



HISTÓRIAS QUE TÊM SABOR

Alunos - EJA
EMEF Nicolau Couto Ruiz - 2017

HISTÓRIAS QUE TÊM SABOR

Antônia Dionisia Couto

Célia de Aquino Couto

Felipe Evaristo Filho

Gisele Cristina Couto Conceição

Joana D'arc de Carvalho

Lúcia Machado da Silva

Maria Dulce de Alvarenga

Maria Eduarda Couto dos Santos

Maria Helena Nunes Couto

Marina Aparecida Florido Laurentino da Silva

Marino de Almeida

Rosana de Lourdes Couto Emídio

Sandra da Silva

Sônia Rodrigues Couto

Vera Lúcia Couto

ÍNDICE

Apresentação.....	4
O casamento, o bolo e a sogra.....	6
Pão da Terezinha.....	8
Lembranças do Natal de 1968.....	10
Canudinho da Gisele.....	12
Minha vitória.....	14
Meu primeiro namorado e o delicioso bolinho de bacalhau.....	16
Bolo pega marido.....	20
Marina.....	22
Cuscuz com pinga.....	24
Macarronada da dona Lúcia.....	26
Meu primeiro bolo de cenoura.....	28
Torta da Sônia.....	30
Uma herança do tio Pequenininho.....	32
Suspiro da mamãe.....	36
Meu primeiro pudim.....	38

APRESENTAÇÃO

Esta obra, que certamente encantará os mais diversos leitores, surgiu de um conjunto de situações no cotidiano de um grupo de alunos do EJA, da escola Nicolau Couto Ruiz.

Numa confraternização, de encerramento do semestre, surgiu uma curiosidade sobre como fazer algo saboroso, uma esfirra.

Da necessidade de se fazer um projeto pedagógico, uma oportunidade de aprender, e da criatividade surge então: “Histórias que tem sabor”. Uma obra que apresenta, de estilos literários de escrita a um livro de receitas num espaço de parágrafo. Vai da infância... as mais variadas e emocionantes sensações de gratidão, carinho e amizade, isso sem deixar de lado grandes momentos de humor.

Nas histórias aqui contadas, os leitores se encontrarão com diversas paisagens, de uma cidade do interior, se defrontarão com a vida, algumas vezes sofrida, mas acima de tudo, agradecida e alegre de pessoas que sabem dar sabor ao que lhes foi apresentado.

As narrativas trazem alegria e gratidão e na sequência excelentes receitas que encantarão pelo sabor e simplicidade. Não perca a oportunidade de se deliciar com vida e sabores inigualáveis.

Saboreie sem moderação!

Professor Marino de Almeida

HISTÓRIAS

QUE

TÊM

SABOR

EMEF Nicolau Couto Ruiz
Tremembé, 2017

O CASAMENTO, O BOLO E A SOGRA

Logo nos primeiros dias de casada, resolvi fazer algo para agradar o “maridão”. Então lá fui eu... Pesquisar na internet uma receita de bolo que fosse fácil. Afinal de contas era meu primeiro bolo. Lá fui eu para o Google: “pesquisar bolo fácil”. Logo encontrei o bolo perfeito. Era um bolo de fubá super fácil: uma xícara de cada ingrediente. Então fiz o bolo. Fiquei muito feliz, era meu primeiro bolo e tinha ficado muito lindo.

Quando meu marido levantou, eu contente, disse:

- Meu bem, vamos tomar café?

E ele respondeu:

- Vamos, minha mãe está me esperando.

Então, eu com aquele sorriso amarelo falei:

- Fiz um bolo para o café. Um bolo de fubá!

E ele exclamou:

- Hummmm!

Com tanto entusiasmo que pensei: “Ele deve gostar!” Então ele completou:

- Minha mãe adora!

Pensei comigo: “Até ele se desapegar vai tempo...”

Lá fomos nós tomar aquele bom e velho café da sogra com o bolo que eu havia feito.

Ah! O bolo, ela adorou mesmo. Ainda bem né! Gostou tanto que ficou famoso.

Maria Eduarda Couto dos Santos

BOLO DE FUBÁ AGRADA SOGRA

Ingredientes:

- 3 ovos;
- 1 copo de leite (250 ml);
- 1 copo de óleo (250 ml);
- 1 copo de açúcar (250 ml);
- 1 copo de fubá (250 ml);
- 1 copo de trigo (250 ml);
- 1 ½ colher de sopa de fermento em pó.

Modo de fazer

Junte em uma vasilha: o leite, o óleo e os ovos. Bata bem, com um “fouet” ou colher. Depois acrescente os ingredientes secos: açúcar, fubá, trigo e por último o fermento. Bata por mais alguns minutos até ficar homogênea. Unte uma forma redonda com óleo e açúcar. Coloque a massa e leve ao forno baixo (180° graus) por 30 minutos.



PÃO DA TEREZINHA

Trabalhei na casa da Teresinha e do João por dez anos. Cuidava da casa e dos três filhos. Muitas vezes eu era mais mãe do que a própria Teresinha: ia a reuniões de escola, leva as crianças ao médico, levava para a escola... Fazia de tudo um pouco. Já era parte da família.

