

*Coleção de Receitas*



Panetones  
sem  
glúten

*Coleção de Receitas*

panetones  
sem  
glúten

[www.riosemgluten.com](http://www.riosemgluten.com)

Edição/Diagramação: Raquel Benati  
2013

# Panettone - patrimônio italiano

Diz a lenda que a primeira cidade a criar o Panettone foi Milão. As primeiras citações ao Panettone surgiram no século XV, no norte da Itália. Desde então, este “pão naturalmente fermentado” tem sido sempre associado intimamente com a cidade de Milão, a capital da Lombardia.

O Panettone foi desenvolvido gradualmente durante os séculos subseqüentes e assim, novas técnicas foram adotadas além de ter havido um grande progresso na qualidade das matérias-primas utilizadas em seu preparo. O hábito de consumir Panettone, especialmente nas festas de fim de ano, iniciou-se em Milão e tomou conta da Itália, dos Alpes no norte à Sicília no sul.

O Panettone desde 2005 foi considerado patrimônio nacional italiano e tem especificações de ingredientes e percentuais para ser definido com tal. É feito a partir de uma massa de fermento natural, feito com água, farinha, manteiga, ovos ou gemas de ovos, à qual são adicionados frutas cristalizadas, raspas de laranja e limão em partes iguais, e passas e baunilha. A fermentação natural é que vai garantir a umidade desse tipo de pão.

No Brasil ele se tornou popular na época de Natal. Para que celíacos e sensíveis ao glúten possam continuar desfrutando dessa tradição, reunimos aqui algumas receitas testadas de panetones sem glúten.

Como os gostos variam muito, escolha aquela receita que mais vai se adaptar ao seu paladar, lembrando que pães sem glúten tem durabilidade menor e ressecam com facilidade. Se não for consumir o panetone rapidamente, recomendamos que ele seja fatiado e congelado. Assim, poderá ser aquecido quando for consumido, recuperando sua maciez e sabor.



# Panetone na Máquina de Fazer Pão

**Glutenfree**

*by Silvia Kawaguti*

# Panetone sem glúten I

## na Maquina Panificadora

### Silvia Kawaguti

#### Ingredientes:

2 1/2 xícaras de farinha de arroz  
1 xícara de fécula de batata  
1/2 xícara de polvilho doce  
2 colheres de sopa de maisena  
1 colher de sopa de fermento em pó biológico  
100g de manteiga  
1 xícara de açúcar  
1/2 xícara de suco de laranja  
4 ovos  
1 colher de café de psyllium em pó  
2 colheres de café de goma xantana ou CMC  
Essência de amêndoas ou essência de panetone  
Chocolate em barra em pedaços, frutas secas

Fazer a esponja com o fermento, 2 colheres de sopa de açúcar e água morna. Cubra com um plástico e deixe em lugar abafado para levedar o fermento.

Em uma tigela grande, misture as farinhas e os demais ingredientes, inclusive a esponja já crescida. A massa deve ficar firme.

Colocar na assadeira da Máquina de fazer Pão para a massa crescer por 50 minutos (caso esteja quente 20~30 minutos são suficientes).

Depois de crescida, leve para assar por aproximadamente 70 minutos.





<http://nocontemgluten.blogspot.com.br/2012/12/panetone-ii-nao-contem-gluten.html>

by Silvia Kawaguti

# Panetone sem glúten II

## Silvia Kawaguti

### Ingredientes :

2 xícaras de farinha de arroz  
1 xícara de fécula de batata  
1/2 xícara de polvilho doce  
2 colheres de chá de psyllium em pó  
1 colher de chá de pectina em pó  
1 colher de chá de goma xantana ou CMC  
3 ovos médios  
100g de manteiga  
1/2 xícara de iogurte natural  
1/2 xícara de suco de laranja  
1 xícara de açúcar  
1 colher de sopa rasa de fermento em pó biológico  
2 colheres de sopa de açúcar  
Essência de Panetone ou Essência de Amêndoas  
Recheio a gosto, eu usei chocolate ao leite picado. Para cobertura, chocolate meio amargo derretido, granulado e castanha de caju picada.

Fazer a esponja : 1 colher de sopa rasa de fermento em pó biológico + 2 colheres de sopa de açúcar + 1 pouco de água morna. Misture bem e cubra com um plástico. Deixe descansar em um lugar abafado.

Em uma tigela grande, junte todos os ingredientes e misture bem. Espere de meia hora à 1 hora antes de assar. Deixe a massa em lugar abafado.

Leve para assar em forno pré-aquecido 170º





<http://nocontemgluten.blogspot.com.br/2011/11/panetone-nao-contem-gluten.html>

# Panetone sem glúten III

## Silvia Kawaguti

## Ingredientes :

360g de farinha de arroz

180g de fécula de batata

60g de maisena

60g de polvilho doce

3 colheres de café de goma xantana

150g de acúcar

5 ovos

250g de margarina ou manteiga amolecida

uma pitada de sal

2 colheres de sopa rasas de fermento biológico em pó

1/2 colher de chá de essência de panetone (se necessário coloque um pouco mais)

raspas de limão ou essência de laranja ou limão

Frutas cristalizadas, castanhas picadas ou chocolate picado

Faça a esponja : Na vasilha em que for fazer a massa, coloque o fermento, 1 colher de sopa de açúcar, 2 colheres de sopa de fécula de batata e acrescente um pouco de água morna até dissolver bem todos os ingredientes. Tampe e deixe o fermento reagir em um lugar aquecido.

