

Receitas
Nestlé



Receitas e pinturas para o seu pequeno!



Descubra **receitas deliciosas**
e garanta a diversão de pintar
desenhos exclusivos,
em um único ebook.



O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE, CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.



A
PARTIR
DE **8**
meses

Bolinho de Carne com MUCILON®



39 min



Fácil



14 porções

Ingredientes

- 500 g de patinho moído
- ½ cebola pequena
- 2 dentes de alho
- 2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
- 2 colheres (sopa) de manjerição picado
- ½ xícara (chá) de cenoura ralada fina
- ½ xícara (chá) de **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares***



Colher



Xícara



Tigela



Forno



Liquidificador



Refratário

preparo

1. Em um processador, adicione todos os ingredientes e processe até obter uma mistura homogênea.
2. Modele em formato de croquete e disponha em um recipiente refratário untado.
3. Leve ao forno preaquecido a 180 °C por cerca de 40 minutos.
4. Depois de assado, decore com duas rodela pequenas de cenoura cortadas em pequenos quadradinhos para formar os olhos e o nariz.
5. Sirva em seguida.

IMAGEM ILUSTRATIVA.

NOTA: Os probióticos não resistem à altas temperaturas. *Contém açúcares próprios dos ingredientes. Este não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético.

O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE, CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.



Receitas
Nestlé





A
PARTIR
DE

10
meses

Nuggets de Frango e Abobrinha com MUCILON®



49 min



Fácil



10 porções

Ingredientes

- 500 g de peito de frango moído
 - ½ xícara (chá) de abobrinha ralada
 - ½ cebola pequena ralada
 - 2 dentes de alho ralados
 - 2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
 - 1 colher (chá) de cúrcuma
 - ½ xícara (chá) de **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares***
- PARA EMPANAR**
- 1 ovo
 - ½ colher (chá) de orégano
 - ½ xícara (chá) de **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares***



Refratário



Tigela



Forno

preparo

1. Em um recipiente, acrescente o frango moído, a abobrinha, a cebola, o alho, o cheiro-verde, a cúrcuma e o **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares***. Misture bem com uma espátula até obter uma massa homogênea.
2. Com um molde em formato de dinossauro, modele a mistura de frango, formando os nuggets até acabar a massa.
3. Em seguida, prepare dois pratos: um com o ovo batido junto com o orégano e outro com o **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares*** (para empanar). Para empanar, passe os nuggets no ovo e, depois, no **MUCILON®**.
4. Disponha os nuggets em uma assadeira e leve ao forno médio-alto (200 °C), preaquecido, por cerca de 30 minutos, ou até dourarem.
5. Sirva em seguida.

IMAGEM ILUSTRATIVA.

NOTA: Os probióticos não resistem à altas temperaturas. *Contém açúcares próprios dos ingredientes. Este não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético.

O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE, CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.



Receitas
Nestlé





A
PARTIR
DE **10**
meses

Bolinho de Manga e Maçã com MUCILON®



20 min



Fácil



4 porções

Ingredientes

- 60 g de purê de manga e maçã
- 120 ml de leite*
- 1 ovo
- 4 colheres (sopa) de **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares***
- ½ colher (chá) de chia
- ½ colher (chá) de fermento



Tigela



Batedor



Forno



Forma de
cupcake

preparo

1. Em um recipiente, misture o purê de manga e maçã com a chia.
2. Adicione o leite recomendado pelo pediatra ou nutricionista e o ovo, e misture bem.
3. Acrescente o **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares*** aos poucos e, por fim, adicione o fermento.
4. Transfira a massa para forminhas untadas de muffin e leve ao forno preaquecido a 180 °C por cerca de 15 minutos.
5. Sirva em seguida.

IMAGEM ILUSTRATIVA. **NOTA:** Os probióticos não resistem à altas temperaturas.

*Contém açúcares próprios dos ingredientes. Este não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético.

**Obs: Tipo de leite de acordo com a recomendação do pediatra ou nutricionista

O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE, CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.



