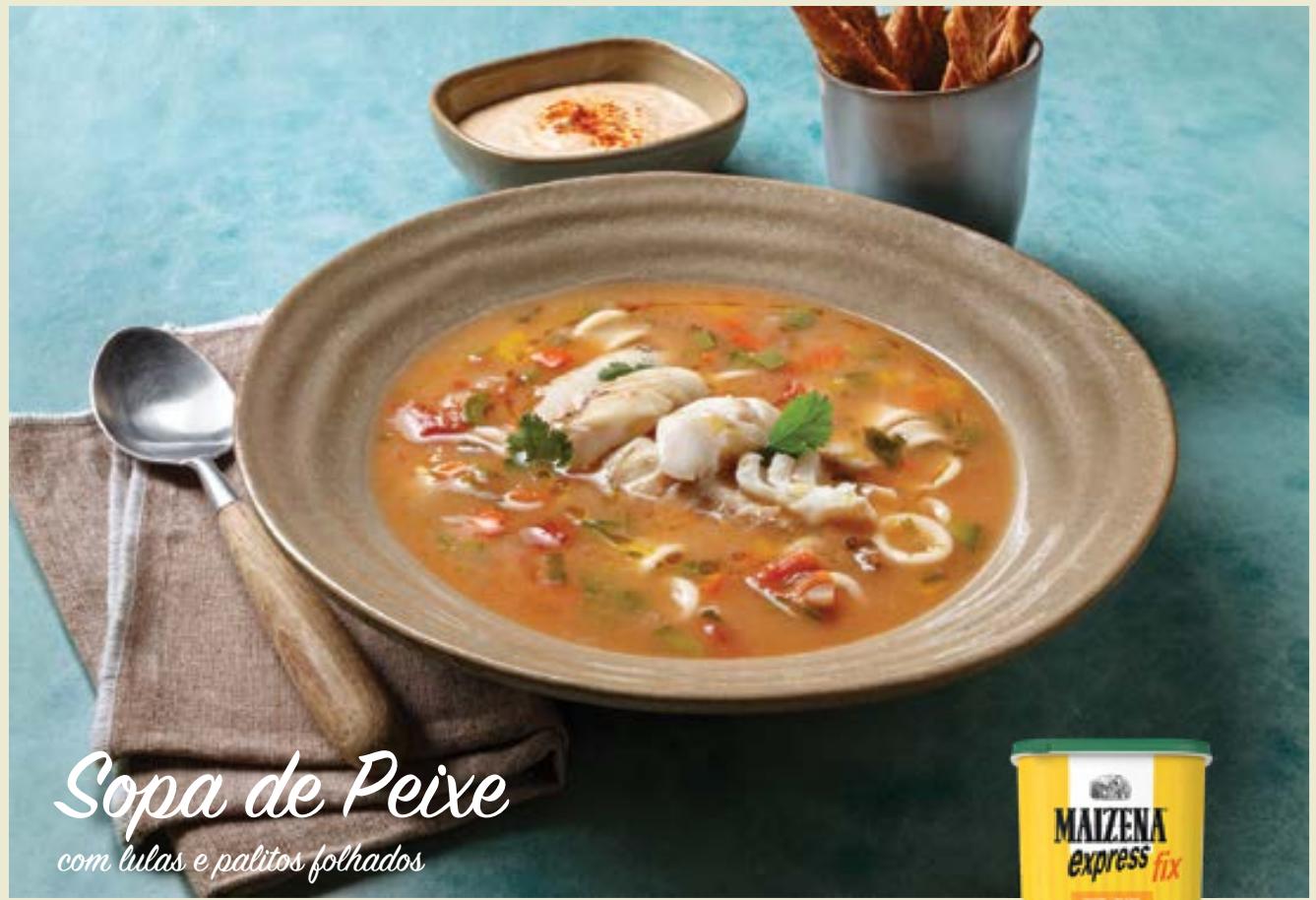


Grelhas





Receitas
únicas e originais criadas por
Chefs para Chefs



Sopa de Peixe com lulas e palitos folhados

2,29€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para a sopa de peixe

1,2 kg red fish
1 kg lulas em rodelas
300 g cebola picada
200 g pimento verde em brunesa
200 g pimento vermelho em brunesa
200 g pimento amarelo em brunesa
50 g alho picado

