


Chef Alex Caputo



Caldos e Sopas

| | |
|---|----|
| Caldo Verde | 05 |
| Borshetch (Sopa Russa) | 06 |
| Brodo | 07 |
| Caldinho de Feijão | 08 |
| Capeletti in Brodo | 09 |
| Sopa de Capeletti Rápida | 10 |
| Creme Francês de Batata e Alho-Poró | 11 |
| Sopa de Creme de Funghi com Massa Folhada | 12 |
| Ministrone | 13 |
| Sopa de Cebola Gratinada | 14 |
| Sopa de Ervilha com Hortelã | 15 |
| Sopa Espanhola de Alho | 16 |
| Sopa de Mandioquinha | 17 |
| Sopa de Tomate e Manjericão | 18 |
| Sopa Tailandesa de Leite de Coco | 19 |
| Sopa Creme de Abóbora | 20 |
| Sopa à Galega | 21 |
| Sopa de Brócolos | 22 |
| Vichyssoise | 23 |
| Sopa de Creme de Aspargos | 24 |
| Sopa de Peixes e Frutos do Mar | 25 |
| Sopa de Mandioca | 26 |
| Mini Sobá | 27 |
| Sopa de Frango ao Leite de Coco | 28 |
| Sopa de Abóbora com Laranja | 29 |
| Sopa de Lentilha | 30 |

“Os prazeres da mesa destinam-se a todos os homens, de todas as terras, de todas as épocas e de todas as classes. Eles podem coexistir com todos os outros prazeres humanos e são os que perduram no tempo para nos consolar quando ultrapassarmos os outros.”

Anthelme Brillat-Savarin,
Gastrônomo Francês

Olá amigos...

Um dia eu me questionei sobre o que, realmente, une as pessoas. Então fui encontrar a resposta para esta pergunta, dentro da minha casa numa noite de inverno.

Como estava muito frio naquele dia não tínhamos nenhum programa. Eu e a Mônica não pretendíamos sair do nosso “ninho”! De súbito, no início da noite recebemos a ligação de um casal de amigos que, por conhecer nossa casa, propuseram um encontro - um jantar sem muitas pretensões. Topamos!

Corri pra cozinha e comecei a planejar um super-prato gourmet para aquela noite, e pasmem! Nossa dispensa estava quase na reserva. Era final de mês e não havíamos reforçado nossos estoques. Para piorar, nossos amigos ligaram novamente dizendo que iriam trazer mais dois casais para nos conhecer! E agora?!?!

Sem crise... Lembrei das minhas passagens de Ano. Lembrei da sopa de Tomates e Espargos preparada de maneira muito simples, mas impecável pela Vovó Idalina e resolvi apostar no óbvio.

Ingredientes preparados e lá fui eu. Pilotei meu fogão e pousei com uma bela sopa creme, bem quente e reconfortante. Somei a nossa mesa um bom vinho, um pão italiano e pronto!

Ao final daquela noite eu percebi que as melhores lembranças da vida, invariavelmente, estão ligadas a uma boa refeição em companhia da nossa família e amigos. Percebi também que pouco importa o que iremos servir, o importante mesmo é o carinho com que preparamos nossas refeições.

Enfim, o inverno está aí e espero poder colaborar mais uma vez com as histórias da sua vida em volta de uma boa mesa.

Aproveitem bem estas receitas

Um afetuoso abraço!
Chef Alex Caputo

Ingredientes

250g de couve-manteiga
1 ½ litro de água
½ colher de sopa de sal
1 kg de batata

1 cebola cortada em 4
1 dente de alho cortado em 2
150ml de azeite
12 fatias finas de paio ou chouriço

Modo de Preparo

Retire os talos da couve. Faça um rolo como se fosse um 'charuto' e corte o mais fino possível. Reserve. Cozinhe em água com sal as batatas descascadas, a cebola, o alho, a metade do azeite. Deixe esfriar. Leve ao liquidificador e bata bem. Volte ao fogo e acrescente o paio, se for essa a opção. Acrescente o restante do azeite. Quando começar a engrossar, 10 minutos antes de servir aumente o fogo e adicione a couve. Quando a couve estiver no ponto, verifique o tempero e adicione à fatias de chouriço (que podem também se colocadas diretamente no prato).

