Schär
GLUTEN-FREE
feito com o melhor de nós
receitas deliciosas
sem glúten
com schär
diversas opções deliciosas
para toda a família!
RECEITAS
Nestlé

feito com o melhor de nós

Na **Schär**, acreditamos que as refeições têm o poder de nos unir e que cada pessoa tem um lugar insubstituível à mesa.
A melhor maneira de fazer com que todos se sintam em casa, é preparar uma refeição na qual cada um esteja incluído. Para isso, usamos os melhores cereais e grãos que reúnem os diferentes gostos e necessidades.
Para a **Schär**, o mais importante é, não apenas desenvolver produtos sem glúten, mas também fazê-los com o melhor de nós.

5 motivos por que somos a melhor escolha sem glúten

1 Tradição
Desde 1922, produção de alimentos para dietas restritivas – e, desde 1981, produção exclusiva de alimentos sem glúten.

2 Saúde
Ingredientes funcionais, sem aditivos artificiais e conservantes.

3 Segurança
Agricultura controlada, ingredientes criteriosamente selecionados e certificações internacionais.

4 Variedade
Produtos para todos os momentos e pessoas.

5 Inclusão
Sabor e textura incomparáveis.

conheça a linha de produtos schär

índice

1. Pão de Forma Sem Glúten *05*
2. Sanduíche Saudável Sem Glúten *06*
3. Mini Sanduíche de Festa Sem Glúten *07*
4. Coxinha de Frango Sem Glúten *08*
5. Mini Panquecas sem Glúten com Geleia de Morango *09*
6. Bolo Pão de Mel Sem Glúten, Sem Ovo e Sem Lactose *10*

pão de forma sem glúten

Tempo de preparo: **50 minutos**

Rendimento: **8 porções**

Foto: Sheila Oliveira

Ingredientes

- 10 g de fermento biológico seco instantâneo
- 1 colher (sopa) de açúcar mascavo
- 1 xícara (chá) de água morna
- 3 ovos
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 xícara e meia (chá) de **Mix Premium SCHÄR®**
- 1 colher (chá) de sal
- Orégano e alecrim para decorar

Modo de preparo

1. Em um recipiente pequeno, misture o fermento, o açúcar e a água morna muito bem. Cubra o recipiente com um pano limpo e deixe descansar por cerca de 5 minutos ou até que aumente de volume e crie uma espuma na superfície.

2. Em outro recipiente maior, bata os ovos, o azeite, o **Mix Premium SCHÄR** e o sal muito bem, por no mínimo 3 minutos, com a ajuda de uma espátula, até obter uma massa firme.

3. Adicione o fermento reservado à massa, misturando bem até obter uma massa homogênea.

4. Transfira-a para uma forma de bolo inglês (25 x 10 x 7cm), untada levemente com azeite, polvilhe o orégano e o alecrim por cima e leve para assar em forno médio (180ºC), preaquecido, por cerca de 35 minutos ou até. Retire do forno, desenforme depois de frio e sirva.

confira receita no site

VOLTAR AO ÍNDICE

sanduíche saudável sem glúten

Tempo de preparo: **30 minutos**

Rendimento: **2 porções**

Foto: Sheila Oliveira

Ingredientes

- 3 folhas de espinafre picadas
- 4 colheres (sopa) de **Leite Líquido NINHO® Forti+ Zero Lactose**
- meia colher (sopa) de manteiga sem sal
- meia cebola pequena ralada
- meia colher (sopa) de **Mix Premium SCHÄR®**
- 1 tomate pequeno, sem sementes, picado
- 1 colher (chá) de sal
- meia xícara (chá) de frango cozido e desfiado
- meia lata de milho-verde em conserva
- 100 g de queijo branco sem lactose, picado
- 1 pacote de **Pão Francês SCHÄR®** (2 pães)

Modo de preparo

1. Em um liquidificador ou mixer, bata o espinafre e o Leite até obter uma pastinha. Reserve.

2. Em uma panela, em fogo médio, aqueça a manteiga e refogue a cebola até que murche. Adicione a farinha, mexa bem até que doure. Adicione a mistura de espinafre reservada, o tomate e o sal e cozinhe, mexendo sempre, até obter uma mistura cremosa. Retire do fogo, acrescente o frango, o milho e o queijo e incorpore bem. Reserve coberto até que esfrie.

