



*Bem-vindo a um novo tempo.
Tempo em que o novo une-se ao tradicional.*

A Carrera Alimentos chegou a um novo tempo. Caminha forte para outros tempos que virão. Sua nova marca representa esse momento. Em linhas minimalistas que evidenciam sua simplicidade e, ao mesmo tempo, a escrita solta e em movimento suave lembrando a liberdade criativa e inovadora da empresa. Sua nova marca simboliza os investimentos em pessoas, pesquisa e desenvolvimento em tecnologia, tudo pra entregar o melhor produto, o melhor arroz. Mas a Carrera Alimentos não quer perder a tradição que a fez chegar até aqui, mais de 30 anos depois. Por isso, vamos sempre brindar nossos consumidores com mais um belo receituário, porque aqui, de verdade, todos queremos ver sempre publicadas receitas tradicionais, que vem ao longo dos tempos passando de gerações para gerações, preservando valores que fazem de todos nós uma grande família criada pela qualidade e sabor do arroz da Carrera Alimentos.

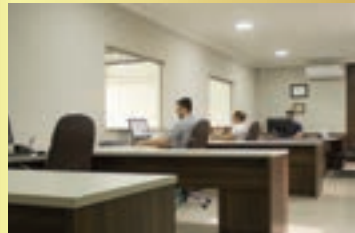
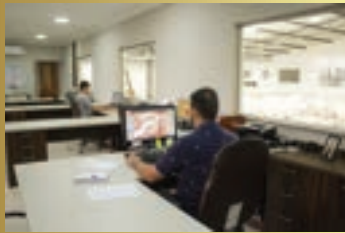


SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Sede Da Carrera Alimentos
Leme - SP

Escritórios modernos.
Profissionais experientes.
Equipamentos com tecnologia de ponta para separação de grãos.
Garantia de qualidade.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

O incentivo às novas gerações é o caminho para um futuro melhor.



A Carrera Alimentos é uma empresa preocupada com a inclusão social. Queríamos de alguma forma envolver toda a cidade de Leme, onde estamos situados, para detectar problemas, estudar caminhos e apontar as soluções para, de alguma forma, trazer de volta a auto-estima de pessoas fora do nosso quadro social. Assim, hoje a Carrera Alimentos é marca fundadora da ação 'Leme é Nossa Marca', uma ação que trouxe a iniciativa privada para promover o cidadão, evidenciando sua capacidade de fazer uma cidade melhor para todos.

Concurso de Redação Leme É Nossa Marca.

*Pelo segundo ano consecutivo, realizamos o Concurso de Redação Leme é Nossa Marca. Entendemos que o jovem é o grande propulsor e multiplicador das novas ideias, dos novos ideais. Com a participação de mais de 10.400 estudantes dos Ensinos Fundamental I, II e Médio, o tema **A Cidade Que Eu Quero Pra Mim** abriu uma oportunidade para os jovens debaterem temas que envolvem as deficiências da cidade e o que desejam dela e pra ela, como cidadãos e futuros profissionais. As redações vencedoras em suas categorias foram premiadas, e todas, juntamente com as demais, foram entregues a profissionais de psicologia que pontuaram a incidência de problemas e sugestões, constituindo assim um documento entregue ao poder público.*



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Com produtos da marca Carrera Alimentos você pode criar suas receitas que a gente garante: eles vão fazer bonito.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

Índice

<i>Arroz Toscano</i>	».....»	09
<i>Arroz de Forno Diferente</i>	».....»	10
<i>Salada Refrescante de Arroz</i>	».....»	11
<i>Rocambole de Arroz</i>	».....»	12
<i>Bolinho de Arroz Gourmet</i>	».....»	13
<i>Risoto Light de Arroz Integral</i>	».....»	14
<i>Creme de Arroz com Alho Poró</i>	».....»	15
<i>Risoto alla Pescatora</i>	».....»	16
<i>Galinhada Caipira</i>	».....»	17
<i>Arroz Doce Integral Light</i>	».....»	19
<i>Arroz Doce (super) Saudável</i>	».....»	20
<i>Bolo de Arroz com Maçãs</i>	».....»	21
<i>Cookie de Arroz</i>	».....»	22
<i>Risoto de Doce de Leite</i>	».....»	23
<i>Suco de Arroz La Vie</i>	».....»	24
<i>Dicas</i>	».....»	26
<i>Sobre Risotos Perfeitos</i>	».....»	31
<i>Ingredientes & Sabores</i>	».....»	32
<i>Receitas Básicas - Risoto & Caldo</i>	».....»	33
<i>Anotações</i>	».....»	34





