

Bem-vindo ao "PanelaSieareense"! Nossa site é um destino online dedicado a explorar e celebrar a rica culinária do estado do Ceará, no nordeste do Brasil. Aqui, os visitantes têm a oportunidade de mergulhar em uma jornada gastronômica única, descobrindo os sabores autênticos e as tradições culinárias únicas dessa estado vibrante.

No "PanelaSieareense", destacamos uma ampla variedade de pratos típicos, desde os clássicos até os mais contemporâneos, oferecendo uma visão abrangente da diversidade gastronômica que o estado tem a oferecer. Dos pratos de frutos do mar frescos da costa às iguarias preparadas com carne de sol do sertão, cada mordida é uma experiência para os sentidos.

Além de apresentar receitas tradicionais e inspiradoras, o nosso site também compartilha histórias fascinantes por trás dos pratos, explorando a origem dos ingredientes, a influência cultural e as técnicas de preparação únicas que tornam a comida cearense tão especial.

Mais procuradas:



Integrantes:

Ana Carolina Clemente Cardoso da Silva
Ana Carolina Gonzaga da Silva
Átila Rufo Araújo Mendes da Silva
Fernanda Holanda Rodrigues
Maria Eliza Teófilo Ferreira
Sophia Mello de Lima

Contatos:

cardoso.carolina62@aluno.ifce.edu.br
ana.silva07@aluno.ifce.edu.br
atila.rufo05@aluno.ifce.edu.br
fernanda.holanda61@aluno.ifce.edu.br
maria.eliza61@aluno.ifce.edu.br
sophia.mello05@aluno.ifce.edu.br

@ avutech6@gmail.com

@avutech



Cuscuz

A criação do cuscuz é atribuída aos mouros berberes, grupo nômade que habita a região do deserto do Saara desde a pré-história que buscavam a facilidade de preparar e transportar o alimento. O primeiro registro de quem se tem notícia sobre o prato foi escrito em um livro de culinária magrebina, no século XIII.

Ingredientes:

- 1** 300 g de milharina
- 2** 1 copo (americano) de água
- 3** Sal a gosto

Modo de Preparo:

- 1** Coloque a milharina e o sal em um recipiente.
- 2** Acrecente água ao poucos e mexa bem.
- 3** Após a mistura, coloque tudo em uma cuscuzeira e leve ao fogo.
- 4** Quando a água da cuscuzeira começar a ferver coloque em fogo baixo e deixe no vapor por 5 minutos.
- 5** Sirva do modo que desejar.

Comentários:

Eduarda



Muito bom o melhor de todos.

