

A wooden cutting board with various cheeses, cherry tomatoes, and herbs. At the top, there is a small white cheese wheel, possibly a Brie, surrounded by green herbs. Below it, several cubes of yellow cheese with red specks are arranged. In the center, a white rectangular box with a black border contains the title and subtitle. At the bottom, there is a large pile of yellow cheese cubes, red cherry tomatoes, and green herbs.

RECEITAS DA TIA CÉU

RECEITAS DE NATAL

LIVRO 10

Em destaque nesta Edição

08

Bacalhau

O bacalhau da consoada apresentado de forma um pouco diferente.

09

Arroz de Polvo

O polvo é o Rei da Consoada no Norte do país. enquanto nas outras zonas, mais a sul, se come bacalhau, cabrito e peru.

11

Perna de Perú

O peru é um dos pratos típicos do Natal, muito popular entre os portugueses

16

As Azevias

As Azevias de Grão, doce típico do Alentejo, já é referenciado no Livro de Receitas do Convento de Santa Clara.

19

Os Presentes

É na cozinha que encontro inspiração para as melhores prendas e é à cozinha que o espírito de Natal vem ter comigo.



Outra vez Natal???

A TIA CÉU

Parece que foi no mês passado e no entanto já se passou um ano desde que partilhei convosco as minhas estórias e receitas de Natal. Aqui está o e-book de Natal (saltei o de Outono, espero que me perdoem!) mas este tem mais receitinhas, dicas e estórinhas. E também sugestões de presentes DIY!

E pronto! Fico sempre atónita quando o calendário me lembra que já é Natal, que já é Páscoa, que já é Verão outra vez! O tempo, esse déspota com quem mantenho uma relação de Amor/Ódio, não se detém para nada e marcha em passinhos silenciosos e certinhos, e leva-nos atrelados a ele e nem nos apercebemos, tal é a voragem das nossas vidas quotidianas. Mas quem tiver um pouco de paciência e conseguir viver o aqui e agora, com a consciência da marcha do tempo sobre as suas rodinhas de segundos, verá que afinal, o tempo é o que nos permite avançar, evoluir, ganhar tanto que a vida tem de bom.

Uma das coisas que a vida e o tempo me trazem de bom, todos os dias, é a possibilidade de cozinhar e de partilhar convosco as minhas receitas. Vou deixar-vos aqui algumas receitas tradicionais do meu Alentejo e não só! Espero que gostem e que experimentem fazer o que aqui vos deixo, com muito carinho e os sinceros votos de Feliz Natal!

Receitas de Natal





As Entradas

SOPA DE BRÓCOLOS



No tempo frio sabe sempre bem uma sopinha quente. Além de nutritiva e excelente fornecedora de vitaminas e sais minerais, a sopa prepara o estômago para outros pratos e, ao saciar logo no início da refeição, também impede que se “empanturre” com o resto da refeição, o que também ajuda a não cometer excessos e chegar ao final das festas natalícias com o peso perfeitamente controlado.

Esta sopa aproveita os pés dos brócolos (que entretanto já utilizou para fazer arroz de brócolos). É muito boa e fácil de fazer.

"No tempo frio sabe sempre bem uma sopinha quente."

Pique o talo de 1 pé de brócolos (+/- 150g) em pedaços pequenos e leve ao lume numa panela juntamente com 100g de cebola picada, 2 alhos-franceses em rodela, 300g de courgettes cortadas em cubos e os talos picados de 1 ramo de coentros. Regue com 3 colheres de sopa de azeite, tempere com 1 colher de sopa de sal e leve a estufar, tapado e sobre lume muito brando, até os legumes estarem tenros. Adicione cerca de 1l de água a ferver e as folhas dos coentros e triture tudo com a varinha mágica.

MOUSSE DE ATUM



Sendo o Natal a festa da família, é ao redor da mesa da consoada ou no dia 25, que todos se reúnem para celebrar o nascimento de Jesus ou para celebrar a família e os amigos, que também são família, a do coração.

Entre iguarias mais ou menos tradicionais, entre doces e guloseimas típicas da época, enquanto se espera pela refeição principal, há sempre espaço para mais um petisco, uma tostinha, uma frutinha, uma entrada ou algo que entretenha o tempo e o estômago para o festim que se segue. Aqui fica um entrada super simples de fazer, que vai bem com uma tosta, uma torrada, uma bolachinha salgada ou uma fatia de pão quentinho.

