

A green circular graphic containing various food-related icons such as a fork, a banana, a lemon, and a bowl.

RECEITAS

FUNCIONAIS

com ativos **Infinity Pharma**[®]



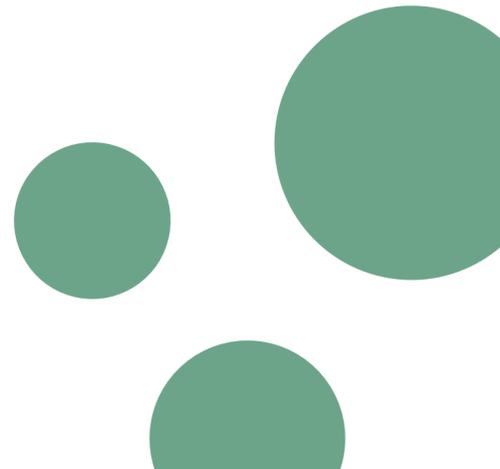


UMA FORMA DELICIOSA DE INGERIR SUPLEMENTOS!

A alimentação equilibrada é a melhor forma de prevenir doenças e manter a saúde e o bem-estar.

É sim possível, ter uma alimentação saudável e deliciosa! Para isso, é preciso se permitir experimentar novos alimentos, sabores e combinações.

Você irá descobrir uma explosão de sabores e saúde!