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Mais saudável, o arroz integral controla o diabetes e combate até alguns tipos de cânceres. Ah! E ainda ajuda a emagrecer.

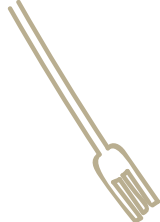




SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Acesse-nos pelo website www.carreraalimentos.com.br ou, se preferir, pelo facebook fb.com/carreraalimentos. Estamos também no instagram @carreraalimentos.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Carrera Alimentos. Sabor que marca. Arroz que rende.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




SALGADA



Arroz Toscano

Prato único para uma refeição rápida e saborosa.

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) arroz branco Carrera
- 500 g de linguiça toscana sem pele
- 2 cenouras picadas
- Raspas de limão
- 2 tomates picados
- 1 xícara (chá) de corações de alcachofra picados
- 3 talos de salsa e cebolinha picados
- ½ xícara (chá) de queijo parmesão ralado

Modo de fazer:

Cozinhe o arroz a parte.

Enquanto isso, ferva a linguiça e, em seguida, tire a pele de forma a deixá-la em pedaços. Doure a linguiça em sua própria gordura. Transfira para uma vasilha e reserve.

Na mesma panela, junte as raspas de limão, a cenoura, os tomates, a alcachofra e refogue. Acrescente a linguiça, o arroz cozido e misture bem.

Tempere com pimenta-do-reino, cebolinha e salsa.

Coloque numa travessa bonita e polvilhe parmesão ralado



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




SALGADA



Arroz de Forno Diferente

Parece um arroz de forno comum, mas o resultado é surpreendente!

Ingredientes:

- 3 xícaras de arroz Carrera cozido
- 3 gemas
- 3 claras
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- Ervilha
- Presunto picado (opcional)
- Azeitonas pretas picadas
- Sal

Modo de fazer:

Coloque o arroz cozido em um refratário, acrescente as gemas e misture com um garfo. Em seguida, acrescente a manteiga, o queijo parmesão, a ervilha, o presunto, a azeitona e o sal, mexendo ao colocar cada ingrediente. Espalhe de forma uniforme. Bata as claras em neve e coloque sobre a mistura. Leve ao forno por cerca de 20 minutos, ou até dourar. Sirva em seguida.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



SALGADA



Salada Refrescante de Arroz

Para os dias quentes, uma refeição completa num único prato.

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de arroz branco Carrera
- ½ xícara (chá) de milho verde
- ½ xícara (chá) de ervilhas frescas
- ½ xícara (chá) de cenoura ralada
- ½ xícara (chá) de azeitonas picadas
- Salsinha e cebolinha picadas
- 100 g presunto picado
- 100 g muçarela picada
- 3 ovos cozidos cortados ao meio
- 10 tomates cereja picados
- 2 colheres (sopa) azeite

Modo de fazer:

Prepare o arroz como de costume. Solte bem com um garfo e reserve até esfriar. Em uma vasilha funda, adicione o milho verde, a ervilha, a azeitona e a cenoura, misturando bem os ingredientes. Junte a muçarela, o presunto, os tomates e as ervas picadas. Adicione o azeite, mexa bem, passe para uma travessa e deixe refrigerar por 30 minutos.

Decore com ovos cozidos e sirva!



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

SALGADA



Rocambole de Arroz

Essa é para você preparar com antecedência e servir gelada. Na hora de comer, basta fatiar e servir numa travessa bem bonita.

