



Realização



Patrocínio Institucional



Fomento



Ministério da
Cultura



Alquimia da Cozinha

Culinária e Tradição



Experimente a cultura também pelo paladar...

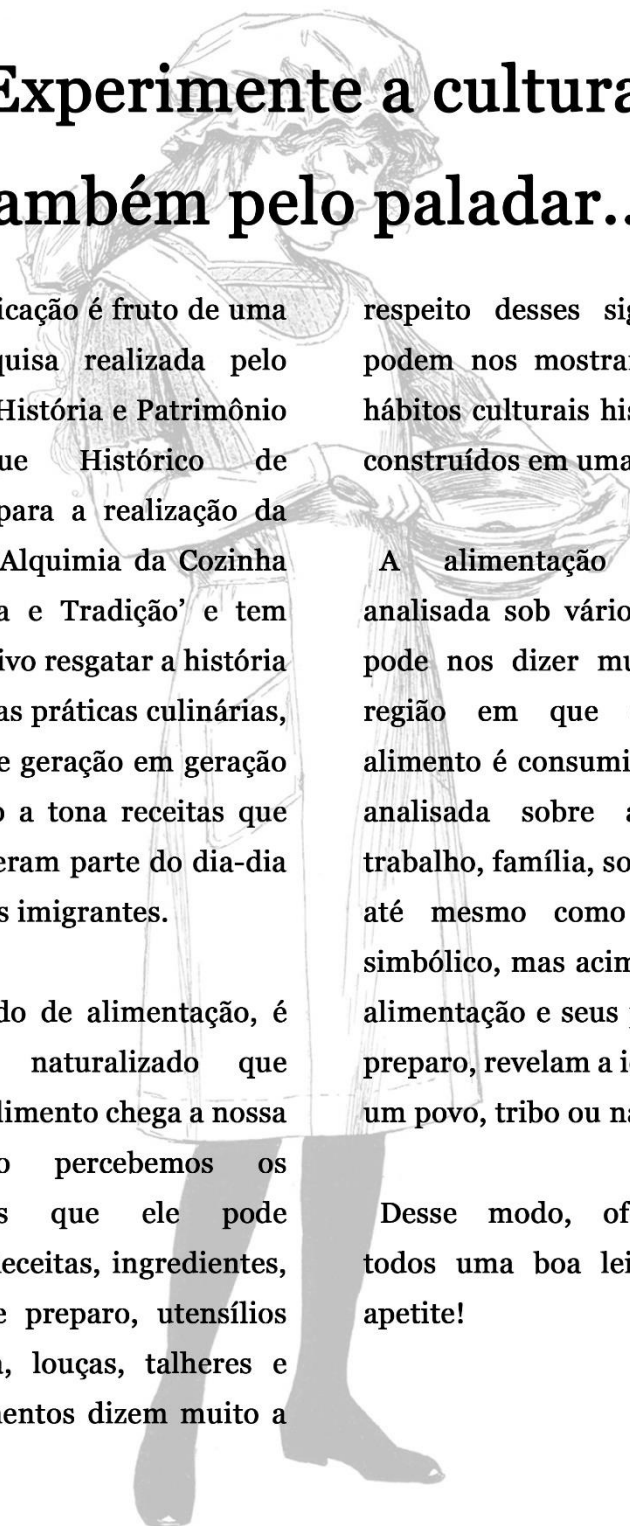
Essa publicação é fruto de uma vasta pesquisa realizada pelo Núcleo de História e Patrimônio do Parque Histórico de Carambeí para a realização da exposição 'Alquimia da Cozinha – Culinária e Tradição' e tem como objetivo resgatar a história por meio das práticas culinárias, passadas de geração em geração - trazendo a tona receitas que outrora fizeram parte do dia-dia das famílias imigrantes.

Se tratando de alimentação, é tudo tão naturalizado que quando o alimento chega a nossa mesa não percebemos os significados que ele pode carregar. Receitas, ingredientes, técnicas de preparo, utensílios de cozinha, louças, talheres e comportamentos dizem muito a

respeito desses significados e podem nos mostrar aspectos e hábitos culturais historicamente construídos em uma etnia.

A alimentação pode ser analisada sob vários ângulos, e pode nos dizer muito sobre a região em que determinado alimento é consumido. Pode ser analisada sobre a ótica do trabalho, família, sociabilidade e até mesmo como um poder simbólico, mas acima de tudo, a alimentação e seus processos de preparo, revelam a identidade de um povo, tribo ou nação.

Desse modo, oferecemos a todos uma boa leitura e bom apetite!





