

MESA INICIAL - RISOTOS, MASSAS E SALADAS

RISOTOS E MASSAS

Categoria	Opção Simples e de Bom Custo-Benefício	Dicas para Economizar
Risoto	Risoto La Piemontese	Receita de Risoto à La Piemontese feita com MAGGI Caldo de Legumes, champignon, presunto e Creme de Leite Arroz arboreo
	Risoto de Camarão	Risoto cremoso simples de camarão com arroz arboreo
	Risoto de carne seca ou filé	Risoto simples de arroz normal
	Falso Risoto de Abobrinha com Queijo	Feito com arroz comum, abobrinha ralada ou picada e queijo muçarela ou coalho ralado (mais econômico que parmesão). Custo: Médio-baixo. Preparo: Rápido, mas deve ser feito em lotes e transferido para <i>réchauds</i> para manter a cremosidade.
Massas	Penne Bacon e molho branco	Dona Rose tem liberdade pra receita
	Espaguete alho e óleo e Brocolis	Dona Rose tem liberdade pra receita
	Penne com Molho ao Sugo e Manjericão	Uma massa simples (penne ou parafuso, que não quebra) com um molho de tomate básico, mas saboroso. Custo: Muito baixo. Preparo: Cozinhar a massa <i>al dente</i> e misturar no molho pouco antes de servir. Manter em <i>réchaud</i> com um pouco mais de molho.

SALADAS

Opção Simples e de Bom Custo-Benefício	Dicas para Economizar
Salada Tropical	Mistura de alfaces (crespa/americana), manga ou abacaxi em cubos, e sementes de gergelim. Custo: Baixo. Preparo: Montar em travessas grandes, servindo o molho separado (azeite, vinagre balsâmico e mel) para que as folhas não murchem.
Salada de Rucola com tomate seco	salada simples
Salada de Macarrão (Macarronese) Leve	Macarrão tipo parafuso, milho, ervilha, cenoura cozida, maionese e creme de leite <i>light</i> . É econômica, rende muito e agrada a todos.
Salada de Repolho com maionese e uva passa	Dona Rose tem liberdade pra receita
Vagem na Manteiga com Amêndoas Laminadas	Vagem cozida no vapor e salteada rapidamente na manteiga. As amêndoas laminadas são um pequeno luxo com bom impacto visual (use-as com moderação). Custo: Médio (pela amêndoa). Preparo: Rápido, dá cor e leveza.

FRUTAS

Uvas Verdes	Essenciais (dizem que comer 12 à meia-noite atrai sorte). Use em cachos e também soltas.
Abacaxi	Símbolo de prosperidade. Fatie em rodelas ou palitos e use a coroa como centro de mesa.
Melão	Corte em cubos ou bolinhas (use um boleador).
Pessegos	Fatiados em palitos ou cubos.

Carambola	Corte em fatias! Fica no formato de estrela , perfeita para o tema da virada.
Melancia	inteira ou cortada ao meio, com as bordas em zigue-zague
Maça verde e vermelha	Para contraste e volume.
Banana	Para contraste e volume.

MESA PRINCIPAL - CEIA

Categoria	Opção Simples e de Bom Custo-Benefício	Dicas para Economizar
Acompanhamento 1	Arroz Branco	Normal
Acompanhamento 2	Arroz à Grega com Uva-Passa e Cenoura	O arroz à grega é colorido, festivo e utiliza ingredientes simples (uva-passa, cenoura, milho/ervilha). Rende bastante e é um clássico.
Acompanhamento 3	Batatas Rústicas Assadas com Alecrim e Alho	Batatas simples cortadas, temperadas com azeite, alho e alecrim e assadas. É muito mais em conta que purês ou gratinados com muito creme de leite/queijo.
Acompanhamento 4	Farofa de Banana da Terra com Bacon	Uma farofa simples com farinha de mandioca, refogada com bacon (que dá muito sabor), cebola e cubos de banana da terra frita. É barata e deliciosa.
Acompanhamento 5	Lentilha	Dona Rose tem liberdade pra receita
Proteína Principal	Porco Inteiro Recheado	Pai faz
Proteína 2	Lombo Suíno Assado com Molho de Laranja ou barbecue	O lombo suíno é geralmente mais em conta que o pernil inteiro ou chester. O molho de laranja (suco de laranja, mel ou açúcar e temperos) é simples e dá um toque agrioce festivo.
Proteína 3	Lagarto ao molho madeira	Dona Rose tem liberdade pra receita
Proteína 4	Strogonoff	Dona Rose tem liberdade pra receita

SOBREMESAS

Opção Simples e de Bom Custo-Benefício	Dicas para Economizar
Mouse maracuja	Dona Rose tem liberdade pra receita
Banana flambada	Dona Rose tem liberdade pra receita
Sagu	Dona Rose tem liberdade pra receita

CALDOS DA MADRUGADA

Opção Simples e de Bom Custo-Benefício	Dicas para Economizar
Caldo de Feijão	Dona Rose tem liberdade pra receita
Caldo de mandioca com linguiça e couve	Dona Rose tem liberdade pra receita
torradas, Muçarela ralada e cheiro verde	Dona Rose tem liberdade pra receita