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de arroz branco Carrera já pronto
- 1 xícara (chá) de leite
- ½ xícara (chá) de óleo
- 5 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 3 ovos
- 2 colheres (sopa) rasas de amido de milho
- 1 colher (sopa) fermento em pó
- 1 colher (sopa) cheiro verde picado
- 1 colher (sopa) de maionese
- 1 colher (sopa) de cream cheese ou de creme de leite
- 2 colheres (chá) de mostarda

Modo de fazer:

No liquidificador, coloque o leite, o óleo, os ovos, o arroz, o amido de milho e o queijo parmesão ralado e bata até obter uma mistura homogênea.

Adicione o fermento e o cheiro verde e bata rapidamente, até incorporar na massa.

Unte e forre uma forma com papel manteiga (também untado) e polvilhado com farinha de trigo. Despeje a massa batida no liquidificador e leve ao forno por aproximadamente 20 minutos, ou até que a massa esteja cozida e fofinha. Retire do forno.

Com a massa ainda quente, desenforme sobre um pano de prato levemente úmido.

Passa sobre a massa ainda quente, uma pasta feita com a maionese, o cream cheese (ou o creme de leite) e a mostarda. Em seguida, recheie com presunto em tiras, muçarela em tiras, palmito picado, frango desfiado, patês encorpados, tomates secos com ricota ou outro recheio de sua escolha e enrole para adquirir a forma de rocambole enquanto esfria.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




SALGADA



Bolinho de Arroz Gourmet

Receita gourmet, leve e surpreendente. Sem glúten e com queijo Brie.

Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de arroz Carrera cozido
- 2 ovos inteiros
- 1 gema
- 4 colheres (sopa) farinha de mandioca crua (ou farinha de castanha do pará)
- 150 g de queijo minas meia cura
- 1 pote de iogurte natural
- 200 g de queijo brie em cubos
- 200 g de damasco
- 2 xícaras de água
- 100 ml de creme de leite

Modo de fazer:

Prepare a massa com o arroz, os ovos, a gema, a farinha, o queijo minas e o iogurte misturando muito bem. Leve à geladeira em seguida.

Quando a massa estiver gelada e mais firme, faça bolinhas. Coloque um cubo de brie dentro de cada uma delas e feche bem. Volte as bolinhas para a geladeira enquanto aquece bem o óleo.

Frite os bolinhos em óleo bem quente.

Molho de damasco:

Cozinhe os damascos cortados em cubos pequenos em água. Quando o líquido tiver reduzido bem, adicione o creme de leite e bata no liquidificador. Sirva junto com os bolinhos.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




SALGADA



Risoto Light de Arroz Integral

Quer fazer risoto mas ele precisa ser light e saudável? Use o arroz integral.

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de arroz integral Inteirão (deixar de molho por 1 hora)
- 1 litro de caldo de legumes
- ¼ de xícara (chá) de vinho branco seco
- 1 cebola pequena cortada em cubos
- 1 dente de alho amassado
- sal a gosto
- ¼ colher (chá) noz moscada ralada na hora
- 100 gramas de queijo brie
- ½ unidade de manga picada em cubos

Modo de fazer:

Refogue a cebola e o alho em um fio de azeite. Adicione o arroz integral que ficou de molho (jogue a água fora) e logo em seguida o vinho branco. Quando o vinho estiver evaporado, adicione aos poucos o caldo de legumes e deixe cozinhar até que boa parte desse caldo tenha evaporado, mexendo sempre. Adicione a manga, a noz moscada e acerte o sal, misturando tudo muito bem. Quando o arroz estiver al dente, desligue o fogo, espere 5 minutos e misture o queijo brie para dar cremosidade. Sirva em seguida.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

SALGADA



Creme de Arroz com Alho Poró

Um creme rústico, mas também delicado e leve, que é bem adequado para noites geladas.