Todo sábado, quando Teresinha voltava do trabalho, ela inventava alguma coisa diferente para fazer. Num destes sábados eu estava acabando de tomar banho, quando ouvi os gritos da Teresinha. Saí e fui ver o que era. Quando entrei na cozinha, levei um susto! Tinha trigo por todos os lados. Teresinha falou:

- Me ajude! Vamos fazer pão. De hoje em diante não vamos mais comprar pães. Nós mesmos vamos fazer!

Fizemos pães a tarde toda. À noite, a casa toda cheirava pão assado. Ficaram muito gostosos.

Enquanto fiquei na casa deles, fiz pães. Saí da casa da Teresinha para casar. Foi o João que entrou comigo na igreja. Rodrigo, Rogério e Vanessa me chamam de tia, foi uma amizade que só cresceu e nos uniu até hoje! Agradeço muito por todo o tempo que vivi com eles.

Rosana de Lourdes Couto Emídio

PÃO DA TEREZINHA

Ingredientes:

- 50g de fermento biológico;
- 1 copo(250ml) de água morna;
- 2 copos (250ml) de leite morno;
- 4 colheres de sopa de manteiga;
- 1 colher de sobremesa de sal;
- 12 colheres de sopa de açúcar;
- 6 colheres de sopa de óleo;
- 1,5kg de farinha de trigo;
- 4 ovos.



Modo de fazer

Numa bacia grande coloque a água morna, o fermento e misture bem. Adicione uma xícara de trigo, mexa bem até virar um mingalzinho. Tampe com um pano e deixe crescer por 10 minutos.

Depois de 10 minutos coloque o restante dos ingredientes, deixando a farinha de trigo por último. Sove bem até desgrudar das mãos. Tampe com um pano e deixe crescer por 30 minutos. Modele os pães, asse em forma untada e forno pré-aquecido. Asse até dourar. Se quiser rechear fique a seu gosto: doce ou salgado. Passe uma gema batida em cima dos pães antes de assar.

LEMBRANÇAS DO NATAL DE 1968

Em 1968, quando tinha oito anos, lembro-me bem... Era véspera de Natal... Minha mãe naquela ceia fazia uma velha receita que ficaria para sempre em minha memória. Era uma receita de bolinho de farinha de milho, simples, mas com um significado muito nobre e bonito.

Naquela tarde, minha mãe nos chamou para ajudá-la a fazer o que seria até o hoje o famoso “Vira cambote”. Fizemos uma peneira cheia daqueles deliciosos bolinhos. Ficamos ansiosos para experimentar. Depois de tudo pronto, minha mãe preparou a mesa da ceia. Pedi a ela um bolinho, mas ela me falou:

- Só à meia noite!

Como era criança fui dormir.

Ao aproximar da meia noite, minha mãe nos chamou: levantamos e nos deparamos com a “Folia de Reis” a nossa porta. Vieram visitar nosso presépio. Lá na mesa estavam os nossos deliciosos bolinhos, para os foliões comerem.

Depois de se deliciarem com os bolinhos foram visitar os presépios, de outros vizinhos. Fomos todos acompanhá-los e assim... Vivi a magia do Natal!

Antonia Dionisia Couto

BOLINHO VIRA CAMBOTE

Ingredientes:

- 1 xícara de chá de farinha de milho;
- 1/2 xícara de chá de farinha de trigo;
- 1 colher de sopa de fermento em pó;
- 1 pitada de sal.

Modo de fazer

Coloque numa tigela a farinha de milho e amasse bem, até desmanchar totalmente. Na mesma tigela misture a farinha de trigo, o fermento em pó e o sal.

Ponha a água aos poucos até dar o ponto de enrolar, desgrudando das mãos.

Faça rolinhos de massa de aproximadamente dois centímetros de espessura, e do tamanho que desejar. Junte as duas pontas para que fiquem grudadas. Frite em óleo bem quente.



CANUDINHO DA GISELE

Estava desempregada e assistia ao “Programa da Ana Maria Braga”. Precisava ganhar algum dinheiro, precisava de uma renda. Achei muito interessante a receita de “Canudinho de cocada”. A própria apresentadora sempre incentivava as pessoas utilizarem produtos de cozinha para ganhar dinheiro. Ao invés de copiar resolvi criar a minha própria receita.

Meu avô, com quem eu morava, criou uma massa de pastel e um molde de bambu para cortar as tiras da massa e depois modelar os canudinhos.

Minha mãe criou uma cocada. E que cocada! Que seria o recheio dos canudinhos.

Todos os finais de semana fazia os “Canudinhos de cocada” e saia vendendo no bairro. Tinha uma grande freguesia. Até que comecei “vender fiado”, para algumas pessoas e então... Já não dava mais certo. Resolvi procurar um emprego e deixei de fazer os docinhos, até hoje me perguntam dos canudinhos que fazia, eles eram mesmo uma delícia!

Gisele Cristina Couto Conceição

CANUDINHO DA GISELE

Ingredientes:

- 500g de massa de pastel;
- 500g de gordura vegetal;
- 1 ½ copo de água (250ml);
- 1 coco médio ralado;
- 1kg de açúcar.



