

BIMBY®

Momentos de partilha

índice geral de receitas

2017



N.74 | JANEIRO



Abóbora-manteiga com bacalhau e camarão
 Arroz de vitela com legumes
 Barrinhas de peixe
 Bolo-rei de caramelo
 Caldo de frango e legumes
 Caldo de pato com noodles e nabijas
 Cogumelos recheados com quinoa
 Creme de espargos e vieiras
 Empadão de peixe
 Fritos aveludados de maçã
 Lombo de porco recheado
 Margarita de toranja e romã
 Merengues surpresa
 Pão de especiarias
 Peixe e mariscos sobre massinha e caril de coco
 Penne com curgete e molho de coentros
 Pequeno-almoço com compota de morangos e chia
 Peru com legumes
 Quiche limpa-frigorífico do Natal
 Smoothie de frutos silvestres
 Sopa de agrião com ovo cozido
 Soufflé de alho-francês
 Soufflé de atum
 Soufflé de avelã com molho de chocolate
 Soufflé de limão
 Soufflé de marisco
 Taça dos reis
 Tártaro de salmão
 Tigela de arroz com camarão
 Tortilha de atum no forno
 Tigela Benedict
 Tornedós folhados com recheio de espinafres
 Tronco nevado de Natal

pág. 22
pág. 53
pág. 66
pág. 36
pág. 43
pág. 46
pág. 21
pág. 20
pág. 52
pág. 23
pág. 35
pág. 28
pág. 33
pág. 13
pág. 73
pág. 51
pág. 42
pág. 13
pág. 55
pág. 67
pág. 50
pág. 59
pág. 58
pág. 61
pág. 63
pág. 60
pág. 38
pág. 29
pág. 47
pág. 54
pág. 45
pág. 31
pág. 24

N.75 | FEVEREIRO



Almôndegas de porco
 Almôndegas de puré e carne
 Bolo de arroz
 Brioches de especiarias
 Canelones de salmão
 Canja com limão
 Chutney de citrinos
 Coxas de frango recheadas com alheira
 Creme de beterraba com gengibre
 Enrolados de espargos
 Fofo de peixe
 Frango recheado com arroz de cogumelos
 Gelado mascarado
 Gougères
 Lombo de salmão em pão preto
 Menu para 2 – Creme de cenoura e caril & Lagostins com arroz aromatizado
 Miniclafoutis de framboesa
 Moqueca de salmão
 Mousse de cacau
 Pãezinhos de colher com leite condensado
 Pão de banana
 Pasta de ervilhas e coentros
 Pastéis de ricota
 Pataniscas de feijão-frade com puré de nabo e batata-doce
 Penne com molho de tomate seco e espinafres
 Piza de salmão fumado e agrião
 Quadrados de tangerina
 Queques de aveia e mirtilos
 Risoto à portuguesa
 Risoto de cevadinha com nabijas e espargos
 Risoto de quinoa e cogumelos
 Rolo de peru recheado
 Salada morna de couve-roxa
 Salmão à portuguesa
 Sopa 2 feijões
 Tornedós fingidos
 Vincotto

pág. 43
pág. 37
pág. 57
pág. 56
pág. 50
pág. 52
pág. 51
pág. 38
pág. 73
pág. 65
pág. 12
pág. 41
pág. 61
pág. 27
pág. 46
pág. 30
pág. 33
pág. 49
pág. 23
pág. 13
pág. 59
pág. 22
pág. 32
pág. 25
pág. 13
pág. 48
pág. 53
pág. 58
pág. 66
pág. 26
pág. 23
pág. 39
pág. 24
pág. 47
pág. 12
pág. 42
pág. 63