300 g Knorr Tomate cubos

30 g Knorr Caldo de Peixe

50 g Maizena Express Fix

30 g coentros frescos

300 ml Azeite Gallo

Para a guarnição

300 g massa folhada
250 g iogurte grego natural
10 g paprica



Modo de Preparação

Para a sopa de peixe

Colocar a cozer o peixe em 3 L de água juntamente com **Knorr Caldo de Peixe**. Depois de cozido, retirar o peixe e passar o caldo pelo chinês. Reservar o caldo. Noutra panela, refogar o alho com a cebola e os talos dos coentros. Juntar os pimentos, **Knorr Tomate Cubos** e as lulas. Adicionar o caldo do peixe e deixar levantar fervura. Ligar a sopa com **Maizena Express Fix** e retificar temperos. Finalizar com coentros picados e a carne do peixe.

Para a guarnição

Cortar a massa folhada em palitos, enrolar e levar ao forno até ficarem estaladiços. Misturar o iogurte com a paprica.

Servir

Servir a sopa com os palitos e o molho à parte.



Filetes de Pescada com molho tártnaro e salada verde

2,77€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para os filetes de pescada

2,2 kg filetes de pescada
100 ml sumo de limão
200 g Maizena Amido de Milho
200 g farinha
4 g fermento
300 ml água
200 ml água com gás
q.b. sal e pimenta
2 L óleo

Para a salada

400 g mistura de alfaces
300 g tomate cherry em metades
100 g cebola roxa em rodelas
500 g Hellmann's Molho Tártnaro
300 ml Azeite Gallo
30 g Knorr Primerba Pesto Verde



Modo de Preparação

Para os filetes de pescada

Para o polme, misturar as farinhas com fermento numa tigela e de seguida juntar as águas. Mexer com umas varas e reservar no frio. Temperar os filetes com sal, pimenta e sumo de limão. Passar os filetes por farinha e de seguida pelo polme. Fritar em óleo quente.

Para a salada

Misturar **Azeite Gallo** com **Knorr Primerba Pesto Verde** e colocar num biberon. Envolver a salada com o tomate e a cebola e temperar com o preparado anterior.

Servir

Servir os filetes com a salada e **Hellmann's Molho Tártnaro**.



Trio na Tabua

2,78€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas



Ingredientes

500 g feijão verde
700 g TVB Nuggets de “Frango”
600 g mozzarella panada
200 g farinha
200 g Maizena Amido de Milho
4 g fermento
500 g água com gás
600 g Hellmann's Maionese Original
30 g Knorr Primerba Pesto
Vermelho
30 g Knorr Primerba Manjericão
3 L óleo

Modo de Preparação

Misturar numa tigela a farinha com **Maizena**, adicionar o fermento e a água com gás. Mexer com umas varas e reservar. Humeredecer o feijão verde, passar por farinha e de seguida pelo polme. Fritar os peixinhos da horta, **TVB Nuggets de “Frango”** e o queijo panado. Dividir **Hellmann's Maionese Original** em 2 taças e em cada uma delas, misturar **Knorr Primerba Manjericão** e **Knorr Primerba Pesto Vermelho**.

Servir

Servir os fritinhos numa tábua, acompanhados com os molhos frios.



Hambúrguer na Pedra

2,99€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas



Ingredientes

2,4 Kg TVB Hambúrguer Vegan
300 g Hellmann's Molho
Barbecue
400 g mistura de alfaces
200 g cenoura ralada
100 g couve roxa
400 ml Hellmann's Molho
para Saladas Mil Ilhas
q.b. Maizena Stacca Facile

Modo de Preparação

Misturar as alfaces com a cenoura e a couve. Colocar em taças e temperar com **Hellmann's Molho para Saladas Mil Ilhas**. Cozinhar **TVB Hambúrguer Vegan** na chapa, utilizando **Maizena Stacca Facile** antes de colocar os hambúrgueres. Depois de cozinhados, pincelar com **Hellmann's Molho Barbecue**.

Servir

Servir os hambúrgueres com a salada à parte, batatas fritas e mais **Hellmann's Molho Barbecue**.