Ingredientes:

1 colher (sopa) de manteiga
1 talo de alho-poró em rodelas
1 xícara (sopa) de arroz Inteirão
400 g de batatas picadas finamente
2 litros de caldo de legumes
2 pequenos maços de cebolinha
2 colheres (sopa) de salsinha picada
sal e pimenta vermelha a gosto
queijo parmesão ralado
croutons e um fio de azeite para enfeitar

Modo de fazer:

Aqueça a manteiga numa panela funda. Refogue ligeiramente o alho-poró. Acrescente as batatas, o arroz e cozinhe no caldo de legumes até ficarem macios. Adicione a cebolinha, a salsinha, a pimenta vermelha e acerte o sal. Bata no liquidificador até ficar um creme leve.

Sirva com croutons, azeite e parmesão.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

SALGADA



Risoto alla Pescatora

Para impressionar e agradecer em um final de semana especial.

Ingredientes:

- 400 g de arroz Parboilizado Carrera
- 500 g de polvo e lulas cortado em tiras
- 500 g de vôngole
- 200g de camarões descascados
- 2 dentes de alho
- 1 copo de vinho branco seco
- azeite extra virgem
- sal
- pimenta vermelha
- 2 colheres (sopa) de manteiga

Modo de fazer:

Sem abrir o vôngole, cozinhe-os bem cobertos com água salgada e, ao final,coe e reserve o líquido de cozimento. Deve reservar cerca de 2 litros desse caldo.

Frite em óleo quente os dentes de alho esmagados até corar. Refogue por apenas cinco (5) minutos o polvo e as lulas em tiras. (Segredo: lula e polvo são alimentos que tem um cozimento diferenciado – entre 5 e 25 minutos o cozimento faz com que fiquem “borrachudos”; ou você cozinha menos de 5 minutos ou acima dos 25 para que voltem a ficar macios). Retire da panela e reserve para o final.

Adicione a essa mesma panela o azeite, a pimenta vermelha, o arroz e o vinho. Quando o vinho tiver evaporado, comece a cozinhar lentamente o risoto, umedecendo sempre com uma concha do líquido de cozimento dos vôngoles, mexendo um pouco a cada nova concha. Quando faltar cerca de ½ litro, adicione os camarões. Juntamente à última concha, misture o vôngole, as lulas, o polvo e acerte o sal. Finalize com a manteiga e sirva imediatamente.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.


SALGADA



Galinhada Caipira

Receita da consumidora **Viviane Gomes de Souza** de Leme/SP

Ingredientes:

- 2 colheres (sopa) azeite extra virgem
- 1,5 xícara (chá) cebola picada em cubos
- 3 dentes de alho amassados
- 2 kg coxas e sobrecoxas de frango (sem pele) picadas em cubos
- 4 xícaras (chá) água
- 1 cenoura média em cubos
- 1 xícara (chá) pimentão verde em cubos
- 1 xícara (chá) tomates em cubos sem sementes
- 3 tabletes caldo de frango
- 1 colher (café) pimenta-do-reino
- 1 colher (café) coentro em grãos
- 3 colheres (café) colorau em pó
- 2 colheres (café) açafraão em pó
- 2 colheres (sopa) suco de limão
- 1 pimenta dedo de moça picada sem sementes
- 3 xícaras (chá) de arroz Inteirão
- 2 colheres (sopa) extrato de tomate
- 1 xícara (chá) ervilhas frescas congeladas

Modo de fazer:

Em um panela grande refogue a cebola e o alho no azeite até dourarem. Coloque os pedaços de frango e deixe-os fritar por cerca de 3 minutos.

Adicione a água, a cenoura, os pimentões, o tomate, os tabletes de caldo de frango e os demais condimentos. Tampe e deixe cozinhar em fogo baixo por 35 minutos. Retire os pedaços de frango e reserve.

No caldo restante que ficou na panela, coloque o arroz Inteirão e o extrato de tomate e deixe cozinhar de 10 a 15 minutos, sem deixar secar. Se necessário, acrescente mais 1 xícara de água.

