

LIVRO DE RECEITAS
DA
HOLANDESA



Hallo, esse é meu livro de receitas!

Nele, você vai encontrar inspiração
pra inovar na cozinha com ingredientes
que se encaixam perfeitamente
no dia a dia, com sabor,
tradição e muito amor.





Antes de começar, deixa eu te contar um pouco sobre **como tudo começou.**

As primeiras famílias de imigrantes holandeses chegaram em 1911. A minha, inclusive! E se estabeleceram na cidade de Carambeí, no Paraná. Da Holanda, trouxeram uma herança deliciosa passada de geração para geração: a arte da produção leiteira.

Eles uniram o seu conhecimento com a culinária e diversidade de frutas do Brasil pra recriar suas receitas de iogurte, que seguem sendo a nossa base até hoje, além de aprimorar as suas outras que eles amavam.

Então, em 1928, eles fundam a Batavo, nome inspirado na Batávia, região da Holanda de onde vieram, e que há quase 100 anos é parte da vida da minha e da sua família.



Visite Carambei





Prefácio

Esse é, então, um livro que não só vai te ajudar a preparar comidas deliciosas, mas que conta um pouco da minha história e de como receitas fazem parte do DNA da Batavo desde sempre.

Vamos comigo?





Índice

Original	05
Bacalhau ao Molho de Iogurte com Batatas	07
Carne com Molho de Iogurte e Cogumelos	09
Picadinho de Alcatra ao Molho Cremoso de Iogurte	11
Salada Crocante de Macarrão com Atum e Molho Cremoso de Iogurte	13
Sobrecoxa Assada com Creme de Espinafre e Iogurte	15
Stroganoff com Molho de Iogurte	17
Speculoos com Iogurte e Geleia de Damasco	19
Torta de Amora com Iogurte	21
Torta Holandesa com Iogurte	23
Pense Zero	24
Brioche de Azeite com Tomate e Manjericão	27
Omelete de Aveia com Tomates e Iogurte	29
Salada Vermelha com Molho de Iogurte	31
Mini Pizza com Massa de Iogurte	33
Bombom Prestígio Fitness	35
Cheesecake de Iogurte com Frutas Vermelhas	37
Copinho da Felicidade de Morango	39
Mousse de Maracujá	41
Overnight de Frutas com Chia e Morango	43
Shake Proteico de Banana e Iogurte	45
ProBio 2	46
Penne ao Molho de Iogurte e Limão	49
Salada de Frango e Legumes com Molho Cremoso de Iogurte	51
Salada de Quinoa com Molho de Iogurte	53
Torta de Carne Seca e Abóbora	55
Bolo de Milho com Iogurte	57

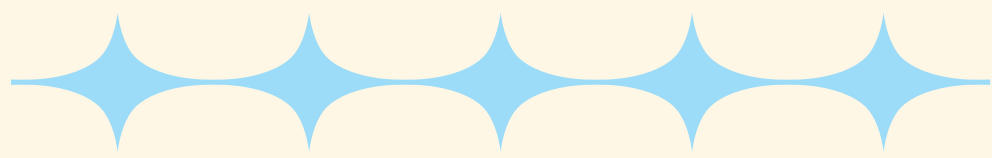
Overnight de Banoffee	59
Overnight de Morango com Chocolate	61
Panna Cotta de Iogurte	63
Panquequinha de Morango com Maçã e Mel	65
Smoothie de Morango e Banana	67
Pudim Batavo	68
Bolo Bem-casado com Mini Pudim e Doce de Leite	71
Milkshake de Pudim Cremoso	73
Ovo de Colher de Pudim	75
Picolé de Pudim com Chocolate	77
Pudim Macchiato	79
Grego	80
Pão de Queijo com Iogurte Grego Tradicional	83
Cheesecake da Holandesa com Biscoff	85
Cheesecake da Holandesa com Iogurte Grego e Biscoito Oreo	87
Cheesecake de Iogurte Grego com Morango do Amor	89
Fatias de Mexerica no Iogurte Grego	91
Iogurte Grego de Morango Batido com Linhaça	93
Palha Italiana de Sorvete Grego com Biscoff	95
Torta de Amora com Iogurte Grego	97
Torta de Iogurte Grego com Biscoff	99
Torta de Oreo com Pudim e Iogurte Grego	101
Verrine de Frutas com Iogurte Grego de Morango	103
Nuv	104
Pão de Queijo de Frigideira	107
Patê de Atum e Ovos	109
Bombom Gelado de Frutas Vermelhas	111
Cheesecake da Holandesa com Biscoff e Geleia St. Dalfour	113
Creme de Manga com Chia	115
Smoothie Cremoso de Morango	117
Sorvetinho Fitness com Nuv	119



Batawa Original

É o iogurte perfeito para quem busca naturalidade e qualidade, podendo ser usado em receitas doces e salgadas. Sua receita leva só dois ingredientes, leite e fermento e foi trazida pela minha família direto da Holanda, passada de geração em geração.





Bacalhau ao Molho de Iogurte com Batatas

Essa receita de bacalhau cremoso com batatas é perfeita para quem busca um prato saboroso, reconfortante e cheio de tradição. A combinação do bacalhau bem temperado com batatas douradas e um molho branco cremoso cria uma preparação equilibrada e irresistível. O toque do iogurte deixa o molho mais leve e delicado, trazendo ainda mais cremosidade ao prato.

Modo de preparo:

Em uma panela com água fervente, cozinhe o bacalhau por cerca de 10 minutos. Retire e reserve.

Descasque as batatas, corte em cubos e cozinhe na mesma água do bacalhau por cerca de 10 minutos.

Dica técnica: cozinhar a batata na água do bacalhau ajuda a intensificar o sabor do prato.

Escorra bem as batatas e frite em óleo quente até ficarem douradas.

Reserve e tempere com sal.

Em uma frigideira, coloque o azeite e refogue a cebola cortada em cubos até ficar levemente dourada.

Tempere com sal e bastante pimenta-do-reino. Acrescente a salsinha picada e o bacalhau. Misture bem e reserve.

Molho:

Em uma panela, derreta a manteiga e adicione a farinha de trigo, mexendo até formar uma pastinha. Acrescente o leite aos poucos, mexendo sempre para não empelotar. Junte o iogurte misturando bem.

Dica técnica: adicionar o leite gradualmente garante um molho branco mais liso e cremoso.

Montagem:

Em um refratário, faça uma camada de batatinhas fritas. Cubra com o refogado de bacalhau.

Adicione uma camada do molho branco. Finalize com bastante queijo parmesão ralado por cima. Leve ao forno para gratinar até dourar.

Ingredientes:

800 g de bacalhau em lascas

500 g de batatas

Óleo para fritar

1 cebola

1 colher de sopa de salsinha picada

7 a 8 colheres de sopa de azeite

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto

Ingredientes para o molho branco:

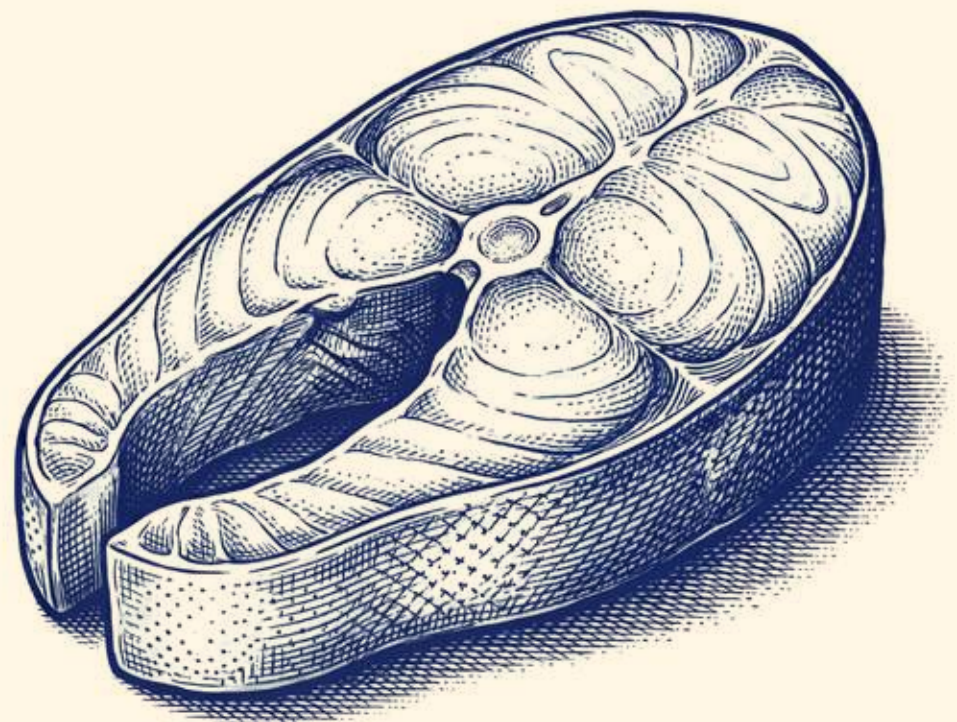
2 xícaras de Iogurte Batavo Original Integral

2 colheres de sopa de Manteiga Batavo sem sal

500 ml de Leite Batavo Integral

3 colheres de sopa de farinha de trigo

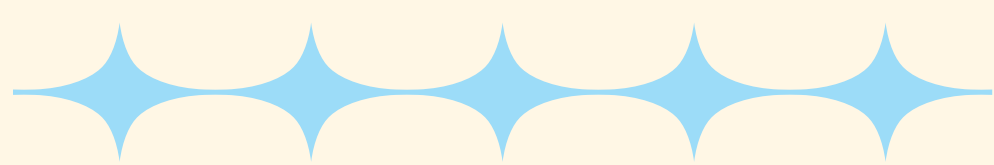
Queijo parmesão ralado a gosto



DICAS

Se o bacalhau estiver muito salgado, deixe de molho em água na geladeira antes do preparo. Para um gratinado ainda mais dourado, finalize com uma mistura de parmesão e mussarela. Esse prato pode ser montado com antecedência e levado ao forno apenas na hora de servir.





Carne Com Molho de Iogurte e Cogumelos

Um prato elegante com filés suculentos, cogumelos e um molho cremoso à base de iogurte, mais leve e com um toque levemente ácido que equilibra perfeitamente os sabores.

Modo de preparo:

Tempere os filés com sal e pimenta. Em uma frigideira, aqueça a manteiga e adicione um fio de azeite, sele os filés em fogo alto até dourar dos dois lados. Retire e reserve.

Na mesma panela, refogue a cebola até ficar transparente, tempere com sal e pimenta a gosto.

Adicione os cogumelos e refogue até dourarem. Abaixar o fogo e acrescentar

o iogurte, a mostarda e o molho inglês, misturando bem.

Volte os filés para a panela e envolva-os no molho.

Cozinhe em fogo baixo, sem deixar ferver, apenas até aquecer e o molho ficar levemente cremoso. Ajuste sal e pimenta.

Adicione a salsa.

Ingredientes:

400 ml de iogurte Batavo Original Integral

1 colher de sopa de Manteiga Batavo com sal

400 g de filé mignon em bifes (ou alcatra, contra-filé)

Sal e pimenta a gosto

1 cebola picadinha

150 g de cogumelo portobello ou paris fatiado

1 colher de sopa de mostarda

3 colheres de sopa de molho inglês

1 fio de azeite

Salsinha a gosto

DICAS

Para evitar que o iogurte talhe, mantenha o fogo sempre baixo e nunca deixe o molho ferver. Se quiser mais segurança, misture um pouco do caldo quente da panela ao iogurte antes de adicionar – isso equaliza a temperatura e garante um molho mais estável e cremoso.





Picadinho de Alcatra ao Molho Cremoso de Iogurte

Uma versão contemporânea de um clássico da mesa brasileira. O picadinho de alcatra ganha um molho cremoso e mais leve à base de iogurte, que realça os sabores da carne sem pesar. Ideal para o dia a dia, é um prato reconfortante que combina simplicidade, sabor e praticidade.

Modo de preparo:

Tempere os cubos de alcatra com sal, pimenta-do-reino e um fio de azeite. Aqueça bem uma frigideira ou panela larga com azeite e doure a carne aos poucos, sem sobrepor os cubos, para selar bem e evitar que solte água.

Reserve.

Na mesma panela, refogue a cebola até ficar macia e acrescente o alho, refogando rapidamente.

Adicione os 100 ml de água para soltar o fundo da panela e concentrar o sabor.

Abaixe o fogo e acrescente o iogurte Original Batavo Integral, mexendo bem até formar um molho cremoso e homogêneo (não deixe ferver).

Volte a carne para a panela, misture delicadamente e aqueça por alguns minutos. Ajuste o sal e finalize com páprica, se desejar.

Desligue o fogo e sirva.

Ingredientes:

350 ml de iogurte Original Batavo Integral

500 g de alcatra em cubos médios

1/2 cebola picada

1 dente de alho picado

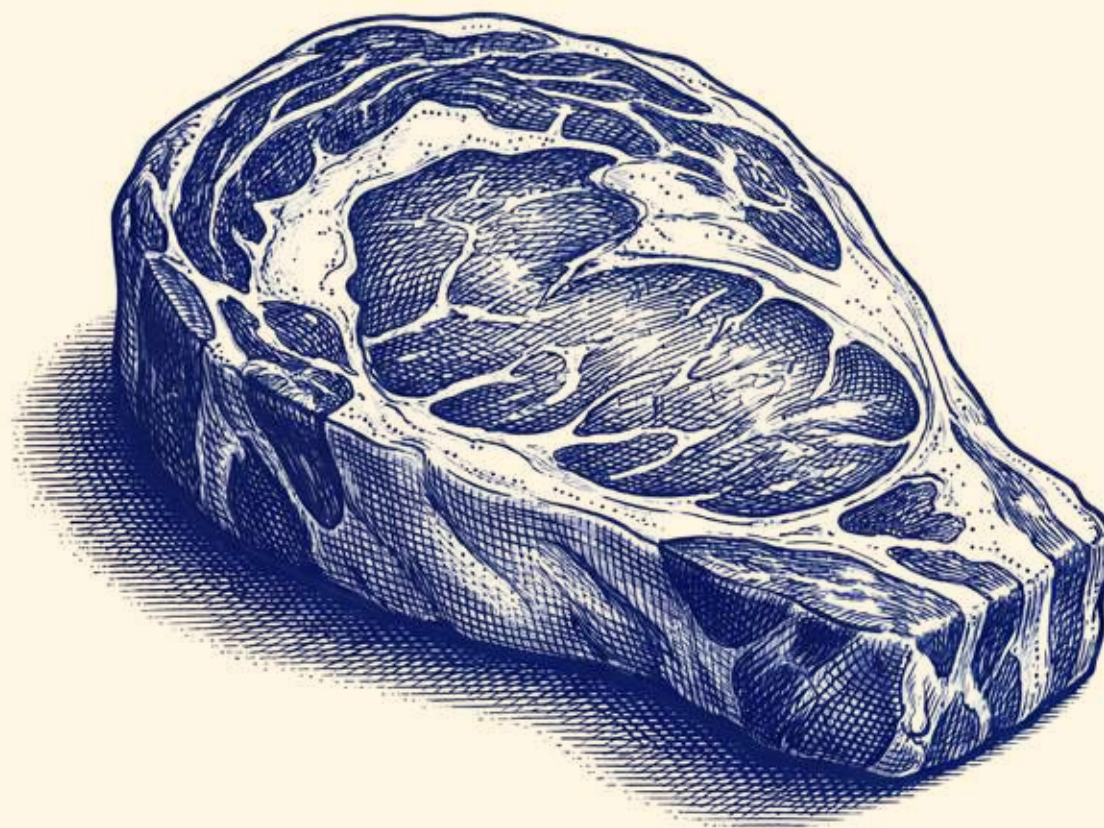
100 ml de água

Azeite a gosto

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto

Páprica doce ou defumada a gosto



DICAS

Corte a alcatra em cubos uniformes para garantir cozimento homogêneo e manter a suculência da carne, evitando partes ressecadas ou passadas demais.



Salada Crocante de Macarrão com Atum e Molho Cremoso de Iogurte

Uma salada completa, fresca e cheia de texturas, que combina macarrão, legumes crocantes e atum em um molho cremoso de iogurte com mostarda. Equilibrada e prática, é uma excelente opção para dias quentes ou para quem busca refeições leves sem abrir mão de sabor e saciedade.

Modo de preparo:

Cozinhe o macarrão conforme as instruções da embalagem, escorra e deixe esfriar completamente.

Em uma tigela grande, adicione o macarrão e tempere com sal, pimenta do reino, páprica e mexa bem para incorporar os temperos.

Adicione na bandeja da air fryer, salpique o queijo parmesão por cima e leve para assar a 180 graus.

Separe as folhas e corte-as, o pepino em cubos, a cebola roxa

e os tomatinhos. Acrescente o atum escorrido e misture delicadamente.

Para o molho, misture o iogurte Original Batavo Integral, a mostarda, o suco de limão, sal, pimenta e um fio de azeite até ficar homogêneo.

Despeje o molho sobre a salada e misture bem para envolver todos os ingredientes.

Sirva imediatamente ou leve à geladeira por 30 minutos para ficar ainda mais refrescante.

Ingredientes:

250 g de macarrão cozido e frio
Mix de folhas picadas
1 pepino em cubos
1 cebola roxa fatiada
Tomatinhos cereja cortados ao meio
1 lata de atum escorrido (sem o óleo)
Salsinha picada a gosto
Sal a gosto

Macarrão:

Pimenta-do-reino a gosto
Páprica defumada a gosto
Queijo parmesão a gosto

Molho cremoso:

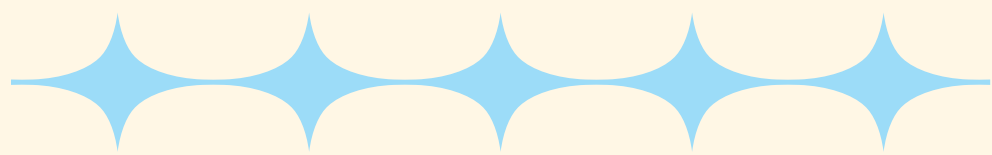
1 xícara e meia de iogurte Original Batavo Integral
3 colheres (sopa) de mostarda
Suco de 1 limão
Sal a gosto
Pimenta-do-reino a gosto
Azeite a gosto
Azeite a gosto



DICAS

Após escorrer o macarrão, passe rapidamente em água fria para interromper o cozimento e preservar a textura "al dente". Em seguida, misture um fio de azeite antes de esfriar completamente, isso evita que grude e melhora a absorção uniforme do molho.





Sobrecoxa Assada com Creme de Espinafre e Iogurte

Uma combinação clássica e reconfortante em versão mais leve: sobrecoxas de frango bem douradas acompanhadas de um creme de espinafre feito com Iogurte Batavo Original. Cremoso, equilibrado e nutritivo, é perfeito para uma refeição completa e saborosa no dia a dia.

Ingredientes:

300 ml de Iogurte Batavo Original Integral

300 g de espinafre picado congelado

4 sobrecoxas de frango

1 cebola picada em cubos

Suco de 1 limão

Azeite extra virgem a gosto

Sal a gosto

Pimenta-do-reino preta a gosto

Modo de preparo:

Tempere as sobrecoxas com azeite, sal, pimenta-do-reino e o suco de limão. Leve ao forno preaquecido a 200°C até ficarem bem douradas e macias.

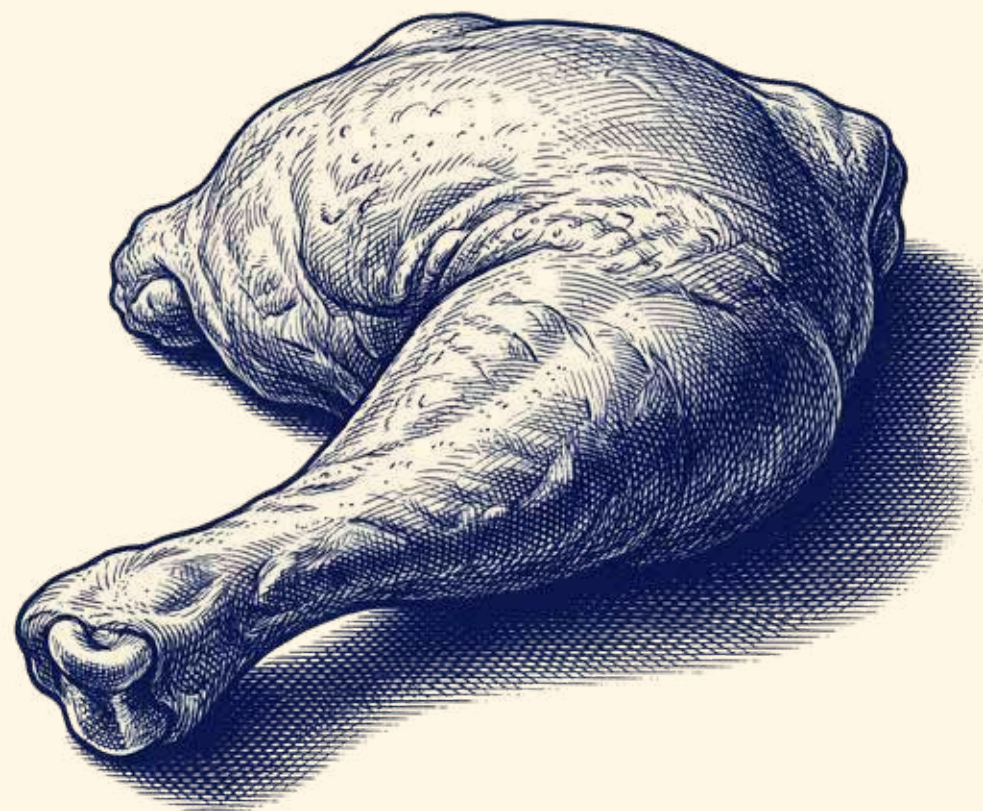
Reserve.

Em uma panela, aqueça um fio de azeite e refogue a cebola até ficar macia. Acrescente o espinafre e refogue até aquecer completamente e perder o excesso de água.

Abaixe o fogo e adicione o Iogurte Batavo Original Integral, misturando bem até formar um creme.

Bata levemente com um mixer ou no liquidificador na função pulsar, para manter parte da textura do espinafre.

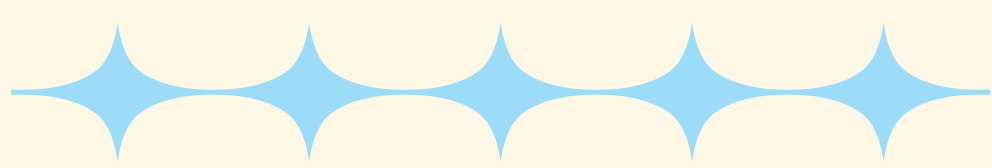
Ajuste o sal e a pimenta-do-reino. Sirva o creme de espinafre acompanhado das sobrecoxas assadas e arroz branco. Sugestão de acompanhamento: arroz branco e legumes salteados.



DICAS

Para um creme mais leve e aveludado, adicione o Iogurte Batavo.





Strogonoff com Molho de Iogurte

Uma versão mais leve e equilibrada do tradicional strogonoff, substituindo o creme de leite por iogurte natural. O resultado é um prato cremoso, com leve acidez e menos gordura, sem perder sabor e suculência.

Modo de preparo:

Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola até ficar transparente.

