Páscoa com Copacol®

Seu momento Páscoa mais prático
e saboroso com Copacol®

Copacol

RECEITAS Nestlé

Prático, Saboroso e Saudável

A **Copacol**® é uma das principais cooperativas brasileiras, **referência na produção de alimentos**, com foco na **qualidade** do produto e **segurança** alimentar.
Ao longo desses **60 anos**, conquistamos a preferência de milhares de consumidores em várias regiões do Brasil e também no exterior.
Pra gente, **cooperar é a chave de tudo.** É ter visão de mundo, compromisso com as pessoas e com o desenvolvimento do país. É fazer juntos produtos de alta qualidade que melhoram a vida e a alimentação de todos.

Qualidade Copacol®

Navegue pelas principais etapas da Qualidade Copacol®

1 Melhor Seleção Genética

Muita pesquisa e tecnologia, aliadas ao companhamento de especialistas garante à Copacol® a rastreabilidade e o domínio de toda a cadeia produtiva da tilápia.

2 Produtores Capacitados

Os produtores dispõem de toda a estrutura e tecnologia necessária para garantir o máximo de qualidade na atividade.

3 Indústria de Alta Tecnologia

Hoje a indústria abate cerca de 165 mil tilápias ao dia. Todos os produtos processados e industrializados são comercializados no mercado interno e externo.

4 Fresco & Prático no Mercado

A tilápia da Copacol® ganhou o principal espaço nas gôndolas supermercadistas do Brasil, garantindo aos consumidores o prazer de uma vida saudável e um sabor inigualável. Produtos deliciosos para todos os momentos.

5 Respeito as Pessoas e ao Meio Ambiente

Uma indústria de alimentos que tem a missão de gerar renda aos seus associados e colaboradores, produzindo com a qualidade para às milhares de famílias brasileiras. Aqui a sustentabilidade está presente no dia a dia da Cooperativa e tudo é feito com o maior cuidado e carinho.

Índice

Bacalhau à Lagareiro Copacol® 04

Camarão Copacol® Internacional 06

Ceviche Refrescante com Filé de Tilápia Copacol® 08

Lombo de Bacalhau Copacol® com Leite de Coco e Pimentões 10

Moqueca Fácil com Filé de Tilápia Copacol® 12

Posta de Tilápia Copacol® com Molho Cítrico e Purê e Abóbora 14

Salmão Copacol® ao Molho Branco Gratinado 16

RECEITAS Nestlé

Copacol

Bacalhau à Lagareiro Copacol®

Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Rendimento
2 porções

Tempo de Preparo
60min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

Ingredientes

- 2 xícaras (chá) de Leite Líquido NINHO® Forti+ Integral
- 2 xícaras (chá) de água
- 1 folha de louro
- 2 dentes de alho inteiros com casca levemente amassados
- 1 pacote de Lombo de Bacalhau Dessalgado COPACOL® (600g)
- 1 kg de batata bolinha
- 1 colher (chá) de sal grosso
- 2 ramos de alecrim
- ½ xícara (chá) de azeite

Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Modo de Preparo

1. Descongele o Lombo de Bacalhau Dessalgado COPACOL® de acordo com as instruções da embalagem.

2. Em uma panela grande, misture o Leite NINHO® com a água, o louro e 2 dentes de alho e leve ao fogo. Assim que levantar fervura, adicione o Lombo de Bacalhau e aguarde até levantar fervura novamente. Desligue o fogo e deixe o Bacalhau no líquido por 15 minutos com a panela tampada.

3. Coloque as batatas para cozinhar em água com o sal grosso até ficarem com a textura al dente. Amasse-as levemente e disponha em um refratário.

4. Adicione o lombo de bacalhau pré-cozido por cima, o restante dos dentes de alho levemente amassados e o alecrim. Regue com o azeite e leve para assar em forno médio-alto (200°C), preaquecido, por cerca de 15 minutos, até gratinar. Sirva acompanhado de legumes ou arroz.

