

# BOLINHO DE QUEIJO COM MASSA SIMPLES (Airfryer)

 **Tempo total:** 20 minutos  **Rendimento:** 10 unidades pequenas  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer ou sobre papel manteiga perfurado

## INGREDIENTES:

- 1 xícara de farinha de trigo (120g)
- 1/2 xícara de leite
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 pitada de sal
- 1/2 xícara de queijo muçarela ralado ou em cubinhos
- 1 colher (chá) de fermento em pó

## COMO FAZER:

1. **Prepare a massa:** Em uma panela, aqueça o leite com a manteiga e o sal. Quando ferver, desligue o fogo e adicione a farinha toda de uma vez, mexendo até formar uma massa firme. Deixe esfriar por 5 minutos.
2. **Finalize a massa:** Acrescente o fermento e o queijo, misture até incorporar bem. Modele bolinhas pequenas com as mãos.
3. **Pré-aqueça a Airfryer:** Ligue a 200°C por 3 minutos.
4. **Asse:** Coloque os bolinhos no cesto (use papel manteiga perfurado se quiser evitar sujeira). Asse por **10 a 12 minutos a 200°C**, até dourarem.
5. **Sirva:** Sirva com ketchup, maionese temperada ou geleia de pimenta.

## DICAS EXTRAS:

- Pode rechear com cubinhos de goiabada ou presunto para variar.
- Também funciona com queijo minas padrão ou parmesão.

A white ceramic bowl filled with golden-brown, thin-cut potato chips. The chips are piled in the center, with some overlapping. The background is a soft, out-of-focus light color.

# BATATA CHIPS CROCANTE (NA AIRFRYER)

## Fatie as batatas

Lave bem e corte em fatias finíssimas (use mandolina, ralador ou faca afiada). Se quiser mais crocância, deixe de molho na água por 10 minutos. Depois, seque bem com papel-toalha.

 **Tempo total:** 15 minutos  **Rendimento:** 2 porções  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer, em camadas finas

## INGREDIENTES:

- 2 batatas médias (inglesa ou doce)
- 1 colher (sopa) de azeite
- Sal, páprica, alecrim ou ervas a gosto

## DICAS EXTRAS:

- Pode usar batata-doce, mandioquinha ou até beterraba para variar.
- Guarde em pote aberto por no máximo 1 dia para manter a crocância.

## Tempere

Misture as fatias com azeite e os temperos (sal, páprica, alecrim ou ervas a gosto).

## Asse em camadas

Pré-aqueça a Airfryer a 200°C por 3 minutos. Coloque uma camada fina de batatas no cesto. Asse por **8 a 10 minutos**, mexendo ou virando na metade do tempo.

# FRANGO À PASSARINHO TEMPERADO



## Tempere o frango

Em uma tigela, coloque o frango com o alho, suco de limão, sal, pimenta, páprica e um fio de azeite. Misture bem e deixe marinar por pelo menos 15 minutos.



## Pré-aqueça a Airfryer

Ligue a 200°C por 3 minutos.



## Asse o frango

Coloque os pedaços no cesto, em uma única camada. Asse por **20 a 25 minutos a 200°C**, virando na metade do tempo. Se quiser ainda mais crocante, aumente 2 minutos no final.



## Sirva

Sirva com limão cortado e, se quiser, molho de pimenta ou maionese caseira.

 **Tempo total:** 25 minutos  **Rendimento:** 2 porções  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer (com ou sem papel alumínio perfurado)

## INGREDIENTES:

- 500g de pedaços de frango à passarinho (coxinha da asa, meio da asa ou sobrecoxa picada)
- Suco de 1 limão
- 3 dentes de alho picados
- Sal, pimenta, páprica e ervas secas a gosto
- Fio de azeite

## DICAS EXTRAS:

- Pode usar tempero pronto para frango, desde que com pouco sódio.
- Quer dar um toque de boteco? Finalize com cebola roxa picada e salsinha.

# QUEIJO COALHO DOURADO COM MEL OU LIMÃO

## Prepare o queijo

Se estiver usando o queijo coalho de palito, seque com papel-toalha. Passe um fio de azeite por fora para ajudar a dourar.

## Asse o queijo

Coloque os palitos no cesto ou sobre papel manteiga perfurado. Asse por **6 a 8 minutos a 200°C**, virando na metade, até ficar dourado por fora e macio por dentro.

