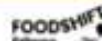


Açorda de bacalhau



INGREDIENTES

Bacalhau cozido, pão duro, água
5 dentes de alho, sal, 2 colheres (de sopa) de azeite
Coentros a gosto



PREPARAÇÃO

Desfie o bacalhau. Corte o pão em fatias e migue.
Refogue alho esmagado e coentros em azeite. Junte o bacalhau, pão e sal.
Acrescente a água e mexa.
Tempere com azeite, vinagre e coentros.



Feliz Natal

Molho de azedas



Utilize azedas como espinafres

INGREDIENTES

Folhas picadas de 1 punhado de azedas
40 g de manteiga, 1 colher (de sopa) de farinha
400 mL de leite, 2 colheres (de sopa) de natas
Sal e pimenta



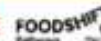
PREPARAÇÃO

Cozinhe as azedas com a manteiga, misture a farinha e cozinhe 5 minutos.
Juntar o leite a ferver, temperar com sal e pimenta e cozinhar 15 minutos.
Juntar as natas e retificar temperos.



Feliz Natal

Chá de casca de cebola



Para tosse e rouquidão

INGREDIENTES

0,5 L de água
Cascas de 1 cebola grande
Mel (opcional)



PREPARAÇÃO

Ferva as cascas de cebola (lavadas) em água durante 1 minuto.
Coe.
Sirva com um fio de mel.



Feliz Natal

Sem mau cheiro



INGREDIENTES

Bicarbonato de sódio



UTILIZAÇÃO

Após a utilização colocar um copo de bicarbonato de sódio no microondas e os odores serão absorvidos.
Retirar antes da utilização seguinte.



Feliz Natal

Chips de cascas de batata

INGREDIENTES

Cascas de batata ou batata doce
Azeite, sal, pimenta
Oregãos em pó
Óleo para fritar



PREPARAÇÃO

Coloque as cascas numa taça, junte o azeite e os temperos e misture.
Frite em óleo abundante.



Feliz Natal

Chips de cascas de cenoura

INGREDIENTES

Cascas de cenoura
1 colher (de sopa) de azeite
Sal, pimenta e cominhos



PREPARAÇÃO

Pré-aqueça o forno a 220°C.
Coloque as cascas temperadas num tabuleiro forrado com papel vegetal.
Asse durante 10 minutos ou até ficarem crocantes.



Feliz Natal

Limpeza ecológica



INGREDIENTES

Cascas de laranja, limão, ...
Folhas de hortelã, alfazema, ...
Vinagre branco
Embalagem usada de spray



PREPARAÇÃO

Encher 1/4 da embalagem de spray com as sobras orgânicas.
Juntar vinagre até meio.
Preencher o resto com água.



Feliz Natal

Limpeza com ervas



INGREDIENTES

Alecrim
Ou alfazema, eucalipto, salva, tomilho, ...



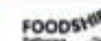
PREPARAÇÃO

Ferver folhas e pequenos caules em água durante meia hora.
O detergente será tanto mais concentrado quanto menos água tiver.
Pode juntar detergente, para aumentar o poder desengordurante.



Feliz Natal

Gavetas aromáticas



INGREDIENTES

Alfazema, hortelã, lúcia-lima, ...



PREPARAÇÃO

Encher saquinhos de pano e colocar nas gavetas.



Feliz Natal

Massa de casca de abóbora

INGREDIENTES

200 g de casca de abóbora
350 g de farinha de trigo
Sal



PREPARAÇÃO

Coza a casca de abóbora em pedaços. Transforme num puré. Junte a farinha e misture.
Estique com um rolo, dobre em torta, corte fatias de 1,5 cm de largura.
Desenrole as tiras e coza em água fervente com sal.



Feliz Natal

Pataniscas de arroz



INGREDIENTES

200 g de sobras de arroz, curgete ralada
1 ovo, 40 g de farinha, cebolinho picado
Azeite, sal e pimenta



PREPARAÇÃO

Misture o arroz com o ovo batido e a curgete.
Junte a farinha, o cebolinho e tempere.
Frite colheradas da massa em azeite.



Feliz Natal

Pevides doces



INGREDIENTES

Sementes de 1 abóbora
3 colheres (de chá) de açúcar amarelo
1/2 colher (de chá) de canela



PREPARAÇÃO

Limpe as sementes de fibras e espalhe num tabuleiro. Leve ao forno a 200°C, a torrar ligeiramente.
Retire, polvilhe com açúcar e canela e volte ao forno mais 10 minutos.



Feliz Natal