3. Para a montagem, a fim de obter uma casquinha crocante por fora, obrigatoriamente umedeça os **Pães Franceses SCHÄR**, que são pré-assados, por fora e leve ao forno (180º) preaquecido de 8 a 10 minutos ou para a airfryer (160ºC) por 5 minutos. Retire-os, corte ao meio, recheie com a pasta já fria reservada, feche e sirva.

confira receita no site

VOLTAR AO ÍNDICE

mini sanduíche de festa sem glúten

Tempo de preparo: **30 minutos**

Rendimento: **10 porções**

Foto: Sheila Oliveira

Ingredientes

Vinagrete

- 2 tomates picados, sem sementes
- meia cebola picada
- 2 colheres (sopa) de vinagre
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 pitada de sal
- 1 pitada de orégano

Pasta de Queijo

- 200 g de queijo muçarela sem lactose ralado
- 1 **Caixinha de NESTLÉ® Creme de Leite Sem Lactose**
- meia colher (chá) de sal

Montagem

- 5 pacotes de **Pão Francês SCHÄR** (10 pães)
- 200 g de salame em rodelas

1 xícara (chá) de alface picada

Modo de preparo

Vinagrete

1. Em um recipiente, misture todos os ingredientes e reserve.

Pasta de Queijo

2. Em um recipiente, misture todos os ingredientes com um garfo, amassando bem o queijo para que ele se misture ao **NESTLÉ Creme de Leite**. Reserve.

Montagem

3. Para a montagem, a fim de obter uma casquinha crocante por fora, obrigatoriamente umedeça os **Pães Franceses SCHÄR**, que são pré-assados, por fora e leve ao forno (180º)

confira receita no site

VOLTAR AO ÍNDICE

coxinha de frango sem glúten

Tempo de preparo: **60 minutos**

Rendimento: **20 porções**

Foto: Sheila Oliveira

Ingredientes

Massa

- 1 quilo de batata descascada, cozida e espremida
- meia xícara (chá) de **Mix Premium SCHÄR®**
- 2 colheres (sopa) de creme vegetal
- meia colher (sopa) de sal

Recheio

- 1 colher (sopa) de azeite
- 2 cebolas pequenas picadas
- 1 dente de alho
- 500 g de frango cozido, desfiado
- meia colher (chá) de sal
- 1 tomate picado sem sementes
- 4 colheres (sopa) de salsa picada

Modo de preparo

Massa

1. Em um recipiente, misture todos os ingredientes até obter uma massa homogênea e reserve meia xícara (chá) de **Mix Premium SCHÄR®**.

Recheio

2. Em uma panela média, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho. Acrescente o peito de frango desfiado, o sal, o tomate e refogue novamente. Adicione a salsa, misture bem e desligue o fogo. Deixe esfriar e reserve.

Montagem

3. Abra pequenas porções da massa na palma da mão e recheie-as. Modele como coxinhas, frite-as em óleo quente, escorra-as em papel toalha ou, se preferir, asse-as na airfryer em temperatura média (160ºC), até que fiquem douradas e crocantes. Sirva.

confira receita no site

VOLTAR AO ÍNDICE

mini panquecas sem glúten com geleia de morango

Tempo de preparo: **40 minutos**

Rendimento: **30 panquecas**

Foto: Sheila Oliveira

Ingredientes

Geleia

- 2 xícaras (chá) de morangos picados
- 2 colheres (sopa) de açúcar demerara
- 1 colher (chá) de suco de limão
- meia xícara (chá) de água

Massa

- 1 pote de Iogurte **NESTLÉ® Natural Integral**
- 1 xícara (chá) de farinha de **Mix Premium SCHÄR®**
- 2 ovos
- meia colher (chá) de essência de baunilha
- 1 colher (sopa) de açúcar demerara
- 2 colheres e meia (sopa) de manteiga
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- 1 pitada de sal

Montagem

- 10 morangos picados

Modo de preparo

Geleia

1. Em uma panela, misture bem todos os ingredientes e deixe cozinhar em fogo baixo por cerca de 10 minutos, ou até formar uma geleia. Reserve.