A broa de milho é o acompanhamento tradicional do caldo verde, um prato típico do Minho.

Borshetch (Sopa Russa)

Ingredientes

½kg de costela de boi
1 cebola média picada
1 tomate picado
1 repolho pequeno cortado bem fininho
1 beterraba grande cortada em rodelas bem fininhas

1 batata grande cortada em cubinhos
1 cebola média cortada em rodelas finas
2 colheres de sopa de farinha de trigo
1 colher de sopa de manteiga
1 xícara de creme de leite azedado com 1 colher de sopa de suco de limão
Sal a gosto

Modo de Preparo

Cozinhe a costela em aproximadamente 3 litros de água com o sal, a cebola e o tomate. Durante o cozimento, retire com uma escumadeira a espuma que vai se formando (para diminuir a acidez). Enquanto isso, tempere o repolho com um pouco de sal e um pouquinho de vinagre (o suficiente para amolecer). Quando a carne estiver quase pronta, acrescente a beterraba, a batata e o repolho. À parte, frite a cebola na manteiga. Acrescente a farinha de trigo e misture. Jogue isso sobre a sopa, misture e sirva com o creme de leite azedo. Tempere com sal a gosto.



Ingredientes

3 pedaços de 5cm de osso de boi, com o tutano
1 carcaça de frango (ou, preferivelmente, 4 asas e 2 pés)
2 talos de salsão
2 ramos de salsa

1 cebola inteira (bem lavada) com a casca
1 cenoura média, cortada em rodela
3 ramos de cebolinha verde
10 grãos inteiros (sem moer) de pimenta do reino branca
½kg de músculo magro cortado em pedaços
3 litros de água

Modo de Preparo

Coloque todos os ingredientes numa panela. Cozinhe durante 3 horas no fogo bem baixo. Retire a gordura quando esta se formar à superfície. Se preferir, coloque também 1 ovo inteiro com casca, pois ajuda a limpar o caldo. Coe numa peneira e deixe esfriar. Depois de 2 horas, coe de novo, num pedaço de pano.

Caldinho de Feijão

Ingredientes

½kg de feijão
15g de toucinho
15g de charque
1 dente de alho
1 maço de coentro

1 ramo de cebolinha
1 cebola
1 pimentão
1 folhas de louro
Colorau
Sal

Modo de Preparo

Cozinhe o feijão com todos os temperos. Quando estiver pronto, bata o feijão no liquidificador e coe. Ferva o caldo e sirva quente.



Ingredientes

¼ xícara de azeite
600g de músculo
3 dentes de alho picado
1 cebola grande picada
2 talos de salsão em pedaços
1 cenoura em pedaços

2 envelopes de caldo de carne
1 ½ litro de água fervente
Pimenta do reino branca (opcional)
300g de capeletti de carne (massa fresca)
150g de queijo parmesão (em lascas)
Sal

Modo de Preparo

Aqueça o azeite e doure a carne por igual. Acrescente o alho, a cebola, o salsão, a cenoura, os envelopes de caldo de carne e a água fervente. Tempere com sal a gosto e cozinhe em uma panela de pressão por 30 minutos. Passe o brodo por uma peneira e volte ao fogo. Adicione o capeletti e cozinhe por mais 5 minutos. Sirva com o parmesão em lascas e fatias de pão italiano.

Sopa de Capeletti Rápida

Ingredientes

- 2 litros de água
- 1 cebola pequena cortada em 4 partes iguais
- 1 cenoura média cortada em rodelas
- 1 talo de salsão picado
- 4 envelopes de Sazon sabor galinha
- 400g de capeletti (frango ou carne)

Modo de Preparo

Em uma panela grande coloque a água, a cebola, a cenoura, o salsão e tempere com o Sazon. Misture bem e deixe cozinhar em fogo alto com a panela semi-tampada por 20 minutos após o início da fervura. Espere amornar e transfira para o copo do liquidificador. Bata até que fique homogêneo. Volte à panela e leve novamente para cozinhar em fogo alto. Ao abrir fervura, acrescente o capeletti e cozinhe com a panela semi-tampada por 10 minutos ou até que a massa esteja *al dente*. Retire do fogo e sirva em seguida.