N.76 | MARÇO



Barras de cereais
 Bochechas de porco
 Bolachas de whisky
 Bolinhos de coco
 Bolo de leite
 Brownies com manteiga de amendoim
 Caril de peixe e camarão
 Cocktail de camarão com molho de leite condensado
 Coq au vin
 Fettuccini de frango e ervilhas com molho de couve-flor
 Fritata com pesto de coentros e queijo de cabra
 Gnocchi à romana com molho de ervilhas e espargos
 Hambúrgueres de frango com gratinado de legumes
 Iogurte de morango para os mais novos
 Kimchi em tortilhas
 Lasanha de legumes
 Mexilhões com caril de abacaxi e arroz de coentros
 Noodles de porco com ervilhas tortas
 One pot de frango
 Pão de queijo fácil
 Quiche de curgete
 Risoto de favas e camarão
 Robalo com lentilhas
 Sopa da horta
 Sukiyaki de azuki e edamame com gindara e goma tare
 Rolos de queijo e bacon
 Salsichas com couve-lombarda rápidas
 Salteado de frango com amêndoas
 Tarte de maracujá
 Tarte de pera bêbeda

pág. 52
pág. 44
pág. 29
pág. 64
pág. 54
pág. 53
pág. 61
pág. 38
pág. 43
pág. 66
pág. 58
pág. 35
pág. 65
pág. 55
pág. 50
pág. 63
pág. 27
pág. 62
pág. 59
pág. 16
pág. 36
pág. 37
pág. 39
pág. 48
pág. 72
pág. 28
pág. 49
pág. 67
pág. 16
pág. 45

N.77 | ABRIL



Bavaroise de morango	pág. 61
Bolachas crinkles	pág. 63
Bolo de iogurte e limão	pág. 51
Cabrito no forno com migas de espargos	pág. 27
Caldo de borrego com hortelã	pág. 28
Cheesecake de chocolate	pág. 64
Chili primavera com cuscuz de hortelã	pág. 59
Creme de castanhas com alheira, cogumelos e ovo de codorniz	pág. 70
Dourada recheada com pesto de coentros	pág. 34
logurtes de leite condensado	pág. 50
Empada de alheira e grelos	pág. 58
Empadão de bacalhau e camarão	pág. 45
Empadão de batata-doce e lentilhas	pág. 40
Empadinhas de borrego e ovo	pág. 25
Folar de erva-doce	pág. 29
Frango com brócolos e pimentos	pág. 55
Frango com iogurte e ervas	pág. 48
Lombo recheado com alperces e redução de vinho do Porto	pág. 60
Mazurki	pág. 13
Miniquiches de brócolos e roquefort	pág. 37
Niguirí de dourada	pág. 36
Ovinhos da Páscoa	pág. 31
Panacotas de iogurte grego	pág. 49
Pataniscas de grão-de-bico	pág. 15
Pudim de carne e arroz integral	pág. 56
Puré de cenoura e abóbora com couve e chouriço	pág. 42
Puré de favas com entrecosto	pág. 43
Risoto de dourada	pág. 35
Sopa de ovo	pág. 15
Sopa primavera	pág. 54
Tarte de chocolate e caramelo	pág. 65
Tortilhas vegetarianas	pág. 57

N.78 | MAIO



Arroz com bacalhau, ovo e salsa	pág. 26
Baguetes com manteiga de ervas	pág. 25
Bolo de festa	pág. 54
Brigadeiros XL	pág. 48
Curgete com camarão e pesto de ervilhas	pág. 66
Doce branco com ameixa	pág. 51
English breakfast à portuguesa	pág. 61
Espetadinhos de peru com arroz de ervilhas e hortelã	pág. 29
Feijoada de chocos	pág. 15
Guisado de frango com grão e batata-doce	pág. 40
Húmus de cenoura	pág. 67
Ice tea de morango	pág. 60
Lombo de pescada com crosta de pão e cuscuz	pág. 39
Néctar poderoso	pág. 69
Panquecas de banana e aveia	pág. 63
Penne com alcachofra e tomate	pág. 36
Pisco sour de ananás	pág. 30
Pudim de leite condensado e café	pág. 49
Queques de milho com maionese	pág. 62
Quiche de caldo-verde	pág. 41
Ravioli fritos	pág. 45
Rolo de agrião com cebola confitada	pág. 31
Rosas de chocolate	pág. 32
Salada de batata nova com molho de coentros e abacate	pág. 27
Snacks sem açúcar	pág. 68
Sopa com favas e coentros	pág. 15
Sopa de Santa Teresinha à maneira da Margarida	pág. 37
Taças mexicanas	pág. 47