Enquanto isso, pegue um saco plástico tipo ziploc e coloque as farinhas e a goma xantana e misture bem. Depois do fermento estar pronto, coloque na vasilha os demais ingredientes, menos as frutas e a farinha. Misture bem e aos poucos vá acrescentando

a farinha. A consistência ideal é de uma massa firme, como a de um pão. Acrescente o recheio e encorpore à massa. Acomode a massa nas formas de panetone (apoiadadas em uma forma) ou em uma assadeira redonda e alta. Não encha até a boca, pois a massa vai crescer.

Como onde moro é friozinho, eu coloco a forma dentro do forno com uma panelinha com água fervendo e deixo o forno fechado. O tempo de crescimento varia de 3 a 4 hs. De hora em hora eu fervo a água e devolvo no forno, para ficar bem aquecido.

Pincele uma gema antes de levar ao forno. Eu pincelei um pouco de margarina junto para não ficar tão ressecado. O forno não precisa estar pré-aquecido..





dietasgsc.blogspot

# Chocotone

## Sem glúten Sem leite

### Claudia Marcelino

#### Ingredientes:

- 2 xícaras da mistura de farinha sem glúten (2 xíc. de farinha ou creme de arroz, 2/3 de xíc. de fécula de batata, 1/3 de xíc. de polvilho doce);
- 1/2 colher das chá de sal;
- 1/4 de xícara de chá de açúcar granulado;
- 1 1/2 colheres das de chá de CMC clique aqui ;
- 2 colheres das de chá de fermento biológico seco;
- 1 xícara de água mineral morna + 1 colher das de sopa;
- 1 ovo;
- 1 1/2 colheres das de sopa de óleo;
- 1/2 colher das de sopa de essência de panettone;
- 1/2 xícara de mini gotas de chocolate.

#### Modo de fazer:

1º Em uma vasilha média, adicione todos os ingredientes secos e misture com um batedor de ovos.

2º Adicione a água morna e bata em velocidade baixa para misturar.

3º Junte o ovo levemente batido com o óleo e a essência. Bata em velocidade baixa para misturar. Aumente a velocidade da batedeira para o máximo e bata por mais 3 minutos.

4º Com uma colher, misture as gotas de chocolate.

5º Despeje a massa em uma forma para panettone de 500g untada com creme vegetal. Deixe descansar em local quente (forno microondas fechado) por aproximadamente 40 minutos ou até que a massa atinja 1cm da borda.

6º Enquanto a massa está crescendo, posicione a grade no centro do forno e pré-aqueça o forno em temperatura máxima por 10 min.

7º Leve o Chocotone ao forno, sobre uma assadeira e, asse-o por 30 min. Após 20 min. de cozimento, abixe para forno médio.

8º Após retirá-lo do forno, pincele creme vegetal sobre a casca para que ela fique mais macia.

Bom apetite!  
Servido morno é mais gostoso :)

Rendimento: 1 unidade de 500g.





<http://dietasgsc.blogspot.com.br/2009/12/panetone.html>

# Panetone Tradicional

## Claudia Marcelino

É só repetir a receita de Chocotone e substituir as gotas de chocolate por:

- 1/2 xícara de passas sem sementes e;
- 1/2 xícara de frutas cristalizadas.

Estas são as fotos do passo-a-passo.  
Os ingredientes secos e líquidos já misturados, a forma e as frutas prontas.





<http://www.chefcarlaserrano.com/2012/12/panetone-sem-gluten-e-sem-lactose.html>

# Panetone sem glúten e sem lactose

## Chef Carla Serrano

### Ingredientes:

5 colheres (sopa) rasadas de açúcar refinado (50g)  
1 colher (café) de sal (2g)  
1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de arroz (150g)  
3 colheres (sopa) cheias de fécula de batata (75g)  
1/4 de xícara (chá) de polvilho doce (25g)  
3 colheres (chá) de goma xantana (6g)  
1/2 envelope de fermento biológico seco instantâneo (5g)  
1 colher (sopa) rasada de fermento químico em pó (10g)  
1/2 xícara (chá) de nozes picadas (50g)  
1 xícara (chá) de frutas cristalizadas picadas (135g)  
1/2 xícara (chá) de uvas-passas escuras (67,5g)  
1 colher (sopa) de rum (15ml)  
1 e 1/8 de xícara (chá) de água (225ml)  
1 ovo (60g)  
3 colheres (sopa) de óleo (45ml)  
1 colher (chá) de essência de panetone (5ml)  
1 colher (chá) de essência de laranja (5ml)

### Preparo:

Em uma tigela, misture bem os 9 primeiros ingredientes e reserve.

Regue as frutas cristalizadas e as uvas-passas com o rum e reserve por 15 minutos. Misture os ingredientes restantes e junte-os aos ingredientes secos reservados. Por último, incorpore as frutas reservadas com o líquido. Despeje na fôrma de papel impermeável (1.250ml - 12x9,5cm), posicione sobre uma fôrma de metal e reserve dentro de saco plástico até

crescer, por cerca de 45 minutos. Asse no forno preaquecido (180oC) por cerca de 35 minutos ou até que, ao espetar o centro da massa com um palito, este saia limpo. Sirva morno ou em temperatura ambiente.