CONFIRA RECEITA NO SITE RECEITAS Nestlé

Camarão Copacol® Internacional

Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Rendimento
6 porções

Tempo de Preparo
30min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

Ingredientes

- 1 colher (sopa) de manteiga sem sal
- ½ cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- 1 pacote de Camarão Vannamei Descascado Cozido Congelado COPACOL® (380g)
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de pimenta do reino moída
- 1 copo de NESTLÉ® Requeijão Cremoso
- 1 lata de NESTLÉ® Creme de Leite Extra Cremoso
- 2 xícaras (chá) de muçarela ralada
- 1 xícara (chá) de presunto picadinho
- ½ (chá) de ervilha fresca congelada
- 2 xícaras (chá) de arroz cozido
- 1 xícara (chá) de batata palha
- 2 colheres (sopa) de cebolinha picada

Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Modo de Preparo

1. Descongele o Camarão Vennamei Descascado Cozido COPACOL® de acordo com as instruções da embalagem.

2. Em uma panela, leve a manteiga ao fogo até derreter, adicione a cebola e refogue por alguns segundos. Junte o alho e deixe dourar. Acrescente o camarão, o sal e a pimenta e cozinhe por alguns minutos.

3. Quando o camarão estiver rosado, abaixe o fogo, adicione o Requeijão e o NESTLÉ® Creme de Leite Extra Cremoso e mexa bem. Acrescente 1 xícara (chá) da muçarela ralada e mexa até derreter. Junte o presunto, as ervilhas e, por último, o arroz. Desligue o fogo e transfira a mistura para um refratário, cubra com o restante da muçarela e leve ao forno preaquecido (200°C) por cerca de 15 minutos ou até gratinar. Finalize com a batata palha, a cebolinha e sirva.

