

*Maria Stella  
Libanio Christo*



# QUENTES & FRIOS

**Receitas para quem  
gosta de cozinhar**

**Receitas para quem  
não tem tempo  
de cozinhar**



EDIÇÃO REVISTA  
E AMPLIADA

JOSÉ OLYMPIO  
EDITORA

## Resumo de Quentes & Frios

Em *Quentes & frios* (Editora José Olympio), a mineira Maria Stella Libanio revela ao leitor 479 receitas – entre salgados, doces e bebidas – para todos os gostos e ocasiões. Algumas, assinaladas com a letra R.

entre risotos e brioques, são bem rápidas e simples. Outras, indicadas pela letra E, como bacalhau à portuguesa e bombons de licor, exigem um preparo um pouco mais elaborado. Mas os resultados,

claro, são sempre recompensadores. “Eis uma arte que está ao alcance de todos”, escreve a autora. “Mas exige um mínimo de atenção e esforço, que são compensados pelo prazer de sentarmos à mesa em companhia de nossos amigos e familiares.” Esta nova edição,

recheada com pequenos e deliciosos textos de escritores como José Lins do Rego e Rachel de Queiroz, traz ainda receitas para diabéticos e hipertensos, além de pratos diet e light.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)