Acrescente o alho e refogue rapidamente.

Adicione o frango (ou carne) e doure bem até cozinhar por completo.

Tempere com sal e pimenta. Acrescente o molho de tomate, o ketchup e a mostarda.

Misture bem. Adicione o champignon e cozinhe por mais 2 a 3 minutos.

Desligue o fogo e espere 1 minuto para reduzir levemente a temperatura. Incorpore o iogurte Original Batavo Natural Integral, misturando delicadamente para não talhar.

Ajuste o sal, finalize com salsinha e sirva imediatamente.

Ingredientes:

400 ml de iogurte Original Batavo Natural Integral

500 g de peito de frango em cubos (ou carne em tiras)

1 fio de azeite

1 cebola pequena picada

2 dentes de alho picados

1/2 xícara de molho de tomate

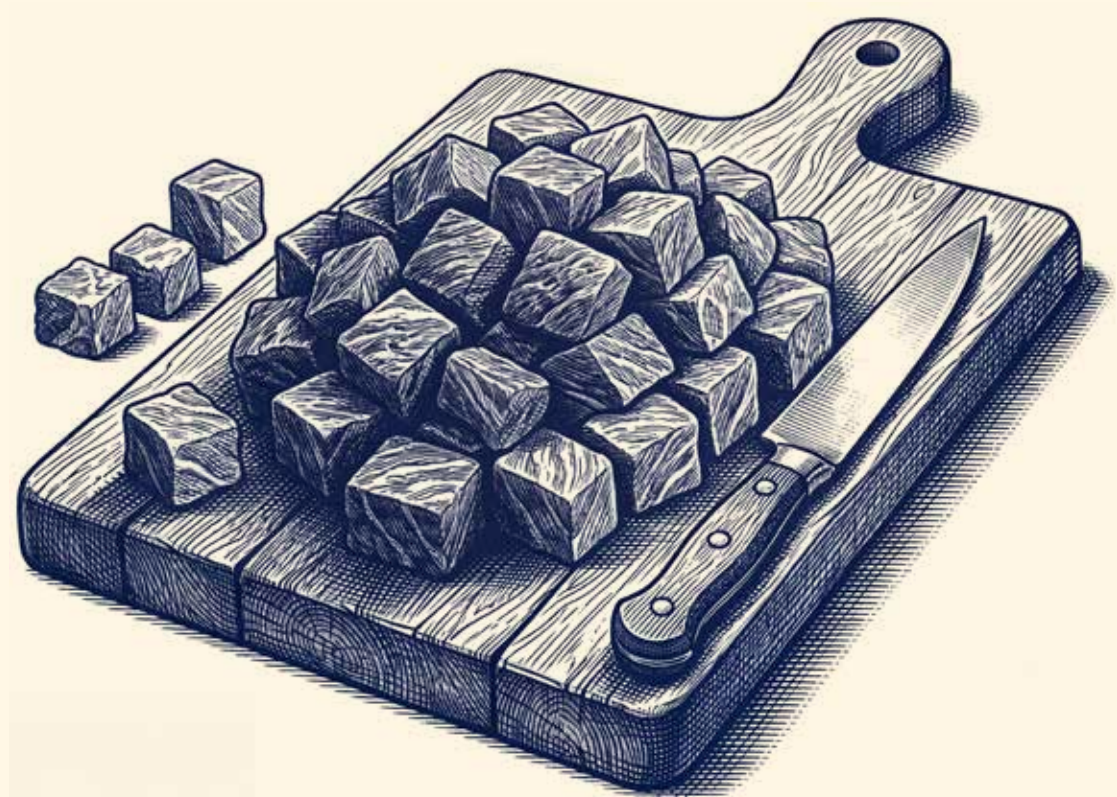
3 colheres (sopa) de ketchup

1/2 xícara de champignon fatiado

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto

Salsinha picada para finalizar



DICAS

Para evitar que o iogurte talhe, desligue o fogo antes de incorporá-lo e misture suavemente até obter um molho liso e aveludado.





Speculoos com Iogurte e Geleia de Damasco

Inspirada nos sabores clássicos da Holanda, esta sobremesa combina o biscoito Speculoos – tradicionalmente associado às especiarias do norte europeu – com a leveza do iogurte e o toque frutado da geleia de damasco. Uma composição equilibrada e delicada, feita com iogurte Original Desnatado.

Modo de preparo:

Modo de preparo dos biscoitos:

Misture a Manteiga Batavo com o açúcar até formar um creme claro.

Adicione as especiarias, o ovo e o iogurte Original.

Incorpore a farinha aos poucos até formar a massa.

Sove, leve à geladeira por 10 minutos,

abra e corte em discos.

Asse em forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 20 minutos.

Modo de preparo da sobremesa:

Em cada taça, adicione 3 biscoitos triturados. Cubra com um pote de iogurte Original. Finalize com geleia e um biscoito decorativo.

Ingredientes:

Massa (biscoito):

1 embalagem de Manteiga Batavo sem sal (em temperatura ambiente) (200 g)

100 g de açúcar mascavo

1 ovo

3 1/4 xícaras de chá de farinha de trigo

2 colheres de sopa de iogurte Batavo Original Desnatado

1 colher de sopa de fermento em pó

1 colher de chá de canela em pó

1/4 colher de chá de cravo em pó

1 colher de chá de noz-moscada

1 colher de chá de gengibre em pó

1 colher de sopa de raspas de laranja

Ingredientes da sobremesa:

3 potes (160 g cada) de iogurte Batavo Original Desnatado

16 biscoitos Speculoos

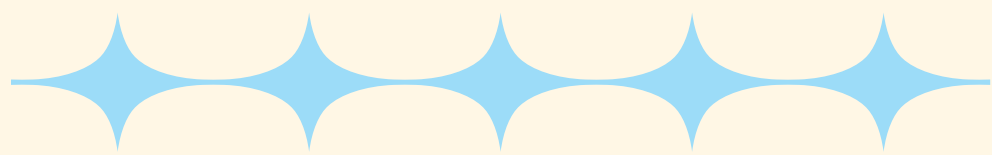
3 colheres de sobremesa de geleia de damasco

DICAS

Utilize o iogurte bem gelado para garantir uma sobremesa mais fresca e um contraste equilibrado com a geleia de damasco.







Torta de Amora com Iogurte

Receita de Torta de Amora, uma receita delicada e equilibrada que une a crocância da base com a cremosidade do recheio de iogurte e a acidez da amora, feita com o Iogurte Original.

Modo de preparo:

Modo de preparo da massa:

Misture os biscoitos triturados, a manteiga e o leite até formar uma massa.

Forre o fundo e as laterais de uma forma com fundo removível. Reserve.

Modo de preparo do recheio:

Misture leite condensado, creme de leite, Iogurte Original e gelatina já hidratada.

Despeje sobre a massa e leve à geladeira por 1 hora.

Modo de preparo da cobertura:

Cozinhe a amora com água e açúcar por 20 minutos.

Acrescente a gelatina hidratada, misture bem e deixe esfriar.

Cubra a torta e volte à geladeira por mais 30 minutos.

Ingredientes:

Massa:

1/4 xícara de Leite Batavo Integral

1/4 xícara de chá de Manteiga Batavo com sal

200 g de biscoito maisena triturado

Ingredientes do recheio:

395 g de Leite Condensado Batavo

200 g de Creme de Leite Batavo

1 embalagem de gelatina sem sabor

2 potes (160 g cada) de Iogurte Batavo Original Integral

Ingredientes da cobertura:

1 1/2 xícara de água

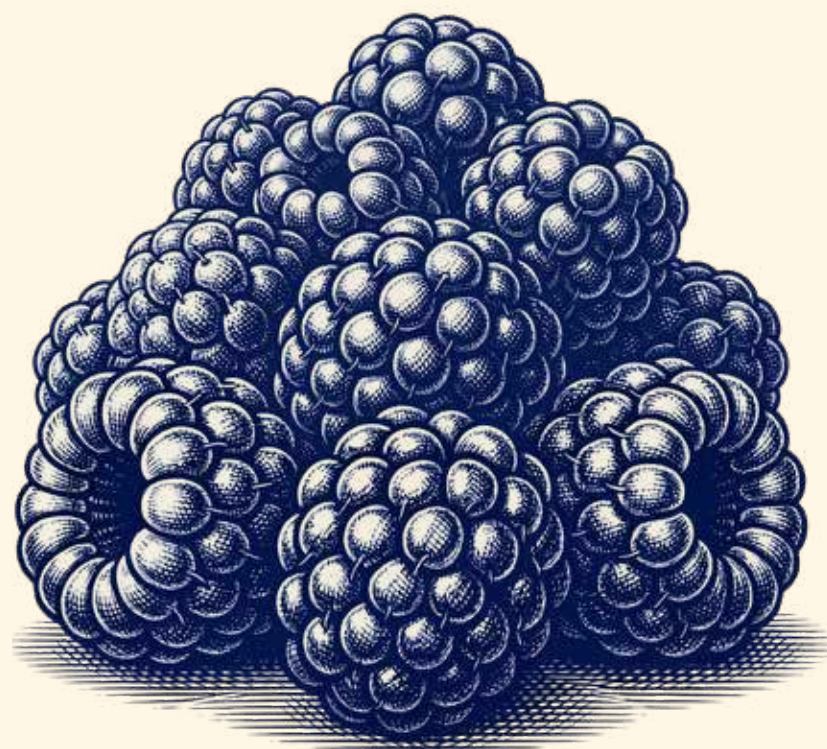
1 xícara de açúcar

2 xícaras de amora

1 colher de sopa de gelatina sem sabor

DICAS

Para facilitar o corte e garantir camadas bem definidas, mantenha a torta sob refrigeração por pelo menos 2 horas antes de servir.





Torta Holandesa com Iogurte

Uma releitura leve de um clássico da confeitaria. Nesta versão, o iogurte entra em cena para trazer cremosidade e frescor ao recheio, equilibrando a base crocante e a cobertura suave feita com Iogurte Original. Uma sobremesa delicada e atual, perfeita para diversas ocasiões.

Modo de preparo:

Base e recheio:

Triture os biscoitos maisena no liquidificador até formar uma farofa.

Misture com a manteiga derretida até obter uma massa úmida.

Forre o fundo de uma forma de 23 cm untada com manteiga e alise com uma colher.

Adicione os biscoitos com cobertura de chocolate nas laterais da forma e reserve.

Em uma tigela, dissolva a gelatina conforme as instruções da embalagem. Misture o creme de leite, o leite condensado e o Iogurte Batavo Original. Incorpore delicadamente o chantilly. Despeje o creme sobre a base e leve à geladeira por 2 horas.

Cobertura:

Derreta o chocolate meio amargo, misture com o creme de leite e o Iogurte Batavo Original.

Espalhe sobre o recheio já firme e leve à geladeira por mais 1 hora ou até servir.

Ingredientes:

Base e recheio:

170 g de Iogurte Original Batavo Integral

1/3 xícara de chá de Manteiga Batavo com sal derretida

200 g de Creme de Leite Batavo

395 g de Leite Condensado Batavo

1 pacote de biscoito tipo maisena

1 envelope de gelatina em pó sem sabor

1 xícara de chá de creme de leite fresco batido em chantilly

1 pacote de biscoito com cobertura de chocolate

Ingredientes da cobertura:

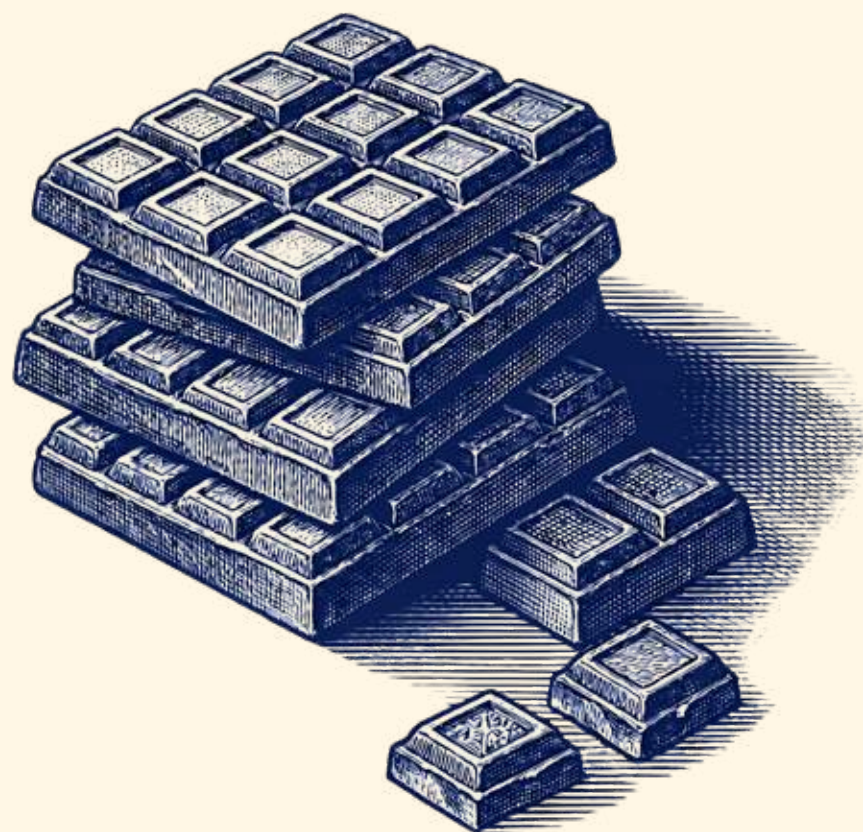
250 g de chocolate meio amargo

200 g de Creme de Leite Batavo

170 g de Iogurte Original Batavo Integral

DICAS

Para um recheio ainda mais leve e aerado, retire os ingredientes da geladeira alguns minutos antes do preparo e incorpore o chantilly com movimentos suaves, evitando bater demais e preservando a cremosidade da torta.





Batavo

Pense
Zero



FONTE
DE
CÁLCIO

0% ADIÇÃO DE
AÇÚCARES¹

0% GORDURAS
TOTAIS²

0% GORDURAS
TRANS

0% GORDURAS
SATURADAS

0% COLESTEROL

0% LACTOSE

0% GLÚTEN*

MORANGO

1,15 kg

Batawa Pense Zero

Pense Zero é a opção saudável para quem se preocupa com a alimentação, bem-estar e qualidade de vida, trazendo leveza com **0% adição de açúcar, 0% lactose, 0% gorduras totais e 1000% de sabor.**

Um portfólio completo com diversos iogurtes, leite, requeijão e até doce de leite.



Brioche de Azeite com Tomate e Manjericão

Uma massa macia e leve, em que o iogurte é o grande aliado para garantir suavidade, umidade e equilíbrio ao brioche. O azeite, os tomates frescos e o manjericão completam a receita com aroma e frescor.

Modo de preparo:

Misture as gemas, o azeite, o leite, o iogurte, o sal e o fermento.

Adicione a farinha e o açúcar e sove por 10 minutos.

Deixe descansar na geladeira por 30 minutos.

Abra a massa em retângulo, recheie com tomate temperado e manjericão, enrole e corte em 12 fatias.

Distribua em formas de muffin untadas, pincele as gemas e asse a 180°C por 20 minutos.

Ingredientes:

Recheio:

2 xícaras de chá de tomates cereja picados

2 colheres de sopa de azeite

20 folhas pequenas de manjericão

Ingredientes da massa:

3/4 de xícara de chá de iogurte Batavo Pense Zero Batido

3 colheres de sopa de Leite Batavo Pense Zero Desnatado

2 colheres de sopa de azeite

4 gemas

1 colher de chá de sal

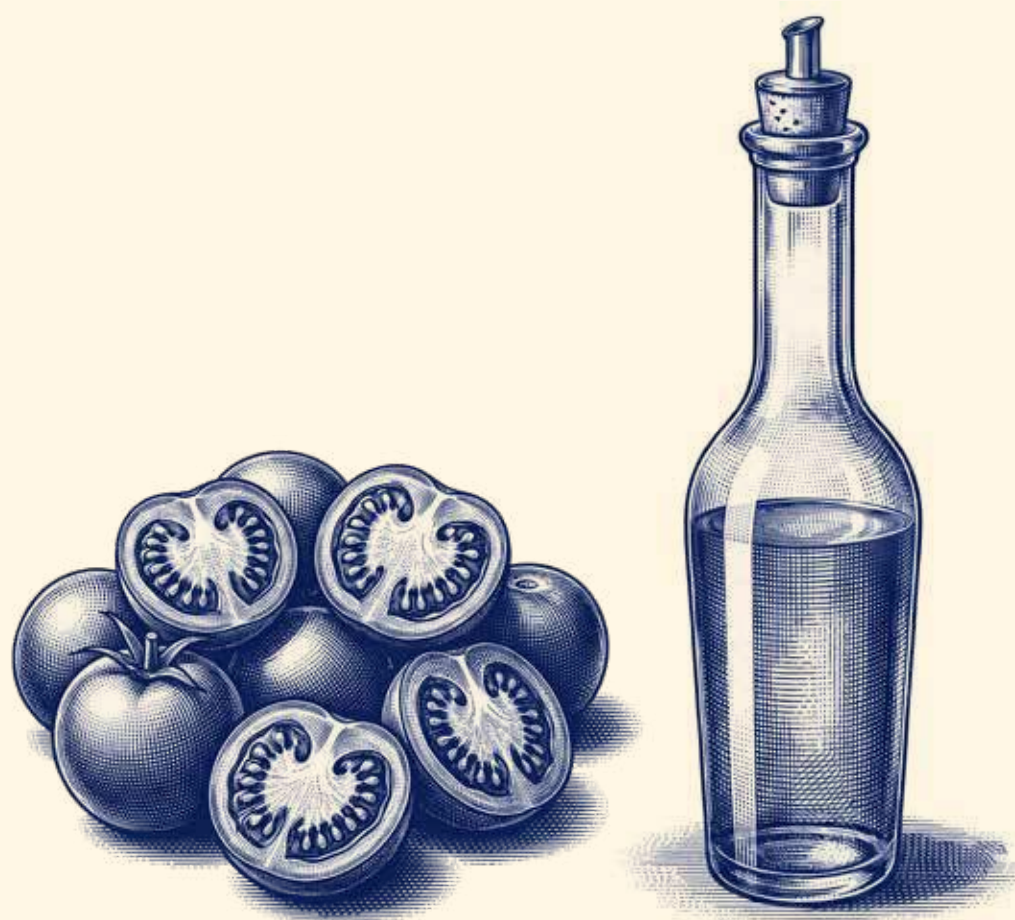
2 1/4 xícaras de farinha de trigo

2 1/2 colheres de sopa de açúcar

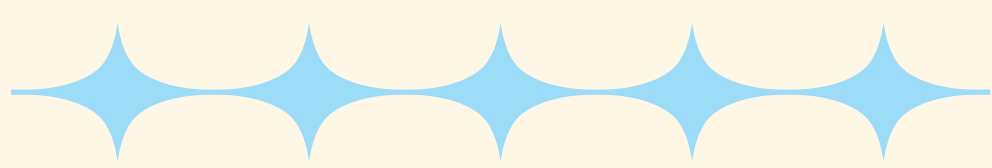
10 g de fermento biológico seco

DICAS

Para realçar o sabor do recheio, tempere os tomates com azeite e uma pitada de sal antes de recheiar a massa, permitindo que liberem seus aromas durante o forno.







Omelete de Aveia com Tomates e Iogurte

Uma opção prática, nutritiva e cheia de sabor para qualquer momento do dia. A combinação da aveia com ovos garante saciedade, enquanto o iogurte grego traz cremosidade e leveza ao preparo. Os tomates acrescentam frescor e equilíbrio, resultando em uma refeição simples e funcional.

Modo de preparo:

Bata bem os ovos e misture com a aveia e o iogurte.

Tempere.

Aqueça uma frigideira com azeite e despeje a mistura.

Cozinhe por 3 ou 4 minutos.

Adicione os tomates e dobre a omelete.

Cozinhe por mais 2 minutos até dourar.

Para o creme, misture todos os ingredientes e sirva como acompanhamento.

Ingredientes:

Omelete:

100 g de iogurte Batavo Pense Zero Grego Tradicional

4 ovos

1/2 xícara de aveia em flocos

1/2 xícara de tomate cereja fatiado

1 colher de sopa de azeite

2 colheres de sopa de salsinha picada

1 colher de sopa de cebolinha

Sal a gosto

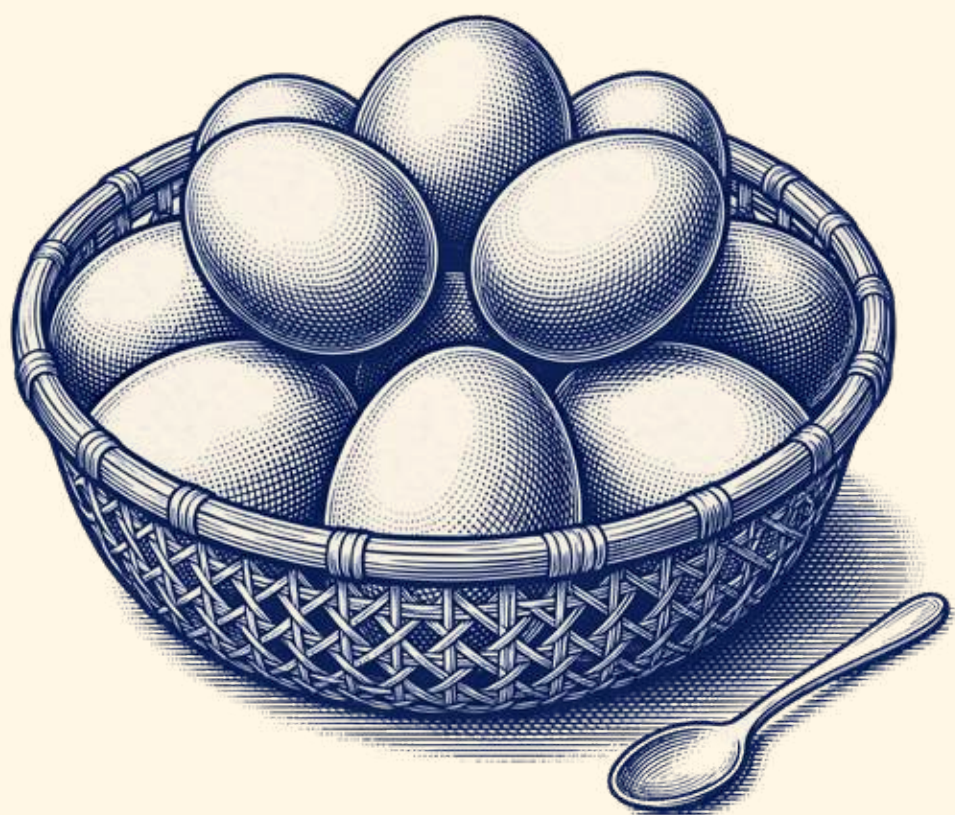
Pimenta-do-reino a gosto

Ingredientes do creme:

1 xícara de iogurte Batavo Pense Zero Grego Tradicional

1 dente de alho

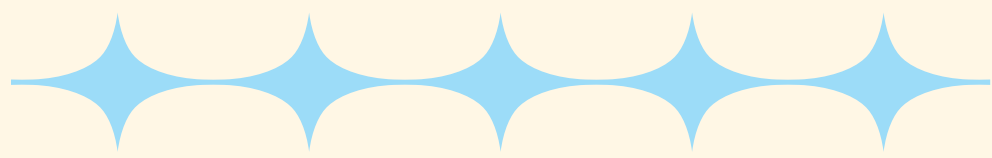
1/2 colher de sopa de salsinha /coentro



DICAS

Para uma omelete mais macia, cozinhe em fogo médio/baixo e evite dourar demais, o calor suave preserva a textura cremosa e evita que a aveia resseque a mistura.





