**Pratos Vegetarianos**

1. \*\*Espaguete de Abobrinha com Molho Pesto:\*\*

- Ingredientes: Abobrinhas cortadas em espaguete, manjericão fresco, azeite de oliva, alho, castanha de caju ou pinoli, queijo parmesão ralado (opcional), sal e pimenta a gosto.

2. \*\*Torta de Legumes:\*\*

- Ingredientes: Massa para torta (pode ser massa folhada ou massa integral), brócolis, cenoura, abobrinha, cebola, alho, queijo vegetal (opcional), ovos ou substituto de ovos, leite vegetal, sal e pimenta a gosto.

3. \*\*Hambúrguer de Grão-de-bico:\*\*

- Ingredientes: Grão-de-bico cozido, cebola, alho, cenoura ralada, aveia em flocos, salsinha, cominho, sal, pimenta, azeite de oliva.

- Modo de preparo: Amasse o grão-de-bico cozido e misture com os outros ingredientes. Molde em forma de hambúrguer e grelhe em uma frigideira com um pouco de azeite até dourar dos dois lados.

4. \*\*Curry de Legumes:\*\*

- Ingredientes: Batata-doce, cenoura, abobrinha, couve-flor, cebola, alho, gengibre, leite de coco, curry em pó, cominho em pó, coentro em pó, sal, pimenta, azeite de oliva.

**Pratos com carne**

Claro, aqui estão quatro opções de pratos principais com carne:

1. \*\*Filé Mignon Grelhado com Molho de Mostarda:\*\*

- Ingredientes: Filé mignon, mostarda Dijon, mel, alho, azeite de oliva, sal e pimenta a gosto.

2. \*\*Frango ao Curry com Leite de Coco:\*\*

- Ingredientes: Peito de frango cortado em cubos, cebola, alho, gengibre, curry em pó, leite de coco, tomate, coentro fresco, sal e pimenta a gosto.

3. \*\*Costelinha de Porco Assada com Molho Barbecue:\*\*

- Ingredientes: Costelinha de porco, molho barbecue, alho, cebola, páprica, açúcar mascavo, sal e pimenta a gosto.

4. \*\*Bife à Parmegiana:\*\*

- Ingredientes: Bifes de carne (como filé mignon, alcatra ou contrafilé), farinha de trigo, ovos, farinha de rosca, molho de tomate, queijo mussarela, queijo parmesão ralado, sal e pimenta a gosto.

**Drinks**

Claro, aqui estão quatro opções de drinks:

1. \*\*Mojito:\*\*

- Ingredientes:

- 60 ml de rum branco

- 30 ml de suco de limão

- 15 ml de xarope de açúcar (ou a gosto)

- 8-10 folhas de hortelã

- Água com gás

- Gelo

2. \*\*Gin Tônica:\*\*

- Ingredientes:

- 60 ml de gin

- 120 ml de água tônica

- Fatia de limão

- Gelo

3. \*\*Caipirinha de Morango:\*\*

- Ingredientes:

- 60 ml de cachaça

- 2 morangos cortados em pedaços

- 1 colher de sopa de açúcar

- Suco de meio limão

- Gelo

4. \*\*Piña Colada:\*\*

- Ingredientes:

- 60 ml de rum branco

- 90 ml de suco de abacaxi

- 30 ml de leite de coco

- 15 ml de xarope de açúcar (opcional)

- Gelo

**Sobremesas**

1. \*\*Mousse de Maracujá:\*\*

- Ingredientes:

- Polpa de 4 maracujás

- 1 lata de leite condensado

- 1 lata de creme de leite

- 1 envelope de gelatina sem sabor

- 4 colheres de sopa de água

-

2. \*\*Torta de Limão:\*\*

- Ingredientes para a massa:

- 200g de biscoito maisena

- 100g de manteiga derretida

- Ingredientes para o recheio:

- 1 lata de leite condensado

- Suco de 3 limões

- Raspa de limão para decorar

3. \*\*Pavê de Morango:\*\*

- Ingredientes:

- 1 pacote de biscoito champanhe

- 500g de morangos picados

- 1 lata de leite condensado

- 1 lata de creme de leite

- 1 xícara de leite

- 2 colheres de sopa de amido de milho

- 1 colher de chá de essência de baunilha

4. \*\*Pudim de Coco:\*\*

- Ingredientes:

- 1 lata de leite condensado

- 1 medida (da lata) de leite de coco

- 3 ovos

- 1 xícara de açúcar para caramelizar a forma