N.79 | JUNHO



Açorda de gamba da costa e cantaril cozinhados ao vapor	pág. 73
Almôndegas de frango com molho de caril e arroz de agrião	pág. 65
Batido de maracujá	pág. 49
Bola com presunto, milho e mozzarella	pág. 53
Bolo de chocolate sem farinha	pág. 30
Cheesecake no forno	pág. 29
Coxinhas de frango sem massa	pág. 43
Cuscuz de couve-flor com tofu	pág. 23
Dip de curgete e sésamo	pág. 42
Donuts de massa choux com doce de leite	pág. 37
Éclairs salgados	pág. 34
Enrolados de atum em alface	pág. 67
Esparguete com berbigão	pág. 52
Galette de morango	pág. 57
Gelado com sabor a piña colada	pág. 13
Gelado de manjerona	pág. 60
logurte gelado de manga, lima e coco	pág. 48
logurte líquido com aroma de tutti frutti	pág. 13
Lulas com cuscuz e espinafres	pág. 22
Mousse de chocolate e avelã	pág. 31
Panquecas com farinha de arroz e morangos em calda	pág. 61
Pimentos recheados com queijo	pág. 63
Piza de morango, mozzarella e manjericão	pág. 56
Ponche tropical	pág. 42
Quiche picante	pág. 66
Salada de arroz, ervilhas e camarão	pág. 24
Salada de polvo com batata e maçã	pág. 25
Salada fresca de salmão	pág. 45
Salada de feijão e maçã	pág. 47
Semifrio de nata e morango	pág. 59
Sopa fria de milho e espargos laminados	pág. 51
Sorvete de cereja	pág. 28
Trifle de choux com frutos vermelhos	pág. 39

N.80 | JULHO



Água de coco com melancia	pág. 48
Arroz de coco e lima com filetes de peixe-espada	pág. 48
Batido de frutos vermelhos e aveia	pág. 12
Ceviche de camarão com tomate	pág. 37
Creme de abacate e pepino	pág. 42
Creme de agrião e ervilhas	pág. 43
Creme de beterraba e maçã	pág. 45
Creme de milho e pimento	pág. 44
Espuma de maracujá	pág. 69
Gelado de nata e café	pág. 66
Hambúrgueres de grão e batata-doce com molho de manga	pág. 31
Linguine com salsicha toscana	pág. 16
Massa da quinta	pág. 29
Muffins de espinafres e feta	pág. 12
Noodles de frango com abacaxi	pág. 33
Nuggets panados em coco com molho de pepino	pág. 49
Orzo com atum, ervilhas tortas e molho de manjerição	pág. 28
Poke de atum	pág. 39
Pudim de coco com papaia e laranja	pág. 51
Pudim de peixe da avó Titão	pág. 63
Quadrados de morango e coco	pág. 50
Queijadas da avó Cidália	pág. 64
Risoto à alentejana	pág. 14
Risoto alfacinha	pág. 15
Risoto de vinho de Carcavelos	pág. 19
Salada de trigo sarraceno com camarão, agrião e laranja	pág. 32
Sorvete de ananás e coco	pág. 73
Sorvete de pêssego light	pág. 68
Sushi descomplicado	pág. 36
Tacos de lentilhas	pág. 57
Tacos de peru com molho de amendoim	pág. 55
Tacos gelados	pág. 58
Tarte fresca de limão	pág. 67
Tortilha	pág. 54
Xarope de cenoura da avó Rina	pág. 65

