



Home > Listas >



LISTAS RECEITAS

10 Melhores Comidas Libanesas



By Felipobellini

Last updated abr 1, 2021

A culinária libanesa é repleta de temperos, grãos, amêndoas, nozes... o aroma é único e o sabor também. Aprenda a fazer 10 comidas libanesas!

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. Read more

ACEITAR

X

10 Comidas Libanesas

A culinária libanesa carrega muito consigo a história de seu povo, que passou por onze povos dominantes, herdando um pouco da cultura de cada um deles. É comum que os pratos possuam muitos temperos e especiarias, azeite, item herdado dos turcos, legumes, coalhada...



By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. [Read more](#)

Como você pode notar, uma variedade enorme de alimentos, o que torna as comidas libanesas únicas. Além disso, os momentos de refeição são muito importantes para esse povo, que considera o ato de comer com a família um momento de muita união. Quando recebem convidados, demonstram seu apreço através

nquete gigantesco. Aprenda abaixo algumas receitas!

Comidas Libanesas – Kibe Assado

O nome kibe deriva de kubbeh, que significa bola, remetendo ao formato em que essa iguaria é mais comumente preparada. Conta-se que o kibe surgiu da necessidade das classes mais pobres se alimentarem, já que o trigo era misturado à carne para render mais.

Você vai adorar experimentar este prato.

Ingredientes do Kibe Assado

Junte os seguintes ingredientes:

- 250g de trigo para kibe – deixe de molho na água por duas horas antes de usar;
- 500g de carne moída;
- 1 cebola ralada;
- 5 dentes de alho picados;
- 3 colheres de margarina;
- 1 maço de hortelã picado;
- Azeite;
- 4 cebolas em rodela;
- Sal e pimenta a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Kibe Assado

Vamos começar agora o preparo da nossa receita.

1. Em uma vasilha grande, coloque o trigo e esprema-o.
2. Acrescente carne moída, alho, pimenta, sal e cebola, e misture muito bem.
3. Coloque a margarina e continue mexendo.
4. Em uma forma, coloque metade dessa mistura, acrescente a cebola em rodela e o azeite e cubra com o restante da mistura.
5. Asse em fogo médio por uma hora.

Não tem como não se apaixonar por esta receita não é mesmo? [Read more](#)

Comidas Libanesas – Homus

As primeiras receitas que contém o Homus são do século XIII, contudo, não se sabe ao certo a origem deste alimento. Muitos dizem até mesmo que a primeira citação ao homus foi feita por Platão e Sócrates. Independente disso, uma coisa é certa: é um prato muito amado e consumido de diversas formas, como com pães, por exemplo.

Este é um dos mais gostosos pratos do mundo.

Ingredientes do Homus

Junte os seguintes ingredientes:

- 250gr de grão de bico;
- 3 colheres de tahine;
- 2 colheres de suco de limão;
- 4 dentes de alho;
- Sal a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Homus

Uma receita super simples, você vai adorar preparar esta receita.

1. Cozinhe o grão de bico até que esteja macio. Reserve uma xícara da água do cozimento.
2. Bata o grão de bico, o sal, o alho e o limão junto com a água do cozimento, até que vire uma massa lisa e homogênea.
3. Acrescente o tahine aos poucos e sirva.

Não tem como não sentir vontade de preparar agora mesmo.

Comidas Libanesas – Tabule

Um dos aperitivos mais famosos do Líbano, o tabule pode ser servido puro ou em folhas de alface e é um prato muito saudável.

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. [Read more](#)

Pushnews nas cheio de sabor.

Ingredientes do Tabule

Junte os seguintes ingredientes:

- 1 xícara de trigo para kibe – deve ficar de molho por vinte minutos antes de usar;
- 4 tomates picados;
- 1 cebola picada;
- ½ xícara de salsinha;
- ½ xícara de hortelã;
- ½ xícara de cebolinha;
- Alface a gosto;
- Suco de limão a gosto;
- Azeite a gosto;
- Sal a gosto;
- Pimenta-do-reino a gosto

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Tabule

Apenas um passo simples e sua receita vai estar pronta.

1. Basta espremer o trigo para sair bem a água e misturar todos os ingredientes!

Como não adorar uma receita simples como essa?

Comidas Libanesas – Charutos de Repolho

Não se sabe ao certo se os charutos de repolho foram criados na Europa Oriental ou no Oriente Médio. Costuma ser chamado de Yabrak, que significa folha. Pode ser servido quente ou frio, e cada região prepara de uma forma diferente.

