

Evento online
17 a 22 de novembro

Terra
Madre
Brasil

Alimentos *bons,*
limpos e justos
para todos.



Oficina de aproveitamento integral dos alimentos

O objetivo desta atividade é estimular os participantes a vivenciarem novas experiências e descobertas, com a finalidade de compreender e se aproximar do ciclo natural dos alimentos, para que ao final da oficina estejam aptos a aproveitar o alimento de forma integral.

Cupcakes de cenoura com cobertura ganache de chocolate com biomassa de banana verde | Rendimento 12 unidades

Ingredientes:

- logurte 200g – 1 copo de 200ml
- 3 ovos
- Óleo 200ml
- Cenoura 2un
- Farinha de trigo 350g (1 copo de 200ml +1/4)
- Açúcar 350g (1 copo de 200ml +1/4)
- Fermento em pó 30g (1 colher de sopa)

Modo de preparo:

1. Bata no liquidificador os ovos, óleo, cenoura e o iogurte.
2. Em uma vasilha grande, despeje a mistura do liquidificador, e acrescente a farinha de trigo, açúcar e o fermento.
3. Misture tudo até que se forme uma massa homogênea e lisa.

Realização:


Slow Food® Brasil

Correalização:

 **CAR**
COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO E AÇÃO REGIONAL

 **GOVERNO DO ESTADO**

SECRETARIA DE DESENVOLVIMENTO RURAL

 terramadrebrazil.org.br

Evento online

17 a 22 de novembro

Terra
Madre
Brasil

Alimentos *bons,
limpos e justos*
para todos.



2. Em uma vasilha grande, despeje a mistura do liquidificador, e acrescente a farinha de trigo, açúcar e o fermento.
3. Misture tudo até que se forme uma massa homogênea e lisa.
4. Coloque em forminhas de cupcakes até a metade.
5. Coloque em forno pré-aquecido a 180° e asse por 35 min.
6. Decore os bolinhos com Pesto de ramas e manjeriço.

Pesto de ramas de cenoura e manjeriço:

Bata no liquidificador: 150 ml de azeite, 50g de ramas de cenoura 50g de manjeriço, 1 dente de alho, 3 unidades de castanha do Brasil ou castanha de baru ou castanha de caju e 50g de queijo ralado. Até que se forme uma mistura homogênea e lisa.

- **Transformação de resíduos orgânicos em adubo**
- **Compostagem X minhocário**

Mão na massa: compostagem em garrafa pet

Materiais necessários:

- 1 garrafa pet de 2 litros transparente
- Palha ou folhas secas
- Serragem de madeira não tratada
- Adubo ou terra preta
- Resíduos orgânicos (casca de frutas, aparas de legumes, borra de café, etc..)

Vamos montar juntos?

Passo a passo:

- 1 - cortar o topo a garrafa pet (aproximadamente 7cm da tampa)

Realização:



Correalização:



SECRETARIA DE
DESENVOLVIMENTO RURAL

 terramadrebrazil.org.br