Modo de fazer

1. Preparo da cocada:

Coloque a água em uma panela, acrescente também o açúcar e leve ao fogo, até ficar uma calda grossa (Ponto de bala: quando colocar um pouco da calda num copo de água ela cristaliza, formando balinhas). Coloque o coco, mexa e logo retire do fogo. A cocada precisa estar ainda mole.

2. Preparo do canudinho:

Corte a massa de pastel em tiras de 2cm X 40cm. Enrole a tira de massa, delicadamente, usando formas de alumínio em formato de cone (encontradas em casas de festas).

Numa panela, coloque a gordura vegetal e aqueça bem, até ficar líquida e bem quente. Coloque as forminhas, já com a massa enrolada, para fritar até a massa ficar dourada e com bolhinhas.

Após a fritura, retire a massa dos canudinhos ainda morna. Segure com um pedaço de papel toalha e retire cuidadosamente para não quebrar.

Preencha os canudinhos com a cocada.

MINHA VITÓRIA

Fui casada por vinte e dois anos. Tive três filhos. Fiz duas cirurgias na coluna, tive uma trombose, durante uma das cirurgias, mas com fé venci. Logo em seguida me separei. Minha mãe foi minha companheira, minha melhora amiga. Sofri muito e ela me ajudou a superar.

Consegui fazer a cirurgia bariátrica. Hoje sou uma nova mulher. Com muito mais saúde. O que me deixou triste, foi que minha mãe não conseguiu ver esta minha vitória. Ela morreu e quase entrei em depressão.

Foi quando comecei a fazer bolos e doces. Faço qualquer tipo de bolo ou doce. Também faço tortas e sobremesas. Com isso afastei a tristeza e ainda ganho um dinheiro para ajudar na minha renda.

O que mais gosto é de fazer... é o “Doce de Abóbora”, que fazia com a minha mãe. Este sim! Deixou muita saudade.

Agora, todos os anos faço “Doces de abóbora” para a festa: “Menino Jesus de Praga”. Era o doce que minha mãe fazia. Ele é saboreado e elogiado por todos!

Vera Lucia Couto

DOCE DE ABÓBORA

Ingredientes:

-2 kg de abóbora (madura);

-1 kg de açúcar;

-5g de cravo da índia;

-500g de coco ralado.

Modo de fazer

Retire a casca da abóbora, pique em cubos pequenos. Ponha na panela: a abóbora, o açúcar, o cravo e o coco. Deixe no fogo alto, até secar a água. Sem mexer.

Depois que secar a água, comece a mexer o doce. Apure o doce sempre mexendo, sem parar, para não queimar.

Quando mexer com a colher e aparecer o fundo da panela, está pronto!



MEU PRIMEIRO NAMORADO E O DELICIOSO BOLINHO DE BACALHAU

Quando era adolescente, com 14 anos, vivia com meus pais. O tempo foi passando... eles se separaram. Fiquei dividida, não sabia com quem ficar, até que decidi viver, uns dias com meu pai e outros com minha mãe. Eu e meus irmãos ficamos com minha mãe e a caçula ficou com meu pai. “Fui mãe e irmã dela”. Quase não tive infância e nem tempo para estudar.

Meu pai, na época, era militar: bravo, difícil de lidar, ranzinza, tudo tinha que ser do jeito dele. “Tudo certo, nada errado.”

Um dia, minha mãe foi me visitar na casa do meu pai, resolvi ir morar com ela de vez. Logo arrumei meu primeiro serviço: fui trabalhar de babá na casa de dona Mariquinha. Trabalhava de manhã e quando dava tempo ia para a escola à tarde, na escola Monteiro Lobato. Após algum tempo passei para o supletivo à noite no MOBREAL.

Quando minha mãe foi morar na roça, lá no Kanegae, tive que sair do trabalho e também da escola. Logo começamos a trabalhar na plantação de arroz. A gente trabalha o dia todo, nossos pés ficavam até cozidos dentro d’água. Trabalhei alguns meses neste serviço cansativo. Deixei meus irmãos lá na plantação de arroz e fui procurar serviço na cerâmica de fazer telha. Não demorou muito me cansei deste também.

Aos 17 anos fui procurar novamente trabalho na cidade, logo me vi trabalhando na casa de uma senhorinha. Fui contratada pela filha para dormir com ela durante a semana. Aos sábados ia para a casa de minha mãe, só voltava na segunda-feira bem cedinho, no primeiro bondinho que saía da estação São Judas Tadeu. Fiquei trabalhando um bom tempo com esta senhorinha que se chamava Dona Ana, uma pessoa muito boa. Com o passar do tempo ela adoeceu e logo faleceu. Não demorou muito e fui dispensada pela filha dela. Fiquei sem trabalho de novo!

Depois de alguns meses minha mãe se mudou para Tremembé. Fomos morar como caseiros numa chácara na “Estrada Velha”, perto da casa de uns primos de minha mãe e lá comecei a trabalhar. Ficava mais com eles do que em casa.

Entre idas e voltas, trabalhei um pouco em cada lugar: com Dona Verônica, de ajudante de cozinha, eu e mais uma amiga, que morreu num triste acidente, que me marcou na época, a ponto de não conseguir trabalhar mais lá. Pedi mais uma vez demissão.

Depois de mais ou menos um ano, consegui trabalhar na Cantina do Pedro.