CONFIRA RECEITA NO SITE

RECEITAS Nestlé

Ceviche Refrescante com Filé de Tilápia Copacol®

Foto: SHEILA OLIVEIRA

feito com Copacol

Ingredientes

Rendimento
4 porções

Tempo de Preparo
85min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

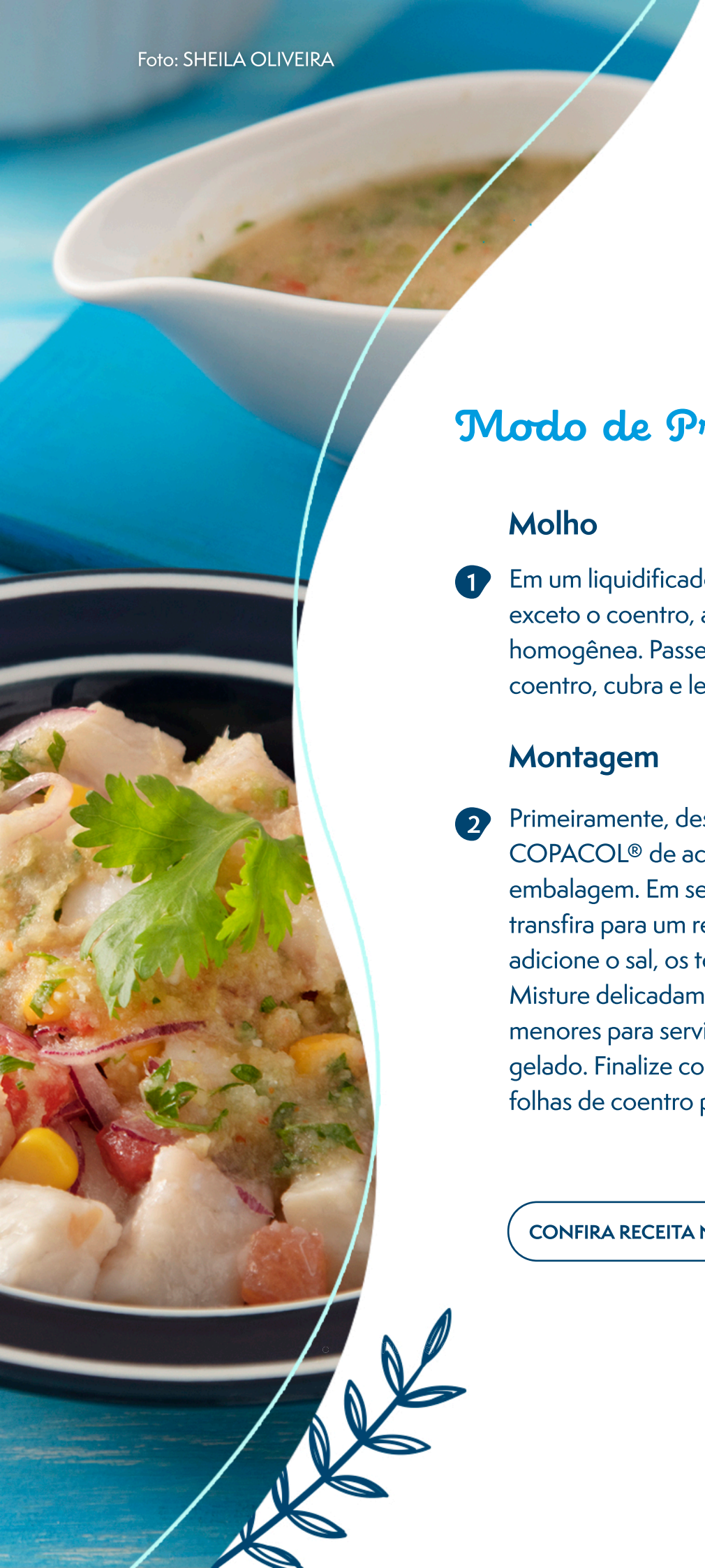
Molho

- 1 xícara (chá) de caldo de peixe preparado de sua preferência
- 2 xícaras de suco de limão
- 1 xícara (chá) de salsão picado
- 3 dentes de alho
- 1 colher (sopa) de gengibre picado
- ½ cebola picada
- 1 pimenta dedo-de-moça picada
- 1 colher (chá) de sal
- 2 colheres (sopa) de coentro picado

Montagem

- 1 pacote de Filé de Tilápia COPACOL® congelado (800g)
- 5 colheres (sopa) de suco de limão
- 1 colher (chá) de sal
- 2 tomates sem semente, sem pele, picadinhos
- 2 cebolas roxas em tiras finas
- 1 lata de milho verde escorrida
- Azeite para finalizar
- Folhas de coentro para finalizar

Foto: SHEILA OLIVEIRA



Modo de Preparo

Molho

1. Em um liquidificador, bata todos os ingredientes exceto o coentro, até obter uma mistura homogênea. Passe-a pela peneira, adicione o coentro, cubra e leve à geladeira por 1 hora.

Montagem

2. Primeiramente, descongele os Filés de Tilápia COPACOL® de acordo com as recomendações da embalagem. Em seguida, corte-os em cubos, transfira para um recipiente, regue com o limão, adicione o sal, os tomates, a cebola e o milho. Misture delicadamente, transfira para recipientes menores para servir, regue com o Molho e sirva gelado. Finalize com um pouco do azeite e algumas folhas de coentro para decorar e sirva.

CONFIRA RECEITA NO SITE

Lombo de Bacalhau Copacol® com Leite de Coco e Pimentões

Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Rendimento
6 porções

Tempo de Preparo
150min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

Ingredientes

- 1 caixa de Bacalhau Dessalgado COPACOL® (600g)
- 1 pimentão vermelho sem sementes, em rodelas
- 1 pimentão amarelo sem sementes, em rodelas
- 1 pimentão verde sem sementes, em rodelas
- 400ml de leite de coco
- 2 tomates maduros picados
- 2 cebolas grandes em rodelas
- 3 colheres (sopa) de azeitonas pretas picadas
- 2 colheres (sopa) de suco de limão
- 2 colheres (sopa) de azeite de dendê
- 2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
- 4 colheres (sopa) de coentro picado
- 1 colher (sopa) de sal
- Pimenta do reino moída a gosto
- 1 ½ xícara (chá) de água
- 1 xícara (chá) de molho de tomate de sua preferência

