

Gastronomia

ANGELONI

ANO 4 | Nº17 | JAN/FEV 2015

ESPECIAL CONTINENTES EUROPA

As melhores receitas europeias para
deixar seu verão mais apetitoso


ANGELONI
www.angeloni.com.br

OS SABORES MARCANTES DA COZINHA ITALIANA - GASTRONOMIA ESPANHOLA PARA COMPARTILHAR

Experimente as
pizzas e lasanhas Seara.

A qualidade vai te

SURPREENDER.



SEARA

É tudo de bom.

Os sabores do verão europeu

Chega ao fim a nossa volta ao mundo pela cozinha dos Continentes. E esta edição é mais uma vez dedicada à Europa. Os cinco países aqui apresentados são conhecidos por sua relação com o mar, pela receptividade de seu povo e, claro, pela ótima gastronomia. O que torna esta edição perfeita para o verão. Afinal, quando as temperaturas sobem, Itália, Espanha, Portugal, Grécia e Croácia têm uma tradição de cardápios sofisticados e refrescantes, que combinam perfeitamente com os dias mais quentes.

País com uma das cozinhas mais famosas e populares do mundo, a Itália tem delícias a oferecer de Norte a Sul. Começando pelos antepastos, passando pelas carnes e massas e encerrando com uma deliciosa granita, o cardápio que você verá nas próximas páginas traz um pedacinho de cada região do país, que tem uma estreita relação conosco. Assim como Portugal, cuja gastronomia influenciou – e influencia – o cardápio brasileiro. Como não ficar com água na boca ao pensar em uma saborosa sardinha na brasa, em uma posta de bacalhau com batatas ou no famoso pastel de Belém? O sabor de toda essa tradição você confere a partir da página 24. Continuando a viagem, a alegre Espanha tem como ponto forte uma gastronomia sofisticada, mas perfeita para dividir entre amigos. Os aperitivos ideais para “tapear”, o gaspacho e a paella servida em pequenas porções vão fazer você se sentir em uma autêntica *movida madrileña*. Sempre com uma boa sangria para acompanhar o papo e a refeição.

E, se falamos em Mediterrâneo, a Grécia é uma das estrelas, com sua culinária saudável, que intriga até a comunidade médica. Sem contar que os pratos são deliciosos. Se a ideia é surpreender, a sugestão é provar os sabores da Croácia, um dos países “caçulas” da Europa que atrai cada vez mais turistas com seu litoral maravilhoso e suas mais de mil ilhas. Com influências gregas, romanas, turcas e austro-húngaras, a cozinha croata é rica em frutos do mar e sabores intensos.

Esperamos que você aproveite mais esta edição.
Boa leitura!

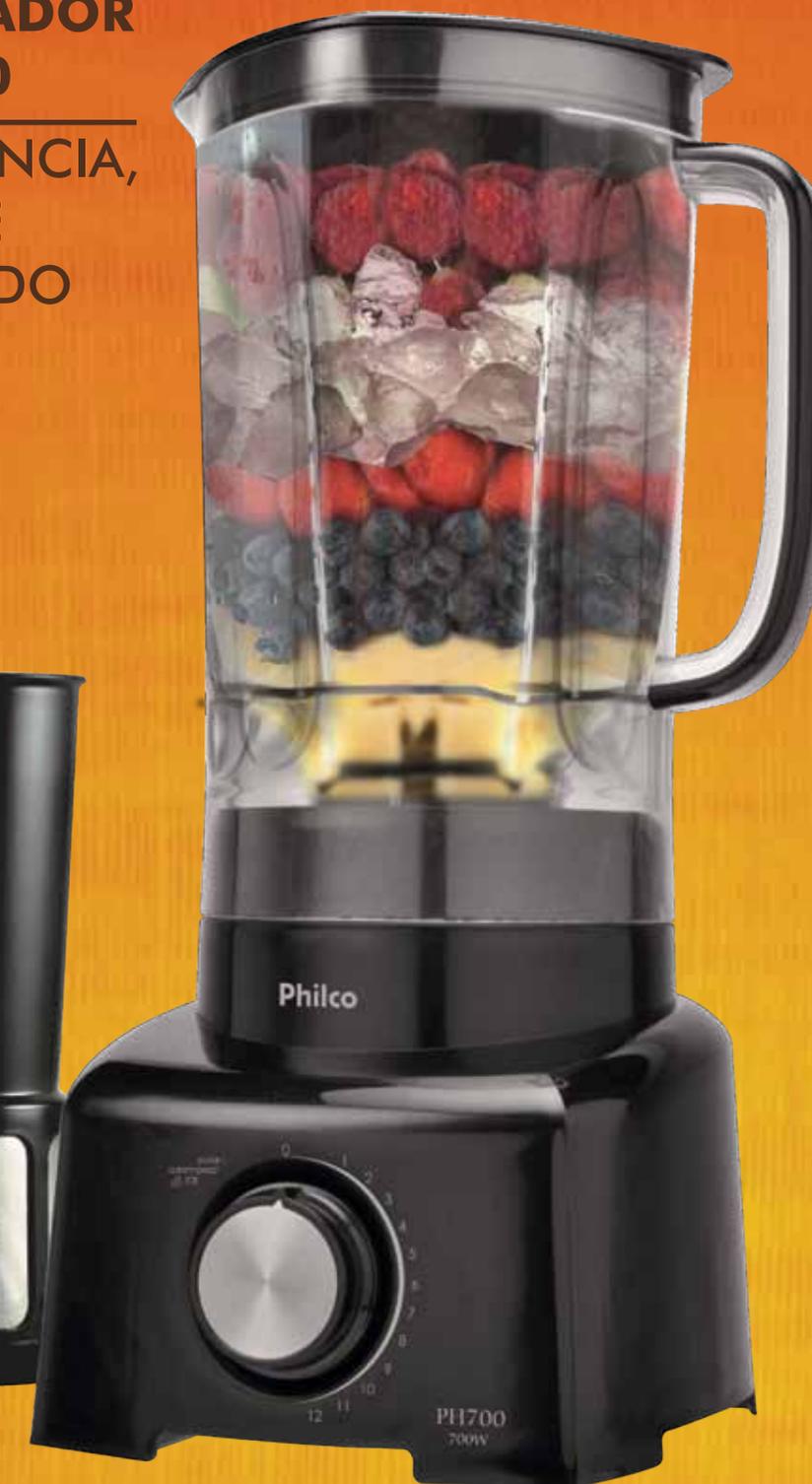
Equipe Angeloni

Shutterstock



NOVO LIQUIDIFICADOR PHILCO PH700

A MISTURA DE POTÊNCIA,
PRATICIDADE E
DESIGN ARROJADO



Imagens meramente ilustrativas. Em virtude de constantes aperfeiçoamentos em sua linha de produtos, a Philco reserva-se o direito de proceder, sem aviso prévio, as modificações técnicas que julgar convenientes.

Philco

www.philco.com.br TEM COISAS QUE SÓ A PHILCO FAZ PRA VOCÊ.

INCLUA NATUREZA No SEU DIA!™

oito-cento-seoitenta



 /kerococo

IMAGENS ILUSTRATIVAS

Colaboraram nesta edição



MARIANA FONSECA

Trabalhando com gastronomia desde os 18 anos, a chef teve a oportunidade de atuar com grandes profissionais da área, em casas como La Tambouille e Leopoldina, em São Paulo, e Camares, na ilha de Mykonos, na Grécia, onde morou por cinco anos. À frente do Myk, em São Paulo, passa parte do seu tempo na Grécia, sempre trazendo novidades. São delas as criações da nossa reportagem sobre o país.



NANDO LANCHO

Formado pela Universidade de Catalunha, o chef espanhol já trabalhou em restaurantes estrelados, como o Celler de Can Roca. Entre idas e vindas para o Brasil, há quatro anos, escolheu o país para realizar o sonho de ter seu próprio restaurante, o Gusta Café Bar Y Gastronomia. Nando também realiza eventos sobre a cultura espanhola em São Paulo. São dele as criações e a execução dos pratos da nossa "viagem" à Espanha.



ERNESTINO GOMES PONTES

Natural do Ceará, o chef começou a se especializar na gastronomia portuguesa no restaurante Antiquarius, onde trabalhou por mais de duas décadas. Desde 2010 é ele quem comanda a cozinha do Tasca do Zé e da Maria, em São Paulo. Nesta edição, ele assina e executa nossas saborosas receitas lusitanas.



PRESIDENTE José Augusto Fretta

DIRETORA DE MARKETING Sabrina Angeloni

GERENTE DE MARKETING Marcelo Leão

SUPERVISORA DE MARKETING
Larissa Walendowsky Spricigo



Tel. (11) 3088-1957

JORNALISTA RESPONSÁVEL
Jéssika Torrezan (MTB 41.394/SP)

EDITORA-EXECUTIVA Cleide Floresta

DIREÇÃO DE ARTE Renata Drimel

CONSULTORIA Marcelo Katsuki

COLABORADORES

Cacá Bratke e Rogério Voltan (fotografia),
Ivan Dias e Marcela Jaques (assistente de
fotografia), Camile Comandini (produção) e Simone
Dias (assistente de produção), Kike Martins da Costa
(texto) e Janaina Resende (produção culinária).