### Dicas:

É importante que todos os ingredientes estejam em temperatura ambiente.

Antes de utilizá-las, escaldar as frutas cristalizadas e as uvas-passas em água fervente e em seguida passe-as em água fria e escorra bem.

Caso queira, substitua as frutas cristalizadas e as uvas-passas por 1 xícara (chá) de chocolate meio amargo sem lactose picado. Neste caso, adicione o rum diretamente à massa.

Utilizei o fermento químico em pó do tipo que só age no forno, e não por estar em contato com a umidade da massa.

Rendimento: 1 panetone com 850g





# Panetone 1

## Zero Glúten Zero Lactose

### Gilda Moreira

#### Ingredientes:

2 xíc. de farinha de arroz  
1 xíc. de polvilho doce  
1/2 xíc. de fécula de batata  
1 sachê de fermento biológico seco  
1/2 xíc. de açúcar

3 ovos inteiros  
1/2 xíc. de óleo de canola

1 CS de essência de baunilha, foi o que usei (ou essência de panetone)  
1/2 xíc. de água morna

1 colher de sobremesa cheia de CMC (é um espessante que ajuda na liga das preparações sem glúten, é encontrado em lojas de produtos para festas).

Para o recheio use: frutas cristalizadas, frutas secas (nozes, amêndoas, damasco e etc) ou o que quiser.

o crescimento leve ao forno 180ºC até dourar. Faça o teste do palito. Retire do forno e decore a gosto. Eu usei 1 copo de açúcar de confeiteiro com 2 CS de água, misturei bem e coloquei com uma colher por cima do panetone, cuidando para não escorrer.

Enfeitei com nozes, damasco, amêndoas, cerejas, passas de uva. Finalize com um laço de fita bem lindo e bom apetite!



#### Modo de fazer:

Em um recipiente fundo, misture todos os ingredientes secos. Faça um buraco no centro e junte os ovos inteiros (gema sem pele), o óleo, a baunilha e a água. Mexa para misturar. Depois que a massa estiver bem homogênea, acrescente as frutas secas ou o recheio escolhido e misture com massa. Coloque até a metade das formas para panetone pois cresce muito. Coloque as formas dentro de uma assadeira e deixe crescendo em um lugar quentinho mais ou menos 20 a 30 min. Após



Cozinhando Sem Glúten

# Panetone 2

## Zero Glúten Zero Lactose

### Gilda Moreira

#### Usei:

2 xíc. de farinha de arroz (400g)  
1/2 xíc. de fécula de batata (100g)  
1 xíc. de polvilho doce (200g)  
1/2 xíc. de açúcar (100g) usei demerara  
1 sachê de fermento biológico seco  
1 CS de cmc  
3 ovos (gema sem pele)  
1/2 xíc. de óleo (usei canola)  
1 xíc. de água morna  
1 CS de vinagre de maçã  
1 CS de essência de panetone ou de baunilha  
Frutas secas, passas e frutas cristalizadas a gosto

#### Fiz assim:

No recipiente da batedeira misturei todos os ingredientes secos. Fiz um buraco no centro e adicionei os ovos, o vinagre, o óleo, a essência e a água morna. Liguei a batedeira e deixei bater até formar uma massa uniforme. Desliguei e acrescentei as frutas, misturando com uma colher. Coloquei colheradas de massa, um pouquinho acima da metade de cada forma de panetone (formas de papel próprias). Deixei crescendo em lugar quentinho (dentro do microondas ou dentro do forno). Em 30 a 35 min. estão prontos para assar. Coloquei as formas dentro de uma assadeira e levei ao forno 180°C até começarem a dourar. Uns 25 min. dependendo do forno. Faça o teste do palito. Retire da forma deixe esfriar e decore como quiser.

Eu fiz um glacê com açúcar de confeiteiro e clara de ovo (fica sequinho por mais tempo). Pode usar água no lugar da clara. 1 xíc. de açúcar de confeiteiro + 1 clara de ovo. Misture bem e com uma colherinha derrame por cima dos panetones. Finalizei enfeitando com frutas secas e cerejas.  
Bom apetite!





<http://cozinhando-sem-gluten.blogspot.com.br/2012/11/chocotones-zero-gluten-e-zero-lactose.html>

# Chocotone

## zero glúten zero lactose

### Gilda Moreira

#### Ingredientes:

1 xíc. de polvilho doce  
1/2 xíc. de fécula de batata  
2 xíc. de farinha de arroz  
1 CS de fermento biológico seco  
1 colher de sobremesa cheia de CMC (espessante encontrado em lojas de prod. alimentícios para festas)  
3 ovos, 200 ml de água morna  
1/2 xíc. de óleo  
1/2 xíc. de açúcar  
2 CS de essência de baunilha (ou essência própria para panetone)  
gotas ou cubinhos de chocolate a gosto (o que for permitido para cada um) ou choc. granulado.