Sempre fui baladeira! Numa bela noite de sábado, minhas primas, amigas e eu, estávamos sentadas na “pracinha da estação” (Antiga Estação Ferroviária de Tremembé). Escutávamos músicas que o “Pedrão” colocava no alto falante, para todos ouvirem. Quando não estava ali, estava no CREIX (Clube da cidade). Como era baladeira, né! Não ficava sem dançar! Já ia dar seis horas, quando resolvi me levantar para ir até a Rádio (Alto falante do Pedrão) pedir uma música dos anos 70.

Neste levantar-me, esbarrei com meu primeiro namorado, João, detetive particular. Ele era um moreno de tirar o fôlego: alto, lindo e de cabelo liso. Parecia um índio, só que índio não usa roupa né! Ele estava todo alinhado num lindo terno.

Começamos a nos encontrar, até que um dia... ele pediu para minha mãe para namorarmos. Passaram alguns meses de namoro. Um dia cheguei em casa do trabalho e lá estava ele, na cozinha, preparando a massa, e me disse:

- Chegou minha preta! Venha aprender como se faz meu bolinho de bacalhau com arroz!

Lá fui eu: por a mão na massa, até dar o formato do bolinho de bacalhau. Então eu disse:

- Meu moreno, muito bom, hummm... esse bolinho de bacalhau com arroz!

Então, ele me disse:

Come-se no almoço ou num delicioso café da tarde... mas isso é uma outra história...

Sandra da Silva

BOLINHO DE BACALHAU

Ingredientes:

- 500g de bacalhau;
- 2 batatas médias, cozidas e espremidas;
- 5 colheres de sopa de amido de milho;
- 4 colheres de sopa de salsinha picada;
- 4 gemas;
- 4 claras em neve;
- óleo de milho (para fritar).

Modo de preparo

Na véspera, coloque o bacalhau numa vasilha e cubra com água para dessalgar. Troque a água quatro vezes ao dia.

No dia seguinte, coloque o bacalhau numa panela, cubra-o com água, leve ao fogo médio e cozinhe por 15 minutos e ou até ficar macio. Espere esfriar, retire a pele e as espinhas.

Triture-o, transfira para uma vasilha, junte as batatas, o amido de milho, a salsinha, as gemas e misture bem. Incorpore as claras em neve, misturando delicadamente. Em uma panela aqueça o óleo em fogo médio e frite os bolinhos as colheradas. Escorra sobre papel toalha e sirva em seguida.



BOLO PEGA MARIDO

Aos quinze anos comecei a trabalhar com um casal idoso, em Taubaté. Eles eram muito bons para mim. Aprendi muitas coisas boas com eles.

Com dezoito anos conheci um rapaz e comecei a namorar. Minha patroa uma mulher muito sábia, me chamou para conversar e me explicou que para arrumar um bom marido precisava aprender cozinhar, “pois o homem a gente conquista pelo estômago”. E me deu um caderno de receitas. Pedi que convidasse meu namorado para ir a casa dela. Ele aceitou o convite.

No dia combinado, ela me disse:

- Você vai fazer um bolo para ele!

E me ensinou a preparar meu primeiro bolo, um Bolo de Fubá. Que foi tudo de bom! Ele gostou muito e gosta até hoje! Ainda faço este bolo três vezes na semana para ele, de tanto que gostou!

- Será que casou comigo ou com o Bolo de Fubá?

Não importa. Só sei dizer que somos felizes até hoje!

Maria Helena Nunes Couto

BOLO FUBA CAÇA MARIDO

Ingredientes:

- 4 ovos;
- 4 xícaras de chá de leite;
- 3 xícaras de chá de açúcar;
- 2 xícaras de chá de fubá;
- 2 colheres de sopa de margarina;
- 1 ½ xícara de chá de coco ralado;
- ½ xícara de chá de queijo ralado;
- ½ xícara de chá de amido de milho;
- 1 colher de sopa de fermento em pó.



Modo de fazer

Bata no liquidificador: os ovos, duas xícaras de leite, o açúcar, a margarina até ficar homogêneo.

Passe para uma tigela junto: o amido de milho, o coco, o queijo, mais duas xícaras de leite, o fermento e misture tudo.

Coloque a mistura em uma assadeira grande (40x28cm), untada e enfarinhada.

Leve ao forno, pré-aquecido, por 45 minutos ou até que um palito, depois de espetado na massa, saia limpo.

Retire do forno. Deixe esfriar. Corte em quadrados e sirva.

Tempo de preparo 55 minutos. Rendimento 30 pedaços.

MARINA

Estava com vinte e sete anos quando me casei. Depois de dois anos meu esposo ficou doente, nas mãos dos médicos. Acompanhei suas dores, e estava com ele no hospital todos os dias, onde fazia hemodiálise. E isso foi por vinte e um anos, até o fim de sua vida.

Após sua morte comecei uma nova vida. Uma nova história. Porém triste, porque também fiquei nas mãos dos médicos e também nas mãos de Deus.

Meu filho e minha família achavam que eu iria morrer. Estava desenganada pela medicina, mas Deus com sua bondade e amor, olhou para mim e fez um milagre.

Depois de ter passado por tudo isto me lembrei do meu bolo de chocolate. Tive uma história triste, que terminou numa história feliz. Por que Deus estava comigo todo o tempo.

