ARTE COM SABOR

Dorinha Bartolomeo

CROCANTE DE AZEITONAS VERDES

INGREDIENTES

 • mini pão árabe

 • manteiga OPCIONAL

 • cottage

 • sal e oregano

 • azeitona verde

 • azeite

 • salsa para enfeitar

PREPARO

 • Parta o pãozinho ao meio (duas bandas)

 • Se quiser, passe um pouco de manteiga em cada banda e leve ao forno ate que vire uma torrada. Deixe esfriar.

 • Pique a azeitona bem picadinha.

 • Passe uma camada de cottage sobre o pão.

 • Salpique com orégano e tempere com pouco sal.

 • Espalhe um pouco da azeitona sobre a cottage. Coloque um fio de azeite e enfeite com uma folhinha de salsa.

 • Sirva em seguida.

CUBOS DE MELAO AO PERFUME DE MORANGO

INGREDIENTES

 • melão amarelo – deixar na geladeira antes de usar

 • *Clight* sabor de morango

 • Opcional – Parma ou presunto cru

PREPARO

 • Parta cubos de melão do tamanho de uma “bocada”.

 • Salpique o *Clight* no melão.

 • Se quiser, coloque um pedaço de Parma por cima do melão.

 • Deixe na geladeira ate a hora de servir.

MINI CONE RECHEADO

INGREDIENTES

 • 3 colheres de sopa de cenoura bem picadinha

 • 1 colher de sopa de cebola bem picadinha e lavada

 • 3 colheres cheias de creme cheese light

 • salsinha picadinha + orégano

 • sal e pimenta do reino

 • blanquet de peru

 • pimentão vermelho

PREPARO

 • Pique a cenoura no menor tamanho que conseguir.

 • Pique a cebola bem picadinha. Em uma peneira, lave e escorra a cebola.

 • Faça uma pasta com o creme *cheese*, a cenoura, a cebola, a salsa e o orégano.

 • Tempere com sal e pimenta. Reserve.

 • Parta o blanquet ao meio. Recheie cada metade do blanquet com a pasta dando forma de cone.

 • Pique o pimentão em pequenos cubinhos e enfeite o cone.

 • Deixe na geladeira ate a hora de servir.

DICA: Tire uma tampinha do tomate cereja. Retire as sementes. Deixe de cabeça para baixo para escorrer toda a agua. Recheie com a pasta. Enfeite com uma folhinha de salsa.

Ideias para outros recheios

 • ervas picadinhas + ricota = enfeitar com folha de salsa

 • tomate seco picadinho + ricota e/ou creme cheese = enfeitar com uma folha de manjericão

 • rechear o tomatinho com uma pastinha de atum = enfeitar com folha de salsa

 • maçã + aipo + creme *cheese* = enfeitar com nozes