Núcleo de História e Patrimônio

Felipe Pedroso – Historiador

Pablo Uliana - Estagiário

Vilmar Felipe – Estagiário

Tradução

Angela Betenheuser

Arte e Diagramação

Lucas H. Los

Agradecimentos

Annie Bosch

Cleri Boot

Panoka de Geus

Willemina de Geus Greidanus

Arina Greidanus

Willemien Verschoor

Dorothy Verschoor

Parque Histórico de Carambeí

Av. dos Pioneiros 4050, 84145-000

secretaria@aphc.com.br

Carambeí PR | 42 3231-5063

www.aphc.com.br

STAMPPOT RAUWE ANDIJVIE

--

Purê De Batatas Com Chicória Crua

INGREDIENTES

2 kg de batatas

Sal

1 maço de chicória

200g de bacon (magro)

Leite

MODO DE PREPARO

Descasque as batatas, corte as maiores. Cozinhe com um pouco de água e sal numa panela que tenha uma tampa que vede bem e cozinhe por aproximadamente 20 minutos. Retire as folhas manchadas da chicória. Lave as folhas em água corrente.

Centrifugue ou seque as folhas da chicória. Junte as folhas da chicória, corte-as começando pela ponta da folha em tiras estreitas. Corte o bacon em cubos, frite-os numa frigideira deixando-os crocantes. Esquente o leite para o purê, amasse bem as batatas e acrescente o leite mexendo o purê com uma colher de pau, junte a chicória, o bacon e um pouco da gordura do bacon. Não deixe o purê consistente demais.



STAMPPOT BOERENKOOL MET ROOKWORST

--

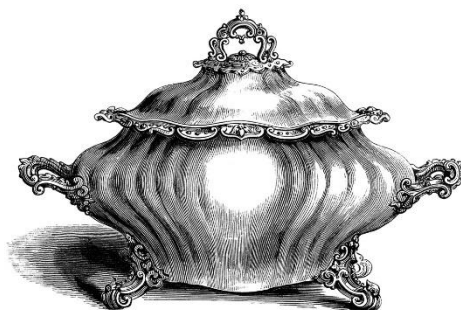
Purê de batatas com
mostarda e linguiça
defumada

MODO DE PREPARO

Quebre os ramos das folhas da nervura central, corte o miolo em fatias bem finas. Lave as folhas. Corte as folhas em tiras bem finas. Coloque o miolo e as folhas cortadas na panela. Acrescente um pouco de água e cozinhe em fogo baixo por 10 minutos. Descasque e lave as batatas e corte em pedaços. Lave a linguiça, coloque sobre as folhas, depois cubra com as batatas. Acrescente o sal e a aveia. Deixe cozinhas por aproximadamente 30 minutos em fogo baixo, retire a linguiça da panela e amasse o restante. Acrescente ao purê também o leite e a gordura ou manteiga. Coloque tudo numa tigela junto com a linguiça.

INGREDIENTES

- 1 maço de boerenkool (pode ser substituído por mostarda ardida)
- 2 kg de batatas
- 1 linguiça defumada (tipo portuguesa ou calabresa) de aprox. 300g
- Sal
- 60 g de aveia
- 20 ml de leite
- 40 g de gordura ou manteiga



SAUCIJZEBROOD- JES

--

Folheados com
linguiça de carne de
porco

MODO DE PREPARO

Tempere a carne com o sal, pimenta, noz-moscada e 1/2 ovo. Deverá ficar com um sabor picante. Enrole 10 tiras com 9 cm de comprimento.

Prepara a massa num ambiente relativamente frio. Coloque a farinha numa tigela fria, deixe um pouco da farinha separada para polvilhar. Acrescente a manteiga e corte com 2 facas em pedaços pequenos. Misture água e sal com a faca na massa. Acrescente água suficiente que faça com que não tenha mais farinha seca na tigela. Polvilhe um pouco de farinha na bancada (granito) e no rolo de macarrão. Coloque a massa e desenrole. Vire e desenrole novamente até formar uma massa de 1/2 cm de grossura. Evite tocar a massa com as mãos. Dobre a massa formando um pacote e deixe esfriar.

INGREDIENTES

- 200 g de carne de porco moída
- Sal
- Pimenta
- Noz-moscada
- 1 ovo
- 200 g de farinha
- 200 g de manteiga gelada
- 10 ml de água

Desenrole novamente até formar uma massa estreita e longa com 18 cm de largura e 1/2 cm de grossura. Divida essa massa em 10 pedaços de 10 x 8 cm. No meio de cada pedaço coloque um rolo de carne. Molhe uma das laterais e dobre a massa colando numa das laterais. Molhe a fôrma de assar, coloque os folheados e passe um pouco de ovo. Com uma faca faça pequenos cortes na massa e leve para assar.