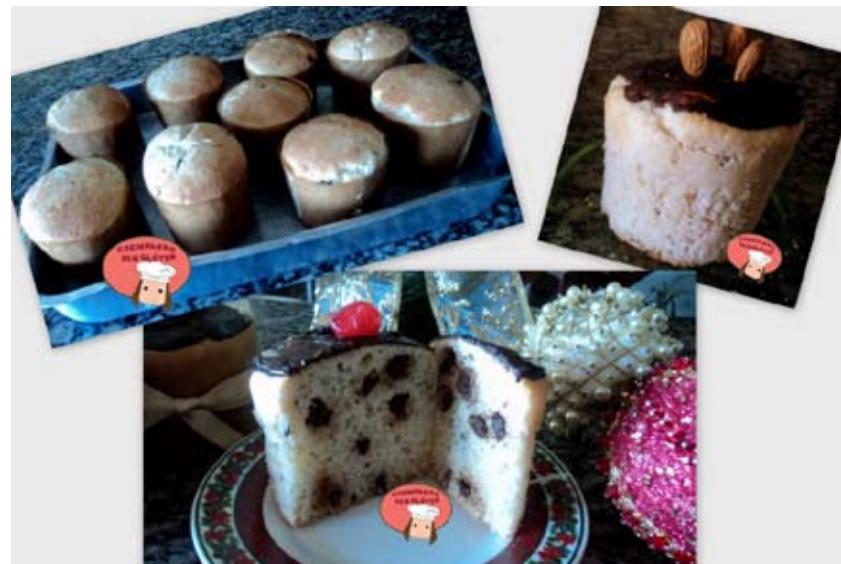
#### Modo de fazer:

Em um recipiente fundo, misture com uma colher todos os ingredientes secos. Faça um buraco no meio e junte o óleo, os ovos, a essência, e água. Mexa até que misture e a massa fique homogênea. Acrescente os cubinhos de chocolate e misture. Coloque as formas próprias para panetone em uma assadeira e despeje a massa até a metade. Deixe crescer em lugar quente por cerca de 20 a 30min. Após o crescimento leve ao forno 180°C até dourar. Mais ou menos 30min. dependendo do forno. Faça o teste do palito.

Retire do forno, deixe esfriar. Decorei, misturando um 1 copo de açúcar de confeiteiro, 1 CS de água e 2 CS de cacau (tb pode ser usado chocolate em pó a gosto) Espalhe por cima do chocotone e decore como quiser!

Rendeu 9 mini chocotones

Bom apetite!





<http://saboresdacozinhasegluten.blogspot.com.br/2012/12/panetone-rainha-rachel.html>

# Panetone Rainha Rachel

## Josy Gomez

### Ingredientes:

3 ovos inteiros  
1 colher de sopa de fermento biológico instantâneo  
1 xícara de açúcar  
1 xícara de inhame cozido e passado pela peneira  
1 xícara de leite de coco  
1\2 xícara de óleo de milho  
1\2 xícara de suco de 2 laranjas e completar com água  
1 colher de sobremesa de psillyum (vendido em cápsulas ou em farmácia de manipulação)  
1 colher de chá de CMC  
1 colher de chá de raspas de casca de laranja  
1 colher de café de raspas de casca de limão  
1 pitada de sal  
1\2 colher de café de bicarbonato  
1 xícara e 1/2 de farinha de arroz  
1 xícara de polvilho doce  
1\2 xícara de fécula de batata  
1\2 xícara de farinha de amêndoas  
1\2 xícara de passas  
1\2 xícara de nozes picadas  
1\2 xícara de damascos picados  
1\2 xícara de ameixa preta picada

### Modo de fazer:

Colocar o fermento com um pouco de água e duas colheres de açúcar e deixar a parte (vai crescer). Na batedeira, bater os ovos, o inhame, o leite de coco, o suco, o óleo e o açúcar até

virar uma mistura homogênea. Colocar o fermento, que já deu uma prévia levedada. Ir adicionando os secos pouco a pouco até formar uma massa consistente, mas não dura. Bater por uns 3 minutos. Colocar as frutas secas previamente passadas em uma duas colheres de amido de milho - isso serve para as frutas não afundarem no cozimento. Colocar em formas de panetone. Forno 180 graus por 1 hora.

Rendimento: dois panetones de 400 gramas.





<http://saboresdacozinhasegluten.blogspot.com.br/2012/12/chocotone-leoa-de-ouro-sem-gluten.html>

# Chocotone Leoa de Ouro

## Josy Gomez

### Ingredientes:

\* medida: 1 copo de 250 ml

#### “Esponja” de fermento:

1 colher de sopa de fermento biológico seco  
1 colher de sopa de adoçante culinário ou açúcar demerara  
1/2 copo do tipo de requeijão de água morna

Misturar todos ingredientes e fazer a fermentação por 10 minutos

1 ovo  
1 clara  
1 colher de sopa de linhaça dourada  
2 colheres de sopa de farinha de coco  
4 colheres de gordura de coco  
1 colher de sobremesa de psyllium (vendido em cápsulas ou em farmácia de manipulação)  
1 colher de sobremesa de CMC  
1 colher de chá de goma xantana  
1 colher de café de bicarbonato de sódio  
1 colher de café de raspas de limão  
1 copo do tipo de requeijão de suco de laranja  
1 copo do tipo de requeijão de farinha de arroz  
1\2 copo do tipo de requeijão de fécula de batata  
1\2 copo do tipo de requeijão de polvilho doce  
1\2 xícara de adoçante culinário ou açúcar demerara

1\2 xícara de nozes picadas  
1\2 xícara de passas que ficaram de molho em 2 colheres de vodka  
1 tablete de 200 gr de chocolate sem glúten e sem leite em pedaços pequenos.