 **Tempo total:** 10 minutos  **Rendimento:** 4 palitinhos  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer ou sobre papel manteiga perfurado

## INGREDIENTES:

- 4 palitos de queijo coalho (tradicional ou temperado)
- Fio de azeite
- Para servir: mel ou limão espremido

## DICAS EXTRAS:

- Também funciona com queijo minas padrão mais firme, cortado em cubos.
- Para versão agridoce, experimente servir com geleia de pimenta.

## Pré-aqueça a Airfryer

Ligue a 200°C por 3 minutos.

## Sirva

Sirva imediatamente, com um fio de mel por cima ou limão espremido.



QUEIJO COALHO  
GRELHADO DOURADO  
COM MEL

# 🍷 ANÉIS DE CEBOLA EMPANADOS (AIRFRYER)

## Corte a cebola

Corte em rodela grossas e separe os anéis com cuidado.

## Asse

Coloque os anéis no cesto (sem sobrepor). Borrife azeite, se quiser mais crocância. Asse por **10 a 12 minutos a 200°C**, virando na metade.

## Prepare os empanados

Tempere a farinha de trigo com sal e páprica. Bata o ovo em um prato. Coloque a farinha de rosca em outro prato.

## Empane os anéis

Passe cada anel de cebola na farinha de trigo, depois no ovo e, por fim, na farinha de rosca. Pressione bem para grudar.

🕒 **Tempo total:** 20 minutos 🍴 **Rendimento:** 2 a 3 porções 🔥 **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer (com papel manteiga perfurado, se quiser)

## ✅ INGREDIENTES:

- 1 cebola grande
- 1/2 xícara de farinha de trigo
- 1 ovo
- 1/2 xícara de farinha de rosca ou panko
- Sal, pimenta e páprica a gosto
- Azeite spray (opcional)

## 💡 DICAS EXTRAS:

- Use farinha panko para mais crocância.
- Para um toque picante, adicione páprica defumada ou pimenta caiena.

# MINI KAFTA COM MOLHO DE IOGURTE

## Ingredientes da Kafta

- 300g de carne moída
- 1/2 cebola ralada
- 1 dente de alho picado
- 1 colher (sopa) de cheiro-verde ou hortelã picada
- 1 colher (chá) de cominho ou páprica
- Sal e pimenta a gosto

## Ingredientes do Molho

- 1/2 pote de iogurte natural
- Suco de 1/2 limão
- Sal, pimenta e hortelã picada



## Misture os ingredientes da kafta

Em uma tigela, misture a carne com a cebola, alho, temperos e ervas. Modele em palitinhos ou bolinhas firmes (como mini espetinhos, se quiser).

 **Tempo total:** 20 minutos  **Rendimento:** 8 unidades  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer

## DICAS EXTRAS:

- Pode usar carne de frango moída no lugar da bovina.
- Também funciona como recheio de pão sírio com salada.

## Faça o molho

Misture o iogurte com limão, sal, pimenta e hortelã. Leve à geladeira até servir.

# NUGGETS CASEIROS DE FRANGO (OU LEGUMES)

## Ingredientes (Frango)

- 1 xícara de frango cozido e desfiado
- 2 colheres (sopa) de requeijão ou creme de ricota
- 2 colheres (sopa) de aveia em flocos finos ou farinha de rosca
- Sal, pimenta e páprica a gosto
- Para empanar: 1 ovo + farinha de rosca

## Ingredientes (Versão Legumes)

- 1/2 cenoura ralada
- 1/2 abobrinha ralada
- 1/2 xícara de batata cozida e amassada
- 2 colheres (sopa) de aveia ou farinha
- Sal, noz-moscada e cheiro-verde

## Como Fazer

1. Misture os ingredientes até formar uma massa firme e moldável. Modele bolinhos achatados (formato de nuggets).
2. Empane: Passe os nuggets no ovo batido e depois na farinha de rosca.
3. Pré-aqueça a Airfryer a 200°C por 3 minutos.
4. Asse por **10 a 12 minutos**, virando na metade. Borrife azeite se quiser mais dourado.

 **Tempo total:** 20 minutos  **Rendimento:** 10 unidades pequenas  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer (ou sobre papel manteiga perfurado)

## DICAS EXTRAS:

- Pode congelar antes de assar (vai direto pro cesto, só aumenta 2 minutos).
- Para mais crocância, use farinha panko.

