

A close-up photograph of a white plate. On the left, a halved avocado with a dark brown pit and vibrant green flesh. On the right, a pile of five round chocolate truffles coated in brown powder, with more powder scattered on the plate. The background is dark and out of focus.

receitas Doce

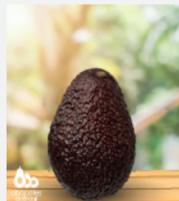


abacates
doBrasil



Calendário brasileiro das variedades de Abacate

- Avocado (Hass)
- Breda
- Fortuna
- Geada
- Margarida
- Ouro Verde
- Quintal



Avocado (Hass)



Breda



Fortuna



Geada



Margarida



Ouro Verde



Quintal



A **Associação Brasileira de Produtores de Abacate** é uma organização que agrega os produtores brasileiros de Abacate. A Abacates do Brasil atua em todo o território nacional, e tem como objetivo central a promoção de Abacate como produto no campo da produção, comercialização, industrialização, valorizando todas as suas qualidades nutricionais, nutracêuticas, cosméticas e outras.

Desde 2016, a organização promove a página **@amoabacate** no Facebook e Instagram com o objetivo de ampliar o conhecimento do Abacate aos consumidores, favorecendo o consumo através da divulgação de receitas, dicas saudáveis e informações nutracêuticas.



Bolo de Abacate

Ingredientes

- 2 xícaras de farinha de trigo (280gr)
- 1 xícara de açúcar (157gr)
- 1/2 xícara de óleo vegetal (70gr)
- 1 colher de sopa de vinagre branco (8gr)
- 1 colher de sopa de fermento em pó (20gr)
- 1 xícara de água (200gr)
- 1/3 xícara de abacate bem maduro (70gr)
- suco de 1/2 limão pequeno
- 1 pitada de sal

Cobertura

- 2 xícaras (chá) de açúcar
- Suco de 1/2 limão
- Raspas de limão (para decorar)

Modo de preparo

Comece preparando o abacate. Retire a polpa e esmague com um garfo adicionando o caldo do limão. Reserve. Não é necessário bater. Faça este bolo a mão. Misture bem a farinha com o açúcar. Acrescente a água aos poucos alternando com o óleo. Adicione o vinagre. Depois acrescente o abacate preparado antes e misture delicadamente. Por último adicione o fermento misturando delicadamente, sem bater. Unte uma forma com furo no meio, coloque a massa e leve para assar em forno pré-aquecido em temperatura média de 180°C por 30 a 40 minutos ou até que esteja dourado.

Cobertura

Misture delicadamente o açúcar e o suco de limão, até formar um creme. Desenforme o bolo e regue o mesmo com a cobertura, decore com as raspas de limão.



Brownie de Abacate

Ingredientes

- 4 ovos
- 1 xícara de açúcar
- 1 xícara de açúcar mascavo
- 1 xícara de cacau em pó
- 1/2 xícara de farinha de trigo
- 1/2 colher de chá de sal
- 225g de polpa de Abacate ou Avocado

..... Veja a receita em nosso canal

youtube.com/amoabacate



Modo de preparo

Em uma assadeira retangular, cubra o fundo com papel vegetal.

Em uma batedeira, bata os ovos com os açúcar e o sal. Adicione a polpa de Abacate e bata mais um pouco.

Acrescente o cacau em pó e a farinha e termine misturando tudo com uma espátula.

Despeje a mistura na assadeira no molde forrado com papel e leve ao forno a 135°C por 50-60 minutos.

Sirva ou guarde em um recipiente hermético por até 3 dias.



Mousse de Abacate

Ingredientes

2 abacates maduros

3/4 xícara creme de leite

1/4 xícara mel

3 colheres de sopa. cacau em pó

1/2 colher de chá de sal

1/2 xícara lascas de chocolate, para decorar

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no processador de alimentos até ficar um creme homogêneo.

Despeje em taças ou tigelinhas e leve à geladeira 30 minutos a uma hora.

Decore com chocolate e sirva.





www.amoabacate.com.br

AMO
Abacate



/amoabacate



Amo Abacate



@amo_abacate