### Modo de Fazer:

Fazer a primeira fermentação e deixar de lado.  
Colocar no liquidificador os ovos, a gordura de coco, a linhaça e o copo de suco de laranja. Bater bem. Colocar todos os ingredientes na batedeira e bater bem, por 5 minutos. Colocar em assadeira redonda alta ou forma de panetone. Deixar crescer por 45 minutos. Assar em forno de 180 graus por 50 minutos.

Rendimento: um panetone de 500 gramas. Durabilidade fora da geladeira 5 dias. Poderá ser congelado.





<http://saboresdacozinhasegluten.blogspot.com.br/2012/12/panetone-josy-gomez-sem-gluten-e-sem.html>

# Panetone Josy Gomez sem glúten sem leite

## Ingredientes:

3 colheres de sopa de açúcar  
4 colheres de sopa de mel de abelha  
1 colher e meia de sopa de fermento biológico seco  
150 ml de suco de laranja  
200 ml ou uma garrafinha de leite de coco  
3 ovos  
1 gema  
4 colheres de sopa de creme vegetal Becel azul (sem leite)  
1 colher de café de raspas de limão  
1 colher de café de raspas de laranja  
1\2 colher de café de bicarbonato de sódio  
1 pitada de sal  
600 gramas de farinha preparada Beladri ou Amina (mistura de farinhas sem glúten)  
2 xícaras de frutas secas de sua preferencia (eu usei nozes, passas brancas e damascos picadinhos)

## RECEITA DE MINHA FARINHA PREPARADA

Misturar todas e guardar em pote fechado:  
2 xícaras e 1/2 de farinha de arroz  
3 xícaras de amido de milho  
3 xícaras de polvilho doce  
1 xícara de fubá de milho fininha  
1 xícara de farinha de amêndoas  
2 colheres de sopa de goma xantana ou CMC  
(carboximetilcelulose)

2 colheres de sopa de psyllium (pode ser comprado em cápsulas ou em farmácias de manipulação)  
Quando for usar misture bem e use a medida pedida na receita.

## Modo de fazer:

Bater os ovos e a gema com o açúcar até ficar bem aerado. Ir adicionando os líquidos e as farinhas e batendo bem. Vai ficar uma massa bem pesada e pegajosa. Adicionar as frutas secas de sua preferência, passadas em uma colher de amido de milho, para que elas não fiquem no fundo da forma. Colocar em forma de papel para panetone. Deixar crescer por 45 minutos. Assar em forno médio 180 graus por 1 hora.

## Cobertura de chocolate:

2 xícaras de açúcar de confeiteiro peneirado  
4 colheres de creme vegetal Becel azul (sem leite)  
1 xícara de chocolate em pó Nestlé  
2 colheres de suco de limão

## Modo de fazer:

Levar a batedeira todos os ingredientes e bater 10 minutos, até virar um glacê que sirva para cobrir ou pitangular.





<http://saboresdacozinhasemgluten.blogspot.com.br/2013/11/panetone-napolitano-sul-da-italia.html>

# Panetone Napolitano

## Josy Gomez

### Pré fermentação:

200 ml de água morna retirada da quantidade da receita abaixo.  
100 gramas de Míx Pan Schär retirada da quantidade da receita.  
4 colheres de sopa de fermento biológico instantâneo.  
5 colheres de açúcar  
Misturar e deixar levedar por 30 minutos.

10 gemas batidas ligeiramente  
1 colher de café de essência de panetone ( eu não usei )  
raspas de casca de um limão grande  
1 colher de chá de raspas de laranja  
3 colheres de Vodka e 3 colheres de suco de abacaxi  
1 xícara de açúcar  
7 colheres de sopa de mel  
150 gramas de Becel azul  
500 gramas da Míx Pan Schär  
1 xícara de farinha de milho passada na peneira  
1 xícara de creme de arroz  
1 xícara de polvilho doce  
1\2 xícara de polvilho azedo  
1\2 xícara de farinha de amêndoas  
1 xícara de fécula de batata  
1 colher de sopa de psyllium  
1 xícara de uvas passas embebidas por 1 hora com o suco de abacaxi e a Vodka  
1 xícara de nozes picadas,castanhas do pará, avelãs, amêndoas.  
1\2 xícara de damascos bem picados e cerejas.  
800 ml de água ou um pouco mais ou menos se necessário  
1 colher de sopa de vinagre branco

### Modo de fazer:

#### Primeira fermentação:

Em uma tigela colocar o açúcar, 200 ml de água morna e 100 gramas de farinha Mix Schär. Deixar descansar por 20 minutos.

#### Segunda parte:

Em uma tigela misturar todas as farinhas muito bem, adicionar o sal,o açúcar, a margarina em temperatura ambiente, o mel, o vinagre branco, as gemas ligeiramente batidas, o psyllium , o restante da água e por final o fermento levedado.

Quando for colocar a água vá adicionando aos poucos, pois dependendo do tamanho das gemas poderá necessitar de um pouco menos. O ponto da massa é um pouco pegajoso antes do crescimento. Bater bem a massa ou sova-la na mão. Deixar descansar a massa por 30 minutos.

Depois deste tempo , sovar a massa e notará que ela está muito mais elástica. Misturar o recheio das frutas secas e amassar bem para distribuir em toda massa . Colocar em duas formas de panetone ou em formas de silicone altas.