# 🥟 ESCONDIDINHO DE CALABRESA NA CESTINHA



## Cestinhas Prontas

Forminhas de massa de pastel recheadas com calabresa e purê, gratinadas na airfryer.



## Ingredientes

6 discos de massa de pastel, 1/2 xícara de linguiça calabresa picada e frita, 1/2 xícara de purê de batata ou mandioquinha, 2 colheres (sopa) de requeijão, queijo ralado (opcional).



## Montagem

Forre forminhas de empada com a massa de pastel. Faça furinhos com o garfo no fundo. Coloque a calabresa frita no fundo, depois o purê misturado com requeijão. Finalize com queijo ralado.

🕒 **Tempo total:** 15 minutos 🍷 **Rendimento:** 6 unidades 🔥 **Onde assar:** Em forminhas de empada ou muffin (dentro da Airfryer)

## 👨‍🍳 COMO FAZER:

1. **Monte as cestinhas:** Forre forminhas de empada com a massa de pastel. Faça furinhos com o garfo no fundo.
2. **Recheie:** Coloque a calabresa frita no fundo, depois o purê misturado com requeijão. Finalize com queijo ralado, se quiser.
3. **Pré-aqueça a Airfryer:** Ligue a 200°C por 3 minutos.
4. **Asse:** Coloque as forminhas na cesta e asse por **10 a 12 minutos**, até a massa dourar e o recheio gratinar.
5. **Sirva:** Sirva morna ou quente, com molho de pimenta ou vinagrete.

## 💡 DICAS EXTRAS:

- Pode trocar a calabresa por carne moída, frango desfiado ou cogumelos refogados.
- O purê pode ser de batata-doce, abóbora ou mandioca.

# ESPETINHO DE FRANGO COM PÁPRICA E LIMÃO



## Tempere o frango

Misture cubos de frango com limão, azeite e temperos



## Monte os espetinhos

Espete os cubos nos palitos, deixando espaço



## Pré-aqueça a Airfryer

Ligue a 200°C por 3 minutos



## Asse por 12-15 minutos

Vire na metade para dourar todos os lados

 **Tempo total:** 20 minutos  **Rendimento:** 4 espetinhos  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer (com ou sem papel manteiga perfurado)

## INGREDIENTES:

- 2 filés de peito de frango cortados em cubos
- Suco de 1 limão
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 colher (chá) de páprica doce ou defumada
- Sal, pimenta-do-reino e alho em pó (a gosto)
- Palitos de churrasco ou de bambu

## DICAS EXTRAS:

- Também funciona com cubos de carne, tofu ou legumes intercalados.
- Para mais sabor, adicione mostarda ou iogurte no tempero.

# PASTELZINHO DE CARNE OU QUEIJO (MASSA PRONTA)

Recheios Sugeridos	Tempo de Preparo	Dicas de Servir
Carne moída refogada	8-10 minutos	Molho de pimenta
Queijo muçarela	8-10 minutos	Ketchup
Frango com requeijão	8-10 minutos	Maionese temperada
Banana com canela (doce)	8-10 minutos	Açúcar com canela

 **Tempo total:** 12 minutos  **Rendimento:** 6 unidades  **Onde assar:** Direto no cesto da Airfryer, sobre papel manteiga perfurado

## INGREDIENTES:

- 6 discos pequenos de massa de pastel
- Recheio de sua escolha
- 1 gema batida (para pincelar)

## COMO FAZER:

1. **Recheie os pastéis:** Coloque o recheio no centro de cada disco de massa. Dobre ao meio e feche bem com um garfo.
2. **Pincele:** Passe gema por cima para dar brilho e ajudar a dourar.
3. **Pré-aqueça a Airfryer:** Ligue a 200°C por 3 minutos.
4. **Asse:** Coloque os pastéis sobre papel manteiga perfurado no cesto. Asse por **8 a 10 minutos a 200°C**, virando na metade.
5. **Sirva:** Sirva quente, com molho de pimenta, ketchup ou geleia agridoce.

## DICAS EXTRAS:

- Para pastéis mais crocantes, use massa bem seca e não exagere no recheio.
- Também pode polvilhar açúcar com canela se for versão doce.