N.81 | AGOSTO



Arroz de berbigão da avó da Catarina	pág. 43
Camarão com açafrão e sumo de laranja	pág. 13
Caril de amêijoas	pág. 40
Ceviche de salmão	pág. 60
Detox verde	pág. 64
Empadas de frango e cogumelos	pág. 24
Garoupa a vapor com molho de alhada e farofa de amêndoas	pág. 71
Gelado de abacate	pág. 56
Gelado de chocolate e framboesa	pág. 53
Gelado de Eton mess	pág. 54
Hambúrgueres de okara	pág. 13
Massa com chouriço e feta	pág. 22
Massa com molho de couve-flor	pág. 25
Mexilhões com pesto	pág. 39
Mocktail de chá verde, maçã e hortelã	pág. 48
Mocktail de morango	pág. 47
Mocktail de pêssego	pág. 49
Panacota de frutos do bosque light	pág. 58
Patê de cavala com agrião	pág. 27
Quadrados de amêndoa	pág. 29
Salada de camarão e pepino	pág. 61
Salada de frango	pág. 63
Salada de grão e tomate com molho de hortelã	pág. 33
Salada em sumo	pág. 67
Salada fresca de arroz integral	pág. 23
Salada gigante com vinagreta de framboesa e mel	pág. 62
Sanduíches de frango com molho de iogurte	pág. 28
Sopa caprese	pág. 34
Sopa de lingueirão	pág. 42
Sumo detox de funcho para a digestão	pág. 66
Sumo detox para a pele	pág. 65
Tarte de três queijos e tomate	pág. 59
Tarteletes doces de tomate	pág. 35
Wraps de delícias do mar e pickles	pág. 26

N.82 | SETEMBRO



Bacalhau com natas	pág. 22
Batatas-doces recheadas com peru	pág. 27
Biscoitos de maçã	pág. 41
Bolo de cenoura com cobertura de chocolate	pág. 54
Bolo gelado	pág. 58
Brownies com doce de leite	pág. 61
Caprese de beringela no forno com cuscuz	pág. 24
Charutinhos de baklava	pág. 73
Cheesecake de tomate	pág. 67
Chili vegetariano de lentilhas e milho	pág. 63
Conchas recheadas com queijo de cabra e chouriço	pág. 64
Creme de coentros sem batata	pág. 13
Croquetes de atum	pág. 13
Delícia de abacaxi	pág. 55
Doce de cebola	pág. 52
Fettuccine com tomate seco e cogumelos	pág. 38
Frango a vapor com arroz de ervilhas	pág. 23
Iogurte líquido instantâneo	pág. 47
Iogurte tipo skyr	pág. 44
Muffins de chocolate e banana sem glúten	pág. 46
Muffins de salmão e curgete	pág. 39
Overnight oats de maçã, canela e mel	pág. 45
Pão naan	pág. 30
Pickles de cenoura	pág. 50
Pickles de curgete	pág. 51
Pickles de pepino picantes	pág. 49
Piza naan com frango, pasta de grão e alcachofras	pág. 31
Piza naan de batata-doce com brócolos e queijo feta	pág. 33
Polenta com cogumelos e espinafres	pág. 25
Salada com mini-hambúrgueres de atum	pág. 37
Sopa fria de cenoura e gengibre	pág. 36
Sopa para os mais pequenos	pág. 16
Tarte de chocolate com natas	pág. 59
Tarte de maçã e pera	pág. 57
Vitela à americana	pág. 65

N.83 | OUTUBRO



Bolo de abóbora, laranja e cardamomo
 Bolo de chocolate de colher
 Cemitério de Halloween
 Chapatti
 Creme de chuchu e feijão-verde e lasanha de abóbora e cogumelos
 Curgete recheada com caril de carne e batata-doce
 Dahl de lentilhas, amêndoa e cebola roxa
 Doce de abóbora e noz
 Dumplings de camarão
 Empadão de bacalhau
 Empanada catalã
 Empanadas caprese com molho de manjeriço
 Empanadas doces
 Enrolados de manteiga de agrião
 Gratinado de alheira com broa em cama de espinafres e batata palha
 Kulfi de manga e açafrão
 Lombrinho de porco com couves-de-bruxelas e batatinhas novas
 Pão de azeitona
 Pescada no forno
 Pudim de chocolate
 Pudim de massa e legumes
 Queijo quark e pão de soro
 Salada de pepino e papaia com vinagreta
 Salteado de camarão com cogumelos e couve
 Sericaia com gelado de ameixa
 Sopa asiática com almôndegas de peru
 Sopa de feijoca com agrião
 Strogonoff de frango e castanhas
 Tarte de abóbora
 Tarte de maracujá

pág. 61
pág. 34
pág. 62
pág. 52

pág. 46
pág. 49
pág. 40
pág. 66
pág. 41
pág. 29
pág. 22
pág. 23
pág. 24
pág. 55

pág. 13
pág. 39

pág. 31
pág. 53
pág. 57
pág. 59
pág. 28
pág. 69
pág. 58
pág. 48
pág. 71
pág. 38
pág. 30
pág. 33
pág. 13
pág. 63