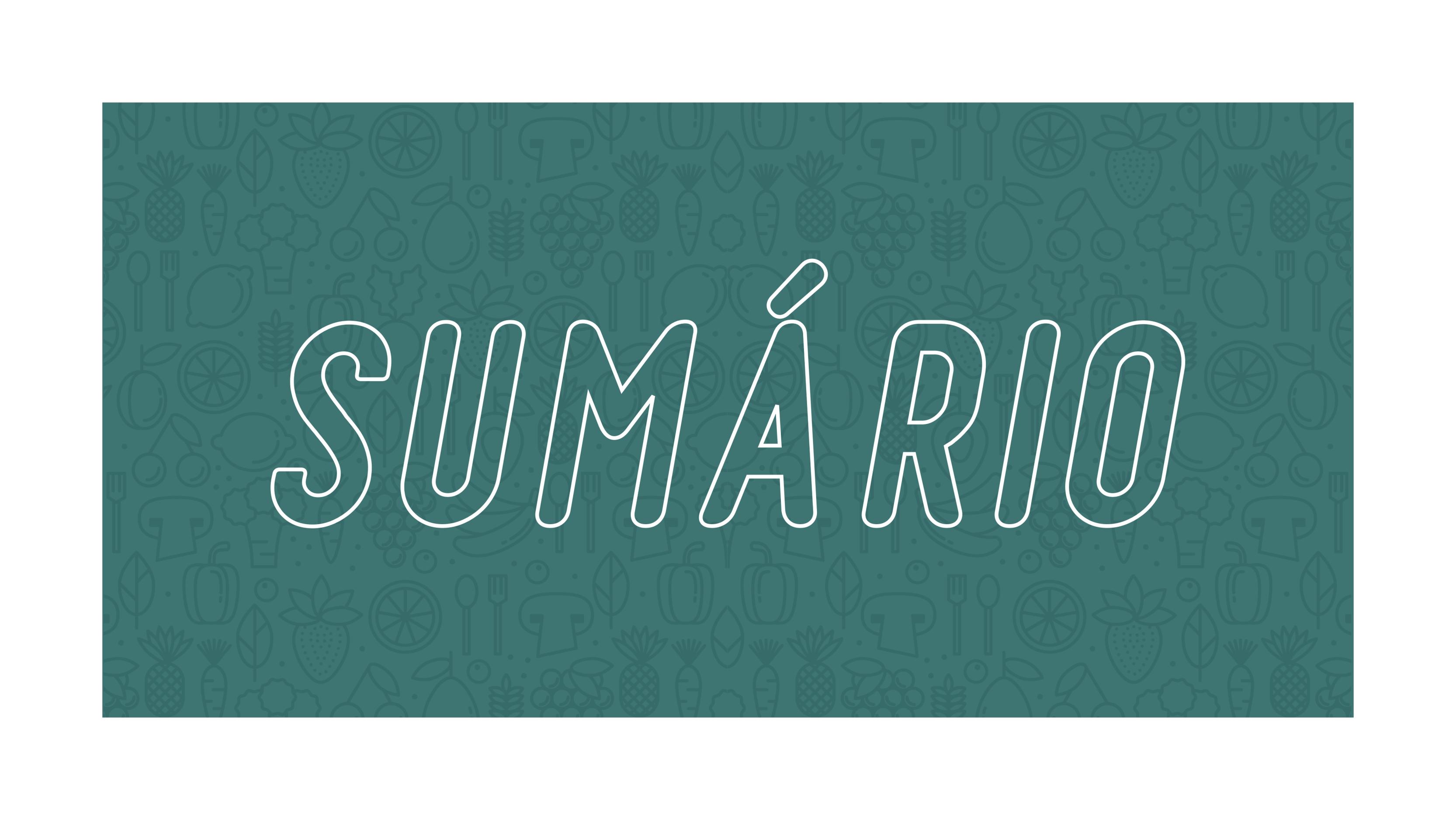


As receitas funcionais são preparações elaboradas com ingredientes de **alto valor nutritivo** e que ainda promovem **melhoras significativas no metabolismo** por sua característica antioxidante e anti-inflamatória.

A **Infinity Pharma**[®] deu um toque especial nas receitas que agora, **além de saudáveis**, também proporcionam os efeitos fisiológicos e benefícios dos nossos produtos exclusivos.

CONFIRA!





SUMÁRIO

RECEITAS SALGADAS

Homus de beterraba com Lowat [®]	8
Pãozinho de abóbora com InSea ² [®]	9
Pãozinho de beterraba com InSea ² [®]	10
Palitinho de cenoura e aipo com homus de cúrcuma e Lowat [®]	11
Sanduíche sem glúten com pasta de tofu, azeitona preta e Opextan [®]	12

RECEITAS DOCES

Trufa com Relora [®]	13
Bolinho de tapioca com InSea ^{2®}	14
Barrinha de prestígio com Relora [®]	15
Brownie de chocolate com InSea ^{2®}	16
Trufa com café, pimenta e KSM-66	17
Cupcake de banana com Fibersol [®]	18
Tortinha de chocolate e damasco com MOVE [™]	19
logurte de coco, chia e damasco com Meratrim [®] e Lowat [®]	20
Torta de coco com frutas vermelhas, Relora [®] e Citrimax [®]	21

BEBIDAS

Shake com Citrimax [®]	23
Vitamina pink com Oxxynea [®]	24
Shake pós-treino com Fast-R	25
Suco prebiótico com Fibersol [®]	26
Smoothie de mamão com Meratrim [®]	27



HOMUS DE BETERRABA COM LOWAT®

Essa pasta de grão-de-bico de cor vibrante é uma excelente opção como acompanhamento de pães, torradas, biscoito de arroz. E ainda promove a perda de peso e atua no controle da fome.

INGREDIENTES

- ½ xícara de chá de grão-de-bico cozido (80g)
- ½ beterraba cozida (cerca de 100g)
- 1 colher (sopa) de tahine (15g)
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 dente de alho pequeno
- Suco de ½ limão
- Água caso necessário
- 1 pitada de sal
- 900mg de Lowat®

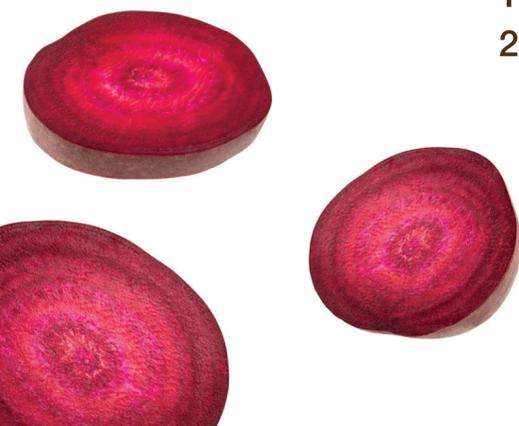
MODO DE PREPARO

1. Bata todos os ingredientes no processador ou liquidificador, exceto o Lowat®.
2. Transfira a mistura para um bowl, adicione o Lowat® e misture bem.



