

# FEIRA DO MEL DE SANTA CATARINA



## Coxinhas da asa de frango com mel e mostarda

Receita: Grupo Coluna do Templo, Assentamento Hermínio Gonçalves - Caçador, SC

### Ingredientes:

- 1kg de coxinhas da asa
- Sal e pimenta do reino a gosto
- Manteiga para untar
- 3 colheres de sopa de mel
- Suco de ½ limão
- 5 colheres de sopa de molho de mostarda



Foto: Daniela Helena Conrath

### Modo de preparo:

Tempere as coxinhas da asa de frango com sal e pimenta e deixe repousar por 30 minutos. Após forre uma forma com papel-alumínio, unte com manteiga e acomode as coxinhas da asa de frango. Leve para assar em forno preaquecido a 200°C por 15 minutos. Enquanto isso, prepare um molho misturando o mel, o limão e a mostarda e após passar 15 minutos do frango assando, re re-o do forno, vire as coxinhas e pincele com o molho. Leve ao forno novamente por mais 15 minutos. Re re do forno, vire as coxinhas e pincele com o restante do molho. Leve pela úl ma vez ao forno. O tempo aproximado para assar é de 45 minutos.

# FEIRA DO MEL DE SANTA CATARINA



## Salmão assado ao molho de mostarda e mel

Receita: Helenara da Rosa

### Ingredientes:

- 5 colheres de sopa de óleo
- 600g de salmão (4 filés)
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

### Ingredientes do molho:

- ¼ de xícara de mostarda dijon
- 2 colheres de sopa de mel
- 1 colher de sopa de água
- 1 colher de sopa de vinagre de vinho branco



Foto: Helenara da Rosa

### Modo de Preparo:

Preequeça o forno a 200°C. Cubra o fundo de uma assadeira rasa com óleo. Tempere os dois lados dos filés de salmão com sal e pimenta e arrume-os na assadeira. Em uma gela pequena, misture a mostarda dijon, o mel, a água e o vinagre de vinho branco. Re re 2 colheres de sopa da mistura e espalhe sobre os filés de salmão. Leve os filés ao forno e asse até que estejam firmes ao toque de um garfo, aproximadamente 15 minutos. Re re do forno. Para servir, arrume 4 pratos com 1 filé de salmão cada e espalhe o restante do molho por cima.

Acesse mais receitas



# FEIRA DO MEL DE SANTA CATARINA



## Abóbora assada com mel

Receita: Grupo de Mulheres Rurais de Tangará, SC

### Ingredientes:

- 250g de abóbora em pedaços médios
- 50ml de mel
- 50g de nozes picadas
- 1 pitada de gengibre em pó
- 1 pitada de sal
- 1 pitada de pimenta do reino

### Modo de preparo:

Coloque a abóbora em pedaços em uma assadeira. Em um recipiente, misture o mel, as nozes, o gengibre em pó, o sal e a pimenta-do-reino. Distribua essa mistura sobre os pedaços de abóbora que estão na assadeira. Cubra com papel alumínio e leve ao forno para assar por aproximadamente 50 minutos a 200°C. Depois descubra e deixe mais um pouco no forno para dourar. Coloque mais mel e as nozes picadas por cima na hora de servir.



Foto: Sirley Rosa Grützmann Arcari



# FEIRA DO MEL DE SANTA CATARINA



## Pão de mel com cobertura de chocolate

Receita: Grupo de Mulheres Rurais de Rio das Antas, SC

### Ingredientes:

- 1 xícara de água
- ½ xícara de chá de erva-doce
- 10 cravos
- 4 canelas em pau
- 1 xícara de açúcar
- 1 xícara de mel
- 3 colheres de sopa de chocolate em pó
- ½ xícara de açúcar mascavo
- 4 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de bicarbonato de sódio
- 1 xícara de leite morno
- 500g de chocolate em barra para derreter
- Manteiga e farinha de trigo para untar



Foto: Marcia Frozza Drechmer

### Modo de preparo:

Leve uma panela ao fogo com a água. Quando ferver, adicione a erva-doce, o cravo, a canela, e o açúcar. Deixe ferver, desligue o fogo, passe pela peneira e reserve. Num recipiente, misture bem o mel, o chocolate em pó, o açúcar mascavo, o chá frio reservado, a farinha de trigo e o bicarbonato dissolvido no leite. Despeje em forminhas de empada previamente untadas e enfarinhadas. Leve ao forno pré-aquecido a 200°C. Retire, espere esfriar e dê banho de chocolate. Espere secar e embrulhe em papel-celofane.

Pode também assar em assadeira de bolo e depois cortar em quadrados para passar no chocolate.

Acesse mais receitas