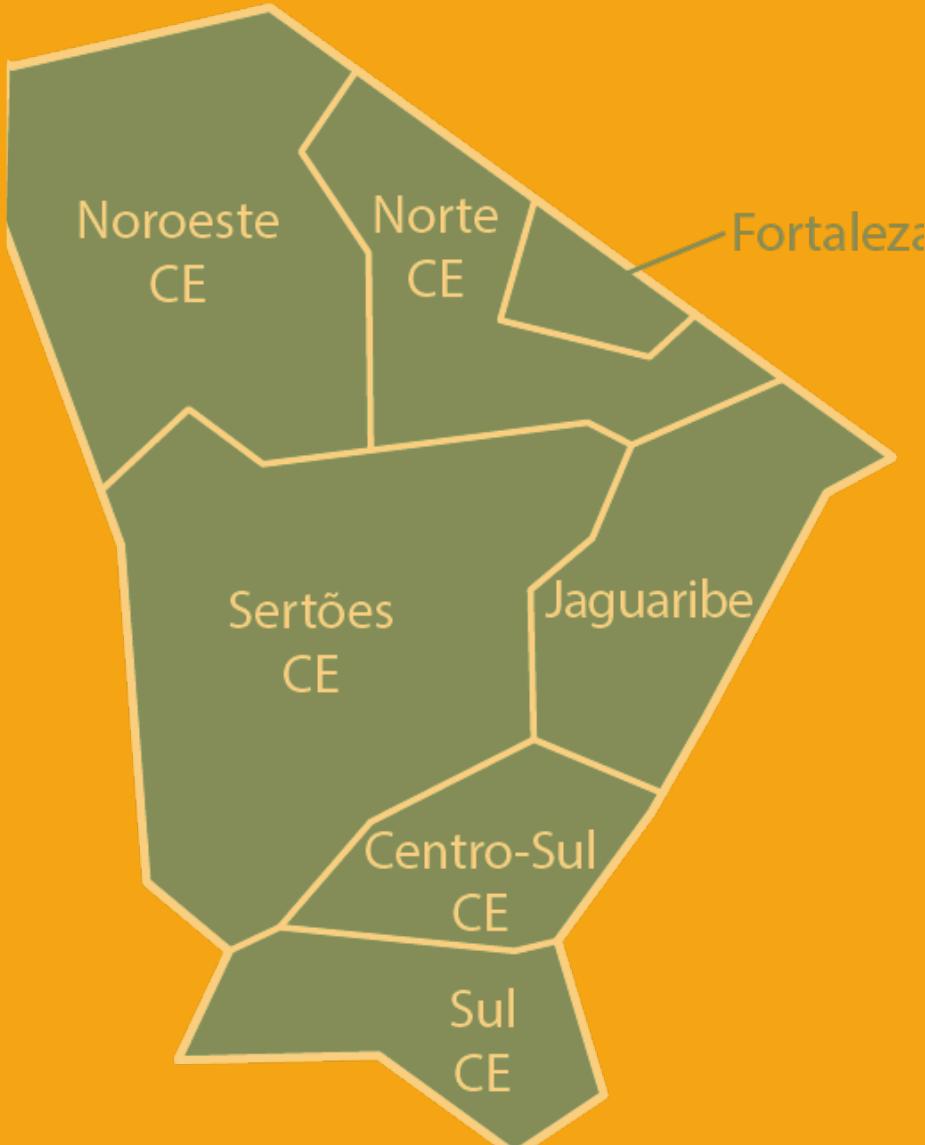
[Faça seu Comentário](#)

Pedro



Nada como um cuscuz no café da manhã e da tarde também kkkkk





Bem-vindo ao "PanelaSiearense"! Nosso site é um destino online dedicado a explorar e celebrar a rica culinária do estado do Ceará, no nordeste do Brasil. Aqui, os visitantes têm a oportunidade de mergulhar em uma jornada gastronômica única, descobrindo os sabores autênticos e as tradições culinárias únicas dessa estado vibrante.

No "PanelaSiearense", destacamos uma ampla variedade de pratos típicos, desde os clássicos até os mais contemporâneos, oferecendo uma visão abrangente da diversidade gastronômica que o estado tem a oferecer. Dos pratos de frutos do mar frescos da costa às iguarias preparadas com carne de sol do sertão, cada mordida é uma experiência para os sentidos. Além de apresentar receitas tradicionais e inspiradoras, o nosso site também compartilha histórias fascinantes por trás dos pratos, explorando a origem dos ingredientes, a influência cultural e as técnicas de preparação únicas que tornam a comida cearense tão especial.

Mais procuradas:



Integrantes:

Ana Carolina Clemente Cardoso da Silva
Ana Carolina Gonzaga da Silva
Átila Rufo Araujo Mendes da Silva
Fernanda Holanda Rodrigues
Maria Eliza Teófilo Ferreira
Sophia Mello de Lima

Contatos:

cardoso.carolina62@aluno.ifce.edu.br
ana.silva07@aluno.ifce.edu.br
atila.rufo05@aluno.ifce.edu.br
fernanda.holanda61@aluno.ifce.edu.br
maria.eliza61@aluno.ifce.edu.br
sophia.mello05@aluno.ifce.edu.br

avutech6@gmail.com

@avutech



Cuscuz

A criação do cuscuz é atribuída aos mouros berberes, grupo nômade que habita a região do deserto do Saara desde a pré-história que buscavam a facilidade de preparar e transportar o alimento. O primeiro registro de quem se tem notícia sobre o prato foi escrito em um livro de culinária magrebina, no século XIII.

Ingredientes:

- 1** 300 g de milharina
- 2** 1 copo (americano) de água
- 3** Sal a gosto

Modo de Preparo:

- 1** Coloque a milharina e o sal em um recipiente.
- 2** Acrecente água ao poucos e mexa bem.
- 3** Após a mistura, coloque tudo em uma cuscuzeira e leve ao fogo.
- 4** Quando a água da cuscuzeira começar a ferver coloque em fogo baixo e deixe no vapor por 5 minutos.
- 5** Sirva do modo que desejar.