RECEITA: NUTRICIONISTA CAMILLA BERTHO

RENDIMENTO: 1 porção
Lowat® - dosagem: 900mg



PÃOZINHO DE ABÓBORA COM *InSea²*

Pãozinho sem glúten, rico em fibras que diminui a absorção de carboidratos pela metade.

INGREDIENTES

- 125g** de polvilho doce (1 xíc. chá)
- 125g** de polvilho azedo (1 xíc. chá)
- 200g** de abóbora moranga cozida e amassada
 - ½ xícara de farinha de aveia
 - 3** colheres (sopa) de azeite de oliva
 - 1** colher (sopa) de salsa desidratada
- 100mL** de água quente
 - Sal rosa a gosto
- 2,25g** de *InSea²*® (considerando que cada pessoa irá consumir 250mg em 3 mini pães)

MODO DE PREPARO

1. Em uma tigela, misture os ingredientes secos, incluindo o *InSea²*®.
2. Adicione os ingredientes molhados e a abóbora e depois misture bem a massa.
3. Unte as mãos com azeite, e faça bolinhas com a massa.
4. Coloque os pãezinhos em uma assadeira e leve ao forno médio, pré-aquecido, por 30 minutos.



RENDIMENTO: 27 unidades de 20g cada
InSea²® - dosagem: 250 a 500mg

RECEITA: NUTRICIONISTA CAMILLA BERTHO

PÃOZINHO DE BETERRABA COM *InSea*²

Pãozinho sem glúten que diminui a absorção de carboidratos pela metade.

INGREDIENTES

- 230g de beterraba cozida (1 xíc. chá)
- 125g de polvilho doce (1 xíc. chá)
- 100g de polvilho azedo (¾ xíc. chá)
- 25g de farinha de linhaça dourada (2 colheres de sopa)
- 35mL de leite
- 40mL de água (2 ½ colheres de sopa)
- 5g de sal rosa (1 colher de chá)
- 10g de semente de chia (1 colher de sopa)
- 2g de *InSea*²® (considerando que cada pessoa irá consumir 250mg em 3 mini pães)

MODO DE PREPARO

1. Cozinhe a beterraba no vapor até ficar molinha ou asse em forno pré-aquecido a 170°C por 40 minutos.
2. Em um bowl amasse a beterraba e acrescente a água e o azeite.
3. Adicione os polvilhos, o sal e o *InSea*²®, misture bem com uma espátula até a massa desgrudar totalmente do bowl. Junte a chia e misture até agregar.
4. Unte as mãos com azeite, e modele as bolinhas com aproximadamente 20g (1 colher de sopa).
5. Asse em forno pré-aquecido a 200°C, por 15 a 20 minutos.



RECEITA: CHEF RENATA MACENA

RENDIMENTO: 24 unidades de 20g
*InSea*²® - dosagem: 250 a 500mg



PALITINHO DE CENOURA E AIPO COM HOMUS DE CÚRCUMA E LOWAT®

Ótima opção de snack salgado com baixo teor de carboidratos, que promove a perda de peso e atua no controle da fome.

