



21 Receitas Chiques para Brilhar à Mesa

GOURMET COM ELEGÂNCIA

MARIANE OLIVEIRA

• AVISO LEGAL E DIREITOS AUTORAIS

ESTE CONTEÚDO FOI IDEALIZADO E DESENVOLVIDO PELA AUTORA MARIANE OLIVEIRA E ENCONTRA-SE PROTEGIDO PELAS LEIS DE DIREITOS AUTORAIS. É EXPRESSAMENTE PROIBIDA A CÓPIA, REPRODUÇÃO, DISTRIBUIÇÃO, VENDA OU QUALQUER FORMA DE COMERCIALIZAÇÃO DESTE MATERIAL SEM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA E POR ESCRITO DA AUTORA. TODAS AS INFORMAÇÕES, MÉTODOS, EXEMPLOS E ORIENTAÇÕES AQUI APRESENTADOS SÃO FRUTO DE SUA MENTORIA, COM APOIO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL APENAS PARA REVISÃO E MELHORIA TEXTUAL, POR MEIO DA PLATAFORMA DE SITES WEBNODE. AO ACESSAR ESTE CONTEÚDO, VOCÊ DECLARA ESTAR CIENTE DE QUE QUALQUER USO INDEVIDO PODERÁ RESULTAR EM MEDIDAS LEGAIS CABÍVEIS, PRESERVANDO A INTEGRIDADE E ORIGINALIDADE DO TRABALHO DA AUTORA.

AS IMAGENS DE FOTOS FORAM SELECIONADAS NA PLATAFORMA DE DESIGN GRÁFICO [CANVA.COM](https://www.canva.com), APENAS PARA FINS ILUSTRATIVOS. AS PESSOAS MOSTRADAS NAS IMAGENS NÃO SÃO MODELOS.

BEM-VINDO AO GOURMET COM
ELEGÂNCIA, UM E-BOOK CRIADO PARA
QUEM DESEJA TRANSFORMAR CADA
REFEIÇÃO EM UMA EXPERIÊNCIA
MEMORÁVEL, SEM COMPLICAÇÃO E
COM MUITO ESTILO. AQUI VOCÊ
ENCONTRARÁ TÉCNICAS SIMPLES,
COMBINAÇÕES DE SABORES
INTELIGENTES E DICAS DE
APRESENTAÇÃO QUE ELEVAM PRATOS
DO DIA A DIA A UM NÍVEL
SOFISTICADO. NÃO É PRECISO SER
CHEF PROFISSIONAL: COM
ORIENTAÇÕES CLARAS,
INGREDIENTES ACESSÍVEIS E UM
TOQUE DE CRIATIVIDADE, VOCÊ
APRENDERÁ A COZINHAR COM
CONFIANÇA, ENCANTAR CONVIDADOS
E DESFRUTAR DO PRAZER DE UMA
MESA BONITA, HARMONIOSA E CHEIA
DE PERSONALIDADE.

COMO CRIAR UMA MESA CHIQUE PARA AS REFEIÇÕES



UMA MESA CHIQUE COMEÇA POR UMA BASE HARMONIOSA. ESCOLHA UMA TOALHA NEUTRA OU UM JOGO AMERICANO DE BOA QUALIDADE, EM TONS COMO BRANCO, BEGE OU CINZA, QUE COMBINAM COM QUASE TUDO. EM SEGUIDA, ORGANIZE O PRATO RASO, O PRATO FUNDO OU DE ENTRADA POR CIMA, E FINALIZE COM O GUARDANAPO DE TECIDO, QUE PODE IR DOBRADO SOBRE O PRATO OU AO LADO, COM UM ANEL DECORATIVO. TALHERES FICAM DE FORA PARA DENTRO, NA ORDEM DE USO, E OS COPOS ALINHADOS ACIMA DO PRATO, À DIREITA.

PARA DAR UM TOQUE SOFISTICADO, APOSTE EM POUCOS ELEMENTOS DE DESTAQUE: UM ARRANJO DE FLORES BAIXAS, VELAS EM SUPORTES ELEGANTES E UM CAMINHO DE MESA DISCRETO. EVITE EXAGEROS PARA NÃO ATRAPALHAR A CONVERSA ENTRE OS CONVIDADOS. COMBINE METAIS (DOURADO, PRATA OU PRETO FOSCO) COM LOUÇAS SIMPLES E TAÇAS TRANSPARENTES. PEQUENOS DETALHES, COMO MARCADORES DE LUGAR, PORTA-GUARDANAPOS E UM CHEIRINHO SUAVE NO AMBIENTE, COMPLETAM A SENSÇÃO DE CUIDADO E ELEGÂNCIA.

COMECE DEFININDO O ESTILO DA OCASIÃO: MAIS CLÁSSICO, MODERNO OU RÚSTICO-CHIQUE. PARA UM VISUAL CLÁSSICO, USE LOUÇAS BRANCAS, TAÇAS DE CRISTAL E TALHERES PRATEADOS. NO ESTILO MODERNO, BRINQUE COM PRATOS DE FORMATOS DIFERENTES E DETALHES EM PRETO OU DOURADO. JÁ O RÚSTICO-CHIQUE COMBINA MUITO BEM COM FIBRAS NATURAIS, MADEIRA E FLORES DO CAMPO.

INDEPENDENTEMENTE DO ESTILO, MANTENHA UMA PALETA DE CORES COERENTE, COM DOIS OU TRÊS TONS PRINCIPAIS, PARA QUE TUDO PAREÇA PENSADO E INTENCIONAL.

