

**ROSA CARDOSO**

# **A SAIR DO FORNO**

**50 RECEITAS DOS MELHORES BOLOS  
E PÃES PARA FAZER EM CASA**

**ARENA**



# Índice

# "Be Nice Make a Cake"

<i>Angel Cake</i> .....	21
Bolo de Avelã e Doce de Ovos .....	23
Bolo de Baunilha e Frutos Vermelhos .....	25
Bolo de Cenoura.....	27
Bolo de Chocolate e Caramelo.....	29
<i>Genoise</i> com Creme de Framboesa .....	31
Bolo de Laranja e Alecrim .....	33
Bolo de Maçã e Baunilha.....	35
Bolo Mármore.....	37
<i>Red Velvet Cake</i> .....	39

# Tartes & Tortas

Tarte de Amêndoa e Noz.....	43
Tarte de Chocolate.....	45
Minitartes Merengadas de Manga.....	47
Tarte Primavera.....	49
Tarte de Maçã.....	53
Torta de Chocolate.....	57
Torta de Amêndoa.....	59
Torta <i>Genoise</i> .....	61
Torta de Merengue.....	63
Torta de Cenoura e Laranja.....	65

# Dias de Festa

Bolacha Gigante .....	71
Bolo-Rei Escangalhado .....	73
<i>Brownies</i> Maravilhosos .....	75
<i>Crumble</i> de Pêssego.....	77
<i>Cheesecake</i> de <i>Nutella</i> .....	79
<i>Cheesecake</i> de Limão .....	81
<i>Éclairs</i> com Creme de Frutos Vermelhos .....	83
Chamuças Doces com Pêra .....	87
Folar da Páscoa .....	89
<i>Pavlova</i> de Frutos Vermelhos.....	91

# *Hora do Chá*

Almendrados .....	95
Bolacha Húngara Recheada .....	97
Bolachas de <i>Nutella</i> e Manteiga de Amendoim.....	99
Bolachas Remoinho e Zebradas .....	101
<i>Muffins</i> de Banana e Chocolate.....	105
Madalenas .....	107
Pastéis de Nata .....	109
Bolos de Arroz e Queques .....	113
Pão Marmoreado de Banana e Cacau .....	115
Granola de Chocolate e Avelãs.....	117

# Pão & Brioche

<i>Bagels</i> .....	121
Brioche: Bolas de Berlim, Pão de Deus e <i>Donuts</i> .....	123
Broa Doce da Minha Mãe.....	127
<i>Focaccia</i> .....	129
Massa de Piza.....	131
Pão de Cacau.....	133
Pão Espiga.....	135
Pão de Forma Integral com Sementes.....	137
Pão de Hambúrguer e Pão de Forma Doce.....	139
Pão de Soda Doce e Salgado.....	145

# Recheios & Coberturas

Creme de Framboesa.....	149
Caramelo <i>Toffee</i> .....	150
Creme de Cacau .....	150
<i>Cream Cheese Icing</i> .....	150
Creme de Laranja para <i>Pavlova</i> .....	151
Creme <i>Mascarpone</i> com Morangos.....	151
Creme de Frutos Vermelhos.....	153
Creme de Limão para Tartes .....	154
Creme de Limão para Recheios.....	154
<i>Ganache</i> de Chocolate Branco e Café.....	155
Creme Pasteleiro .....	155
Creme de Manga .....	157
Doce de Ovos .....	158
<i>Chantilly</i> .....	158
Creme de Manteiga.....	159
Creme de Manteiga de Cacau.....	159
Creme de Manteiga de Frutos Vermelhos .....	159
Merengue Francês .....	161
Merengue Suíço.....	161
Calda de Açúcar Fraca .....	162
Calda de Açúcar Forte.....	162
Calda de Açúcar de Frutos Vermelhos.....	162



# Introdução



---

*Chamo-me Rosa e nasci numa aldeia perto de Coimbra, onde vivi durante muitos anos até ir estudar para a cidade.*