Marina Aparecida Florido Laurentino da Silva

MEU BOLO DE CHOCOLATE

Ingredientes:

Massa:

- 2 ovos;
- 1 xícara de chá de leite;
- 1 colher de margarina;
- 1 ½ de xícara chá de açúcar;
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo;
- 1 colher de sopa de fermento em pó;
- 1 xícara de chá de achocolatado.

Cobertura:

- 1 xícara de chá de achocolatado;
- 1 xícara de chá de açúcar;
- 2 colheres de sopa de margarina;
- 4 colheres de sopa de leite.



Modo de fazer

Bata no liquidificador: os ovos, o leite, a margarina e o açúcar até ficar homogêneo. Acrescente o achocolatado, o trigo e bata novamente até tudo fique bem misturado. Por último acrescente o fermento e misture levemente.

Numa forma untada com manteiga e polvilhada com farinha de trigo. Asse em forno quente, pré-aquecido, por aproximadamente 25 minutos.

Enquanto o bolo assa, leve ao fogo os ingredientes da cobertura. Mexa até se transformar numa calda. Retire o bolo do forno e despeje sobre ele, ainda quente a calda.

CUSCUZ COM PINGA

Descobri que para aprender uma nova receita não tem hora nem lugar. Estava eu, em casa, num sábado, quando meu amigo Zé Canela me chamou para socorrer um amigo, que estava com o carro quebrado lá pras bandas do Ribeirão Grande.

Chegando lá percebemos que tínhamos esquecido as ferramentas, então pensamos: “O que fazer?”. Vimos que tinha um sítio ali perto. Fomos até lá e era de um senhor chamado Paulo. Ele era do norte. Falamos com ele das ferramentas nos atendeu prontamente.

Consertamos o carro e fomos devolver as ferramentas. Ele nos ofereceu um café. Aceitamos e fomos até sua casa. Vimos que estava fazendo algo e perguntamos o que era. Ele respondeu:

- É cuscuz, mas não é qualquer cuscuz! É o verdadeiro, o “Cuscuz Nordestino”. Se vocês quiserem provar já está pronto! E continuou:

- Vocês preferem café ou pinga?

Dissemos:

- Está calor pra tomar café!

Ele concordou:

- É mesmo.

Foi até um pilão velho, no canto da cozinha e pegou um litro de pinga: da amarela! Ficamos bebendo até tarde. Saímos de lá levemente alterados e pelo caminho fomos tentando lembrar a receita.

No outro final de semana nos reunimos para tentar fazer aquele cuscuz. E não é que deu certo!

Agora, sempre que podemos nos reunimos e a gente faz a receita que aprendemos sem querer.

Felipe Evaristo Filho

CUSCUZ NORDESTINO

Ingredientes:

- 300g de farinha de milho;
- 1 xícara de farinha de mandioca;
- 1 tomate grande picado;
- 1 cebola grande picada;
- 6 azeitonas picadas;
- 1 xícara de salsinha picada;
- 1 xícara de coentro picada;
- 3 ovos cozidos picados;
- 250g de carne seca cozida e desfiada.

Modo de fazer

Numa vasilha grande, junte os ingredientes. Coloque um copo americano de água e misture a massa até que fique uma farofinha úmida.

Coloque a cuscuzeira no fogo com dois copos e meio (americano) de água. Quando abrir fervura coloque o cuscuze e deixe cozinhar por 14 minutos.

Dica: dessalgar a carne antes de cozinhar (trocar 3 vezes a água).



MACARRONADA DA DONA LÚCIA

Quando tinha 12 anos, éramos nove irmãos. Comecei a trabalhar com esta idade.

Um dia pedi para minha mãe me ensinar a cozinhar, queria ficar um pouco em casa, me sentia cansada. Ela falou que eu precisava trabalhar, não precisava saber cozinhar. Decidi, então, não cozinhar e apenas trabalhar.

Com o passar do tempo conheci meu primeiro namorado. Namoramos por quatro anos. Resolvemos casar e fomos marcar a data. Conte pra ele que não sabia cozinhar. Ele falou que não tinha problema, pois sabia fazer tudo.

Chegou o dia! Nos casamos!

No segundo dia de casados, ele perguntou:

- Qual seu prato preferido?

Respondi que era macarronada com bastante molho.

Na hora do preparo estava indo tudo certo. Quando foi para colocar o molho... Ele deu um grito:

- Não, Nega. Não pode colocar o molho direto da lata! Tem que temperar primeiro.

Eu falei para ele que não sabia cozinhar.

Ele terminou a macarronada, sozinho.

Hoje quem prepara a macarronada sou eu. Graças ao meu marido que me ensinou. São mais de 40 anos de casados e sempre aprendendo.

Lucia Machado da Silva

MACARRONADA DA DONA LÚCIA

Ingredientes:

- | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| -500g de macarrão espaguete; | -300g de carne moída; |
| -1 colher de sopa de óleo; | -2 dentes de alho (socado no pilão); |
| -½ colher de sopa de sal; | -1 cebola inteira, bem picadinha; |
| -1 lata de extrato de tomate (240g); | -200g de queijo parmesão ralado. |

Modo de fazer

Coloque numa panela: 1 litro de água, o óleo, o sal e deixe ferver. Acrescente o macarrão, inteiro, na panela de água fervendo. Mexa por duas vezes, apenas.

