

## **SABOR DE POESIA!**

*Este livro tem como objetivo demonstrar as diferentes formas de se fazer poesia dentro da Literatura Brasileira; o qual foi escrito pelos alunos do 1º ano “A”, 2017, do Ensino Médio do Colégio Estadual Monteiro Lobato incentivados pela Professora de Português Leonilda Becker.*

*Dentro dele são apresentadas diversas receitas culinárias escolhidas pelos próprios alunos, os quais também criaram receitas relacionadas ao bem-estar das pessoas, a sua maneira de viver e escolher os seus próprios caminhos, utilizando a linguagem denotativa e conotativa, respectivamente.*

*A foto acima apresenta os alunos do 1º ano ‘A’ junto com a Profª Leonilda.*

# SUMÁRIO

## ➤ *Capítulo 1º*

### *- Receitas culinárias:*

<i>*Alfajor de chocolate</i>	<i>pg. 01</i>
<i>*Bolinho de arroz frito</i>	<i>pg.02</i>
<i>*Bolo recheado com doce de leite</i>	<i>pg.03</i>
<i>*Pão de queijo</i>	<i>pg.04</i>
<i>*Bolo de cenoura com cobertura de chocolate</i>	<i>pg.05</i>
<i>*Pão caseiro</i>	<i>pg.06</i>
<i>*Pão de queijo</i>	<i>pg.07</i>
<i>*Strogonoff</i>	<i>pg.08</i>
<i>*Brigadeiro de leite ninho</i>	<i>pg.09</i>

## ➤ *Capítulo 2º*

### *-Receitas Poéticas:*

<i>*Como alcançar o sucesso</i>	<i>pg.10</i>
<i>*Como acordar feliz</i>	<i>pg.11</i>
<i>*Como ter um bom dia</i>	<i>pg.12</i>
<i>*Como ser feliz</i>	<i>pg.13</i>
<i>*Como ter a felicidade</i>	<i>pg.14</i>
<i>*Como ser especial</i>	<i>pg.15</i>
<i>*Como ter uma família unida</i>	<i>pg.16</i>
<i>*Como passar de ano</i>	<i>pg.17</i>
<i>*Como preservar o meio ambiente</i>	<i>pg.18</i>

## ➤ **CAPÍTULO 1**

### • **ALFAJOR DE CHOCOLATE**

#### ✓ *Ingredientes:*

*\*1 pacote de bolacha Maria de chocolate*

*\*1 pote de doce de leite de brigadeiro Frimesa*

*\*1 barra de chocolate preto meio amargo Castor*

*\*confeitos de sua preferência*

#### ✓ *Modo de preparo:*

*\*Recheie 2 bolachas Maria com o doce de leite Frimesa; faça isso com todas as bolachas; deixe descansar de um dia pro outro para amolecer a bolacha. No outro dia, derreta o chocolate em banho maria, coloque a bolacha uma a uma dentro do chocolate, cubra ela inteira e retire o excesso, colocando-as em cima de um pedaço de papel manteiga; depois, com o chocolate ainda molhado, coloque um pouco do confeito em cima e deixe secar. Pronto, agora é só servir!*

*(feito pelos alunos Ana Carolina, Eduardo e Ruan)*

### • **BOLINHO DE ARROZ FRITO**

✓ *Ingredientes:*

*\*3 xícaras de arroz feito no dia anterior*

*\*1 ovo*

*\*2 xícaras de farinha*

*\*1 colher de sal*

*\*3 colheres de parmesão ralado*

*\*presunto e queijo mussarela*

✓ *Modo de preparo:*

*\*Misture tudo em uma bacia, faça bolinas e frite em óleo quente. Se a massa não ficar firme, adicione aos poucos farinha até que firme. E está servido!  
(feito pelos alunos Gabriel e Guilherme Yuri)*