Retorne o frango, coloque as ervilhas e misture devagar para não despedaçar o frango. Cozinhe por mais 5 minutos. Desligue o fogo e sirva em seguida.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Quando a sobremesa é a estrela do cardápio.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




DOCE



Arroz Doce Integral Light

Quer um docinho, mas não abre mão da dieta?
Experimente essa variação do arroz doce tradicional.

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de arroz Inteiro Integral
- 1 maçã descascada e ralada
- 1 pau de canela
- 10 cravos-da-índia
- 4 xícaras (chá) de água fervente
- 1 xícara (chá) de leite desnatado
- 6 colheres (sopa) açúcar light ou adoçante culinário forno e fogão

Modo de fazer:

Cozinhe o arroz com água, a canela em pau, os cravos e a maçã. Quando o arroz estiver cozido, adicione o leite e o açúcar light ou o adoçante. Mexa bem e mantenha no fogo até obter um creme espesso (aproximadamente 10 minutos). Sirva gelado em potinhos de sobremesa e polvilhe com canela em pó.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




DOCE



Arroz Doce (super) Saudável

Outra receita de arroz doce, mas dessa vez todos os ingredientes são mais saudáveis.

Ingredientes:

- 8 colheres (sopa) de açúcar mascavo
- 7 xícaras (chá) de água
- 3 xícaras (chá) de arroz Inteiro Integral cru
- 4 paus de canela
- 1 colher (sopa) de cravo-da-índia
- 4 xícaras (chá) de leite de coco
- 1 colher (sopa) de raspa de limão
- ½ colher (café) de sal marinho

Modo de fazer:

Cozinhe o arroz com a água, o açúcar, a canela e o cravo em panela de pressão. Ao sinal da válvula, reduza a chama para a graduação mínima e cozinhe por 1 hora. Desligue o fogo e retire cuidadosamente a canela e o cravo. Junte o leite de coco. Realce com a raspa de limão e sal. Ferva por alguns minutos. Aguarde que esfrie e leve à geladeira. Polvilhe com canela em pó e sirva.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.


DOCE



Bolo de Arroz com Maçãs

Surpresa e leveza em um bolo que agrada a gregos e troianos.

Ingredientes:

- 320 g de farinha de arroz Carrera (modo de fazer abaixo)
- 5 maçãs, sem casca, picadinhas
- suco de ½ limão
- 5 colheres (sopa) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 ovos, em temperatura ambiente
- ½ xícara (chá) de açúcar refinado
- 140 g de manteiga em temperatura ambiente
- 1 embalagem de iogurte natural, em temperatura ambiente
- 1 colher (café) de essência de baunilha
- 2 colheres (chá) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1 colher (sobremesa) de canela em pó
- 1 colher (chá) de gengibre em pó
- mel e canela em pó a gosto para a cobertura

Modo de fazer:

Enquanto pica as maçãs, deixe-as de molho em água com suco de limão, isso evita que elas escureçam. Em uma panela larga, refogue as maçãs com açúcar e manteiga por cerca de 10 minutos ou até que a água do cozimento evapore. Transfira para uma tigela e reserve.

Para fazer a farinha, bata o arroz cru e seco num liquidificador ou processador. Alterne as velocidades do processador para facilitar o processo. Faça esse processo em porções para não forçar o equipamento. Peneire bem. O que sobrar na peneira, bata novamente, até obter a farinha que vai precisar.

Em uma tigela grande, usando batedor de arame (fouet), bata os ovos e o açúcar por cerca de 5 minutos, até formar uma espuma clara. Adicione manteiga derretida, iogurte, essência de baunilha e bata até ficar homogêneo. Acrescente a farinha de arroz, sal, canela, fermento e gengibre em pó e bata novamente. Adicione as maçãs cozidas (em temperatura ambiente) e misture bem (reserve um pouco das maçãs para colocar por cima do bolo). Despeje a massa em uma forma de torta untada (forma que sai o fundo) e cubra com alguns pedaços das maçãs cozidas. Leve ao forno pré-aquecido a 180° C por cerca de 1h ou até que o bolo esteja cozido (faça o teste do palito).