Ingredientes:

- 350g de filetes de atum em azeite
- 100g de manteiga sem sal
- 1 dente de alho
- 1 pitada de orégãos
- 1 c. chá de salsa picada
- Raspa de um limão grande

"Enquanto se espera pela refeição principal, há sempre espaço para mais um petisco"

Coloque o alho picado, o sal os orégãos e a salsa num processador ou picadora e pique tudo. Junte a manteiga e volte a bater até obter uma massa homogénea. Acrescente o atum, depois de escorrido e desfeito, e a raspa do limão. Bata até obter uma mousse. Coloque em pequenas taças no frigorífico e enfeite com rodelinhas de beterraba.

Se quiser obter uma mousse mais leve, substitua a manteiga por maionese feita em casa.



O Peixe

BACALHAU COM VINHO DO PORTO



O bacalhau é rei na consoada dos portugueses. Mas não tem que ser sempre cozinhado da mesma forma, isto é, com couves e batatas. O bacalhau, entre nós tem mais de 100 maneiras de ser cozinhado. Por isso, não faz mal nenhum inovar e mudar um pouco as tradições seculares do nosso povo. Bacalhau é bacalhau, vamos lá cozinhar o dito de forma a surpreender a família.

Ingredientes:

- 4 postas de bacalhau demolhado
- 2dl de azeite
- 1kg de tomate maduro
- 2 dentes de alho
- 1 ramo de salsa
- 200g de cogumelos
- 1 cálice de vinho do Porto seco
- 800g de batatas
- 2 ovos
- Farinha, pão ralado, sal e pimenta q.b.

"E agora vamos lá falar a sério, que é como quem diz, vamos lá comer comida de gente."

Limpe o bacalhau de peles e espinhas e corte-o em filetes. De seguida, passe-os por farinha, frite-os no azeite e coloque-os a escorrer sobre papel absorvente.

No mesmo azeite, faça um refogado com o tomate picado, sem pele nem sementes, os alhos esmagados, a salsa picada, os cogumelos cortados em pedaços e o vinho do Porto. Tempere com sal e pimenta e deixe cozinhar em lume brando por cerca de 15 minutos.

Entretanto, descasque as batatas e coza-as em água temperada com sal. Depois de bem cozidas, passe-as por ovo batido e frite-as em azeite.

Disponha os filetes no prato refractário, regue-os com o molho de tomate e salpique-os com pão ralado.

Leve ao forno, durante 15 minutos. Sirva acompanhado com as batatas.

ARROZ DE POLVO COM VINHO TINTO



O polvo é o Rei da Consoada no Norte do país. Enquanto nas outras zonas, mais a sul, se come bacalhau, cabrito e peru, na zona raiana, que vai do Minho a Trás-os-Montes, é o polvo que faz as delícias das gentes nortenhas. A proximidade com a Galiza, onde há uma verdadeira obsessão por este molusco e o facto de ser considerado um alimento nobre, faz com que o polvo continue a ser, desde há muitos anos, uma tradição que não dá sinal de vacilar.

O costume é comer o polvo cozido com batatas e regado comum fio de azeite mas vou deixar-vos uma receita de polvo um pouco diferente, para não quebrar a tradição mas para ser um pouco diferente do habitual.

Ingredientes:

- 1,2kg de polvo congelado (400g de polvo cozido)
- 2 cebolas médias
- Sal q.b.
- 1,5dl de vinho tinto
- 4c. sopa de azeite
- 2 dentes de alho
- 1 malagueta piripiri
- 2 a 3 c. sopa de molho de tomate
- 1 ramo de salsa
- 1 folha de louro
- 250g de arroz carolino
- Água q.b.

"O polvo é o Rei da Consoada no Norte do país. Na zona raiana, que vai do Minho a Trás-os-Montes, é o polvo que faz as delícias das gentes nortenhas."

Num tacho, coloque o polvo congelado com uma cebola inteira descascada. Tape e deixe cozer em lume brando. Quando a cebola estiver cozida, o polvo também estará. Escorra-o, corte-o em pedaços, tempere com sal e reserve.