Salada Vermelha com Molho de Iogurte

Uma salada vibrante e refrescante, que combina a doçura da beterraba e do tomate com a cremosidade do molho de iogurte e um toque leve de gengibre. Ideal para quem busca leveza e frescor à mesa.

Modo de preparo:

Asse a beterraba embrulhada em papel alumínio por 40 minutos até ficar macia.

Deixe esfriar e misture com os demais ingredientes da salada.

Para o molho, misture bem todos os ingredientes.

Sirva a salada acompanhada do molho.

Ingredientes:

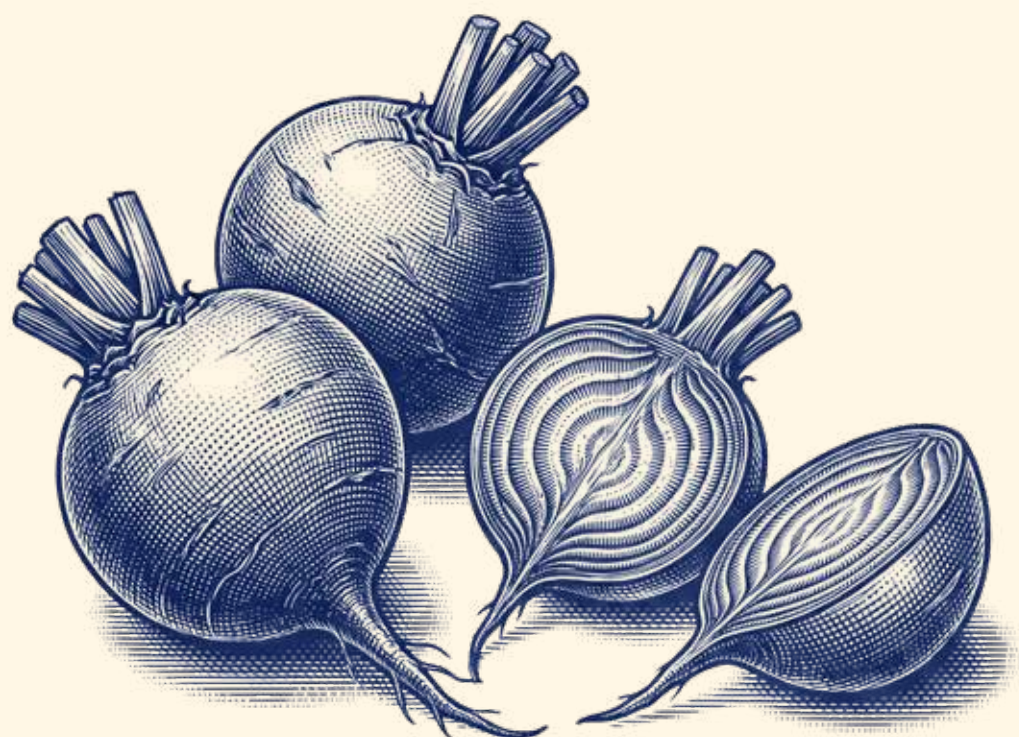
- 4 beterrabas cortadas em cubos
- 2 xícaras de tomate cereja picados em quatro
- 1/2 xícara de chá de suco de melancia
- 1/4 xícara de chá de suco de gengibre
- 1/2 xícara de lascas de queijo parmesão
- 1/2 xícara de amêndoas laminadas e tostadas
- Folhas frescas de manjeriço a gosto
- Azeite, sal e pimenta-do-reino a gosto

Molho:

- 1 xícara de iogurte Batavo Pense Zero Batido
- 1 dente de alho picado
- 1/4 colher de chá de páprica picante
- 1 colher de sopa de azeite

DICAS

Seque bem a beterraba após o assado antes de misturar aos outros ingredientes para evitar excesso de líquido e preservar a consistência do molho de iogurte.







Mini Pizza com Massa de Iogurte

Uma alternativa prática e leve para o dia a dia, essa mini pizza traz uma massa macia e fácil de preparar à base de iogurte, perfeita para quem busca sabor com simplicidade. Assada na Air Fryer e finalizada com ingredientes clássicos, é uma opção versátil que funciona bem como lanche, entrada ou refeição rápida.

Modo de preparo:

Misture todos os ingredientes da massa até formar uma mistura homogênea.

Abra a massa em superfície enfarinhada com um rolo.

Corte em discos com um molde redondo. Pré-aqueça a Air Fryer por 5 minutos a 180°C.

Asse os discos por 5 minutos de cada lado.

Adicione o recheio e volte à Air Fryer por mais 5 minutos.

Ingredientes:

Ingredientes da massa:

100 g de iogurte Batavo Pense Zero Batido

90g de farinha de aveia

Sal a gosto

1/2 colher de chá de azeite

Recheio sugerido:

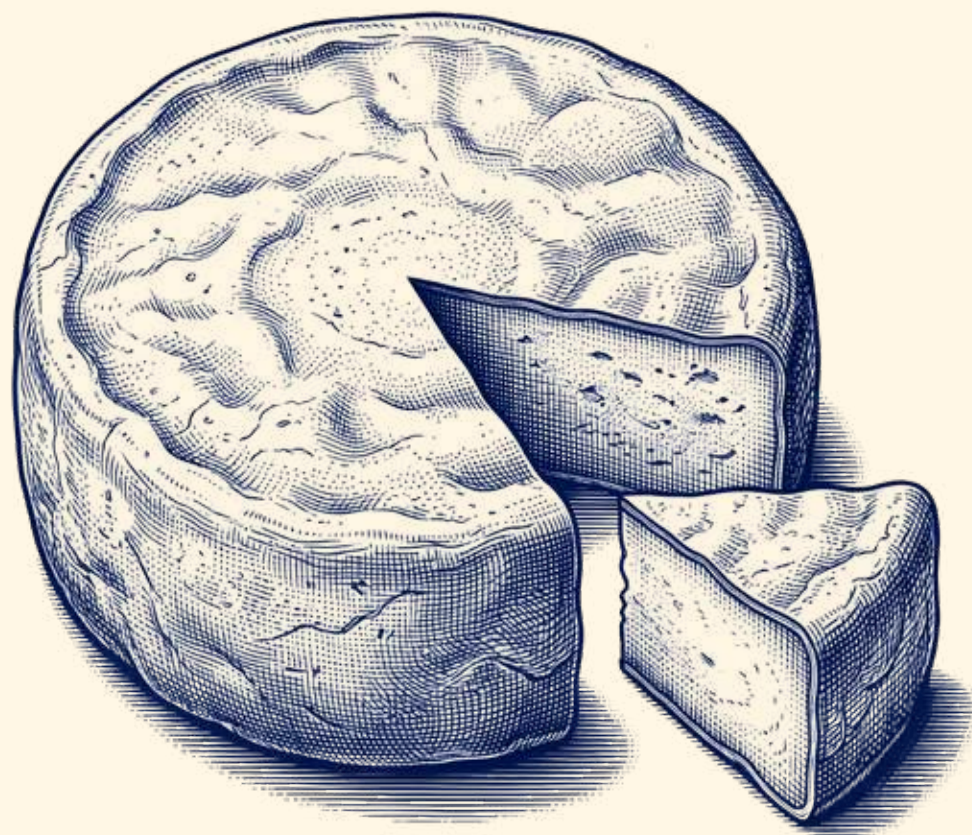
Molho de tomate a gosto

150 g de queijo mussarela fatiado

Tomate cereja a gosto

Azeitonas fatiadas a gosto

Orégano a gosto



DICAS

Para uma base mais uniforme e crocante, fure levemente a massa com um garfo antes da pré-assagem – isso evita que ela estufe demais e melhora a textura final.



Bombom Prestígio Fitness

Uma releitura leve do clássico, com recheio cremoso à base de coco e iogurte, envolto por chocolate meio amargo. Prático e bem equilibrado, é ideal para matar a vontade de doce com suavidade e sabor.

Modo de preparo:

Misture o coco, o leite em pó e o iogurte até formar um recheio cremoso.

Derreta o chocolate no micro-ondas por 3 minutos, mexendo a cada minuto.

Distribua o chocolate nas forminhas, adicione o recheio e cubra com mais chocolate.

Finalize com lascas de cacau e leve para gelar por 30 minutos. Desenforme na hora de servir.

Ingredientes:

100 g de iogurte Pense Zero Coco

1/4 xícara de chá de Leite em Pó Batavo Pense Zero

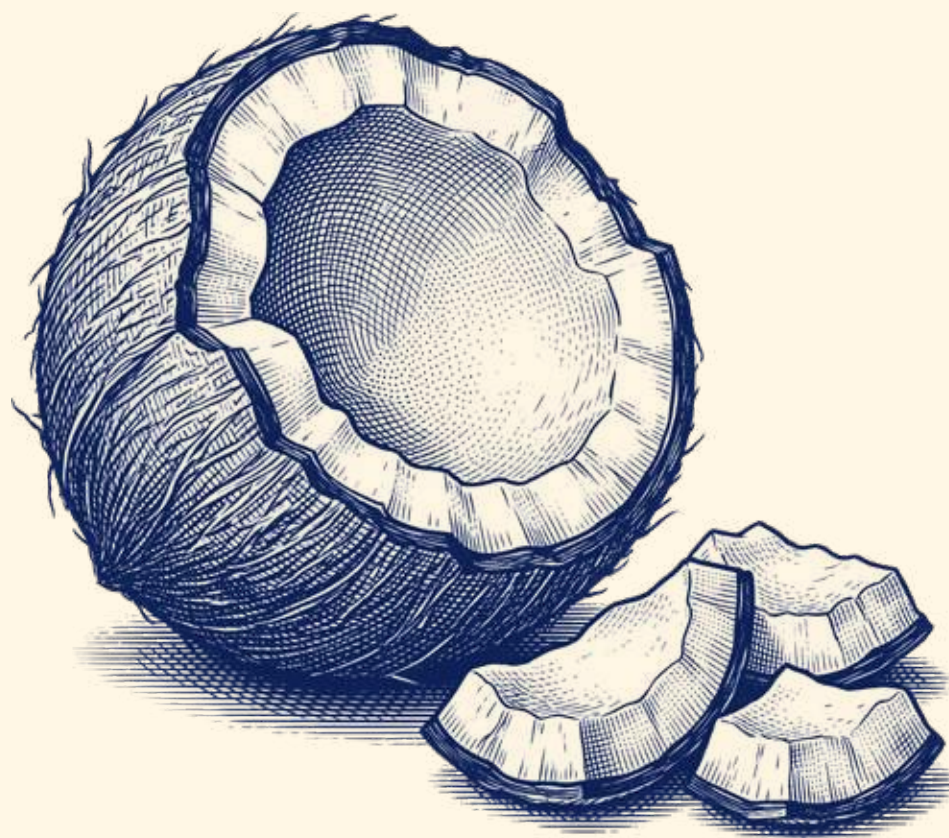
1/2 xícara de chá de coco ralado fresco

350 g de chocolate meio amargo

Lascas de cacau ou chocolate ralado para decorar

DICAS

Leve o recheio à geladeira por alguns minutos antes de montar os bombons, isso facilita o manuseio, garante um formato mais definido e evita que o chocolate derretido se misture ao creme.





Cheesecake de iogurte com Frutas Vermelhas

Uma sobremesa delicada e equilibrada, que aposta na cremosidade natural do iogurte para criar uma versão leve e surpreendente de cheesecake. As frutas vermelhas entram para trazer frescor e acidez na medida certa, resultando em um preparo simples, moderno e cheio de sabor.

Modo de preparo:

Misture os ovos, o mel, a baunilha, o iogurte Pense Zero e o amido até formar um creme.

Adicione metade das frutas. Unte e forre uma forma (23x23cm) com papel manteiga.

Despeje a massa, adicione o restante das frutas por cima e asse em forno pré-aquecido a 180°C por 1 hora.

Ingredientes:

5 embalagens (100 g cada) de iogurte Batavo Pense Zero Grego Tradicional

4 ovos grandes

2 colheres de sopa de mel

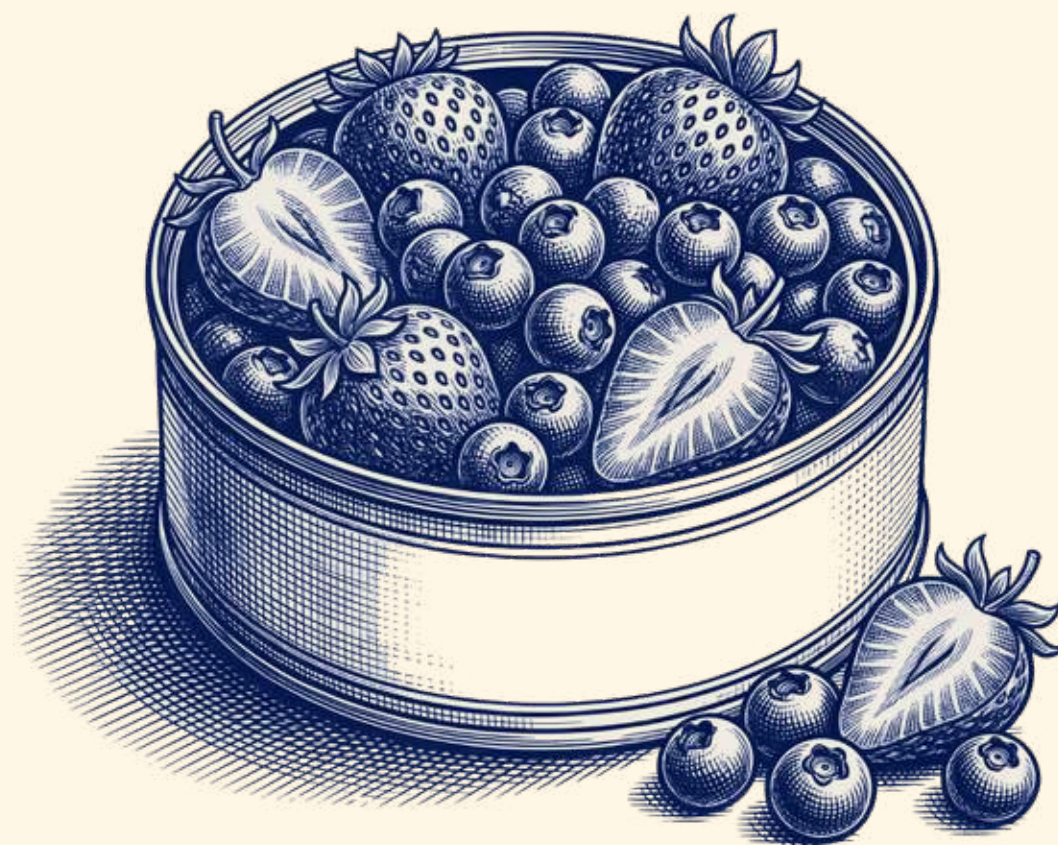
1 colher de chá de extrato de baunilha

3 colheres de sopa de amido de milho

250 g de morangos fatiados

1/2 xícara de chá de mirtilo

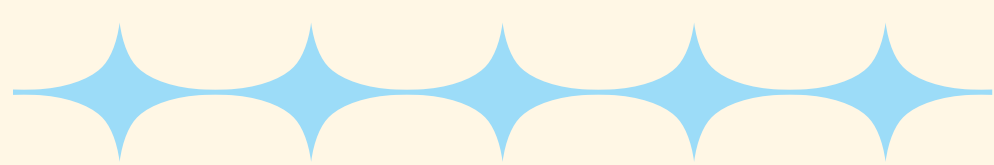
1/2 xícara de chá de amora



DICAS

Para um visual mais bonito e um sabor mais equilibrado, distribua as frutas por igual na massa e reserve algumas para decorar após assar, servindo a cheesecake bem gelada.





Copinho da Felicidade de Morango

Uma sobremesa prática e equilibrada, com camadas cremosas de iogurte grego, morangos frescos e whey, perfeita para servir gelada em qualquer momento do dia.

Ingredientes:

450 g de iogurte Batavo Pense Zero Grego Morango

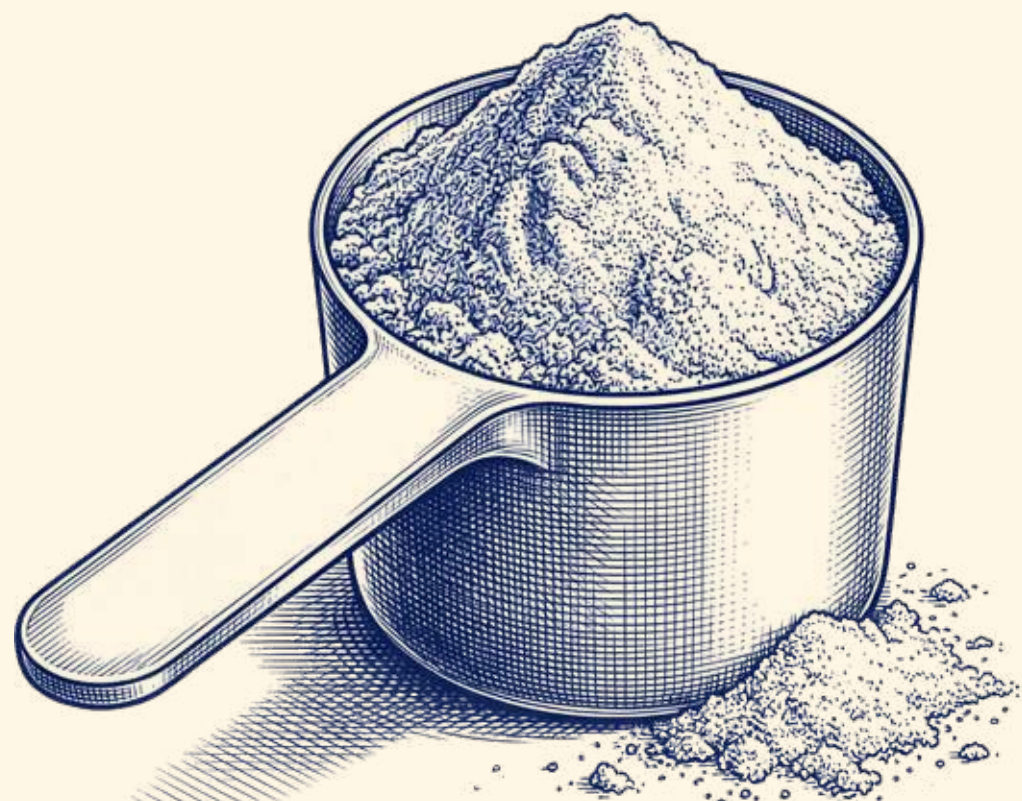
2 1/2 xícaras de morangos picados

1 scoop de whey sabor baunilha

Modo de preparo:

Monte em camadas: comece com morangos picados, adicione o iogurte e finalize polvilhando o whey por cima.

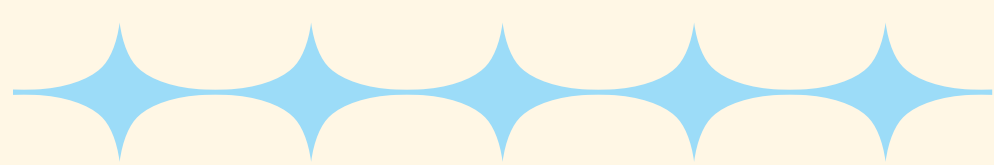
Sirva gelado.



DICAS

Para um resultado mais cremoso e harmonioso, misture o whey ao iogurte antes da montagem das camadas, garantindo sabor uniforme em cada colherada.





Mousse de Maracujá

Uma sobremesa fresca, leve e cheia de sabor, perfeita para finalizar a refeição com suavidade. O iogurte grego sabor maracujá traz cremosidade e equilíbrio à receita, destacando a acidez natural da fruta em um preparo simples e rápido de fazer.

Modo de preparo:

Prepare a gelatina conforme as instruções da embalagem.

Em um recipiente, adicione a polpa de maracujá e misture com o leite condensado.

Acrescente os iogurtes Pense Zero Grego Maracujá e envolva até obter uma mistura homogênea.

Adicione a gelatina e misture bem.

Distribua em taças individuais e leve à geladeira por pelo menos 2 horas.

Decore com a polpa reservada com sementes.

Ingredientes:

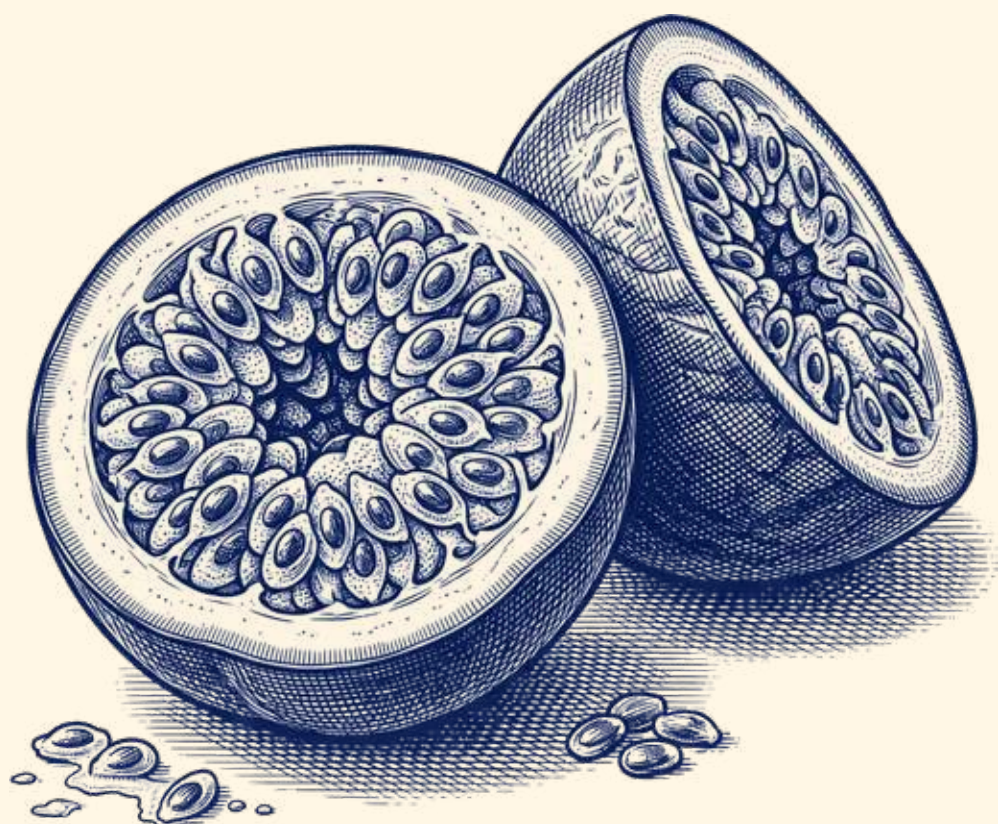
4 iogurtes Batavo Pense Zero Grego Maracujá (100 g cada)

3 colheres de sopa de polpa de maracujá com sementes

3/4 de xícara de chá de suco concentrado coado da polpa do maracujá

395 g de Leite Condensado Batavo

1 embalagem de gelatina incolor



DICAS

Para um sabor mais intenso e natural, utilize maracujás bem maduros e ajuste a quantidade de suco concentrado conforme o seu gosto.