*Licenciei-me em Arquitectura e só anos depois é que despertei para a cozinha, quando fui viver com o meu namorado. Passei a ter mais liberdade para cozinhar o que gostava e para experimentar novas coisas que via nos livros.*

*Criei o blogue «Be Nice Make a Cake» sem imaginar as experiências que daí viriam. Aprendi a ser mais curiosa na cozinha e a testar muitas receitas, sobretudo depois de saírem mal. O blogue ajudou-me a reencontrar o gosto pela fotografia, quando precisei de registar as receitas, e, ao mesmo tempo, cultivei o meu interesse pelo food styling.*

*Mais tarde, concorri e entrei no curso de Gestão e Produção de Pastelaria na Escola de Hotelaria e Turismo de Portugal. Foi lá que me apaixonei pelas massas lêvedas e por todos esses processos mágicos da padaria e pastelaria.*

*Agora, como Chef de Pastelaria e Cake Designer, crio bolos para todas as ocasiões, desenvolvo workshops e participo em eventos ligados a esta área que tanto adoro. É por estes caminhos também que conheço muitas pessoas especiais para mim, e, curiosamente, é com elas que continuo a aprender sempre e a ser uma pessoa melhor. Deixo aqui, mais uma vez, o meu muito obrigada.*

*Neste livro, vão ter a oportunidade de conhecer receitas inspiradas noutras que aprendi no curso de Pastelaria, que aprendi em locais onde trabalhei, que aprendi nos livros, ou receitas que passam de mão em mão entre familiares e amigos.*

*Essas receitas estão divididas em cinco capítulos principais e mais um que serve de ligação entre eles.*

*Além das fotografias, este livro foi enriquecido com ilustrações maravilhosas feitas pelo Pedro, o meu companheiro de vida e o provador oficial de todas as receitas.*

---

## ANTES DE COMEÇARMOS, ALGUMAS DICAS

---

- *Respeite as quantidades e tente comprar ingredientes de boa qualidade.*
  - *Faça sempre uma mise-en-place (ponha na bancada todos os ingredientes e instrumentos necessários para a receita), acredite que vai ajudar a ter menos trabalho.*
  - *Nas receitas em que digo para usarem manteiga, usem mesmo manteiga: margarina não é manteiga.*
  - *A manteiga só tem dois ingredientes: nata pasteurizada e sal.*
  - *As receitas deste livro são inspiradas, adaptadas e criadas a partir das receitas da minha mãe, dos meus amigos, dos meus livros, dos meus professores e dos meus alunos.*
  - *Leia a receita toda antes de começar a fazê-la.*
  - *Pré-aqueça sempre o forno.*
  - *Os fornos não são todos iguais. Vai ter de conhecer o seu e adaptar o tempo de cozedura das receitas para o seu caso.*
  - *Se a receita não ficar bem à primeira, faça-a novamente até sair bem.*
-

- 
- *A repetição faz a perfeição.*
  - *Não coma tudo sozinho, partilhe com a família, amigos, vizinhos e leve para o ginásio.*
  - *Lave e arrume a loiça à medida que não precise dela. Sabemos bem que é muito fácil a cozinha ficar um caos quando amontoamos taças, pratos, talheres, etc.*
  - *A farinha que usamos nos bolos é a Farinha T55; a que usamos em massas lêvedas é a T65.*
  - *Para ver se um bolo está cozido, faça sempre o velho teste do palito.*
  - *Em todas as receitas de pães e brioques utilizei sempre fermento seco de padeiro, habitualmente vendido em saquetas. Caso queira usar fermento fresco, multiplique o valor da receita por três. Exemplo: 10 gramas de fermento seco = 30 gramas de fermento fresco.*
  - *Use, de preferência, sempre cacau puro em pó sem adição de açúcar. É um cacau com uma cor bastante escura e tem um cheiro delicioso.*
-