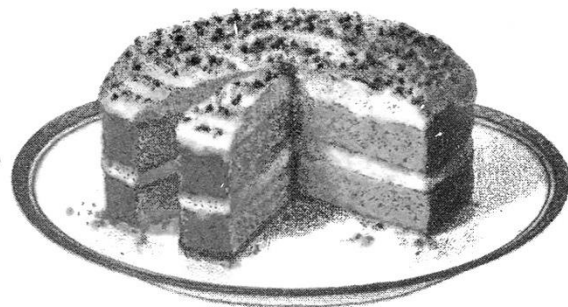
KRUIDKOEK

--

Bolo de especiarias

MODO DE PREPARO

Peneire a farinha, acrescente o açúcar, as especiarias, o melado e o sal, misture tudo com uma colher e acrescente aos poucos o leite. Sempre mexa a massa com a colher a partir do meio, até obter uma massa lisa e homogênea. Unte uma fôrma (tipo pão) e coloque a massa. Leve para assar por aproximadamente 1 ½ hora. Retire da fôrma ainda quente virando-a e deixe esfriar. Se sair facilmente da fôrma, significa que está assado por completo.



INGREDIENTES

- 200 g de farinha
- 150 g de açúcar mascavo
- 4 colheres de sopa de melado
- Pitada de sal
- 2 colheres de sopa rasas de canela
- 2 colheres de sopa rasas de cravo (pó)
- 1 colher de sopa de noz-moscada
- Raspas de limão
- 150 ml de leite frio

HUTSPOT MET KLAPSTUK

--

Purê de batatas com cenoura e carne

MODO DE PREPARO

Lave a carne, coloque para cozinhar acrescentando ½ litro de água fervente e sal por aproximadamente 90 minutos. Descasque as cenouras, corte em pedaços menores e cozinhe junto com a carne por 15 minutos. Descasque e lave as batatas. Corte em pedaços e junte com as cenouras. Descasque as cebolas, corte em tiras grossas e cubra as batatas. Deixe que tudo cozinhe por 40 minutos em fogo baixo. Tire a carne da panela e amasse o restante. Acrescente a gordura ou manteiga ao purê. Transfira tudo para uma tigela e cubra com a carne.

INGREDIENTES

- 500 g carne de boi
- Sal
- 1 kg de cenoura
- 2 kg de batatas
- 300 g de cebolas
- 20 à 50 g de gordura ou manteiga



STAMPPOT RAUWE ZUURKOOL MET VERSE WORST

--

Purê de batatas com chucrute e linguiça

MODO DE PREPARO

Descasque e lave as batatas, corte em pedaços, coloque para cozinhar com um pouco de água e sal. Lave a linguiça ou salsicha e coloque sobre as batatas. Deixe tudo cozinhar por 30 minutos. Enquanto isso corte o chucrute bem fino e esquente o leite. Tire a linguiça da panela. Amasse as batatas e misture o leite quente e o chucrute. Acrescente também a gordura ou manteiga. Transfira para uma tigela junto com a linguiça. Deve ser servido bem quente.

INGREDIENTES

- 2 kg de batatas
- 350 g de linguiça fresca ou salsicha
- 400 g de chucrute
- 40 ml de leite
- Sal
- 60 g de gordura ou manteiga



RIJSTEBRIJ

--

Arroz doce com leite

INGREDIENTES

- 1 litro de leite
- Sal
- 125 g de arroz

MODO DE PREPARO

Ferva o leite com o sal, acrescente o arroz lavado. Mexa na panela até o leite ferver novamente, coloque no fogo baixo. Tampe a panela e deixe cozinhar por 1 a 1 1/2 hora.

Não abra nem mexa na panela.



BAMI

--

Bami

MODO DE PREPARO

Cozinhe o macarrão conforme instruções do fabricante. Refogue o frango, bacon e presunto no óleo quente. Acrescente o alho, ketchup e sambal. Em seguida acrescente a couve chinesa, alho poró e aipo. Mexe sempre os ingredientes na panela. Acrescente o macarrão e o camarão. Continue mexendo bem. Sirva em seguida.



