



# COZINHA

*sem glúten*



O sabor do Brasil



@RECEITASAMAFIL

# ÍNDICE

## SALGADOS

- 3 - COXINHA
- 3 - RISOLES
- 5 - PÃO
- 5 - PÃO AUSTRALIANO
- 7 - PAOZINHO DE BATATA RECHEADO
- 7 - PIZZA
- 9 - QUICHE DE ABOBRINHA
- 9 - MACARRÃO

## DOCES

- 4 - COOKIES
- 4 - PETIT GÂTEAU
- 6 - BROWNIE
- 6 - BISCOITO CHAMPANHE
- 8 - BOLO DE CHURROS
- 8 - BOLO RED VELVET
- 10 - BOLO SONHO
- 10 - MASSA CHOUX

## - MIXTURE -

A MIXTURE É A FARINHA DA AMAFIL TOTALMENTE SEM GLÚTEN, DESENVOLVIDA ESPECIALMENTE PARA A SUBSTITUIÇÃO DO TRIGO NAS RECEITAS. TRAZENDO SABOR, ESTRUTURA E TEXTURA PARA AS MAIS DIVERSAS PREPARAÇÕES COMO BOLOS, TORTAS, PÃES, ENTRE OUTRAS RECEITAS INCRÍVEIS!

1 XÍCARA DE FARINHA DE TRIGO EQUIVALE A 3/4 DE XÍCARA DE MIXTURE EM SUAS RECEITAS



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50 g (1/4 xícara de chá em média)		
Quantidade por porção		%VD (*)
Valor Energético	174 kcal = 730 kJ	9%
Carboidratos	43 g	14%
Proteínas	0,5 g	1%
Gorduras Totais	0 g	0%
Gorduras Saturadas	0 g	0%
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	1,1 g	4%
Sódio	0 mg	0%

[AMAFIL.com.br](http://AMAFIL.com.br)

## COXINHA SEM GLÚTEN



### Ingredientes:

- 1 pacote (180 g) de Purê de Batata AMAFIL;
- Sal AMAFIL a gosto;
- 1 xícara (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 3 xícaras (chá) de água;
- 2 colheres (sopa) de margarina;
- 1 caldo sabor galinha;
- 2 xícaras (chá) de frango (cozido, temperado e desfiado);
- 1 xícara (chá) de requeijão cremoso;
- Para empanar:
- 2 ovos batidos misturados com 2 colheres de água

### Modo de preparo:

Em um recipiente misture o frango com o requeijão cremoso e reserve. Ferva a água com um cubo de caldo sabor galinha, a margarina e o Sal AMAFIL. Acrescente o Purê de Batata AMAFIL e misture. Adicione a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL e misture bem. Cozinhe a massa até que desgrude da panela. Transfira a massa para uma mesa enfarinhada com a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, deixe esfriar um pouco e amasse. Pegue porções da massa abra na palma da mão e recheie com o frango reservado, modele, passe no ovo batido e na Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL e leve para fritar em óleo quente.



### DICA:

PARA A SUA RECEITA FICAR MAIS SAÚDAVEL,  
VOCÊ PODE OPTAR POR FRITAR NA AIRFRYER!



## RISOLES SEM GLÚTEN

### Ingredientes - Massa:

- 1 xícara (chá) de Farinha Sem Glúten Mixture AMAFIL;
- 2 xícaras (chá) de caldo de legumes;
- 1 colher (sopa) cheia de banha.

### Ingredientes - Empanar:

- Farinha de Mandioca Branca AMAFIL;
- Ovos mexidos;
- Óleo.



### Modo de Preparo - Massa:

Em uma panela adicione o caldo de legumes, a banha e a Farinha sem Glúten Mixture AMAFIL, misture bem e após homogeneizada ligue o fogo. Com o fogo ligado misture até obter uma massa homogênea.

Reserve a massa da panela para esfriar, logo após recheie-os com o sabor de sua preferência e frite.

