



Segredos da
Confeitaria Vegana
KAMILA FARIAS



VOLUME 1

Fraisier Cake Vegano



Fraisier Cake Vegano

Aprenda a fazer esse clássico da confeitaria francesa sem nenhum ingrediente de origem animal. Massa fofinha, morangos docinhos e um toque cítrico... delicioso e refrescante!

ETAPAS:

- MASSA DE BAUNILHA
- CREME DE CONFEITEIRO
- MARZIPAN
- MONTAGEM

MASSA DE BAUNILHA

RENDIMENTO: 1 DISCO DE
20CM DE DIÂMETRO

INGREDIENTES:

- 1 1/2 de chá de farinha de trigo branca
- 1/2 xícara de chá de açúcar demerara ou 1/2 xícara de chá de xylitol
- 1 colher de sopa de farinha de linhaça + 3 colheres de sopa de água
- 1 colher de sopa de psyllium*
- pitada de sal
- 2 colheres de sopa de óleo
- 1 colher de sopa de fermento químico
- 1 xícara de chá de água

* o psyllium ajuda na textura e elasticidade resultando em uma massa mais úmida e macia.

COMO FAZER:

1. Fazer o gel de linhaça: misturar a farinha de linhaça (marrom ou dourada) com água e aguardar cerca de 15 minutos.
2. Misturar os ingredientes secos (farinha de trigo, açúcar, psyllium, sal).
3. Acrescentar os ingredientes líquidos (gel de linhaça, óleo e água) e homogeneizar.
4. Acrescentar as raspas de laranja e homogeneizar.
5. Acrescentar o fermento químico e homogeneizar delicadamente.
6. Colocar a massa em uma forma redonda de 20cm untada e enfarinhada apenas no fundo.
7. Levar para assar em forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 35 minutos.
8. Depois de assada deixar que esfrie e com uma faca descole o bolo das laterais da forma.

CREME DE CONFEITEIRO

INGREDIENTES:

- 2 xícaras de leite vegetal
- ½ farinha de trigo
- 1/3 xícara de açúcar
- 1 colher de café de essência de baunilha
- Raspas de 1 limão

COMO FAZER:

1. Colocar todos os ingredientes em uma panela e levar para cozinhar em fogo baixo até que tome consistência cremosa, o que pode levar cerca de 5 minutos.
2. Passar todo o creme através de uma peneira para garantir que não haverá nenhuma bolinha de trigo.
3. Acrescentar as raspas de limão.
4. Colocar o creme em uma tigela e deixar que esfrie por completo. Caso o creme venha a endurecer, basta bater vigorosamente para voltar ao estado cremoso.