Depois de pronto, cubra com o mel e a canela em pó.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

DOCE



Cookie de Arroz

Dá um pouquinho de trabalho, mas é sensacional!

Ingredientes:

1 ovo

80g de açúcar refinado

2 colheres (chá) de manteiga em temperatura ambiente

75g de chocolate amargo em pedaços

1 ½ colher (sopa) de farinha de arroz Carrera (modo de fazer abaixo)

½ colher (chá) de canela em pó

½ colher (chá) de café instantâneo

Modo de fazer:

Derreta o chocolate junto com a manteiga. Coloque no micro-ondas por cerca de 1 minuto, mexendo a cada 20 segundos ou em banho-maria.

Bata o ovo e o açúcar com um batedor de arame até dar liga, por cerca de 5 minutos.

Adicione o chocolate derretido com a manteiga e bata até obter uma mistura homogênea.

Para fazer a farinha, bata o arroz cru e seco num liquidificador ou processador. Alterne as velocidades do processador para facilitar o processo. Faça esse processo em porções para não forçar o equipamento. Peneire bem. O que sobrar na peneira, bata novamente, até obter a farinha que vai precisar.

Misture, a parte, a farinha de arroz, o café e a canela em pó. Adicione na massa e bata até ficar homogêneo.

Coloque a massa em uma tigelinha e cubra com filme plástico.

Leve ao congelador por pelo menos 4h.

Forre uma assadeira com papel manteiga e unte o papel.

Retire a massa do congelador e faça bolinhas achatadas com as mãos. Coloque para assar em forno pré-aquecido a 200°C por cerca de 20 a 30 minutos ou até que os cookies estejam com uma leve casquinha por fora.

Espere esfriar para tirá-los da assadeira, com a ajuda de uma espátula.

Antes de esfriarem, se quiser, coloque sobre os cookies uns pedacinhos pequenos de chocolate meio amargo.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.


DOCE



Risoto de Doce de Leite

Risoto como sobremesa? Sim, e super caprichado!

Ingredientes:

1 xícara (chá) de arroz Inteirão Parboilizado

1 litro de leite

1 xícara (chá) de doce de leite

½ xícara (chá) de amêndoas cortadas em lâminas e levemente tostadas em frigideira

1 xícara (café) de vinho do Porto (preferencialmente branco)

Obs.: o doce de leite pode ser feito em casa misturando uma lata de leite condensado e 1 colher (sopa) de manteiga. Leve ao fogo e mexa sempre até atingir a consistência de doce de leite.

Modo de fazer:

Ferva o leite e reserve. Leve uma panela funda ao fogo baixo, com o arroz e o vinho. Mexa até que o vinho evapore por completo. Adicione uma ou duas conchas do leite fervente e mexa delicadamente sem parar.

Conforme o leite for secando, adicione mais. Proceda desta forma até que o arroz fique macio. Se precisar acrescentar mais leite, mas sempre bem quente.

Junte o doce de leite e continue mexendo até que esteja tudo bem homogêneo. Desligue o fogo, tampe a panela e deixe descansar por 20 minutos. Leve para gelar e na hora de servir, decore com as lâminas de amêndoas tostadas.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.




DOCE



Suco de Arroz La Vie

Saudável para os dias de calor intenso e uma forma saborosa de brindar a vida.

Ingredientes:

- 1 copo de arroz Carrera cru
- 10 g canela em pó
- suco de limão a gosto
- açúcar a gosto
- 1 colher (sopa) de raspas de casca de limão
- 1 colher (sopa) de castanhas batidas no processador (opcional)

Modo de fazer:

- Deixar o arroz Carrera de molho em água por 24 h. Escorra o arroz e descarte essa água.
- Bata no liquidificador o arroz com a canela em 2 litros de água fria.
- Coe em peneira bem fina ou em pano de prato.
- Misture o suco de limão e adoce de acordo com seu paladar.
- Sirva bem gelado com as raspas da casca de limão e as castanhas batidas.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Dicas