Crème Française de Batata e Alho-Poró

Ingredientes

4 talos de alho-poró cortados em rodelas
6 batatas grandes
1 cebola bem picadinha
3 colheres (sopa) de manteiga

3 tabletes de caldo de galinha
2 xícaras (chá) de creme de leite
Sal e pimenta do reino

Modo de Preparo

Cozinhe as batatas em 2 litros de água com os cubos de caldo de galinha durante 30 minutos. Reserve. Refogue a cebola e o alho-poró na manteiga até ficarem transparentes, mas sem deixar dourar. Coloque as batatas e o alho-poró junto com um pouco do caldo do cozimento no liquidificador. Bata até ficar homogêneo. Devolva à panela, com o restante do caldo e o creme de leite. Tempere com sal e pimenta. Cozinhe por 15 minutos e sirva com salsa picadinha.

Sopa Creme de Funghi com Massa Folhada

Ingredientes

2 colheres de sopa de manteiga
1 cebola ralada
20g de funghi secchi
1 xícara de água fria
200g de shitake
2 colheres de sopa de farinha de trigo

250ml de caldo de carne
1 xícara de café de vinho branco seco
1 xícara de creme de leite
2 colheres de sopa de queijo ralado
Pimenta do reino branca moída
1 ovo
300 g de massa folhada
Sal

Modo de Preparo

Refogue a cebola na manteiga. Acrescente o funghi secchi escorrido (já hidratado na xícara de água fria) e o shitake. Misture a farinha de trigo e mexa bem. Acrescente o vinho, o caldo de carne e a água do funghi até ficar um creme encorpado. Coloque o caldo aos poucos, pode ser que nem precise usar todo. Deixe esfriar um pouco e coloque o creme em cumbucas que possa ir ao forno. Cubra com a massa folhada cortada em rodela e passe um pouco de ovo batido nas bordas para que a massa grude. Leve ao forno quente por 10 minutos ou até a massa crescer como um suflê.



Ingredientes

240g de feijão branco
1 cebola bem picada
1 a 2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina
½kg de carne de porco salgada, cortadas em quadradinhos e desalgadas.
2 litros de água ou caldo de carne
1 bouquet garni (salsa, cebolinha, folha de louro)
½ colher de sopa de salsa picada
2 cenouras de tamanho média, cortadas em

quadradinhos

1 xícara de ervilha ou 1 lata de ervilha escorrida
1 repolho pequeno ralado no ralo grosso
180g de tomates sem pele e picados, ou 2 tomates
90 g de vagens cortadas em pedaços
4 colheres de sopa de arroz ou de macarrãozinho para sopa (tipo Ave-Maria)
Sal e pimenta-do-reino a gosto
1 colher de chá de manjeriço fresco, picado, ou
½ colher de chá de Manjeriço seco
Queijo parmesão ralado

Modo de Preparo

Deixe o feijão de molho de um dia para o outro. Se a ervilha for seca deixe de molho. Cozinhe o feijão e quando estiver quase cozido acrescente a ervilha. Numa panela grande frite a cebola e o alho na manteiga ou margarina. Adicione a carne e o bouquet garni. Cozinhe tampado em fogo baixo durante 1h30min. Adicione a salsa, a cenoura e as ervilhas (se for usar as de lata, acrescente-as por último) e cozinhe durante 20 minutos. Adicione o repolho, os tomates, as vagens e o arroz, ou o macarrãozinho, cozinhe apenas até que fique ao dente. Retire o bouquet garni. Experimente o sal e a pimenta. Adicione o manjeriço e sirva com queijo parmesão ralado.