Coe o líquido desta cozedura e junte-lhe vinho tinto e água, até perfazer 7dl de caldo.

Em azeite, aloure os alhos, a restante cebola e a malagueta, tudo picado. Junte o molho de tomate, o ramo de salsa atado com a folha de louro e o caldo preparado. Tempere com sal e, assim que retomar fervura, junte o arroz e mexa. Tape o tacho e deixe cozer entre 13 a 15 minutos. Pouco antes de terminar a cozedura, adicione o polvo já cortado. Sirva sem demora, para que não seque nem fique demasiado cozido. Acompanhe com salada de alface, temperada com molho vinagreta.

A close-up photograph of a roasted pork knuckle (Carré de Porc) resting on a wooden cutting board. The skin is golden-brown and crispy, with a sprig of fresh rosemary tucked into the top. A large, thick slice has been cut from the side, revealing the tender, pinkish-red meat inside. Another sprig of rosemary lies on the sliced portion. The background is a rustic wooden surface.

A Carne

PERNA DE PERÚ COM PASSAS E NOZES



Muito popular entre os portugueses, o Perú é um alimento nutritivo, carne magra e saudável tão do agrado de adultos e grávidos. Entre nós, na época do Natal, as receitas de família e as tradições de cada região do país dão-nos um sem número de maneiras diferentes de cozinhar o Perú. Eu gosto de inovar e de inventar receitas e, inspirada na receita de Perú recheado que a minha mãe prepara todos os anos, resolvi fazer de modo diferente. Mas as nozes e as passas estão lá, para que a mãe não diga que Perú sem nozes e sem passas não sabe a nada!

Ingredientes:

- 1 perna de Perú (1,5kg)
- 1 chouriço de carne
- 3 c. sopa de metades de nozes
- 3 c. sopa de passas
- 1 c. sobremesa de colorau
- 1 dl de vinho branco
- 1 dl de azeite
- 1 molho de espinafres
- 4 dentes de alho
- 300g de broa de milho
- Sal e pimenta q.b.

"O Perú é um dos pratos típicos do Natal, muito popular entre os portugueses"

Prepare a perna de Perú, retirando o osso e a carne excedente, reservando-a, e, com uma faca, abra a perna. Pique bem o chouriço e o miolo de noz e envolva ambos com as passas. Distribua sobre o Perú, juntamente com a carne reservada e enrole, atando um fio de cozinha. Disponha o rolo de Peru num tabuleiro, polvilhe-o com o colorau e tempere com sal e pimenta. Regue com o vinho e metade do azeite e leve a meio do forno a 180°C, por 35 minutos.

Escalde os espinafres em água abundante. Pique os dentes de alho e refogue-os no restante azeite. Junte os espinafres escorridos e deixe saltear. No fim, junte a broa esfarelada sem cêdea e envolva. Retire e sirva com a perna fatiada, decorado a gosto.

LOMBO DE PORCO COM AMEIXAS



E como no Natal há sempre quem não goste nem de bacalhau, nem de peru nem de polvo, aqui fica uma receita para os mais “esquisitos” de boca. Um Lombo de Porco com Ameixas, que fica sempre bem, é simples, não dá muito trabalho a preparar e o que sobra pode sempre ficar para o dia seguinte, com uma salada ou para uma marmitta (porque o Natal só é todos os dias em espírito, não é? No dia seguinte há quem trabalhe!).

Ingredientes:

- 1kg de lombo de porco
- Ameixas sem caroço q.b
- 4 folhas de salva seca
- Vinho branco seco ou vinho do Porto q.b.
- Sal e Pimenta em grão

"Um Lombo de Porco com Ameixas, fica sempre bem, é simples e não dá muito trabalho"

Comece por escolher um lombo de porco de excelente qualidade, mantendo-lhe um pouco de gordura. Faça algumas incisões de um e outro lado e introduza as ameixas secas a que retirou os caroços. Pise num almofariz o sal grosso suficiente para temperar a carne, juntamente com a pimenta e as folhas de salva partidas em bocadinhos. Espalhe a mistura assim obtida sobre um papel de alumínio estendido sobre a bancada. Coloque a carne sobre o papel e role-a até a mistura aderir completamente à carne. Coloque depois a carne num tabuleiro e leve a assar em forno bem quente, borrifando de vez em quando com o vinho até ficar bem dourado. Sirva acompanhado, caso queira, com um chutney de manga, ou ananás, tomate ou pimentos e arroz de especiarias.