Só pra você que faz mágicas na cozinha.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Dica 1 - Oferecimento Arroz Carrera®

Bolinho de arroz sem glúten ? - Substituir a farinha de trigo ou o amido de milho pela farinha de mandioca, vai fazer a fritura demorar um pouco mais e vai formar uma camada de espuma na superfície do óleo, mas quando os bolinhos ficam prontos, ahhh!! ficam leves, crocantes por fora e macios por dentro, muito saborosos e por não ter glúten, mesmo sendo fritos não deixam o estômago pesado.

Dica 2 - Oferecimento Arroz Porto Rico®

Assando bolinhos de arroz - Se você quiser evitar frituras e tornar suas receitas mais leves e saudáveis, faça a receita mais consistente reduzindo um pouco os líquidos ou então use forminhas de muffin, de pão de queijo ou de empadinhas. Assim a massa não vai esparramar pela assadeira.

Dica 3 - Oferecimento Arroz Inteiro®

O Arroz Integral - O arroz integral fica mais saudável ainda se ficar de molho durante algumas horas (pode ser até 24 horas) e for descartada toda essa água. As vitaminas do complexo B contidas no arroz integral, aumentam em concentração e biodisponibilidade através deste simples processo.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



A tecnologia utilizada pela Carrera Alimentos na separação dos grãos de arroz, faz dela a marca do arroz soltinho e saboroso.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Dica 4 - Oferecimento Arroz Super Solto[®]

Leite de arroz emagrece - Alimento de fácil digestão por possuir menos proteínas, o leite de arroz é recomendado para aquelas pessoas que possuem intolerância ou alergia a lactose. Tem baixos níveis de gordura e colesterol e pode ser consumido quente ou frio. Para fazer em casa, ferva 8 copos de água. Em seguida coloque 1 xícara de arroz lavado em fogo baixo durante 1 hora. Após esfriar, bata no liquidificador e, se achar necessário, acrescente mais água filtrada. Se quiser saborizar, antes de bater no liquidificador, adicione uma pitada de sal, 2 colheres (sopa) de óleo de girassol, 1 colher (chá) de baunilha e 2 colheres (sopa) de mel.

Dica 5 - Oferecimento Arroz Jimenez[®]

Pele e cabelos lindos? - Lavar arroz Carrera é desnecessário, já que todas as nossas marcas são embaladas após o processo de lavagem. No entanto, a ideia de usar um pouco de arroz para a beleza da pele e dos cabelos é muito interessante e comprovada. A água de arroz (simplesmente deixe arroz de molho por cerca de 8 horas, passe por uma peneira e use) tem propriedades desintoxicantes, de limpeza, hidratação, clareamento da pele e estimula a produção de colágeno. No tratamento dos cabelos, as substâncias presentes na água de arroz auxiliam no reparo, na hidratação e no brilho dos fios, além de combaterem naturalmente a queda.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.

Dica 6 - Oferecimento Arroz Panela Velha[®]

Fruta verde? - Comprou uma fruta, mas ela ainda está verde? Pois saiba que o arroz pode acelerar o amadurecimento desses alimentos. Basta lavar a fruta, secá-la corretamente e em seguida colocá-la em um recipiente com arroz. Mas note que é necessário conferir o estado do alimento pelo menos duas vezes ao dia, para garantir que a fruta não amadureça além do ponto.

E o melhor: o arroz pode ser aproveitado normalmente depois.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



um risoto perfeito





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Quer um risoto perfeito?

Primeiramente, nunca lave o arroz.