Quando o macarrão estiver no ponto, ao dente, escorra num escorredor de macarrão.

Preparo do molho

Coloque uma panela no fogo com uma colher de sopa óleo, o alho e a cebola picadinha. Deixe dourar bem. Logo em seguida coloque a carne moída, mexa até secar toda a água. Acrescente a lata de extrato de tomate e a mesma medida de água, deixe ferver até engrossar o molho. Coloque sal a gosto. Numa travessa misture o molho no macarrão e depois coloque o queijo ralado.



MEU PRIMEIRO BOLO DE CENOURA

Num belo domingo à tarde, a vinte e nove anos atrás, fui visitar minha cunhada, Pedrina, recém-casada. Fui recebida com um delicioso café da tarde. Numa linda mesa de café tinha um maravilhoso e delicioso bolo de cenoura. Um bolo que nunca tinha comido, e nem sabia que existia. Cenoura para mim era apenas “um legume”.

Ficamos a tarde toda conversando, falando de nossa infância. Mas aquele bolo não saía da minha cabeça.

Chegou a hora de ir embora. Fiquei com muita vontade de pedir a receita. Ela me ofereceu um pedaço de bolo para levar para casa. Neste momento, aproveitei para pedir a receita do bolo de cenoura. Ela pegou o caderno de receitas e anotou em uma folha e ainda brincou:

- Não é um bicho de sete cabeças!

A cunhada explicou o passo a passo de como fazer a receita.

Fui para casa feliz com a minha receita, meu pedaço de bolo e ansiosa para fazê-lo. A vontade era tanta, que acabei fazendo na mesma tarde. Fiquei muito feliz, que meu primeiro bolo deu certo.

Continuo fazendo esta receita até hoje. Meus filhos, netos, marido e colegas de trabalho adoram meu bolo de cenoura.

Célia de Aquino Couto

BOLO DE DOMINGO

Ingredientes:

Massa:

- 4 ovos;
- 1/2 xícara de chá de óleo;
- 2 xícaras de chá de açúcar;
- 3 xícaras de chá de trigo;
- 1 colher de sopa de fermento em pó.

Cobertura:

- 1 lata de leite condensado;
- 3 colheres de sopa de achocolatado;
- 2 colheres de sopa de margarina;
- 50g de granulado de chocolate.



Modo de fazer

Deixe o forno aquecendo em temperatura média enquanto faz a massa.

Massa: Descasque a cenoura e pique em rodelas. No liquidificador, coloque a cenoura, os ovos e o óleo. Bata muito bem e coloque num recipiente. Acrescente o açúcar, o trigo e mexa bem. Por último incorpore o fermento em pó. Coloque a massa numa assadeira média, untada. Leve ao forno, por 30 ou 40 minutos.

Cobertura: Ponha numa panela todos os ingredientes e leve ao fogo. Mexa por aproximadamente 5 minutos. Após ferver, quando começar a engrossar, despeje por cima do bolo e espalhe com uma colher. Jogue o chocolate granulado por cima da cobertura.

TORTA DA SONIA

Assim que me casei, vim morar aqui no bairro do Una, hoje conhecido como Retiro Feliz, e comecei a participar das missas, da nossa igreja Menino Jesus de Praga.

No mês de agosto, comemoramos a festa do nosso padroeiro. Logo que cheguei à festa, vi que não tinha nenhum tipo de doce. Tive na hora a ideia de que na próxima festa iria fazer estas delícias. Eu e minha amiga Helena ganhamos uma barraca para vender doces na festa da igreja. Tinha bolos e torta de bolacha que aprendi quando ainda era solteira. Sempre fazia para minha família e todos adoravam!

Depois de casada continuei a fazer a torta de sobremesa todos os domingos para os meus filhos.

Tive a ideia de fazer para a festa. Deu super certo! Todos os anos, eu faço. Não sobra nada! Até o nosso padre não sai da barraca, de tanto que gosta, vive falando da minha torta para outras comunidades. Várias pessoas vêm experimentar. É um sucesso! Faço com muito amor e prazer!

Nos últimos catorze anos faço especialmente em agradecimento ao Menino Jesus de Praga, pois minha filha tinha sofrido um acidente e ficou muito mal, mas fiz um pedido ao Menino Jesus e fui atendida. Milagrosamente ela se recuperou. Em agradecimento, de coração, prometi todos os anos fazer bolos e tortas para a festa da igreja, com muita alegria e principalmente com muita fé!

Sonia Rodrigues Couto

TORTA DE BOLACHA

Ingredientes

- 2 ovos;
- 1 creme de leite (200g);
- 2 colheres (sopa) de manteiga;
- 4 colheres (sopa) de açúcar;
- 1 lata de leite condensado (cozido).
- 2 pacotes de bolacha de maisena (400g) cada;



Modo de fazer

Numa batedeira, coloque o açúcar, a manteiga, o ovo e bata até virar um creme. Adicione o creme de leite e bata novamente, agora por 3 minutos. Em uma forma (34cm X 25cm) coloque um pouco do creme e espalhe.