Overnight de Frutas com Chia e Morango

Uma combinação prática e nutritiva para começar o dia com equilíbrio e sabor. Este overnight une a cremosidade do iogurte Pense Zero sabor Morango à chia hidratada, frutas frescas e o toque funcional do whey. Uma receita versátil, ideal para preparar com antecedência e aproveitar ao longo da semana.

Modo de preparo:

Misture a chia com o iogurte Pense Zero e o whey sabor chocolate.

Em seguida, adicione a mistura de iogurte e chia.

Leve à geladeira por algumas horas ou de um dia para o outro para hidratar.

Finalize com frutas por cima.

Para montar: adicione 2 colheres de sopa de granola no fundo do copo.

Ingredientes:

2 xícaras de chá de iogurte Pense Zero Morango

3 colheres de sopa de sementes de chia

Granola

1 scoop de whey sabor chocolate

Morangos a gosto

Uvas a gosto

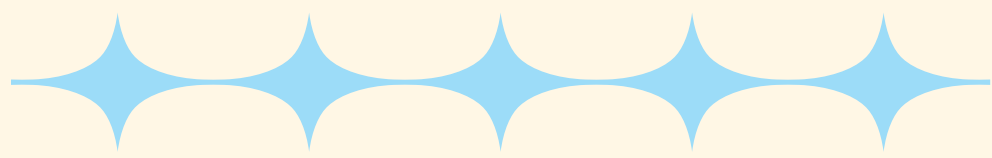
Mirtilos a gosto



DICAS

Para uma textura mais uniforme, misture bem a chia com o iogurte antes de levar à geladeira e mexa novamente após cerca de 30 minutos, garantindo uma hidratação homogênea das sementes.





Shake Proteico de Banana e Iogurte

Uma combinação cremosa e nutritiva, perfeita para fornecer energia e saciedade ao longo do dia. O iogurte entra como base para garantir textura aveludada, enquanto a banana, a aveia e os nuts completam o shake com equilíbrio de sabor e consistência. Ideal para o pós treino ou como refeição prática.

Modo de preparo:

Em um mixer ou liquidificador, bata o leite pense zero, o iogurte Pense Zero, o Whey Fit e os nuts até obter uma mistura homogênea.

Adicione a banana e a aveia e bata novamente até tudo estar bem incorporado.

Sirva gelado.

Ingredientes:

1 copo de Leite Batavo Pense Zero Desnatado

200 ml de Iogurte Batavo Pense Zero Batido

1 scoop de whey sabor baunilha

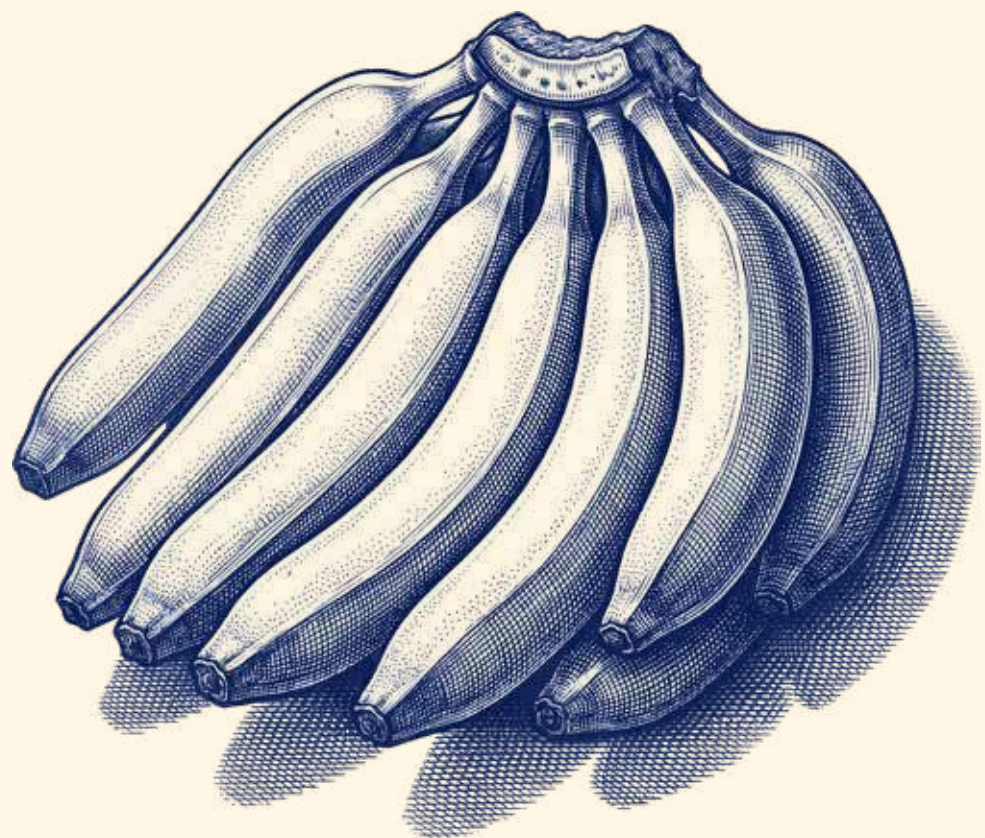
30 g de nuts variados

1 banana

1 colher de sopa de aveia

DICAS

Para um shake ainda mais encorpado e refrescante, utilize a banana congelada antes de bater os ingredientes.





NOVO



PROBIO2
ZERO



0%

ADIÇÃO DE
AÇÚCARES¹
GORDURAS
TOTAIS³
LACTOSE



1,15kg

MORANGO

FONTE
DE FIBRAS

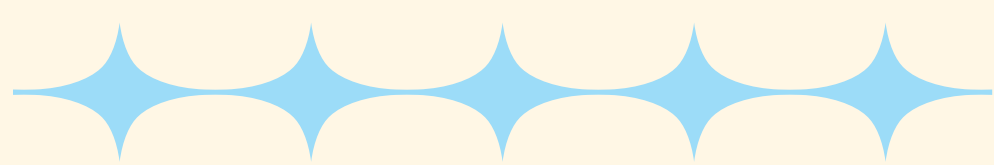
Batawa ProBio 2

ProBio2 é o iogurte que ajuda a destravar e regular o intestino. Sua eficácia vem da combinação de prebióticos e probióticos, que atuam juntos no equilíbrio do sistema digestivo.

Fonte de fibras, ele conta com versão regular e versão zero adição de açúcares, além de ser zero gorduras totais e zero lactose.

Uma opção leve, gostosa e funcional pra acompanhar a rotina todos os dias.





Penne ao Molho de Iogurte e Limão

Leve, refrescante e cheio de sabor, esse penne ao molho de iogurte com ervilhas frescas e raspas de limão é uma excelente pedida para um almoço ou jantar nutritivo. O iogurte ProBio2 Tradicional confere cremosidade e leve acidez, contrastando perfeitamente com a crocância das nozes e a doçura das ervilhas.

Modo de preparo:

Em um recipiente, misture o macarrão penne, as ervilhas, as nozes, o sal, a pimenta-do-reino e o iogurte.

Sirva decorado com as folhas de manjeriço.

Leve à geladeira por cerca de 30 minutos.

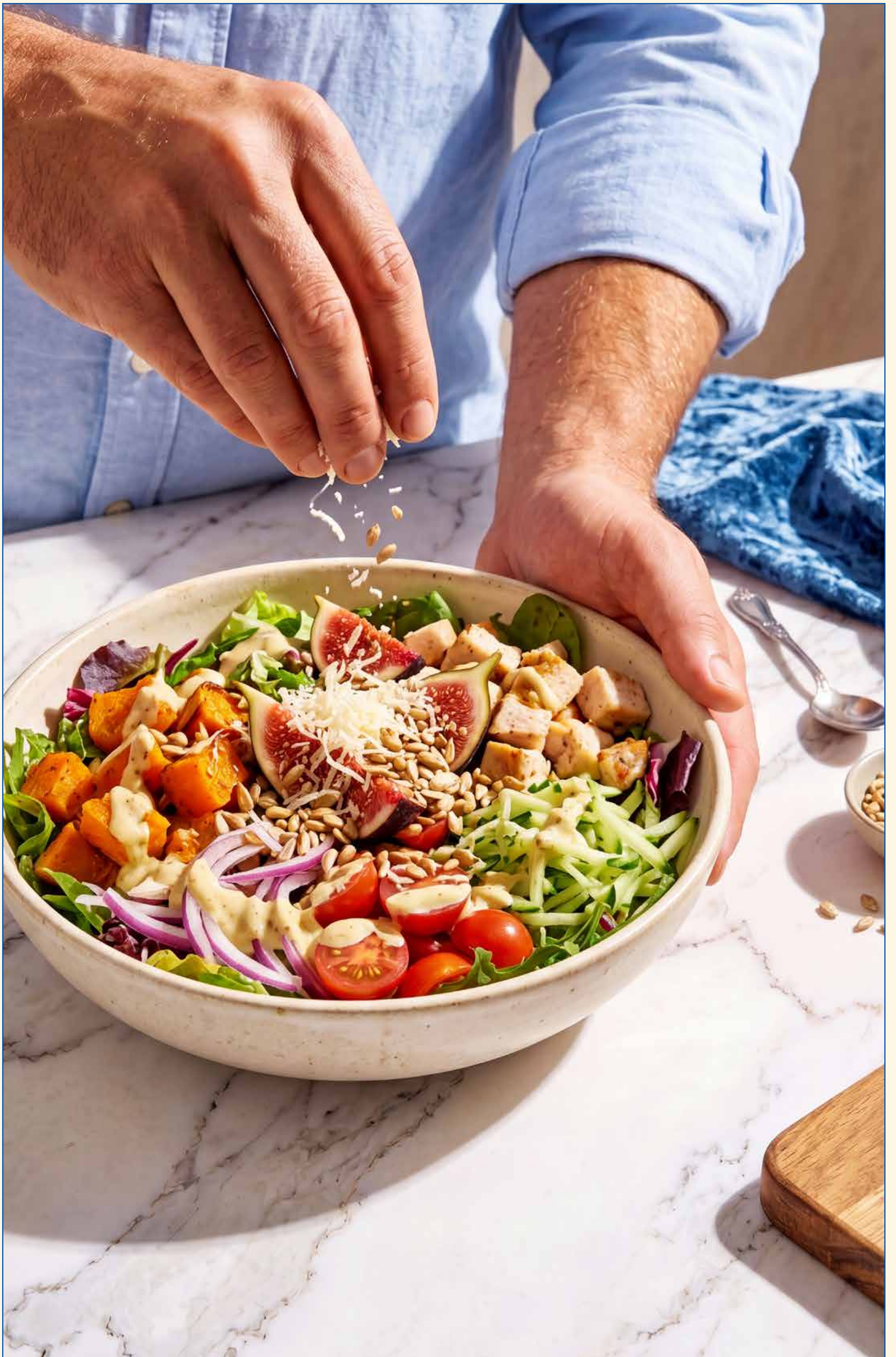
Ingredientes:

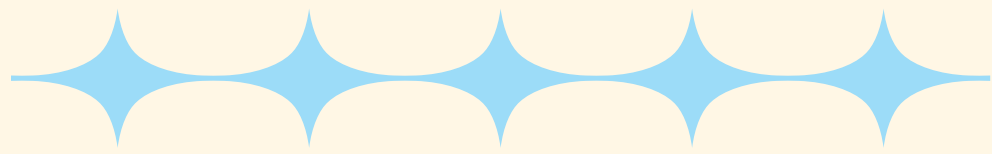
- 170 g de iogurte ProBio2 Tradicional
- 250 g de macarrão penne cozido
- 1 xícara de chá de ervilhas frescas
- 1/4 de xícara de chá de nozes picadas
- 1 pitada de sal
- 1 pitada de pimenta-do-reino
- 5 folhas de manjeriço

DICAS

Se preferir uma textura ainda mais cremosa, retire o prato da geladeira alguns minutos antes de servir e misture novamente para encorpar o molho.







Salada de Frango e Legumes com Molho Cremoso de Iogurte

Uma salada completa e cheia de contrastes, que combina o dulçor da abóbora assada e dos figos frescos com a intensidade do queijo azul e a cremosidade do molho de iogurte. Ideal para uma refeição leve, nutritiva e sofisticada, perfeita para servir como prato principal.

Modo de preparo:

Tempere a abóbora com azeite, sal, chimichurri e páprica. Asse na Air Fryer até ficar dourada e crocante.

Tempere o frango com azeite, sal, limão, mostarda, páprica, chimichurri e alho.

Doure em uma frigideira até ficar bem cozido.

Em um bowl grande, disponha o mix de folhas e acrescente a abóbora assada, o frango, os figos, a cebola roxa, os tomatinhos, o pepino e o queijo ralado.

Misture os ingredientes do molho de iogurte e finalize a salada com o molho e as sementes de girassol.

Ingredientes:

Mix de folhas (alface, rúcula ou de sua preferência)

1/2 abóbora em cubos

1 peito de frango em cubos

2 figos frescos fatiados

1/2 cebola roxa fatiada

1 xícara de chá de tomatinhos grape

1/2 pepino ralado (opcional)

50 g de queijo ralado

Sementes de girassol a gosto

Molho de iogurte:

170 g de iogurte ProBio2 Tradicional

2 colheres de sopa de mostarda

Suco de 1/2 limão

Temperos da abóbora:

Azeite a gosto

Sal a gosto

Chimichurri a gosto

Páprica a gosto

Temperos do frango:

Azeite a gosto

Sal a gosto

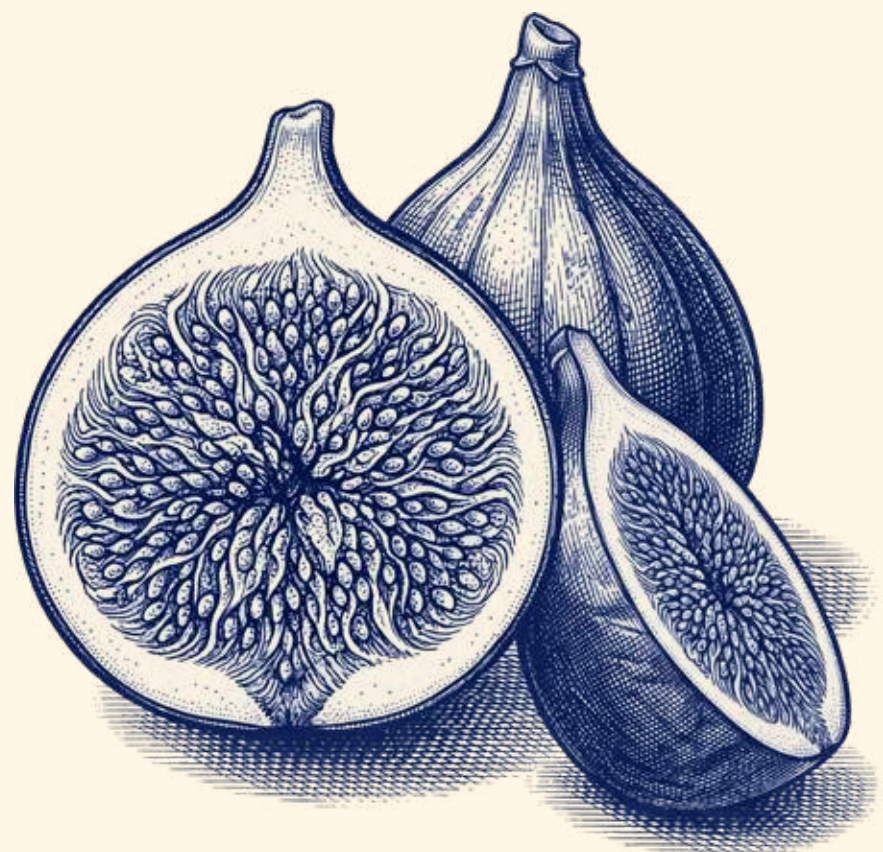
Suco de 1/2 limão

1 colher de chá de mostarda

Páprica a gosto

Chimichurri a gosto

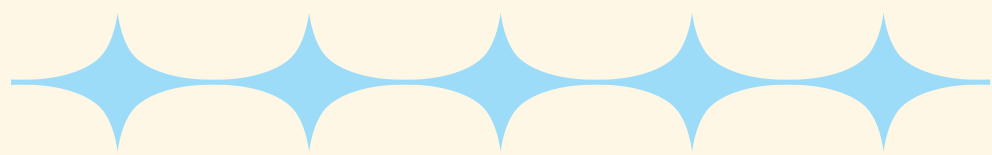
1 dente de alho picado



DICAS

Sirva a salada ainda morna para realçar o sabor do queijo e criar um contraste agradável com o frescor do molho de iogurte.





Salada de Quinoa com Molho de Iogurte

Colorida, leve e extremamente nutritiva, essa salada de quinoa com molho de iogurte é ideal para uma refeição saudável e saborosa. O iogurte Probio2 Tradicional traz cremosidade e equilíbrio ao prato, tornando-o perfeito para um almoço ou jantar leve, mas cheio de personalidade.

Modo de preparo:

Para a salada: misture todos os ingredientes em uma tigela grande.

Sirva a salada acompanhada do molho de iogurte.

Para o molho: em um recipiente, misture bem todos os ingredientes até obter um molho uniforme.

Ingredientes:

Ingredientes da Salada:

2 xícaras de repolho roxo cortado bem fino

1 xícara de quinoa cozida

1 xícara de cenoura ralada

2/3 de xícara de cebolinha fresca em fatias finas

Ingredientes do Molho:

170 g de iogurte Probio2 Tradicional

1 dente de alho

1 fio de azeite

Suco de 1/2 limão

Sal e pimenta-do-reino a gosto







Torta de Carne Seca e Abóbora

Receita de Torta de Liquidificador de Carne Seca com Abóbora, uma receita prática, com uma combinação de ingredientes da nossa culinária brasileira, feita com o iogurte ProBio2 Tradicional.

Modo de preparo:

Refogue a cebola e o tomate na manteiga, adicione a carne, a abóbora, tempere e finalize com a salsa.

Reserve.

Bata todos os ingredientes da massa no liquidificador.

Despeje metade da massa em forma untada, cubra com o recheio, adicione metade do queijo picado à massa restante, despeje e finalize com o queijo por cima.

Asse em forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 40 minutos, ou até dourar.

Ingredientes:

- 1 1/2 xícara de chá de iogurte Batavo ProBio2 Tradicional
- 1/2 xícara de Manteiga Batavo com Sal, derretida
- 1 xícara de chá de leite Batavo Integral
- 4 ovos
- 1 colher de chá de sal
- 3 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento químico em pó
- Farinha de trigo para untar

Recheio:

- 1 embalagem de queijo fatiado
- 300 g de carne seca cozida e desfiada
- 1 colher de sopa de Manteiga Batavo com Sal
- 1 cebola grande picada
- 2 tomates picados
- 260 g de abóbora cozida e picada
- 2 colheres de sopa de salsa picada
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

DICAS

Para uma massa mais uniforme, bata bem os ingredientes líquidos antes de adicionar a farinha e o fermento.







Bolo de Milho com Iogurte

Uma receita prática e cheia de sabor, que traz a textura macia do bolo de milho caseiro com a leveza do Iogurte ProBio2 Tradicional. Perfeito para acompanhar um café da tarde ou servir como sobremesa simples, esse bolo combina ingredientes clássicos em um preparo rápido e irresistível.

Modo de preparo:

No liquidificador, junte todos os ingredientes e bata por 5 minutos.

Despeje a massa em uma forma de 20 cm com furo no meio, untada com bastante manteiga e polvilhada com fubá.

Asse em forno pré-aquecido a 180°C por 50 minutos.

Sirva em seguida.

Ingredientes:

180 ml de Iogurte ProBio2 Tradicional

100 g de manteiga Batavo com Sal

1 lata de milho com a água

1 e 1/2 xícara de chá de açúcar

1 e 1/4 xícara de chá de flocos de milho

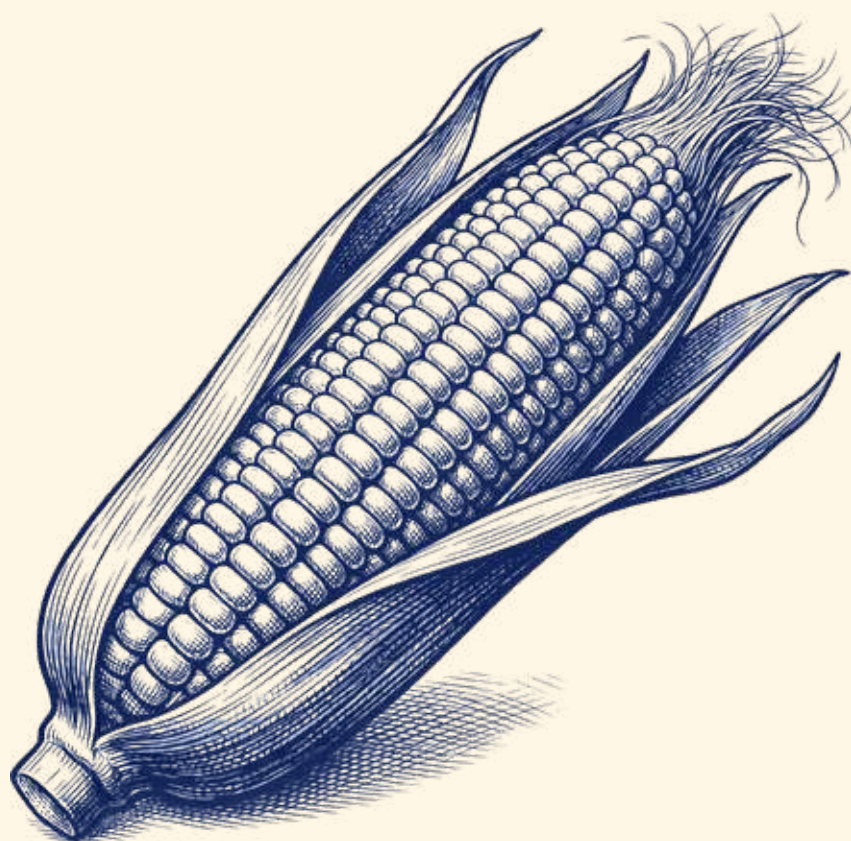
4 ovos

2 colheres de sopa de fubá

1 colher de sopa de fermento em pó

DICAS

O uso do Iogurte na massa garante mais leveza, umidade e maciez ao bolo, além de equilibrar o dulçor do milho e do açúcar.







Overnight de Banoffee

Inspirada na clássica banoffee, essa versão em overnight é cremosa, prática e perfeita para quem quer um doce equilibrado. Feita com iogurte ProBio2 sabor ameixa e camadas generosas de banana e doce de leite zero açúcar.

Modo de preparo:

Em um recipiente, misture a aveia, a chia e parte do iogurte.

Deixe descansar por no mínimo 20 minutos para hidratar.

Dica: Quanto mais tempo descansar, mais cremosa fica a textura.

Em potes individuais, distribua o doce de leite no fundo.

Disponha as bananas fatiadas nas laterais e no centro do pote.

Acrescente a mistura de aveia e chia. Finalize com o restante do iogurte e salpique cacau em pó por cima.

