

Natal e Ano Novo: cinco receitas saborosas para as ceias

Time de especialistas da Ajinomoto do Brasil separam receitas para as festas de fim de ano



São Paulo, novembro de 2022 - Algo que sempre associamos às festas de final de ano são as comidas fartas e deliciosas, passando pela tradicional piada do Tio do Pavê até às lembranças de momentos especiais vivenciados em família.

Foi pensando em como incrementar a tradição natalina e do ano novo que o time de especialistas em nutrição da **Ajinomoto do Brasil** selecionou cinco receitas muito saborosas para dar um toque especial na reta final deste ano.

Para começar a lista, iniciaremos com um clássico natalino: o frango de Natal é uma receita que aparece com frequência no cardápio dos brasileiros. Mas a ideia é propor uma maneira diferente de preparo: ao invés do tradicional frango assado por inteiro, a sugestão é fazê-lo em formato de rocambole, deixando-o delicioso com **Tempero SAZÓN® Verde** e regado a um delicado molho de laranja com **RECEITA DE CASA™ com Pimenta**.

Nossa receita de arroz à grega traz toda a deliciosa do **Tempero SAZÓN® Branco** para tornar essa dupla ainda mais imbatível, seja durante a ceia natalina ou para realizar a primeira refeição do ano.

Mas para quem não consegue ver uma festa brasileira sem farofa, a gente também tem uma receita especial. É a farofa de miúdos preparada com **Tempero SAZÓN® Verde**.

Outra opção interessante é a quiche de peru a com **Tempero SAZÓN® Laranja**, que traz esse ingrediente comum nos pratos natalinos e de Ano-Novo de uma maneira diferente e econômica, porque a nossa receita evita o desperdício de alimentos, já que usa sobras do peru da refeição anterior.

Por fim, é claro que não podia faltar uma receita doce. A recomendação fica para o chocotone recheado, com um toque especial de **MID® Laranja Doce**. A receita tradicional desse período não pode faltar, ainda mais quando é feito de uma maneira tão especial quanto essa.

Como são várias opções saborosas, você pode prepará-las tanto no Natal quanto no Ano-Novo! Nada melhor que mudar um pouco o menu de sempre para trazer energias renovadas para o ano seguinte.

FRANGO DE NATAL

Tempo de Preparo: 40 minutos (+ 1 hora de forno)

Rendimento: 8 porções

Elaboração: [Sabores Ajinomoto](#)

Ingredientes:

Farofa

- 3 colheres (sopa) de manteiga sem sal
- meia cebola média picada
- 1 e meia xícara (chá) de castanha-do-pará com casca, triturada (200 g)
- 10 biscoitos tipo cream cracker, triturados
- 3 colheres (sopa) de farinha de mandioca crua

- 3 pitadas de sal

Frango

- 3 peitos de frango grandes, sem pele e sem osso (1 Kg)
- 2 sachês de **Tempero SAZÓN® Verde**
- 2 pitadas de sal
- meia xícara (chá) de óleo
- meia xícara (chá) de água (100 ml)

Molho

- meia xícara (chá) de suco de laranja (100 ml)
- meia colher (sopa) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de água (200 ml)
- meia colher (chá) de **RECEITA DE CASA™ com Pimenta**

Modo de preparo:

1. Prepare a farofa: em uma panela média, coloque a manteiga e leve ao fogo alto para derreter. Junte a cebola e refogue por 3 minutos, ou até dourar.
2. Acrescente a castanha-do-pará, o biscoito, a farinha de mandioca e o sal, e refogue por mais 3 minutos, mexendo sempre, até que a farinha mude ligeiramente de cor. Retire do fogo e reserve.
3. Prepare o frango: abra os peitos de frango no sentido longitudinal, formando uma "manta". Bata os filés de peitos para achatá-los.
4. Polvilhe os filés com o **Tempero SAZÓN®** e sal, recheie com a farofa, enrole como um rocambole, amarre com um barbante e envolva em papel-alumínio. Disponha em uma assadeira grande untada, e leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 30 minutos.
5. Retire do forno, remova o papel alumínio cuidadosamente e, pincele com o óleo. Volte ao forno por mais 30 minutos, ou até dourar, regando com a água.
6. Retire do forno, remova o barbante e fatie. Reserve aquecido.
7. Faça o molho: leve a assadeira ao fogão, junte o suco de laranja, a farinha de trigo, previamente dissolvida na água, e o **RECEITA DE CASA™**, e mexa, raspando

o resíduo formado no fundo da assadeira com o auxílio de uma colher. Coe, regue as fatias de frango e sirva em seguida.