INGREDIENTES

- 85g** de grão de bico cozido (½ xícara de chá)
- 15g** de tahine (1 colher de sopa)
Suco de ½ limão
- 15mL** de azeite (1 colher de sopa)
- 1** dente de alho pequeno
- 3g** de gengibre fresco (½ colher de chá)
- 5g** de cúrcuma (1 colher de chá)
- 900mg** de **Lowat®**
- 50mL** de água (¼ xícara de chá), caso necessário
- 1** cenoura pequena em fatias
- ¼** de aipo cortado em fatias

MODO DE PREPARO

1. Coloque todos os ingredientes, exceto a cenoura, o aipo e o **Lowat®** em um processador de alimentos, e processe até obter uma mistura homogênea. Junte o **Lowat®** e misture bem.
2. Sirva com os palitinhos de cenoura e aipo.



RENDIMENTO: 1 porção
Lowat® - dosagem: 900mg

RECEITA: CHEF RENATA MACENA

SANDUÍCHE SEM GLÚTEN COM PASTA DE TOFU, AZEITONA PRETA E OPEXTAN®

Essa pasta de tofu com azeitona preta é uma excelente opção como acompanhamento de pães, torradas, biscoito de arroz.

INGREDIENTES

- 4 fatias de pão integral sem glúten
- ½ cebola roxa cortada em rodellas
- 4 fatias de tomate
- Rúcula

INGREDIENTES PARA PASTA DE TOFU COM AZEITONA PRETA

- 100g de tofu soft (2/3 xícara de chá)
- 50g de azeitona preta (1/3 xícara de chá)
- 25mL de azeite (1½ colher de sopa)
- ½ dente de alho
- 600mg de **Opextan®**

MODO DE PREPARO

1. Bata todos os ingredientes, exceto o **Opextan®**, no processador ou liquidificador.
2. Junte o **Opextan®** e bata até misturar.
3. Monte os sanduíches com metade da pasta de tofu, duas fatias de tomate, folhas de rúcula e fatias de cebola.



RECEITA: CHEF RENATA MACENA

RENDIMENTO: 2 porções
Opextan® - dosagem: 300mg



TRUFA COM **RELORA**[®]

Sim, chocolate acalma! E, além disso, ajuda a controlar a compulsão alimentar!

INGREDIENTES

- 3 xícaras de tâmaras sem caroço
- 1 xícara de chocolate 70% cacau picado
- 1 xícara de amêndoas picadas grosseiramente
- Cacau em pó
- 6g de **Relora**[®]

MODO DE PREPARO

1. Deixe as tâmaras de molho na água por cerca de 1 hora, depois escorra a água.
2. Derreta o chocolate em banho-maria.
3. Em um processador, coloque as tâmaras, o chocolate derretido e as amêndoas picadas grosseiramente. Bata até obter uma massa consistente, porém macia ainda, por último, adicione os 6g de **Relora**[®] e misture bem.
4. Leve à geladeira por 1 hora para atingir a consistência de bolear.
5. Faça bolinhas com as mãos e passe no cacau em pó.



BOLINHO DE TAPIOCA COM *InSea*²

Uma forma diferente de comer tapioca! Este bolinho não contém glúten e lactose e diminui a absorção de carboidratos pelo organismo.

INGREDIENTES

- 1 colher de sopa de tapioca
- 1 colher de sopa de coco ralado
- 1 ovo
- 1 colher de chá de manteiga
- 2 colheres de chá de açúcar demerara
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 250mg de *InSea*²

MODO DE PREPARO

1. Em um bowl misturar todos os ingredientes, exceto o *InSea*². Por último acrescente o *InSea*² e bata com um mixer ou no liquidificador para misturar bem.
2. Despeje a massa em forminhas de cupcake de silicone e leve ao forno pré-aquecido a 180°C por 15 a 20 minutos.