Impressão: Gráfica e Editora Posigraf S.A.
Tiragem: 50.000 exemplares

CONFIRA A VERSÃO PARA TABLETS DA REVISTA GASTRONOMIA
O APLICATIVO PODE SER BAIXADO GRATUITAMENTE NAS PLATAFORMAS IOS E ANDROID

NOSSAS LOJAS

SANTA CATARINA

ARARANGUÁ – Av. Getúlio Vargas, 1259
Bairro Urussanguinha, CEP 88900-000
tel. (48) 3521-4300, Fax (48) 3521-4300.
BALNEÁRIO CAMBORIÚ – 4ª Avenida, 880,
Centro, Balneário Camboriú, CEP 88330-110
tel. (47) 3263-5600, Fax (47) 3263-5600.
Av. do Estado, 2440, Bairro das Nações
CEP 88338-063, tel. (47) 3263-4300,
Fax (47) 3263-4300.
BALNEÁRIO RINCÃO – Av. Florianópolis, 235,
Praia do Rincão, CEP 88820-000, tel. (48) 3468-
1014, Fax (48) 3468-1014.
BIGUAÇU – R. Cel. Teixeira Oliveira, 128
CEP 88160-000
tel. (48) 3279-8500, Fax (48) 3279-8500.
BLUMENAU – Humberto de Campos, 77,
Bairro da Velha, CEP 89036-050
tel. (47) 3221-9200, Fax (47) 3221-9200.
Sete de Setembro, 100, Garcia, CEP 89010-
200, tel. (47) 3331-7400, Fax (47) 3331-7400.
CRICIUMA – Felipe Schmidt, 26, Centro, CEP
88801-240, tel. (48) 3444-3400,

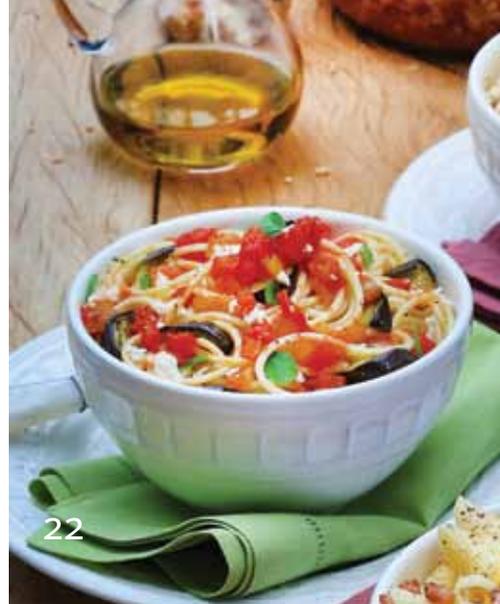
Fax (48) 3444-3400. Av. do Centenário, 2699,
Centro, CEP 88804-000, tel. (48) 3444-3500,
Fax (48) 3444-3500.
FLORIANÓPOLIS – Rod. SC 403, 6375,
Ingleses, CEP 88058-001, tel. (48) 3331-7100,
Fax (48) 3331-7100. Esteves Júnior, 307,
Centro, CEP 88015-530, tel. (48) 3216-6250, Fax
(48) 3216-6250. Av. Gov. Ivo Silveira, 2445,
Capoeiras, CEP 88085-001, tel. (048) 3271-7500,
Fax (048) 3271-7575. Av. Irineu Bornhausen,
5288, Agrônômica, CEP 88025-202, tel. (48)
3215-6100, Fax (48) 3215-6100. Av. Mar. Max
Schramm, 3450, Jardim Atlântico, CEP 88095-
000, tel. (48) 3271-6700, Fax (48) 3271-6700.
Nirberto Haase, 75, Santa Mônica, CEP 88035-
215, tel. (48) 3215-6200, Fax (48) 3215-6200.
ITAJAÍ – Brusque, 358, Centro, CEP 88303-000,
tel. (47) 3398-5200, Fax (47) 3398-5200.
JARAGUÁ DO SUL – Barão do Rio Branco,
732, Centro, CEP 89251-400, tel. (47) 3274-
3700, Fax (47) 3274-3700. Bernardo Grubba,
247, Centro, CEP 89251-090
tel. (47) 3275-7900, Fax (47) 3275-7900.
JOINVILLE – Ministro Calógeras, 1639, Anita
Garibaldi, CEP 89202-005, tel. (47) 3451-4400,
Fax (47) 3451-4400. Dr. João Colin, 2500,

América, CEP 89204-002, tel. (47) 3451-2400,
Fax (47) 3451-2400.
LAGES – Frei Rogério, 587, Centro,
CEP 88502-161, tel. (49) 3251-9400,
Fax (49) 3251-9400.
LAGUNA – 13 de Maio, 12, Centro, CEP 88790-
000, tel. (48) 3647-7300, Fax (48) 3647-7300.
TUBARÃO – Av. Expedicionário José Pedro
Coelho, 1120, Centro, CEP 88704-201,
tel. (48) 3631-1800, Fax (48) 3631-1800.

PARANÁ

CURITIBA – Al. Dr. Carlos de Carvalho, 2050,
Batel, CEP 80730-201, tel. (41) 3270-8200,
Fax (41) 3270-8216. Av. Repùblica Argentina,
900, Vila Izabel, CEP 80620-010
tel. (41) 3312-2300, Fax (41) 3312-2300.
LONDRINA – Av. Américo Deolindo Garla, 224,
Bairro Pacaembu, CEP 86079-225, tel.
(43) 3575-2400, Fax (43) 3575-2400.
MARINGÁ – Av. Adv. Horácio Raccanello Filho,
5120, Zona 07, Novo Centro, CEP 87020-035,
tel. (44) 3301-3600, Fax (44) 3301-3600.

Créditos da capa: **Fotografia:** Rogério Voltan/ **Produção:** Camile Comandini/ **Produção culinária:** Janaina Resende/ **Peças usadas na foto:** taças, IDEIA ÚNICA/ talher, ROBERTO SIMÕES CASA



22



40



30

EUROPA

Edição Especial

14 ITÁLIA
As nuances da gastronomia mais famosa do mundo

24 PORTUGAL
A clássica cozinha lusitana que encanta o paladar

34 ESPANHA
Um cardápio típico para "tapear" ao estilo dos espanhóis

44 GRÉCIA
Todo o sabor da culinária mediterrânea

54 CROÁCIA
Desvende os segredos da cozinha do mar Adriático

Sempre Aqui

10 APERITIVO
Azeites de diferentes nacionalidades levam à mesa o sabor do Mediterrâneo

13 ENCONTRE NO ANGELONI
Ideias para equipar sua cozinha e ter mais sabor em casa

CERVEJEIRAS BIERHAUSEN CADENCE GOURMET.

CERVEJA GELADA,
MAS NÃO CONGELADA.

PRATELEIRAS REMOVÍVEIS E AJUSTÁVEIS

De fácil limpeza, tem prateleiras removíveis que podem ser trocadas de posição, adequando o espaço interno de acordo com a necessidade.

DISPLAY ELETRÔNICO COM LED AZUL

De fácil acesso, é possível adequar a temperatura conforme o tipo de bebida.

ILUMINAÇÃO INTERNA E VIDRO DUPLO

Prática iluminação interna que permite visualizar o interior sem precisar abrir a porta. E para reduzir a condensação de água na porta, os modelos contam com vidro duplo, garantindo maior conservação da temperatura.

FREEZER SUPERIOR

O modelo CER270 tem freezer superior com capacidade para 70 litros. Ideal para guardar gelo, alimentos para a festa, sobremesas, ou mesmo para acelerar o processo de resfriamento da bebida que chegou quente do mercado.



As cervejeiras Cadence acabam com a preocupação de ficar controlando se a cerveja está congelando no freezer, pois gelam sem congelar.

Todos modelos têm degelo automático, assim, nunca existirá a necessidade de descongelar.



cadence

Faz melhor por você

Azeites: o toque especial do Mediterrâneo

O azeite de oliva extravirgem é a base da gastronomia mediterrânea. Presente em receitas ou consumido *in natura*, com saladas e peixes, o bom azeite empresta aos pratos um sabor instantâneo. Isso sem falar em todos os benefícios à saúde. No Angeloni você encontra opções de diversos países. Confira algumas sugestões:



PORTUGAL

Produzido no sul de Portugal, o azeite extravirgem Herdade do Esporão é perfeito para cozidos, temperos e entradas.

Extraído a frio, tem sabor inicial frutado, revelando-se picante no final



ESPANHA

O Ibero é produzido espremido a frio. Azeite extravirgem, sua acidez é menor ou igual que 0,3



ITÁLIA

O azeite extravirgem Monini Clássico tem fragrância frutada e herbácea. O sabor é levemente amendoado e amargo, com um final apimentado



GRÉCIA

Produzido na ilha de Creta com as azeitonas koreiniki, o azeite extravirgem Ionis tem sabor frutado e é ideal para saladas, peixes e grelhados



ITÁLIA

Azeite extravirgem de sabor frutado, o Filippo Berio é produzido por meio da primeira prensa a frio e é ideal para molhos e marinados



Nestlé Nesfit

FEITO COM CEREAL INTEGRAL 



Os **melhores produtos** para facilitar seu dia a dia e levar ainda mais **sabor e conforto** para a sua cozinha

ENCONTRE NO ANGELONI
WWW.ANGELONI.COM.BR



VAI UM CAFEZINHO?
CAFÉ COM DESIGN

Um expresso, um café filtrado, um capuccino. Prefere um chá, um café com leite ou um chocolate? Não tem problema. A máquina automática de café expresso Gesto garante a perfeita extração de diversos tipos de bebida. Com design italiano e várias opções de cores, ela tem como diferencial um vaporizador integrado e um exclusivo sistema de cápsulas.



COM TINTA DE LULA
AUTÊNTICA
MASSA ITALIANA

Um delicioso macarrão com camarões e anéis de lula: a combinação perfeita para o spaghetti Garofalo Nero Di Seppia. Em pacotes de 500 g, a massa, produzida com sêmola de trigo e tinta de lula, é ideal para a família toda. Mas ela também pode ser preparada com outros molhos, como vieiras e até um branco com aspargos. Use a criatividade para experimentar, porque a autêntica massa italiana está garantida!



GARFO E FACA
ESTILO À MESA

Um faqueiro é sempre peça fundamental em uma cozinha. Os produtos da Tramontina são adequados para qualquer estilo: dos mais clássicos aos descolados. E também atendem a diferentes necessidades, os estojos de madeira têm de 42 a 130 peças e são perfeitos para armazenar os talheres. As peças, pensadas para variados cardápios, são feitas de inox, com design moderno e clássico. Tudo para surpreender as sensações ao tato e paladar.

Manuseie a célula tempo. Fotos ilustrativas. Células válidas até 04/10/2014 - no momento de compra em lojas físicas. Após esta data, referentes aos preços normais.

SPAGHETTI ALLA NORMA

> RECEITA NA PÁGINA 22



ITÁLIA: alimento para a alma

Por Kike Martins da Costa - Fotos Rogério Voltan

País que desde a Antiguidade cultua a felicidade e os bons momentos à mesa hoje se divide em 20 regiões, e cada uma possui deliciosas e incontáveis receitas típicas

“La cucina di un popolo è la sola esatta testimonianza della sua civiltà.” Segundo o ditado italiano, a cozinha de uma nação é o único atestado exato de seu nível de civilização. E, assim como ocorre nas artes, na ópera, no design e na moda, a gastronomia coloca a Itália no topo do mundo. Comer, para um italiano, não é apenas saciar a fome: é dar amor a quem prova o que acabou de ser preparado, estimular todos os seus sentidos, aquecer o coração e acalmar o espírito.

