



# COMIDAS TÍPICAS DE FESTA JUNINA



Com a chegada do mês de junho, surgem as famosas festas juninas, os pratos de festa junina talvez sejam a principal atração do evento, atraindo milhares de pessoas em busca do gostinho do interior: aquela comidinha simples, mas muito saborosa.





**Durante o mês de junho quando acontece a colheita do milho, que é a base para grande parte dos quitutes juninos.**

**O milho é um ingrediente tão delicioso quanto coringa. É praticamente impossível pensar em algum prato de festa junina que não leve o alimento em sua receita. A partir do milho, podemos fazer muitas receitas.**

**Agora vamos conhecer algumas receitas deliciosas e praticas para serem feitas em casa e saboreadas junto à família.**



# BOLO DE MILHO

Esse bolo delicioso é feito com ingredientes simples e tem gostinho de arraial!

- 1 lata de milho verde
- 1 lata de óleo (medida da lata de milho)
- 1 lata de açúcar (medida da lata de milho)
- 1 lata de fubá (medida da lata de milho)
- 4 ovos
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de coco ralado
- 1 e 1/2 colher (chá) de fermento em pó

Bata todos os ingredientes no liquidificador, exceto o fermento e o coco ralado. Depois de bater, acrescente esses dois ingredientes que faltaram.

Coloque a massa em uma forma untada e leve ao forno preaquecido - 180° C - por 40 minutos.



# PAÇOCA

Crianças e adultos geralmente adoram esse docinho que esfarela na boca e é bem fácil de fazer. Bem prático!

Veja como preparar.

- 1 xícara de amendoim (torrados sem pele)
- 1/2 xícara de açúcar
- 1/4 de xícara de farinha de mandioca tostada
- 1 pitada de sal

Agora é só juntar todos os ingredientes no processador e pulsar algumas vezes para incorporá-los e deixar na textura de sua preferência.



# PAMONHA

A pamonha é também preparada com milho e provavelmente tem origem na culinária indígena. É bastante típica em festas juninas.

## Ingredientes

- 12 espigas de milho verde
- 1 copo de água
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de coco ralado fino
- 1 pitada de sal
- palhas para a embalagem

Rale as espigas de milho ou corte os grãos rente ao sabugo e bata no liquidificador com água. Depois acrescente o coco e o sal.

Embale a massa nas palhas de milho e cozinhe em água fervente por aproximadamente 40 minutos. Deixe esfriar e sirva.



# CURAU

O curau é outro prato delicioso feito com milho e muito comum em festas juninas. Dê uma olhada no modo de preparação.

## Ingredientes

- 7 espigas de milho verde
- 1 xícara de leite
- ½ xícara de açúcar
- Canela em pó

Retire o milho das espigas com uma faca ou com um ralador e bata no liquidificador junto com o leite e o açúcar. Passe a mistura pela peneira e leve ao fogo.

Sem parar de mexer, deixe cozinhar até que engrosse um pouco. Retire, coloque em uma forma e salpique com canela em pó. Sirva quente ou frio.



# AMENDOIM DOCE

O amendoim doce é um prato delicioso e super-rápido de preparar.

## Ingredientes

- meio quilo de amendoim cru e com casca
- 1 1/2 xícara (chá) de açúcar refinado
- 1 xícara (chá) de água
- 2 colheres (sopa) de chocolate em pó ou de groselha

Coloque todos os ingredientes na panela e leve ao fogo médio mexendo sem parar até secar.

Despeje o amendoim em uma assadeira e leve ao forno por 10 minutos para que fiquem crocantes.

Espera esfriar e está pronto.





# ESPIGA DE MILHO VERDE

**Para fazer milho cozido não tem muito segredo. Basta lavar bem as espigas e colocar na panela de pressão por 30 minutos - contados depois que pegar a pressão.**

**Desligue e espere a pressão sair naturalmente, nesse tempo que o milho terminará de cozinhar. Depois de pronto, coloque sal a gosto e manteiga para deixar ainda mais gostoso.**



# EDUCADORAS:

- Tainara Caroline Rodrigues
- Carina Melo de Lima