BARRINHA DE PRESTÍGIO COM **RELORA**[®]

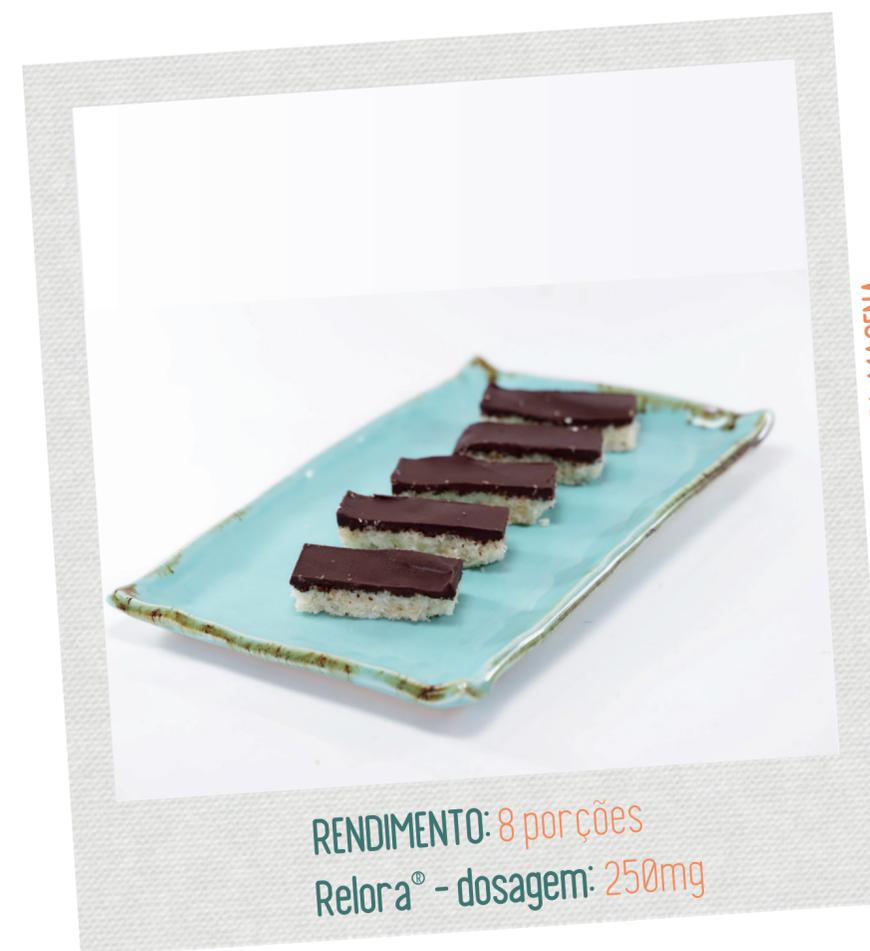
Sim, chocolate acalma! E, além disso, ajuda a controlar a compulsão alimentar!

INGREDIENTES

- 85g de coco ralado sem açúcar (1 ½ xícara de chá)
- 50g de óleo de coco (¼ xícara de chá)
- 30g de mel ou melaço (2 colheres de sopa)
- 125g de chocolate 70% cacau picado (1 xícara de chá)
- 2g de **Relora**[®]
- 8g de óleo de coco (½ colher de chá)

MODO DE PREPARO

1. Forre uma forma pequena, de preferência quadrada, com papel manteiga.
2. Em um bowl junte o coco ralado, o óleo de coco, o mel e o **Relora**[®] e misture bem.
3. Espalhe a mistura de coco na forma preparada e leve ao freezer por 20 minutos.
4. Derreta o chocolate em banho maria com o óleo de coco restante.
5. Espalhe o chocolate derretido sobre a mistura de coco e leve à geladeira por 2 horas.
6. Corte em barrinhas e sirva. Mantenha na geladeira.



RENDIMENTO: 8 porções
Relora[®] - dosagem: 250mg

RECEITA: CHEF RENATA MACENA

BROWNIE DE CHOCOLATE COM *InSea²*

Delicioso brownie inibidor da absorção de carboidratos.
Para comer sem culpa!