Criando pratos simples e inteligentes a partir de ótimos ingredientes, a cozinha italiana se consagrou como uma das mais apreciadas do mundo. O país é pequeno (tem uma área menor do que a do Estado do Maranhão), mas se divide em 20 regiões, cada uma com sua personalidade, com dialeto próprio, tradições culturais particulares e, claro, receitas típicas. Para mostrar um pouco dessa diversidade, montamos uma refeição com especialidades de várias regiões.

Começamos com os antepastos. Da Ligúria, temos as focaccias, pão leve, com miolo bem aerado e casca macia, em geral salpicadas com sal grosso e ervas, e o pesto, molho à base de manjeriço, pinoli, alho e azeite. Da Puglia trazemos a burrata, uma muçarela amanteigada feita com leite de vaca. Da Calábria, buscamos a sardella, conhecida como “caviare del sud” (caviar do sul), uma pasta feita com aliche, pimentões vermelhos, tomates, alho, azeite, pimenta calabresa e páprica doce. Depois temos a clássica salada caprese, típica da Campânia. Muita gente nunca se deu conta, mas a salada é uma homenagem às cores da bandeira italiana: junta o branco da muçarela de búfala ao vermelho dos tomatinhos e o verde do manjeriço. Também temos o vitello tonnato, patrimônio piemontês.



E vamos ao que interessa: macarrão! Da Sicília, vem o spaghetti alla norma, com molho à base de berinjelas, tomates, ricota e manjeriço; para recriar a atmosfera do verão da Toscana, nossa dica é o fusilli al limone e, para quem prefere a paisagem de Roma, temos o penne à carbonara. Quem nos dá as dicas é o chef Marco Renzetti, do restaurante paulistano Osteria del Pettiroso. “De preferência, use massa de grano duro e, depois de cozida, envolva-a em um molho feito com um ovo inteiro, pancetta, queijo pecorino ralado e pimenta-do-reino”, conta, afirmando que quem usa creme de leite comete um “pecado”. “Na minha opinião, não é um autêntico carbonara”, avisa.

Na sobremesa, vamos à Lombardia, famosa por seus gelatos e pelas granitas, delícia que parece um sorbet. Em um dia de calor, nada melhor que uma granita de limoncello (licor de limão siciliano) para refrescar. E, para harmonizar com esse delicioso almoço ao ar livre, o prosecco, espumante típico do Vêneto. Ele pode ser consumido puro, mas também fica ótimo em drinques como o veneziano bellini e o milanês aperol spritz. *Salute!*



SALADA CAPRESE NO PALITO

RENDIMENTO: 20 ESPETOS

INGREDIENTES

10 bolinhas de muçarela de búfala
10 tomates-cereja
20 folhas de manjeriço
20 minipalitos

MODO DE PREPARO

Pique os tomates e as muçarelas ao meio. Espete os ingredientes da seguinte forma no espeto: uma metade de tomate, uma metade de muçarela e uma folha de manjeriço. Monte os 20 espetos. Coloque em bandejas e sirva a seguir.

DICA: você pode colocar um pote de pesto ao lado dos espetos para as pessoas temperarem a salada

VITELO TONATTO (Lombo de Vitelo com Molho de Legumes)

RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

INGREDIENTES

600 g de lombo de vitelo
Sal e pimenta-do-reino a gosto
1 taça de vinho branco
Folhas de alecrim
4 colheres (sopa) de óleo de canola
1/3 xícara (chá) de salsão
1/3 xícara (chá) de cebola
1/3 xícara (chá) de alho-poró
1 lata de atum em conserva
1/2 xícara (chá) de vinho branco seco
2 colheres (sopa) de alcaparras
4 colheres (chá) de alcaparras
4 colheres (chá) de salsinha
2 colheres (chá) de páprica doce
Alecrim para decorar

MODO DE PREPARO

Tempere o lombo com sal, pimenta, vinho e folhas de alecrim e deixe marinar por 6 horas na geladeira. Em seguida, coloque o óleo em uma frigideira. Quando estiver quente, coloque o lombo e doure dos dois lados por cerca de 1 min. Reserve. Corte o salsão, a cebola e o alho-poró em pedaços grandes. Pegue uma assadeira e distribua no fundo esses legumes cortados, o atum e o vinho. Coloque o lombo por cima, cubra com papel-alumínio e leve ao forno a 180 °C por 15 min. Deixe esfriar e tire a gordura da carne. Reserve. Bata os legumes e o atum da assadeira no liquidificador. Acrescente as 2 colheres (sopa) de alcaparras e, se precisar, adicione um pouco de vinho para obter um molho grosso. Peneire e reserve. Corte o vitelo em fatias finas, distribua-as em um prato de forma circular. Cubra com o molho, salpique as 4 colheres de alcaparras, a salsinha e a páprica. Decore com o alecrim.



Antepastos

Sardella

Também chamado de caviar do Sul, leva aliche, pimentões, tomates, alho, azeite, pimenta calabresa e páprica doce

Pesto

De preparo simples, o segredo está na escolha dos ingredientes: manjerição, pinoli, alho e azeite

Foccacia

Esse leve e macio pão italiano pode receber coberturas variadas, como berinjela, tomate, abobrinha e presunto

Burrata

A muçarela amanteigada feita com leite de vaca é um saboroso antepasto. Você pode temperá-la com ervas, tomates e um pouco de sal

★
CONFIRA AS
RECEITAS
NA VERSÃO
PARA TABLET



O prosecco é um ótimo ingrediente para drinques: caso do aperol spritz, que leva 100 ml de aperol, prosecco ou espumante para completar e 1/2 fatia de laranja. Outra pedida é o bellini, com 30 ml de purê de pêssego e 90 ml de prosecco. As receitas são refrescantes e ideais para o verão. Um brinde!

Produção culinária: Janaina Resende. **Produção:** Camile Comandini. **Peças usadas nas fotos:** pratos brancos e bowls, QUADRIFOGLIO/ talheres, ROBERTO SIMÕES CASA/ pratos verdes, taça de vinho, bandeja verde, jarra e ânfora, IDEIA ÚNICA/ mesinha de ferro, DOM MASCATE.

MOLHO À CARBONARA

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

1 colher (sopa) de azeite
1 dente de alho amassado
300 g de pancetta (ou bacon) em pedaços pequenos
5 ovos
5 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
5 colheres (sopa) de queijo pecorino ralado
Pimenta-do-reino e sal a gosto
600 g de penne (ou uma massa de sua preferência)

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira, coloque o azeite e o alho amassado. Junte a pancetta e deixe até ficar dourada e soltar a gordura. Quando o alho estiver dourado, retire-o da panela e reserve. Em um recipiente, bata os ovos com os queijos e moa a pimenta por cima. Misture bem. Coloque o macarrão já cozido *al dente* na frigideira com a pancetta (ainda no fogo), o alho e corrija o sal. Em seguida, coloque o ovo batido por cima.

MOLHO AL LIMONE

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

2 limões sicilianos
1 dente de alho picado
Azeite a gosto
1 lata de creme de leite sem soro
Sal a gosto
600 g de fusilli (ou uma massa de sua preferência)
100 g de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Raspe as cascas do limão e reserve. Em uma panela, doure o alho no azeite. Em seguida, coloque o creme de leite e deixe esquentar, sem deixar ferver. Quando estiver quente, desligue o fogo e acrescente as raspas do limão, deixando um pouco para decorar. Em seguida, coloque o suco dos limões aos poucos, mexendo sempre, e o sal a gosto. Cozinhe a massa (de acordo com a embalagem), coloque o molho e jogue parmesão por cima. Decore com as raspas.

DICA: experimente o molho à medida que coloca o suco do limão para não ficar azedo



FUSILLI
AL LIMONE

SPAGHETTI
ALLA NORMA

PENNE À
CARBONARA



MOLHO ALLA NORMA (COM BERINJELA, TOMATE E RICOTA)

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

2 berinjelas grandes
Sal grosso e azeite
1 cebola
Tomates frescos sem casca e sem sementes (ou tomates “pelati”)

1 pitadinha de açúcar
Sal e pimenta-do-reino a gosto
10 folhas de manjericão frescas
400 g de spaghetti (ou uma massa de sua preferência)
200 g de ricota ralada grosseiramente
Manjericão para decorar

MODO DE PREPARO

Lave as berinjelas e, sem tirar a casca, corte-as em fatias grossas. Coloque as fatias em um escurridor, alternando camadas de berinjela e sal grosso. Coloque um peso por cima e deixe-as eliminando o líquido por, ao menos, uma hora. Depois, lave-as e enxugue-as. Corte as berinjelas em cubos e frite-as em azeite de oliva. Escorra em papel absorvente, coloque uma pitada de sal e reserve. Doure a cebola em uma panela com pouco azeite. Adicione os tomates em pedaços, coloque o açúcar, uma pitada de sal e a pimenta. Junte as berinjelas. Cozinhe tudo em fogo baixo, reduzindo a mistura, sem deixar o molho muito seco. Em seguida, adicione as folhas de manjericão inteiras ou rasgadas à mão. Cozinhe a massa como indicado na embalagem. Escorra a massa e junte ao molho. Coloque a metade da ricota na panela. Transfira tudo para um travessa e use a outra metade da ricota para polvilhar. Decore com algumas folhas de manjericão.

GRANITA DE LIMONCELLO

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

3 xícaras de água
1 xícara de açúcar
6 ramos de erva-cidreira
½ xícara de suco de limão
Raspas da casca de 1 limão
¼ xícara de limoncello
Cascas de limão e erva-cidreira para decorar

MODO DE PREPARO

Coloque 3 xícaras de água, o açúcar e os ramos de erva-cidreira para ferver em uma panela. Cozinhe até que o açúcar se dissolva. Retire a erva-cidreira e coloque a mistura em um banho-maria de gelo para esfriar. Quando estiver frio, misture esse chá com o suco de limão, as raspas de limão e o limoncello. Coloque a mistura em um prato raso no congelador. A cada 30 minutos, retire a mistura do congelador e bata com um mixer, até congelar –cerca de 3 horas. Na hora de servir, monte a granita nos limões e decore com erva-cidreira e raspas de limão.



**BACALHAU COM BATATAS AO MURRO**

> RECEITA NA PÁGINA 30

PORTUGAL: tradição que encanta

Por Kike Martins da Costa • Fotos Cacá Bratke

É quase impossível resistir quando nos vemos diante de delícias lusitanas, como sardinhas na brasa, um prato de bacalhau e doces conventuais

As delícias da cozinha portuguesa sempre agradaram aos brasileiros. Sua origem deriva de tradições mediterrâneas e outras bem locais. O resultado são, invariavelmente, pratos cheios de sabor, com um toque ibérico e uma pegada bem caseira, quase artesanal. E isso faz a alegria das nossas papilas, do nosso coração e da nossa alma.

