

BARBARA NUNES

Pages & Purpose

UM RECADINHO MEU

Este livrinho nasceu de um pensamento simples: se a luz acabar, eu ainda quero sentar à mesa com a minha família e saborear uma boa refeição. Comida é muito mais do que simplesmente encher a barriga. É conforto, conexão, familiaridade e aqueles pequenos momentos que fazem a gente se sentir em casa.

Se você estiver sozinho, prepare algo que te dê vontade, arrume a mesa, sem pressa, e aproveite!

E se estiver rodeado de família e de pessoas queridas, que estas receitas ajudem você a continuar reunindo todos e a demonstrar amor no simples gesto de preparar e compartilhar uma refeição.

Espero que estas receitas mostrem que, mesmo passando por fases sem os confortos de sempre do dia a dia, ainda podemos criar algo delicioso, aproveitar ao máximo o que temos e levar um pouco de calor para a mesa.
Porque, mesmo num apagão, ainda pode haver luz, risadas e comida boa.

Com muito carinho,
Barbara
x.



CAFÉ DA MANHÃ

DOCES

	PÁG.
1.Torradinhas com Pasta de Amendoim e Mel	8
2.Aveia Dormida sem Geladeira	9
3.Mix de Castanhas e Frutas Secas	10
4.Tigela de Café da Manhã com Pêssego	11
5.Bolinhas de Chocolate e Coco	12
6.Biscoitos de Arroz com Mel e Gergelim	13
7.Tigela Crocante de Cranberry e Chocolate Branco	14
8.Tâmaras Recheadas do Café da Manhã	15
9.Delícia de Pera	16
10.Potinho de Tiramisu do Café da Manhã	17

SALGADOS

1.Crackers Mediterrâneos com Azeitonas	18
2.Crackers com Grão-de-Bico Amassado e Chimichurri	19
3.Pastinha Defumada de Lentilha à Mexicana	20
4.Tigela de Tortilla e Feijão	21
5.Pipoca do Café da Manhã	22