Deixar crescer por 30 minutos ou mais até dobrar de volume. Passar em cima uma gema batida com 3 gotas de azeite e duas de café coado  
Aquecer o forno em 180 graus e assar por 50 minutos.  
Desenformar e cortar frio.

Rendimento 2 panetones de 500 gramas e 3 mínis individuais.

Dura perfeitamente 3 dias macio se guardado em potes fechados.

Uma delicia!



<http://saboresdacozinhasegluten.blogspot.com.br/2013/10/panetone-doce-magia.html>

# Panetone “Doce Magia”

## Josy Gomez

### Ingredientes:

4 colheres de sopa rasas de fermento biológico  
2 colheres de açúcar  
400 ml de água morna  
200 gramas de farinha Mix Pan Schär  
Misturar tudo em uma tigela , cobrir com filme plástico e deixar levedar por 20 minutos.

### Ingredientes secos:

500 gramas de Mix Pan Schär  
200 gramas de fécula de batata  
100 gramas de amido de milho  
1 xícara de açúcar  
1 colher de café de raspas de laranja  
1 colher de chá de raspas de limão  
1 pitada de sal  
uma raspa de baunilha ou ( 3 gotas )  
5 gotas de essência de panetone ( opcional, eu não uso)  
1 colher de sobremesa de fermento químico em pó

### Ingredientes líquidos:

3 colheres de sopa de gordura de coco  
3 colheres de sopa de Becel azul  
3 ovos  
2 gemas  
1\2 xícara de azeite menos 1 por cento de acidez  
1 garrafinha de 200 ml de leite de coco  
A mesma medida da garrafinha de suco de laranja

As frutas secas que forem usadas para o recheio não deverão

ultrapassar duas xícaras de chá.

Peço atenção ao modo de preparo, pois esse é o sucesso da receita.

### Modo de fazer:

Colocar em um tigela todos os ingredientes secos, misturados e peneirados, adicionar os ovos batidos, o azeite, o leite de coco, o suco de laranja e as gorduras em temperatura ambiente, misturar bem e por final adicionar o fermento levedado.

Amassar bem ...eu particularmente gosto de fazer tudo na mão, mexer com a massa é estimulante , um ato de alquimia, coloco todo meu amor e o meu desejo de bem estar de minha família. Sempre falo :- Se as pessoas não estão bem, não cozinhem!

Poderá ser usada a batedeira. O ponto da massa é bem firme , mas pegajosa. Deixar descansar em um lugar sem vento por 1 hora. Depois de crescida a massa, ela estará mais firme e menos pegajosa.Caso esteja mole poderá ser colocado mais um pouco de amido ou fécula para poder sovar em uma bancada.

Sovar por 5 minutos com auxílio de duas espátulas para ir levantando quando grudar. Esse é um passo importante, tomar o cuidado de não adicionar mais farinha que o necessário. Juntar as frutas secas e no de chocolate as raspas. Colocar nas formas de panetone ou em formas altas. Pincelar com uma gema batida com 3 gotas de azeite e 1 colher de chá de café coadado.

Deixar crescer por 50 minutos em lugar sem vento com uma jarra de água fervendo. Esse procedimento vai fazer que os panetone cresçam novamente e com umidade.

Assar em forno em 180 graus por 50 minutos ou quando bater os dedos na parte do meio, esteja bem firme. Deixar esfriar bem em uma grelha.

Essa receita rende 2 panetones de 500 gramas e 4 de tamanho individual.



<http://saboresdacozinhasemgluten.blogspot.com.br/2013/12/panetone-divino-sabor.html>

# Panetone Divino Sabor

## Josy Gomez

### Esponja de fermento:

1 colher de sopa rasa de fermento seco biológico  
2 colheres de sopa de açúcar  
1\2 xícara de creme de arroz  
200 ml de água morna

Em uma tigela grande misturar tudo e deixar levedando por meia hora com papel filme cobrindo.

### Ingredientes:

2 ovos  
4 gemas  
100 gramas de creme vegetal Becel azul  
6 colheres de sopa de mel de laranjeira  
3 colheres de sopa de psyllium  
1\2 xícara de açúcar  
1 xícara de farinha de milho batida e peneirada duas vezes  
1\2 xícara de amido de milho  
1 xícara e meia de polvilho doce  
1 xícara de fécula de batata  
1\2 xícara de farinha de amêndoas  
1 garrafinha de leite de coco  
100 ml de suco de laranja ( onde deixei as passas e as frutas cristalizadas de molho )  
1 xícara de passas  
1 xícara de nozes picadas  
1\2 xícara de frutas cristalizadas a escolher..eu usei abacaxi cristalizado  
1 colher rasa de sopa de fermento químico para bolos suco de meio limão

1 colher de sopa de casca de limão ralada bem miúda  
1 colher de sopa de casca de laranja ralada  
Opcional: essência de panetone a gosto ( Não usei)

### Modo de fazer:

Bater os ovos com a manteiga por 10 minutos, até ficar uma gemada forte e aerada.  
Ir adicionando o açúcar, o mel, a garrafinha de leite de coco, o psyllium batendo em velocidade média.  
Misturar as farinhas, as cascas de limão, de laranja, o fermento químico e ir adicionando pouco a pouco a gemada .  
Por final adicionar o fermento levedado .  
O ponto da massa é pastosa, mas que dê para ir trabalhando a massa com as mãos untadas.  
Adicionar as frutas que ficaram de molho no suco de laranja e as nozes picadas.  
Caso a massa fique muito mole poderá adicionar um pouco mais de amido de milho.  
Colocar em formas de panetone.  
Fazer um corte em cruz em cima e passar margarina derretida com 2 gotas de café.  
Deixar crescer por 1 hora.  
Aquecer o forno por 20 minutos em 180 graus e assar por 50 minutos ou ficar moreninho e batendo o dedo no meio saia um som oco.