Nota: O Minestrone é uma sopa mundialmente famosa e há uma infinidade de variações. Os ingredientes básicos, contudo, são a carne de porco salgada ou o presunto cru. Uma enorme variedade de vegetais e de macarrão pode ser adicionada ao Minestrone, mas ele deve ser sempre servido com queijo parmesão ralado.

Sopa de Cebola Gratinada

Ingredientes

6 cebolas grandes (1kg)
2 colheres de sopa de óleo
150g de manteiga
2 colheres de sopa de farinha de trigo
200ml de vinho branco seco
1 ½ litro de caldo de galinha

½ colher de sopa de sal
1 pitada de pimenta-do-reino branca
4 colheres de sopa de queijo gruyère ou parmesão ralado
12 torradas finas de pão francês
10 colheres de sopa de queijo parmesão ralado

Modo de Preparo

Corte as cebolas em rodelas bem finas. Aqueça o óleo e a manteiga numa panela grande e de fundo grosso. Acrescente as cebolas. Refogue mexendo sempre até que as cebolas comecem a dourar. Polvilhe então a farinha, mexendo sempre. Baixe o fogo e refogue por aproximadamente 20 minutos. Verifique para que não queime a parte de baixo, pois daria um gosto amargo à sopa. É normal que fique um pouco marrom, mas não deve queimar. Acrescente o vinho e deixe reduzir uns 5 minutos. Adicione o caldo de galinha. Salgue e apimente. Deixe ferver durante 1h30m. Prepare cumbucas de barro como de feijoada. No fundo de cada uma, coloque um pouco de gruyère. Divida a sopa pelas cumbucas. Na superfície, coloque 1 ou 2 torradas. Finalmente sobre as torradas espalhe parmesão ralado. Leve ao fogo para gratinar. Sirva bem quente.

Sopa de Ervilhas com Hortelã

Ingredientes

3 colheres de sopa de manteiga
1 cebola média picada
3 ½ xícaras de caldo de galinha
1 batata grande, cortada.
3 ½ xícaras de ervilhas congeladas
3 colheres de sopa de salsa picada

3 colheres de sopa de folhas de hortelã picadas
1 xícara de água
½ colheres de chá de pimenta-do-reino
¼ de xícara de creme de leite batido levemente

Modo de Preparo

Em uma panela grande derreta a manteiga em fogo médio. Cozinhe as cebolas por 3 minutos até começarem a ficar macias. Adicione o caldo de galinha e as batatas. Leve para ferver. Tampe e reduza para fogo baixo. Deixe por 10 minutos até as batatas cozinharem. Adicione as ervilhas. Ferva sem tampar por 3 minutos até que as ervilhas fiquem macias. Adicione a salsa e a hortelã. Coloque a sopa num processador e triture. Volte à sopa para a panela. Acrescente a água e tempere com pimenta. Cozinhe em fogo médio por 3 minutos para pegar gosto. Enfeite com creme de leite e sirva.

Sopa Espanhola de Alho

A gastronomia espanhola tem fama de ser forte em alho, e ele é bastante usado realmente, mas não em excesso. Esta sopa é bastante popular e vem da origem de sua história.

Ingredientes

2 colheres de sopa de azeite de oliva
5 dentes de alho
4 fatias finas de pão francês, de ½ cm de espessura, cortadas em cubos de 1 cm
1 colher de sopa rasa de páprica doce
6 xícaras de caldo de carne

1 colher de café rasa de cominho em pó
1 pitada de açafrão
Sal e pimenta-do-reino preta moída
4 ovos
4 colheres de sopa de vinagre de vinho branco
4 cumbucas de barro pequenas