Os Doces

Como nunca são demais, as receitas da doçaria tradicional de Natal merecem sempre destaque no nosso livrinho desta época.

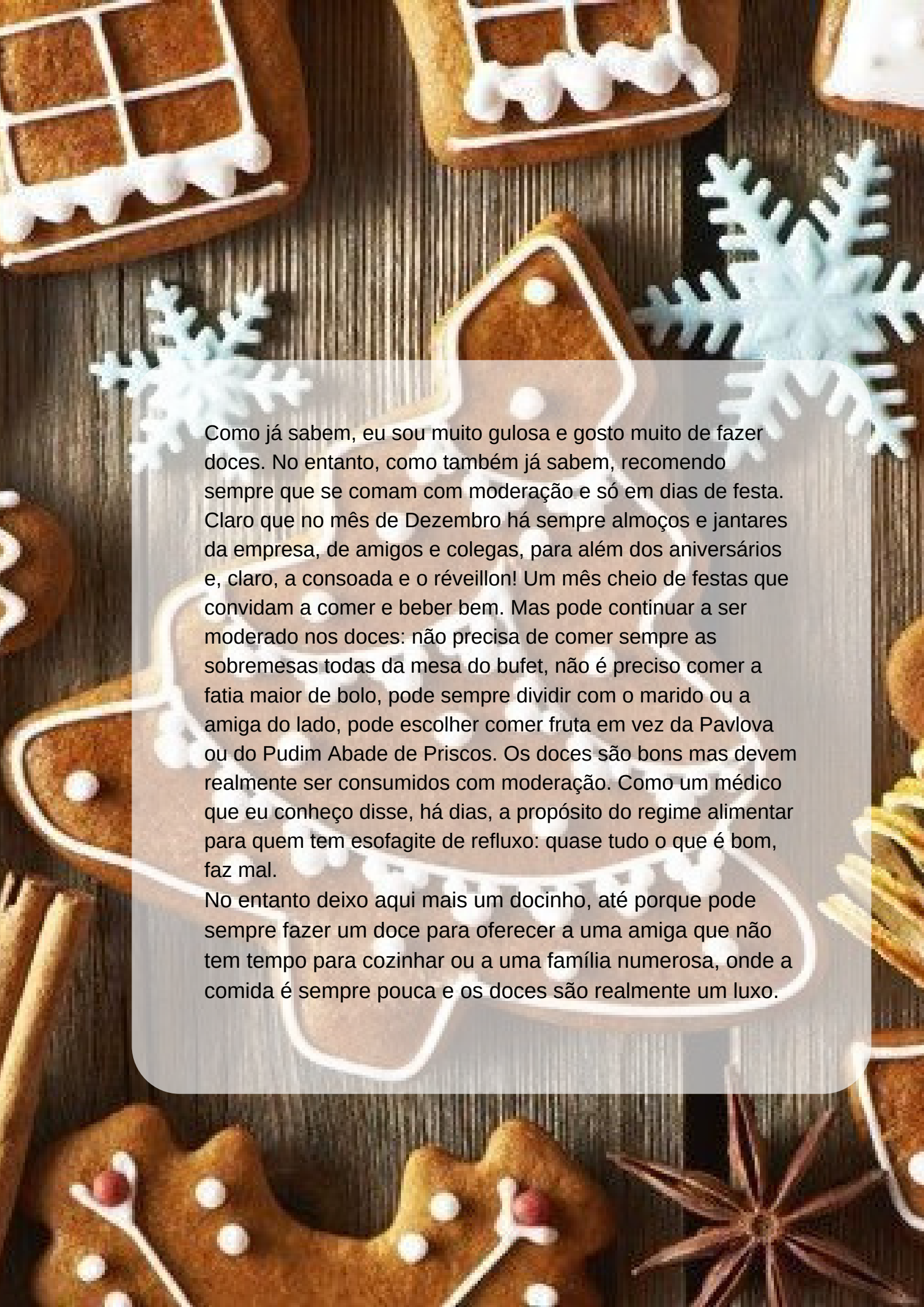
As Azevias de Grão, doce típico do Alentejo, já é referenciado no Livro de Receitas do Convento de Santa Clara. Trata-se de um pastel em forma de meia lua, alongado, feito de uma massa tenra e recheado com doce de grão de bico, doce de batata-doce, gila ou marmelada.