INGREDIENTES

- 2 ovos orgânicos
- 270g de açúcar mascavo
- 175g de óleo de girassol
- 50g de biomassa de banana verde
- 40g de farinha de aveia
- 35g de fécula de batata
- 3,75g de **InSea²** (250mg por pedaço)
- 50g de cacau em pó
- 2g de sal rosa
- 60g de chocolate picado
- 20g de cranberry picada

MODO DE PREPARO

1. Bata a biomassa de banana verde com água morna até atingir consistência cremosa.
2. Em um bowl misture o óleo e a biomassa.
3. Em outro recipiente misture os ingredientes: a farinha de aveia, a fécula de batata, o cacau em pó e o sal, reserve.
4. Bata os ovos e o açúcar até formar um creme fofo.
5. Junte as 3 misturas feitas anteriormente de biomassa, açúcar e os ingredientes secos.
6. Junte o **InSea²** e misture bem.
7. Por último, misture o chocolate picado e a cranberry. Forre uma assadeira pequena com papel manteiga e despeje a massa.
8. Leve para assar em forno pré-aquecido a 175°C por cerca de 25 minutos.



RECEITA: CHEF RENATA MACENA

RENDIMENTO: 15 porções
InSea² - dosagem: 250 a 500mg

TRUFA COM CAFÉ, PIMENTA E **KSM-66**

A combinação perfeita entre chocolate, café e pimenta com um ativo capaz de aumentar os níveis de testosterona do organismo.

INGREDIENTES

- 180g** de chocolate 70% cacau (1 xícara de chá)
- 110mL** de leite de coco (½ xícara de chá)
- 10mL** de café expresso (2 colheres de chá)
- 1g** de pimenta caiena em pó (1/8 colher de chá)
- 4,5g** de **KSM-66**
Cacau em pó para finalizar

MODO DE PREPARO

1. Derreta o chocolate em banho-maria.
2. Junte o leite de coco e o café e mexa até obter uma mistura homogênea.
3. Incorpore o **KSM-66** e a pimenta caiena e cubra com filme plástico. Deixe descansar por 2 horas, se necessário leve à geladeira para dar ponto de enrolar.
4. Pegue porções da massa, boleie e passe no cacau em pó.



RENDIMENTO: 15 unidades de 20g cada
KSM-66 - dosagem: 300mg

RECEITA: CHEF RENATA MACENA

CUPCAKE DE BANANA COM **Fibersol**[®]

Bolinho sem glúten e sem lactose, uma forma prática para aumentar o consumo de fibras no seu dia a dia!

INGREDIENTES

- 1 banana nanica amassada
- 1 ovo
- 1 colher de sopa de farinha de coco (10g)
- 1 colher de sopa de **Fibersol**[®] (10g)
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 1 colher de chá de manteiga
- Canela em pó

MODO DE PREPARO

1. Coloque todos os ingredientes, exceto a canela, em um bowl e misture bem.
2. Despeje a massa numa caneca grande e leve ao micro-ondas, em potência máxima por 2 minutos ou despeje a massa em forminhas de cupcake de silicone e leve ao forno pré-aquecido a 180°C por 15 a 20 minutos.
3. Polvilhe com canela.



RECEITA: NUTRICIONISTA CAMILLA BERTHO

RENDIMENTO: 1 porção (1 caneca grande ou 2 cupcakes)
Fibersol[®] - dosagem: 5 a 10g



TORTINHA DE CHOCOLATE E DAMASCO COM MOVE™

Tortinha de chocolate com MOVE™, além de deliciosa ajuda a diminuir as inflamações e dores nas articulações!

INGREDIENTES

- 60g de tâmara sem caroço (¼ xíc. chá)
- 80g de ameixa preta seca sem caroço (¼ xíc. chá)
- 60g de castanha de caju crua sem sal (½ xíc. chá)
- 80g de aveia em flocos sem glúten (¾ xíc. chá)
- 5g de óleo de coco (½ colher de sopa)
- 10g de melaço (½ colher de sopa)

INGREDIENTES RECHEIO

- 90g de chocolate 70% cacau (½ xíc. chá)
- 120mL de leite de coco (½ xíc. chá)
- 145g de geleia de damasco (1 xíc. chá)
- 900mg de MOVE™

MODO DE PREPARO MASSA

1. Coloque todos os ingredientes no processador de alimentos e bata até obter uma massa homogênea.
2. Forre o fundo de uma forminha de fundo removível e leve ao forno pré-aquecido a 160°C por 8 minutos.