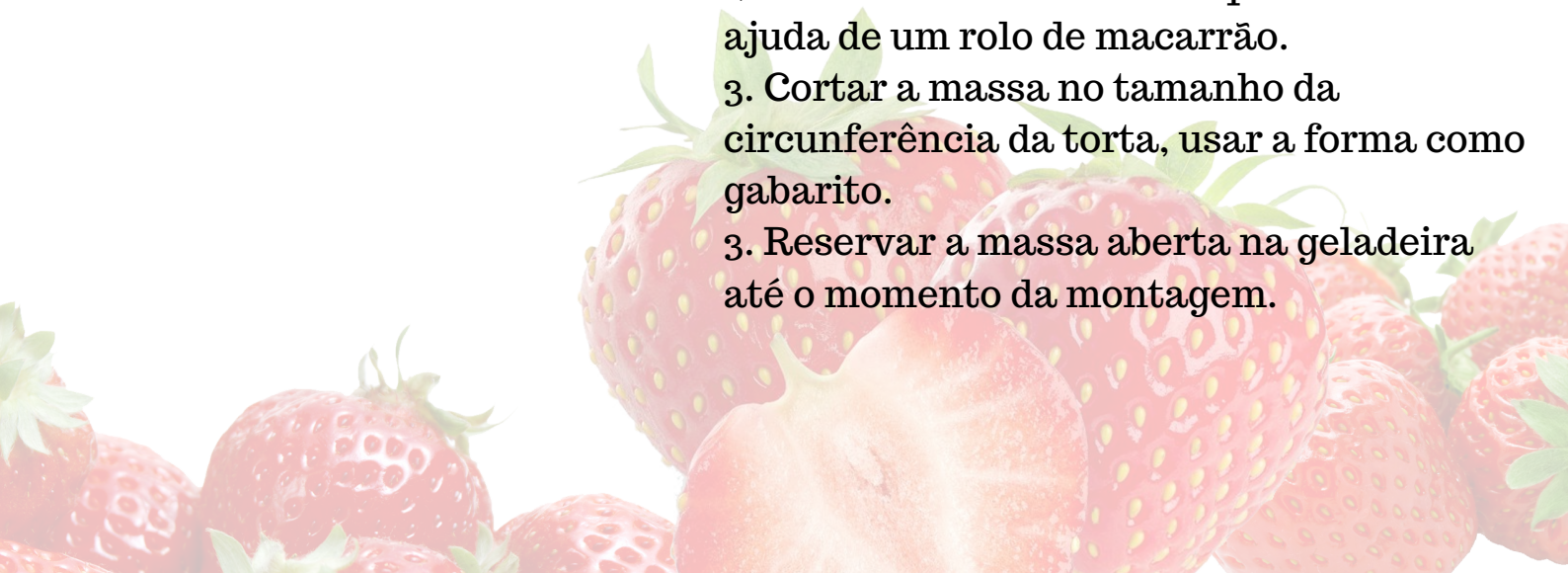
MARZIPAN

INGREDIENTES:

- 150g de açúcar impalpável
- 150g de farinha de amêndoas
- 3 colheres de chá de água

COMO FAZER:

1. Em uma tigela misturar todos os ingredientes até que forme uma massa modelável.
2. Abrir a massa entre dois plásticos com a ajuda de um rolo de macarrão.
3. Cortar a massa no tamanho da circunferência da torta, usar a forma como gabarito.
3. Reservar a massa aberta na geladeira até o momento da montagem.



MONTAGEM

1. Forrar uma forma de fundo falso, onde será feita a montagem, com um plástico ou revestir com uma tira de acetato.
2. Cortar o disco de massa de baunilha em duas metades. E colocar a primeira metade dentro da forma.
3. Seleccionar os morangos maiores e mais bonitos. Cortá-los em duas partes iguais e dispor na borda da massa tocando a forma.
4. Com o auxílio de uma manga de confeitar, rechear com creme de confeiteiro a torta até a metade. Colocar mais morangos picados no centro e terminar de cobrir até a altura dos morangos.
5. Colocar o segundo disco de massa de baunilha.
6. Levar para a geladeira por 1 hora até que o creme torne-se firme novamente.
7. Desenformar.
8. Colocar no topo o disco de marzipã e cobrir com açúcar de confeiteiro peneirado.
9. Decorar com morangos ou como a sua criatividade mandar.
10. *Prontinho, agora é só aproveitar!*



Pavê Vegano de Chocolate e Coco



Pavê Vegano de Chocolate e Coco

ETAPAS:

- CREME DE COCO
- CREME DE CHOCOLATE
- MONTAGEM

CREME DE COCO

INGREDIENTES:

- 1 garrafinha (200ml) de leite de coco
- 1/2 medida de garrafinha (100ml) de água
- 1 ou 2 colheres de sopa de açúcar (você decide o quanto doce vai querer)
- 1 colher (de café) de baunilha
- 3 colheres de sopa de amido de milho diluído em 1/2 garrafinha de leite de coco (100ml) de água fria
- 4 colheres (de sopa) de coco ralado

COMO FAZER:

1. Em uma panela em fogo baixo misturar o leite de coco, a água, o açúcar e a baunilha.
2. Quando estiver fervendo acrescentar a mistura de amido de milho com água fria e mexer sempre até um engrossar.
3. Fora do fogo acrescentar o coco.
4. Reservar.



CREME DE CHOCOLATE

INGREDIENTES:

- 1 garrafinha (200ml) de leite de coco
- 1/2 medida de garrafinha (100ml) de água
- 1 ou 2 colheres de sopa de açúcar (você decide o quanto doce vai querer)
- 2 colheres (de sopa) de chocolate em pó ou cacau
- 3 colheres de sopa de amido de milho diluído em 1/2 garrafinha de leite de coco (100ml) de água fria
- 4 colheres (de sopa) de coco ralado

COMO FAZER:

1. Em uma panela em fogo baixo misturar o leite de coco, a água, o açúcar e o chocolate ou cacau.
2. Quando estiver fervendo acrescentar a mistura de amido de milho com água fria e mexer sempre até um engrossar.
3. Reservar.

MONTAGEM:

1. Montar em taças individuais ou em uma travessa refratária
2. Intercalar camadas de bolacha maisena (CONSULTAR NO RÓTULO SE O PRODUTO NÃO CONTÉM NENHUM INGREDIENTE DE ORIGEM ANIMAL), creme branco e creme de chocolate.
3. *E está pronto! Fica ainda mais gostosa depois de gelada.*



