

TRAGA MAIS

Ducoco

PARA SUA MESA



E-BOOK DE RECEITAS PARA  
O DIA A DIA

# INTRODUÇÃO

Bem-vindo ao nosso e-Book de Receitas Ducoco!

Aqui você encontrará uma seleção deliciosa de pratos que destacam o sabor único e versátil Ducoco, um ingrediente que transforma receitas simples em experiências gastronômicas inesquecíveis. Desde pratos principais até sobremesas irresistíveis, cada receita foi cuidadosamente escolhida para inspirar você a explorar novas combinações e sabores. Prepare-se para embarcar em uma jornada culinária cheia de criatividade e sabor!

# BRIGADEIRO FIT DE CHOCOLATE



## Ingredientes

- 200ml de leite de coco (1 garrafinha)
- 2 colheres (sopa) de adoçante em pó (ou açúcar de coco)
- 3 colheres (sopa) cacau em pó 100%

## Modo de preparo:

Em uma panela coloque os ingredientes e misture bem para dissolver todo o cacau (não ficar pelotinhas). Depois em fogo baixo mexa sempre, quando levantar fervura mexa por mais uns 5 minutos ou perceber que a calda engrossou um pouco (Obs: não pode soltar óleo do coco desligue antes ok) Deixe esfriar com tampa para não criar “nata”, depois de frio misture bem e coloque em copinhos, cubra com granulado, cacau ou pedacinhos de chocolate meio amargo. Leve para a geladeira por aproximadamente 1 hora, sirva a seguir.

# CAMARÃO NA MORANGA



## Ingredientes

- 1 kg de camarão médio
- 4 colheres (sopa) de azeite
- 2 dentes de alho
- 1 cebola
- 5 tomates sem sementes
- sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 lata de creme de leite sem soro
- 300 g de queijo cremoso
- 1 moranga
- 3 colheres (sopa) de ketchup
- cheiro-verde a gosto

## Modo de preparo:

Retire a tampa e as sementes da moranga. Lave e enrole-a em papel alumínio e leve ao forno médio (180° C) por 45 minutos.

Em uma panela, aqueça o azeite e refogue o alho e a cebola, junte o camarão e deixe cozinhar por 5 minutos.

Adicione os tomates picados, a pimenta, o sal e o ketchup.

Desligue o fogo e acrescente o creme de leite e o cheiro-verde.

Misture bem e adicione por último o queijo. Passe um pouco de queijo no interior da moranga e despeje o creme de camarão.

# BOLO DE COCO



## Ingredientes

- Ingredientes
- 3 xícaras de farinha de trigo
- 3 xícaras de açúcar
- 4 colheres de sopa de margarina
- 4 ovos
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 xícara de leite
- 1 1/2 vidro de leite de coco
- 1 xícara de coco ralado

## Modo de preparo:

Bater na batedeira a manteiga com açúcar até ficar claro depois coloque as gemas uma a uma batendo bem entre cada uma que for colocada Misture a farinha com o fermento à parte em outro recipiente misture o leite de coco com o leite, agora vá colocando alternadamente estas duas misturas batendo bem.

Bata as claras em neve e misture delicadamente à massa

Coloque em forma untada, em forno pré-aquecido, por mais ou menos 30 minutos  
Para finaliza, com o bolo resfriado, despeje leite de coco por cima e jogue o coco ralado para enfeitar.

# WISKY COM AGUA DE COCO BLEND



## Ingredientes

- 200 ml Ducoco blend (gelo)
- 1 dose de Whisky
- 1 Lata de Energético

## Modo de preparo:

Acrescente o gelo de coco blend em um copo de sua preferencia, em seguida insira a dose de Whisky, complete com energético, misture e se refresque!

# SUCO VERDE COM ABACAXI, COUVE E ÓLEO DE COCO



## Ingredientes

- 2 rodelas de abacaxi grossas
- 1 folha de couve orgânica
- 1 colher (sobremesa) de óleo de coco
- 2 rodelas de gengibre grossas
- 1 punhado de hortelã
- 1/2 copo de água de coco (ou água filtrada)

## Modo de preparo:

Bata os ingredientes no liquidificador. Coe (se achar necessário) e acrescente gelo a gosto. Beba em seguida.

\*Ideal para consumo de manhã\*

# SOPA DE CENOURA COM CURRY



## Ingredientes

- 3 unidade(s) cenouras médias
- 1 unidade(s) alhos-poró
- 1/2 unidade(s) cebola grande
- 1 fatia(s) pequena de gengibre
- suco de 1/2 limão-siciliano
- 1 colher(es) de café de pasta vermelha de curry tailandesa
- 250 mililitro (ml) de caldo de legumes
- 1 garrafa(s) de leite de coco
- 1 colher(es) de sobremesa de açúcar

## Modo de preparo:

Descarte as folhas e lave o salsão sob água corrente. Descasque a cenoura. Corte a cenoura e o salsão em 3 pedaços. Descasque e corte a cebola ao meio; numa das metades, espete a folha de louro com os cravos.

Coloque todos os ingredientes numa panela, cubra com a água e leve ao fogo alto. Quando ferver, diminua o fogo e deixe cozinhar por 30 minutos.

Desligue o fogo e coe o caldo numa tigela.