Receitas
Nestlé





A PARTIR DE **10** meses

Biscoito de Coração com MUCILON®



35 min



Fácil



14 porções

Ingredientes

BISCOITOS

- 2 bananas amassadas
- 1 ovo
- ½ xícara (chá) de **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares***
- 1 colher (chá) de canela

GELEIA

- 3 morangos



Colher



Tigela



Forno



Frigideira



Refratário

Preparo

BISCOITOS

1. Em um recipiente, adicione as bananas amassadas, o ovo, o **MUCILON® 5 Cereais Zero Adição de Açúcares*** e a canela. Misture bem.
2. Com as mãos levemente molhadas, modele os biscoitos com porções da massa e disponha-os em um recipiente refratário untado.
3. Com a ponta do cabo de uma colher, pressione os biscoitos para moldar o formato de corações.
4. Leve ao forno preaquecido a 180 °C por cerca de 10 minutos.

GELEIA

5. Em uma panela pequena, em fogo médio, coloque os morangos, amasse-os e deixe cozinhar por cerca de 10 minutos, até obter textura de geleia.
6. Desligue o fogo e reserve.

MONTAGEM

7. Retire os biscoitos do forno e coloque a geleia no centro, dentro do formato de coração. Sirva em seguida.

IMAGEM ILUSTRATIVA.

NOTA: Os probióticos não resistem à altas temperaturas. *Contém açúcares próprios dos ingredientes. Este não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético.

O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE, CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.



Receitas
Nestlé





VAMOS COLORIR!



“O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.”



VAMOS COLORIR!



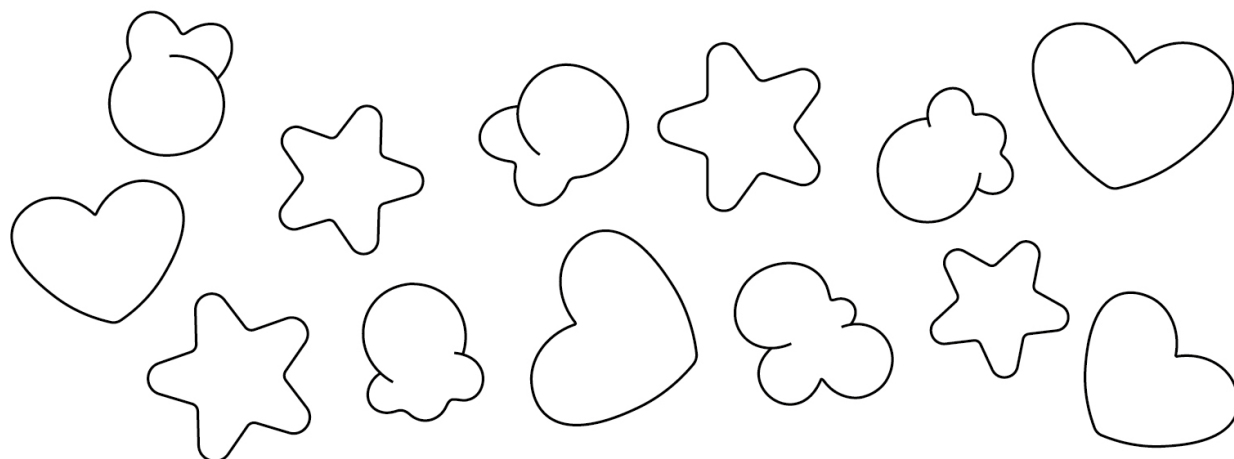
“O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.”



VAMOS COLORIR!



Circule os desenhos de PIPOQUINHA. Faça um **X** nos desenhos de ESTRELA. **Pinte** os desenhos de CORAÇÃO.



“O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.”



VAMOS COLORIR!



“O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.”

6



0

VAMOS COLORIR!

3

4

7

8

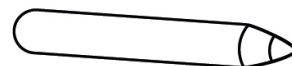
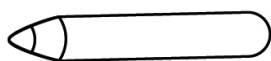
9

7

5

2

10



“O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.”

Receitas
Nestlé



**Para essa e mais receitas,
acesse o site Receitas Nestlé:**



www.receitasnestle.com.br



Juntinho com você
nutrindo os pequenos

O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 (SEIS) MESES DE IDADE,
CONTINUE AMAMENTANDO SEU FILHO E OFEREÇA NOVOS ALIMENTOS.