Massa

2. Em um liquidificador, bata bem todos os ingredientes até obter uma mistura homogênea. Em uma frigideira, levemente untada com manteiga, coloque meia concha de massa no centro. Deixe dourar e vire do outro lado. Reserve e repita o processo com o restante da massa.

Montagem

3. Com auxílio de um aro pequeno (3 cm de diâmetro), corte disquinhos menores da massa. Faça porções individuais, separe 4 disquinhos, passe um pouco da geleia reservada em 3 deles, e empilhe. Finalize com um morango, espetando um palito no centro. Repita até terminar os disquinhos de massa. Sirva.

confira receita no site

VOLTAR AO ÍNDICE

bolo pão de mel sem glúten, sem ovo e sem lactose

Tempo de preparo: **60 minutos**

Rendimento: **20 porções**

Foto: Sheila Oliveira

Ingredientes

- meia xícara (chá) de mel
- 1 xícara (chá) de óleo de soja ou óleo de coco
- 1 xícara e meia (chá) de **Leite UHT Desnatado Molico® Zero Lactose**
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- meia xícara (chá) de açúcar mascavo
- 1 e meia xícara (chá) de **Mix Premium SCHÄR®**
- 3 colheres (sopa) de farinha de amêndoas
- 1 xícara (chá) de **Chocolate em Pó 50% NESTLÉ® DOIS FRADES®**
- meia colher (sopa) de fermento em pó
- 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio
- meia colher (chá) de canela em pó
- meia colher (chá) de cravo em pó
- meia colher (chá) de gengibre em pó
- meia colher (chá) de noz moscada em pó

Modo de preparo

1. Em um recipiente, misture todos os ingredientes na ordem acima, com a ajuda de uma espátula ou batedor de arame, até obter uma massa homogênea e lisa.

2. Transfira para uma assadeira retangular (22 x 33 cm), untada com óleo e polvilhada com um pouco de **Chocolate em Pó** e leve para assar em forno médio (180ºC), preaquecido, por cerca de 30-35 minutos, até que cresça e fique firme. Retire do forno, espere esfriar para desenformar e sirva.

confira receita no site

VOLTAR AO ÍNDICE

SABE QUAL É O ÚLTIMO PASSO DE TODA RECEITA? RECICLAR AS EMBALAGENS!

Você sabia que **97% das embalagens** dos produtos Nestlé já **são produzidas para serem Re.cicladas?**

1. Separe embalagens secas dos materiais orgânicos, como sobras de alimentos.
2. Limpe e esvazie as embalagens. Se possível, use água de reuso caso precise retirar o excesso e deixe secar.
3. Possui dúvidas sobre como reciclar as embalagens de suas receitas?

CHAME O ECOBOT NO WHATSAPP

(11) 99714-0849, o nosso contatinho do bem que te ajuda **Re.ciclar.**

A NESTLÉ ESTÁ EM UMA JORNADA PARA A REGENERAÇÃO E ESTABELECEU COMPROMISSOS COM O PLANETA:

CIRCULARIDADE

Vamos reciclar o equivalente a todo plástico que colocamos no mercado anualmente.

Nestlé

Re.generar é nutrir o que faz bem

RECEITAS Nestlé

WWW.RECEITASNESTLE.COM.BR

O destino ideal para quem ama se inspirar e fazer receitas maravilhosas

ALÉM DE RECEITAS VOCÊ ENCONTRA:

Foodlists temáticas onde sugerimos receitas deliciosas e você também pode criar a sua!

A ferramenta "O que tem em casa?" te ajuda a aproveitar os igredientes que você tem na geladeira para inovar nas receitas do dia-a-dia.

Vídeos com passo-a-passo das receitas e programas de entretenimento.

O Blog tem sempre matérias fresquinhas e selecionadas para você!

E além disso, você pode nos acompanhar na sua rede social favorita e nas embalagens dos seus produtos queridinhos!

RECEITAS

Nestlé

©2022, Nestlé Brasil Ltda.
Todos os direitos reservados.