Bolo Vegano de Laranja



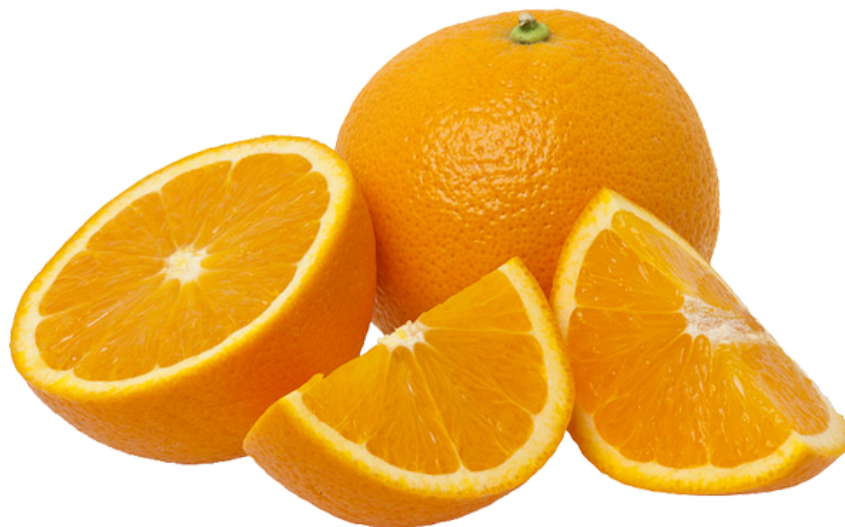
BOLO VEGANO DE LARANJA

INGREDIENTES:

- 1 xícara (de chá) de farinha de trigo refinado
- Meia xícara (de chá) de farinha de trigo integral
- Pitada de sal
- 3/4 de xícara (de chá) de açúcar
- Meia xícara (de chá) de óleo
- 1 xícara (de chá) de água
- 1 laranja sem a casca
- Raspas de 1 laranja
- 1 colher (de sopa) de fermento

COMO FAZER:

1. Bater em um liquidificador ou mixer o açúcar , o óleo, a água e a laranja.
2. Em uma tigela misture as farinhas e o sal, em seguida acrescente a mistura líquida e as raspas de laranja.
3. Acrescente o fermento delicadamente.
4. Assar em forma untada e enfarinhada em forno pré-aquecido a 180 graus por 40 minutos.



Torta Vegana de Maça e Canela



Torta Vegana de Maça e Canela

ETAPAS:

- MASSA BASE
- RECHEIO
- CRUMBLE
- MONTAGEM

MASSA BASE

RENDIMENTO: 1 FORMA DE
TARTELETE DE 17CM

INGREDIENTES:

- 1/2 xícara (de chá) de farinha de trigo branco
- 1/2 xícara (de chá) de farinha de trigo integral
- 2 colheres (de sopa) de açúcar
- 1 pitada de sal
- 2 colheres de sopa de óleo de coco
- água o quanto baste

COMO FAZER:

1. Em um bowl misturar todos os ingredientes secos.
2. Acrescentar o óleo.
3. Agregar a água aos poucos até que forme uma massa modelável.
4. Untar uma forma em formato tartelete de fundo falso e cobrir com a massa o fundo e as laterais.
5. Reservar na geladeira.



RECHEIO DE MAÇA E CANELA

INGREDIENTES:

- 2 maçãs com casca
- 2 colheres (de sopa) de canela em pó
- Suco de 1 limão
- 2 colheres de sopa de açúcar (opcional)

COMO FAZER:

1. Cortar as maçãs em cubos.
2. Em uma tigela coloque todos os ingredientes e misture.
3. Reserve.

CRUMBLE DE AVEIA E CASTANHA DE CAJU

INGREDIENTES:

- 1/2 xícara (de chá) de aveia em flocos médios
- 1/2 xícara (de chá) de farinha de trigo
- 2 colheres (de sopa) de castanha de caju triturada
- 2 colheres de sopa de açúcar
- Pitada de sal
- Óleo o quanto baste

COMO FAZER:

1. Em uma tigela misturar todos os ingredientes exceto o óleo.
2. Agregar o óleo aos poucos e ir misturando com as mãos até que a mistura torne-se uma farofa.
3. Reservar.

MONTAGEM

1. Colocar as maçãs em cubos dentro da massa base.
2. Cobrir com o crumble.
3. Assar em forno pré-aquecido a 180 graus por 25 minutos, deixando o dourador ligado nos 5 minutos finais.

4. *Esperar esfriar ou comer morninha... delicie-se!*





KAMILA FARIAS, FORMADA PELO INSTITUTO TÉCNICO FEDERAL DE SANTA CATARINA EM PANIFICAÇÃO E CONFEITARIA . DESDE 2016 DEDICA-SE A CRIAÇÃO E EXECUÇÃO DE PÃES, DOCES, TORTAS E SOBREMESAS LIVRES DE INGREDIENTES DE ORIGEM ANIMAL. CONHEÇA UM POUCO MAIS DO SEU TRABALHO NO SITE:

WWW.KAMILAFARIAS.COM

ESTE E-BOOK É UM PRESENTE PARA VOCÊ QUE TAMBÉM ACREDITA NA MENSAGEM DE PAZ CONTIDA EM UM DOCE FEITO COM AMOR E SEM CRUELDADE. SEGUIMOS JUNTOS NESTA LINDA CAMINHADA.

GRATIDÃO!