Leve à geladeira até o momento de servir.

Ingredientes:

300 g de iogurte ProBio2 Ameixa

40 g de aveia em flocos

20 g de semente de chia

250 g de doce de leite zero açúcar

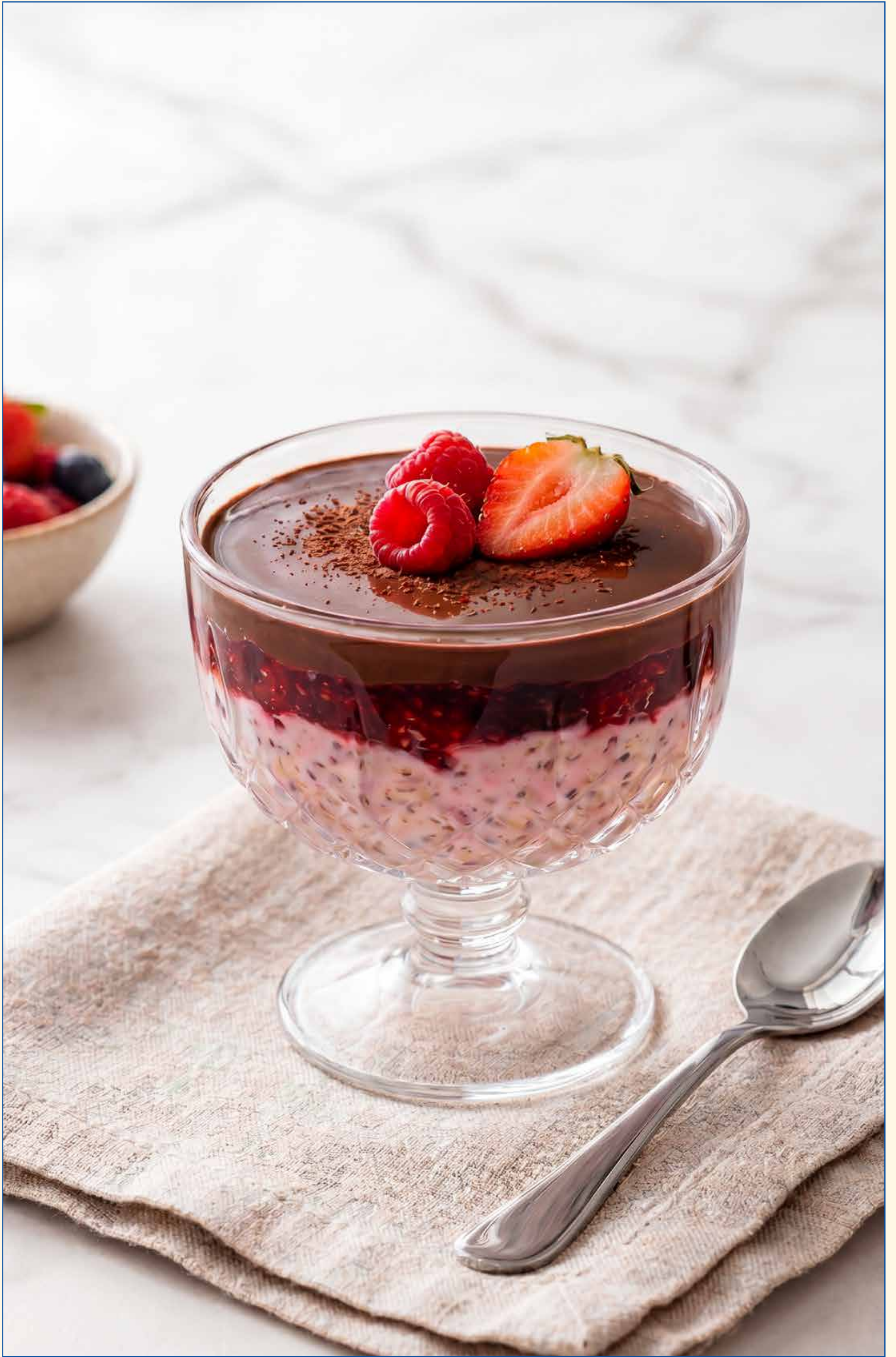
2 bananas fatiadas

Cacau em pó a gosto

DICAS

Para uma apresentação mais sofisticada, finalize com raspas de chocolate 70% ou uma rodela de banana caramelizada na hora. Isso traz contraste de temperatura e eleva a experiência da sobremesa.







Overnight de Morango com Chocolate

Uma opção prática, nutritiva e deliciosa para começar o dia. Essa receita combina chia, aveia e o sabor marcante do iogurte ProBio2 de Morango, finalizada com geleia e uma camada crocante de chocolate 70%.

Modo de preparo:

Misture a chia com 1 xícara do iogurte ProBio2 de Morango e leve à geladeira por no mínimo 20 minutos.

Dica: Esse descanso é essencial para a chia hidratar e formar uma textura cremosa.

Em um recipiente, coloque a mistura de chia, cubra com o restante

do iogurte e adicione a geleia de frutas vermelhas.

Derreta o chocolate 70% em banho-maria ou no micro-ondas (de 30 em 30 segundos) e cubra a camada de geleia. Finalize com pedacinhos de chocolate quebrado para dar textura.

Sirva gelado.

Ingredientes:

1 xícara e meia de iogurte ProBio2 Morango

2 colheres de sopa de chia

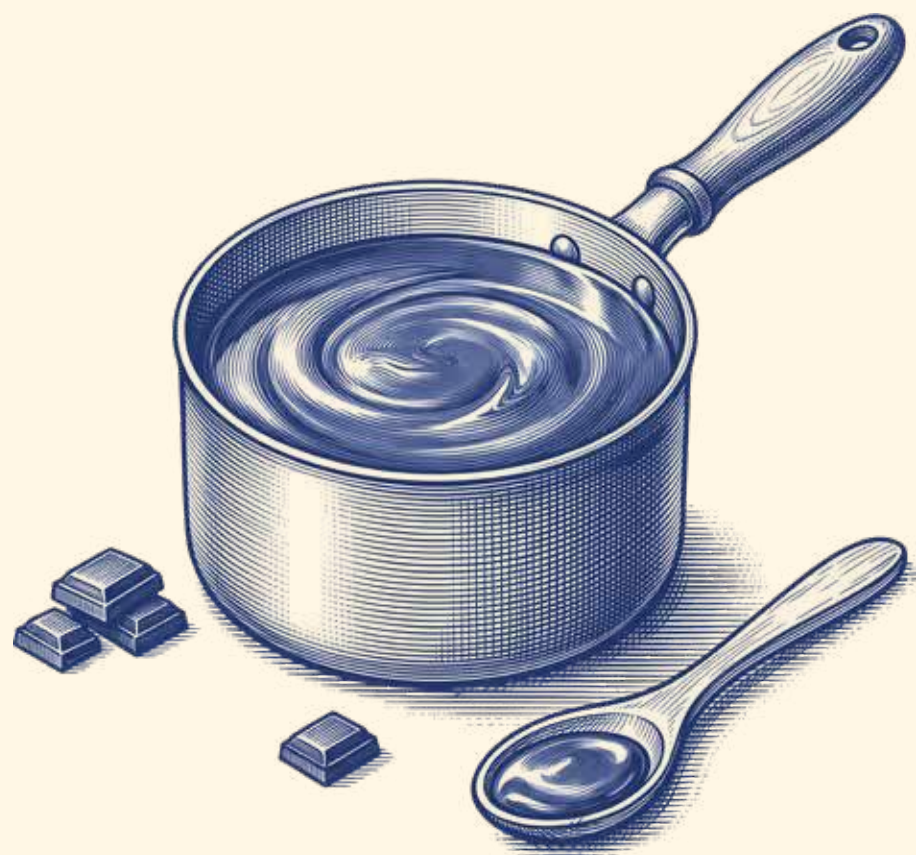
2 colheres de sopa de aveia em flocos

2 colheres de sopa de geleia de frutas vermelhas

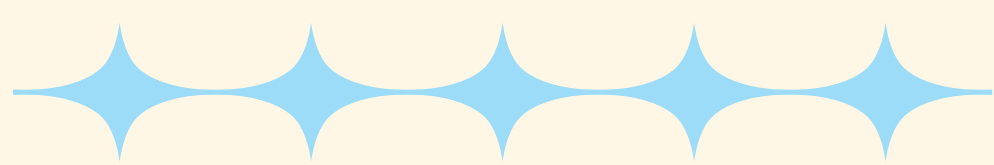
Chocolate 70% derretido

DICAS

Para uma versão ainda mais prática, prepare à noite e deixe na geladeira até o dia seguinte. A textura fica ainda mais cremosa e os sabores mais intensos. Experimente também variar o sabor do iogurte ProBio2 para criar novas combinações.







Panna Cotta de Iogurte

Uma sobremesa leve, cremosa e refrescante, ideal para quem busca praticidade sem abrir mão do sabor. Essa versão de Panna Cotta leva o Iogurte Batavo ProBio2 de Morango, combinando cremosidade, frutas frescas e um toque cítrico de limão. Perfeita para servir gelada e encantar em qualquer ocasião.

Modo de preparo:

Hidrate e dissolva a gelatina incolor conforme as instruções da embalagem.

Em um recipiente, misture o Iogurte ProBio2, os morangos picados, as raspas de limão, a gelatina dissolvida e um pouco de geleia de morango.

Distribua a mistura em potes ou taças e leve à geladeira até firmar.

Finalize com morangos e cerejas para decorar antes de servir.

Ingredientes:

170 g de Iogurte Batavo ProBio2 Morango

5 g de gelatina incolor

6 morangos picados

Raspas de limão

Geleia de morango (a gosto)

1 caixa de morangos (para decorar)

1 caixa de cerejas (para decorar)

DICAS

Deixe a Panna Cotta na geladeira por pelo menos 4 horas para uma textura firme e ultra refrescante. Experimente finalizar com hortelã fresca para trazer contraste, aroma e um visual sofisticado.





NOVO



Batavo

PROBIO2



FONTE DE FIBRAS



170g

MORANGO

Panquequinha de Morango com Maçã e Mel

Essa panquequinha de morango com maçã e mel é perfeita para um momento especial de aconchego no almoço ou jantar. Feita com o iogurte Batavo ProBio2 de Morango, combina leveza e doçura natural das frutas com o toque quente da canela e mel. Um prato simples, nutritivo e cheio de charme.

Modo de preparo:

No liquidificador, bata o iogurte ProBio2, a farinha, as gemas, 2 colheres de manteiga e o açúcar.

Reserve.

Bata as claras em neve e adicione à mistura anterior, junto com o fermento e o sal.

Misture delicadamente.

Aqueça uma frigideira untada com a manteiga reservada.

Coloque meia concha da massa e frite até dourar dos dois lados.

Repita até acabar a massa.

Reserve.

Em uma panela, cozinhe as maçãs com o suco de limão até ficarem macias.

Adicione água se necessário. Acrescente o mel e a canela e mexa bem.

Sirva as panquequinhas com o recheio quente de maçã e mel por cima.

Ingredientes:

170 g de iogurte ProBio2 de Morango

1 xícara de chá de farinha de trigo integral

2 ovos

1 colher de sopa de açúcar demerara

2 e 1/2 colheres de sopa de manteiga

1 colher de sopa de fermento químico em pó

1 pitada de sal

Recheio e cobertura:

2 maçãs sem casca picadas

1/2 colher de sopa de suco de limão

1/2 colher de chá de canela em pó

1/2 xícara de chá de mel

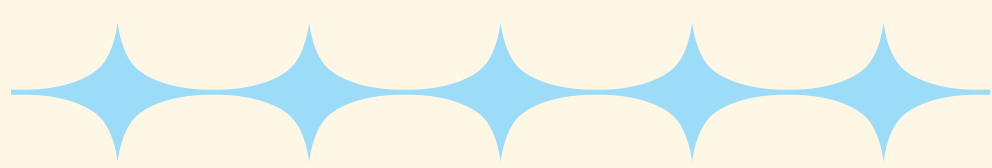
1/2 colher de sopa de manteiga (reservada para untar)

DICAS

Para panquequinhas ainda mais leves, deixe a massa descansar por 10 minutos antes de levar à frigideira.







Smoothie de Morango e Banana

Refrescante, saudável e cheio de sabor natural, o smoothie de morango e banana com iogurte ProBio2 de Morango é perfeito para um lanche nutritivo ou sobremesa leve. Ideal para dias quentes ou como uma pausa energética durante o dia.

Ingredientes:

340 g de ProBio2 de Morango

2 bananas cortadas em rodelas e congeladas

2 xícaras de chá de morangos lavados e congelados

Adoçante ou açúcar a gosto

Modo de preparo:

Em um liquidificador, adicione as bananas, os morangos e o iogurte ProBio2 de Morango.

Bata até obter uma mistura cremosa e homogênea.

Se necessário, adicione mais iogurte para ajudar a bater.

Acrescente o adoçante ou açúcar e bata apenas para misturar.

Sirva imediatamente em copos altos.



DICAS

Para uma textura ainda mais cremosa, utilize as frutas bem congeladas e sirva imediatamente após o preparo.



Pudim Batavo

Sobremesa queridinha dos brasileiros, o Pudim

Batavo é feito com **receita caseira - só leite**

condensado Batavo, leite Batavo, açúcar

e ovos - desenforma fácil e é assado

no forno, perfeito pra inovar na cozinha.





Bolo Bem-casado com Mini Pudim e Doce de Leite

Um bolo clássico e elegante, recheado com doce de leite cremoso e finalizado com mini pudins que trazem charme e contraste de textura. Uma sobremesa delicada, perfeita para celebrar momentos especiais com um toque tradicional e acolhedor.

Modo de preparo:

Bolo:

Bata os ovos, o açúcar, o óleo e o leite até misturar bem. Acrescente a farinha peneirada. Incorpore o fermento delicadamente.

Distribua a massa em 3 formas iguais ou coloque em uma forma alta e corte em 3 camadas. Asse a 180°C até o bolo estar firme e dourado.

Nivele as bases do bolo com o auxílio de uma faca e reserve.

Doce de Leite:

Cozinhe as caixinhas de leite condensado na panela de pressão

por aproximadamente 30 a 40 minutos após pegar pressão.

Dica: Espere esfriar completamente antes de abrir.

Calda para regar:

Misture a água com o leite condensado até dissolver.

Montagem:

Corte o bolo em três partes.

Regue com a calda.

Recheie com o doce de leite.

Feche o bolo, cubra com o chantilly.

Decore com o Pudim Batavo.

Ingredientes:

Massa do Bolo:

250 ml de Leite Integral Batavo

360 g de farinha de trigo

250 g de açúcar

4 ovos

100 ml de óleo

18 g de fermento químico

Doce de Leite:

2 caixinhas de Leite Condensado Batavo (395 g cada) cozidas na panela de pressão

Calda para regar:

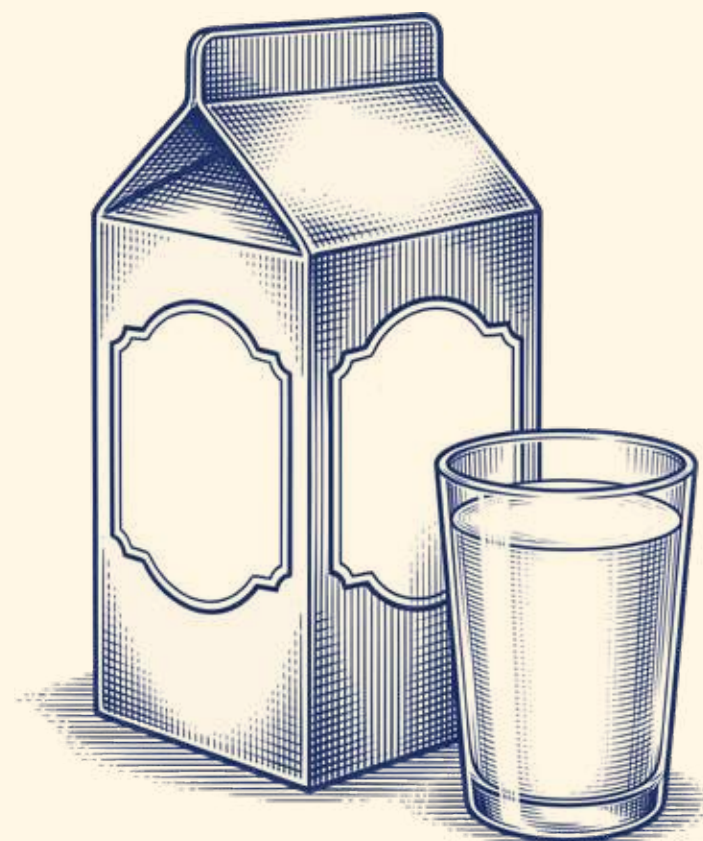
400 ml de água

100 g de Leite Condensado Batavo

Cobertura:

Chantilly spray

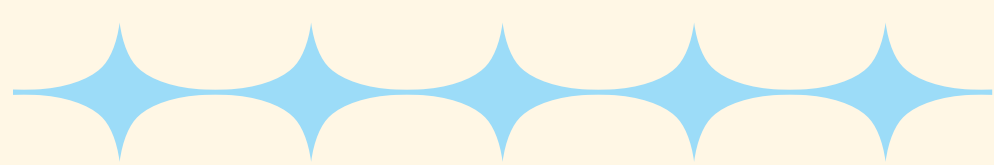
4 unidades de Pudim Batavo (100 g cada)



DICAS

Para um acabamento mais profissional, leve o bolo montado à geladeira por 30 minutos antes de finalizar a decoração.





Milkshake de Pudim Cremoso

Uma sobremesa indulgente e fácil de preparar, que transforma o clássico pudim em um milkshake cremoso e irresistível. A combinação com sorvete cria uma textura aveludada e um sabor reconfortante, perfeito para servir bem gelado.

Modo de preparo:

Bata no liquidificador o sorvete, uma unidade de pudim e o leite.

Em um copo grande, adicione calda de caramelo nas laterais.

Despeje o milkshake e finalize com o outro pudim por cima.

Sirva em seguida.

Ingredientes:

2 unidades de Pudim Batavo (100 g cada)

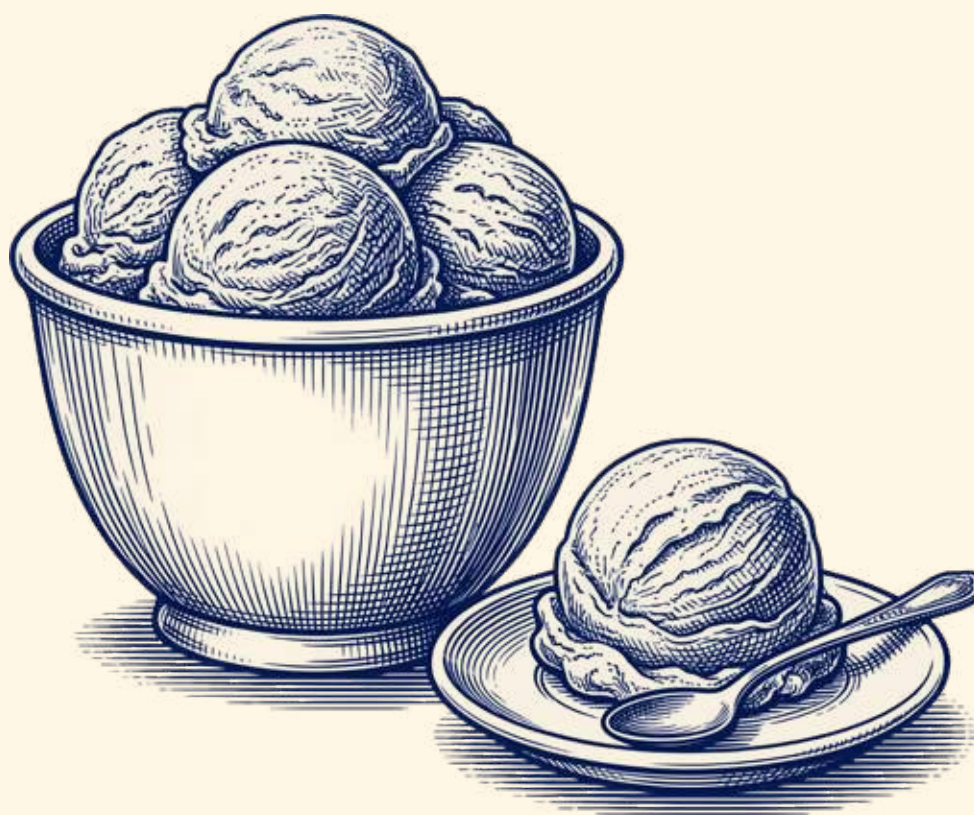
2 colheres de sopa de Leite Batavo Integral

1 xícara de sorvete de creme

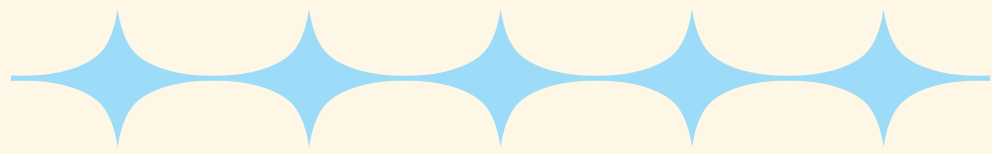
Calda de caramelo a gosto

DICAS

Para um milkshake mais consistente, utilize o sorvete bem firme e bata rapidamente, preservando a cremosidade, sem deixar a mistura líquida demais.







Ovo de Colher de Pudim

Uma releitura elegante do pudim, que une brigadeiro cremoso e finalização delicada em uma sobremesa pensada para momentos especiais.

Modo de preparo:

Brigadeiro de pudim:

Em uma panela, coloque o leite condensado, o creme de leite e as gemas de ovo.

Leve ao fogo baixo mexendo sempre até atingir ponto de brigadeiro cremoso. Desligue o fogo e deixe esfriar.

Montagem:

Em uma casca de ovo de chocolate ou recipiente, adicione uma camada generosa de brigadeiro de pudim.

Preencha todo o ovo apenas com o creme de brigadeiro de pudim.

Regue com um fio da calda de caramelo.

Finalize colocando o pudim inteiro no centro do ovo, sem cortar.

Se desejar, adicione um pouco mais de calda sobre o pudim para decorar.