Rendimento dois panetones de 300 gramas.

Caso queira fazer um chocotone é só adicionar 1 xícara e meia de chocolate em barra (sem glúten) picado.



<http://saboresdacozinhasegluten.blogspot.com.br/2013/11/panetone-salgado-de-frios-com-mix-de.html>

# Panetone salgado de frios

## Mix de farinhas sem glúten

### Josy Gomez

#### Ingredientes:

500 gramas de farinha Mix Pan Schär  
3 ovos  
1 clara  
1 colher de sopa de vinagre branco  
2 colheres de sopa de sal  
4 colheres de sopa açúcar  
2 colheres de sopa de mel  
4 colheres d sopa de fermento biológico  
800 ml de água  
1 xícara de farinha de milho passada na peneira  
1 xícara de creme de arroz  
1 xícara de polvilho doce  
1\2 xícara de polvilho azedo  
1\2 xícara de farinha de amêndoas  
1 xícara de fécula de batata  
8 colheres de sopa de azeite  
1 colher de sopa cheia de psyllium

Recheios de frios: Presunto, Peito de Peru, azeitonas, tomate, milho verde, orégano.

#### Modo de fazer:

Em uma tigela colocar o fermento, o açúcar, 200 ml de água morna e 100 gramas de farinha Mix Schär. Deixar descansar por 20 minutos.

Em outra tigela misturar todas as farinhas muito bem, adicionar o sal, o azeite, o mel, o vinagre branco, os ovos ligeiramente batidos , o psyllium , o restante da água e por final o fermento levedado.

Bater bem a massa ou sová-la na mão.

Deixar descansar a massa por 30 minutos.

Depois deste tempo , sovar a massa e notará que ela está muito mais elástica. Misturar o recheio de frios e amassar bem para distribuir em toda massa .

Colocar em duas formas de panetone ou em formas de silicone altas.

Deixar crescer por 30 minutos ou mais até dobrar de volume. Passar em cima a gema que sobrou , batida com 3 gotas de azeite e duas de café coado

Aquecer o forno em 180 graus e assar por 50 minutos.

Desenformar e cortar frio.

Rendimento 2 panetones de 500 gramas e 3 mínis individuais.

Dura perfeitamente 3 dias macio se guardado em potes fechados.

Uma delicia!



<http://saboresdacozinhasegluten.blogspot.com.br/2012/12/panetone-salgado-sem-gluten.html>

# Panetone salgado sem glúten sem leite sem soja

## Josy Gomez

\*copo medida: 250 ml

### Ingredientes:

1 copo do tipo de requeijão de farinha de arroz  
1\2 copo do tipo de requeijão de polvilho doce  
1\2 copo do tipo de requeijão de farinha de amaranto  
1\2 copo do tipo de requeijão de fécula de batata  
3 colheres de farinha de amêndoas ou farinha de banana verde  
1 colher de sopa rasa de sal  
3 ovos  
1 copo e mais 1\4 do tipo de requeijão de água  
3 colheres de sopa de banha (Sadia ou outra marca confiável)  
1 colher de chá de CMC (carboximetilcelulose - à venda em loja de material para festas, bolos e doces)  
2 colheres de chá de psyllium (vendido em capsulas ou farmáncias de manipulação  
1 colher de chá de vinagre branco  
1 colher bem rasa de fermento biológico seco para pão  
1 colher de sobremesa de açúcar  
1 cebola pequena  
2 dentes de alho  
1\2 xícara de damascos picados  
6 castanhas do pará picada  
2 cenouras raladas crua  
1 lata de milho verde escorrida  
1\2 xícara de cogumelos cortados  
1 xícara de azeitonas verdes picadas miúdas

### Modo de fazer:

Colocar o fermento biológico com a colher de açúcar e o 1\4 de água morna para levedar.

Bater no liquidificador os ovos, o resto da água, a banha, o sal, a cebola e o alho, misturando muito bem.

Na batedeira colocar as farinhas bem misturadas e peneiradas e ir adicionando pouco a pouco os líquidos e por último o fermento que já levedou.

Bater a massa por 5 minutos, incorporando todos os ingredientes.

Depois de tudo misturado, colocar na massa : as cenouras raladas, os cogumelos picados, as azeitonas, o milho, os damascos e as castanhas. Misturar bem incorporando o recheio a massa. Passar uma gema com gotinhas de azeite em cima para corar.

Colocar em uma forma de papel de panetone. Deixar crescer por 50 minutos.

Levar ao forno já pré-aquecido em 180 graus e assar por 50 minutos.

Deixar esfriar antes de cortar.





