



Caldos & Sopas

MOCOCA
PROFISSIONAL



Introdução

Mais do que preparações simples, **sopas e caldos** se transformaram em uma excelente oportunidade de negócio para quem deseja empreender na gastronomia com baixo investimento inicial, sem dificuldades no preparo e ótima margem de lucro.

Em meio à busca por refeições práticas, acolhedoras e com sabor artesanal, os consumidores estão cada vez mais dispostos a investir em produtos que entreguem conforto, qualidade e experiência gastronômica.

E por isso, pensar com cuidado em cada passo da produção, é o caminho certo para garantir padronização e o sucesso de suas vendas.



menu

CAPÍTULO 01

Ingredientes e Técnicas

CAPÍTULO 02

Produtos Mococa

CAPÍTULO 03

Cardápio Inteligente

CAPÍTULO 04

Operação e Produção

CAPÍTULO 05

Receituário



CAPÍTULO 01

Ingredientes e Técnicas



A escolha certa faz toda a diferença!

Com ingredientes selecionados e técnicas corretas de preparo, é possível desenvolver um cardápio lucrativo, criativo e adaptável a diferentes públicos — desde consumidores que buscam receitas clássicas e afetivas até clientes interessados em experiências gastronômicas deliciosas.

Ingredientes chave da estação:

Abóbora, batata-doce, mandioca, mandioquinha, couve-flor e couve-manteiga são fundamentais para dar estrutura e textura ao seu preparo.



Construindo sabor

ADEUS, TEMPERO PRONTO!

Para elevar seu ticket médio e criar pratos que se destacam, esqueça os industrializados. O sabor nasce na técnica:

O poder do *Mirepoix*:

A combinação clássica de cebola, cenoura e salsão picados no mesmo tamanho é o ponto de partida. Ao refogar juntos, liberam aromas intensos.

Dica: Varie a base adicionando alho-poró ou tomate

Cortes precisos:

O tamanho dos vegetais não é apenas estética. Cortes uniformes garantem que o sabor seja liberado corretamente, o cozimento seja homogêneo e a apresentação final do prato seja impecável.





Zero desperdício & Lucro máximo

Não jogue fora o que pode virar base de ouro. Aparas de vegetais (pontas de cebola/cenoura, talos de cebolinha, folhas de salsão) são a base perfeita para caldos caseiros.

Como fazer:

- 01 Após higienizar os vegetais, separe as aparas que serão utilizadas.
- 02 Refogue em uma panela funda com um fio de óleo ou azeite.
- 03 Cubra com água e cozinhe lentamente em fogo baixo.
- 04 O resultado é um caldo rico em nutrientes e sabor para sopas, molhos e pratos variados.

Sopa rala? Tem solução.

Se a textura não ficou como você esperava, não se preocupe. Utilize espessantes para dar corpo sem alterar o sabor final:

Slury

Amido de milho ou fécula de batata diluídos em líquido frio.

Roux

Uma pastinha de farinha de trigo cozida na mesma quantidade de manteiga.

Purê de Vegetais

Vegetais cozidos e batidos (como mandioca, inhame ou batata) são bases excelentes para cremes mais encorpados.

Vegetais Assados

Assar os vegetais antes de processar concentra o dulçor e realça a cor, criando uma textura cremosa e sabor diferenciado.



Mistura de Creme Mococa

Traz um toque de cremosidade, aveludado e com bastante brilho. A base láctea auxilia na correção da acidez dos ingredientes, e não interfere no sabor final.



Queijo Meia Cura Ralado Mococa

É o toque final de umami, trazendo mais intensidade no sabor, servindo como espessante ou na hora da finalização.



CAPÍTULO 02

Produtos Mococa

A combinação perfeita!



A combinação entre a
Mistura de Creme, Manteiga
e nosso **Queijo Meia Cura**
ralado proporciona:

maior cremosidade e estabilidade

textura mais aveludada

intensificação de sabor

melhor rendimento

padronização das receitas

valorização do produto



CAPÍTULO 03

Cardápio Inteligente

Cardápio inteligente: muito além das receitas

Um cardápio estratégico é uma ferramenta de gestão. Mais do que listar pratos, ele equilibra tradição, sazonalidade e criatividade para atender diferentes perfis de clientes e ocasiões.

Por que focar na escolha certa?

A composição do cardápio impacta diretamente o desempenho do negócio:

Facilidade Operacional

Otimiza o fluxo de produção na cozinha.