Pegue uma vasilha, coloque um pouco de leite (1 copo) e umedeça cada bolacha (uma a uma). Coloque em cima do creme (na forma) formando uma camada de bolacha. Siga este procedimento até acabar o creme, termine com uma camada de bolacha.

Numa panela de pressão coloque a lata de leite condensado e água até cobrir a lata. Dica! Coloque uma colher de vinagre ou um limão (cortado ao meio), para não pretejar a panela. Quando abrir a fervura, marque 25 minutos. Desligue o fogo e espere esfriar. Abra a lata de apenas quando estiver fria. Em uma vasilha coloque o doce de leite cozido e mexa com uma colher e espalhe por cima da última camada de bolacha. Sirva gelado.

UMA HERANÇA DO TIO PEQUENININHO

Herança pode não ser bem material de grande valor econômico e sim lembrança de grande valor emocional. Foi uma herança assim, de grande emoção, que um pequeno grande homem nos deixou. O tio Pequeninho, assim chamado por meus sobrinhos quando criança. Ele nos deixou algumas receitas culinárias e outras tantas de vida. Uma delas é a de “esfirra de carne”.

Tio Pequeninho era um salgadeiro de mão cheia, trabalhava como copeiro na mesma empresa que o filho, que seria demitido. Ganhava mais com seus salgadinhos, levados para vender para seus chefes, do que com o próprio salário. Tinha um casamento perfeito, com a dona de uma das frases mais tragicômicas da família: “Ai que dó, quer que eu destronque?” – disse ela à minha mãe que não gostava de matar galinhas e quando o fazia costumava cortar-lhes o pescoço. Era mesmo uma dupla perfeita, ele gostava de cozinhar e ela de roçar. Casal moderno demais até para os dias de hoje.

Eram anos 80, meu primo tinha sido mais uma vítima da perseguição política da época e fora mandado embora de uma grande empresa, considerado agitador. Assim, desempregado e com fama de agitador, precisava ganhar a vida e não conseguia mais emprego. Montou um “trailer” para vender lanches e salgados. Resolveu visitar a grande Festa do Senhor Bom Jesus de Tremembé.

Nesta ocasião vieram todos da família para trabalhar na festa e ficaram hospedados na casa da minha avó. Faziam os preparativos de tudo que era vendido no “trailer”, menos a esfirra que era feita na casa da minha mãe. Lá havia um forno elétrico onde a esfirra ficava melhor. Eu também participei, atendia como garçom, quer dizer, limpava as mesas, pois era tão pequeno que não alcançava no balcão, e ganhava meus trocados.

Então, quando o “Tio Pequeninho” ia fazer as maravilhosas esfirras, eu estava por perto. O bondoso homem, logo chamava pra ensinar cada detalhe de como fazer daquelas delícias. A receita anotada num pedaço de guardanapo está comigo até hoje.

O enorme trabalho da família não rendeu o dinheiro esperado, mas deixou-nos uma herança gratificante: do convívio durante aquele pequeno espaço de tempo, além de aprender a fazer algumas delícias, entre elas a esfirra de carne do “Tio Pequeninho”.

O tempo passou, o bondoso homem teve o seu dia final, como muitos homens de fé gostariam de ter. Saiu com sua esposa, visitou Aparecida do Norte, confessou, comungou e ao voltar para casa: “Feliz da vida!”... Enfartou, enquanto se preparava para dormir. Triste! Sim!... Mas seu velório foi mais “bonito e verdadeiro” do que a maioria dos casamentos que já fui! Canções, orações alegres, além de histórias de caridade e bondade eram contadas durante todo o tempo.

E a herança? Muitos exemplos de vida, além de receitas ensinadas com o coração de um homem simples e bom... E a de esfirra de carne? Segue agora para a família da EMEF Nicolau...

Marino de Almeida

ESFIRRA DO TIO JOSÉ

Ingredientes:

- 1/2 xícara de chá de óleo;
- 1 colher de sopa de açúcar;
- 1/2 colher de sopa de sal;
- 30g de fermento biológico;
- 3 ovos;
- 1 copo de leite;
- 1 kg de trigo;
- 1 colher de café amargo ou “shoyu”;
- 500g de carne moída;
- 2 tomates grandes picados;
- 1 cebola media bem picadinha (cubinhos);
- caldo de um limão cravo grande;
- sal a gosto;
- salsinha e cebolinha picada, a gosto.

Modo de fazer

Massa: Desmanche o fermento no leite morno.

Coloque no liquidificador o óleo, açúcar, sal e dois ovos. Finalmente coloque o leite morno com o fermento. Bata até ficar homogêneo.

Num recipiente coloque o líquido e acrescente o trigo, misturando bem até soltar das mãos. Sove muito bem a massa, até que fique lisa. Deixe descansar.

Pulo do gato: Coloque uma bolinha de massa num copo de água. Quando a bolinha subir já pode montar as esfirras e colocar para assar.

Recheio: Misture num recipiente a carne, o tomate picado, a cebola picada, a salsinha, a cebolinha, o sal e o suco do limão.

Montagem das esfirras: Depois que a massa crescer, que a bolinha do copo de água subir. Faça bolinhas e abra para rechear. Coloque o recheio e feche em forma de triângulos.

