

bimby



# BIMBY®

Momentos de partilha

Índice geral de receitas

2020

VORWERK

## N.110 | JANEIRO



Arroz de frango com bacon e couves-de-bruxelas	<b>pág. 21</b>
Azevias no forno com puré de aipo	<b>pág. 20</b>
Bebida de café e chocolate	<b>pág. 23</b>
Bolo brownie de chocolate e beterraba com manteiga de amendoim	<b>pág. 13</b>
Bolo da avó Aldina	<b>pág. 37</b>
Caldo-verde com batata-doce	<b>pág. 22</b>
Chiffon de chocolate ao vapor	<b>pág. 44</b>
Chutney de cebola, cenoura e pera	<b>pág. 58</b>
Coelho de fricassé com batata nova	<b>pág. 20</b>
Esparguete integral com cebola e acelgas	<b>pág. 21</b>
Fritata de grelos	<b>pág. 30</b>
Gressinos de tomate seco e sésamo	<b>pág. 55</b>
Húmus de abóbora-manteiga e pimento	<b>pág. 57</b>
Húmus de curgete	<b>pág. 10</b>
Húmus de milho e requeijão com ervas	<b>pág. 55</b>
Migas de grelos com ovo escalfado	<b>pág. 29</b>
Miminhos de limão em cama de aveia integral	<b>pág. 12</b>
Misturas	<b>pág. 38</b>
Molotof ao vapor	<b>pág. 63</b>
Pão integral caseiro com farinha de sementes	<b>pág. 12</b>
Peixe branco e camarão com leite de coco	<b>pág. 69</b>
Rojões em vinho tinto	<b>pág. 35</b>
Rosca de queijo e presunto	<b>pág. 60</b>
Semifrio de leite condensado e honeycomb	<b>pág. 51</b>
Sopa de grelos à portuguesa	<b>pág. 33</b>
Sopa de peixe, camarão e amêijoas	<b>pág. 10</b>
Surpresas de peru	<b>pág. 11</b>
Tarte de banana com crème fraîche	<b>pág. 47</b>
Tarte de noz	<b>pág. 43</b>
Torta de chocolate com recheio de mascarpone e framboesa	<b>pág. 48</b>

## N.111 | FEVEREIRO



“Arroz” de couve-flor	<b>pág. 12</b>
Assado de beterraba, maçã e nabo	<b>pág. 36</b>
Atum braseado com puré de cenoura e legumes ao vapor	<b>pág. 46</b>
Aveludado de mexilhão	<b>pág. 29</b>
Bacalhau com vinho do Porto	<b>pág. 32</b>
Beringela recheada com atum	<b>pág. 14</b>
Bife Wellington	<b>pág. 49</b>
Cantarel com tomate e arroz de cenoura	<b>pág. 25</b>
Chilli de cogumelos	<b>pág. 22</b>
Crepes com molho de laranja	<b>pág. 50</b>
Croquetes de pescada sem batata	<b>pág. 12</b>
Crumble de amêndoa e pera	<b>pág. 15</b>
Empadão de atum e molho arrabiata com puré de batata-doce	<b>pág. 52</b>
Empadão de borrego	<b>pág. 59</b>
Empadão de coelho	<b>pág. 56</b>
Empadão de legumes	<b>pág. 60</b>
Empadão de peixe e ervilhas	<b>pág. 55</b>
Empanada de carne e azeitonas	<b>pág. 23</b>
Folhado de pato de Elvas	<b>pág. 31</b>
Gelado de pistácio	<b>pág. 69</b>
Guisado de grão com rama de beterraba	<b>pág. 39</b>
Leite-creme saudável	<b>pág. 14</b>
Migas alentejanas com entrecosto	<b>pág. 27</b>
Minitartes de brie com doce de framboesa	<b>pág. 45</b>
Pão de trigo sarraceno e centeio com sementes	<b>pág. 62</b>
Penne com camarão e molho de acelga	<b>pág. 22</b>
Smoothie de beterraba	<b>pág. 40</b>
Sopa de feijão-branco e tortellini	<b>pág. 23</b>
Torta de legumes recheada com presunto e queijo	<b>pág. 13</b>