RECEITA: CARLA DESTEFANO

## COOKIES SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- 1 e ¼ xícaras (chá) de Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- ½ xícara (chá) de açúcar;
- ¼ xícara (chá) de açúcar mascavo;
- 2 colheres (sopa) cheias de manteiga;
- ½ colher (chá) de bicarbonato de sódio;
- 1 ovo;
- ½ xícara (chá) de gotas de chocolate sem glúten;
- 1 colher (café) de essência de baunilha.

### Modo de preparo:

Coloque na batedeira o ovo, a essência de baunilha, o açúcar, o açúcar mascavo e a manteiga e bata.

Acrescente a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, o bicarbonato de sódio e bata até formar uma massa homogênea. Coloque as gotas de chocolate e bata devagar. Modele os cookies e coloque-os em uma forma forrada com papel manteiga deixando espaço entre um e outro para não grudar. Leve para assar em forno a 220 °C até dourar. Retire os cookies do forno e deixe esfriar, desenforme e sirva!



**DICA:**  
VOCE PODE TROCAR O CHOCOLATE POR  
CASTANHAS OU FRUTAS SECAS

## PETIT GÂTEAU SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- 2 colheres (sopa) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 180 g de chocolate meio amargo;
- 3 colheres (sopa) de manteiga sem sal;
- 2 ovos;
- 2 gemas;
- 2 colheres (sopa) de açúcar.

### Modo de preparo:

Em um recipiente adicione o chocolate picado grosseiramente, a manteiga e leve ao micro-ondas para derreter. Em uma tigela acrescente os ovos, as gemas, o açúcar e a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL com o auxílio de um fuê misture bem, adicione o chocolate derretido com a manteiga e misture novamente. Unte com desmoldante 6 forminhas para o Petit Gâteau individuais. Preencha as forminhas até a metade da capacidade, coloque em uma assadeira e leve para assar em forno preaquecido a 250 °C por 15 minutos. Retire do forno e desenforme ainda quente (o centro do bolinho deve ficar úmido).

Obs.: O tempo de assar pode variar de um forno para outro.



## PÃO SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- ½ xícara (chá) de Purê de Batata AMAFIL;
- 2 colheres (sopa) de Fécula de Mandioca AMAFIL;
- 1 colher (chá) de Sal AMAFIL;
- Fubá Mimoso AMAFIL para untar;
- 1 colher (sopa) de açúcar;
- 6 gramas de fermento biológico seco;
- 260 ml de água;
- 3 ovos;
- 50 ml de óleo.

### Modo de preparo:

Adicione todos os ingredientes na batedeira e bata até obter uma massa lisa e homogênea, transfira a mistura para uma forma de pão untada e enfarinhada com Fubá Mimoso AMAFIL e aguarde o crescimento. Leve para assar em forno preaquecido a 180 °C até dourar. Assim que retirar o pão do forno desenforme e deixe esfriar em uma grade.

RECEITA: CARLA DESTEFANO



**DICA:**  
ESQUENTE O PÃOZINHO ANTES DE COMER  
PARA QUE ELE FIQUE QUENTINHO E FOFINHO,  
COMO SE ESTIVESSE SAÍDO DO FORNO!



## PÃO AUSTRALIANO SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- 2 e ½ xícaras (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 1 colher (café) de Sal AMAFIL;
- Fubá AMAFIL para polvilhar;
- 2 ovos;
- 1 colher (sopa) de cacau em pó;
- 1 sachê (10g) de fermento biológico;
- 1 e ¼ xícaras (chá) de água;
- 2 colheres (sopa) de açúcar mascavo;
- 4 colheres (sopa) de mel;
- ¼ xícara (chá) de óleo.

### Modo de preparo:

Adicione todos os ingredientes na batedeira planetária e bata até obter uma massa lisa e homogênea. Transfira a massa para uma forma de pão (25x10 cm) untada com óleo e com Fubá AMAFIL, com o auxílio de uma espátula molhada, alise a massa, polvilhe o Fubá AMAFIL e faça 3 (três) cortes em cima do pão. Cubra com plástico e leve para crescer em local fechado longe de correntes de ar por 40 minutos. Retire o plástico e leve para assar em forno preaquecido a 200 °C até dourar. Desenforme o pão ainda quente e coloque para esfriar sobre uma grelha.



