

**Faculdade de Saúde Pública  
Universidade de São Paulo  
Departamento de Nutrição**

Laboratório e Cozinha Didática de Procedimentos e Técnicas Culinárias Aplicadas à Nutrição

**HNT 207 – PROCEDIMENTOS E TÉCNICAS CULINÁRIAS APLICADOS À  
NUTRIÇÃO II**

**AULA PRÁTICA 4  
Degustação**



**Segundo Semestre  
2019**

## **MOQUECA DE BANANA**

### INGREDIENTES

- 6 latas de tomate pelati
- 2 unidades de pimentão verde
- 2 unidades de pimentão amarelo
- 2 unidades de pimentão vermelho
- 3 unidades de cebola
- 100 g Alho
- 2 maços de Coentro
- 2 maços de Salsinha

## **ARROZ DE LEITE DE COCO**

### INGREDIENTES

- 4 kg de arroz
- 2 L de leite de coco
- 2 unidades de Cebola
- 50 g Alho

## **FAROFA DE CASTANHA DE CAJU**

### INGREDIENTES

- 2 KG de farinha de mandioca flocada
- 700 g de castanha de caju
- 2 unidades de cebola
- 50 g de alho
- 100 g de manteiga