[http://www.riosemgluten.com/receitas\\_2008\\_2009.htm](http://www.riosemgluten.com/receitas_2008_2009.htm)

# Panetone sem glúten

## Isabela Nagy

### Ingredientes:

Leite (baixa lactose) até dar o ponto  
3 colheres cheias de açúcar  
50 gramas fermento de pão ( fresco)  
1 colher sobremesa de sal  
3 colheres óleo  
3 ovos  
1 colher sobremesa de liga neutra ( para sorvete )  
1 colher de sopa emulsificante (SELECTA ou Emustab )  
2 caixas creme de arroz  
1 caixa fécula de batata  
1 copo ( tipo requijão) de polvilho doce  
1 colher sopa rasa de essência de panetone

### Modo de fazer:

Fazer uma esponja, derretendo o fermento com o açúcar, um pouquinho de creme de arroz e um pouquinho de leite morno. Deixar crescer por uns 10 minutos. Reservar  
Colocar os demais ingredientes , misturando na bacia e depois o que foi reservado. Deixar a massa grudenta e acrescentar frutas cristalizadas muito bem picadas. Colocar em formas de papel especiais para panetone . Dobrar de volume. Assar primeiros 20 minutos em forno baixo e após aumentar. Retirar ao dourar.

Rendimento são 2 panetones de 500 gramas.





# Panetone Trufado Sem Glúten

## Elis Ninja

### Ingredientes:

180 ml de água  
1 ovo  
2 colheres de sopa de margarina  
1 colher de sopa de essência de panetone  
2 xícaras de mix de farinhas sem glúten (2 xícaras de farinha de arroz, 2/3 de xícara de fécula de batata, 3 colheres de sopa de polvilho doce)  
1/2 colher de chá de sal  
1/4 de xícara de chá de açúcar  
1 colher rasa de chá de Goma Xantana  
2 colheres de sopa de fermento biológico seco

### Modo de fazer:

Misture todos os ingredientes, deixando o fermento por último. Coloque a massa já misturada na forma de panetone. Deixe descansar por 1 hora, quando deverá dobrar de volume. Asse em forno pré-aquecido, em temperatura média.

### Creme de chocolate:

creme de leite de caixinha  
chocolate em barra  
essência de rum

### Modo de fazer e aplicar:

Derreta o chocolate, misture 2 partes de chocolate e 1 de creme de leite e gotas de essência de rum ( só faça o creme quando o panetone já estiver pronto e frio). Após o panetone já estar

frio, aplique o creme com uma seringa de cânula larga (do tipo usado para injetar temperos). Injeite o chocolate onde você desejar - é fácil e rápido.





<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=10200204553275972&set=gm.669778539709510&type=1&theater>

# Panetone sem glúten

## Liana Bello

PAO MACIO

### Ingredientes:

1 e 1/2 xícara farinha ou creme de arroz

1 e 1/2 xícara de polvilho doce

(Pode ser substituído por 2 e 3/4 de xíc de farinha sem glúten Beladri)

1 xícara leite em pó

2 ovos

1/2 xícara de óleo

1 colher (sopa) de fermento para pao

1 colher (sopa) rasa sal

1 colher (sopa) açúcar

(coloquei 2 colheres de açúcar, sendo 1 delas de açúcar baunilhado)\*

1 1/2 xícara de leite morno

Essência de panetone à vontade

O quanto gostar de gotas de chocolate

\* Com essa quantidade de açúcar não fica muito doce, mas é gosto pessoal, não gosto de nada muito doce.

- Misture o leite morno, fermento, açúcar e sal, tampe e deixe crescer 10 minutos.

- Em outro recipiente misture a farinha o polvilho e o leite em pó, coloque os ovos, o óleo e o fermento já crescido. Bata com a colher de pau ou batedeira até a massa ficar lisa.

- Coloque em assadeira untada e polvilhada.

- Deixe crescer até dobrar de volume. (Levou pouco mais de 1h pra crescer porque dei uma forcinha com o forno quente)

- Asse em forno médio.





Juliana Cardoso Benati

# Panetone / Chocotone sem glúten e sem lactose

**Juliana Cardoso Benati**

## Ingredientes:

1 xíc. de polvilho doce  
1/2 xíc. de farinha de arroz  
1/2 de xíc. de amido de milho  
1 colher de sopa de açúcar  
1 colherinha de sal  
1/2 colherinha de goma xantana ou CMC  
1/2 colher de sopa de fermento biológico seco  
1/2 colher de sopa de fermento químico em pó  
2 ovos  
2 colheres de sopa de óleo  
+ ou - 3/4 de xíc. de água ou leite de côco  
1 colherinha de café de essência de panetone  
2 colheres de sopa de mel  
Frutas cristalizadas ou gotas de chocolate a gosto

## Modo de fazer:

Misturar todos os ingredientes secos (menos o fermento em pó) na própria vasilha da batedeira, acrescente os ovos, água, óleo e mel. Bater até ficar uma massa lisa e cremosa, parecendo de bolo. Por último misture à mão o fermento em pó. Acrescente as frutas ou o chocolate (coloque 1 colher de sopa de amido de milho no potinho com frutas e balanço bem. isso evita que elas afundem), coloque nas formas de papel e deixe descansar por 10 min (enquanto isso aqueça o forno a 200°).

Assar por + ou - 35 min.

Rendimento:

2 panetones (forma de papel com 10 cm de diâmetro)





www.riosemgluten.com