## BROWNIE SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- ½ xícara (chá) de Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 2 ovos;
- 1 xícara (chá) de açúcar;
- 2 colheres (sopa) de margarina;
- 1 colher (chá) de essência de baunilha;
- ¼ xícara (chá) de cacau em pó 50%;
- 1 xícara (chá) de gotas de chocolate meio amargo.

### Modo de preparo:

Na batedeira bata os ovos, o açúcar, a margarina e a essência de baunilha até virar um cremefofo. Acrescente a Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL e o cacau em pó, bata até misturar, em seguida adicione as gotas de chocolate e misture. Leve para assar em forma retangular (22x13cm) forrada com papel manteiga em forno preaquecido a 200 °C até dourar.



**DICA:**  
O BISCOITO CHAMPANHE É ÓTIMO PARA UTILIZAR EM RECEITAS COMO TIRAMISU, CHARLOTTE, PAVÊ, TORTAS, ETC.

## BISCOITO CHAMPANHE SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- 1 e ½ xícaras (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 1 e ¼ xícaras (chá) de açúcar refinado;
- 4 ovos (claras em neve);
- 1 colher (café) de aroma de baunilha;
- Açúcar cristal para polvilhar.

### Modo de preparo:

Em uma batedeira bata as claras em neve. Acrescente as gemas, o açúcar e o aroma de baunilha até obter um creme homogêneo. Diminua a velocidade da batedeira e acrescente o a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL aos poucos, para que a massa não perca o volume. Transfira a massa para um saco de confeitar e modele os biscoitos em formato de bastões em uma forma forrada com papel manteiga, polvilhe o açúcar cristal sobre os biscoitos e leve para assar em forno a 180 °C até dourar levemente. Deixe esfriar para desenformar.



## PÃOZINHO DE BATATA RECHEADO SEM GLÚTEN

### Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 2 colheres (café) de Sal AMAFIL;
- 1 xícara (chá) de Purê de Batata AMAFIL;
- 2 colheres (sopa) de açúcar;
- 2 ovos;
- 2 colheres (sopa) de leite em pó;
- 1 sachê (10g) de fermento biológico;
- 2 e ½ xícaras (chá) de água;
- 2 colheres (sopa) de margarina;
- 500 g de frango (cozido, temperado e desfiado);
- 1 xícara (chá) de requeijão cremoso;
- 1 gema misturada com 2 colheres (sopa) de água para pincelar;
- Gergelim branco para polvilhar.

### Modo de preparo

Adicione na batedeira planetária a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, o açúcar, o Sal AMAFIL, o Purê de Batata AMAFIL, o leite em pó, o fermento, os ovos, a margarina e a água, bata até homogeneizar. Misture o frango com o requeijão e reserve. Unte as mãos com margarina e abra porções de massa. Coloque o recheio e feche com as pontas dos dedos, e dê o formato de um pãozinho e coloque em uma forma untada com margarina e enfarinhada com a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, dando espaço entre um pãozinho e outro para não grudar. Cubra com um plástico e deixe crescer por 40 minutos. Retire o plástico, pincel com as gemas e polvilhe o gergelim. Leve para assar em forno preaquecido a 200 °C até dourar.



**DICA:**  
TANTO O PÃOZINHO DE BATATA COMO A PIZZA PODEM RECEBER RECHEIOS VARIADOS DE ACORDO COM O SEU GOSTO!

## PIZZA SEM GLÚTEN

### Ingredientes

#### Massa:

- 1 e ¾ de xícaras (chá) de Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 1 colher (café) cheia de Sal AMAFIL;
- 1 sachê (10 g) de fermento biológico seco;
- 2 colheres (sopa rasa) de açúcar;
- 1 ovo;
- ½ xícara (chá) de água;
- 3 colheres (sopa) de óleo.