Ingredientes:

Brigadeiro de pudim:

1 caixa de Leite Condensado Batavo

1 caixa de Creme de Leite Batavo

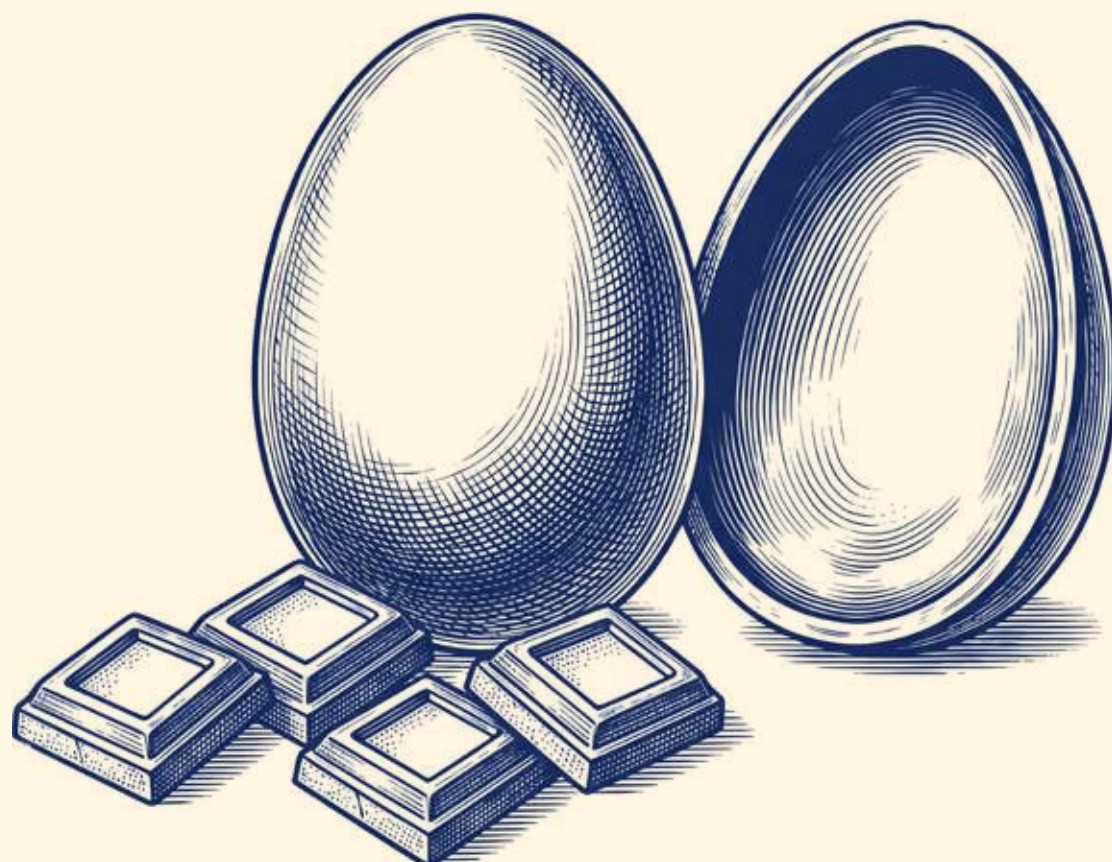
2 gemas de ovo

Finalização:

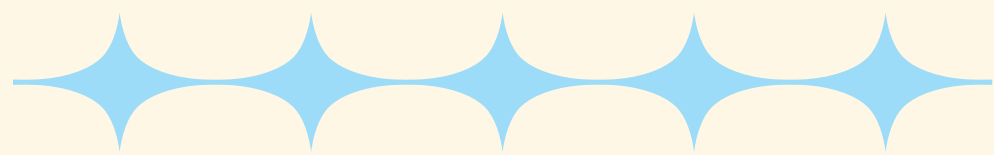
1 unidade de Pudim Batavo Pudim

DICAS

Prepare o brigadeiro de pudim com antecedência e deixe esfriar completamente para facilitar a montagem e garantir uma finalização mais firme e elegante.







Picolé de Pudim com Chocolate

Uma sobremesa criativa e irresistível, que transforma o clássico pudim em um picolé divertido e surpreendente. A combinação da cremosidade do pudim com a cobertura de chocolate e confeitos resulta em um doce perfeito para dias quentes ou para variar o cardápio com simplicidade e sabor.

Ingredientes:

3 Pudins Batavo

3 Palitos de sorvete

200 g de cobertura de chocolate

Confeitos a gosto

Modo de preparo:

Abra o pudim e insira um palito de sorvete no centro.

Em seguida, passe nos confeitos de sua preferência.

Leve ao congelador até ficar bem firme.

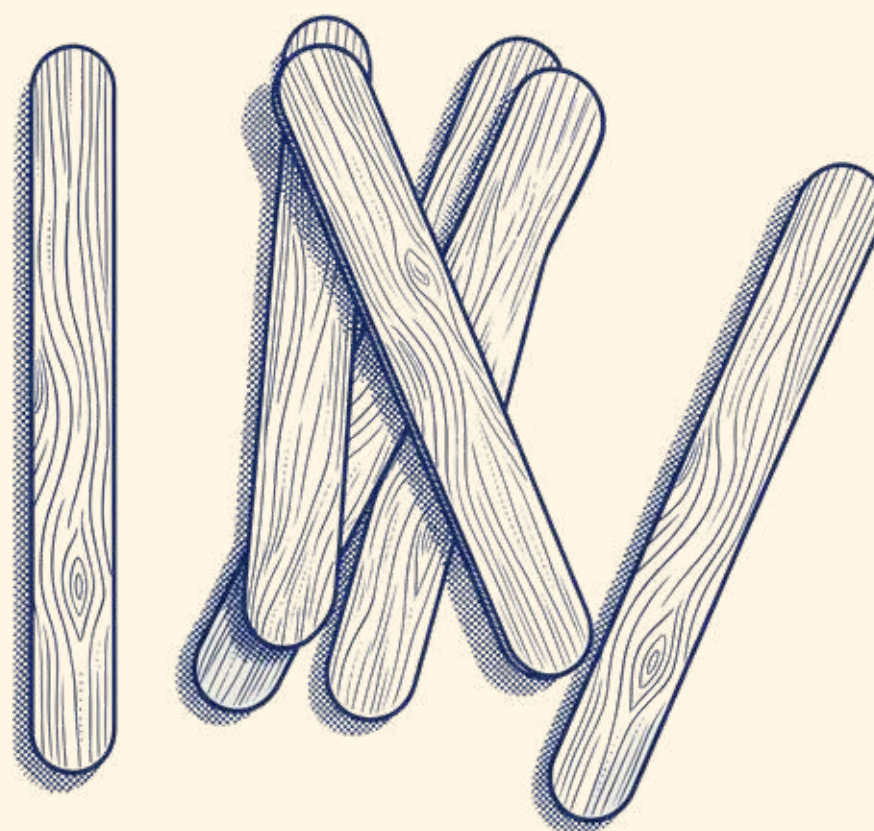
Leve à geladeira até o momento de servir.

Derreta a cobertura de chocolate em banho-maria ou no micro-ondas.

Retire o pudim do congelador e passe na cobertura de chocolate ainda derretida.

DICAS

Deixe o pudim bem firme no congelador antes de mergulhar no chocolate para garantir uma cobertura uniforme e um acabamento mais bonito.





Pudim Macchiato

Uma bebida criativa e indulgente que combina o sabor intenso do café com a cremosidade do pudim de leite. Perfeita para quem busca uma experiência diferente e surpreendente, com textura aveludada e sabor marcante.

Modo de preparo:

Adicione o Pudim Batavo no copo ou liquidificador.

Acrescente o leite e o gelo.

Despeje o café quente por último.

Misture bem até obter uma bebida cremosa e homogênea.

Sirva imediatamente.

Ingredientes:

1 unidade de Pudim Batavo

1/4 de xícara de Leite Batavo Integral

Gelo a gosto

1 xícara de café quente (recém-preparado)

DICAS

Para um toque mais sofisticado, finalize com uma leve camada de espuma de leite ou polvilhe canela por cima.





puxe aqui!

GREGO



100g
MORANGO

Batavo Grego

Batavo Grego é cremoso, perfeito
para diferentes momentos do dia, do café
ao lanche da tarde, combina bem com frutas
e cereais e até para deixar uma sobremesa
ainda mais gostosa.





Pão de Queijo com Iogurte Grego Tradicional

Clássico e irresistível, o pão de queijo ganha uma versão ainda mais macia e saborosa com o toque do Iogurte Grego Batavo, trazendo leveza e um resultado surpreendentemente delicado em cada mordida.

Modo de preparo:

Em um recipiente, misture o polvilho doce, o polvilho azedo, o sal, o óleo, os ovos e o Iogurte Grego Batavo.

Adicione o queijo Minas ralado e misture bem até formar uma massa uniforme.

Modele bolinhas e coloque em uma assadeira untada.

Leve ao forno pré-aquecido a 200°C por cerca de 30 minutos ou até dourar. Sirva em seguida.

Ingredientes:

170 g de Iogurte Grego Tradicional Batavo

195 g de polvilho doce

195 g de polvilho azedo

1 pitada de sal

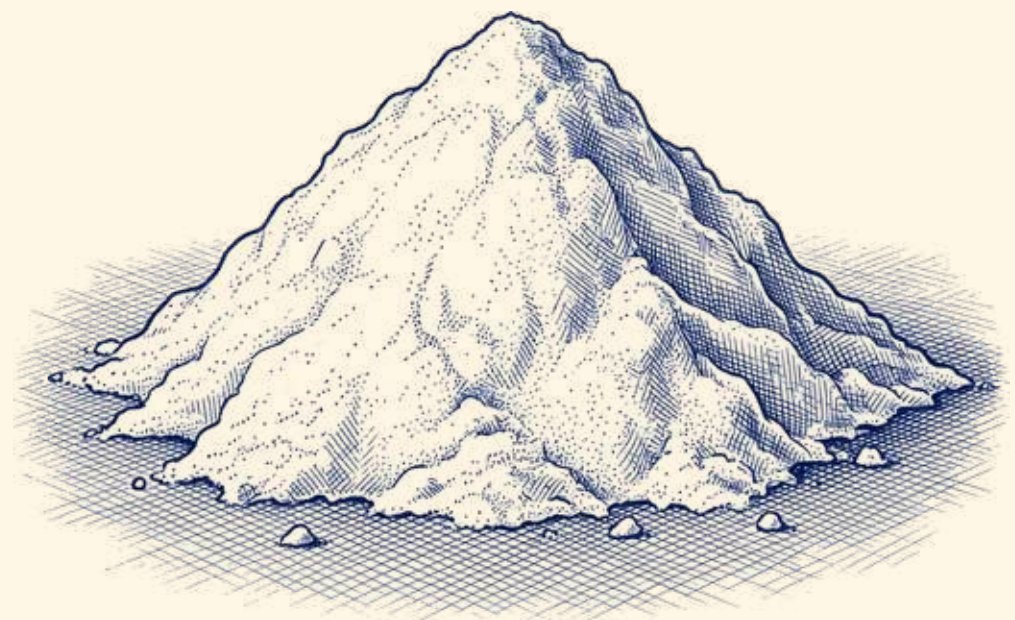
45 ml de óleo

2 ovos

200 g de queijo Minas padrão ralado

DICAS

Para garantir um pão de queijo ainda mais macio por dentro e levemente crocante por fora, asse em forno pré-aquecido e evite abrir a porta nos primeiros 20 minutos. Isso ajuda na expansão da massa e no ponto perfeito.







Cheesecake da Holandesa com Biscoff

Sucesso nas redes sociais, o Cheesecake da Holandesa com Biscoff conquista pelo contraste entre a cremosidade do iogurte Grego Tradicional Batavo e a crocância caramelizada do Lotus Biscoff, resultando em uma sobremesa prática, indulgente e cheia de personalidade.

Ingredientes:

1 pote (450 g) de iogurte Grego Tradicional Batavo

10 unidades de biscoitos Lotus Biscoff

Modo de preparo:

Abra o pote de iogurte Grego Tradicional Batavo.

Insira os biscoitos Lotus Biscoff inteiros na base do iogurte, pressionando levemente para que fiquem parcialmente submersos.

Dica: Pressionar suavemente ajuda o biscoito a absorver a umidade

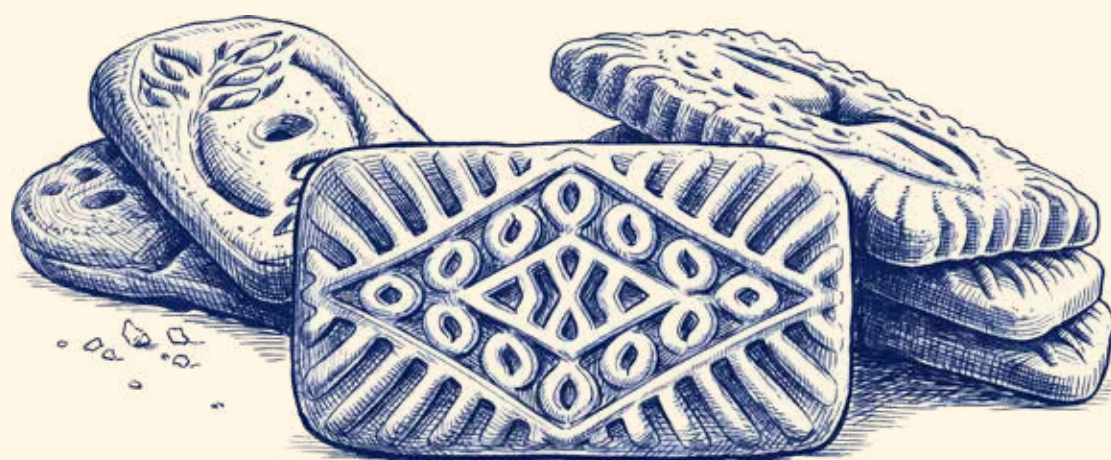
na medida certa, criando uma textura semelhante à base de cheesecake.

Tampe o pote e leve ao congelador por pelo menos 1 hora antes do consumo.

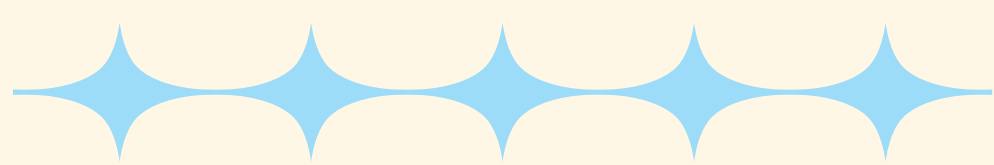
Retire alguns minutos antes de servir para atingir uma consistência cremosa e fácil de colher.

DICAS

Para intensificar a experiência, finalize com farelos de Biscoff por cima ou uma leve camada de doce de leite antes de congelar. Isso cria contraste de textura e deixa a sobremesa ainda mais sofisticada.







Cheesecake da Holandesa com iogurte Grego e Biscoito Oreo

Uma versão irresistível e prática de cheesecake no pote, que une a cremosidade do iogurte Grego Tradicional Batavo com o sabor intenso e a textura marcante do biscoito Oreo. Ideal para quem busca uma sobremesa rápida, cremosa e cheia de personalidade.

Ingredientes:

1 pote (450 g) de iogurte Grego Tradicional Batavo

8 unidades de biscoitos Oreo

Modo de preparo:

Abra o pote de iogurte Grego Tradicional Batavo.

Adicione os biscoitos Oreo inteiros na base do iogurte, pressionando levemente para que fiquem parcialmente submersos.

Dica: Esse leve pressionar ajuda o biscoito a absorver a umidade e criar uma textura semelhante à base tradicional de cheesecake.

Quebre um biscoito com as mãos e distribua os pedaços sobre a superfície do iogurte para criar uma camada extra de textura.

Tampe o pote e leve ao congelador por pelo menos 1 hora antes do consumo.

Retire alguns minutos antes de servir para garantir cremosidade ideal ao colher.

DICAS

Para uma versão ainda mais indulgente, adicione uma fina camada de ganache ou calda de chocolate antes de congelar. Isso cria contraste de sabor e deixa a sobremesa ainda mais atrativa.





Cheesecake de iogurte Grego com Morango do Amor

Com uma combinação envolvente de texturas, o Cheesecake de iogurte Grego com Morango do Amor entrega pura indulgência: cremoso, intenso e finalizado com uma crocância irresistível que transforma cada pedaço em um verdadeiro momento de prazer.

Modo de preparo:

Base

Triture o biscoito até formar uma farofa fina. Reserve um pouco para a decoração. Misture com a manteiga derretida até obter textura de areia úmida.

Forre o fundo de uma forma de aro removível com papel manteiga e distribua a farofa pressionando bem para formar uma base firme.

Creme de iogurte

Hidrate a gelatina com a água e dissolva conforme instruções da embalagem. Bata no liquidificador (ou misture vigorosamente em tigela) o iogurte grego e o leite condensado até ficar liso.

Acrescente a gelatina dissolvida e bata rapidamente apenas para incorporar. Despeje sobre a base de biscoito. Leve à geladeira por no mínimo 4 horas ou até ficar bem firme.

Morango do amor

Leve ao fogo o açúcar, a água, o vinagre e o corante, sem mexer. Cozinhe até atingir ponto de bala mole (fio grosso).

Dica: Para testar, pingue um pouco da calda quente em um copo com água fria. Se endurecer rapidamente e ficar quebradiça como vidro, está no ponto correto.

Retire do fogo e deixe esfriar levemente. Passe os morangos inteiros pela calda, segurando pelo cabo, envolvendo-os completamente. Reserve.

Espalhe a calda sobre o cheesecake somente na hora de servir. Distribua os morangos sobre a superfície para decorar. Finalize as laterais com a farofa reservada e decore com um biscoito Biscoff inteiro.

Ingredientes:

Base

50 g de Manteiga Batavo com Sal derretida

1 embalagem grande de Lotus Biscoff

Creme de iogurte

500 g de iogurte Grego Tradicional Batavo (bem firme)

395 g de Leite Condensado Batavo

1 envelope (12 g) de gelatina incolor sem sabor

5 colheres (sopa) de água

Morango do amor (calda)

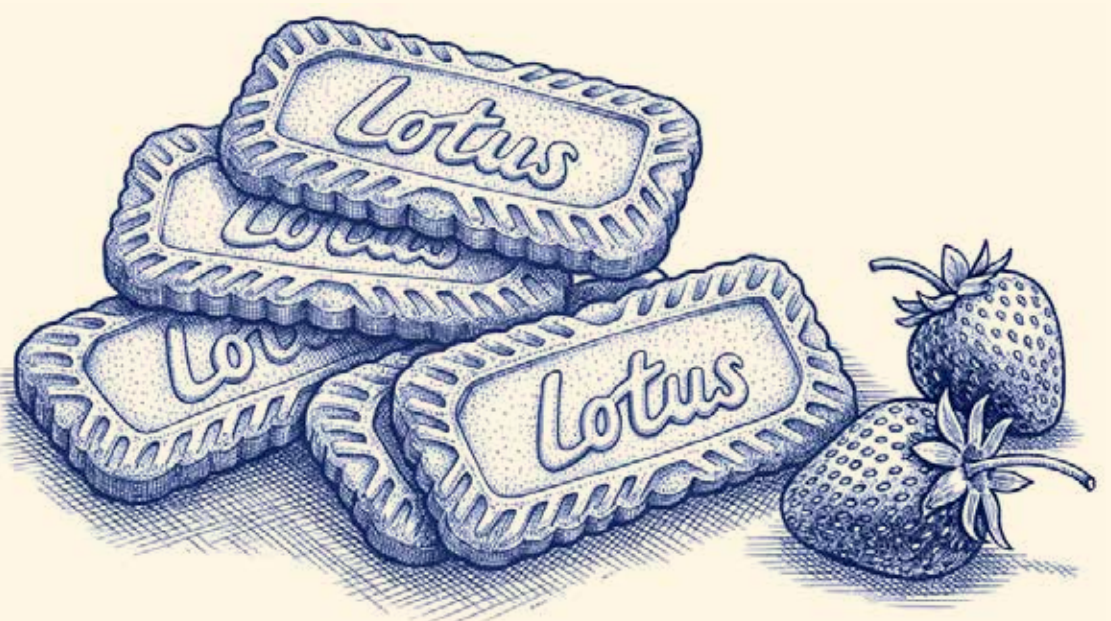
2 xícaras (chá) de morangos inteiros

1 xícara (chá) de açúcar

1/2 xícara (chá) de água

1 colher (chá) de vinagre branco

5 gotas de corante vermelho (opcional)



DICAS

Use sempre iogurte grego bem consistente. Caso esteja mais ralo, aumente a gelatina para 1/2 envelope. A calda deve ser adicionada apenas no momento de servir para manter a textura perfeita e evitar que a umidade comprometa a base.





Fatias de Mexerica no logurte Grego

Leves, delicadas e cheias de frescor, as Fatias de Mexerica no logurte combinam o toque cítrico da fruta com a cremosidade suave do logurte Grego Batavo, criando uma sobremesa diferente, refrescante e irresistível.

Modo de preparo:

Corte a base da garrafa plástica e reserve.

Descasque as mexericas retirando completamente as partes brancas para evitar amargor.

Dica: Remover bem as fibras brancas garante sabor mais delicado e melhor acabamento no corte.
Misture o logurte Grego Tradicional Batavo com o leite de coco e reserve.

Prepare a gelatina conforme as instruções da embalagem e misture ao creme, ainda líquida.

No recipiente plástico, corte a tampa e posicione as mexericas uma sobre a outra no centro.

Preencha com a mistura de iogurte, cubra com plástico filme e leve ao congelador por no mínimo 2 horas.

Retire o plástico com auxílio de uma tesoura e corte em rodela no momento de servir.

Ingredientes:

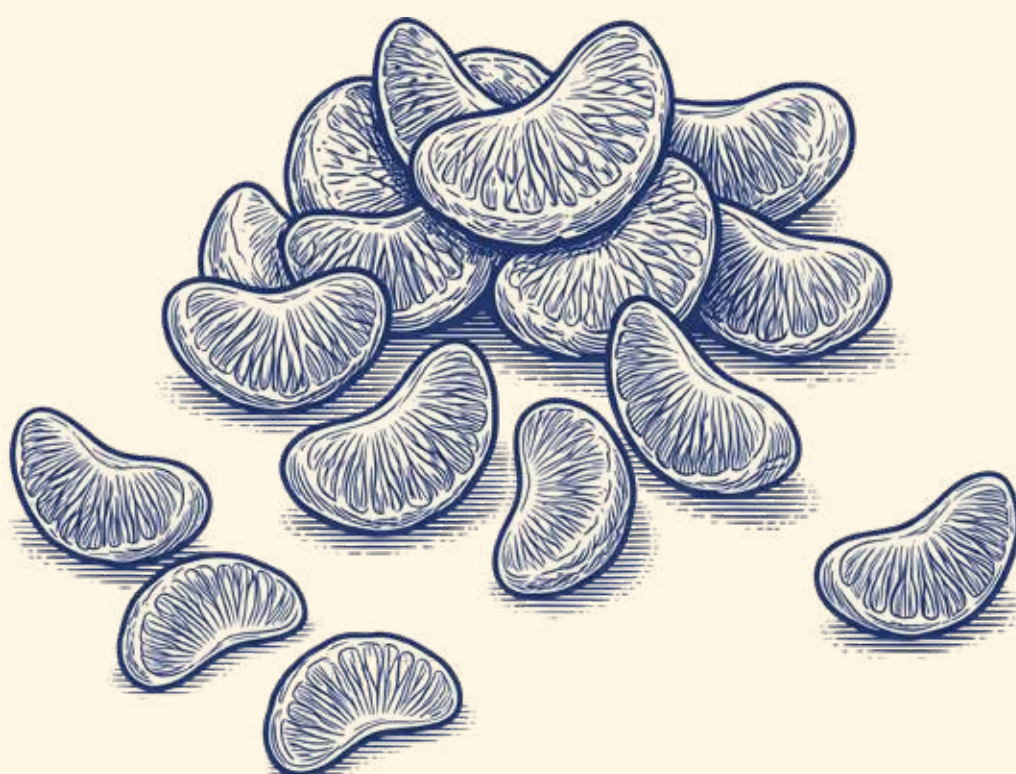
1 pote (450 g) de Grego Tradicional Batavo

3 mexericas

1/2 vidro pequeno de leite de coco

1 embalagem plástica de água vazia

1 envelope de gelatina incolor



DICAS

Para desenformar com mais facilidade, passe rapidamente a parte externa do recipiente em água corrente antes de cortar. Sirva levemente descongelado para obter textura cremosa e corte perfeito.