A Minha mãe sempre fez estes pastéis em casa da minha avó, onde vivíamos em comunhão de famílias: os meus pais, os meus avós e a minha tia, mãe solteira do meu primo e companheiro de brincadeiras. A pequena tribo ficava sempre agitada quando se aproximava o dia de fazer as Filhoses e as Azevias. A minha mãe, mulher enérgica e jovem, cheia de vida e força, amassava a massa, que devia ser “sovada” antes de repousar e levedar num alguidar de barro, coberta com um pano branco, impecavelmente limpo e engomado.

Entretanto já o grão tinha sido cozido e passado pelo passe vite (as peles tinham sido retiradas, uma a uma, com a minha ajuda, mãos pequeninas e hábeis). Fazer o doce requer perícia e mão certa para o açúcar. Pau de canela e casca de limão. Uma colher de pau e um tacho grande e eis que o doce começa a fazer ponto de estrada. Quase, quase no ponto!

Massa levedada, rolo de massa e carretilha, doce numa tigela de vidro: e começa o trabalho de fazer, uma a uma, os pastelinhos que iriam compor a mesa da consoada e alegrar os palatos de toda a família e amigos que nos visitassem nesta quadra. A minha mãe fazia os pastéis, o meu avô fritava-os, a minha tia passava-os por açúcar e canela e a minha avó supervisionava as tarefas todas e ainda entretinha os miúdos para que não estorvassem o trabalho nem comessem demasiados pastéis.

Aqui está a receita das Azevias de Grão, tal como a minha mãe as fazia. Pode substituir o grão por igual quantidade de batata-doce ou gila, ou até mesmo marmelada.



Como já sabem, eu sou muito gulosa e gosto muito de fazer doces. No entanto, como também já sabem, recomendo sempre que se comam com moderação e só em dias de festa. Claro que no mês de Dezembro há sempre almoços e jantares da empresa, de amigos e colegas, para além dos aniversários e, claro, a consoada e o réveillon! Um mês cheio de festas que convidam a comer e beber bem. Mas pode continuar a ser moderado nos doces: não precisa de comer sempre as sobremesas todas da mesa do bufet, não é preciso comer a fatia maior de bolo, pode sempre dividir com o marido ou a amiga do lado, pode escolher comer fruta em vez da Pavlova ou do Pudim Abade de Priscos. Os doces são bons mas devem realmente ser consumidos com moderação. Como um médico que eu conheço disse, há dias, a propósito do regime alimentar para quem tem esofagite de refluxo: quase tudo o que é bom, faz mal.

No entanto deixo aqui mais um docinho, até porque pode sempre fazer um doce para oferecer a uma amiga que não tem tempo para cozinhar ou a uma família numerosa, onde a comida é sempre pouca e os doces são realmente um luxo.

PUDIM DE GEMAS E VINHO DO PORTO



Pré aqueça o forno a 180°C. Ponha num tacho 300g de açúcar, 3dl de água, a manteiga, a casca de limão e o pau de canela e leve a lume brando. Ferva dois minutos e retire.

Bata as gemas com o vinho do Porto até obter um creme fofo e esbranquiçado. Retire a casca do limão e o pau de canela da calda e envolva-a com o creme de gemas, mexendo bem.

Prepare um ponto de caramelo com o restante açúcar e 1/2dl de água, deite-o na forma e gire-a para forrar bem, adicionando em seguida o preparado de ovos. Leve ao forno em banho-maria cerca de uma hora. Deixe arrefecer completamente antes de desenformar.

"Este pudim de gemas e vinho do Porto é muito bom mas um pouco "pesado" e muito doce. Por isso, coma só um bocadinho mas saboreie com prazer."

Ingredientes:

- 300g de açúcar
- 3dl de água + 1/2dl
- 20g de manteiga sem sal
- 1 casca de limão
- 1 pau de canela
- 12 gemas
- ½ dl de vinho do Porto



AZEVIAS

Como nunca são demais, as receitas da doçaria tradicional de Natal merecem sempre destaque no nosso livrinho desta época.