Ticket Médio

Aumenta a percepção de valor do prato.

Lucratividade

Melhora a margem de retorno.

Fidelização

Gera recorrência com opções que agradam diversos paladares.

Sugestão de Estrutura do Cardápio

Para um menu equilibrado e comercialmente eficiente, **diversifique seu mix:**



2 Sopas Clássicas

Receitas de alto giro e custo baixo.
Ex: Canja, caldo verde ou creme de batata.

2 Sopas Especiais

Receitas que permitem precificação mais alta.
Ex: Creme de couve-flor ou creme de ervilha.



1 Sopa Vegetariana

Receitas que permitem diversificação atendendo outros públicos.
Ex: Tomate com manjeriço ou creme de palmito.

1 Sopa Sazonal

Receitas para aproveitamento de oportunidade.
Ex: Ensopado de abóbora ou mandioquinha.

Acompanhamentos: a arte de personalizar e lucrar

Oferecer complementos e *toppings* é a estratégia ideal para transformar uma sopa em uma experiência personalizada. Além de agradar o cliente, você agrega valor real ao prato, o que aumenta diretamente seu ticket médio.

Sugestões para o seu cardápio:



Crocância

Croutons e torradas artesanais.



Sabor & Textura

Queijo ralado (o toque especial do Meia Cura Mococa!) e bacon em cubos.



Refeição completa

Adicionais de proteína, como frango desfiado, linguiça calabresa ou carne seca.



CAPÍTULO 04

Operação e Produção



Embalagem e Identificação: o valor da experiência

A embalagem não é apenas um detalhe operacional; ela é parte essencial da sua marca. Produtos bem apresentados transmitem profissionalismo, garantem a segurança do alimento e permitem que você trabalhe com preços mais altos.

A embalagem ideal deve garantir:

Performance

Preservação da temperatura, textura e vedação segura durante o transporte.

Praticidade

Deve ser versátil, permitindo o consumo imediato ou facilitando o armazenamento (refrigeração/congelamento) e o reaquecimento pelo cliente.

Etiquetagem: o selo de profissionalismo

Uma etiqueta clara gera confiança. Certifique-se de que cada embalagem contenha:

Identificação:
Nome do produto e marca.

Instruções de Uso: Conservação e modo correto de aquecimento.

Informações de Segurança:
Data de fabricação, validade e peso/volume.

Contato:
Redes sociais e telefone para fidelização.





Armazenamento e Validade: Segurança e Qualidade

O armazenamento correto é a garantia de que seu produto chegará ao cliente com o mesmo sabor e textura do dia em que foi preparado.

Temperatura e validade

Refrigeradas
(1°C a 4°C):

- Sopas cremosas: 3 a 4 dias
- Caldos com carnes: 3 dias
- Sopas de vegetais: Até 5 dias

Congeladas
(-18°C ou menos):

- 60 a 90 dias (para ingredientes aptos ao congelamento).

Dicas de Ouro: Congelamento & Descongelo

Antes de congelar, sempre realize o resfriamento rápido (banho-maria invertido com gelo) logo após o preparo. Isso e o descongelamento dentro da geladeira reduzem o risco de contaminação e garante a estabilidade do prato.

Linha congelada: Produção em escala e lucro garantidos!

Criar uma linha de congelados é a estratégia perfeita para quem quer crescer. Ela permite que você produza em maiores quantidades, controle custos e reduza desperdícios.

Por que investir em congelados?

Produção antecipada:



otimiza seu tempo e fluxo na cozinha.

Gestão financeira:



aumenta a previsibilidade de vendas e receitas.

Alcance:



permite atender mais clientes, sem depender de entregas imediatas.

Fidelização:



garante que o cliente tenha seu produto sempre à mão.





CAPÍTULO 05

Receituário

🕒 40 min

🍲 6 porções de 250g

menu



Sopa de Creme de Queijo



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

2 pacotes de Queijo Meia Cura ralado Mococa (80g)

5 copos (americanos) de caldo de vegetais (1L)

3 ovos (150g)

1 xícara (chá) de leite integral frio (240mL)

2 colheres (sopa) de amido de milho (20g)

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Bata o caldo de vegetais ainda quente no liquidificador junto com a mistura de creme, o queijo meia cura ralado e os ovos.