**• BOLO RECHEADO COM**

## **DOCE DE LEITE**

### ✓ *Ingredientes massa:*

*\*1 xícara de margarina*

*\*4 ovos (gemas e claras separadas)*

*\*2 xícaras de açúcar*

*\*2 xícaras de farinha de trigo*

*\*1 xícara de leite*

*\*1 colher de fermento em pó*

*\*1 xícara de refrigerante Guaraná*

### ✓ *Recheio e Cobertura:*

*\*400 g de doce de leite cremoso*

*\*1 lata de creme de leite*

*\*1 pacote de confeito da sua preferência (opcional)*

### ✓ *Modo de preparo:*

*\*Na batedeira, bata a margarina com as gemas até obter um creme esbranquiçado, junte o açúcar e bata por mais 5 min. Adicione a farinha, o leite, bata até ficar homogêneo e transfira para uma tigela, bata as claras em neve e misture por último o fermento e mexa delicadamente, despeje a massa em uma forma untada. Asse em forno médio, pré-aquecido, por 30 min. \*Para o recheio, misture o doce de leite com o creme de leite. Corte o bolo ao meio, regue com metade do Guaraná, distribua a metade do creme, coloque a outra massa, regue com o restante do Guaraná e cubra com o restante do creme, colocando o confeito em cima. Bom apetite!*

*(feito pelas alunas Jhenifer e Beatriz )*

## **• PÃO DE QUEIJO**

### ✓ *Ingredientes:*

*\*500 g de polvilho azedo*

- \*1 copo de água*
- \*1 copo de leite*
- \*1/2 xícara de óleo*
- \*2 ovos*
- \*100 g de queijo parmesão ralado*
- \*sal a gosto*

✓ *Modo de preparo:*

*\*Em uma panela, ferva a água e acrescente o leite, o óleo e o sal. \*Adicione o polvilho, misture bem e comece a sovar a massa com o fogo desligado. \* Quando a massa estiver morna, acrescente o queijo parmesão, os ovos e misture bem. Junte as mãos e enrole bolinhas. \*Disponha as bolinhas em uma assadeira untada com óleo, deixando um espaço entre elas. \*Asse em forma média em 180° pré-aquecido, por cerca de 40 min.*

*(feito pelos alunos Flávio, Vitor e Guilherme Henrique)*

## **• BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CHOCOLATE**

✓ *Ingredientes:*

- \*3 cenouras médias raladas*

*\*3 ovos*

*\*1 xícara de óleo*

*\*2 xícaras de açúcar*

*\*2 xícaras de farinha de trigo*

*\*1 colher de fermento em pó*

*\*1 pitada de sal*

*✓ Cobertura:*

*\*5 colheres de açúcar*

*\*3 colheres de chocolate em pó*

*\*2 colheres de manteiga*

*\*2 colheres de leite*

*✓ Modo de preparo:*

*\*Bata todos os ingredientes no liquidificador, acrescentando a farinha aos poucos. \*Depois unte e enfarinhe uma forma e despeje a massa nela. \*Asse em forno médio por 40 min.*

*\*Para a cobertura, em uma panela coloque todos os ingredientes da cobertura e mexa bem até levantar fervura.*

*\*Depois espalhe a cobertura sobre o bolo ainda quente. Sirva-se à vontade.*

*(feito pelas alunas Tais e Karolayne)*

## **• PÃO CASEIRO**

*✓ Ingredientes:*

*\*1 litro de água morna*

*\*1 colher de fermento*

*\*2 colheres de banha*

*\*1 copo de açúcar*

*\*1 pitada de sal*

*\*Farinha até a massa ficar firme*

*✓ Modo de preparo:*

*\*Coloque a água em uma bacia grande, em seguida adicione a banha, o fermento, o açúcar e o sal. \*Dissolva tudo e depois coloque a farinha e mexa até que a massa possa ser sovada com as mãos. \*Depois deixe a massa descansar uns 15 min, volte, cilindre a massa, enrole e deixe crescer até atingir o dobro. Leve ao forno em 290° por 45 min. Sirva-se!*

*(feito pelos alunos Rosalino e Karolyne)*



## ● ***PÃO DE QUEIJO DIFERENTE***

### ➤ *Ingredientes:*

*\*Polvilho azedo*

*\*3 xícaras de leite*

*\*2 colheres de óleo*

*\*3 ovos*

*\*250g de mussarela ralado*

### ➤ *Modo de preparo:*

*\*Bata tudo no liquidificador, com exceção do polvilho azedo.*

*\*Derrame a mistura em uma bacia e vá acrescentando polvilho azedo até formar uma massa macia, ao ponto de modelar os pãezinhos na mão. \*Asse no forno em 230° por 30 min. Aproveite!*