Dica:

Para triturar a castanha-do-pará e o biscoito, utilize um liquidificador ou um processador de alimentos

ARROZ À GREGA

Tempo de Preparo: 25 minutos

Rendimento: 8 porções

Elaboração: [Sabores Ajinomoto](#)

Ingredientes:

- 1 colher (chá) de óleo
- 2 xícaras (chá) de arroz cru
- 1 cenoura média cortada em cubos pequenos
- meia xícara (chá) de pimentão vermelho, em cubos pequenos
- 1 xícara (chá) de vagem cortada em rodelas
- 2 sachês de **Tempero SAZÓN® Branco**
- 2 pitadas de sal
- 4 xícaras (chá) de água fervente (800 ml)

Modo de preparo:

1. Em uma panela média, coloque o óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte o arroz, a cenoura, o pimentão, a vagem, o **Tempero SAZÓN®** e o sal, e refogue por 2 minutos, ou até que o arroz esteja completamente envolvido. Acrescente a água e cozinhe em fogo baixo, com a panela semitampada, por 15 minutos, ou até que o líquido seque e o arroz esteja macio.
2. Retire do fogo e sirva em seguida.

FAROFA DE MIÚDOS

Tempo de Preparo: 15 minutos

Rendimento: 4 porções

Elaboração: [Sabores Ajinomoto](#)

Ingredientes:

- 4 colheres (sopa) de margarina sem sal
- 1 cebola pequena picada
- 1 dente de alho picado
- miúdos de 1 frango cortados em cubos pequenos (1 fígado e 1 moela)
- 1 sachê de **Tempero SAZÓN® Verde**
- 1 pitada de sal
- 1 xícara (chá) de farinha de mandioca torrada
- 1 colher (sopa) de salsa picada

Modo de preparo:

1. Em uma panela média, coloque a margarina e leve ao fogo médio para derreter. Junte a cebola e refogue por 3 minutos, ou até começar a dourar. Acrescente o alho, os miúdos, o **Tempero SAZÓN®** e o sal, e frite por 5 minutos, ou até os miúdos dourarem por igual. Adicione a farinha de mandioca e misture por mais 2 minutos, mexendo sempre.
2. Retire do fogo, salpique a salsa e sirva em seguida.

QUICHE DE PERU

Tempo de Preparo: 30 minutos (+ 1 hora de forno)

Rendimento: 8 porções

Elaboração: [Sabores Ajinomoto](#)

Ingredientes:

Massa

- 1 e meia xícara (chá) de farinha de trigo (165 g)
- meia xícara (chá) de margarina sem sal gelada (100 g)
- 3 colheres (sopa) de água gelada
- 2 pitadas de sal

Recheio

- 4 ovos
- 1 caixinha de creme de leite (200 g)
- 1 xícara (chá) de leite (200 ml)
- 1 sachê de **Tempero SAZÓN® Laranja**
- 2 pitadas de sal
- 2 xícaras (chá) de sobras de peru assado, desfiado (200 g)
- meia xícara (chá) de queijo prato cortado em cubos
- meia xícara (chá) de cebolinha-verde, em rodelas

Modo de preparo:

1. Faça a massa: em uma tigela grande, coloque a farinha de trigo e a margarina, e amasse com a ponta dos dedos, até obter uma farofa. Junte a água e o sal, e misture até obter uma massa lisa e homogênea.
2. Em uma superfície lisa, disponha a massa e, com a ajuda de um rolo, abra a massa. Forre o fundo e a lateral de uma forma redonda média (24 cm de diâmetro), de fundo removível, e reserve.
3. Prepare o recheio: em uma tigela grande, coloque os ovos, o creme de leite, o leite, o **Tempero SAZÓN®**, o sal, o peru, o queijo e a cebolinha, e misture.
4. Disponha sobre a massa e leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 1 hora, ou até que o recheio esteja firme e a superfície levemente dourada. Retire do forno e sirva em seguida.