Bao de Peixe Frito e molho sweet chili

2,94€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para o peixe frito

1,5 kg filetes de pescada

150 g Maizena Amido de Milho

300 g farinha de trigo

5 g paprica

50 ml sumo de lima

3 g coentros em pó

q.b. sal e pimenta

2 L óleo

Para o Bao

10 un. pão Bao

125 g cebolinha fresca em rodelas

100 g espinafres frescos

400 ml Molho Sweet Chili

Modo de Preparação

Para o peixe frito

Depois de descongelados, cortar os filetes de pescada com a faca japonesa em pedaços pequenos. Marinhar com o sumo de lima, sal e pimenta. Numa tigela, misturar a **Maizena** com a farinha de trigo, a paprica e os coentros em pó. Passar o peixe pela mistura anterior e fritar em óleo bem quente. Reservar.

Para o Bao

Envolver o peixe frito em **Knorr Molho Sweet Chili**. Cozinhar o pão Bao a vapor durante 5 minutos. Depois de cozinhado, colocar folhas de espinafres no centro do pão e colocar o peixe frito por cima. Finalizar com a cebolinha fresca.

Dica

Ótimo prato para partilhar, servindo 2 unidades de pão por dose.



Caril de Peixe com Gambas

3,39€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para o molho caril

300 g cebola em pedaços

10 g alho laminado

10 g coentros picados

5 g gengibre em pó

40 g raz-el-hanout

1 g erva limeira

200 ml Azeite Gallo

200 ml vinho branco

2 L Knorr Caldo de Marisco Preparado

70 g Maizena Amido de Milho

cascas dos camarões

q.b. sal e pimenta

Para o caril de peixe

2 kg garoupa em pedaços

1,5 kg camarão 20/30 descascado

200 ml creme de coco

5 g coentros picados

30 g cebola roxa em rodelas

q.b papadums



Modo de Preparação

Para o molho caril

Aquecer as especiarias em azeite quente. Juntar o alho e a cebola e deixar refogar juntamente com erva limeira e os coentros. De seguida, acrescentar as cascas do camarão e deixar cozinhar bem, esmagando com a colher as cabeças. Refrescar com o vinho branco e deixar reduzir. Deitar **Knorr Caldo de Marisco Preparado** e cozinhar durante 30 minutos. Triturar tudo, passar pelo chinês e voltar a colocar ao lume. Diluir **Maizena** num pouco de água fria e juntar ao molho. Depois de engrossar, retificar temperos.

Para o caril de peixe

Colocar os pedaços de garoupa juntamente com os camarões no molho de caril. Depois de tudo cozinhado, finalizar o molho com o creme de coco e envolver tudo bem.

Servir

Servir com coentros frescos e cebola roxa por cima. Acompanhar o caril com arroz Basmati e papadums.



Sonhos de Bacalhau

Migas e Maionese Composta

1,27€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

1 kg posta de bacalhau demolhado

500 ml leite

250 g farinha

4 un ovos

250 g cebola picada

10 g salsa picada

2 L óleo vegetal

250 g Maizena Amido de Milho

100 ml azeite

10 g alho picado

1 kg broa de milho picada

500 ml Knorr caldo pasta Legumes

600 g feijão frade cozido

300 g caldo verde cozido

15 ml Hellmann's Molho Picante

600 g Hellmann's Maionese



Modo de Preparação

Para os sonhos de bacalhau

Cozer o bacalhau no leite. Depois de cozido deixar arrefecer e reservar o leite da cozedura. Numa tigela, colocar a farinha e deitar o leite mexendo sempre com uma vara. Adicionar os ovos e voltar a mexer tudo bem. Juntar a cebola e salsa. Limpar as peles e as espinhas ao bacalhau e envolver no preparado anterior. Aquecer o óleo vegetal, deitando o aparelho com uma colher de servir para que forme um sonho.

Para as migas

Refogar o alho em azeite e juntar a broa. Deitar **Knorr caldo pasta Legumes** preparado quente e mexer. Adicionar o feijão frade juntamente com o caldo verde e envolver tudo.

Para a maionese composta

Misturar Hellmann's Maionese com Hellmann's Molho Picante.



Leite Creme Vegan

0,48€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas



Ingredientes

165 g **Carte D'Or Leite Creme**

1 L bebida de amêndoas

5 g **Maizena Amido de Milho**

200 g açúcar amarelo

Modo de Preparação

Diluir a **Maizena** e o preparado **Carte D'Or Leite Creme** na bebida de amêndoas. Levar à ebulição, mexendo sempre até ferver durante 2-3 min. Deixar arrefecer e reservar no frio. Polvilhar o leite creme com açúcar e queimar.