Iogurte Grego de Morango Batido com Linhaça

Cremoso, refrescante e funcional, o iogurte grego de morango batido com linhaça é uma escolha versátil para qualquer momento do dia. Uma combinação simples que entrega sabor, textura e nutrientes em poucos minutos.

Ingredientes:

500 g de Iogurte Grego Batavo de Morango

50g de linhaça

Modo de preparo:

Coloque o Iogurte Grego Batavo de Morango no liquidificador.

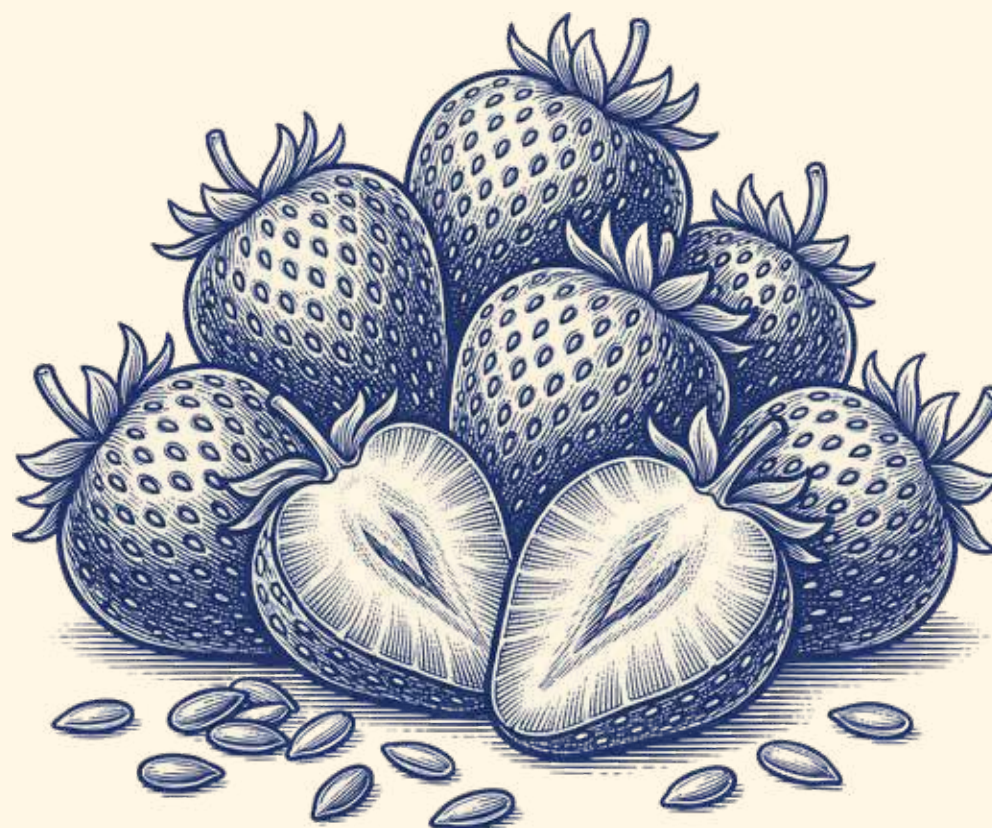
por cerca de 3 minutos, até obter uma mistura homogênea.

Adicione a linhaça e bata

Sirva imediatamente

DICAS

Para potencializar os benefícios, prefira usar a linhaça levemente triturada ou dourada antes de bater – assim, o organismo absorve melhor seus nutrientes. Sirva bem gelado para uma experiência ainda mais refrescante.







Palha Italiana de Sorvete Grego com Biscoff

Uma releitura criativa da clássica palha italiana, transformada em sobremesa gelada com o Grego Tradicional Batavo e o sabor intenso do Biscoff. Cremosa por dentro, estruturada por camadas crocantes e perfeita para dias quentes.

Modo de preparo:

Abra o pote do iogurte Grego e despeje em um recipiente.

Adicione a pasta de Biscoff e o leite em pó Pense Zero e misture bem até formar um creme homogêneo.

Forre um refratário com papel manteiga. Disponha 4 biscoitos Biscoff lado a lado formando a base.

Espalhe o creme de iogurte sobre os biscoitos.

Cubra com mais 4 biscoitos, formando a camada superior.

Leve ao congelador por no mínimo 3 horas, até ficar bem firme.

Retire do congelador, corte seguindo o formato das biscoitos e sirva.

Ingredientes:

1 pote de iogurte Grego Batavo Tradicional 450 g

8 unidades de biscoitos Lotus Biscoff

1 colher de sopa de pasta de biscoitos caramelizados Biscoff

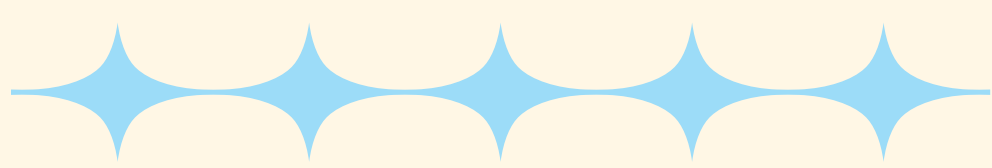
1/2 xícara de chá de Leite em Pó Batavo Pense Zero



DICAS

Para dar mais contraste, finalize com uma leve polvilhada de leite em pó ou alguns pedaços de Biscoff esfarelado por cima antes de servir. Isso reforça a textura crocante e traz um acabamento mais indulgente e visualmente atrativo.





Torta de Amora com Iogurte Grego

Esta Torta de Amora com Iogurte Grego é a tradução do equilíbrio entre frescor, suavidade e sabor. O recheio cremoso contrasta com a acidez natural da amora e cria uma sobremesa elegante, leve e agradável ao paladar. Uma escolha perfeita para finalizar a refeição de forma delicada, mas memorável.

Modo de preparo:

Massa:

Triture o biscoito até formar uma farinha. Misture com a manteiga até obter uma farofa úmida.

Forre a base da forma pressionando bem. Leve à geladeira por 20 minutos.

Recheio:

Hidrate e dissolva a gelatina conforme instruções.

No liquidificador ou recipiente, bata o leite condensado e o iogurte.

Acrescente o suco de limão.

Adicione a gelatina dissolvida e bata rapidamente.

Despeje sobre a base e leve à geladeira por 3 a 4 horas.

Cobertura:

Cozinhe as frutas com o açúcar, o limão e a água. Deixe reduzir levemente e esfriar.

Coloque sobre a torta já firme.

Bata o creme de leite na batedeira até ficar com o ponto firme, na textura do chantilly, coloque em uma manga com bico de confeiteiro de sua preferência, mas se não tiver espalhe sobre a geleia com o auxílio de uma espátula.

Mantenha na geladeira até o momento de servir.

Ingredientes:

Massa (versão mais leve):

80 g de Manteiga Batavo Com Sal derretida

150 g de biscoito maisena

Recheio:

1/2 caixa (aprox. 200 g) de Leite Condensado Batavo

1 pote (450 g) de Iogurte Grego Batavo Tradicional

1 envelope de gelatina incolor sem sabor

5 colheres (sopa) de água para hidratar a gelatina

1 colher (sopa) de suco de limão (realça o sabor e reduz a percepção de doçura)

Cobertura :

2 xícaras de amoras frescas ou congeladas

1 xícara de açúcar

1 colher (sopa) de suco de limão

1/3 xícara (chá) de água

Chantilly:

200 g de Creme de Leite Batavo

2 a 3 colheres (sopa) de açúcar



DICAS

Depois de montar a torta leve ao freezer por 20-30 minutos antes da geladeira. Isso cria uma pré-gelificação controlada, resultando em corte mais limpo, textura tipo cheesecake e com menos risco de soltar líquido.



Torta de iogurte Grego com Biscoff

Cremosa e envolvente, a Torta de iogurte Grego com Biscoff combina o sabor marcante do biscoito caramelizado com uma textura leve e aveludada, criando uma sobremesa equilibrada e irresistível em cada camada.

Modo de preparo:

Massa:

Triture o biscoito até formar uma farinha fina. Misture com a manteiga derretida até obter uma farofa úmida.

Forre o fundo da forma pressionando bem.

Leve à geladeira por 20 minutos.

Recheio:

Hidrate e dissolva a gelatina conforme instruções.

Em outro recipiente, misture a pasta Biscoff (reserve um pouco para finalização) com o iogurte Grego até ficar homogêneo.

Adicione a gelatina dissolvida e misture suavemente até incorporar.

Montagem:

Despeje o recheio sobre a base já firme. Nivele bem com uma espátula.

Leve à geladeira por 3 a 4 horas até firmar.

Dica técnica: Leve ao freezer por 20 a 30 minutos antes de finalizar a gelificação. Isso garante corte mais limpo, melhor estrutura e textura mais firme tipo cheesecake.

Finalização (opcional):

Decore com pasta Biscoff levemente aquecida ou farofa de biscoito.

Ingredientes:

Massa:

100 g de Batavo Manteiga Sem Sal derretida

300 g de biscoito Lotus Biscoff

Recheio:

2 potes de iogurte Grego Batavo Tradicional 450 g

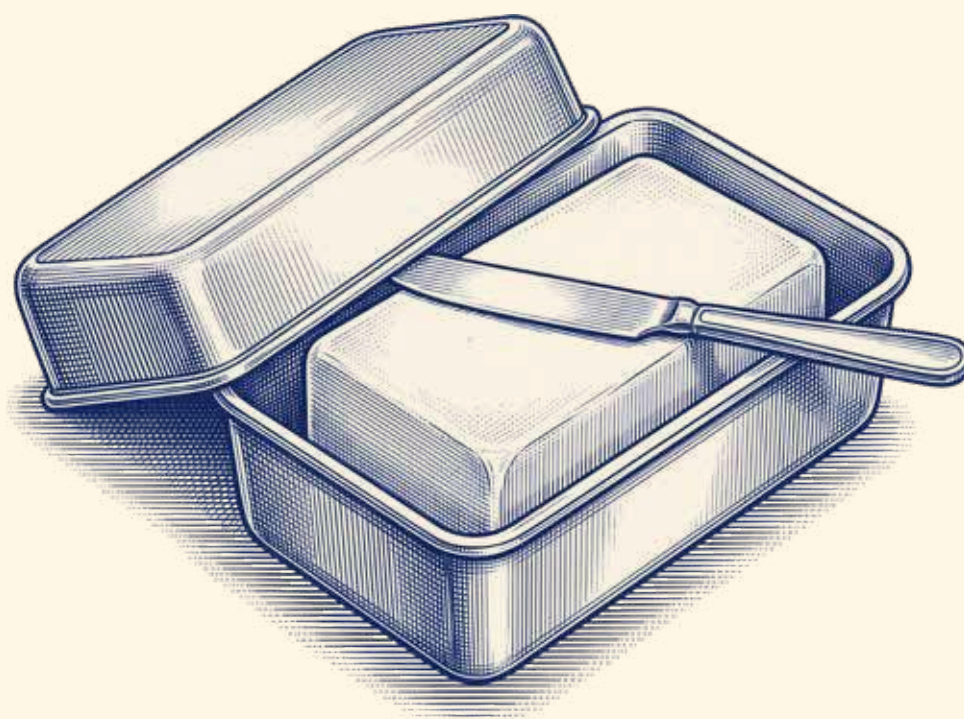
300 g de pasta Lotus Biscoff

1 envelope de gelatina incolor sem sabor

5 colheres (sopa) de água para hidratar a gelatina

DICAS

Ao misturar o Biscoff com o iogurte, faça movimentos suaves e evite bater em excesso. Isso preserva a incorporação de ar e garante uma textura mais leve e aerada, além de ajudar na estabilidade final após a gelificação.





Torta de Oreo com Pudim e Iogurte Grego

Essa versão da torta de Oreo com pudim ganha leveza e equilíbrio com a adição do iogurte grego. O resultado é uma sobremesa menos doce, com textura cremosa e mais sofisticada, mantendo o contraste perfeito entre o chocolate do biscoito e a suavidade do recheio.

Modo de preparo:

Massa:

Triture o biscoito Oreo até formar uma farofa fina. Misture com a manteiga derretida até obter uma massa úmida.

Forre o fundo de uma forma pressionando bem. Leve à geladeira por 20 minutos para firmar.

Recheio:

Hidrate e dissolva a gelatina conforme instruções.

No liquidificador, bata o pudim, o creme de leite e o iogurte grego até obter um creme homogêneo.

Adicione a gelatina dissolvida e bata rapidamente para incorporar. Despeje sobre a base já fria. Leve à geladeira por 3 a 4 horas até firmar.

Dica técnica: Leve ao freezer por 20 a 30 minutos antes de finalizar a gelificação. Isso garante: corte mais limpo, melhor estrutura e textura mais firme tipo cheesecake.

Cobertura:

Finalize com biscoito Oreo triturado ou biscoito Oreo inteiro, formando uma base.

Ingredientes:

Massa:

300 g de biscoito Oreo

100 g de manteiga derretida

Recheio:

400 g de pudim pronto Batavo (aprox. 4 potes)

100 g de iogurte grego natural Batavo

1 caixa de creme de leite (200 g)

1 envelope de gelatina incolor sem sabor (12 g)

5 colheres (sopa) de água para hidratar a gelatina

Cobertura (opcional):

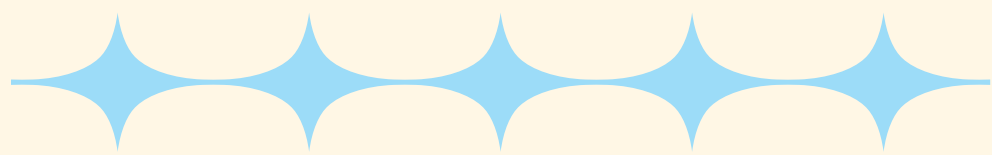
Biscoitos Oreo triturados ou inteiros para finalizar

DICAS

O iogurte grego reduz a doçura e traz leve acidez, equilibrando o sabor do Oreo. Para uma textura ainda mais firme, adicione 1 colher (sopa) de leite em pó ao recheio.







Verrine de Frutas com Iogurte Grego de Morango

Colorida, leve e cheia de frescor, a verrine de frutas com Iogurte Grego de Morango Batavo combina praticidade com uma apresentação elegante. As camadas revelam um equilíbrio perfeito entre a acidez das frutas e a cremosidade do Iogurte, criando uma experiência leve e saborosa em cada colherada.

Ingredientes:

500 ml de Iogurte Grego Batavo de Morango

2 kiwis

200 g de mirtilos

Modo de preparo:

Corte os kiwis em cubos e lave os mirtilos.

Finalize com mais uma camada de Iogurte.

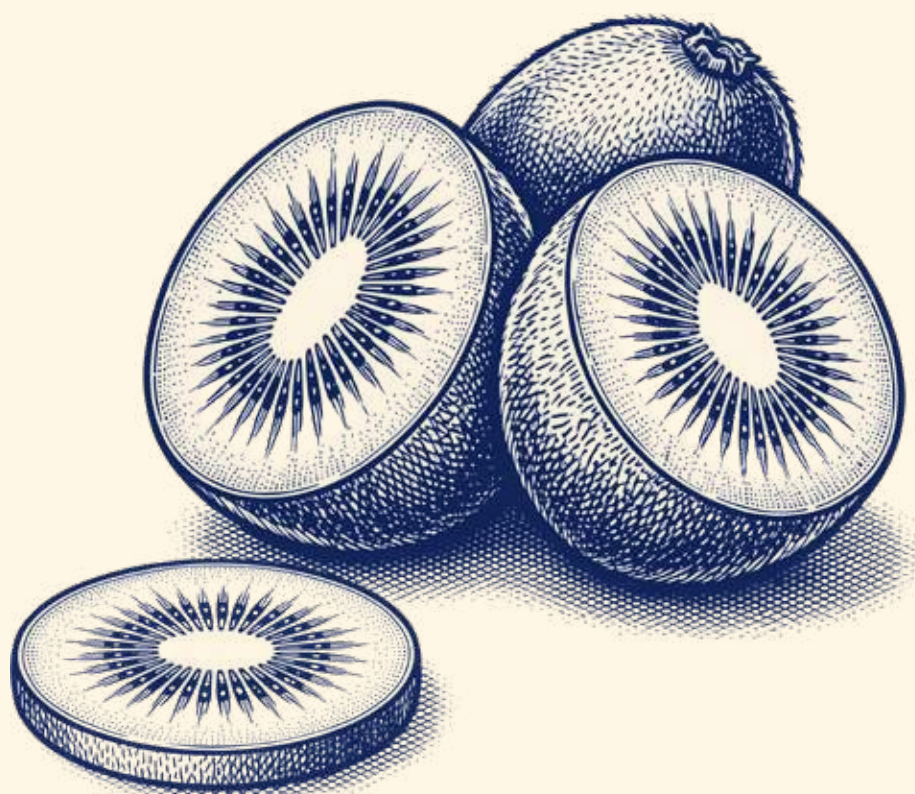
Em copos transparentes, monte as camadas:

Sirva gelado.

- Primeira camada: kiwi em cubos;
- Segunda camada: Iogurte Grego Batavo de Morango;
- Terceira camada: mirtilos;

DICAS

Para deixar a verrine ainda mais especial, finalize com um toque crocante, como granola ou castanhas picadas e se quiser um contraste extra de sabor, adicione algumas folhas de hortelã ou raspas de limão por cima antes de servir. Isso traz frescor e eleva a apresentação.





Batavo nuv

Batavo Nuv é diferente de tudo que
você já provou. Ele conta com **6g**
de proteína, 3x mais que o iogurte
regular (por ter 3x mais leite) e com
máxima cremosidade. Ele tem versões
zero, regular e com geleia de frutas.



Pão de Queijo de Frigideira

Prático, leve e cheio de sabor. Este pão de queijo de frigideira traz uma releitura contemporânea do clássico, combinando simplicidade e cremosidade em uma versão rápida para o dia a dia.

Modo de preparo:

Misture a tapioca, o iogurte Nuv Tradicional e a mussarela até formar uma massa homogênea.

Tempere com sal.

Aqueça uma frigideira untada com manteiga.

Com uma colher, distribua porções da massa na frigideira e doure dos dois lados até ficarem firmes e levemente crocantes.

Ingredientes:

1 pote de iogurte Batavo Nuv Tradicional (100 g)

290 g de tapioca

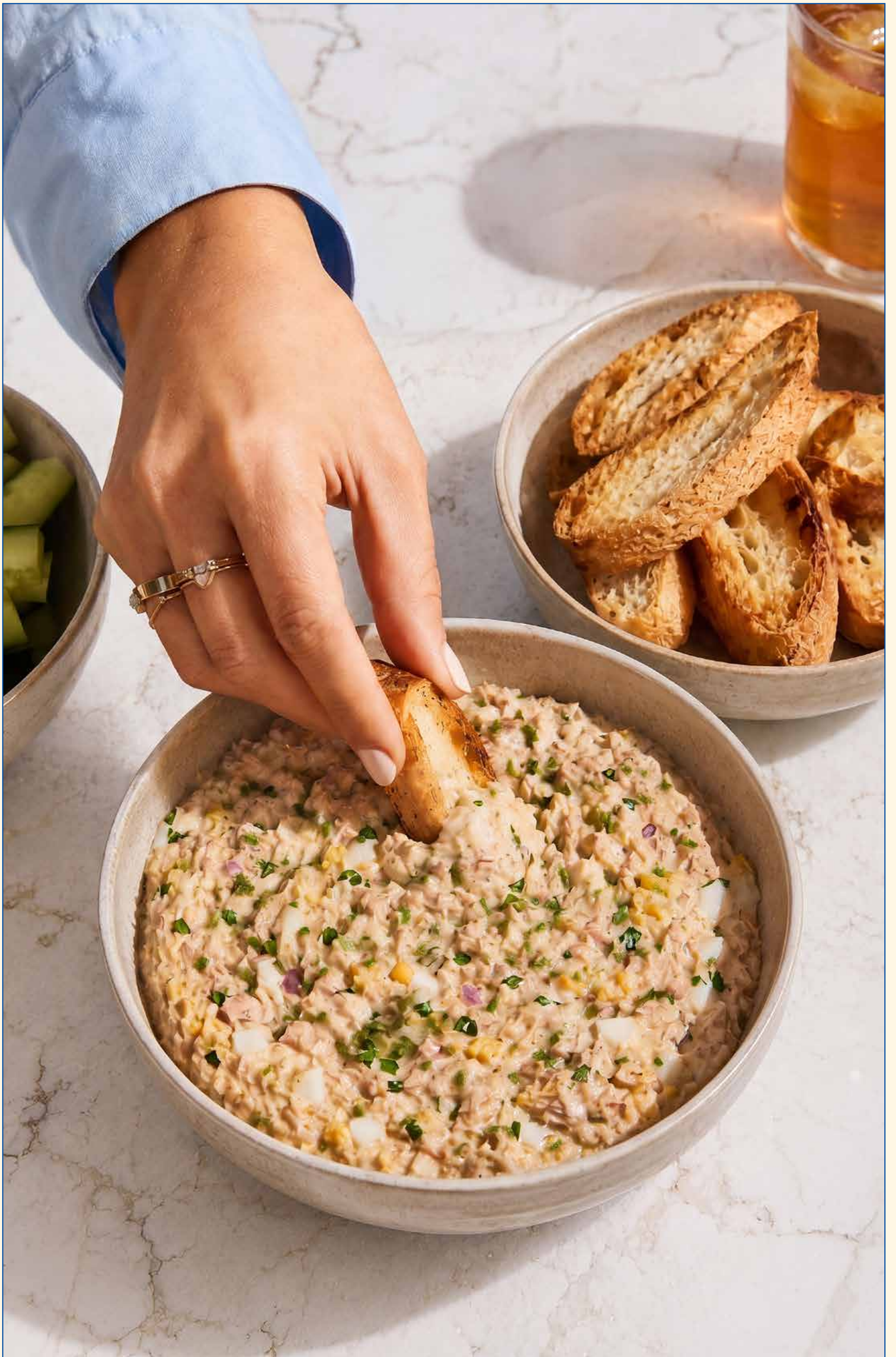
150 g de mussarela

Sal a gosto



DICAS

Mantenha o fogo médio e vire apenas quando a base estiver bem firme e dourada – isso ajuda a formar uma crostinha por fora e garante maciez por dentro sem desmanchar.



Patê de Atum e Ovos

Simple, nutritivo e cheio de sabor. Este patê de atum com ovos combina ingredientes clássicos em uma versão mais leve e equilibrada, trazendo cremosidade e frescor para o dia a dia.

Modo de preparo:

Em um recipiente, misture todos os ingredientes até obter uma pasta homogênea.

Sirva com pães, torradas ou palitinhos de vegetais.