Existe uma maneira mais prazerosa de iniciar uma refeição do que petiscando bolinhos de bacalhau ou sardinhas na brasa? Pois em Portugal isso é mais que um costume –é uma regra! Para que as sardinhas não passem do ponto, basta seguir uma preciosa dica da chef alentejana Ilda Vinagre, que comanda em São Paulo o restaurante A Bela Sintra e, em Portugal, pilotou as caçarolas do A Bolota, casa detentora de duas estrelas Michelin. “Quando a pele estiver dourada e inflada, é porque a sardinha já está pronta. Nem crua, nem ressecada.”

Como prato principal, recomendamos duas opções que não podem faltar à mesa lusitana: o arroz de pato com chouriço e o bacalhau com batatas ao murro. O bom arroz de pato é aquele que tem saborosos nacos de carne de pato desfiada e fatias de linguiça suína. Tem de ser úmido, quase caldoso. Já o bacalhau deve ser bem dessalgado e assado embebido por uma generosa dose de azeite extravirgem de oliva, com cuidado para que ele não passe do ponto, resseque e fique borrachudo. As batatas ao murro têm esse nome porque, depois de cozidas ou assadas, são levemente esmagadas com os punhos do cozinheiro para que sejam impregnadas com os perfumes e sabores do sal grosso, do azeite, do alecrim e, eventualmente, até do alho sapecado para temperá-las.



Na hora de dessalgar o bacalhau, o chef Ernestino Gomes Pontes, que comanda a cozinha e é um dos sócios do restaurante português Tasca do Zé e da Maria, em São Paulo, faz um alerta: “Coloque-o em uma bacia com água gelada. Em Portugal, que é um país mais frio, as pessoas fazem isso em temperatura ambiente, mas aqui no Brasil o mais correto é usar a geladeira”.

A hora da sobremesa é –literalmente– um momento divino: a maioria das receitas de doces foi criada por freiras ou abades e, por isso, são conhecidas como “doces conventuais”. Um dos mais populares é o pastel de Belém, famoso por seu aveludado recheio de creme de ovos.

Mas um banquete lusitano jamais poderá ser considerado completo se não for acompanhado por algum dos excelentes vinhos do país. Durante décadas, o vinho do Porto foi consumido exclusivamente como digestivo, ao final da refeição. Recentemente, começou a aparecer também em coquetéis e, no verão, um dos mais populares é o portonic. Outra alternativa ideal para os dias de calor é o vinho verde, produzido no norte do país. Aromático e levemente gaseificado, quase como um espumante, ele combina muito bem com pratos que têm o bacalhau ou frutos do mar como ingrediente principal. Agora sim, bom apetite!

ARROZ DE PATO

RENDIMENTO: 2 PORÇÕES

INGREDIENTES

- 2 cebolas médias picadas
- 8 dentes de alho picados
- 4 folhas de louro
- 2 pitadas de pimenta-do-reino em grãos
- 600 ml de vinho tinto
- 60 ml de molho shoyu
- 200 ml de azeite
- 400 g de pato
- 200 g de arroz
- 2 colheres (sopa) de manteiga

MODO DE PREPARO

Misture a cebola, o alho, o louro, a pimenta, o vinho e o shoyu. Em seguida, use essa mistura para temperar o pato. Reserve. Coloque o azeite em uma panela para aquecer e, em seguida, ponha o pato com os temperos para cozinhar. Tampe a panela e deixe cozinhar por cerca de 2 horas. Quando o pato estiver cozido, retire do caldo e desfie. Coe o caldo em que o pato foi cozido e, em seguida, adicione novamente o pato já desfiado a essa mistura. Leve novamente ao fogo e adicione o arroz. Quando o arroz estiver quase cozido, adicione a manteiga e sirva.

Receitas: Tasca do Zé e da Maria



OS PRODUTOS QUE JÁ
FAZEM PARTE DE CADA
MOMENTO EM *família*,
AGORA TÊM MAIS UM
MOTIVO PARA ESTAREM
NA *MESA*.

Nova linha de embalagens Uniagro.

A mesma qualidade presente
em diversos cardápios.



Selecionados
UNIAGRO

O segredo das melhores receitas.

(51) 2129-1515

f /SelecionadosUniagro

🏠 selecionadosuniagro.com.br



SARDINHA GRELHADA

RENDIMENTO: 1 PORÇÃO APERITIVO

INGREDIENTES

5 sardinhas inteiras e limpas
300 ml de vinho branco
Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Deixe as sardinhas limpas e secas
marinando no vinho branco. Em seguida,
seque as sardinhas com papel toalha e leve
ao fogo na grelha bem quente. Retire assim
que dourar. Acrescente sal a gosto e sirva
a seguir.



*O portonic é um refrescante
drinque à base de vinho do
Porto dry ou extra dry branco
(50 ml) e água tônica (100
ml). Coloque gelo à vontade.
A mistura é perfeita para ser
consumida na praia ou à
beira da piscina*

Produção: Camile Comandini. **Peças usadas nas fotos:** pratos decorados, ROBERTO SIMÕES CASA/ taças, copos, bowl e prato com pastel de Belém, TOK & STOK/ jarriinha azul, LOLA HOME/ travessas de pão e da sardinha, taça azul e prato amarelo, IDEIA ÚNICA/ sousplat amarelo, DIVINO ESPAÇO. **Agradecimento:** Tasca do Zé e da Maria (tascadozedamaria.com.br)



BACALHAU COM BATATAS AO MURRO

RENDIMENTO: 2 PORÇÕES

INGREDIENTES

2 postas de bacalhau (de cerca de 270 g cada)	4 brócolis
8 batatas	100 g de cebola
Sal a gosto	Azeite
2 ovos	40 g de alho dourado

MOLO DE PREPARO

Pegue o bacalhau, grelhe e, em seguida, leve ao forno a 180 °C por 30 minutos. À parte, cozinhe as batatas com sal, o ovo e o brócolis. Refogue a cebola no azeite. Reserve. Em um prato largo, coloque o bacalhau. Junte as batatas cozidas, o brócolis e o ovo. Cubra as postas de bacalhau com a cebola e o alho dourados. Sirva a seguir.

DICA: Na hora de dessalgar o bacalhau, cubra o bacalhau inteiramente com água para evitar a proliferação de bactérias. Troque a água a cada 8 horas. As postas mais altas (de 3 a 4 dedos) devem ficar de molho por 5 dias; as mais finas (de 1 a 2 dedos) podem ficar de molho por 2 dias.

BOLINHO DE BACALHAU

RENDIMENTO: 120 UNIDADES

INGREDIENTES

1 kg de batata cozida sem pele
1 kg de bacalhau desfiado
Salsinha picada a gosto
Molho picante a gosto
Sal a gosto
2 dentes de alho picados
½ cebola picada
Azeite a gosto
Óleo para fritar

MODO DE PREPARO

Amasse as batatas e faça uma massa com a batata. Acrescente o bacalhau, a salsinha, o molho picante e o sal. Doure o alho e a cebola no azeite e junte à massa. Forme os bolinhos e frite em óleo bem quente.



PASTEL DE BELÉM

RENDIMENTO: 20 A 25 UNIDADES PEQUENAS

INGREDIENTES

16 gemas
4 colheres (chá) de amido de milho
3 tampinhas de essência de baunilha
1 litro de creme de leite
350 g de açúcar
Massa folhada

MODO DE PREPARO

Coloque as gemas em uma vasilha e bata-as com um garfo. Reserve. Em outra vasilha, dissolva o amido de milho em um pouco de água, acrescente a essência de baunilha e reserve. Em uma panela, coloque o creme de leite com o açúcar para ferver. Assim que levantar fervura, acrescente as gemas já batidas e o amido de milho dissolvido com a essência de baunilha. Mexa bastante. Quando a mistura estiver bem diluída e homogênea, coloque a panela para esfriar em uma vasilha com água e gelo. Reserve o creme. Abra a massa folhada e coloque em forminhas de empada. Em seguida, acrescente o creme já frito nas forminhas e leve ao forno a 200 °C por 15 minutos.



DICA DO PADEIRO

BAGUETE GRANDE SAVEUR

Saboreie no BRASIL o grande sucesso da FRANÇA!

A **Baguete Grande Saveur**, premiada por três anos consecutivos pelos consumidores franceses, é exclusiva por sua excepcional qualidade e sabor único! O sucesso deste pão deve-se a uma sutil combinação de diferentes farinhas (trigo, centeio, aveia, cevada e malte) e sementes selecionadas (girassol, gergelim e linhaça) proporcionando uma textura macia e crocante.



PÃO SCHWARZBROT

Com sua fórmula e consistência oriundas da Alemanha, o **Pão Schwarzbrot** é ideal para um estilo de vida mais consciente. Muito nutritivo, contém fibras e grãos (trigo, linhaça, girassol, ervilha, centeio, gergelim e cevada) além de uma coloração diferenciada à base de maltes naturais. Sua crosta original de um pão típico alemão o mantém fresco e úmido por mais tempo!



PÃO AZEITONA COM TOMATE SECO

Uma receita de sabor muito especial e aroma encantador. O pão **Angeloni Azeitona com Tomate Seco** conta com ingredientes napolitanos (tomate seco, pimentão, azeitona, cebola) e especiarias finas. Ideal para degustar com azeites, queijos e vinhos.



Estes produtos você encontra nas padarias Angeloni!

PAELLA MARINERA

> RECEITA NA PÁGINA 40



ESPAÑHA:

delícias para compartilhar

Por Marcelo Katsuki • Fotos Rogério Voltan

Na tradição das tapas e nas comidinhas para “compartir”, encontramos o verdadeiro estilo de vida e da gastronomia espanhola

Pessoas de todo o mundo ocupam as ruas de Madri nos fins de tarde circulando de bar em bar em busca de “copas y tapas”. É a chamada *movida madrileña*. Essa peregrinação fez a fama da vida noturna da capital espanhola. E você também pode se inspirar nesse prazer de “tapear” para criar uma divertida festinha em casa. Afinal, nada mais gostoso do que compartilhar momentos com os amigos degustando petiscos acompanhados por refrescantes sangrias. Uma combinação irresistível e perfeita para esse verão.