Modo de Preparo

Esquente o azeite numa panela de fundo espesso e frite os alho até que eles fiquem dourados de todos os lados. Mexa sempre para evitar que se queimem. Retire os dentes de alho e reserve. Frite os cubos de pão, até que dourem por igual. Retire e reserve. Levante a panela do fogo e deixe esfriar um pouco o azeite. Coloque a páprica. Adicione o caldo de carne, o cominho e o açafrão. Retorne os dentes de alho à panela e amasse-os bem com um garfo. Salgue e apimente. Deixe cozinhar por 10 minutos em fogo baixo. Enquanto a sopa estiver no fogo, prepare os ovos pochês. Esquente uma panela com 8 cm de água. Adicione o vinagre, pois ajuda a clara do ovo a endurecer. Quebre um ovo, coloque-o numa colher de sopa e deslize-o para a água fervendo. Retire com uma escumadeira e reserve. Repita a operação com os outros ovos. Quando o caldo estiver pronto, distribua-o pelas quatro cumbucas. Coloque 1 ovo em cada uma. Sobre os ovos, colque os pedacinhos de pão. Leve ao forno quente por 5 minutos, para esquentar bem.

Nota: Como opção pode-se utilizar ovos fritos, mal passados.

Sopa de Mandioquinha

Ingredientes

400g de mandioquinha, sem casca, em rodelas
2 envelopes de caldo de carne
1 litro de água
1 colher de sopa de queijo tipo parmesão ralado

Modo de Preparo

Em uma panela de pressão coloque a mandioquinha e o caldo de carne. Cubra com a água e deixe cozinhar por 10 minutos após o início da fervura ou até que a mandioquinha esteja macia. Transfira para o copo do liquidificador e bata até obter uma mistura homogênea. Volte para a panela, acrescente o queijo ralado e cozinhe em fogo alto por 3 minutos ou até derreter o queijo. Retire do fogo e sirva em seguida.

Sopa de Tomate e Manjericão

Ingredientes

- ½kg de tomates picados sem peles e sementes
- 1 colher de sopa de azeite de oliva
- 1 cebola média picada
- ½ xícara de manjericão picado na hora
- ½ litro de caldo de carne desengordurado
- 1 xícara de suco puro de laranja
- 1 colher de sopa de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de rum
- Sal e pimenta do reino branca em grãos

Modo de Preparo

Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola e o tomate por cerca de 10 minutos. Retire e transfira para o liquidificador. Adicione o manjericão, o caldo de carne, a farinha de trigo, o rum e o sal. Bata até ficar homogêneo e volte para a panela. Deixe cozinhar, mexendo ocasionalmente por cinco minutos ou até encorpar. Distribua nos pratos e decore com raminhos de manjericão, grãos de pimenta. Sirva a seguir.

Sopa Tailandesa de Leite de Coco

Ingredientes

750ml de caldo de frango
5 folhas de lima-da-pérsia finamente picadas
1 talo de erva cidreira (capim-santo)
1 folha de louro
4 colheres de sopa de caldo de peixe

2 colheres de sopa de suco de lima
400g de peito de frango cortado em cubinhos
2 garrafinhas de leite de coco
4 pimentas malaguetas esmigalhadas
Folhas de coentro para decorar

Modo de Preparo

Faça um refogado com as folhas de lima, o capim-santo, o louro, o caldo de peixe e o suco de lima. Deixe levantar fervura e adicione o frango e o leite de coco. Abaix o fogo e deixe ferver por 8 minutos. Decore com folhas de coentro e pimenta.



Sopa Creme de Abóbora

Ingredientes

1 colher de sopa de óleo
1 kg de abóbora japonesa sem casca e sem semente, em cubos
3 envelopes de caldo de galinha
1 ½ litro de água
½ xícara de creme de leite

Modo de Preparo

Em uma panela grande, coloque o óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a abóbora e o caldo de galinha, refogue rapidamente. Acrescente a água e cozinhe com a panela semi-tampada por 30 minutos ou até que a abóbora fique macia. Retire do fogo e deixe amornar. Transfira para o copo do liquidificador e bata até obter uma mistura homogênea. Volte à panela, adicione o creme de leite e cozinhe em fogo alto por 2 minutos ou até aquecer.

Varição: Se preferir, substitua o creme de leite por requeijão.