## N.112 | MARÇO



Arroz de “pato” fingido com farinha de milho	<b>pág. 52</b>
Arroz de pescada com alho-francês	<b>pág. 18</b>
Broa de milho e centeio com massa-mãe	<b>pág. 45</b>
Crumble de maçã e framboesa	<b>pág. 57</b>
Cuscuz com frango, tomate seco e azeitonas	<b>pág. 34</b>
Granola de trigo sarraceno e cacau	<b>pág. 32</b>
Iogurte líquido de aveia, mel e canela	<b>pág. 25</b>
Iogurtes de soja	<b>pág. 27</b>
Lasanha caprese	<b>pág. 39</b>
Lasanha de frango e espinafres	<b>pág. 55</b>
Lentilhas com salmão em lascas	<b>pág. 33</b>
Linguine com salmão, queijo-creme e lima	<b>pág. 43</b>
Lombinho no pão	<b>pág. 51</b>
Panquecas de aveia com bebida de amendoim	<b>pág. 30</b>
Papo-secos com massa-mãe	<b>pág. 46</b>
Pato confitado	<b>pág. 49</b>
Penne com beringela no forno	<b>pág. 40</b>
Polvo guisado do Faial	<b>pág. 35</b>
Queijo fresco	<b>pág. 23</b>
Queijo quark	<b>pág. 24</b>
Queques de laranja	<b>pág. 21</b>
Risoto de bacon e alho-francês	<b>pág. 19</b>
Rolo de pescada e salmão	<b>pág. 56</b>
Spaghettini cozido em vinho tinto com carne guisada	<b>pág. 36</b>
Sopa de alho-francês com croutons	<b>pág. 16</b>
Tarte de espinafres e arroz	<b>pág. 20</b>
Vieiras coradas com puré de couve-flor e bacon	<b>pág. 63</b>



Almôndegas de frango e ervas	<b>pág. 48</b>
Amêndoas de chocolate branco e coco	<b>pág. 51</b>
Amêndoas de chocolate de leite e café	<b>pág. 51</b>
Amêndoas de chocolate preto e piri-piri	<b>pág. 51</b>
Bacalhau fresco a vapor com molho de azeite e limão	<b>pág. 49</b>
Bolachas integrais com creme de abacate	<b>pág. 22</b>
Bolo de maçã	<b>pág. 16</b>
Caldo de sobras de legumes	<b>pág. 29</b>
Chili primavera com cuscuz de hortelã	<b>pág. 41</b>
Chutney rápido de maçã	<b>pág. 15</b>
Creme de feijão-branco com espinafres	<b>pág. 12</b>
Esparguete de batata-doce com pesto de ervas	<b>pág. 25</b>
Fatias de limão	<b>pág. 45</b>
Folar de Olhão	<b>pág. 57</b>
Lombinho de borrego com crosta de ervas e puré de beterraba	<b>pág. 46</b>
Magret de pato, puré de cenoura e gengibre e beterraba	<b>pág. 63</b>
Muffins de casca de maçã	<b>pág. 28</b>
Pãezinhos de colher com leite condensado	<b>pág. 52</b>
Pão de fruta	<b>pág. 21</b>
Pão de legumes assados	<b>pág. 42</b>
Risoto de maçã com fiambre	<b>pág. 13</b>
Rolos de porco com espinafres	<b>pág. 14</b>
Rosca mulata de Melgaço	<b>pág. 54</b>
Salada de arroz integral proteica	<b>pág. 32</b>
Salada de bulgur, feijão e atum	<b>pág. 31</b>
Salada de frango carilado e arroz de coco	<b>pág. 35</b>
Salada de legumes da primavera	<b>pág. 44</b>
Salada morna de lulas e camarão com legumes e ovo	<b>pág. 37</b>
Smoothie de soja e morango com chia e coco	<b>pág. 20</b>
Sopa de cenoura e espargos com amêndoa	<b>pág. 24</b>
Sopa de rama de rabanete	<b>pág. 36</b>
Tarteletes de noz pecan	<b>pág. 53</b>
Wraps de abacate, mozzarella e pesto	<b>pág. 38</b>
Wraps de frango com molho de amendoim picante	<b>pág. 38</b>
Wraps de húmus de ervilha, tomate-cereja e feta	<b>pág. 38</b>