Que tal começar com um trio de tapas? Cogumelos recheados com jamón e queijo manchego e pintxos de salmão defumado e de jamón com avocado. Pintxos são pequenos bocados feitos com uma fatia de pão com coberturas diversas espetadas com um palito –*pintxadas* em espanhol. Então, solte sua criatividade e crie diversos *pintxos* utilizando pescados, ovos e frutas como figos e uvas.

Não se esqueça de deixar jarras e taças abastecidas de sangrias, uma com vinho tinto e outra com vinho branco. Assim seus convidados poderão brincar de harmonizar os drinques com os petiscos. Outro clássico dos bares espanhóis é o *gaspacho* –uma sopa fria à base de tomates.

À base de vinho branco ou tinto, a sangria é uma bebida muito refrescante. A de vinho tinto leva: 1 l de vinho, 50 ml de vodca, 50 ml de licor de pêsego, 50 ml de triple sec, frutas picadas (como laranja e maçã) e 300 ml de soda



O espanhol Nando Lancho Aguirre, chef-proprietário do Gusta Café Bar Y Gastronomía, em São Paulo, conta que na Espanha o gaspacho é uma opção vegetariana refrescante, com o sabor do tomate realçado pelo uso do azeite, e que agrada com seu toque de acidez. Já o polvo à galega vem servido sobre fatias de batatas cozidas, tenro e macio, desprendendo seu aroma de mar, como uma perfumada brisa.

O ponto alto desse festim fica por conta da paella, sempre uma alegria para os olhos e para o paladar. “Na Espanha, ela geralmente é servida nos bares e restaurantes às terças e sextas. Já nas casas, é feita aos domingos, com toda a família reunida”, conta Nando.

Para adoçar a reunião, depois de tantos sabores vigorosos e marcantes, nada como a suavidade de uma crema catalana. Feita com gemas de ovos, leite, canela e uma capinha de açúcar queimado, o doce vai encerrar a festa com um sabor incomparável.

Receitas: Gusta Café Bar Y Gastronomía

PULPO A LA GALLEGA (POLVO COM BATATAS)

RENDIMENTO: 6 PORÇÕES

INGREDIENTES

1 polvo eviscerado
2 folhas de louro
Sal a gosto
1 kg de batatas
50 g de um mix de páprica doce e picante
Azeite extravirgem a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque o polvo em uma panela de pressão, coberto de água, com duas folhas de louro e um pouco de sal. Tampe a panela e deixe cozinhar por 5 minutos. Reserve. À parte, cozinhe as batatas inteiras e com casca, com um pouco de sal. Corte o polvo em pedaços médios. Pegue as batatas cozidas, descasque-as e corte-as em rodelas não muito finas. Distribua as batatas em círculo em um prato. Por cima, coloque o polvo cortado, salpique a mistura de páprica e, por último, adicione o azeite extravirgem. Sirva a seguir.





PINTXO EUSKADI

SETAS RELLENAS DE JAMÓN

PINTXO SALMÓN

PINTXO SALMÓN (TAPAS DE SALMÃO COM QUEIJO DE CABRA)

RENDIMENTO: 8 TAPAS

INGREDIENTES

8 fatias de pão italiano
100 g de queijo de cabra cremoso
8 fatias de salmão defumado
1 colher (sopa) de gergelim preto
1 colher (sopa) de semente de girassol
Pimenta-calabresa em flocos a gosto
8 folhas de hortelã fresca

MODO DE PREPARO

Unte os pães com o queijo cremoso, enrole as fatias de salmão e coloque uma em cada pão. Em seguida, coloque as sementes de gergelim e girassol, a pimenta calabresa e, por último, a hortelã. Espete um palito e sirva.

SETAS RELLENAS DE JAMÓN, MANCHEGO Y PUERROS (TAPAS DE COGUMELOS RECHEADOS COM CRISP DE JAMÓN)

RENDIMENTO: 4 TAPAS

INGREDIENTES

4 cogumelos portobello
50 g de alho-poró picado
100 g de jamón picado
Um punhado de alecrim
Um punhado de tomilho

Azeite extravirgem
100 g de queijo manchego ralado
Óleo para fritar
4 fatias de jamón para os crisps

MODO DE PREPARO

Limpe a possível sujeira ou terra dos cogumelos sem lavar, para que não encharquem. Retire o talo e parte da polpa do cogumelo e pique. Reserve os cogumelos. Misture o talo com o alho-poró, o jamón picado, o alecrim e o tomilho. Refogue essa mistura em azeite extravirgem por uns 10 minutos, mexendo sempre. Reserve. Depois de morno, adicione o queijo manchego ralado e misture. Recheie os cogumelos com essa mistura e leve ao forno a 200 °C por 15 minutos com o grill aceso. À parte, frite em óleo bem quente as fatias de jamón até que fiquem crocantes. Retire os cogumelos do forno, coloque um crisp de jamón em cada um e sirva a seguir.

Produção: Camile Comandini. **Peças usadas na produção:** jarra azul, pratos coloridos da mesa, CAMICADO/ taças, jarras, TOK & STOK/ copo azul, QUADRIFOGLIO/ sousplat vermelho e talheres, ROBERTO SIMÕES CASA/ bandeja, SOUQ/ tábua de Madeira, UTILPLAST. **Agradecimento:** Gusta Café Bar Y Gastronomía (www.gusta.com.br)

PINTXO EUSKADI (TAPAS DE AVOCADO E JAMÓN)

RENDIMENTO: 8 TAPAS

INGREDIENTES

1 avocado maduro
Suco de 1 limão
100 g de manteiga
Pimenta-do-reino e sal a gosto
8 fatias de pão italiano
8 fatias de jamón pata negra
(ou serrano ou parma)

MODO DE PREPARO

Retire a polpa do avocado e misture com o suco de limão, a manteiga, o sal e a pimenta. Unte um dos lados dos pães com essa mistura e coloque a fatia do jamón enrolada por cima. Espete um palito e sirva.



PAELLA MARINERA

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

Azeite extravirgem	CALDO DE PEIXE E MARISCO
150 g de anéis de lula	1 camarão com cabeça
150 g de camarões limpos	½ talo de salsa
150 g de mexilhões sem casca	1 alho-poró pequeno
50 g de azeitonas pretas	½ cebola média
50 g de ervilhas frescas	2 dentes de alho
200 g de vôngole com casca	½ pimentão vermelho
250 g de arroz (bomba ou parborizado)	2 tomates maduros
½ pimentão vermelho cortado em tiras finas	Carcaça de peixe (salmão ou outro peixe de sua preferência)
½ pimentão verde cortado em tiras finas	MAJADO
½ pimentão amarelo cortado em tiras finas	3 tomates maduros
6 mexilhões com casca	½ cebola média
4 lagostins	Um punhado de salsa
Limão taiti ou siciliano para servir	3 dentes de alho
	2 pacotes de açafrão espanhol em pó

MODO DE PREPARO

CALDO DE PEIXE: uma hora antes de começar a preparar a paella, coloque os ingredientes do caldo de peixe para cozinhar com bastante água e sal a gosto. Reserve.

MAJADO: bata todos os ingredientes em um liquidificador ou com um mixer e reserve.

PAELLA: em uma “paella” ou “paelleira” (a panela própria para fazer a paella), coloque um fio de azeite, os anéis de lula (são os mais difíceis de cozinhar) e deixe uns 5 minutos, mexendo sempre. Em seguida, adicione os camarões, os mexilhões sem casca, as azeitonas e as ervilhas. Por último, coloque os vôngoles. Frite mais 5 minutos e acrescente o majado. Mexa bem e adicione o arroz lavado e escorrido se for o parborizado (o tipo bomba não é preciso lavar). Vá regando a mistura de arroz com o caldo de peixe até cobrir. Adicione mais caldo na medida em que o arroz for secando. Deve ficar no fogo uns 20 minutos. Passado esse tempo, monte sua paella. Ainda com o fogo ligado, coloque os pimentões cortados em tiras finas por cima do arroz, ao redor da panela, depois vêm os mexilhões com casca e os lagostins. Tampe a panela e deixe mais 5 minutos. Desligue o fogo e deixe a paella “descansar” por 15 minutos, com a panela tampada. Sirva com pedaços de limão.



GASPACHO (SOPA DE TOMATE FRIA)

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

4 tomates maduros	50 ml de vinagre de vinho tinto
1 pepino comum	Sal a gosto
1/2 pimentão vermelho	Azeite extravirgem
1/2 cebola média	Salsa picada
2 dentes de alho	Tomate e pepino para decorar
3 pedras de gelo	
100 ml de água	

MODO DE PREPARO

Pique os tomates e o pepino, desprezando a polpa, o pimentão, a cebola e o alho. Coloque em uma tigela e adicione o gelo, a água, o vinagre e o sal. Bata com um mixer ou leve ao liquidificador. Se preferir, coe antes de servir. Leve à mesa em copos com pedacinhos de tomate e pepino, um fio de azeite extravirgem e salsa picada.

CREMA CATALANA

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

1 litro de leite
 Casca de ½ limão siciliano ou taiti
 2 paus de canela
 4 gemas
 1 colher (sopa) bem cheia de amido de milho
 150 g de açúcar
 Açúcar cristal para queimar

MODO DE PREPARO

Em uma panela, coloque o leite com as cascas de limão e a canela e deixe ferver. Reserve. À parte, misture as gemas com o amido e o açúcar. Quando o leite estiver morno, despeje-o sobre a mistura de gemas e misture bem. Volte ao fogo e mexa sempre até engrossar – a mistura deve ficar com uma consistência de mingau. Quando estiver no ponto, retire do fogo e distribua o creme em ramequins e deixe esfriar. Leve à geladeira por no mínimo 4 horas. Na hora de servir, coloque o açúcar cristal por cima e, com o auxílio de um maçarico, queime o açúcar até ficar com a coloração de caramelo. Cuidado para não queimar. Quando estiver sólido, já pode ir à mesa.



Todo o sabor do alho, pronto para usar.

Mais praticidade no seu dia a dia.
Experimente Alho Pronto.

Disponível em toda a rede Angeloni.