N.84 | NOVEMBRO



Açorda de tomatada com ovos escalfados
 Almofadinhas de espinafres e queijo
 Biscoitos para o cão e para o gato
 Bochechas de porco estufadas
 Bolinhos de especiarias
 Bolinhos de queijo e batata
 Bolo de açafrão
 Bolos de baunilha e caramelo a vapor
 Borrego guisado com batatinha nova
 Brownie de três chocolates
 Chutney de beterraba e laranja
 Coelho com feijoca e arroz
 Creme de couves
 Cremoso de couve-flor com bochecha em vinha de alhos, crocante de batata e espinafres
 Doce de amendoim
 Empadão de batata-doce e bacalhau
 Estufado de lentilhas com legumes
 Folhado de alheira em cama de grelos
 Frango com molho de mostarda e mel e puré com bacon
 Gnocchi de batata com bacon, tomate e mozzarella
 logurtes gregos de baunilha
 Massa com frango no forno
 Mix para bolachas de Natal
 Muffins com chouriço e azeitona
 Muffins de batata-doce
 Muffins de milho e salmão
 Pão de queijo com linguica
 Patê de feijão branco e pimentos
 Tarte piza
 Telhas de polvilho
 Terrine de chocolate
 Trufas de chocolate branco

pág. 31
pág. 61
pág. 43
pág. 12
pág. 68
pág. 54
pág. 64
pág. 55
pág. 51
pág. 62
pág. 40
pág. 53
pág. 26

pág. 73
pág. 63
pág. 28
pág. 50
pág. 12
pág. 30
pág. 49
pág. 33
pág. 29
pág. 45
pág. 37
pág. 37
pág. 36
pág. 58
pág. 59
pág. 32
pág. 42
pág. 65
pág. 41

N.85 | DEZEMBRO



Abóbora de Natal recheada
 Aletria de coco
 Bacalhau com grão e broa
 Bolas de cebola e bacon recheadas
 Broas de Natal
 Brownie de bolachas de cacau
 Caldeirada de cabrito
 Creme de lentilhas picante com seitan
 Creme de marisco
 Croquetes de camarão
 Eggnog
 Empadão de polvo
 Escabeche de pernil
 Esparguete de açafrão com peixe
 Falafel verde com molho de requeijão
 Filhoses de cenoura
 Floresta negra
 Frango tandoori
 Fritos de couve-flor
 Guisado de lulas e feijão com arroz
 Kouglof
 Medalhão de vitela grelhado com puré de batata trufado e cremosos de cenoura e ervilha
 Mousse de chocolate com laranja
 Pãezinhos de queijo
 Pastéis de arroz da Graciosa
 Pescada gratinada com brócolos e mostarda
 Peru de Natal
 Picado de abelha
 Pinhas de queijo e amêndoa
 Salada de inverno
 Sonhos de batata recheados com esparregado
 Sonhos de grão sem glúten
 Sopa de tomate com feijão
 Suspiros vegan
 Tarte de cebola e azeitona
 Tarte de leite e chocolate

pág. 51
pág. 61
pág. 42
pág. 41
pág. 58
pág. 13
pág. 45
pág. 49
pág. 37
pág. 31
pág. 63
pág. 43
pág. 33
pág. 24
pág. 52
pág. 70
pág. 67
pág. 27
pág. 70
pág. 26
pág. 59

pág. 73
pág. 64
pág. 34
pág. 60
pág. 13
pág. 40
pág. 14
pág. 30
pág. 36
pág. 69
pág. 71
pág. 24
pág. 53
pág. 25
pág. 65