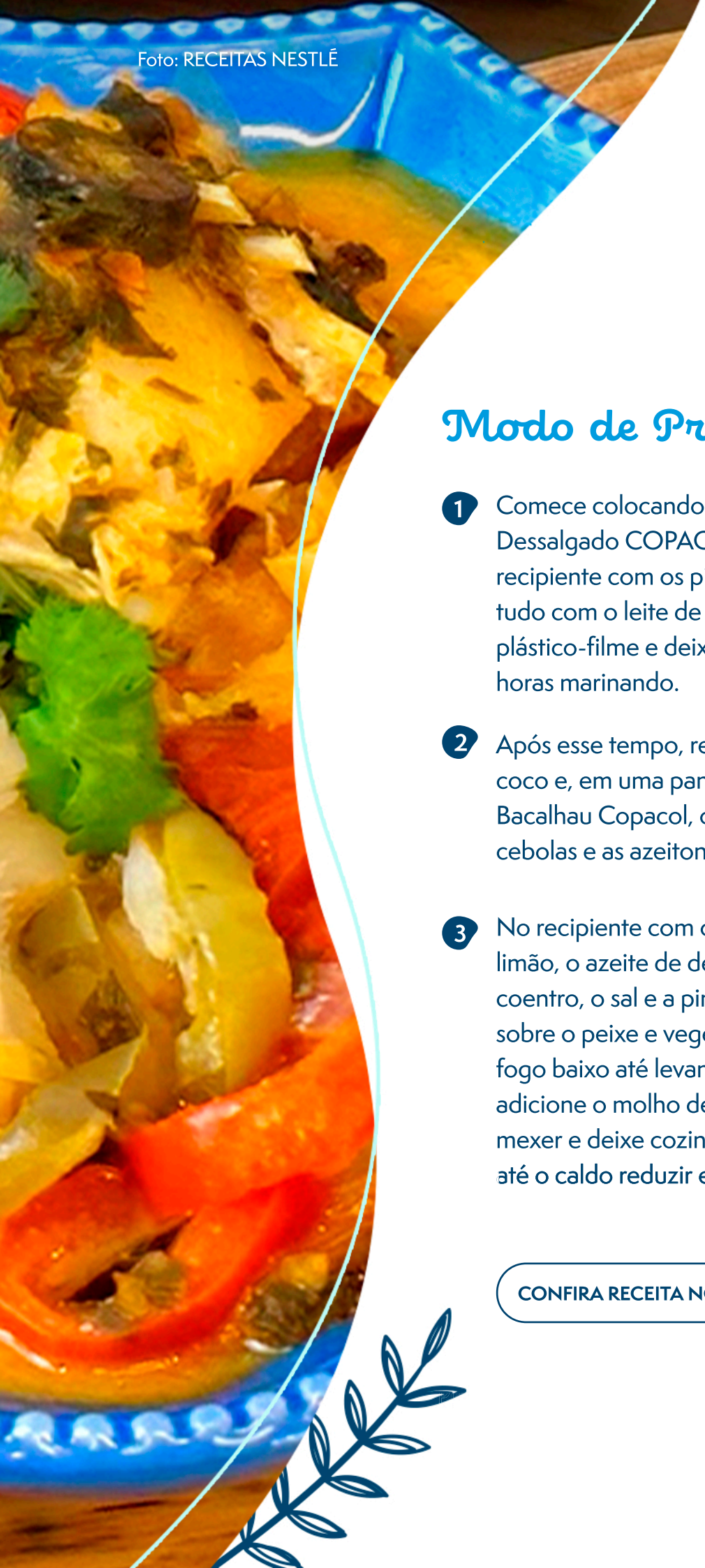


Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Modo de Preparo

1. Comece colocando o Lombo de Bacalhau Dessalgado COPACOL® descongelado em um recipiente com os pimentões em rodelas e cubra tudo com o leite de coco. Cubra com um plástico-filme e deixe na geladeira por cerca de 2 horas marinando.

2. Após esse tempo, retire, não descartando o leite de coco e, em uma panela alta, disponha o Lombo de Bacalhau Copacol, os pimentões, os tomates, as cebolas e as azeitonas em camadas.

3. No recipiente com o leite de coco, adicione o limão, o azeite de dendê, o cheiro-verde, o coentro, o sal e a pimenta e misture. Derrame tudo sobre o peixe e vegetais e coloque a água. Leve ao fogo baixo até levantar fervura. Em seguida, adicione o molho de tomate aos poucos, sem mexer e deixe cozinhar por cerca de 20 minutos ou até o caldo reduzir e ficar levemente grosso. Sirva.

