

*Ideias e tendências*

**ALIMENTOS E BEBIDAS**





**RECEITAS JUNINAS PARA  
DAR UM CHARME EXTRA E  
ENCANTAR CLIENTES**




**SEBRAE**







**Comemoradas em diversas regiões do Brasil, as festas juninas têm guloseimas que encantam paladares de Norte a Sul. Confira aqui 12 receitas doces irresistíveis.**



Vários países têm o costume de incluir pratos e bebidas sazonais em seus cardápios. Nos Estados Unidos, a sidra, bebida feita de maçã, é servida quente no outono; na Holanda, durante o inverno, os restaurantes oferecem sopa cremosa de ervilha; na França, as receitas da primavera sempre aproveitam ao máximo os vegetais coloridos e com sabor fresco: aspargos, alface romana e cogumelos entram em cena, substituindo as preparações mais gordurosas e quentes do inverno.

No Brasil, as festas juninas são repletas de delícias que combinam com o tempo mais friozinho dessa época. E, ainda que passem por algumas variações regionais, seja no nome, seja na forma do preparo, todas têm alguns elementos em comum, como a predominância do milho e da mandioca – ou seja, são receitas brasileiríssimas!



Que tal imprimir um charme extra às opções de sobremesa do seu bar ou restaurante? A seguir, ensinamos a preparar 12 receitas doces juninas simplesmente irresistíveis.





## Arroz doce

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 2 xícaras de arroz agulhinha branco tipo 1
- ▶ 3 xícaras de água fria
- ▶ 6 xícaras de leite
- ▶ 2 colheres de essência de baunilha
- ▶ 1 lata de leite condensado (opcional)
- ▶ 1 lata de creme de leite (opcional)
- ▶ Açúcar a gosto
- ▶ Uma casca de laranja ácida
- ▶ Canela em pó para polvilhar

#### Modo de fazer

- ▶ Leve ao fogo uma panela contendo o arroz, a água, meia xícara de açúcar e a casca de laranja. Quando a água tiver evaporado quase completamente, jogue fora a casca de laranja e adicione o leite, a baunilha e o leite condensado, mexendo sempre. Deixe ferver por 15 minutos e acrescente o creme de leite. Sem parar de mexer, experimente o ponto do açúcar. Se precisar adoçar um pouco mais, este é o momento de fazer esse ajuste.
- ▶ Sirva quente ou gelado, polvilhado de canela em pó.
- ▶ Se preferir fazer a versão sem leite condensado e sem creme de leite, a receita é idêntica, mas é importante ser ainda mais cuidadoso com o ponto certo do açúcar.





## Bolo de aipim com coco

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 500 gramas de aipim (chamado também de mandioca) cru e ralado
- ▶ 500 gramas de coco ralado fresco
- ▶ 3 OVOS
- ▶ 3 colheres (sopa) de manteiga sem sal, em temperatura ambiente
- ▶ 1 xícara de açúcar
- ▶ 2 colheres (chá) de fermento em pó
- ▶ 200 ml de leite de coco

#### Modo de fazer

- ▶ Pré-aqueça o forno a 200º C.
- ▶ Bata no liquidificador o aipim, o leite de coco, os ovos e a manteiga. Essa mistura tem que se transformar em um creme grosso, denso. Despeje essa mistura em uma vasilha e, como a colher de pau, vá misturando os ingredientes restantes – açúcar, coco ralado e, por último, o fermento em pó.
- ▶ Despeje a massa em uma forma redonda previamente untada e polvilhada com farinha de trigo ou fubá e asse por 35 minutos.
- ▶ A ideia é que fique uma casca dourada por cima do bolo.





## Bolo de fubá cremoso

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 1 e 1/2 xícara de fubá
- ▶ 4 OVOS
- ▶ 4 xícaras de leite
- ▶ 3 xícaras de açúcar
- ▶ 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- ▶ 2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina sem sal
- ▶ 100 gramas de queijo ralado
- ▶ 1 colher (sopa) de fermento em pó

#### Modo de fazer

- ▶ Pré-aqueça o forno a 180o C.
- ▶ Em uma batedeira, usando a velocidade média, bata as claras em neve. Adicione o açúcar, a manteiga ou margarina, o queijo e o açúcar. Desligue a batedeira e, usando a colher de pau, vá misturando bem os demais ingredientes. O fermento deve ser misturado por último.
- ▶ Despeje a massa em uma forma redonda, própria para deixar o bolo com furo no meio. Ela deve estar previamente untada e polvilhada com farinha de trigo ou fubá.
- ▶ Asse por 40 minutos.