As Azevias de Grão, doce típico do Alentejo, já é referenciado no Livro de Receitas do Convento de Santa Clara. Trata-se de um pastel em forma de meia lua, alongado, feito de uma massa tenra e recheado com doce de grão de bico, doce de batata-doce, gila ou marmelada.

A Minha mãe sempre fez estes pastéis em casa da minha avó, onde vivíamos em comunhão de famílias: os meus pais, os meus avós e a minha tia, mãe solteira do meu primo e companheiro de brincadeiras. A pequena tribo ficava sempre agitada quando se aproximava o dia de fazer as Filhoses e as Azevias. A minha mãe, mulher enérgica e jovem, cheia de vida e força, amassava a massa, que devia ser “sovada” antes de repousar e levedar num alguidar de barro, coberta com um pano branco, impecavelmente limpo e engomado.

Entretanto já o grão tinha sido cozido e passado pelo passe vite (as peles tinham sido retiradas, uma a uma, com a minha ajuda, mãos pequeninas e hábeis). Fazer o doce requer perícia e mão certa para o açúcar. Pau de canela e casca de limão. Uma colher de pau e um tacho grande e eis que o doce começa a fazer ponto de estrada. Quase, quase no ponto!

Massa levedada, rolo de massa e carretilha, doce numa tigela de vidro: e começa o trabalho de fazer, uma a um, os pastelinhos que iriam compor a mesa da consoada e alegrar os palatos de toda a família e amigos que nos visitassem nesta quadra. A minha mãe fazia os pastéis, o meu avô fritava-os, a minha tia passava-os por açúcar e canela e a minha avó supervisionava as tarefas todas e ainda entretinha os miúdos para que não estorvassem o trabalho nem comessem demasiados pastéis.

AZEVIAS DE GRÃO



Junte o açúcar com a água e deixe ferver, até obter ponto de fio forte. Triture o grão e junte-lhe as gemas e o ovo. Adicione o açúcar em fio, mexendo sempre. Acrescente a raspa de limão e a canela. Leve a lume brando para engrossar. Espalhe num tabuleiro e deixe arrefecer.

Entretanto, prepare a massa. Coloque a farinha num recipiente; junte a manteiga amolecida, a aguardente e o sal.

Amasse bem e junte umas gotas de água, até obter uma massa macia. Deixe repousar 15 minutos.

Estenda a massa numa superfície enfarinhada. Ponha colheradas de recheio, dobre a massa e corte, com o auxílio de uma chávina (como se faz aos rissóis). Frite em óleo bem quente, escorra as azevias e passe-as por açúcar e canela.

"Aqui está a receita das Azevias de Grão, tal como a minha mãe as fazia. Pode substituir o grão por igual quantidade de batata-doce ou gila, ou até mesmo marmelada."

Ingredientes:

Para o recheio

- 380g de açúcar
- 1,5dl de água
- 500g de grão cozido
- 2 gemas
- 1 ovo
- Raspa de um limão
- 1 colher (chá) de canela

Para a massa

- 250g de farinha
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 3 colheres (sopa) de aguardente
- Uma pitada de sal
- Óleo, açúcar e canela q.b.

FILHÓS DE FORMA



A minha avó paterna fazia as filhoses de uma forma que eu achava muita graça e adorava ver fazer: as filhoses de forma! As da minha avó tinham a forma de uma borboleta. Eu andava pela casa toda e pelo quintal com uma filhó na mão, a voar qual borboleta doidona e alegre com o frio de Dezembro.

As filhoses de forma são muito fáceis de fazer e ficam muito estaladiças. Experimentem!

Ingredientes:

- 10 ovos
- 50g de açúcar em pó
- 50g de manteiga
- 1,5dl de leite
- 1 laranja (sumo)
- 200g de farinha sem fermento
- Óleo, açúcar e canela q.b.

"A forminha para fazer as filhoses está à venda em qualquer grande superfície comercial ou nas casas de artigos para cozinha!"

Bata os ovos até ficarem em espuma. Junte-lhes o açúcar e , sem parar de bater, a manteiga amolecida, o leite e o sumo de laranja.

Peneire a farinha para uma tigela grande e junte-lhe, aos poucos, o preparado anterior. Envolve até obter uma massa homogénea e fina. Deixe repousar por 30 minutos. Aqueça o óleo e introduza a forma das filhós, para que aqueça também. Depois de bem quente, molhe-a na massa, mas sem a mergulhar completamente.