*(feito pelas alunas Ana Paula e Emanuelli)*

## • **STROGONOFF**

### ➤ *Ingredientes:*

*\*500 g de filé mignon*

*\*1 cebola grande*

*\*2 dentes de alho*

*\*2 tomates*

*\*1 colher de ketchup e 1 colher de mostarda*

*\*50 g de extrato de tomate*

*\*1 lata de creme de leite*

*\*1 colher de manteiga*

*\*1 pitada de sal*

### ➤ *Modo de preparo:*

*\*Em uma panela, coloque a manteiga e a carne e deixe dourar. \*Acrescente o alho, a cebola e o tomate e deixe refogar até criar um molho. \*Depois acrescente o ketchup, a mostarda e o extrato de tomate. \*Por fim, junte com o creme de leite e é só servir!*

*(feito pelas alunas Caroline e Yasmin)*

## • **BRIGADEIRO DE LEITE NINHO!**

### ➤ *Ingredientes:*

*\*1 lata de leite condensado*

*\*4 colheres de leite Ninho*

*\*1 colher de manteiga*

*\*leite Ninho para enrolar os brigadeiros*

### ➤ *Modo de preparo:*

*\*Em uma panela, coloque a manteiga, o leite condensado e coloque aos poucos o leite Ninho para não empelotar, mexendo sem parar, até desgrudar do fundo da panela.*

*\*Coloque a massa de brigadeiro em um prato e deixe esfriar um pouco. \*Passe um pouco de manteiga em suas mãos para poder enrolar os brigadeiros, com uma colher, pegando pequenos pedaços da massa e colocando em sua mão. \*Quando terminar de enrolar, passe no leite em pó e sirva.*

*(feito pelos alunos João Vitor, Kauan e Anderson)*

## ➤ *CAPÍTULO 2*

### • *COMO ALCANÇAR O SUCESSO*

#### ➤ *Ingredientes:*

*\*1 kg de determinação*

*\*4 xícaras de sonhos*

*\*3 colheres de humildade*

*\*1 gota de preocupação*

*\*<sup>1</sup>/<sub>2</sub> xícara de coragem*

*\*500 g de perseverança*

*\*5 colheres de vontade*

#### ➤ *Modo de preparo:*

*\*Comece juntando a determinação com a vontade. \*Depois coloque junto a coragem e aos poucos adicione a humildade, com calma coloque a preocupação e deixe descansar. \*Por fim, não se esqueça de acrescentar a perseverança e os sonhos. \*Pronto, agora é só aproveitar!*

*(feito pelos alunos Ana Carolina, Ruan e Eduardo)*

### • *COMO ACORDAR FELIZ*

➤ *Ingredientes:*

*\*5 litros de amor*

*\*3 xícaras de bom senso*

*\*2 corações*

*\*2 <sup>1/2</sup> xícaras de paciência*

*\*10 colheres de bondade*

*\*1 kg de amor ao próximo*

*\*4 gotas de felicidade*

➤ *Modo de preparo:*

*\*Leve os litros de amor ao fogo e dissolva junto com 10 colheres de bondade. \*Coloque no fogo baixo e aos poucos coloque a paciência. \*Nos corações, coloque o bom senso, misture com bom senso e por último, acrescente o amor ao próximo. \*Sirva com a felicidade!*

*(feito pelas alunas Tais e Karolayne)*

• **COMO TER UM BOM DIA**

➤ *Ingredientes:*

*\*3 xícaras de sono*

*\*1 kg de bondade*

*\*500 g de amor*

*\*1 litro de alegria*

*\*10 colheres de paz*

*\*2 xícaras de felicidade*

➤ *Modo de preparar:*

*\*Pegue a bondade e misture com o amor, coloque para esquentar no forno por 30 min. \*Para a cobertura adicione a paz e a alegria, misturando-as até ficar uma pasta. \*No recheio, coloque o sono e a alegria e misture tudo. \*Depois retire a massa do forno e corte o bolo em dois, coloque o recheio e feche. \*Depois coloque a cobertura, leve ao forno novamente, deixe por 10 min., retire, espere esfriar um pouco e está pronto para ser feliz!*