CONFIRA RECEITA NO SITE RECEITAS Nestlé

Moqueca Fácil com Filé de Tilápia Copacol®

Foto: SHEILA OLIVEIRA

feito com Copacol

Ingredientes

Rendimento
4 porções

Tempo de Preparo
140min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

- 1 pacote de Filé de Tilápia COPACOL® congelado (800g)
- Suco de 1 limão taiti
- 1 colher (chá) de sal
- 1 pitada de pimenta branca moída
- 2 dentes de alho amassados
- 1 colher (sopa) de azeite de dendê
- 1 cebola média picada
- ½ pimentão verde, sem pele, picado
- 2 tomates sem pele, sem sementes, picados
- 1 colher (sopa) de amido de milho
- ½ garrafa de leite de coco (100ml)
- 1 colher (sopa) de coentro picado

Foto: RECEITAS NESTLÉ

Modo de Preparo

1. Primeiramente, descongele o Filé de Tilápia COPACOL® de acordo com as recomendações da embalagem. Em seguida, tempere-os com o suco de limão, o sal, a pimenta e o alho e deixe marinar por 2 horas coberto.
2. Após esse tempo, em uma panela, aqueça o azeite de dendê e o de oliva em fogo médio, refogue a cebola, o pimentão e os tomates até que murchem levemente. Tampe a panela e deixe-a assim por 1 minuto. Em seguida, disponha os filés de tilápia por cima do refogado com cuidado, tampe novamente a panela e deixe que cozinhem quase que por completo (atenção, pois é rápido).
3. Com uma concha, retire um pouco da água do cozimento, transfira para um recipiente, adicione o amido e misture com um garfo ou batedor de arame. Volte a mistura para a panela e mexa delicadamente. Em seguida, adiciona o leite de coco, tampe a panela e deixe cozinhar até que a tilápia fique completamente cozida.
4. Após o cozimento, adicione o coentro picado, misture levemente e sirva.

CONFIRA RECEITA NO SITE

Posta de Tilápia Copacol® com Molho Cítrico e Purê de Abóbora

Foto: SHEILA OLIVEIRA

feito com Copacol

Ingredientes

Rendimento
4 porções

Tempo de Preparo
50min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

Tilápia

- 1 pacote de Posta de Tilápia COPACOL® Congelada (800g)
- 2 colheres (sopa) de suco de limão
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 dentes de alho bem picados
- 2 colheres (sopa) de azeite

Purê de Abóbora

- 500 g de abóbora cabotiá, descascada e picada
- 1 xícara (chá) de água
- 1 colher (chá) de sal
- 1 pitada de pimenta-do-reino branca moída
- 1 colher (sopa) de manteiga sem sal
- 2 colheres (sopa) de salsa picada

Molho Cítrico

- ½ xícara (chá) de suco de laranja peneirado
- 5 colheres (sopa) de suco de limão
- 1 colher (sopa) de açúcar refinado
- ½ colher (chá) de amido de milho
- 1 pitada de sal
- 1 pitada de pimenta-do-reino branca moída

Foto: SHEILA OLIVEIRA

CONFIRA RECEITA NO SITE

Modo de Preparo

Tilápia

1. Primeiramente, descongele as Postas de Tilápia COPACOL® de acordo com as recomendações da embalagem. Em seguida, coloque-as em um recipiente, regue com o suco de limão, o sal e o alho. Em uma frigideira antiaderente, aqueça o azeite e doure a tilápia dos dois lados por igual, com cuidado para não desmanchar. Reserve-as aquecidas.

Purê de Abóbora

2. Em uma panela, cozinhe a abóbora com a água.
3. Quando iniciar a fervura, tempere com o sal e a pimenta e cozinhe em fogo baixo, até secar o caldo do cozimento.
4. Retire do fogo e amasse com um garfo ou passe pelo espremedor. Junte a manteiga e leve ao fogo novamente por cerca de 5 minutos. Polvilhe a salsa e reserve.

Molho Cítrico

5. Em uma panela média, junte todos os ingredientes e leve ao fogo mexendo sempre até engrossar, abaixe o fogo e cozinhe por mais 2 minutos. Sirva sobre a tilápia no mesmo prato com um pouco do Purê ainda quente.