Cozinhe mexendo sem parar e adicione o *slurry* - amido de milho dissolvido no leite integral frio. Quando estiver liso e encorpado, desligue o fogo. Sua Sopa de Creme de Queijo Meia Cura está pronta!

DICA

Sirva quente, com mais queijo meia cura ralado Mococa.

🕒 30 min

🍲 6 porções de 250g

menu



Sopa Creme de Palmito



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

1 pacote de Queijo Meia Cura ralado Mococa (40g)

4 colheres (sopa) de Manteiga Mococa (60g)

1 pote de palmito em conserva, drenado e picado (270g)

1 cebola pequena ralada (150g)

2 colheres (sopa) de farinha de trigo (30g)

2 e ½ copos (americanos) de leite integral (500mL)

Sal e pimenta-do-reino a gosto

Croutons a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela média, refogue ligeiramente a cebola na metade da manteiga, acrescente o palmito picado e refogue por mais 1 minuto.

Acrescente a mistura de creme, tempere com sal e pimenta-do-reino e deixe ferver. Para engrossar, adicione o *“roux”* – pastinha de farinha de trigo cozida na mesma quantidade de manteiga, e mexa até encorpar. Sua Sopa de Palmito está pronta!

DICA

Sirva quente e acompanhada de croutons e queijo meia cura ralado Mococa.

 40 min

 8 porções de 250g

menu



Creme de Abóbora com Carne Seca



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

2 pacotes de Queijo Meia Cura ralado Mococa (80g)

1 colher (sopa) de Manteiga Mococa (15g)

3 xícaras (chá) de abóbora cabotiá (japonesa) sem casca e picada (500g)

2 xícaras (chá) de carne seca desfiada refogada (400g)

1 batata inglesa picada (250g)

1 cebola picada (150g)

2 dentes de alho picados (10g)

5 copos (americanos) de água fervida (1L)

Pimenta calabresa a gosto

Sal, pimenta-do-reino a gosto

Azeite a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela quente, adicione a manteiga e doure a cebola com o alho. Adicione a abóbora, a batata, a pimenta calabresa e pimenta-do-reino, e o sal a gosto.

Adicione a água até cobrir os vegetais, e deixe cozinhar até que fiquem macios. Bata tudo no liquidificador ou com um mixer, até virar um creme.

Adicione a mistura de creme e mexa até homogeneizar todo o creme de abóbora. Acrescente a carne seca previamente refogada.

DICA

Complemente com torradas com manteiga e queijo meia cura ralado Mococa.

 30 min

 6 porções de 250g

menu



Creme de Milho



INGREDIENTES

**2 caixas de Mistura de Creme
Mococa (400g)**

**1 colher (sopa) de Manteiga
Mococa (15g)**

1 lata de milho verde em conserva –
sem o caldo (170g)

1 e ½ xícara (chá) de leite integral
aquecido (360mL)

1 cebola média ralada (150g)

2 colheres (sopa) de farinha de trigo
(30g)

1 tablete de caldo de legumes (10g)

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

No liquidificador bata o milho com o
caldo de legumes dissolvido no leite
aquecido.

Em uma panela, aqueça a manteiga e
refogue a cebola. Adicione a farinha de
trigo e continue mexendo. Adicione o
milho batido com o leite e o caldo de
legume, e deixe cozinhando por cerca de
10 minutos, até obter uma consistência
cremosa. Acrescente a mistura de creme
e ajuste o tempero.

DICA

Sirva ainda quente, com grãos de milho
cozido ou outro acompanhamento de sua
preferência.

 30 min

 6 porções de 250g

menu



Creme de Batata com Bacon



INGREDIENTES

**1 caixa de Mistura de Creme
Mococa (200g)**

**2 colheres (sopa) de Manteiga
Mococa (30g)**

4 batatas cortadas em pedaços
médios (600g)

1 xícara (chá) de bacon em cubos
(200g)

1 cebola picada (150g)

5 copos (americanos) de caldo de
legumes (1L)

2 colheres (sopa) de azeite de oliva
extravirgem (30g)

Salsinha a gosto

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela grande, derreta a manteiga, adicione o azeite de oliva e refogue a cebola até dourar. Coloque as batatas cortadas e adicione o caldo de legumes. Leve para cozinhar até que as batatas estejam macias. Enquanto isso, em uma frigideira, doure os cubos de bacon e quando estiver bem dourado, coloque em uma peneira e deixe escorrer a gordura, reserve.