*(feito pelos alunos Kauan, Anderson e João Vitor)*

## **• COMO SER FELIZ**

➤ *Ingredientes:*

*\*2 xícaras de risos à toa*

*\*3 xícaras das séries/filmes favoritos*

*\*1 xícara para brincar com o cachorro*

*\*4 xícaras de união com a família*

*\*2 xícaras de tempo à toa*

*\*2 xícaras de amizades verdadeiras*

### **➤ Modo de Preparo**

*\*Misture tudo em um coração disposto a mudanças e a ser acrescentado. \*Jogue mais alguns ingredientes. \*1 xícara de paz, 2 colheres de compreensão, 1 copo de alegria, 1 kg de respeito, bata tudo. \*E depois é só ingerir. \*Rende pela vida inteira, armazenando bem!!!*

*(feito pelas alunas Beatriz e Jhenifer)*

## **• COMO TER A FELICIDADE**

➤ *Ingredientes:*

*\*500g de amor*

*\*1 kg de alegria*

*\*2 litros de amizade*

*\*3 xícaras de família*

*\*7 colheres de sinceridade*

*\*1 gota de dinheiro*

➤ *Modo de preparo:*

*\*Misture tudo em uma vasilha; mexa com carinho, até se transformar numa massa homogênea. \*Faça em formato de corações, asse no forno a 150°, por 40 min. \*Está pronto para servir. Seja feliz!*

*(feito pelos alunos Flávio, Guilherme H. e Vitor)*

• **COMO SER ESPECIAL!**



➤ *Ingredientes:*

*\*4 litros de amor*

*\*2 colheres de ciúmes*

*\*1 pessoa especial*

*\*3 xícaras de cuidado*

*\*800g de esperança*

*\*1 gota de insegurança*

➤ *Modo de preparo:*

*\*Adicione o amor e logo após coloque o cuidado. \*Misture tudo e acrescente a esperança, o ciúmes e a insegurança. \*Por último, despeje tudo em uma pessoa especial e leve ao forno por 20 min. \*Depois é só aproveitar!*

*(feito pelos alunos Rosalino e Karolyne)*

**• COMO TER UMA FAMÍLIA UNIDA!**

➤ *Ingredientes:*

*\*3 xícaras de felicidade*

*\*1 pote de alegria*

*\*2 kg de pura verdade*

*\*1 colher de paz no coração*

*\*300 g de amor e amizades*

*\*algumas pitadas de famílias unidas*

➤ *Modo de preparo:*

*\*Primeiro coloque um pote de alegria e acrescente uma colher de paz no coração e 2 kg de pura verdade. \*Misture bem, leve ao forno por 40 min. \*Adicione as 3 xícaras de felicidade, as 300 g de amor e amizade, além de algumas pitadas de família unida. Agora é só servir.*

*(feito pelos alunos Gabriel e Guilherme I.)*

**• COMO PASSAR DE ANO!**

➤ *Ingredientes:*

*\*6 xícaras de fixação*

*\*1 litro de disciplina*

*\*2 colheres de capricho*

*\*1 vidro de obediência*

*\*7 gotas de responsabilidade*

*\*caneta, lápis, borracha e caderno*

*\*3 kg de atenção*

➤ *Modo de preparo:*

*\*Coloque tudo numa mesa. \*Junte a disciplina com a obediência e amasse bem. \*Adicione o capricho e a responsabilidade e espere os resultados das avaliações e do boletim. Aproveite.*

*(feito pelas alunas Camili e Aline)*

**• COMO PRESERVAR O**

## ***MEIO AMBIENTE!***

### ***➤ Ingredientes:***

*\*500 unidades de árvores*

*\*4 sacos de respeito aos animais*

*\*2 kg de preservação dos bens florestais*

*\*200 g de respeito à natureza*

*\*grama a gosto*

### ***➤ Modo de preparo:***

*\*Acrescente o respeito aos animais e à preservação dos bens florestais. \*Unte as unidades de árvores em um recipiente, com bastante grama e espaço. \*Deixe na estufa e espere algumas horas. \*Retire e cubra com respeito à natureza. Curta bem.*

*(feito pelos alunos Christofer, Emerson e Enrique)*