Salmão Copacol® ao Molho Branco Gratinado

Foto: RECEITAS NESTLÉ

feito com Copacol

Ingredientes

Rendimento
2 porções

Tempo de Preparo
40min

VOLTAR PARA O ÍNDICE

Salmão

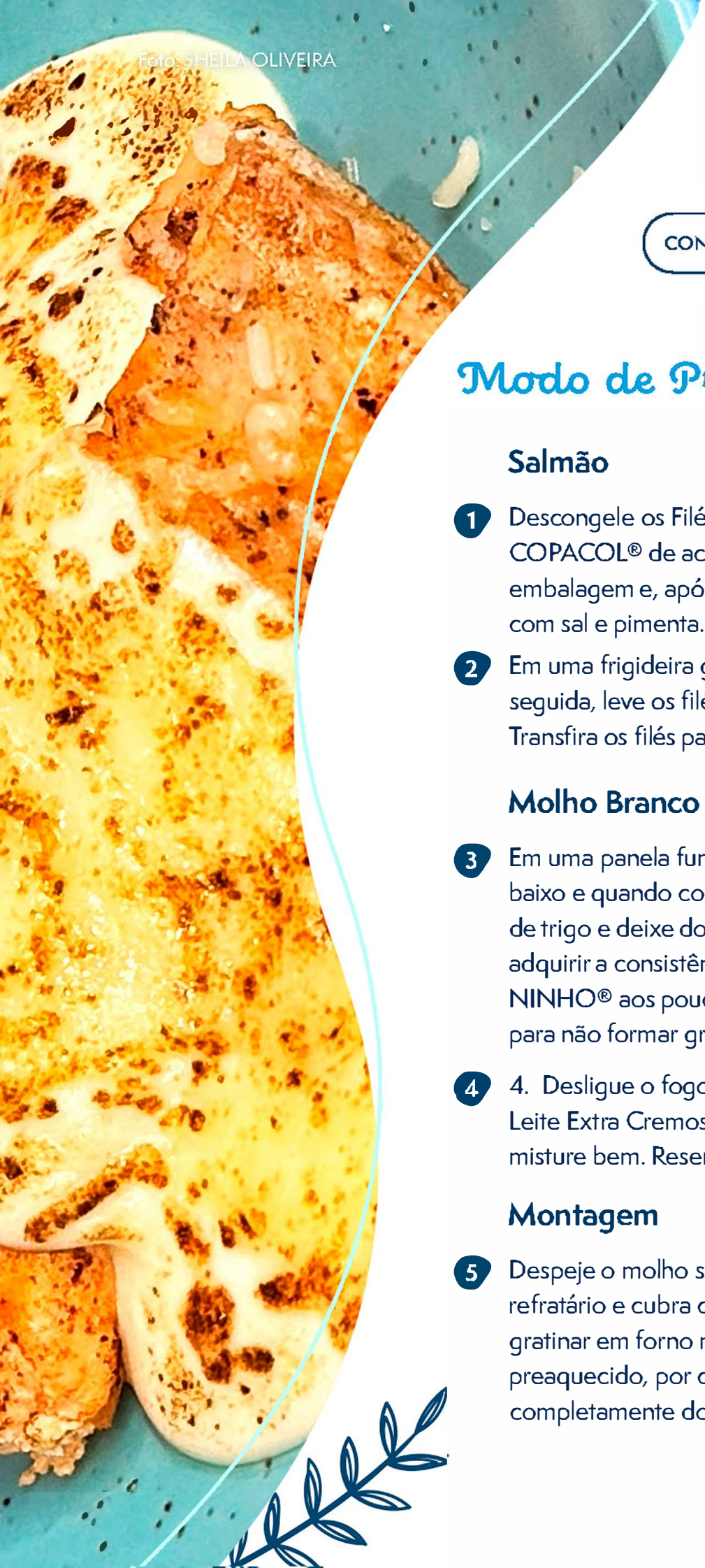
- 1 pacote de Filé de Salmão em Pedaços Congelado COPACOL®
- (400g)
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de pimenta do reino moída
- 2 colheres (sopa) de manteiga sem sal