INGREDIENTES

- 250 g de macarrão chinês
- 100 g de filé de frango, em cubos
- 100 g de bacon, em cubos
- 100 g de presunto, em cubos
- 1 colher de sopa de óleo
- 2 dentes de alho amassados
- 1 colher de sopa de ketchup
- 1 colher de sopa de sambal
- 200 g de couve chinesa, cortado bem fino
- 200 g de alho poró, cortado bem fino
- 5 ramos de aipo, cortado bem fino
- 100 g de camarão miúdo
- 100 g de cebola picada

GEHAKTBALLEN

--

Almôndegas

MODO DE PREPARO

Coloque a carne moída numa tigela. Bata um ovo com sal e especiarias. Corte o pão em pedaços pequenos, acrescente o ovo para umedecer. Com um garfo quebre os pedaços de pão em pedaços menores. Coloque tudo na tigela da carne moída e misture com uma colher de pau, fazendo com que o pão desapareça. Divida a massa na quantidade de almôndegas desejadas. Enrole-as e passe na farinha de rosca. Derreta a manteiga na panela até desaparecer a espuma e acrescente as almôndegas. Deixe que dourem por 20 a 25 minutos. Tire a carne da panela, acrescente o purê de tomate, deixe refogar na panela por aproximadamente 5 minutos acrescentando no final um pouco de água. Outro método é: Coloque a farinha na panela em fogo baixo, deixe refogar até dourar mexendo bem, acrescente água no final para ter um molho.

INGREDIENTES

- 300 g de carne moída de gado de 2ª
- 1 ovo
- Sal
- Pimenta
- Noz-moscada
- Curry (à gosto)
- 100 g de pão envelhecido
- Farinha de rosca
- 120 g de manteiga
- 2 colheres de sopa de purê de tomate ou 15 g de farinha



GROENTESOEP

--

Sopa de verduras

MODO DE PREPARO

Ferva o caldo, acrescente o arroz e mexa até ferver, depois deixe cozinhar por 20 a 30 minutos em fogo baixo. Derreta a manteiga numa panela menor, acrescente as verduras e deixe refogar lentamente por aproximadamente 8 minutos em fogo baixo. Tampe a panela e mexa para não deixar as verduras queimarem, ou acrescente um pouco de caldo. Coloque essas verduras na panela maior com o caldo e deixe cozinhar. No final acrescente a salsa, sal e pimenta a gosto.



INGREDIENTES

- 1 litro de caldo de galinha ou de carne
- 40 g de arroz lavado
- Macarrão cabelo de anjo, espagete fino ou outro
- 30 g de manteiga
- Verduras diversas, lavadas e cortadas em pedaços pequenos
- Salsa picada
- Sal
- Pimenta

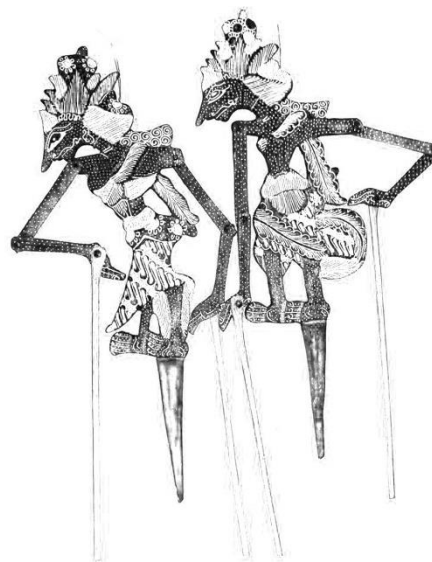
NASI GORENG

--

Nasi goreng

MODO DE PREPARO

Refogue as cebolinhas, o alho, com o sambal e o trassi bakar, acrescente o cubo de caldo. Acrescente o bacon e refogue mexendo por 3 minutos. Acrescente também o alho poró. Acrescente lentamente o arroz, mexendo para que fique bem solto e bem quente. Faça uma omelete com os ovos, dobre e corte em tiras. Sirva por cima do arroz.



INGREDIENTES

- 2 colheres de sopa de óleo
- 1 cubo de caldo de carne ou frango
- 200 g de frango ou carne de porco
- 1 alho poró
- 600 g de arroz cozido e morno
- 3 ovos, batidos com leite
- 4 cebolinhas
- 2 dentes de alho amassados
- 2 colheres de sopa de pimenta sambal
- 1 colher de sopa bem cheia de trassi bakar