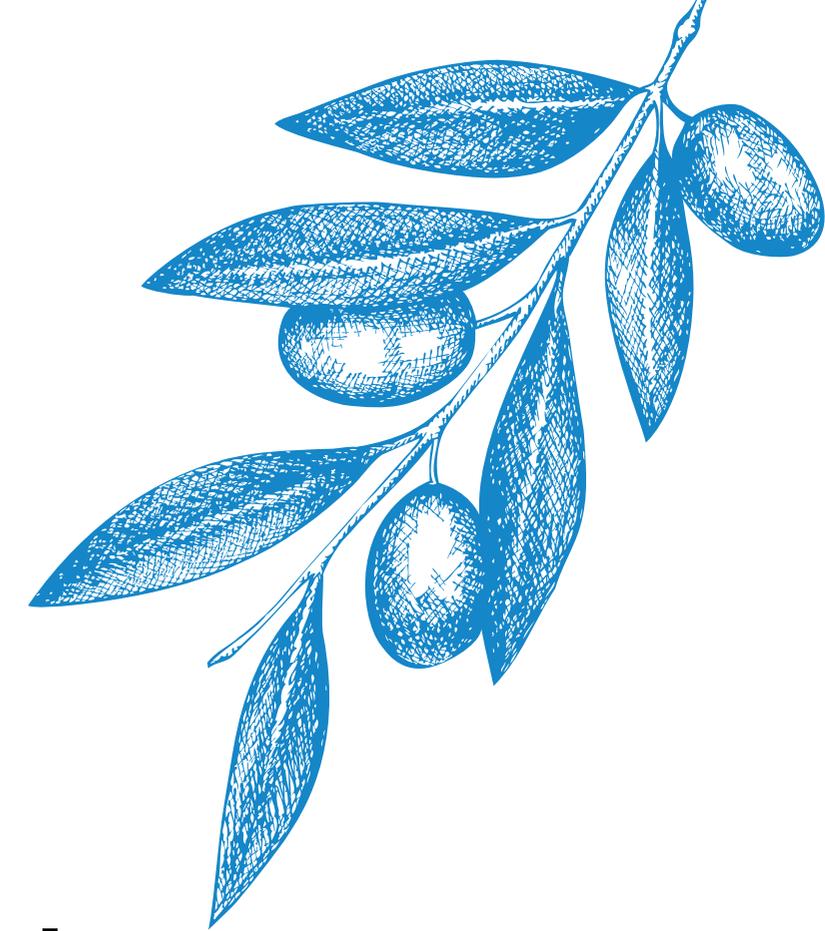


Faz bem feito, faz por você.



MOUSSAKA DE CORDEIRO

RECEITA NA PÁGINA 49



GRÉCIA: caleidoscópio mediterrâneo

Por Kike Martins da Costa - Fotos Cacá Bratke

Dieta rica em cores e sabores, a cozinha grega é a receita da longevidade das lindas mulheres de Atenas e dos atléticos homens de Esparta

A dieta dos gregos encanta os turistas que visitam o país e intriga a comunidade médica, que a cada novo estudo se surpreende ainda mais com a longevidade do povo que vive em cidades como Atenas, Salônica e Esparta, no continente, e também nas paradisíacas ilhas do mar Egeu, como Santorini, Mykonos, Rodes e Creta.

Desenvolvida há milênios, misturando influências do Oriente Médio e da Europa Ocidental, a cozinha grega valoriza vegetais como berinjelas, pepinos e tomates, peixes e frutos do mar extremamente frescos, grãos saudáveis como a cevada e o trigo, muito azeite de oliva, laticínios de fama mundial (como o queijo feta e o iogurte grego), mel da melhor qualidade, bons vinhos, frutas coloridas e suculentas, carnes de animais criados por pequenos produtores e ervas aromáticas como tomilho, orégano, louro e alecrim.

“Trabalhei por cinco anos no Camares, um restaurante na ilha de Mykonos, e lá aprendi que a gastronomia grega, além de muito rica e variada, é uma cozinha de produto, que privilegia ingredientes frescos, frutas e hortaliças colhidas na hora e peixes retirados do mar instantes antes de irem à mesa”, explica Mariana Fonseca, chef do restaurante paulistano Myk, de cozinha grega contemporânea, que é quem assina as receitas que apresentamos nas próximas páginas.

Por ser tão linda de ver como saborosa para quem a degusta, diz-se que é uma culinária caleidoscópica –expressão de origem grega que mistura os termos “kalos” (bela), “eidos” (imagem) e “scopeo” (observar).

Uma refeição tipicamente grega pode ser iniciada com a clássica salada grega (horiatiki salata). Consumida até no café da manhã, é composta por cubos de tomates fresquinhos, rodela de pepinos, azeitonas pretas e nacos de feta –delicioso queijo feito de leite de ovelha. Outras boas opções de entrada são as tortinhas de massa folhada, aqui recheadas de espinafre (spanakopita).

Na sequência, aposte em um prato que é talvez a especialidade grega mais difundida internacionalmente: a moussaka, uma espécie de lasanha em que a massa é substituída por lâminas de berinjela. Assim como sua “prima” italiana, a moussaka pode ser vegetariana ou recheada de carne moída –em geral, de cordeiro. A versão vegetariana pode ser incrementada com camadas intercaladas de abobrinhas e tomates, além das berinjelas.

O peixe com figos é uma das receitas prediletas da chef: “Ele pode ser feito com pargo ou robalo. É um prato muito equilibrado. Tem o frescor do peixe, a doçura dos figos, a picância do skordaliá (purê de alho) e o salgado das azeitonas”, afirma.

Para fechar esse banquete digno dos deuses do Olimpo, nossa sugestão é uma legítima portokalopita, torta com creme de laranja ou kumquats (aqui no Brasil também conhecidas como laranjinhas kinkan). Para bebericar, aposte nos elegantes vinhos tintos da região do Peloponeso ou em um drinque à base de ouzo, destilado obtido a partir de cascas de uva e aromatizado com anis. “No verão grego, não há nada melhor do que um drinque com ouzo, para ser degustado e aproveitado por horas, para refrescar e deixar ainda mais agradáveis os nossos dias”, completa Mariana.

Receitas: Myk Restaurante



SPANAKOPITA (MASSA FOLHADA RECHEADA DE ESPINAFRE)

RENDIMENTO: 12 UNIDADES

INGREDIENTES

RECHEIO

50 ml de azeite
½ cebola roxa picadinha
1 kg de espinafre
200 g de queijo feta
Sal e pimenta-do-reino a gosto

MASSA

½ pacote de massa filo
100 g de manteiga derretida

MODO DE PREPARO

Coloque o azeite em uma frigideira, acrescente a cebola e refogue os demais ingredientes do recheio. Reserve. Abra a massa, hidratando com a manteiga. Na medida desejada, faça pequenos retângulos com a massa e recheie-os. Depois dobre a massa, criando uns “travesseirinhos”. Asse por 15 minutos em forno a 180 °C ou até ficarem dourados. Sirva quente.



O azeite é a base da culinária grega. Na hora de servir, mantenha-o em vidros transparentes para que a cor do líquido possa ser apreciada. Você também pode colocar um ramo de alecrim que, além de decorar, vai perfumar o azeite

SALADA GREGA

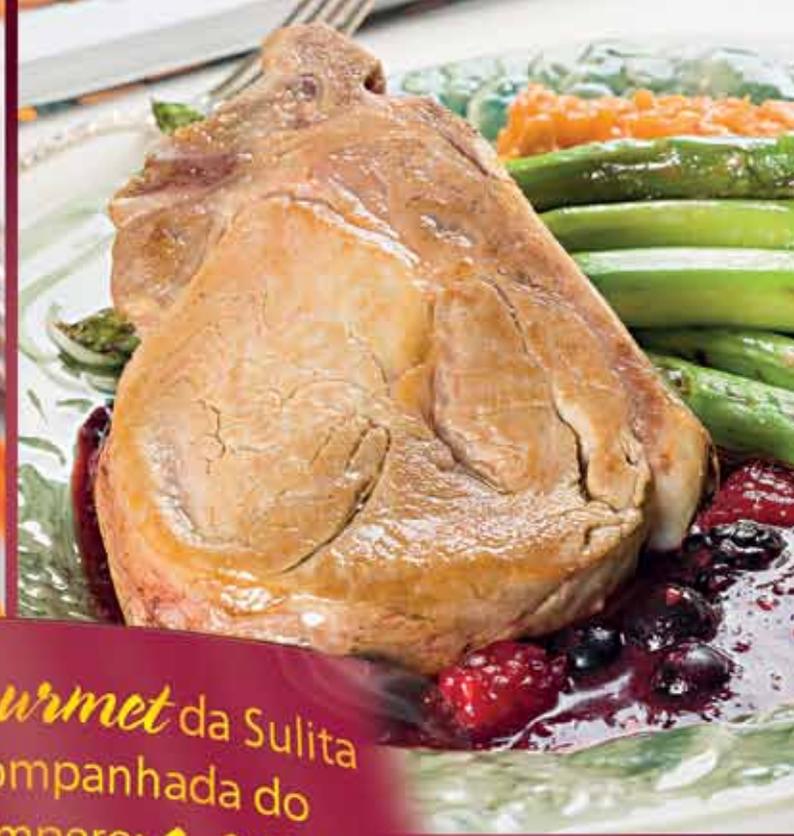
RENDIMENTO: 1 PORÇÃO

INGREDIENTES

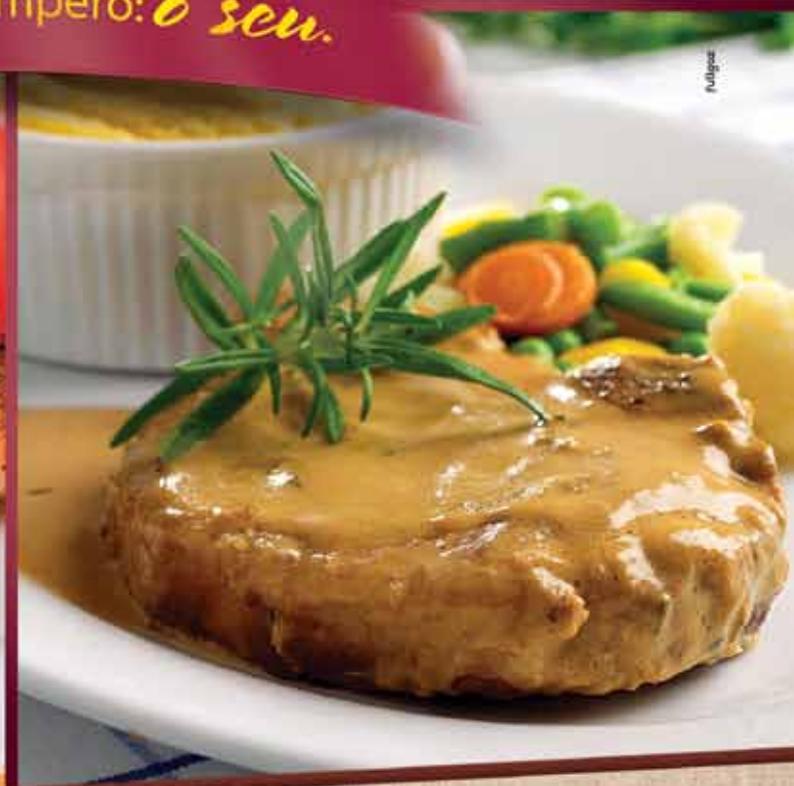
2 tomates bem vermelhos cortados em 4 partes
½ pepino tipo japonês (12 rodela)
½ cebola roxa cortada em rodela fina
6 rodela de pimentão, 2 de cada cor (verde, amarelo e vermelho)
8 azeitonas tipo kalamata
1 fatia de 100 g de queijo feta
Sal e azeite a gosto

MODO DE PREPARO

Distribua os ingredientes em camadas no prato, deixando o queijo feta por último. Tempere com sal a gosto e regue com muito azeite. Sirva a seguir.