Pataniscas de tudo e mais alguma coisa

2,74€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para a base das pataniscas

8 ovos
300 g farinha sem fermento
100 g Maizena Amido de Milho
150 ml leite
200 g cebola picada
5 g salsa picada
300 g bacalhau cozido e desfiado
300 g mix de legumes em juliana
300 g peixe cozido
500 g Hellmann's Molho Tártaro
q.b. sal e pimenta
q.b. açafrão
q.b. paprica
2 L óleo



Modo de Preparação

Para a base das pataniscas

Numa taça e com a ajuda de umas varas, envolver a farinha e a Maizena com ovos e o leite até criar uma massa homogénea. Juntar a cebola e a salsa. Dividir a massa em 3 taças. Numa taça colocar o bacalhau, noutra os legumes e a paprica e, na última taça, o miolo de peixe com açafrão. Retificar temperos de cada uma das taças. Aquecer o óleo e fritar cada uma das pataniscas. Acompanhar com Hellmann's Molho Tártaro.

Dica

Tendo a base feita, podemos fazer a patanisca que quisermos, podendo até aproveitar algum ingrediente que esteja em excesso no frio (por exemplo: legumes cozidos).



Doce da Casa

0,71€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para o leite creme

20 g Maizena Express Fix
50 g açúcar
3 gemas
0,5 L leite

Para o doce da casa

700 g Carte D'Or Mousse de Chocolate Preparada
1L nata para bater
390 g leite condensado
100 g açúcar

Modo de Preparação

Para o leite creme

Misturar o açúcar com as gemas. Ferver o leite e aos poucos deitar para dentro das gemas, “temperando” de modo a que não talhe. Levar novamente ao lume e engrossar com Maizena Express Fix. Ferver 3 minutos em lume brando e reservar deixando arrefecer.

Para o doce da casa

Bater as natas e envolver com o leite condensado. Colocar no fundo das taças Carte D'Or Mousse de Chocolate. De seguida as natas batidas. Por fim, um pouco de leite creme. Polvilhar com açúcar e queimar com a ajuda de um maçarico antes de servir.





Croquetes de Batata

0,35€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas



Ingredientes

300 g Knorr Flocos de Batata
1 L água
150 g Maizena Amido de Milho
150 g ovos
100 g pão ralado
1 L óleo Vegetal

Modo de Preparação

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



Costeletas de Borrego

com puré de berinjela e batata grelhada

2,99€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

Para o puré de berinjela
1,5 kg berinjelas
20 g Knorr Primerba Alho
100 ml Azeite Gallo
q.b. sal e cominhos
5 g salsa picada

Para a crosta de milho com mostarda

300 g broa de milho

100 g Maille Mostarda Dijon

5 g alho

5 g salsa

Para as costeletas de borrego

2,5 kg costeletas de borrego

1,2 kg batata nova cozida

5 g alecrim fresco

100 ml Azeite Gallo

q.b. sal e pimenta

q.b. Maizena Stacca Facile

Modo de Preparação

Para o puré de berinjela
Abrir as berinjelas ao meio e golpear o miolo. Misturar **Knorr Primerba Alho** com **Azeite Gallo** e deitar por cima. Temperar com sal e cominhos a gosto. Levar ao forno a 180 °C durante 40 minutos. Depois de cozinhado, triturar bem até obter um puré. Misturar salsa picada.

Para a crosta de milho com mostarda

Triturar a broa de milho juntamente com o alho e a salsa. Envolver com **Maille Mostarda Dijon**. Espalhar num tabuleiro e levar ao forno a tostar bem.

Para as costeletas de borrego

Aquecer **Azeite Gallo** com o ramo de alecrim dentro. Temperar as costeletas com sal e pimenta. Colocar **Maizena Stacca Facile** na grelha e grelhar a carne juntamente com as metades da batata e pincelar com azeite de alecrim.

Servir

Servir com o puré de berinjela e a crosta de milho por cima da carne.