Numa pequena vasilha coloque uma gema, a colher de café ou “shoyu”. Bata bem e depois passe sobre as esfirras antes de assá-las.

Leve ao forno a 200° graus por aproximadamente 40 minutos.



SUSPIRO DA MAMÃE

Passando pelo mercado municipal, em Taubaté, deparei-me com uma mulher vendendo suspiros. Fiquei maravilhada, senti saudade da minha infância... Um filme passou pela minha cabeça... a casa da minha mãe com árvores frutíferas, galinhas, cães e gatos.

Minha mãe gostava muito de cozinhar, fazia muitas delícias, entre elas suspiro caseiro. Ela batia tudo à mão. Eu tinha entre oito e nove anos, mas não me esqueço. Ela me dizia que somente uma pessoa poderia bater o suspiro, se não perderia o ponto. Depois de batido ela colocava raspas de limão. Ficava uma delícia! Os ovos usados eram das galinhas lá de casa. Agradeço muito a Deus, pois tive uma infância maravilhosa, brinquei bastante e comi muitas delícias entre elas o “suspiro da mamãe”.

Maria Dulce de Alvarenga

SUSPIRO DE MAMÃE

Ingredientes:

- 3 claras de ovo (grande);
- 9 colheres (sopa) de açúcar;
- raspa e de um limão Taiti.

Modo de fazer

Separe as claras das gemas. Coloque as claras num recipiente fundo e acrescente o açúcar. Bata com um garfo por aproximadamente 20 minutos ou na batedeira até que a massa, ao ser tocada com um garfo, forme um “bico firme” (em formato de suspiro).

Acrescente as raspas de limão. Com uma colher pegue um pouco da massa e com outra retire, formando bicos e depositando numa forma de alumínio. Asse em forno médio a 180° graus por 10 minutos, até que as pontas fiquem ligeiramente douradas.



MEU PRIMEIRO PUDIM

Quando era criança gostava de ajudar minha mãe nos afazeres da casa. Ela sempre me elogiava dizendo:

- Você será uma boa dona de casa.

- Só falta a senhora me ensinar a cozinhar! - eu dizia.

Então ela me repreendia:

- Você é muito pequena. Só tem sete anos! A cozinha é um local perigoso.

Mas eu não dava ouvidos, pois meu sonho era cozinhar.

Quando minha mãe ia para a cozinha eu ia atrás e ficava rodeando e...

- Mãe, o que você está fazendo? Por favor, me ensina!

- Você vai se queimar! - ela advertia.

Como era teimosa, não saía. Foi quando me queimei.

Um dia, minha mãe tinha colocado uma panela com água no fogo para cozinhar macarrão. Curiosa, puxei o cabo da panela e derrubei água fervendo em mim. Minha mãe ficou assustada, mas graças a Deus não foi nada grave.

O tempo passou e aos catorze anos fui trabalhar em Taubaté, na casa de uma senhora muito inteligente e culta, que se chamava dona Enoi. Ela cozinhou como ninguém. Fazia muitas coisas gostosas. Foi então que: “Juntou fome com a vontade de comer”. Entrei para fazer a limpeza da casa e aos poucos fui me interessando pela cozinha.

Na hora do almoço, ficava ansiosa para que minha patroa me chamasse para ajudar a cozinhar. Assim finalmente aprenderia fazer comidas gostosas. Mas que pena! Tinha uma cozinheira. Para minha

sorte ela sairia de férias. Pensei: “agora é minha chance”. Nem dormia direito esperando pela oportunidade.

Um dia, quase na hora do almoço, minha patroa me chamou:

- Joana, venha aqui na cozinha me ajudar!

Dei um pulo de alegria e pensei: “Agora mostro meus dotes culinários! Ela vai gostar!”.

Então ela me disse:

- Joana, fiz o almoço. Já está tudo pronto! Só falta a sobremesa.

“Danou-se! Não sei fazer doce.” Pensei.

- Agora você faz a sobremesa. Se não souber, te ensino.

Foi então que aprendi a fazer o melhor pudim que já comi. Fiquei tão feliz! Continuei trabalhando nesta casa por muito tempo, cerca de catorze anos, neste tempo aprendi a fazer muitas comidas gostosas.

Hoje sou muito grata por tudo. Tive uma patroa maravilhosa e onde quer que esteja, que Deus lhe abençoe!

Joana D’arc de Carvalho

PUDIM DE LEITE DE COCO

Ingredientes:

- 2 caixas de leite condensado (395g);
- 2 copos de leite (250ml);
- 1 vidro de leite de coco (200ml);
- 1 colher de sobremesa (cheia) de amido de milho;
- 1/2 xícara de açúcar;
- 4 ovos.

Modo de fazer

Enquanto prepara o pudim acenda o forno alto a 280° graus.

Junte todos os ingredientes no liquidificador, exceto o açúcar. Bata em velocidade máxima até misturar bem. Em uma forma redonda, com buraco no meio, coloque o açúcar e mexa bem até formar uma calda. Coloque o pudim e ponha para assar em banho maria. Deixe assar por 1h50min. Tire do forno e deixe esfriar, coloque na geladeira por três horas. Desenforme e sirva-se. Bom pudim!