Ingredientes

4 xícaras de água
¼ colher de azeite
2 colheres de sopa de coentro picado
1 colher de chá de sal

500g de camarão médio com casca
2 cebolas médias em pedaços
2 tomates médios em pedaços

Modo de Preparo

Limpe o camarão, mas reserve alguns inteiros. Coloque as cascas e as cabeças numa panela com a água, tampe e deixe ferver em fogo alto por 10 minutos. Retire e passe pela peneira. Descarte as cascas e as cabeças e reserve o caldo. Deixe esfriar. Em uma panela grande, aqueça o azeite e refogue a cebola, o tomate e o coentro em fogo médio, mexendo de vez em quando até a cebola ficar macia. Acrescente o camarão e cozinhe por 3 minutos. Adicione o sal e retire do fogo. Adicione metade do caldo reservado e despeje no liquidificador. Reserve oito camarões e bata até obter uma mistura homogênea. Despeje a mistura batida na panela com o restante do caldo reservado. Mexa bem e aqueça em fogo alto. Sirva a sopa enfeitada com os camarões reservados.

Ingredientes

Flores de 1 maço grande de brócolos (500g)

1 litro de água

2 envelopes de caldo de legumes

1 colher de sopa de maizena

½ copo de requeijão

½ colher de chá de sal

Modo de Preparo

Em uma panela grande coloque os brócolos e a água. Tempere com o Sazon legumes. Deixe cozinhar em fogo alto com a panela semi-tampada por 30 minutos ou até que o brócolos esteja macio. Espere amornar. Transfira para o copo do liquidificador e bata até ficar homogêneo. Volte à panela e junte a maizena dissolvida em 1 colher de sopa de água, o requeijão e o sal. Cozinhe em fogo alto sem encorpar, ligeiramente. Retire do fogo e sirva em seguida.

Ingredientes

4 batatas médias
1 talo de alho-poró
1 cebola
1 ½ litro de caldo de galinha ou 2 cubos
2 colheres de sopa de manteiga
½ xícara de chá de creme de leite fresco

Modo de Preparo

Descasque as batatas e corte-as em fatias finas ou rale na parte grossa do ralador. Lave bem o alho-poró sob água corrente e corte a parte branca em rodelas. Descarte as folhas. Descasque a cebola e pique grosso. Leve a uma panela com o caldo de galinha em fogo alto para aquecer. Numa panela grande coloque a manteiga e leve ao fogo baixo. Quando derreter, acrescente a cebola e refogue por 2 minutos. Adicione o alho-poró e refogue por mais 2 minutos, mexendo sempre. Acrescente a batata e mexa bem. Regue com o caldo de galinha e aumente o fogo. Quando começar a ferver, abaixe o fogo e deixe cozinhar por 40 minutos ou até que todos os ingredientes estejam macios. Retire a panela do fogo e transfira a sopa para o liquidificador. Com muito cuidado para não se queimar, segure firme a tampa com um pano de prato e bata a sopa por 1 minuto ou até obter um creme homogêneo. Se preferir, deixe a sopa esfriar um pouco antes de bater. Volte o creme à panela e leve ao fogo baixo. Acrescente o creme de leite e mexa com uma colher até que ferva novamente. Desligue o fogo. Transfira a sopa para um recipiente com tampa. Quando esfriar, leve à geladeira. Esta sopa é tradicionalmente servida fria, mas pode ser servida quente também.

Sopa Creme de Aspargo

Ingredientes

½kg de braço de boi
2 tomates cortados em pedaços
Sal a gosto
2 dentes de alho amassados
½ de cebola grande cortadas em rodelas
Alguns talos de salsa

½ pimentão cortado em pedaços
5 xícaras de chá de água
2 colheres de sopa de manteiga
4 colheres de sopa de farinha de trigo
1 gema
1 xícara de chá de leite.
1 lata pequena (300g) de pontas de aspargo.