Transfira os pedaços de cenoura e a metade da cebola cozida para o copo do liquidificador.

Acrescente 2 xícaras (chá) do caldo de legumes e bata até ficar liso - se quiser uma sopa mais fluida, acrescente um pouco mais de caldo. Atenção: segure a tampa do liquidificador com um pano de prato para evitar que o vapor empurre e abra a tampa.

Volte a sopa batida para a panela, tempere com o curry, sal e pimenta-do-reino. Misture o leite de coco e deixe cozinhar em fogo baixo por 2 minutos apenas para aquecer. Sirva a seguir com croutons ou pipoca. Essa sopa também fica uma delícia servida fria.

# FRANGO MARINADO COM LEITE DE COCO



## Ingredientes

- 500g de coxinha da asa de frango Seara DaGranja
- 3 colheres (sopa) de curry
- 1 xícara (chá) de leite de coco
- $\frac{1}{2}$  cebola3 dentes de alho amassados
- 1 folha de louro
- 1 xícara (chá) de vinho branco
- 3 colheres (sopa) de azeite
- Sal e pimenta do reino

## Modo de preparo:

Em um recipiente, junte todos os ingredientes da marinada com os pedaços de coxa com sobrecoxas inteiros.

Reserve na geladeira por 1 hora.

Pré-aqueça o forno a 200°C.

Disponha os pedaços de frango junto com a marinada em uma travessa com papel alumínio (lado brilhante para dentro) e deixe assar por 40 minutos.

Tire o papel alumínio e asse por mais 20 minutos

# LIMONADA COLOMBIANA DE COCO



## Ingredientes

- 200 ml Ducoco blend
- caldo de 3 limões (cerca de  $\frac{1}{2}$  xícara (chá))
- 3 ramos de hortelã
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 2 xícaras (chá) de cubos de gelo para bater
- cubos de gelo a gosto para servir.

## Modo de preparo:

No liquidificador coloque o leite de coco, as folhas de hortelã, o caldo dos limões, o açúcar e 2 xícaras (chá) de cubos de gelo. Bata bem, por cerca de 2 minutos, para triturar o gelo até a bebida formar uma espuma e ficar com a consistência de frappé. Sirva a limonada em dois copos altos e complete com mais cubos de gelo a gosto.

\*\*LIMONADA QUE VIRA DRINQUE\*\*

Para transformar a limonada em drinque, adicione  $\frac{1}{4}$  de xícara (chá) de rum ao preparo.

# COCADA DE FORNO



## Ingredientes

- 1 lata de leite condensado, 395g
- 1 pacote de coco sem adição de açúcar, 100g
- 1 vidro de leite de coco, 200ml
- 3 ovos inteiros e grandes
- 1 colher de sobremesa de fermento

## Modo de preparo:

Primeiro passo é hidratar o coco, coloque o coco em uma vasilha e misture com o leite de coco, reserve.

Esse é o pulo do gato dessa receita, o que deixa a cocada com a textura deliciosa.

Para fazer essa receita eu usei o Mix, mas você pode fazer no liquidificador. Coloque no jarra, o leite condensado os ovos e o fermento, bata até que mistura fique um creme, coloque o coco hidratado com o leite de coco junto e com a ajuda de uma espátula mexa até que ele seja absolvido. Unte os ramequins ou seus potinhos com manteiga, eu uso esse spray, acho mais prático e rápido.

Coloque a mistura nos potinhos e leve ao forno pré-aquecido a 180 graus, até as bordas começem a ficar morenas... O lance aqui é nas bordas ficar crocante no centro ela fica bem macia... Esse o ponto!!! Por isso, não deixe assar demais.

Retire do forno e sirva imediatamente...

Bem quente mesmo!

# OVERNIGHT OATS



## Ingredientes

- 2 colheres (de chá) de chia
- 3 colheres (de sopa) de leite de coco
- 3 colheres (de sopa) de aveia
- 1 xícara (de chá) de frutas frescas picadas (blueberry, morango e kiwi; banana, manga e coco, etc)
- Granola ou castanhas picadas (opcional)

## Modo de preparo:

Misture a chia e 3 colheres de leite de coco, e coloque em um pote de vidro na geladeira por 15 minutos.

Misture a aveia e as outras 3 colheres de leite de coco, e reserve (fora da geladeira mesmo).

Enquanto isso, pique frutas de sua preferência. Fiz duas combinações:

Blueberry, morango e kiwi  
ou Banana, manga e coco

Você vai precisar de cerca de 1 xícara de frutas picadas para montar 1 pote.

Passados os 15 minutos, coloque sobre a mistura da chia metade das frutas, cubra com a mistura da aveia, coloque a outra parte das frutas e, se quiser, salpique granola ou castanhas.

Leve à geladeira por pelo menos 8 horas antes de servir. Está pronto!

# PINA COLADA DENTRO DO ABACAXI



## Ingredientes

- 1/3 de um abacaxi picado
- 200 ml de Ducoco blend
- 1/3 de xícara de leite condensado
- 1 dose de rum
- Gelo a gosto

## Modo de preparo:

Em um liquidificador dispor o abacaxi picado, o leite de coco, o leite condensado, a dose de rum e uma porção de gelo.

Bater tudo muito bem e servir em um abacaxi.