- I. Para obter maior cremosidade nunca lave o arroz.
- II. Após refogar os grãos, inicie por despejar o vinho seco frio. Pode ser branco ou tinto, depende do sabor e cor desejados.
- III. O caldo, preferencialmente caseiro, deve ser usado sempre muito quente, aos poucos e mantendo a panela destampada.
- IV. O arroz deve ficar al dente, por isso, vá experimentando para não errar o ponto. Retire imediatamente do fogo e coloque a panela sobre uma superfície fria (pia) para interromper a cocção.
- V. Mexa apenas e sempre que adicionar o caldo.
- VI. A potência do fogo não altera o resultado, só depende da sua habilidade e pressa.
- VII. A manteiga, usada ao final para dar mais cremosidade ao prato é primordial e não pode ser substituída. Margarina, azeite, creme de leite ou requeijão são proibidos.
- VIII. Sirva imediatamente. Se demorar alguns minutos apenas, você vai comprometer o ponto.





SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Quando adicionar os ingredientes/sabores ao seu risoto

Uma refeição completa num único prato.

Se seu risoto for, por exemplo, de queijo, conservas, ervas ou folhas frescas, adicione-o quando desligar a panela, quando for colocar a manteiga. Se usar ingredientes que requerem cocção, como carnes, aves ou legumes, doure-os no início do processo, ao refogar, e cozinhe-os com o arroz.

Alguns ingredientes podem ficar aguados, molengos ou borrachudos após muito tempo de cocção, como é o caso de cogumelos e frutos do mar. Nesse caso, retire cerca de 2/3 da quantidade que refogar e volte-os à panela apenas quando desligar o fogo, quando for colocar a manteiga. Usando essa técnica, você dará sabor ao caldo, mas terá lindos cogumelos ou frutos de mar dourados e firmes no prato!

Harmonizando sabores em seu risoto

Para impressionar seus convidados com a sua arte.

Para servir como acompanhamento, dê preferência a ingredientes que se fundam com o arroz, como queijo, açafrão, espinafre flocado, alho poró ou limão siciliano. Para um prato principal, use acompanhamentos em pedaços e dê preferência por combinar ingredientes de colorações distintas, cujos sabores harmonizem entre si. Exemplos clássicos são: aspargo com salmão, presunto cru com figos, gorgonzola com peras ou castanhas, cogumelos com brie, linguiça com erva-doce, ervilha torta com bacon, abóbora com carne seca e tomate seco com rúcula.



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Receita Base para Qualquer Risoto

Como prato principal para 2 a 3 pessoas.

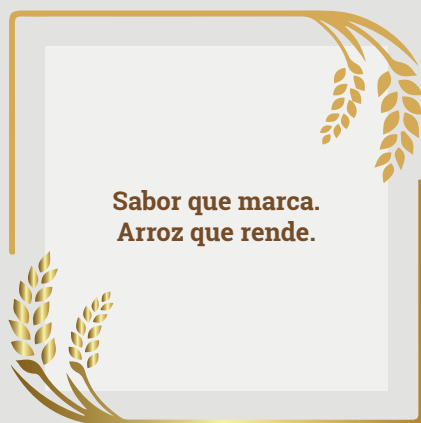
- 1 xícara (chá) de arroz
- 3 colheres de azeite
- ½ cebola bem picada
- ½ xícara (chá) de vinho branco seco
- 1 litro de caldo caseiro de legumes bem quente
- 2 colheres (sopa) de sopa de manteiga
- 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado fino
- ervas frescas picadas, sal e pimenta a gosto

Receita Base para o Caldo Caseiro

Vai bem com qualquer risoto. Use bem quente.

Ferva por aproximadamente 30 a 40 minutos, 2 litros de água, 1 cebola grande, 1 cenoura grande, 4 talos de salsão (aipo), meio maço de salsinha, tomilho e louro. Descarte os legumes para usar o seu caldo coado. Se quiser fazer com antecedência e guardar para usar em outras ocasiões, depois de frio, congele em forminhas de gelo e guarde embaladas em sacos plásticos para não absorverem cheiro de congelador/-freezer.





www.carreraalimentos.com.br



SABOR QUE MARCA. ARROZ QUE RENDE.



Faça aqui suas anotações.

A series of horizontal lines for writing, framed by decorative vertical lines on both sides. Each vertical line features a stylized infinity symbol or figure-eight shape with a small dot in the center.