De seguida, mergulhe-a no óleo quente e deixe fritar um pouco. Sacuda o ferro para que a filhós se solte e vire-a, para fritar de ambos os lados.

Repita a operação até esgotar a massa. Escorra-as sobre papel absorvente e passe-as por açúcar e canela.

Os Presentes de Natal da Tia Céu



Mais uma vez, este ano, venho aqui deixar sugestões de presentes de Natal. Costume antigo, que vem dos Romanos, das Saturnálias e de povos antigos que já sabiam o valor da gentileza e da dádiva.

Presentear os que mais amamos, família e amigos, é, hoje em dia, o centro das festividades natalícias. O verdadeiro espírito de Natal anda perdido entre os milhares de pessoas que andam de loja em loja, nos centros comerciais e nos mercados, de cartão multibanco ou de crédito em riste, qual chave para comprar fugazes momentos de alegria e felicidade.

Eu também compro algumas lembranças, até porque o tempo não me permite fazer tudo o que quero oferecer. Mas faço a maioria das prendas de Natal para a minha família e amigos. E é na cozinha que encontro inspiração para as melhores prendas e é à cozinha que o espírito de Natal vem ter comigo e me ajuda a preparar os pacotes, caixinhas e garrafas onde coloco, as bolachas, os biscoitos, os azeites aromatizados ou os licores caseiros.

Sem me alongar muito mais, aqui ficam algumas das minhas receitas. Quero só sugerir que aproveitem sempre os frascos de vidro das compotas, as latas do feijão, as garrafas de vinho ou de calda de tomate. Depois de bem lavados e decorados a preceito, estes recipientes são também parte do presente “made by yourself”, além de contribuir para a saúde do planeta ao reciclar o que, de outra forma iria para o lixo.

BOLACHAS DE GENGIBRE E CANELA



Pré-aqueça o tabuleiro a 180°C. Misture as claras de ovo com o açúcar em pó, junte o amido de milho e envolva tudo muito bem. Adicione o gengibre ralado sem pele e a canela e bata energicamente. Coloque pequenas colheradas de massa, espaçadas entre si, num tabuleiro antiaderente untado com manteiga e polvilhado com farinha. Espalhe a massa para que as bolachinhas fiquem redondas. Entretanto vá envolvendo a massa entre as colheradas. Leve ao forno cerca de 10 minutos. Deixe arrefecer antes de retirar. Guarde em local seco e escuro.

Ingredientes:

- 2 claras de ovo
- 120g de açúcar em pó
- 1c. sobremesa de amido de milho
- 5g de gengibre fresco
- Canela em pó q.b.
- Farinha e manteiga para untar o tabuleiro q.b.

AZEITE DE MALAGUETAS



Coloque as malaguetas secas dentro de uma garrafa ou em frascos pequenos. Adicione as malaguetas pequenas inteiras, a grande cortada e as sementes de sésamo previamente torradas numa frigideira antiaderente. Encha a garrafa ou os frascos com o azeite e feche. Conserve em local fresco.

Ingredientes:

- 40g de malagueta vermelha seca
- 3 malaguetas verdes pequenas
- 1 malagueta vermelha grande
- 2,5c. sopa sementes de sésamo
- 7,5dl de azeite

AMEIXAS PRETAS COM PORTO E CANELA



Coloque as ameixas no frasco com os paus de canela e reserve o restante tapado. Deixe marinar as ameixas de um dia para o outro para absorverem o vinho. Junte o restante vinho reservado e tape. Conserve em local escuro e seco um mês antes de consumir.

Ingredientes:

- 500g de ameixas pretas
- 2 paus de canela
- 5,5dl de vinho do Porto Tawny



AS RECEITAS DA TIA CÉU

CONTACTE-ME

www.receitasdatiaceu.com

receitasdatiaceu@gmail.com

REGISTE-SE

<https://www.receitasdatiaceu.com/receba-os-livros-decozinha-das-receitas-da-tia-ceu/>

SIGA-ME

facebook.com/receitasdatiaceu

instagram.com/receitasdatia

twitter.com/receitastiaceu

pinterest.pt/source/receitasdatiaceu.com