MODO DE PREPARO RECHEIO

1. Derreta o chocolate no banho-maria. Junte o leite de coco e a geleia de damasco. Por último, acrescente o MOVE™ e misture bem.
2. Quando a massa estiver fria, espalhe o recheio e leve à geladeira por 2 horas.



IOGURTE DE COCO, CHIA E DAMASCO COM MERATRIM® E LOWAT®

Lanche proteico e rico em fibras com ativos que promovem a perda de peso e redução de medidas corporais.

INGREDIENTES

- 120g de iogurte de coco (½ xíc. chá)
- 60mL de leite de coco (¼ xíc. chá)
- 20g de semente de chia (2 c. sopa)
- 3mL de extrato de baunilha (½ c. chá) - opcional
- 60g de mel (4 c. sopa) ou 30g xylitol (2 c. sopa) - opcional
- 400mg de Meratrim®
- 450mg de Lowat®

DECORAÇÃO

- Flocos de coco queimado
- Damasco seco

MODO DE PREPARO

1. Em um bowl, adicione todos os ingredientes na ordem, misturando bem a cada adição.
2. Cubra com um filme e leve para a geladeira por no mínimo 6 horas.
3. Decore com pedaços de coco e damasco e sirva gelado.



RENDIMENTO: 9 porções
Meratrim® - dosagem: 400mg
Lowat® - dosagem: 450mg

RECEITA: CHEF RENATA MACENA

TORTA DE COCO COM FRUTAS VERMELHAS, **RELORA**[®] E **Citrimax**[®]

Diminua os níveis de ansiedade e mantenha suas medidas com essa deliciosa torta!

INGREDIENTES MASSA

- 75g** de amêndoas (½ xíc. chá)
- 15g** de castanhas de caju
crua e sem sal (1 ½ col. sopa)
- 15g** de semente de girassol (1 col. sopa)
- 3** tâmaras sem caroço
- 1,5g** de **Relora**[®]
- 3g** de **Citrimax**[®]

INGREDIENTES RECHEIO DE COCO

- 25g** de amido de milho (2 c. sopa)
- 200mL** de leite de castanha de caju (1 xíc. chá)
- 200mL** de leite de coco (1 xíc. chá)
- 70g** de coco ralado (2/3 xíc. chá)
- 60g** de mel (4 c. sopa)
- 1g** de agar-agar

INGREDIENTES GELEIA DE FRUTAS VERMELHAS

- 400g** de frutas vermelhas (2 ½ xíc. chá)
- 100g** de xylitol (½ xíc. chá)
- 10mL** de suco de limão



RENDIMENTO: 6 porções - 1 torta média
 Relora[®] - dosagem: 250mg
 Citrimax[®] - dosagem: 500mg

RECEITA: CHEF RENATA MACENA





MODO DE PREPARO MASSA

1. No processador de alimentos, triture finamente as amêndoas, castanha de caju, semente de girassol e as tâmaras.
2. Junte o óleo de coco derretido e misture.
3. Acrescente o **Citrimax**[®] e o **Relora**[®], e bata até misturar.
4. Pressione bem a massa no fundo de uma forma e leve à geladeira por 30 minutos.



MODO DE PREPARO RECHEIO

1. Misture o amido de milho com metade do leite de castanha de caju e reserve.
2. Leve ao fogo médio o restante do leite de castanha, o leite de coco, o coco ralado e o mel. Deixe ferver.
3. Assim que levantar fervura junte o leite com o amido e mexa até engrossar.
4. Acrescente o agar-agar e continue mexendo por 1 a 2 minutos.
4. Distribua o recheio na base da torta. Cubra com filme plástico e leve à geladeira por 3 horas.