Modo de Preparo

Numa panela coloque a carne, os tomates, o sal, o alho, a cebola, a salsa, o pimentão e a água. Deixe cozinhar em fogo baixo por 1 hora. Coe. Esta será o caldo básico. Derreta a manteiga, acrescente a farinha de trigo e mexa bem. Adicione o caldo aos poucos, mexendo sempre. Passe pela peneira. Deixe esfriar um pouco. Acrescente a gema e o leite. Leve ao fogo e deixe levantar fervura, sem parar de mexer. Acrescente os aspargos e, se desejar, também a água da lata. Aqueça, mas sem deixar ferver.



Sopa de Peixe e Frutos do Mar

Ingredientes

½ xícara de chá de vinho branco seco
2 ½ xícara de chá de água
½ colher de chá de tomilho
½ colher de chá de erva-doce
1 folha de louro
400g de namorado magro, sem pele

8 camarões médios sem casca e limpos
8 mexilhões bem escovados e lavados
1 tomate médio, sem pele, sem sementes e picado
Sal e pimenta-do-reino a gosto
Salsa picada para enfeitar

Modo de Preparo

Numa panela grande misture o vinho, a água, o tomilho, a erva-doce e a folha de louro. Leve ao fogo para levantar fervura. Abaixar o fogo e deixe cozinhar por 3 minutos. Corte o namorado em pedaços pequenos e acrescente à panela juntamente com os camarões, os mexilhões e o tomate picado. Cozinhe em fogo brando de 3 a 5 minutos ou até o peixe ficar macio, o camarão cor-de-rosa e os mexilhões abertos. Retire a folha de louro e tempere com sal e pimenta-do-reino. Enfeite com salsa picada e sirva.

Ingredientes

1kg de mandioca
200g de bacon cortados em cubinho
400g de calabresa cortado em cubinhos
1 tomate cortado em cubinhos
1 cebola cortada em cubinhos

½ pimentão cortado em cubinho
coentro a vontade
1 tablete de caldo de carne ou de qualquer
outro sabor

Modo de Preparo

Cozinhe a mandioca. Após cozida, bata no liquidificador com a própria água do cozimento. Coloque numa panela. Frite o bacon e a calabresa junto com a cebola, o tomate, o pimentão e o coentro. Deixe dourar rapidamente e retire do fogo. Na panela onde está a mandioca, jogue o caldo de carne, o bacon, a calabresa etc. Mexa um pouco e espere esfriar. Depois é só saborear.



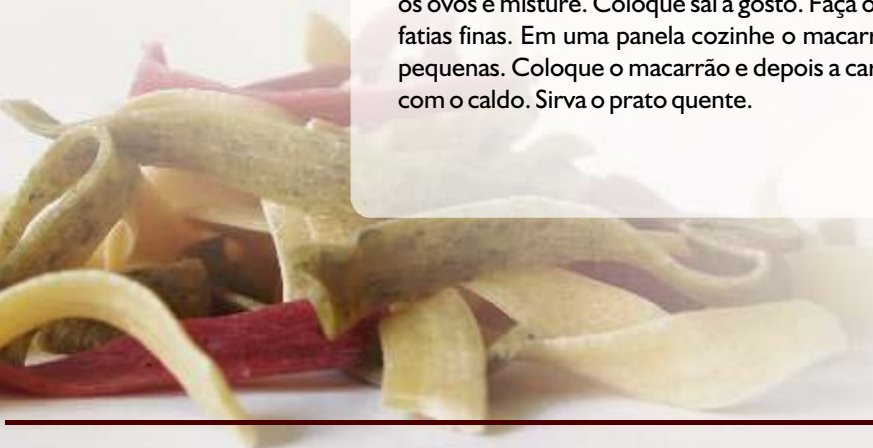
Ingredientes

Carne
Macarrão
Ovos
Cebolinha
Osso buco

Shoyu
Alho
Óleo
Tempero pronto
Sal a gosto

Modo de Preparo

Em uma panela de pressão coloque o osso para cozinhar com água temperado com alho e sal. Coloque shoyu e tempero pronto a gosto. Deixe cozinhar até soltar a carne do osso. Reserve. Em outra panela frite a carne temperada com shoyu e o tempero pronto. Em um reservatório quebre os ovos e misture. Coloque sal a gosto. Faça omeletes e corte em fatias finas. Corte a cebolinha em fatias finas. Em uma panela cozinhe o macarrão e deixe-o *al dente*. Monte o prato em cumbucas pequenas. Coloque o macarrão e depois a carne. Ao lado, coloque o omelete e a cebolinha. Cubra com o caldo. Sirva o prato quente.