ADVOCAAT

--

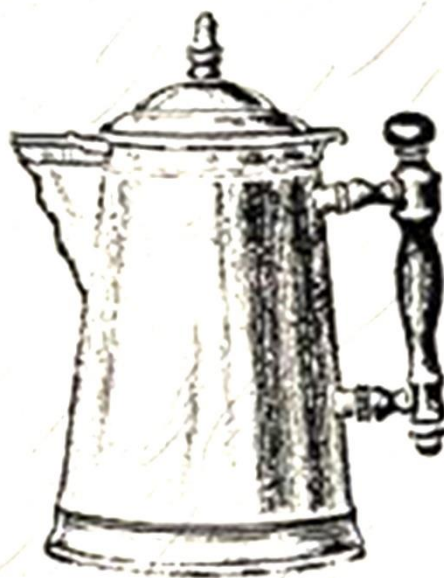
Licor de ovos

MODO DE PREPARO

Coloque os ovos com o açúcar e a baunilha numa tigela em banho-maria e misture todos os ingredientes até que fique morno. Retire do banho-maria. Continue mexendo até esfriar, engrossar e clarear, aproximadamente por 10 minutos. Acrescente o conhaque aos poucos sempre mexendo. Coloque novamente no banho-maria e continue mexendo até ter consistência, mas cuide para não esquentar demais (pode coalhar). Retire novamente do banho-maria, continue mexendo até esfriar completamente. Transfira para o recipiente que desejar usar para guardar o licor. A validade é indeterminada. Sirva em copinhos com uma colherinha.

INGREDIENTES

- 8 ovos
- 400 g de açúcar refinado
- Raspas do miolo de uma fava de baunilha
- ½ l de conhaque (ou 350ml de conhaque com 150 ml de água)



JULIENNESOEP

--

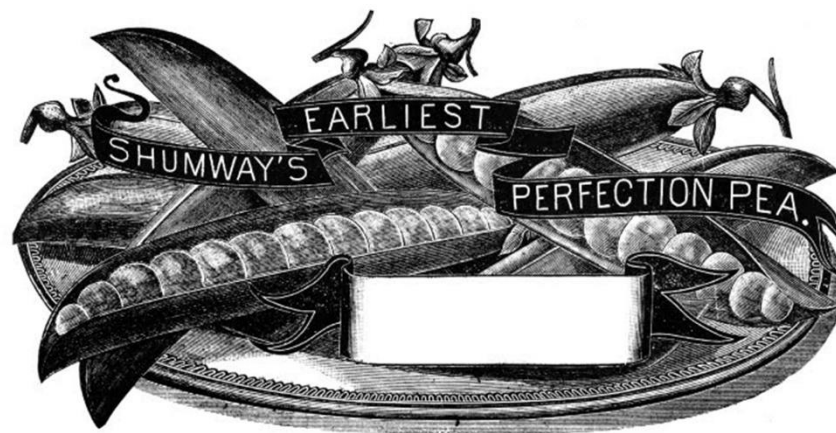
Sopa juliana

MODO DE PREPARO

Ferva o caldo. Acrescente as verduras e deixe cozinhar por aproximadamente 10 minutos. Misture a fécula de batata com um pouco de água fria em seguida acrescente à sopa. Finalize acrescentando sal, pimenta e salsa picada.

INGREDIENTES

- 1 litro de caldo de galinha ou carne filtrado
- Verduras diversas, lavadas e cortadas em pedaços pequenos
- 15 g de fécula de batata
- Sal
- Pimenta
- Salsa picada



KIPPESOEP

--

Sopa de galinha

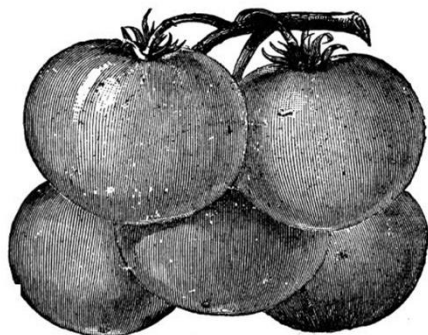
MODO DE PREPARO

Ferva a água com sal, cebola, cenoura, salsa, folha de louro. Acrescente os pedaços de galinha lavados e deixe cozinhar por aproximadamente 1 1/2 hora em fogo baixo com a panela tampada. Peneire esse caldo e retire o excesso de gordura. Corte a carne em pedaços pequenos, acrescente um pouco de água à farinha ou maisena e acrescente ao caldo. Coloque a carne na panela e deixe cozinhar mais um pouco. Finalize a sopa acrescentando mais sal ou outro tempero.

Bata a gema com o creme de leite dentro da terrina para sopa e acrescente lentamente, mexendo sempre a sopa.