Uma ótima forma de trazer sabor para sua mesa.

Ingredientes dos Charutos de Repolho

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. Read more

Junte os seguintes ingredientes:

- ½ xícara de arroz;

Pushnews

Ogr de patinho moído;

- 1 cebola ralada;
- 1 dente de alho picado;
- Suco de 2 limões;
- ½ colher de chá de glutamato monossódico;
- ½ repolho;
- 4 colheres de salsinha picada;
- Sal e pimenta síria a gosto;
- Molho de tomate.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar os Charutos de Repolho

Não tem como você não adorar uma receita tão deliciosa.

1. Comece temperando a carne.
2. Em uma tigela, coloque o patinho, a pimenta, o limão, o sal, a salsinha, o glutamato monossódico e o arroz. Reserve.
3. Retire o talo do repolho, descarte.
4. Cozinhe o repolho sem o talo em uma panela com água fervente e sal, até que as folhas fiquem macias.
5. Cuidado para que não fiquem moles demais.
6. Recheie as folhas, enrolando-as para que fechem.
7. Em uma panela grande, acomode os charutininhos uns ao lado dos outros, cubra com o molho de tomate e cozinhe por trinta minutos.

Agora você já pode preparar esta receita para toda a sua família e deixar todo mundo babando.

Comidas Libanesas – Falafel

Famoso entre os vegetarianos, o falafel é um bolinho frito com base de grão-de-bico e muito bem temperado. Não se sabe exatamente onde foi criado, embora alguns lugares aleguem terem sido o berço de nascimento desta iguaria, como Israel e Líbano, por exemplo. Uma das histórias que se contam é a de que o falafel era consumido pelos reis, no Egito. Atualmente, o falafel é consumido e amado pelo mundo todo, sendo até mesmo usado como recheio para lanches.

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. Read more

Talvez a mais famosa receita desta cultura.

Pushnews

dientes do Falafel

Junte os seguintes ingredientes:

- 250g de grão-de-bico – deve ser deixado de molho por no mínimo 12h antes;
- 2 batatas;
- 2 dentes de alho;
- 1 cebola picada;
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio;
- 1 colher de chá de sal;
- 1 colher de chá de cominho;
- Coentro e pimenta-do-reino a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Falafel

Esta receita é perfeita, saborosa e simples.

1. Leve todos os ingredientes a um processador, misturando bem até que vire uma massa.
2. Forme bolinhos com essa massa e frite-os em óleo quente.

Você vai poder saborear sempre que sentir vontade.

Comidas Libanesas – Doce de Semolina

Chamado de rist lauz no Oriente Médio e babousa no Egito, o doce de semolina é a sobremesa perfeita para qualquer ocasião.

Uma delícia de dar água na boca.

Ingredientes do Doce de Semolina

Junte os seguintes ingredientes:

Massa

- 6 xícaras de farinha de semolina;
- 1 ½ de leite fervente;
- 1 colher de fermento em pó;
- 1 xícara de manteiga;

Pushnews

xícaras de açúcar.

Calda

- 4 xícaras de água;
- 8 xícaras de açúcar;
- 2 colheres de água de flor de laranjeira;
- 4 colheres de suco de limão.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar Doce de Semolina

Uma receita de doce maravilhosa que você vai adorar.

1. Em uma vasilha, acrescente a farinha de semolina, a manteiga, o açúcar e o fermento e misture.
2. Quando estiver tudo bem misturado, cubra a vasilha e deixe descansar por 2 horas.
3. Aos poucos, vá colocando o leite, mexendo bem.
4. Coloque essa mistura em uma assadeira untada e asse a 180°C até que doure.
5. Em uma panela, coloque os ingredientes de calda e misture bem até que engrosse.
6. Quando o doce estiver dourado, coloque a calda e sirva.

Sua família vai implorar para que você faça esta receita.

Comidas Libanesas – Baba Ganoush

Uma das histórias contadas é a de que uma moça estava cuidando de seu pai, já muito idoso e doente. Pelo fato de ele já não ter mais dentes, ela tinha o cuidado de amassar as comidas, formando um purê. O nome baba ganoush, então, faria referencia a isso, já que “baba” significa pai. Consumido como entrada ou aperitivo, o baba ganoush fica uma delícia em pães.

Você vai adorar cada mordida deste prato.