Ingredientes:

1 embalagem de iogurte Nuv Tradicional (100 g)

2 ovos cozidos e picados

1 lata de atum

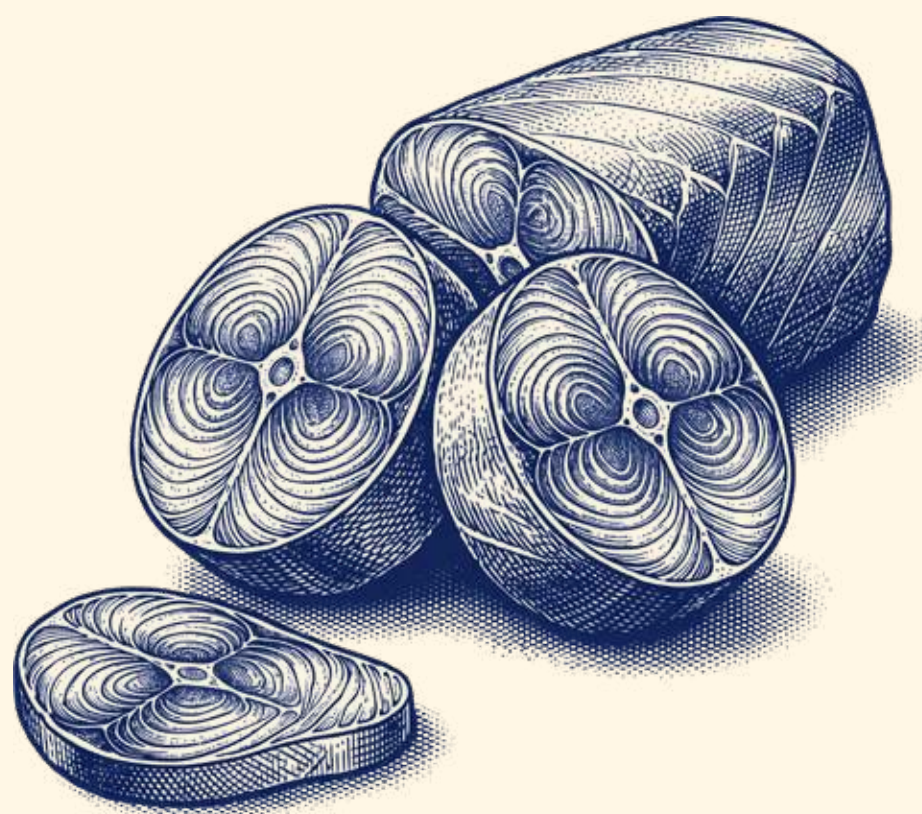
Sal a gosto

1 colher de sopa de cebola picadinha

1 colher de sopa de salsa a gosto

DICAS

Para um patê mais cremoso e uniforme, amasse bem os ovos antes de misturar aos demais ingredientes e incorpore o iogurte aos poucos, ajustando a textura até chegar no ponto ideal.





Bombom Gelado de Frutas Vermelhas

Entre frescor e indulgência, este bombom gelado combina a leveza do iogurte com a intensidade do chocolate meio amargo e o frescor das frutas vermelhas, criando uma sobremesa equilibrada e surpreendente.

Modo de preparo:

Misture os morangos, o iogurte, o leite em pó e o whey.

Reserve.

Derreta o chocolate no micro-ondas por 3 minutos, mexendo a cada minuto.

Espalhe uma colher do chocolate nas laterais de forminhas de silicone e leve à geladeira por 5 minutos.

Adicione o recheio e volte à geladeira por 1 hora. Sirva bem gelado.

Ingredientes:

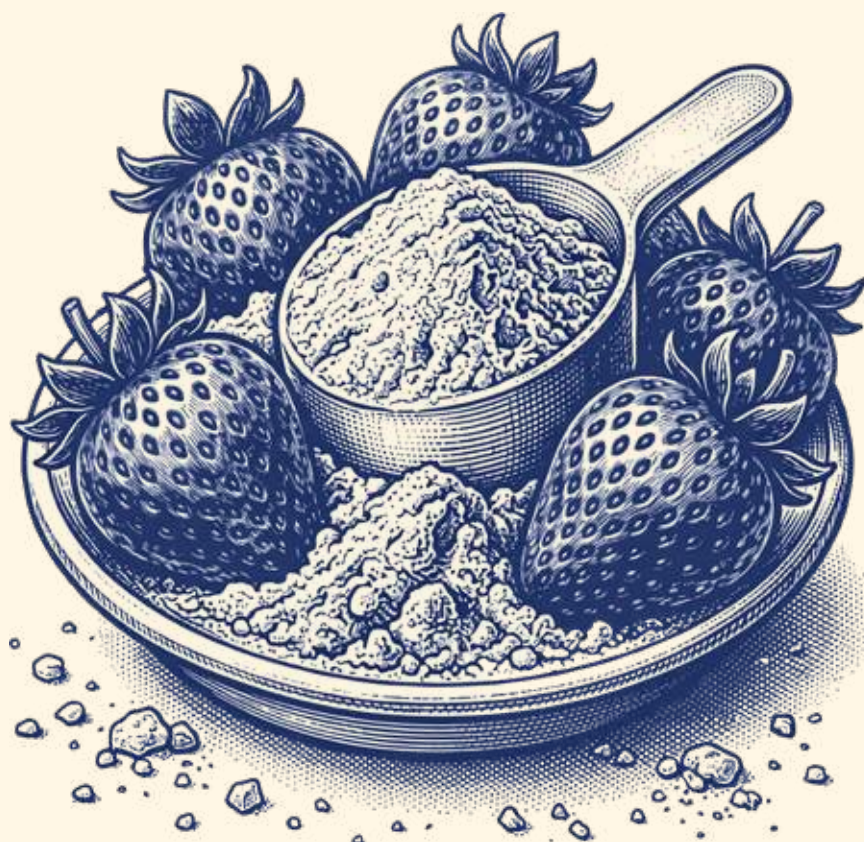
3 potes de iogurte Nuv Tradicional (100 g)

2 colheres de sopa de Leite em Pó Batavo Pense Zero (200 g)

200 g de morangos picados

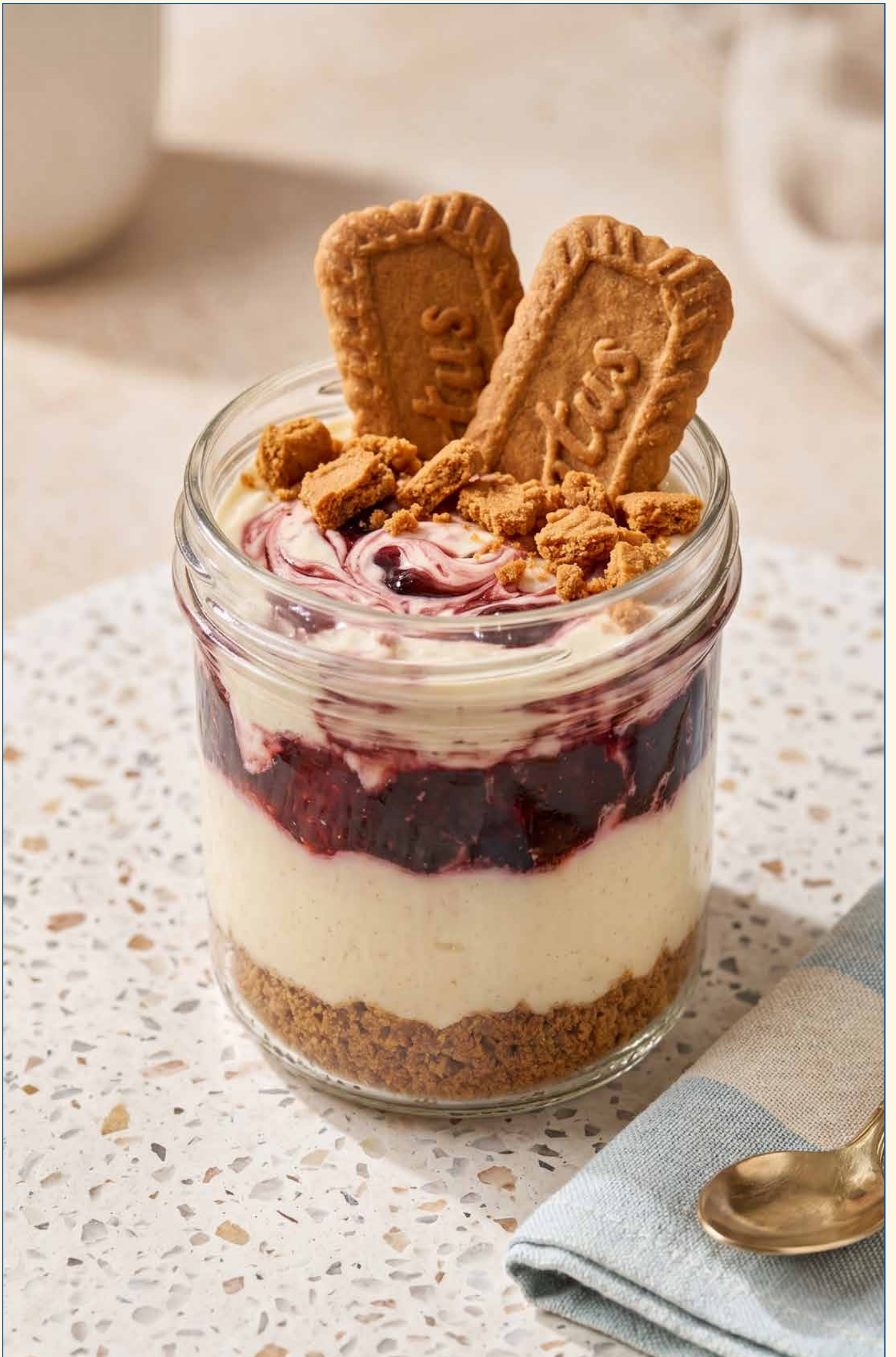
1 scoop de whey

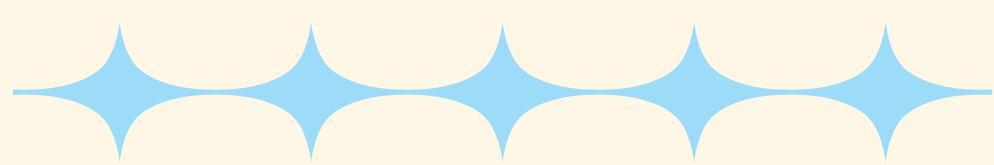
200 g de chocolate meio amargo



DICAS

Para garantir uma casquinha de chocolate uniforme e resistente, espalhe o chocolate em camadas finas e leve rapidamente à geladeira entre cada aplicação, isso evita que o bombom quebre ao desenformar.





Cheesecake da Holandesa com Biscoff e Geleia St. Dalfour

Um encontro de sabores refinados. A suavidade do Nuv se une ao Biscoff e ganha destaque com o toque frutado e elegante da geleia St. Dalfour, criando uma experiência sutilmente indulgente.

Ingredientes:

1 pote (450 g) de Nuv Tradicional Batavo

10 unidades de biscoito Lotus Biscoff

2 colheres de sopa de Geleia St Dalfour Quatro Frutas

Modo de preparo:

Abra o pote de Nuv Tradicional Batavo. Adicione 2 colheres de geleia e misture bem até incorporar.

Quebre um biscoito com as mãos e distribua por cima para adicionar textura.

Dica: Misturar parcialmente cria um efeito marmorizado mais sofisticado.

Tampe e leve ao congelador por pelo menos 1 hora antes do consumo.

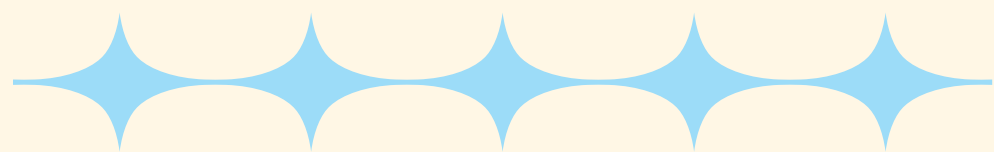
Insira os biscoitos Biscoff inteiros na base do iogurte, pressionando levemente.



DICAS

Para uma textura ainda mais cremosa, retire do congelador de 5 a 10 minutos antes de servir e finalize com uma colher extra de geleia por cima.





Creme de Manga com Chia

Leve, fresca e naturalmente indulgente. Este creme de manga com chia combina a suavidade do Nuv com o frescor tropical da fruta, criando uma sobremesa equilibrada que valoriza o simples com elegância.

Ingredientes:

5 embalagens de iogurte Nuv Frutas Amarelas (100 g)

1 manga grande picada

1 1/2 colher de sopa de chia

Modo de preparo:

Pique a manga e reserve um pouco para decorar.

Cubra e leve à geladeira por 1 hora para hidratar a chia e firmar o mousse.

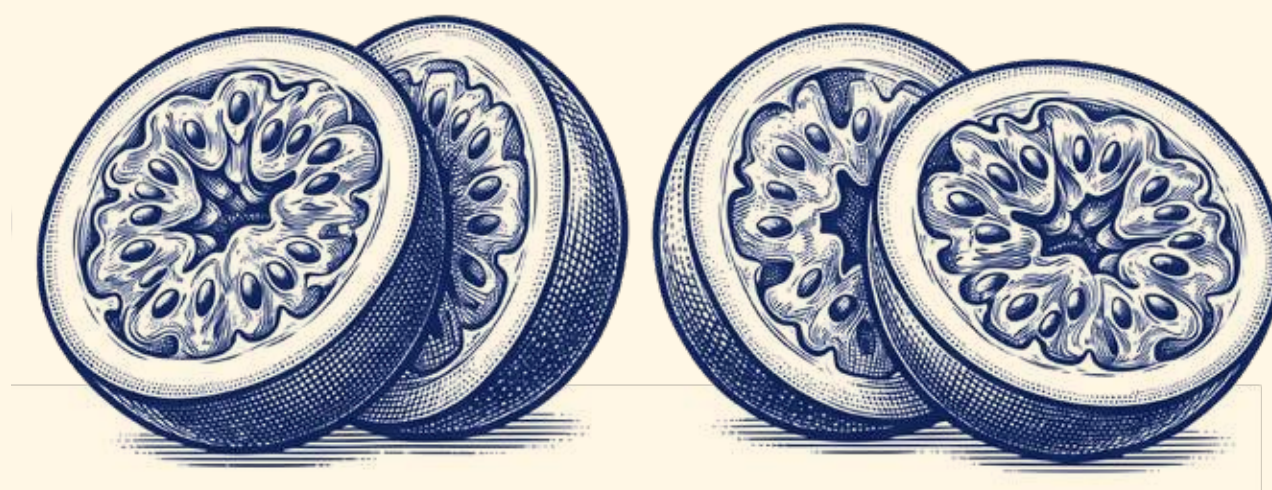
Bata o restante da manga com 4 potes de iogurte Nuv no liquidificador ou mixer até obter um creme homogêneo.

Finalize com o pote de iogurte restante e os pedaços de manga reservados na hora de servir.

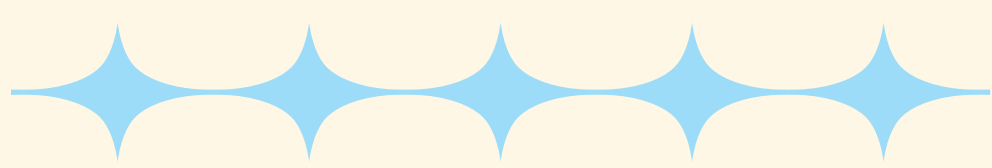
Misture a chia ao creme e transfira para taças.

DICAS

Para uma textura mais cremosa e uniforme, bata bem a manga com o iogurte antes de adicionar a chia e apenas depois incorpore as sementes, assim você evita grumos e garante a hidratação correta.







Smoothie Cremoso de Morango

Fresco, leve e irresistivelmente cremoso. Este smoothie de morango transforma poucos ingredientes em uma experiência suave e refrescante, perfeita para desacelerar e aproveitar o sabor em sua forma mais simples.

Modo de preparo:

Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter uma mistura cremosa.

Finalize com chantilly e morango para decorar.

Ingredientes:

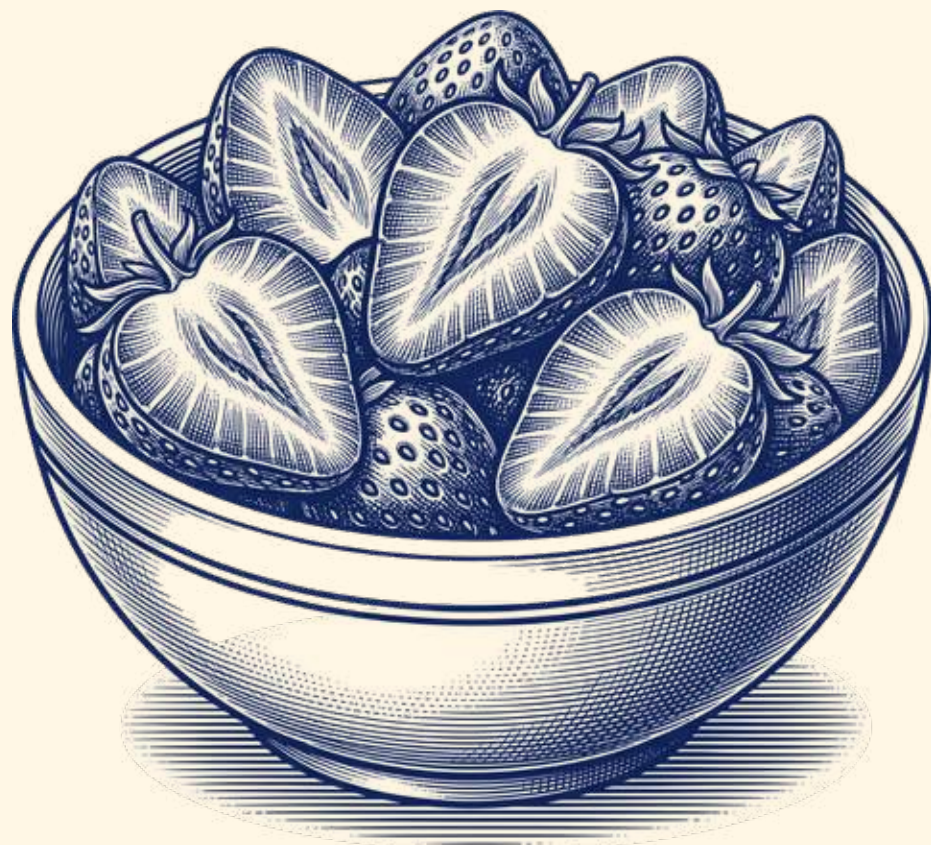
1 pote de iogurte Nuv de Morango (450 g)

1/2 xícara de chá de Leite Condensado Batavo (395 g)

2 xícaras de chá de morangos congelados picados

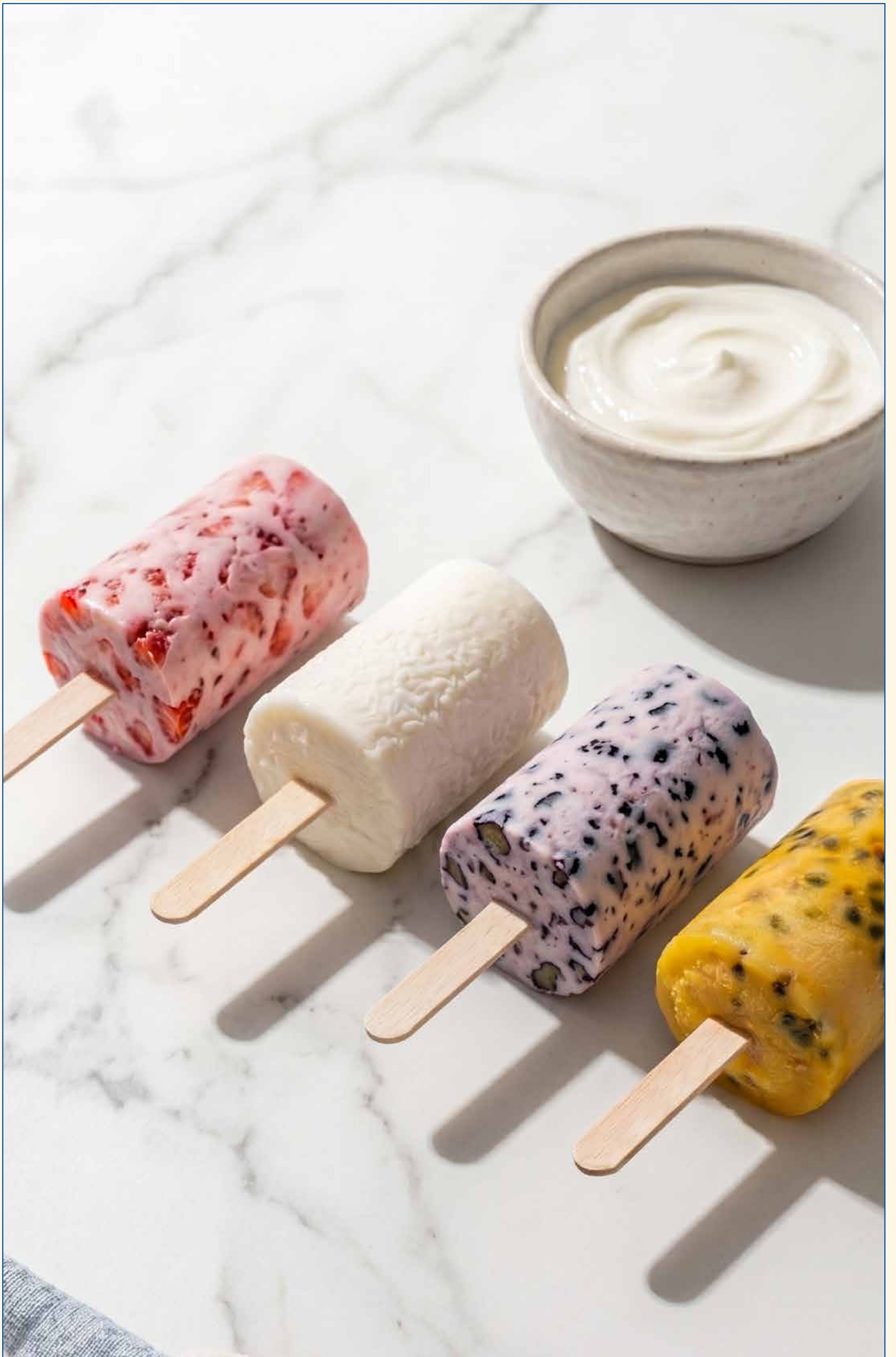
1 embalagem de Chantilly

1/2 xícara de chá de gelo



DICAS

Para atingir a cremosidade ideal sem diluir o sabor, use os morangos bem congelados e adicione o gelo aos poucos, batendo até chegar na textura desejada.





Sorvetinho Fitness com Nuv

Uma pausa refrescante que combina leveza e prazer.
Este sorvetinho fitness com Nuv transforma ingredientes simples em um momento delicioso de bem-estar.

Modo de preparo:

Em um recipiente, adicione as frutas picadas aos respectivos sabores de iogurte.

Misture bem e coloque a mistura de volta nas embalagens dos produtos. Adicione um palito em cada embalagem e leve ao freezer até endurecer.

Ingredientes:

- 1 iogurte Nuv de Morango 100 g
- 1 iogurte Nuv de Coco 100 g
- 1 iogurte Nuv de Frutas Vermelhas 100 g
- 1 iogurte Nuv de Frutas Amarelas 100 g
- Morango a gosto
- Coco a gosto
- Mirtilo a gosto
- Maracujá a gosto

DICAS

Utilize a própria embalagem do iogurte como forminha para o sorvete, é mais fácil, rápido e ainda evita desperdício!

