

Ficha Técnica:

| Macarrão com moela | per capita (g) | 100 alunos | 200 alunos | 300 alunos |
|--------------------|----------------|------------|------------|------------|
| Macarrão | 50 | 5kg | 10kg | 15kg |
| Molho de tomate | 25 | 2,5kg | 5kg | 7,5kg |
| Moela | 50 | 5kg | 10kg | 15kg |
| Alho | 3 | 300g | 600g | 900g |
| Cebola | 14 | 1,4kg | 2,8kg | 4,2kg |
| Óleo | 3 | 300ml | 600ml | 900ml |
| Sal e temperos | A gosto | | | |

Modo de Preparo:

Molho:

No dia anterior, retire a carne do freezer e coloque para descongelar na geladeira, temperado (No caso da moela, limpe bem cada peça e corte em 4 pedaços).

Descasque e pique bem o alho.

Descasque e pique as cebolas em cubos

Aqueça muito bem uma frigideira com óleo, quando estiver bem quente, acrescente a carne pelas bordas, para não espirrar óleo. Deixar dourar, não mexer muito, apenas o suficiente para dourar igualmente.

Quando estiver bem dourado, acrescente a cebola e o alho picados e inicie a técnica do “pinga e frita” até a cebola ficar transparente.

Acrescente o molho de tomate, o sal, os temperos. Refogue bem.

A moela após a técnica do “pinga e frita” deverá ser cozida na panela de pressão junto com o molho de tomate, por aproximadamente 25 a 35 minutos.

Macarrão: Em uma panela grande, ferva água suficiente para cozinhar o macarrão.

Acrescente o sal e o macarrão.

Deixe cozinhar até estar muito próximo ao ponto.

Escorra o macarrão, acrescente o molho e sirva.

Ficha Técnica:

| BOLINHO DE MOELA | per capita (g) | 50 alunos |
|---------------------------------|-----------------------|------------------|
| MOELA | 63 | 1kg |
| MISTURA PARA O PREPARO DE TORTA | 35 | ½ PACOTE |
| FARINHA DE MANDIOCA | 10 | PARA EMPANAR |
| Alho | 1 | À GOSTO |
| Sal | 2 | À GOSTO |
| Óleo | 3 | 300ml |
| TEMPEROS (SALSINHA, CEBOLINHA) | 1 | À GOSTO |

***Poderá adicionar cenoura ralada**

Modo de Preparo:

Cozinhe a moela na pressão. Triture-a no liquidificador ou processador, para que fique com aparência de moída. Refogue os temperos e misture com a moela.

Em seguida, junte a mistura para torta salgada, na quantidade que fique em consistência cremosa, para que possa fazer as bolinhas.

Prepare as bolinhas ou croquete, e empane na farinha de mandioca (não é necessário passar no ovo).

Leve ao forno para assar e sirva.

***CRÉDITOS DA RECEITA ÀS PREPARADORAS ROSE E ILDA DA ESCOLA ESTADUAL ALCIDES DA COSTA VIDIGAL, DIRETORIA DE ENSINO CENTRO OESTE.**

Outras opções:

MOELA COM BATATA

ESCONDIDINHO DE MOELA

FAROFA COM MOELA

ESTROGONOF DE MOELA

ARROZ COM MOELA