Quibe assado de quinua e ricota

Principais ingredientes: quinua crua, ricota ,queijo parmesão ralado, ervas finas desidratadas ou frescas.

Cogumelos shitake recheados com creme de brócolis

Ingredientes: cogumelos shitake, floretes de brócolis , creme de leite queijo ralado (parmesão ou gouda).

Ratatouille de potinho com Rap 10

Ingredientes: abobrinha , berinjela , Rap10, muçarela

SOPA GRATINADA DE CEBOLA

Ingredientes: cebolas, manteiga, farinha de trigo, leite ,queijo parmesão ralado

Penne verde com creme de brie e cebolas caramelizadas

Ingredientes: penne verde,queijo brie, creme de leite

Farofa de gérmen de trigo com maçã e castanha

Ingredientes: gérmen de trigo , ervas finas,castanhas do Pará,

maçã fuji

**Baião de dois**

Arroz com feijão elevado a outro nível de brasilidade. Feito com feijão fradinho ou de corda, o prato nordestino leva arroz, carne-seca, queijo coalho e temperos. Combina muito bem com macaxeira, como é conhecida a mandioca por lá. Com uma manteiguinha de garrafa por cima, então…

### ****Moqueca****

De peixe, camarão ou frutos do mar, o prato já ganhou versão vegetariana (deliciosa também!). A versão baiana do cozido leva pimentão vermelho, amarelo e verde, leite de coco e não economiza no azeite de dendê. Deve ser preparada na panela de barro!

### ****Pato no tucupi****

Um prato muito popular da culinária amazônica, que combina pato, tucupi (líquido extraído da mandioca brava) e jambu (aquela planta que deixa a língua dormente). Costuma ser servido com arroz e farinha de mandioca.

### ****Tacacá****

De origem indígena, o tacacá é um tipo de caldo mais denso, feito com goma de tapioca, caldo de tucupi, sal, jambu, alho, camarão e pimenta. É servido na cuia, um recipiente também conhecido como cabaça, feito com o fruto da cuieira.

### ****Caldo de piranha****

Piranha é um peixe voraz e delicioso, principalmente neste tradicional caldo matogrossense. Temperado com cebola, pimentão e outras especiarias, a receita é simples e nutritiva, muito consumida no dia a dia.

### ****Feijoada****

Essa dispensa apresentações. A combinação de carne de porco com feijão preto ainda ganha acompanhamentos irresistíveis: couve, farofa, rodelas de laranja e arroz branco.