MODO DE PREPARO GELEIA

1. Leve todos os ingredientes em fogo baixo mexendo sem parar até formar o ponto da geleia.
2. Se preferir, pode processar para transformar em purê.
3. Após esfriar, espalhe a geleia sobre a torta e sirva, ou retorne à geladeira.



SHAKE COM **Citrimax**[®]

Esse Shake de Citrimax é super refrescante! Ideal para os dias de calor e ainda auxilia no emagrecimento!

INGREDIENTES

- 1 maçã verde
- 2 talos de aipo
- 1 laranja lima
- 1 limão
- 1 folha de couve
- 500mg de **Citrimax**[®]
- 200mL de de água de coco (1 copo)

MODO DE PREPARO

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador até ficar bem homogêneo.
2. Sirva gelado.



VITAMINA PINK COM OXXYNEA®

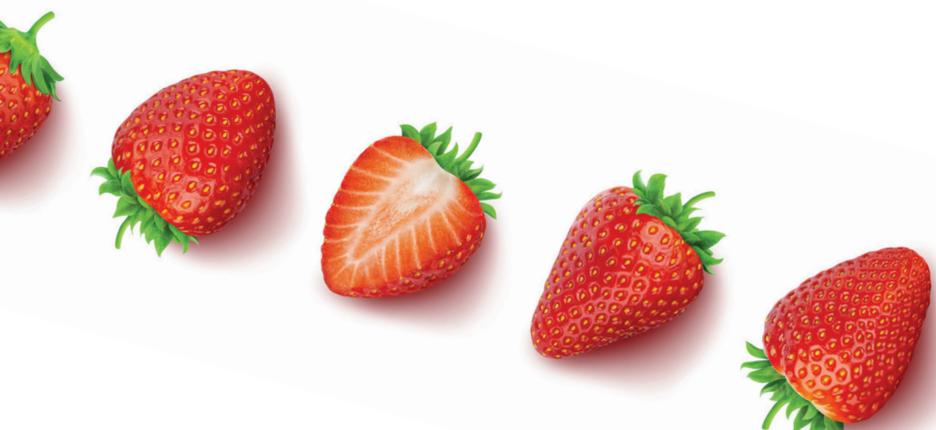
Seu suco detox em uma versão turbinada!

INGREDIENTES

- 360mL de leite vegetal gelado (1 ½ xíc. chá)
- 50g de beterraba cozida (½ xíc. chá)
- 50g de morango picado (½ xíc. chá)
- 30g de mel (2 colheres de sopa)
- 1600mg de Oxynea®
- Gelo a gosto

MODO DE PREPARO

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador até ficar bem homogêneo.
2. Sirva gelado.



SHAKE PÓS-TREINO COM **FAST-R**

Recuperação pós-treino garantida!

INGREDIENTES

30g de Whey Protein
(sabor de sua preferência)
300mL de água
900mg de **Fast-R**

MODO DE PREPARO

1. Misturar todos os ingredientes em uma shakeira.



SUCO PREBIÓTICO COM **Fibersol**[®]

Delicioso e refrescante suco repleto de fibras!

INGREDIENTES

1 fatia de abacaxi

1 kiwi

250mL de água

5g de **Fibersol**[®]

Opção: substituir o kiwi por 1 maçã pequena e folhas de hortelã.

MODO DE PREPARO

1. Bater todos os ingredientes no liquidificador.



SMOOTHIE DE MAMÃO COM MERATRIM®

Um jeito delicioso de refrescar seu corpo e afinar a silhueta!

INGREDIENTES

- 1 copo de leite de coco (200mL)
- ½ mamão papaya
- 1 colher de sopa de farelo de aveia
- 400mg de Meratrim®

MODO DE PREPARO

1. Bater todos os ingredientes no liquidificador ou mixer.





www.infinitypharma.com.br

 @infinitypharma  /infinitypharma  /company/infinity-pharma-brasil

Entre em contato com a Infinity Pharma® - canalmedico@infinitypharma.com.br

Central de Negócios
0800 707 0706 | 0800 601 8081