CHOCOTONE RECHEADO

Tempo de Preparo: 20 minutos

Rendimento: 6 porções

Elaboração: [Sabores Ajinomoto](#)

Ingredientes:

- 1 chocotone (400 g)
- 2 barras de chocolate meio amargo picado (180 g)
- 1 caixinha de creme de leite (200 g)
- 1 sachê de **MID® Laranja Doce**
- 1 colher (sopa) de confeitos verdes e vermelhos

Modo de preparo:

1. Remova o papel do chocotone e, no centro dele, com o auxílio de uma faca serrilhada, faça o corte de um círculo de 5 cm de diâmetro, sem chegar até o fundo.
2. Com o auxílio de uma colher, retire o miolo e reserve um pedaço de 2 cm da parte de cima deste miolo para a tampa a cavidade.
3. Em um refratário médio, coloque o chocolate e leve ao micro-ondas na potência média, por 1 minuto, mexendo a cada 30 segundos, ou até o chocolate derreter.
4. Retire o refratário do micro-ondas, junte o creme de leite e misture até ficar homogêneo. Acrescente o **MID®**, e misture até dissolver totalmente.
5. Recheie o chocotone com parte deste creme, deixando livre o espaço para a tampa. Disponha a tampa reservada para fechar a cavidade e regue com o creme restante. Decore com o confeito e sirva em seguida.

Dica:

Utilize o miolo restante do chocotone como acompanhamento de sorvete.

Sobre a Ajinomoto do Brasil

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto é uma multinacional japonesa e referência mundial em aminoácidos. A empresa oferece produtos de qualidade tanto para o

consumidor como insumos para as indústrias alimentícia, cosmética, esportiva, farmacêutica, de nutrição animal e agronegócios. Atualmente, a unidade brasileira é a terceira mais importante do Grupo Ajinomoto fora do Japão, atrás apenas da Tailândia e dos Estados Unidos. A linha de produtos da empresa voltada ao consumidor é composta pelo tempero umami AJI-NO-MOTO®, AJI-SAL®, Tempero SAZÓN®, Caldo SAZÓN®, SAZÓN® Tempera & Prepara, Receita de Casa™, HONDASHI® e SABOR A MI®, além das sopas individuais VONO®, VONO® Proteína e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e MID ZERO™, o azeite de oliva extra virgem TERRANO®, o azeite de oliva tipo único TERRANO® e a linha TERRANO® Veggie Burger, o SATIS!® Molho Shoyu, além de aminoVITAL® GOLD e aminoVITAL® GOLD DRINK MIX, produtos compostos por nove aminoácidos essenciais para a recuperação de atletas e entusiastas do esporte. No Brasil, a companhia também atua no segmento de food service (alimentação fora do lar). Com quatro unidades fabris, localizadas no estado de São Paulo, nas cidades de Limeira, Laranjal Paulista, Valparaíso e Pederneiras, e sede administrativa na capital, emprega cerca de 3 mil funcionários e atende tanto ao mercado interno como ao externo. O Grupo Ajinomoto obteve faturamento global de US\$ 10,2 bilhões e nacional de R\$ 3 bilhões no ano fiscal de 2021. Atualmente, está presente em 36 países, possui 120 fábricas e cerca de 33 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL

Race Comunicação

imprensa.ajinomoto@agenciarace.com.br

Milene Rolan – Cel.: (11) 99246-5780

Jones Araújo – Cel.: (71) 99347-1217

Eldra La Fonte – Cel.: (11) 99462-5903

Michele Colombo – Cel: (11) 98278-1091

Wilson Barros – Cel.: (11) 99607-1746