A linha *Gourmet* da Sulita
agora acompanhada do
melhor tempero: *o seu.*



MOUSSAKA DE CORDEIRO

RENDIMENTO: 3 PORÇÕES

INGREDIENTES

- 8 berinjelas médias
- Sal
- 12 batatas
- 125 ml de azeite ou óleo de girassol
- 50 g de farinha de pão
- 200 g de queijo parmesão ralado para finalizar

RAGU DE CARNE

- 125 ml de azeite
- 2 cebolas picadas
- 1 dente de alho
- 2 kg de carne moída de cordeiro (pode substituir por boi ou porco)
- 8 tomates sem pele e sem sementes picados
- 200 ml de vinho tinto (opcional)
- Canela, cominho, cravo, noz-moscada e coentro em pó a gosto
- Sal e pimenta-do-reino
- 1 clara

BECHAMEL

- 200 g de manteiga
- 1 cebola bem picada
- 200 g de farinha de trigo
- 2 litros de leite integral
- Noz-moscada a gosto
- Sal e pimenta-do-reino branca a gosto

MODO DE PREPARO

RAGU: em uma panela grande, coloque o azeite com as cebolas bem picadas e o dente de alho. Refogue até ficar transparente e acrescente a carne moída. Deixe dourar e acrescente o tomate. Em seguida, coloque o vinho e as especiarias a gosto, deixando cozinhar por 1 hora. Após o cozimento, acerte o sal e a pimenta. Deixe esfriar e coloque a clara, que dará uma liga quando assar. Reserve.

BECHAMEL: em uma panela grande, coloque a manteiga e a cebola picada. Em seguida, acrescente a farinha peneirada. Quando estiver com a consistência quase de uma massa, coloque o leite aos poucos, mexendo bem. Tempere com noz-moscada, sal e pimenta a gosto. Reserve.

MOUSSAKA: fatie as berinjelas em rodellas de no máximo 1 cm. Em uma travessa, coloque as rodellas com sal suficiente para cobri-las. Deixe-as “chorarem” por 1 hora –isso faz com que o amargo da berinjela seja eliminado. Depois de uma hora, lave as berinjelas com água para tirar o excesso de sal. Seque bem com papel toalha. Reserve. À parte, fatie as batatas em rodellas de no máximo 1 cm e coloque de molho em água gelada. Coloque o azeite em frigideira grande. Frite levemente a berinjela e a batata a fim de deixá-las mais molinhas –não crocantes. Forre o fundo de uma assadeira grande com farinha de pão. Monte uma camada de batata, outra de berinjela e outra de ragu. Repita até completar a assadeira. A última camada é com o bechamel e o queijo parmesão. Leve ao forno a 180°C por 50 minutos. Sirva a seguir.



Acredita-se que o olho grego tem o poder de trazer sorte e de afastar as energias negativas, a inveja e o mau-olhado. Ofereça o amuleto aos seus convidados ao final do almoço como forma de agradecimento



Escolha Sulita para sua mesa!

sulita.com.br



irresistível!



PEIXE BRANCO COM SKORDALIÁ, AZEITE E FIGO (PEIXE BRANCO COM PURÊ DE ALHO SUAVE)

RENDIMENTO: 2 PORÇÕES

INGREDIENTES

600 g de batatas tipo holandesa descascadas e cozidas
4 dentes de alho picados
Sal e pimenta-do-reino a gosto
20 g de manteiga ou azeite
200 ml de azeite
100 g de figo turco (seco) ou figo fresco descascado picadinho
100 g de azeitonas kalamata (ou outro tipo escuro) picadas
40 g de alcaparras picadas
2 filés de peixe branco

MODO DE PREPARO

Cozinhe as batatas –uma dica é assar as batatas com casca e depois descascar. O ponto de cozimento é bem mole. Passe as batatas ainda mornas por uma peneira fina. Leve a batata para uma panela com o alho picado, o sal e a pimenta. Acrescente a manteiga e bata em fogo alto até obter uma pasta quase lisa. Reserve. Junte o azeite com o figo, as azeitonas e as alcaparras. Em uma frigideira antiaderente, coloque um fio de azeite e leve o peixe para grelhar até o ponto desejado –a dica é não passar demais para não perder a leveza do peixe. Monte o prato com o purê e o peixe, coloque a mistura de figo sobre o peixe e finalize com azeite.

DICA: Tente fugir dos peixes convencionais, pois podemos nos surpreender com os peixes da época. O importante é que seja um peixe bom para grelhar.



MYK (DRINQUE DE OUZO COM LIMÃO SICILIANO)

RENDIMENTO: 1 COPO

INGREDIENTES

3 gomos de limão siciliano
1 colher (chá) de açúcar
Gelo
50 ml de gim
4 ml de ouzo *
20 ml de água com gás
Limão siciliano e alecrim para decorar

MODO DE PREPARO

Macere o limão com o açúcar. Adicione gelo, gim e ouzo. Agite na coqueteleira, coloque no copo e finalize com água com gás. Decore com um ramo de alecrim e um gomo de limão.

* Ouzo é um destilado obtido a partir de cascas de uva e aromatizado com anis

Produção: Camile Comandini. **Peças usadas nas fotos:** jarra branca e azul, garrafa de vidro, talheres, taça florida, DIVINO ESPAÇO/ prato da moussaka, prato de sobremesa e tábuas, IDEIA ÚNICA/ taças com bolas azuis, L'OEIL/ prato branco salada, TOK & STOK/ porta-velas de conchas, LS SELECTION/ bowl e prato do peixe, STELLA FERRAZ/ olho grego, KATMANDU. **Agradecimento:** Myk Restaurante (www.mykrestaurante.com).

PORTOKALOPITA (TORTA DE CREME DE LARANJA COM CALDA)

RENDIMENTO: 8 FATIAS

INGREDIENTES

TORTA

5 ovos
100 g de açúcar
200 g de iogurte grego
Suco de 2 laranjas e as rasas das mesmas
180 ml de azeite
1 colher (sopa) de fermento
100 g de manteiga
1 pacote de massa filo

CALDA

400 g de açúcar
Suco de 1 laranja
350 ml de água
8 unidades de laranja kinkan

MODO DE PREPARO

Em uma batedeira, bata todos os ingredientes da torta, menos a manteiga e a massa. Derreta a manteiga, unte uma assadeira retangular, coloque as folhas de massa filo, intercalando-as para poder colocar o recheio e fechar. Recheie a massa e feche com a mesma. Pincele mais manteiga e leve para assar por 45 minutos, sendo os primeiros 15 minutos a 180 °C e o restante a 160 °C. À parte, prepare a calda: em uma panela, coloque os ingredientes e deixe tomar ponto de calda. Deixe esfriar. Quando a torta estiver pronta, jogue a calda sobre o doce ainda quente. Deixe descansar por uma hora antes de servir.



“I have the simplest tastes,
I am always satisfied with the best.”

Oscar Wilde 1854 - 1900



Tiptree. The preserve of good taste.

Tiptree

RISOTO DE ASPARGOS E LULAS GRELHADAS
> RECEITAS NAS PÁGINAS 58 E 59

CROÁCIA:

a surpresa do Adriático

Por Kike Martins da Costa · Fotos Rogério Voltan

Deliciosas receitas à base de frutos do mar são as prediletas no verão deste pequeno país de lindas praias e milhares de ilhas

A Croácia é uma das mais jovens nações da Europa. Só virou um país independente em 1991, com o desmembramento da Iugoslávia. No passado, foi um território ocupado por romanos, gregos, turcos e austro-húngaros. O resultado é uma gastronomia que mistura todas essas influências. E que surpreende.

Em um dos trechos mais lindos do litoral europeu, a culinária é leve e privilegia o frescor dos ingredientes. Nas lindas praias de águas cristalinas e nas 1.200 ilhas que pontuam o mar Adriático, os frutos do mar são a base da dieta. Mais ao norte, perto da Eslovênia e da Itália, a província da Ístria é um paraíso gourmet. Lá são produzidas as famosas trufas negras croatas, os azeites extravirgens e os vinhos tintos elaborados com as uvas da cepa Malvasija.

Ao sul da Ístria começa a Dalmácia, meca do turismo. Nos bares de Split, enquanto bebem cerveja ou vinho branco com água mineral, os croatas beliscam torradinhas com ajvar, um relish de pimentão com alho de origem sérvia. Perto de Split, na praia de Brela –uma das mais bonitas da Europa–, a paulistana Ana Calderaro administra uma pousada, a Abuela's Ghesthouse. Ela conta que um dos pratos prediletos de seu marido, o croata Branimir Santek, é a salada de polvo, prato que evidencia a influência grega. “Gostamos dela bem temperadinha com azeite, limão e alho.” Nos meses de março a junho, o casal aproveita a temporada dos aspargos para preparar risotos, acompanhado de lulas.



Os mèdèniatsi são biscoitos à base de mel e canela. Corações rendados, inspirados nas rendas da ilha de Pag, deixam-os mais charmosos

Outra especialidade local é a imotski, torta feita de amêndoas e maraschino (licor de cereja croata), que é consumida nos cafés de Zagreb e leva o nome de uma cidadezinha próxima da fronteira com a Bósnia. Quer preparar uma refeição típica da Croácia? Confira nossas receitas e bom apetite! Ou, como diriam os croatas, *dobar tek!*

AJVAR (RELISH DE PIMENTÃO)

RENDIMENTO: 1 PORÇÃO

INGREDIENTES

1 berinjela grande	Salsa picada
3 pimentões vermelhos	Sal e pimenta a gosto
1 dente de alho	Azeite
1 chili fresco	Suco de limão

MODO DE PREPARO

Corte as berinjelas e os pimentões em quatro. Coloque os legumes cortados em uma forma forrada com papel-alumínio, juntamente com o dente de alho. Leve ao forno preaquecido a 225 °C e deixe assar até que fiquem macios –como o dente de alho costuma assar mais depressa, para evitar que ele se queime, esconda-o embaixo de um pedaço de pimentão. Retire do forno e descasque os legumes e o alho. Coloque-os no processador, acrescente o chilli e parte da salsa e misture tudo. Aos poucos, vá acrescentando sal, pimenta, azeite e o suco de limão até ficar com a consistência desejada. Sirva com legumes e pães.

