



# Lista de Compras para 5 Receitas Românticas Rápidas

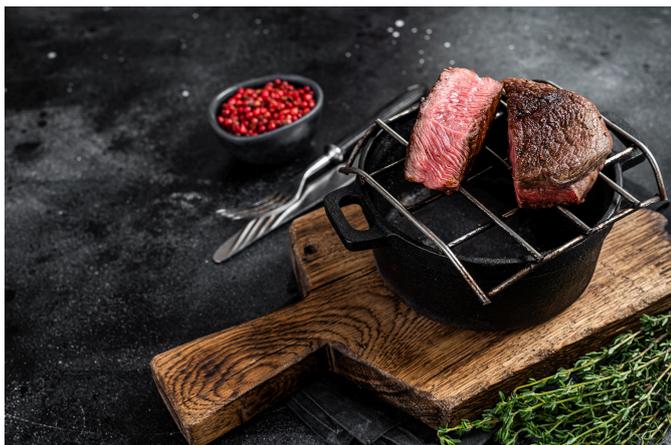
kadaideia.com

Esta lista de compras reúne todos os ingredientes necessários para preparar as cinco **receitas românticas rápidas** do artigo "5 Receitas Românticas Rápidas para Jantar a Dois". Organizada por categorias para facilitar sua ida ao mercado, ela cobre o Fondue de Queijo, Filé Mignon ao Molho de Vinho Tinto, Camarão ao Alho e Óleo, Risoto de Champignon e Morangos com Chocolate. **Quantidades são dimensionadas para um jantar a dois.**



### Laticínios

- Queijo gruyère: 100g
- Queijo emmental: 100g
- Queijo parmesão ralado: 2 colheres de sopa
- Manteiga: 100g (aproximadamente 4 colheres de sopa)
- Creme de leite: 50ml



### Carnes e Frutos do Mar

- Filé mignon (medalhões): 300g (2 unidades de 150g)
- Camarão limpo: 300g



### Hortifruti

- Uvas: 100g
- Maçãs: 2 unidades
- Morangos frescos: 12 unidades
- Cebola: 1 unidade
- Alho: 4 dentes
- Salsinha: 1 maço pequeno
- Limão: 1 unidade
- Batatas grandes: 2 unidades
- Cogumelos champignon: 200g
- Frutas vermelhas (frescas ou congeladas): 1 xícara (para o mocktail)



### Padaria

- Pão italiano: 1 unidade (ou 200g)
- Pão de fermentação natural: 1 unidade (ou 200g)



### Bebidas

- Vinho branco seco: 200ml
- Vinho tinto seco: 100ml
- Espumante brut: 1 garrafa (750ml)
- Gin: 30ml
- Campari: 30ml
- Vermute tinto: 30ml
- Água com gás: 200ml



### Despensa

- Azeite extravirgem: 100ml
- Amido de milho: 1 colher de chá
- Arroz arbóreo: 1 xícara
- Caldo de legumes: 3 xícaras (pode ser em cubos ou pronto)
- Chocolate meio amargo (sugestão: Lindt): 100g
- Wasabi em pasta: 1 colher de chá
- Licor de laranja: 1 colher de chá (opcional)
- Mel: 1 colher de sopa
- Sal: a gosto
- Pimenta: a gosto

**Observação:** Verifique a validade dos ingredientes frescos, como camarão e frutas, para garantir a melhor qualidade no seu jantar romântico. Se preferir economizar, opte por marcas locais ou substitua itens como queijo gruyère por opções mais acessíveis, como muçarela, ajustando o sabor conforme necessário.