Ratatouille no Forno

1,44€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

600 g beringela laminada
600 g curgete laminada
600 g tomate laminado
600 g cebola roxa laminada
900 g Knorr Tomate Triturado
50 g Maizena Express Fix
q.b. sal e pimenta
300 g queijo feta
5 g cebolinho picado

Modo de Preparação

Ferver **Knorr Tomate Triturado** e engrossar com **Maizena Express Fix**. Reservar. Numa forma redonda, forrar com papel vegetal. Começar por colocar uma rodelas de cada vegetal intercalando entre eles até forrar o fundo. Temperar com sal e pimenta. Por cima, um pouco do tomate e novamente rodelas intercaladas. Repetir o processo até acabar os legumes. Colocar papel vegetal a tapar e por cima algo para fazer peso durante a confeção no forno. Levar ao forno 45 minutos a 180 °C. Depois de cozinhado, deixar arrefecer um pouco e desenformar. Retirar o papel vegetal e decorar com o queijo feta em pedaços. Finalizar com o cebolinho.



Bolo de Amêndoas Amarga

1,00€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas

Ingredientes

500 g açúcar
300 g água
250 g miolo de amêndoas ralada
25 g manteiga
10 g banha
15 g Maizena Amido de Milho
10 gemas
2 ovos
50 ml Amarguinha
200 ml Carte D'Or Topping de Caramelo
q.b. Maizena Stacca Facile
1 pau de canela
q.b. canela em pó
q.b. açúcar em pó

Modo de Preparação

Num tacho colocar a água, o açúcar e o pau de canela. Deixar ferver 4 minutos. Numa taça, misturar a manteiga, a banha e o miolo de amêndoas. Juntar à calda, mexer e levar novamente a levantar fervura muito lentamente. Dissolver a **Maizena** na Amarguinha e misturar com as gemas, os ovos e um pouco de canela em pó. Envolver a mistura dos ovos na massa anterior. Pulverizar um tabuleiro retangular com **Maizena Stacca Facile**. Verter o preparado e levar ao forno 35 minutos a 180 °C. Servir decorado com **Carte D'Or Topping de Caramelo**.



Brownie Vegan de Chocolate com maçã caramelizada

0,63€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas



Ingredientes

150 g margarina vegan
200 g chocolate culinário vegan
100 g farinha com fermento
70 g Maizena Amido de Milho
180 g açúcar amarelo
70 g chocolate em pó vegan
2 g sal grosso
1 g canela em pó
100 g miolo de noz em pedaços
100 g amêndoas laminadas
250 g maçã em pedaços
200 ml Carte D'Or Topping Toffee
240 ml natas vegan
150 g açúcar

Modo de Preparação

Pré-aquecer forno a 180 °C. Em banho-maria, derreter o chocolate partido em pedaços juntamente com a margarina. Numa tigela, misturar a farinha, a **Maizena**, o fermento, o açúcar, o chocolate em pó, o sal e a canela. Juntar natas vegan e o chocolate derretido e envolver tudo até obter uma massa homogénea. Verter num tabuleiro forrado com papel vegetal. Adicionar o miolo de noz e a amêndoas laminadas por cima da massa e levar ao forno durante 25 min. Saltear a maçã juntamente com **Carte D'Or Topping Toffee**. Sirva o brownie com natas vegan batidas com um pouco de açúcar.



Cheesecake Vegan

1,02€ Custo indicativo por pessoa
Para 10 pessoas



Ingredientes

400 g bolacha vegan tipo biscoito
200 g margarina vegan
65 g farinha de amêndoas
360 g queijo creme vegan
200 g açúcar amarelo
35 g farinha
75 g Maizena Amido de Milho
400 ml Carte D'Or Topping Frutos Silvestres
Silvestres com pedaços
400 ml natas vegan

Modo de Preparação

Triturar a bolacha e misturar a margarina derretida. Forrar a base de uma forma. Colocar numa tigela as farinhas, o queijo, a margarina, o açúcar e a **Maizena**. Misturar tudo bem com a ajuda de uma batedeira. Depois de ter uma massa homogénea, verter para dentro da forma. Levar ao forno a 170 °C durante 1 hora. Deixar arrefecer e reservar no frio. Antes de servir, colocar uma boa dose de **Carte D'Or Topping Frutos Silvestres** por cima do cheesecake.



Unilever
Food
Solutions

Visite-nos em **ufs.com**