DICA: coloque o ajvar em potes de vidro, cubra a superfície com azeite e guarde na geladeira.



SALADA DE POLVO AO ESTILO CROATA

RENDIMENTO: 4 PORÇÕES

INGREDIENTES

1 polvo grande limpo
1 cebola vermelha
2 tomates
1 dente de alho picado
Azeite extravirgem a gosto
Vinagre de vinho a gosto
Suco de 1 limão
Sal e pimenta a gosto
2 a 3 colheres (sopa) de salsa picada
2 colheres (sopa) de alcaparras

MODO DE PREPARO

Bata o polvo com um martelo para amaciar a carne. Coloque-o em uma panela, adicione um pouco de água –suficiente para cobrir o polvo– e cozinhe em fogo médio por cerca de 3 horas ou até a carne estar completamente cozida. Deixe esfriar na mesma água. Quando estiver frio, corte o polvo em pedaços e coloque em uma tigela de salada. Adicione a cebola e os tomates picados na tigela. Tempere o prato com o alho, o azeite, o vinagre, o suco de limão, o sal, a pimenta e a salsa. Adicione alcaparras e sirva a seguir.





RISOTO DE ASPARGOS

RENDIMENTO: 2 PORÇÕES

INGREDIENTES

CALDO

1 tablete de caldo de legumes

750 ml de água

RISOTO

200 g de aspargos frescos

3 colheres (sopa) de manteiga

½ cebola picada

200 g de arroz arbóreo

1/2 xícara (chá) de vinho branco seco

750 ml de caldo de legumes

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto

1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado

1 colher (sopa) de azeite extravirgem

MODO DE PREPARO

CALDO: dissolva um tablete de caldo de legumes em água quente e deixe ferver por alguns minutos. Reserve.

RISOTO: corte as pontas dos aspargos e reserve. Descarte a parte mais dura do talo, descasque e corte em rodelas. Em uma panela em fogo alto, derreta a manteiga e acrescente a cebola. Deixe dourar e coloque o arroz arbóreo. Acrescente o vinho branco, uma concha do caldo e sal. Mexa até o caldo começar a secar. Acrescente o aspargo e mais um pouco de caldo. Sempre que o arroz começar a secar, coloque mais caldo e mexa. Junte as pontas dos aspargos, coloque a pimenta e o queijo ralado. Corrija o sal e finalize com o azeite.

DICA: o risoto deve ficar cremoso, mas os grãos do arroz têm de estar “al dente”, ou seja, mais durinhos. A dica é ir colocando o caldo aos poucos, até ele atingir o ponto.

Produção culinária: Janaina Resende. **Produção:** Camile Comandini. **Peças usadas nas fotos:** prato rendado (com as bolachas), IDEIA ÚNICA/ cestinha rendada e taça, TOK & STOK/ prato da salada, ROSA DOS VENTOS/ prato das lulas, QUADRIFOGLIO. **Agradecimento:** Lady Cook (biscoitos).

LULAS GRELHADAS

RENDIMENTO: 10 LULAS

INGREDIENTES

10 lulas

Sal e azeite extravirgem a gosto

2 colheres (sopa) de salsa picada

1 colher (sopa) de alho picado

Pimenta-do-reino a gosto

1 pimenta dedo-de-moça cortada em rodelas

MODO DE PREPARO

Primeiramente, prepare as lulas. Com a ajuda de um garfo ou faca, retire todas as entranhas da lula. Lave bem a lula e depois seque. Coloque a lula em uma travessa e cubra com azeite. Deixe descansar por 3 horas. Para grelhar, aqueça uma panela tipo grelha no fogo médio. Quando o grill estiver bem quente, adicione a lula. Polvilhe um pouco de sal em cima e deixe cozinhar por cerca de 2 minutos de cada lado –assim as marcas da grade ficarão bem marcadas. Cubra a panela com uma tampa e vá regando a lula com o óleo do fundo da panela. Vire de vez em quando para que ela cozinhe igualmente dos dois lados. À parte, coloque em uma tigela a salsa picada, o alho, o sal, a pimenta e azeite. Coloque a lula por cima, polvilhe a pimenta dedo-de-moça e sirva a seguir.





IMOTSKI (BOLO DE AMÊNDOAS)

RENDIMENTO: 6 FATIAS OU 4 MINITORTAS

INGREDIENTES

MASSA

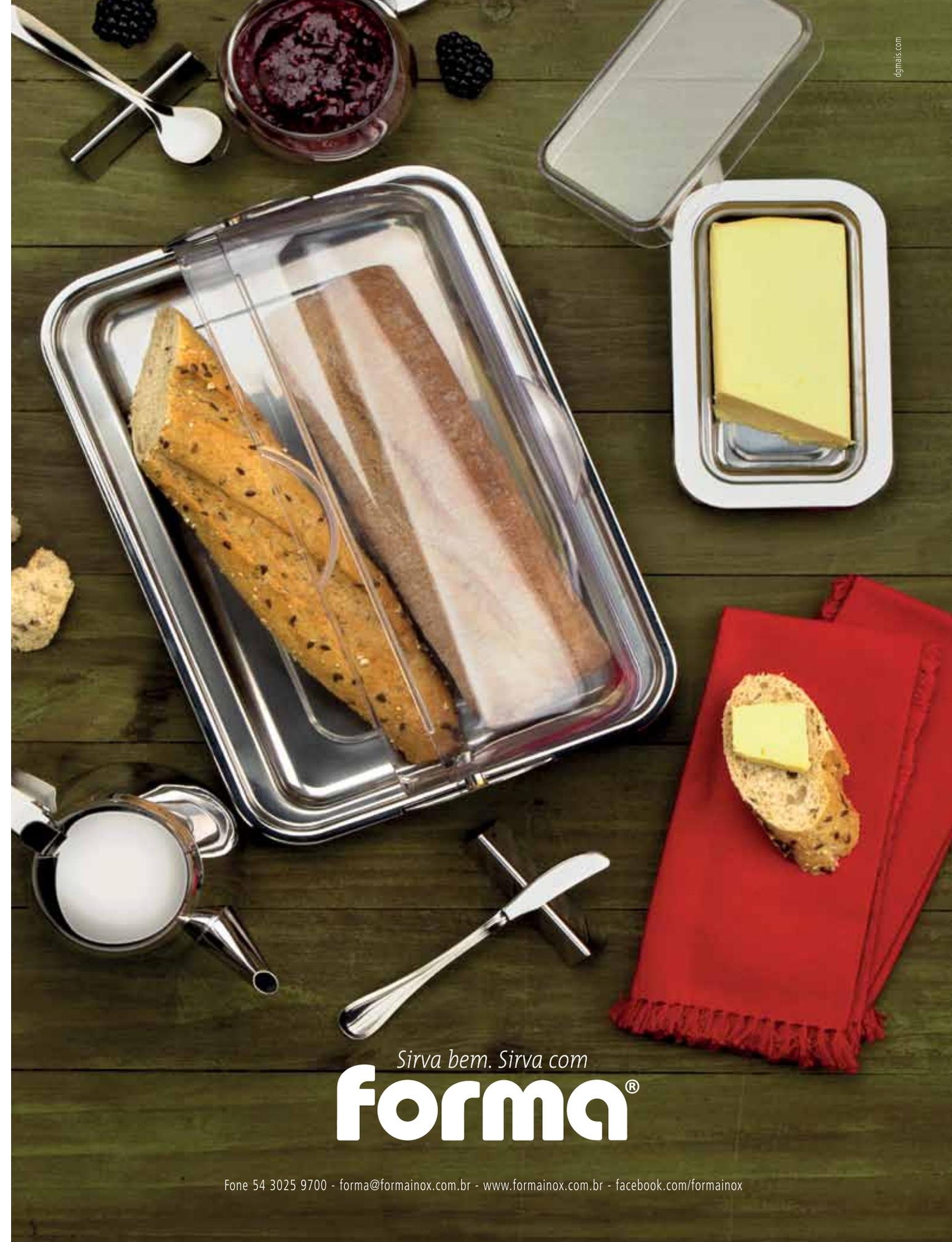
200 g de farinha de trigo
120 g de manteiga sem sal
60 g de açúcar
1 gema
Manteiga para untar

RECHEIO

5 ovos
250 g de açúcar
100 ml de licor maraschino
Casca ralada de 1 limão
10 g de açúcar com baunilha
250 g de amêndoas em lâminas

MODO DE PREPARO

MASSA: misture todos os ingredientes e, ao final, amasse com as mãos para que fique uma massa lisa. Coloque a massa em um saco plástico e leve ao refrigerador por 30 minutos.
RECHEIO: bata os ovos com açúcar na batedeira até que forme um creme com espuma. Adicione o licor, a casca do limão ralada e o açúcar com baunilha. Bata novamente. Fora da batedeira, adicione as lâminas de amêndoas e misture bem.
MONTAGEM: unte uma forma para torta com fundo removível com manteiga ou margarina. Ela precisa ter uns 35 ou 40 cm de diâmetro -se preferir, distribua o bolo em quatro minformas. Forre o fundo e as laterais da forma com essa massa. Reserve um pouco de massa para decorar. Coloque todo o recheio sobre a massa na forma. Use a sobra da massa para modelar rolinhos e formar um quadriculado sobre a massa. Coloque um papel-alumínio sobre a torta e leve para assar em forno preaquecido a 200 °C por 40 ou 50 minutos. Retire o papel-alumínio quando completar uns 35 minutos de cozimento –a massa e o recheio devem estar dourados, sem queimar. Abra o forno e deixe a torta por uns 10 minutos dentro dele.



Sirva bem. Sirva com
forma®

Su
fresh

Leve

A SEÇÃO DE

FRUTAS

~inteira~

PARA CASA.





Feito com Amor

BOA COMIDA MERECE KÜHNE

— os melhores ingredientes refinados com amor —