Sopa de Frango ao Leite de Coco

Ingredientes

Sopa

600g filé de frango
1 cebola roxa
2 alhos picados
1 gengibre picado
3 colheres de sopa óleo de soja
50g de curry verde
50g de caldo de frango
250ml de leite de coco
sal e pimenta do reino a gosto

Rodelas Crocantes

2 fatias de pão de forma
200g de peito de frango
1 dente de alho
30g de gengibre picado
1 clara de ovo
½ xícara de chá de cebolinha
½ xícara de chá de gergelim branco
200ml de óleo de soja

Modo de Preparo

Sopa

Corte os filés em cubos pequenos. Tempere com sal e pimenta do reino e reserve. Corte a cebola em cubos pequenos. Aqueça o óleo em uma panela e doure o frango, acrescente a cebola, o alho e o gengibre. Junte o curry verde e logo em seguida o fundo de frango. Leve à fervura. Finalize com leite de coco até a textura desejada. Acerte o sal.

Rodelas Crocantes

Em um processador coloque o frango, o alho, o gengibre e a clara de ovo. Bata até formar uma pasta. Em seguida, ainda no processador, adicione o sal, a cebolinha inteira e dê apenas uma pulsada. Passe a pasta sobre os pães. Empane o lado da pasta com gergelim. Corte em formas decorativas com auxílio de aros. Aqueça o óleo em uma frigideira e frite-as por imersão, colocando o lado da cobertura primeiro para baixo até que estejam douradas. Escorra em cima de um papel toalha. Coloque as rodelas sobre a sopa na hora que será servido.



Sopa de Abóbora com Laranja

Ingredientes

500g de polpa de abóbora madura
4 colheres de sopa de azeite de oliva
1 laranja
1 cebola picada
100g de queijo branco e fresco
Sal e pimenta a gosto

Modo de Preparo

Refogue a polpa da abóbora numa panela funda com uma colher de azeite, a cebola picada e sal a gosto. Mantenha no fogo por apenas cinco minutos ou antes da abóbora perder a cor alaranjada. Acrescente água morna e a pele da laranja cortada. Deixe cozinhar por aproximadamente 20 minutos e desligue. Retire a casca da laranja com uma escumadeira e bata no liquidificador o molho acrescentando o queijo fresco e branco, outras três colheres de azeite, a pimenta e o sal, se necessário. Sirva quente.

Ingredientes

- 2 colheres de sopa de óleo
- 1 cebola grande em cubinhos
- 1 talo de alho-poró em rodela finas
- 2 talos de salsão em cubinhos
- 1 cenoura grande em cubinhos
- 1 dente de alho picado
- 500g de lentilhas lavadas e escorridas
- 1 litro de água
- 1 folha de louro
- 350g de lombo defumado em fatias finas
- 2 colheres de sopa de salsinha

Modo de Preparo

Em uma panela média, aqueça o óleo, acrescente a cebola, o alho-poró, o salsão, a cenoura, uma pitada de sal e espere murchar. Acrescente o alho e aguarde perfumar. Adicione as lentilhas e cubra com água. Abaixar o fogo quando ferver. Descarte a espuma que subir. Acrescente o louro, o lombo e mantenha a sopa no fogo por aproximadamente mais 45 minutos até que as lentilhas estejam bem macias. Ajuste o sal, acrescente a salsinha e sirva.

Alecrim

GASTRONOMIA
BY ALEX CAPUTO

Faça seu evento conosco!

Festival de Massas, Paella e Cozinha Internacional



www.alecrim.com.br
4341-5522 • 9466-8393