## Bolo de fubá e erva-doce

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 1 xícara de fubá
- ▶ 3 ovos
- ▶ 3 xícaras de leite
- ▶ 1 e 1/2 xícaras de açúcar
- ▶ 3 colheres (sopa) de farinha de trigo
- ▶ 2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina sem sal
- ▶ 1 colher (sopa) de fermento em pó
- ▶ 1 colher (sopa) de sementes de erva-doce

#### Modo de fazer

- ▶ Pré-aqueça o forno a 180o C.
- ▶ Bata todos os ingredientes no liquidificador, exceto o fermento em pó e as sementes de erva-doce. É muito importante que esses itens sejam adicionados só no fim do processo.
- ▶ Quando a massa estiver homogênea, aí sim, adicione as sementes de erva-doce e o fermento. Misture usando somente uma colher de pau ou colher comum. De maneira nenhuma bata esses ingredientes no liquidificador.
- ▶ Despeje a massa em uma forma redonda, própria para deixar o bolo com furo no meio. Ela deve estar previamente untada e polvilhada com farinha de trigo ou fubá.
- ▶ Asse por 40 minutos ou até o bolo ficar dourado.



## Bolo de milho cremoso

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 2 espigas de milho verde raladas
- ▶ 3 ovos
- ▶ 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
- ▶ 1 e 1/2 xícaras de açúcar
- ▶ 3 xícaras de leite
- ▶ 1 xícara de fubá
- ▶ 6 colheres (sopa de farinha de trigo
- ▶ 1 colher (sopa) de fermento em pó
- ▶ 100 gramas de queijo parmesão ralado

#### Modo de fazer

- ▶ Pré-aqueça o forno a 180o C.
- ▶ Bata tudo no liquidificador, exceto o queijo ralado e o fermento em pó. Quando a massa estiver homogênea, adicione o fermento e o queijo. Com a colher de pau, misture bem, com rapidez e intensidade.
- ▶ Despeje a massa em uma forma redonda, própria para deixar o bolo com furo no meio. Ela deve estar previamente untada e polvilhada com farinha de trigo ou fubá.
- ▶ Asse por 50 minutos ou até o bolo ficar dourado.





## Canjica

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 2 xícaras (chá) de milho branco próprio para canjica
- ▶ 2 litros de água
- ▶ 1 xícara (chá) de açúcar
- ▶ 1 litro de leite
- ▶ 100 gramas de coco ralado (se você tiver coco fresco, melhor ainda; caso contrário, pode usar coco ralado de pacote)
- ▶ Duas canelas em casca
- ▶ Uma colher de chá de cravo da índia
- ▶ 1 lata de leite condensado
- ▶ 1 lata de creme de leite

#### Modo de fazer

- ▶ Deixe o milho de canjica de molho em água por 24 horas. Passado esse período, escorra a água e coloque o milho em uma panela de pressão, com água suficiente para cobri-la – mais ou menos como ocorre no preparo do feijão.
- ▶ Adicione o cravo, a canela e o açúcar. Deixe cozinhar por 40 minutos. Retire do fogo e, assim que a pressão se dissipar, verifique se o milho está tenro ou se é necessário deixar cozinhar mais um pouco. É bem provável que já esteja no ponto certo.
- ▶ Coloque o leite, o leite condensado e o coco. Deixe cozinhando em fogo baixo, com a panela destampada, até engrossar. Acerte o ponto do açúcar, se for necessário, acrescente o creme de leite (sem soro), mexa bem e sirva quente ou frio.





## Cocada cremosa

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 1 coco fresco inteiro ralado (o coco que é vendido em pacote até serve, mas não fica tão bom; caso opte por ele, utilize cerca de 300 gramas)
- ▶ 1 lata de leite condensado
- ▶ 2 xícaras (chá) de açúcar
- ▶ Manteiga sem sal para untar a superfície na qual você vai despejar a cocada para cortá-la

#### Modo de fazer

- ▶ Unte uma superfície lisa com manteiga – pode ser o mármore ou o granito da pia ou de um balcão. Evite locais que risquem (você vai usar faca para cortar a cocada) ou superfícies de madeira.
- ▶ Leve ao fogo todos os ingredientes em uma panela média, em fogo alto, mexendo com uma colher de pau, sem parar. Assim que a mistura começar a se soltar do fundo da panela, despeje-a sobre a superfície untada.
- ▶ Espalhe a mistura com uma faca molhada, de modo que forme um bloco uniforme.
- ▶ Quando ficar morno, corte em quadradinhos.