### Modo de preparo:

Em uma bacia misture a Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL, o Sal AMAFIL, o fermento e o açúcar, faça uma covinha no centro da bacia e coloque o ovo, a água e óleo. Misture bem com as mãos. Abra a massa com as pontas dos dedos em uma forma de 34 cm de diâmetro. Cubra com um plástico e deixe crescer por 20 minutos. Faça furos com um garfo e leve para assar em forno preaquecido a 200 °C até que comece a dourar. Retire do forno e coloque o recheio conforme preferência. Volte a pizza montada para o forno até derreter o queijo.



## BOLO DE CHURROS SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

#### Ingredientes - Leite Caramelado:

- 1 xícara (chá) de açúcar;
- 1 e ½ xícaras (chá) de leite;
- 1 pau de canela.

#### Ingredientes - Bolo:

- 2 xícaras (chá) de Farinha Sem Glúten Mixture AMAFIL;
- 4 ovos;
- 4 colheres (sopa) de margarina;
- 1 xícara (chá) de açúcar;
- 1 colher (café) de canela em pó;
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó;
- 1 e ½ xícaras (chá) de leite caramelado;
- 3 xícaras (chá) de doce de leite para decorar

### Modo de preparo:

#### Modo de Preparo - Leite Caramelado:

Em uma panela derreta o açúcar e quando estiver no ponto de caramelo adicione o leite e a canela. Desligue o fogo e espere até que todo o caramelo se dissolva e reserve.

#### Modo de Preparo - Bolo:

Na batedeira coloque os ovos, a margarina e o açúcar. Bata em velocidade alta até virar um creme fofo. Desligue a batedeira, acrescente a Farinha Sem Glúten Mixture AMAFIL, a canela em pó, o fermento químico em pó, o leite caramelado reservado e bata até misturar bem. Coloque a massa em uma forma ballerine (25 cm) untada com margarina e leve para assar em forno preaquecido a 200 °C até dourar. Retire o bolo do forno e desenforme. Com o auxílio de um bico de confeitar decore com o doce de leite.



## BOLO RED VELVET SEM GLÚTEN

### Ingredientes

- 1 e ¼ xícaras (chá) de Farinha Sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 1 e ¼ xícaras (chá) de açúcar;
- 3 ovos;
- 3 colheres (sopa) de margarina;
- 1 colher (café) de essência de baunilha;
- 1 colher (sopa) de cacau em pó;
- 1 pote (165 g) de iogurte natural;
- ½ colher (sopa) de corante vermelho alimentício;
- 1 colher (chá) de fermento químico em pó;

### Recheio:

- 1 e ½ xícaras (chá) de Creme de Confeiteiro AMAFIL;
- 2 e ½ xícaras (chá) de leite.

### Modo de preparo:

Em um recipiente adicione o açúcar, os ovos, a margarina e misture com o auxílio de um fue. Adicione a essência de baunilha, o cacau em pó, o iogurte, o corante e misture. Adicione a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, misture e quando ficar homogêneo adicione o fermento químico em pó e misture. Coloque a massa em uma forma retangular (38x27 cm) forrada com papel manteiga e espelhe a massa. Leve para assar em forno preaquecido a 180 °C por aproximadamente 20 minutos.

### Modo de Preparo Recheio:

Leve o leite para ferver e quando levantar fervura acrescente o Creme de Confeiteiro AMAFIL e misture bem até engrossar. Deixe esfriar e transfira para um saco de confeitar com o bico pitanga. Recheie o bolo e decore.





## QUICHE DE ABOBRINHA SEM GLÚTEN

### Ingredientes

#### Massa:

- 1 e ½ xícaras (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 1 colher (café) de Sal AMAFIL;
- 3 colheres (sopa) de manteiga gelada;
- 1 gema;
- 3 colheres (sopa) de água gelada.

#### Recheio:

- 2 xícaras (chá) de bacon em cubos já frito;
- Sal AMAFIL a gosto;
- 4 ovos;
- 1 caixa de creme de leite;
- Noz-moscada a gosto;
- 1 xícara (chá) de queijo muçarela ralado grosso;
- 1 xícara (chá) de abobrinha italiana ralada grossa e espremida.

#### Modo de Preparo - Massa:

Coloque em um recipiente a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, o Sal AMAFIL, a manteiga e misture com as pontas dos dedos até formar uma farofa. Coloque a gema e a água e amasse até obter uma massa lisa e reserve.