INGREDIENTES

- 1 litro de água
- Sal
- Cebola
- Cenoura
- Salsa
- Folha de louro
- 300 g de galinha
- 30 g de farinha de arroz ou maisena
- 1 gema
- 10 ml de creme de leite
- Sal



GEITENSPEK

--

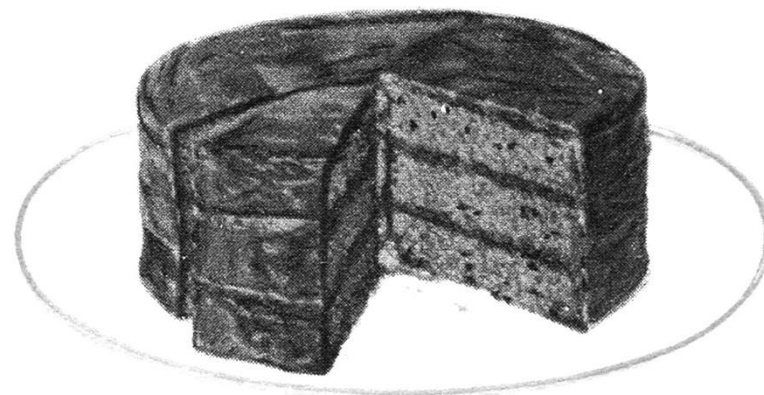
Torta de chocolate e bolachas

MODO DE PREPARO

Bater bem os ovos com açúcar e chocolate em pó, depois acrescentar lentamente a gordura de côco. Coloque uma camada de bolachas numa tigela e intercale com a massa formando camadas de bolachas e massa. Leve para resfriar.

INGREDIENTES

- 250 g gordura de côco
- 3 ovos
- 6 colheres de sopa de chocolate em pó
- 2 xíc de açúcar
- 1 pacote de açúcar de baunilha
- 1/2 kg de bolachas tipo Maria



CHOCOLADEBORS TPLAAT

Doce de chocolate

MODO DE PREPARO

Primeiro misture o açúcar e o chocolate em pó, depois acrescente a água numa panela e misture. Deixe com que essa mistura cozinhe até o ponto de gota ou pérola. Retire a panela do fogo e mexa com uma colher de pau, desgrudando bem das laterais da panela, até que a massa comece a engrossar, mas continue líquido. Despeje num granito ou em forminhas (sem o fundo) sobre papel manteiga. Quanto estiver frio desenforme.

INGREDIENTES

- 200 g de açúcar
- 4 colheres de sopa de água
- 4 colheres de sopa de chocolate em pó
- Leite
- Creme de leite



APPELMOES

Purê de maçã

MODO DE PREPARO

Lave as maçãs, corte em 4 pedaços, retire o miolo. Corte as maçãs mais uma vez ao meio e coloque para cozinhar com um pouco de água e as raspas de limão. Cozinhe as maçãs até virar um purê. Retire as raspas e peneire o purê. Acrescente açúcar a gosto.

INGREDIENTES

- 1 kg de maçãs
- Raspas de limão
- Açúcar



ERWTENSOEP

--

Sopa de ervilhas

MODO DE PREPARO

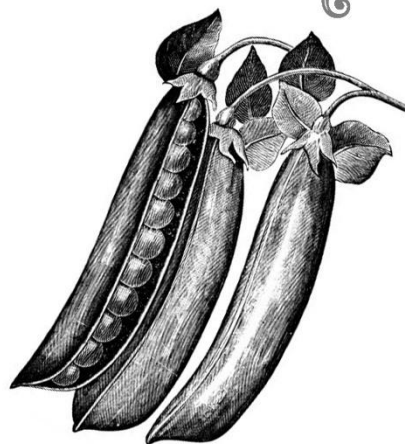
Escolha as ervilhas e lave-as bem. Deixe-as de molho na água durante uma noite. Cozinhe as ervilhas nessa mesma água (não acrescente sal). Mexa de vez em quando. Descasque as batatas, corte em pedaços pequenos e coloque na panela das ervilhas. Lave as outras verduras, corte em pedaços e coloque na panela das ervilhas. Lave a linguiça e o bacon e acrescente na panela. Para linguiça defumada o tempo de cozimento é de 20 minutos, para a linguiça fresca é de 25 minutos, bacon é 1 hora, e para a carne pré-cozida seria mais 1 hora.

Deixe a sopa cozinhar por aproximadamente 1 hora, mexendo de vez em quando e em fogo baixo. Finalize a sopa acrescentando sal e os cubos de caldo de carne.

Ao terminar o tempo de cozimento da linguiça e do bacon, retire da panela. Corte em pedaços pequenos e depois retorne à panela da sopa.

INGREDIENTES

- 500 g de ervilhas
- 2 1/2 l de água
- 2 batatas grandes
- 2 alhos poró
- 1 aipó (ou salsão?)
- 1 linguiça defumada ou 1 linguiça fresca
- 100 g de bacon ou 500 g de carne de gado pré-cozida
- 2 cubos de caldo de carne
- Sal



HONINGKOEK

--

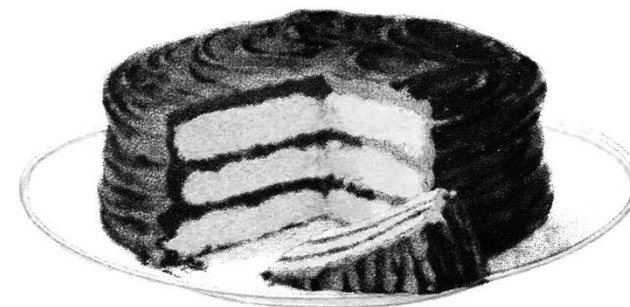
Bolo de mel

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes, e coloque numa forma untada (tipo pão) e enfarinhada. Leve ao forno para assar por 35 a 40 minutos.

