



A Chef

Minha jornada com a Chef Mais Leve começou com um pedido simples da minha filha Taila, que queria que eu fizesse o bolo e as lembranças para o seu casamento em 2015. Sem experiência técnica, mas com grande amor pela cozinha, esse evento me impulsionou numa busca apaixonada por conhecimento em confeitaria. Logo, essa paixão evoluiu para a venda de lanches e doces, e com o tempo, movida pelo desejo de promover saúde e bem-estar, comecei a criar receitas mais saudáveis, enfrentando desafios técnicos e financeiros pelo caminho.

Decidida a superar esses desafios, retornei aos estudos aos 47 anos, mergulhando no mundo da Gastronomia com o apoio incondicional da minha família. Essa etapa reacendeu minha paixão por uma alimentação saudável e inclusiva, levando-me a empreender de forma mais estruturada. A mudança para Penha em SC, foi um novo começo, onde, com a ajuda do meu marido, iniciei a produção dos “Doces do Bem”, um marco na nossa história. A virada veio quando meu filho fez a ponte para apresentar meus produtos em sua empresa, e um encontro furtivo com o pastor Sandro Rocha da Igreja Porto de Cristo, ampliou a visibilidade da Chef Mais Leve. Esses momentos marcaram o início de uma emocionante trajetória de sucesso. Agora, a Chef Mais Leve não é apenas uma marca, é a materialização de um sonho, comprometida com a saúde e bem-estar e a prova de que, com amor e dedicação, é possível transformar paixão em profissão.

Produtos

Descubra o sabor da harmonia entre saúde e prazer em cada experiência conosco.



Chás e Infusões

Nossa carta de chás e infusões tem como objetivo refinar e criar misturas de folhas soltas, frutas e especiarias.

O sabor, a singularidade e a qualidade de cada ingrediente, são resultados naturais dos nossos blends.

Nos preocupamos com cada etapa do processo de produção de forma harmônica.





Amanhecer

Ingredientes:

- Capim Limão (*Cymbopogon citratus*)
- Gengibre (*Zingiber officinale*)
- Limão (*Citrus limon*)
- Pimenta Rosa (*Schinus terebinthifolia*)

Indicação:

- Imunidade
- Antioxidante
- Anti-inflamatório
- Antifúngica





Serenissimo

Ingredientes:

- Melissa (*Melissa officinalis*)
- Hortelã (*Mentha spicata*)
- Lavanda (*Lavandula officinalis*)
- Camomila (*Matricaria recutita*)
- Maçã (*Malus domestica*)

Indicação:

- Insônia
- Má digestão
- Ansiedade
- Cólica menstrual





Rosé

Ingredientes:

- Capim limão (*Cymbopogon citratus*)
- Eucalipto (*Eucalyptus*)
- Hibisco (*Hibiscus* L.)
- Laranja (*Citrus sinensis*)
- Tangerina (*Citrus reticulata*)
- Maçã (*Malus domestica*)

Indicação:

- Diurético
- Antisséptico
- Anti-inflamatório
- Má digestão





Solaire

Ingredientes:

- Chá Verde Importado (*Camellia sinensis*)
- Alecrim (*Rosmarinus officinalis*)
- Jasmim (*Jasminum*)
- Hortelã (*Mentha spicata*)

Indicação:

- Rejuvenescedora
- Antisséptica
- Anti-inflamatório
- Concentração





Young

Ingredientes:

- Amoreira (*Morus nigra*)
- Camomila (*Matricaria recutita*)
- Nibs de Cacau
- Pimenta Rosa (*Schinus terebinthifolia*)

Indicação:

- Saúde oral
- Desintoxicante
- Antioxidante
- Rejuvenecedor



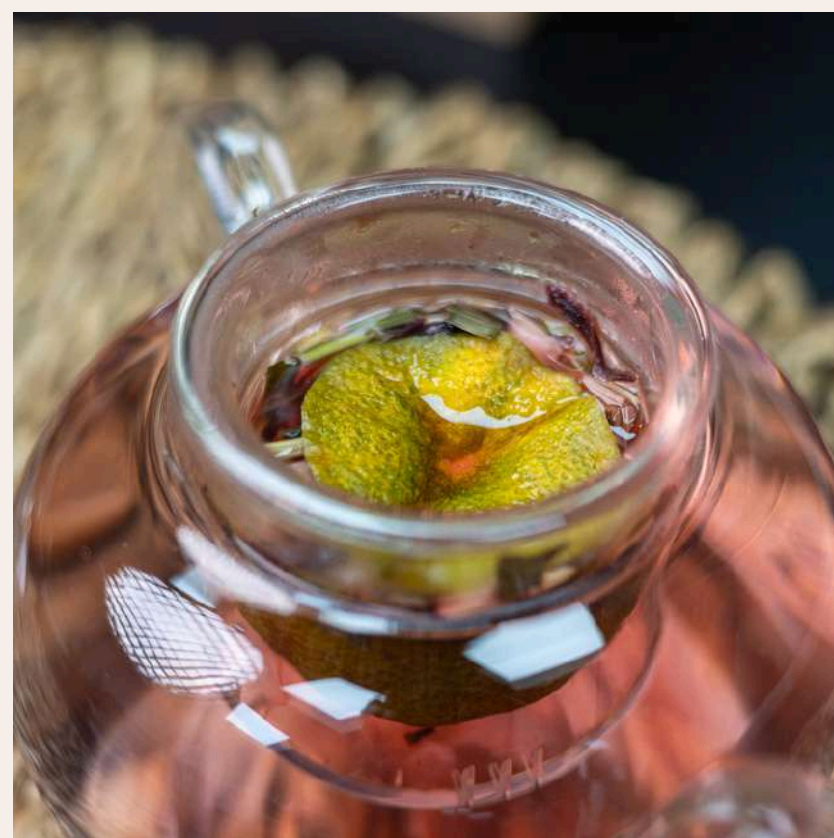


Infusões Premium

Nossas trouxinhas tem como objetivo proporcionar um momento super agradável aos olhos e ao paladar.

PU-ERH nossa versão do milenar chinês, traz no interior da tangerina desidratada, um inventivo blend.

Experiência que você precisa provar!



Chef
+leve



Trouxinhas Abacaxi

Ingredientes:

- Abacaxi (Ananas comosus)
- Cravo (Dianthus caryophyllus)
- Canela (Cinnamomum zeylanicum)

Indicação:

- Antimicrobiano
- Anti-inflamatório
- Desintoxicante
- Termogênico

Trouxinhas Maçã

Ingredientes:

- Abacaxi (Ananas comosus)
- Maçã (Malus domestica)
- Cravo (Dianthus caryophyllus)
- Canela (Cinnamomum zeylanicum)

Indicação:

- Antimicrobiano
- Anti-inflamatório
- Má digestão
- Termogênico

Trouxinhas Calêndula

Ingredientes:

- Abacaxi (Ananas comosus)
- Calêndula (Calendula officinalis)
- Anis (Pimpinella anisum)
- Goji berry (Lycium barbarum)

Indicação:

- Antioxidante
- Cicatrização
- Antifúngica
- Cólica

Trouxinhas Capim-limão

Ingredientes:

- Abacaxi (Ananas comosus)
- Capim-limão (Cymbopogon citratus)
- Gengibre (Zingiber officinale)
- Limão (Citrus limon)

Indicação:

- Antimicrobiano
- Anti-inflamatório
- Desintoxicante
- Termogênico





PU-EHR

Ingredientes:

- Capim limão (*Cymbopogon citratus*)
- Eucalipto (*Eucalyptus*)
- Hibisco (*Hibiscus* L.)
- Laranja (*Citrus sinensis*)
- Tangerina (*Citrus reticulata*)
- Maçã (*Malus domestica*)

Indicação:

- Diurético
- Antisséptico
- Anti-inflamatório
- Má digestão



Snacks Naturais

Snack natural feito a partir do processamento de frutas. Desidratados à baixíssima temperatura por um longo período de tempo. Mantendo assim todos os nutrientes e realçando os sabores.





Rodelas Laranjas

Fatias de laranja desidratada banhadas
as suas bordas no mais delicioso
chocolate zero açúcar.

Ingredientes:

- Laranja Bahia desidratada
- Chocolate Meio Amargo





Barrinhas Naturais

Snack natural feito a partir de lâminas
sobrepostas de frutas sazonais
desidratadas à baixíssima temperatura
por um longo período de tempo.
Mantendo assim todos os nutrientes e
realçando os sabores.
Cada camada, uma explosão de sabores!!





Chocolates Proteicos

Nosso cacau vem de nosso maior tesouro, a
Amazônia!

Vindo de produtores sustentáveis, o cacau nativo da
Amazônia, tem particularidades que estão além da sua
composição, ele trás benefícios sociais na região.
Chocolates veganos, zero e com bioativos naturais

Ingredientes:

- Chocolate branco vegano com bioativos
- Hibisco
- Morango
- Framboesa
- Cranberry
- Colágeno





Granolas

Nossas granolas trazem saciedade, são versáteis e deliciosas, feitas com aveia sem glúten e um mix incrível de grãos, castanhas, temperos naturais, nuts, sementes e especiarias, produto de alta qualidade

Chef
+leve



Granola Salgada

Nossa granola salgada é perfeita como lanche rápido ou para complementar suas refeições. Adicione-a em saladas, sopas, iogurtes ou misture com frutas frescas para um lanche completo e saboroso.

Ingredientes:

- Aveio em flocos
- Amêndoas defumadas
- Chips de tomate desidratado
- Pepita de abóbora
- Girassol
- Flocos de arroz
- Gergelim
- Azeite extra virgem
- Temperos naturais diversos





Essa granola é riquíssima em nutrientes, o termo "doce" se deve a um percentual muito baixo de açúcar de coco. Perfeita para o café da manhã ou lanche.

Ingredientes:

- Aveia em flocos
- Amêndoas
- Chips e flocos de côco
- Morango desidratado
- Kiwi desidratado
- Pepita de abóbora
- Girassol
- Flocos de arroz
- Óleo de coco
- Açúcar de coco
- Especiarias naturais diversos.





Nutrindo o corpo e alma, com xicaras que fazem bem.

Chef Cris