Montagem

- 1 xícara (chá) de queijo muçarela ralado

Molho Branco

- 2 colheres (sopa) de manteiga sem sal
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 500 ml de Leite Líquido NINHO® Forti+ Integral
- 1 lata de NESTLÉ® Creme de Leite Extra Cremoso
- 1 colher (chá) de sal
- 1 pitada de noz-moscada moída



feito com Copacol

CONFIRA RECEITA NO SITE

RECEITAS Nestlé

Modo de Preparo

Salmão

1. Descongele os Filés de Salmão em Pedaços COPACOL® de acordo com as instruções da embalagem e, após descongelados, tempere-os com sal e pimenta.
2. Em uma frigideira grande, derreta a manteiga e, em seguida, leve os filés para dourar dos dois lados. Transfira os filés para um refratário e reserve.

Molho Branco

3. Em uma panela funda, aqueça a manteiga em fogo baixo e quando começar a derreter, junte a farinha de trigo e deixe dourar, mexendo sempre. Quando adquirir a consistência de massa, adicione o Leite NINHO® aos poucos, misturando vigorosamente para não formar grumos.
4. 4. Desligue o fogo, adicione o NESTLÉ® Creme de Leite Extra Cremoso, o sal, a noz-moscada e misture bem. Reserve.

Montagem

5. Despeje o molho sobre os filés reservados no refratário e cubra com o queijo muçarela. Leve para gratinar em forno médio-alto (200°C), preaquecido, por cerca de 15 minutos ou até estar completamente dourado. Sirva.

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 recicladas?

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.

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 a re.ciclar.

Nestlé®

re.generar
é nutrir o que faz bem

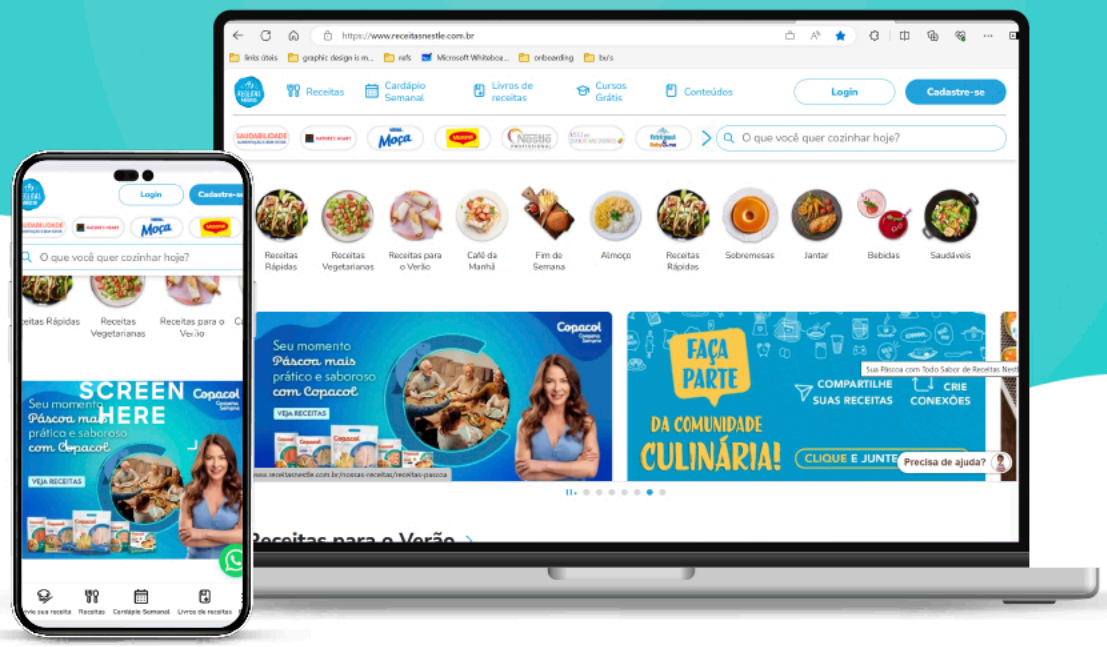
A NESTLÉ® ESTÁ EM UMA JORNADA PARA A REGENERAÇÃO E ESTABELECEU COMPROMISSOS COM O PLANETA:

Circularidade

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

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!

©2024, Nestlé Brasil Ltda.
Todos os direitos reservados.