INGREDIENTES

- 3 xíc de farinha
- 1 xíc de açúcar
- 1 xíc de mel
- 1 xíc de leite
- 1 colher de chá de canela
- 1 ovo
- 2 colheres de sopa de margarina
- 1/2 colher de sobremesa de fermento
- 1/2 colher de sobremesa de bicarbonato de sódio
- Pitada de sal



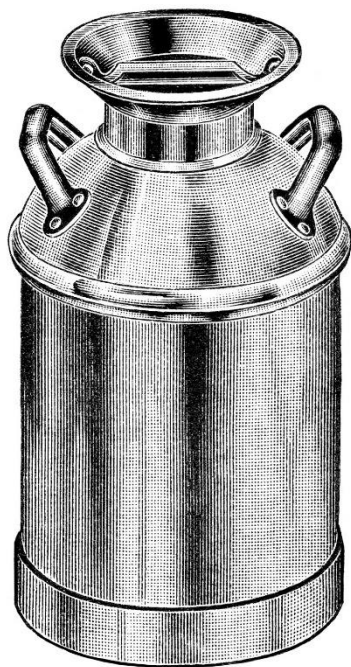
WAFFELS

--

Waffers

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes formando uma massa consistente e densa. Esquente o óleo. Com o ferro para waffer, passe na massa e coloque dentro do óleo da fritura até dourar. Escorra e polvilhe açúcar e canela.



INGREDIENTES

- 2 ovos
- 2 colheres de chá de açúcar
- Pitada de sal
- 1 xíc de leite
- 1 xíc de farinha
- Açúcar e canela
- Óleo para fritas
- Ferro para waffer

APPELTAART

--

Torta de maçã

MODO DE PREPARO

Faça uma massa com a farinha, a manteiga, o açúcar, metade do ovo batido, raspas de limão e o sal. Unte uma forma. Coloque 2/3 da massa uniformemente no fundo e na lateral da fôrma. Cubra com as torradas trituradas. Descasque as maçãs, corte em 4 pedaços, retire o miolo e a casca, depois corte os pedaços em fatias e coloque sobre a massa; cubra essa camada com açúcar e canela. Cubra com mais uma camada de maçãs e também coloque açúcar e canela.

Enrole tiras do restante da massa. Corte longas e estreitas tiras e cubra a torta com metade delas. Depois, no sentido oposto, cubra a torta com o restante das tiras, formando um trançado. Passe o restante do ovo batido nessa massa.

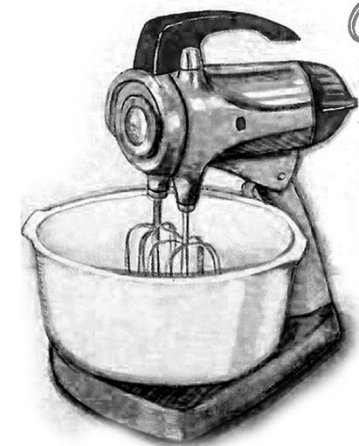
Pré-aqueça o forno por aproximadamente 6 minutos e coloque a fôrma no forno. Asse a torta por 40 a 50 minutos.

INGREDIENTES

- Para a massa:
- 250 g de farinha
- 150 g de manteiga
- 125 g de açúcar
- 1 ovo
- Raspas de limão
- Sal

Para o recheio:

- 2 torradas trituradas
- 500 g de maçãs azedas
- 50 g de açúcar
- Canela



OLIEBOLLEN

--

Bolinhos

MODO DE PREPARO

Coloque a farinha numa tigela, faça uma cova no meio. Dilua o fermento com um pouco de leite. Coloque esse fermento diluído na cova. Acrescente o restante do leite e o ovo e transforme numa massa. Acrescente sal, as passas, maçãs raladas. Deixe crescer por 1 hora. Esquente bem o óleo para fritura. Passe óleo quente em duas colheres. Pegue um pouco de massa com a colher e com a ajuda da outra colher forme uma porção arredondada e deixe escorregar para dentro da panela com óleo. Frite por aproximadamente 5 minutos.

