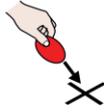
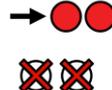
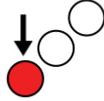
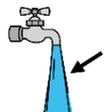
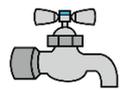


RECEITAS	COM ÁGUA	DA TORNEIRA	DA AUTORIA	DO CHEFE	FÁBIO BERNARDINO

PARTI LHAMOS	RECEITAS	DA AUTORIA	DO CHEFE	FÁBIO BERNARDINO,	QUE	CONCRE TIZOU
A 3ª EDIÇÃO	DE					
		:				
“A	IRRESISTÍVEL	ÁGUA	DA TORNEIRA,	À MESA	COM...”	
	A					
						”

O CHEFE	FÁBIO BERNARDINO	REALIZOU	VÍDEOS	COM	A CONFEÇÃO	DAS MESMAS,
APRESEN TANDO	RECEITAS	COM MAIS	EFICIÊNCIA	ONDE	O INGREDIENTE	PRINCI PAL
É	A ÁGUA	DA TORNEIRA.				

O CHEFE	FÁBIO BERNARDINO	COLOCOU	EM PRÁTICA	A ECONOMIA	CIRCULAR	DE ALIMENTOS
						
NA COZINHA	COM	A UTILIZAÇÃO	DE DESPERDÍCIOS	COMO	CASCAS	DE LEGUMES,
						
DE FRUTAS,	TALOS	E	SOBRAS	DE ERVAS AROMÁTICAS,	ENTRE OUTROS.	
						
ESPERAMOS	QUE APRECIE	E	ACEITE	MAIS	ESTE	DESAFIO
						
QUE	LHE LANÇAMOS	DE COZINHAR	COM	ÁGUA	DA TORNEIRA.	
						



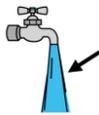
INGREDIENTES



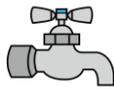
30 ML

30 ml

DE ÁGUA



DA
TORNEIRA



SUMO



E

e

CASCA



DE UMA

1

LARANJA



4

4

ABACATES



2

2

COLHERES



DE SOPA



DE MEL



1

1

COLHER DE
CHÁ



DE VINHO DO PORTO



4

4

COLHERES



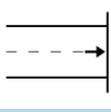
DE SOPA



DE FARINHA DE ALFARROBA



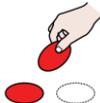
PARA FINALIZAR

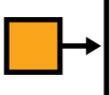
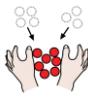


GOMOS	E	RASPA	DE LARANJA
	e		
NOZES	OU	AMÊNDOAS	PICADAS
			

COMO FAZER?




PRIMEIRO: 1	PREPARAR	UMA INFUSÃO	COM	ÁGUA DA TORNEIRA	QUENTE	E
						e
A CASCA	DE LARANJA.					
						
SEGUNDO: 2	DEIXAR	ARREFECER.				
						
TERCEIRO: 3	COLOCAR	O ABACATE,	O SUMO DE LARANJA,	A INFUSÃO	E O MEL	NUM LIQUIDIFICADOR
						

OU	BATER	COM VARA DE ARAMES	ATÉ	OBTER	UMA MOUSSE.
					
QUARTO: 4	ADICIONAR	O VINHO DO PORTO	E	TRITURAR.	
					
QUINTO: 5	JUNTAR	A FARINHA DE ALFARROBA	E	VOLTAR	A TRITURAR.
					
SEXTO: 6	LEVAR	DUAS HORAS	AO FRIGORÍFICO.		
					

QUANDO	SERVIR,	DECORAR	COM	A RASPA	DE LARANJA	E
						
OS GOMOS.						
						
DEPOIS	SALPIQUE	COM	NOZES	OU	AMÊNDOAS	PICADAS.
						