#### Modo de Preparo - Recheio:

Em uma vasilha bata os ovos com o creme de leite, o Sal AMAFIL e a noz-moscada a gosto.

#### Modo de Preparo - Montagem:

Com as pontas do dedo espalhe a massa no fundo e na lateral da forma (22 cm de diâmetro x 4cm de altura). Fure a massa em diversos pontos com um garfo e espalhe o queijo ralado, o bacon frito e a abobrinha crua. Cubra com o creme de ovos e leve ao forno preaquecido a 180 °C até que o recheio esteja firme e dourado. Aguarde 10 minutos para desenformar.



## MACARRÃO SEM GLÚTEN

### Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- ½ xícara (chá) de Amido de Milho AMAFIL;
- 3 ovos;
- 2 colheres (sopa) de azeite;
- 1 colher (café) de goma xantana.

#### Modo de preparo:

Em uma batedeira adicionar todos ingredientes e bater até obter uma massa homogênea. Abra a massa com um rolo ou em um cilindro. Corte a massa em tiras e leve para cozinhar em água fervendo e sal. Escorra bem a água e sirva com um molho de sua preferência.

## BOLO SONHO SEM GLÚTEN

### Ingredientes

#### Bolo

- 2 xícaras (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 4 ovos;
- 1 e ½ xícaras (chá) de açúcar;
- 1 xícara (chá) de iogurte sem lactose ou kefir;
- 2/3 xícara (chá) de óleo;
- 1 colher (chá) de essência de baunilha;
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó.

#### Recheio

- 2 xícaras (chá) de Creme de Confeiteiro AMAFIL;
- 800 ml de leite desnatado;
- Açúcar de confeiteiro para polvilhar.

#### Modo de preparo

##### Bolo:

Adicione na batedeira os ovos e o açúcar e bata até formar um creme esbranquiçado. Desligue a batedeira e acrescente o iogurte e o óleo, bata levemente, acrescente a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL aos poucos com a batedeira ligada. Acrescente o fermento químico em pó e misture. Deixe uma forma já preparada com fundo removível e com papel manteiga e coloque a massa, leve ao forno preaquecido até dourar. Retire do forno e aguarde esfriar.

##### Recheio:

Em uma panela adicione o leite e o Creme de Confeiteiro AMAFIL, misture e leve ao fogo mexendo até engrossar e deixe cozinhar por mais dois minutos.

##### Montagem:

Desenforme o bolo, retire o papel manteiga e devolva para a base, corte o bolo ao meio e dentro da forma coloque um acetato do tamanho da forma para facilitar na montagem. Adicione a primeira parte do bolo e recheie, em seguida adicione a segunda parte e peneire o açúcar de confeiteiro para decorar. Aguarde alguns minutos para desenformar o bolo, desenforme onde for servir, retire o acetato e uniformize o recheio. Sirva.

RECEITA: CARLA DESTEFANO



## MASSA CHOUX

### Ingredientes Massa:

- 3/4 xícara (chá) de Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL;
- 1 xícara (chá) de água;
- 3 colheres (sopa) de margarina com sal;
- 1 colher (café) de açúcar;
- 5 ovos.

### Modo de Preparo Massa:

Em uma panela adicione a água, a margarina, o açúcar e deixe ferver. Retire a panela do fogo e acrescente a Farinha sem Glúten MIXTURE AMAFIL, mexendo rapidamente. Coloque a panela para o fogo novamente e deixe cozinhar por 1 minuto. Deixe a massa esfriar e leve para batedeira acrescentando aos poucos os ovos e bata até a massa ficar homogênea. Transfira a massa para um saco de confeitar e modele de acordo com a receita escolhida em uma assadeira forrada com papel manteiga. Leve para assar em forno preaquecido a 200 °C até dourar. Deixe esfriar.

Esta massa é muito utilizada na confeitaria nas receitas de Bombas, Carolinas, Profiteeroles, Éclairs, entre outras.





O sabor do Brasil

 @receitasamafil