Com as batatas já cozidas, bata no liquidificador com metade do caldo de cozimento, adicione a mistura de creme e tempere com sal e pimenta-do-reino.

DICA

Sirva quente, com mais bacon e salsinha picada por cima

 40 min

 6 porções de 250g

menu



Caldo Verde Cremoso



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

2 pacotes de Queijo Meia Cura ralado Mococa (80g) para servir

8 batatas grandes em cubos (1Kg)

1 linguiça defumada cortada em fatias médias (200g)

½ maço de couve fatiada fina ou picada (100g)

1 cebola em cubos pequenos (150g)

2 dentes de alho amassados (10g)

1 colher (chá) de cominho em pó (5g)

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe as batatas em água com sal e bata no liquidificador com 1/3 da água do cozimento – suficiente para formar um creme.

Em uma panela funda e quente, frite a linguiça até dourar e escorra a gordura.

Em seguida, refogue na mesma panela a cebola com o alho até dourar. Coloque o cominho em pó para liberar sabor e aroma e então despeje a batata processada. Quando engrossar acrescente a mistura de creme e mexa por 2 minutos. Tempere com sal e pimenta-do-reino, e mais cominho se necessário. Deixe ferver antes de acrescentar a couve fatiada.

DICA

Sirva quente, com pimenta de sua escolha e queijo meia cura ralado Mococa.

 40 min

 6 porções de 250g

menu



Canja Cremosa



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

2 colheres (sopa) de Manteiga Mococa (30g)

1 peito de frango cozido, desfiado (500g)

1 xícara (chá) de arroz cru (200g)

3 colheres (sopa) de extrato de tomate (45g)

1 cebola em cubos pequenos (200g)

½ cenoura em cubos pequenos (100g)

1 talo de salsão em cubos pequenos (100g)

1 colher (sobremesa) de páprica defumada (10g)

5 copos (americanos) de água fervente - ou caldo de cozimento do frango (1L)

Cheiro-verde picado (salsinha e cebolinha) a gosto

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela quente, adicione a manteiga e refogue o mirepoix - cebola, cenoura e salsão cortados em cubos pequenos.

Em seguida adicione o frango, tempere com sal, pimenta-do-reino e a páprica e deixe dourar. Adicione o extrato de tomate, misture bem e acrescente o arroz.

Cubra com a água fervente ou caldo de cozimento do frango e cozinhe até o arroz ficar macio.

Desligue o fogo e adicione a mistura de creme no final. Ajuste os temperos, se necessário, e finalize com cheiro-verde picado.

DICA

Sirva ainda quente, com molho de pimenta e queijo meia cura ralado Mococa.

 30 min

 6 porções de 250g

menu



Creme de Mandioquinha com Alho-Poró



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

2 pacotes de Queijo Meia Cura ralado Mococa (80g)

2 colheres (sopa) de Manteiga Mococa (30g)

4 xícaras (chá) de mandioquinha (batata baroa/mandioca salsa) em pedaços (800g)

1 talo de alho-poró fatiado fino (200g)

1 cebola pequena em cubos pequenos (100g)

Pimenta biquinho a gosto (opcional)

Sal e noz-moscada a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe a mandioquinha em água com sal, até ficar macia. Bata no liquidificador com parte do caldo e reserve.

Em uma panela média, refogue cebola e o alho-poró na manteiga.

Despeje o creme de mandioquinha e em seguida, acrescente a mistura de creme e o queijo meia cura ralado. Tempere com sal e noz-moscada.

DICA

Sirva quente, com a pimenta biquinho e mais queijo meia cura ralado Mococa.

🕒 40 min

🍲 8 porções de 250g

menu



Sopa de Tomate com Manjericão e Queijo



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

2 pacotes de Queijo Meia Cura ralado Mococa (80g)

10 tomates maduros (1,5Kg)

1 cebola grande em cubos médios (200g)

½ cenoura em cubos médios (100g)

½ talo de salsão em cubos médios (100g)

2 dentes de alho amassados (10g)

1 maço de manjericão – apenas as folhas (80g)

1 colher (sopa) de azeite de oliva extravirgem (15g)

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Asse os tomates com o dente de alho e o mirepoix – cebola, cenoura e salsão cortados em cubos médios. Quando estiverem com aspecto caramelizado, bata tudo no liquidificador.

Aqueça em uma panela o azeite e despeje o creme de tomate batido. Finalize com a mistura de creme e as folhas de manjericão fresco.