## Cocada tradicional

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 2 xícaras de coco ralado fresco
- ▶ 1 xícara de açúcar refinado ou cristal
- ▶ 1 xícara de água
- ▶ Manteiga sem sal, para untar a superfície na qual você vai despejar a cocada para cortá-la

#### Modo de fazer

- ▶ Leve ao fogo médio uma panela contendo o açúcar e a água. Cozinhe até começar a formar uma calda dourada. Adicione o coco ralado e incorpore com cuidado, em fogo baixo e sem mexer. Cozinhe por mais ou menos cinco minutos. Transfira para uma travessa untada com manteiga e deixe esfriar.
- ▶ Corte depois de fria.





## Curau cremoso

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 5 espigas de milho verde
- ▶ 1 litro de leite
- ▶ 1 colher (sobremesa) de margarina sem sal
- ▶ 1 lata de leite condensado
- ▶ Canela para polvilhar

#### Modo de fazer

- ▶ Com uma faca afiada e sem serra, remova os grãos de milho do sabugo. No liquidificador, bata o milho, o leite, o leite condensado e a margarina. Quando obtiver um creme homogêneo, transfira para uma panela de tamanho médio ou grande. Vá mexendo com a colher de pau até essa mistura ficar parecida com um mingau bem grosso.
- ▶ Prontinho. Despeje em travessas de vidro individuais e deixe esfriar. Polvilhe com a canela em pó e sirva morno ou gelado.





## Curau firme (curau de corte)

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 6 espigas de milho verde
- ▶ 500 ml. de leite
- ▶ 10 colheres (sopa) de açúcar
- ▶ 2 colheres (sopa) de óleo de milho

#### Modo de fazer

- ▶ Com uma faca afiada e sem serra, remova os grãos de milho do sabugo. No liquidificador, bata o milho com o leite.
- ▶ Passe essa mistura por uma peneira grossa. Coloque a mistura peneirada em uma panela, adicione os demais ingredientes e leve ao fogo alto. Vá mexendo com a colher de pau.
- ▶ Assim que levantar fervura, deixe o fogo baixo e continue mexendo sem parar, por 40 a 50 minutos. Deixe esfriar e leve à geladeira para que endureça e possa ser cortado em pedaços.





## Paçoca

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 300 gramas de amendoim cru e sem pele (ou seja, use só a parte branquinha do amendoim)
- ▶ 1 xícara de açúcar
- ▶ 1 pitada de sal

#### Modo de fazer

- ▶ Passe todos os ingredientes pelo processador até obter um tipo de farofa bem fininha.
- ▶ Transfira essa mistura para uma tigela e vá trabalhando com as mãos, para que fique perfeitamente compactada. Essa etapa é importante para que o calor das mãos auxilie nessa compactação e ajude a liberar a oleosidade do amendoim.
- ▶ Deixe gelar (pelo menos duas horas de geladeira) e corte em quadradinhos ou losangos.





## Pé de moleque

### Ingredientes / Modo de preparo

#### Ingredientes

- ▶ 300 gramas de amendoim cru e sem pele (ou seja, use só a parte branquinha do amendoim)
- ▶ 1 xícara de glucose de milho (Karo)
- ▶ 2 xícaras de açúcar
- ▶ 4 colheres (sopa) de água
- ▶ 2 colheres (chá) de bicarbonato de sódio
- ▶ Manteiga sem sal, para untar a superfície na qual você vai despejar o pé de moleque para cortá-lo

#### Modo de fazer

- ▶ Leve ao fogo médio a glucose de milho, o açúcar, o amendoim e a água. Mexa sem parar com uma colher de pau. Quando o amendoim começar a “estalar”, junte o bicarbonato; retire do fogo e despeje sobre a superfície untada com manteiga. Espalhe essa mistura de maneira uniforme, enquanto estiver quente, porque ela endurece depois de esfriar e você quer que os docinhos fiquem lindos! Aproveite e deixe losangos ou quadrados previamente cortados.
- ▶ Deixe esfriar e, com o auxílio de faca ou espátula, corte nos pontos marcados.



## Tags

Receitas; receitas juninas; festas juninas; sobremesas brasileiras; milho; amendoim; aipim; mandioca; doce; doces brasileiros; alimentos; alimentação; restaurantes.





*Serviço Brasileiro de Apoio às  
Micro e Pequenas Empresas*

*0800 570 0800 / [www.sebrae.com.br](http://www.sebrae.com.br)*