Comentários:

Eduarda



Muito bom o melhor de todos.

[Faça seu Comentário](#)

Pedro



Nada como um cuscuz no café da manhã e da tarde também kkkkk





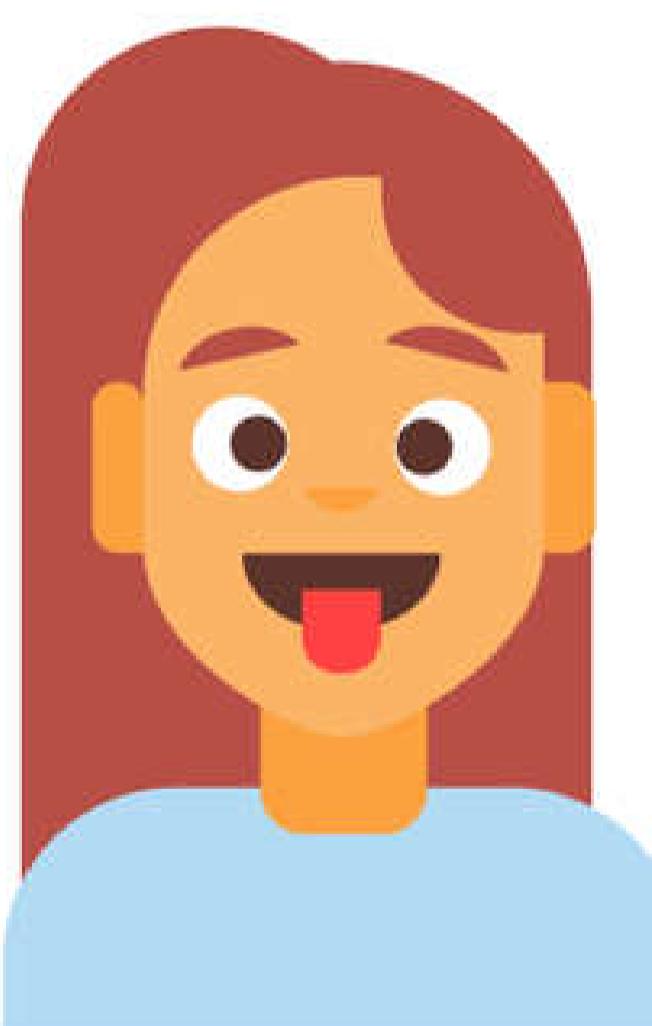
Sul do Ceará

**Tapioca****Cidade:** Vila Jericoacoara

A primeira vez que os portugueses viram uma tapioca foi em uma tribo de Pernambuco. Mas há registros de que os índio Cariris, do Ceará, também conheciam o alimento, à base de farinha de mandioca. O que eles nem imaginavam, é que ficaria muito melhor com manteiga e queijo.

**Cuscuz****Cidade:** Vila Jericoacoara

A criação do cuscuz é atribuída aos mouros berberes, grupo nômade que habita a região do deserto do Saara desde a pré-história que buscavam a facilidade de preparar e transportar o alimento. O primeiro registro de quem se tem notícia sobre o prato foi escrito em um livro de culinária magrebina, no século XIII.

**Nome:** SoSoML**Email:** SophiaMello@gmail.com**Senha:** • • • • •

Alterar

Favoritos:





Sul do Ceará



Tapioca

Cidade: Vila Jericoacoara

A primeira vez que os portugueses viram uma tapioca foi em uma tribo de Pernambuco. Mas há registros de que os índio Cariris, do Ceará, também conheciam o alimento, à base de farinha de mandioca. O que eles nem imaginavam, é que ficaria muito melhor com manteiga e queijo.



Cuscuz

Cidade: Vila Jericoacoara

A criação do cuscuz é atribuída aos mouros berberes, grupo nômade que habita a região do deserto do Saara desde a pré-história que buscavam a facilidade de preparar e transportar o alimento. O primeiro registro de quem se tem notícia sobre o prato foi escrito em um livro de culinária magrebina, no século XIII.