DICA

Sirva com o queijo meia cura ralado.

 40 min

 8 porções de 250g

menu



Ensopado de Abóbora

com Grão-de-Bico,
Curry e Leite
de Coco



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

1 garrafa de Leite de Coco Mococa (200mL)

1 lata de grão-de-bico cozido – sem o caldo (200g)

½ abóbora cabotiá (japonesa) sem semente e sem casca e picada (500g)

1 pimentão vermelho picado (150g)

1 cebola em cubos pequenos (150g)

2 dentes de alho amassados (10g)

1 colher (sopa) de curry em pó (10g)

3 copos (americanos) de caldo de legumes (600mL)

2 colheres (sopa) de azeite de oliva extravirgem (30g)

Cheiro-verde (salsinha e cebolinha) a gosto

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela grande refogue o pimentão vermelho em um fio de azeite, e reserve. Na mesma panela, coloque um fio de azeite e refogue a cebola com o alho, adicionando o curry para liberar o sabor.

Acrescente a abóbora picada e cubra com o caldo de legumes, suficiente para cobrir e cozinhar.

Bata a metade da abóbora com metade do caldo de legumes no liquidificador para ficar cremosa, e em seguida volte para panela. Junte o grão-de-bico, a mistura de creme e o leite de coco, o pimentão vermelho refogado e cozinhe por 5 minutos, desligue o fogo e ajuste os temperos.

DICA

Sirva ainda quente, com o cheiro verde picado.



🕒 30 min

🍲 8 porções de 250g

menu



Creme de Couve-flor com Queijo e Frango



INGREDIENTES

1 caixa de Mistura de Creme Mococa (200g)

3 pacotes de Queijo Meia Cura ralado Mococa (120g)

4 colheres (sopa) de Manteiga Mococa (60g)

2 colheres (sopa) de farinha de trigo (30g)

1 cabeça de couve-flor em floretes pequenos (500g)

1 peito de frango cozido, desfiado e refogado a gosto (500g)

1 cebola em cubos pequenos (150g)

2 dentes de alho amassados (10g)

3 copos (americanos) de caldo de legumes (600mL)

Cebolinha picada para finalizar

Noz-moscada a gosto

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela média, refogue cebola e o alho na metade da manteiga até dourarem levemente. Acrescente a couve-flor em floretes pequenos e o caldo de legumes. Cozinhe até a couve-flor ficar bem macia.

Transfira a couve-flor para o liquidificador com a metade do caldo do cozimento, adicione o queijo meia cura ralado e bata até obter um creme liso. Volte para a panela, adicione o roux, a mistura de creme e tempere com sal, pimenta-do-reino e noz moscada a gosto.

DICA

Sirva ainda quente, com o frango desfiado e refogado, finalizando com a cebolinha picada.

 30 min

 8 porções de 250g

menu



Creme de Ervilha com Hortelã e Bacon



INGREDIENTES

½ caixa de Mistura de Creme Mococa (100g)

1 colher (sopa) de Manteiga Mococa (15g)

2 pacotes de ervilha fresca congelada - ou ervilha seca cozida (800g)

1 pedaço de bacon em cubos (200g)

1 cebola grande picada (200g)

3 copos (americanos) de caldo de legumes (600mL)

1 folha de louro

½ xícara (chá) de folhas frescas de hortelã (50g)

Azeite de oliva extravirgem a gosto

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela média doure os cubos de bacon e quando estiver bem dourado, coloque em uma peneira e deixe escorrer a gordura, reserve.

Aqueça novamente a panela e coloque a manteiga para refogar a cebola com a folha de louro. Acrescente toda a ervilha, e deixe refogar por alguns minutos. Adicione a metade das folhas de hortelã, o caldo de legumes e deixe cozinhar até que a ervilha fique macia.

Bata tudo no liquidificador com a mistura de creme, e retorne para panela.

Ajuste os temperos e finalize com o bacon e folhas de hortelã.

DICA

Sirva quente, com complementos de sua preferência.

MOCOCA

PROFISSIONAL

Com as técnicas certas, padronização e o uso estratégico dos ingredientes Mococa, você transforma o seu negócio em uma marca de alto nível, reconhecida pela qualidade e altamente rentável.

Conte com a parceria da
@MococaProfissional que te oferece
conhecimento e ingredientes de qualidade
para crescer o seu negócio!

CLIQUE E SIGA NOSSAS REDES