Ingredientes do Baba Ganoush

Junte os seguintes ingredientes:

- 2 berinjelas;
- 4 colheres de sopa de azeite;
- 1 dente de alho;

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. Read more

Pushnews **Limão;**

- 1 colher de sopa de salsinha;
- 3 colheres de sopa de tahine;
- Sal a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Baba Ganoush

Uma das receitas mais famosas do mundo, vamos preparar juntos agora.

1. Retire a polpa das berinjelas e coloque-as em uma peneira para escorrer a água.
2. Em uma vasilha à parte, coloque o tahine e o suco de limão, misture bem.
3. Acrescente o azeite, a polpa de berinjela, o alho e o sal e misture.
4. Em seguida, bata em um liquidificador até que vire uma pasta homogênea.

Não tem como não se apaixonar por esta receita não é mesmo?

Comidas Libanesas – Pastel de Fubá

Crocante e com sabor único, o pastel de fubá é uma alternativa ao pastel já conhecido por aqui.

Um pastel como você nunca experimentou.

Ingredientes do Pastel de Fubá

Junte os seguintes ingredientes:

- 1 prato de fubá mimoso;
- 1 ½ xícara de leite;
- 4 colheres de sopa de banha;
- 3 ovos;
- 1 pires de polvilho;
- Sal a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Pastel de Fubá

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. Read more

Um pastel que vai te surpreender.

Pushnews misture o fubá ao leite, formando um angu espesso.

2. Coloque em uma panela e acrescente os ovos, a banha e o polvilho e misture bem, até que vire uma massa.
3. Abra essa massa com um rolo.
4. Forme círculos e recheie com o sabor de sua preferência, fritando em óleo quente.

Você nunca mais vai deixar faltar este pastel na sua casa.

Comidas Libanesas – Salada Árabe

Cremosa e refrescante, esta salada incorpora muito bem o sabor árabe, misturando hortelã, coalhada e pepino.

Para quem ama sabores exóticos.

Ingredientes da Salada Árabe

Junte os seguintes ingredientes:

- 2 pepinos descascados;
- 1 copo de coalhada;
- 1 maço de hortelã picado;
- Sal e azeite a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar a Salada Árabe

Uma salada deliciosa que você vai adorar.

1. Em um refratário, corte os pepinos em rodela e tempere com azeite e sal.
2. Coloque metade do hortelã por cima, acrescente coalhada e finalize com o restante do hortelã.

Você vai poder saborear esta salada saborosa e saudável.

Comidas Libanesas – Baklava

Conta-se que este doce era preparado pelos cozinheiros do imperador, que o faziam para presentear as mulheres. Outros, que as mulheres o preparavam para o imperador.

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. Read more

Aprenda a fazer esta maravilhosa sobremesa crocante.

Ingredientes do Baklava

Junte os seguintes ingredientes:

- 400gr de nozes moídas;
- 1 limão;
- 2 xícaras de água;
- 5 xícaras de açúcar;
- 4 colheres de sopa de água de flor de laranjeira
- 1 colher de água de rosas
- 2 pacotes de massa folhada;
- 200gr de manteiga sem sal;
- Calda de açúcar a gosto.

Vamos aprender sobre o preparado deste prato:

Como preparar o Baklava

Uma receita simples, mas extremamente saborosa.

1. Em uma vasilha, misture 4 xícaras de açúcar com as nozes e 1 colher de água de flor de laranjeira.
2. Em uma assadeira, coloque a massa folhada e pincele com manteiga, acrescentando a mistura de nozes e intercalando com a massa.
3. Asse por 40 minutos.
4. À parte, ferva a água e o açúcar por 5 minutos, acrescentando a água de rosas, a água de flor de laranjeira e o suco de limão, fervendo por mais dois minutos.
5. Retire a assadeira do forno e banhe com essa mistura.

Você vai adorar preparar esta receita em toda oportunidade.

As melhores receitas da internet!

Se você chegou até aqui e quer aproveitar ainda mais a chance de aprender as melhores receitas da internet, aproveite esta oportunidade para ler ainda mais de nossos artigos aqui no Bons de Garfo aprenda tudo sobre os melhores temperos e faça os pratos que vão deixar toda sua família babando.

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. [Read more](#)



Felipobellini - 1025 Posts - 0

Comments

[Receitas](#) [Como Fazer](#) [Temperos](#) [Alimentação](#) [Benefícios](#)

© 2023 - Bons de Garfo. All Rights Reserved.

Esse site foi produzido pela : B20

By visiting our site, you agree to our privacy policy regarding cookies, tracking statistics, etc. [Read more](#)