O bolinho deve estar seco por dentro e dourado por fora, com uma crosta fina.

Deixe os bolinhos escorrendo e polvilhe com açúcar de confeiteiro.

Influência brasileira: Acrescente pedaços de banana à receita.

INGREDIENTES

- 400 g de farinha
- 30 g de fermento biológico
- 40 ml de leite morno
- 2 ovos
- Sal
- 150 g de uva passas lavadas e secas
- 50 g de frutas cristalizadas
- 2 a 3 maçãs azedas descascadas e raladas
- Óleo para fritura
- Açúcar de confeiteiro



ZANDKOEKJES

--

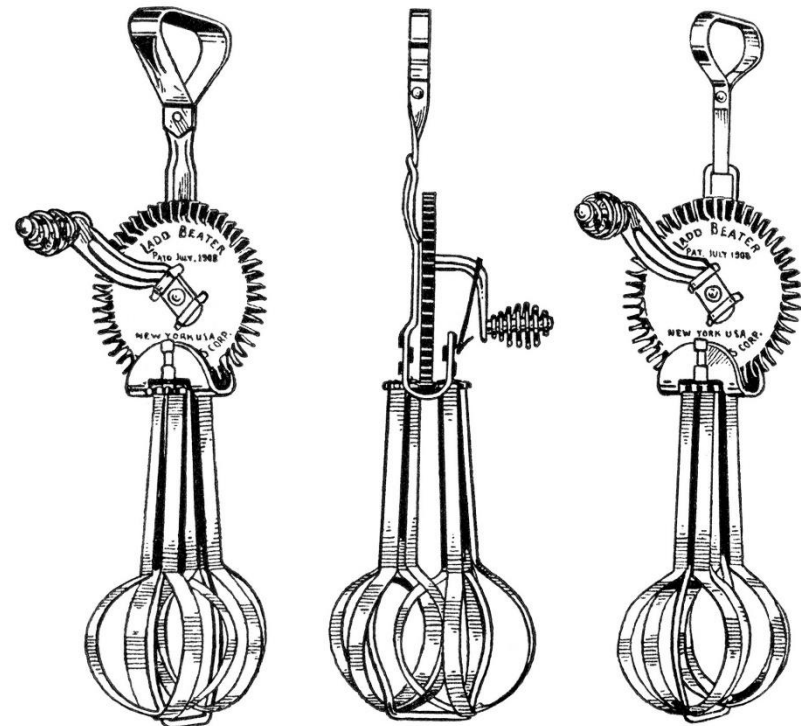
Bolachas

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes formando uma massa. Forme bolachas numa assadeira. Leve para assar, forno pré-aquecido a 200° C.

INGREDIENTES

- 600 g farinha
- 200 g de manteiga
- 200 g de banha de porco
- 200 g de açúcar
- Açúcar de baunilha
- Bicarbonato de sódio



PANNEKOEKEN

--

Panquecas

MODO DE PREPARO

Bater os ovos; junte a farinha e o leite aos poucos. Derreta a manteiga ou es quente um pouco de óleo numa frigideira ou panquequeira e retorne para dentro da massa. Misture bem e acrescente um pouco de sal. Coloque um pouco da massa na panquequeira, espalhe bem formando uma panqueca. Não há a necessidade de colocar mais óleo ou manteiga, pois o mesmo já está dentro da massa.

INGREDIENTES

- 250 g de farinha
- 2 xíc de leite
- Sal
- 3 ovos
- Manteiga ou óleo



PRUIMENTAART

--

Torta de ameixas pretas

MODO DE PREPARO

Cozinhar as ameixas com o açúcar até engrossar. Se utilizar a ameixa em calda, cozinhe e engrosse com um pouco de maisena. Coloque todos os ingredientes para a massa numa tigela, misture e amasse até formar uma bola. Deixe descansar. Unte uma fôrma e enfarinhe-a. Coloque a massa apertando com os dedos e espalhando pela fôrma e pelas laterais. Leve ao forno para assar por aproximadamente 1 hora. Deixe esfriar.

Depois de assar a massa coloque as ameixas e cubra com clara de ovo batido em neve e leve ao forno para gratinar.

INGREDIENTES

Para a massa: (para uma fôrma baixa de 22 cm de diâmetro)

- 200 g de farinha
- 150 g de manteiga
- 80 a 100 g de açúcar
- Pitada de sal

Para o recheio:

- 250 g de ameixas pretas sem caroço ou ameixa em calda sem caroço
- 50 g de açúcar
- 2 colheres de sopa de maisena (se for utilizar a ameixa em calda)

Para a cobertura:

- 2 claras de ovo batido em neve
- 4 colheres de sopa de açúcar