ILUMINAÇÃO TAMBÉM FAZ TODA A DIFERENÇA EM UMA MESA CHIQUE. PREFIRA LUZ MAIS QUENTE E INDIRETA, USANDO ABAJURES, VELAS OU LUMINÁRIAS PRÓXIMAS, EM VEZ DE LUZ BRANCA FORTE. SE O JANTAR FOR MAIS FORMAL, VOCÊ PODE IMPRIMIR UM PEQUENO MENU OU ESCREVER À MÃO O CARDÁPIO EM CARTÕES BONITOS. LEMBRE-SE: O VERDADEIRO LUXO ESTÁ NA SENSÇÃO DE ACOLHIMENTO. UMA MESA ORGANIZADA, LIMPA, CONFORTÁVEL E COM DETALHES CARINHOSOS FARÁ SEUS CONVIDADOS SE SENTIREM ESPECIAIS.

21 RECEITAS CHIQUES PARA IMPRESSIONAR



CARPACCIO DE FILÉ MIGNON COM RÚCULA E PARMESÃO



INGREDIENTES (2 A 3 PORÇÕES)

- **300 G DE FILÉ MIGNON BEM LIMPO**
- **1 XÍCARA DE FOLHAS DE RÚCULA LAVADAS E SECAS**
- **50 G DE QUEIJO PARMESÃO EM LASCAS FINAS**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA EXTRA VIRGEM**
- **SUCO DE 1/2 LIMÃO SICILIANO (OU TAHITI)**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO MOÍDA NA HORA A GOSTO**
- **1 COLHER (CHÁ) DE MOSTARDA DIJON (OPCIONAL)**
- **1 COLHER (CHÁ) DE ALCAPARRAS ESCORRIDAS (OPCIONAL).**

COMO PREPARAR O FILÉ

- **ENROLE O FILÉ MIGNON EM FILME PLÁSTICO, FORMANDO UM CILINDRO BEM FIRME.**
- **LEVE AO CONGELADOR POR 40-60 MINUTOS, ATÉ FICAR BEM FIRME, MAS NÃO TOTALMENTE CONGELADO.**
- **COM UMA FACA BEM AFIADA, CORTE FATIAS BEM FINAS. SE QUISER, COLOQUE AS FATIAS ENTRE DOIS PLÁSTICOS E BATA DELICADAMENTE COM UM BATEDOR DE CARNE PARA DEIXÁ-LAS QUASE TRANSPARENTES.**



MONTAGEM DO CARPACCIO

- **DISTRIBUA AS FATIAS DE FILÉ EM UM PRATO GRANDE, COBRINDO TODO O FUNDO.**
- **TEMPERE COM SAL, PIMENTA, METADE DO AZEITE E METADE DO SUCO DE LIMÃO.**
- **EM UMA TIGELINHA, MISTURE O RESTANTE DO AZEITE, O RESTANTE DO LIMÃO E A MOSTARDA, FORMANDO UM MOLHINHO LEVE.**
- **ESPALHE A RÚCULA SOBRE O CARPACCIO, REGUE COM O MOLHO E FINALIZE COM AS LASCAS DE PARMESÃO E AS ALCAPARRAS.**
- **SIRVA IMEDIATAMENTE, DE PREFERÊNCIA COM PÃO ITALIANO OU TORRADAS FINAS.**

CONSUMA O CARPACCIO SEMPRE FRESCO E MANTENHA A CARNE REFRIGERADA ATÉ O MOMENTO DE FATIAR E SERVIR.

TARTAR DE SALMÃO COM AVOCADO E GERGELIM



INGREDIENTES (2 PORÇÕES)

- **200 G DE SALMÃO FRESCO, BEM LIMPO E SEM PELE**
- **1 AVOCADO MADURO EM CUBINHOS**
- **1 COLHER (SOPA) DE GERGELIM BRANCO**
- **1 COLHER (SOPA) DE GERGELIM PRETO (OPCIONAL)**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **1 COLHER (SOPA) DE SHOYU OU MOLHO DE SOJA**
- **SUCO DE 1/2 LIMÃO SICILIANO OU TAHITI**
- **1 COLHER (CHÁ) DE ÓLEO DE GERGELIM TORRADO (OPCIONAL)**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **CEBOLINHA OU SALSINHA PICADA A GOSTO**
- **TORRADAS OU CHIPS PARA SERVIR.**



COMO FAZER

CORTE O SALMÃO EM CUBINHOS PEQUENOS, MANTENDO A FACA BEM AFIADA PARA NÃO DESFIAR O PEIXE. TRANSFIRA PARA UMA TIGELA E MANTENHA REFRIGERADO ENQUANTO PREPARA O RESTANTE. EM OUTRA TIGELA, MISTURE O AZEITE, O SHOYU, O SUCO DE LIMÃO, O ÓLEO DE GERGELIM, SAL E PIMENTA, FORMANDO UM MOLHO LEVE. ADICIONE O AVOCADO EM CUBOS AO SALMÃO, JUNTE O MOLHO E MISTURE DELICADAMENTE PARA NÃO AMASSAR. INCORPORE O GERGELIM E A CEBOLINHA PICADA. AJUSTE O SAL E A ACIDEZ, SE NECESSÁRIO. SIRVA IMEDIATAMENTE, MOLDANDO COM UM ARO OU EM MONTINHOS, ACOMPANHADO DE TORRADAS OU CHIPS CROCANTES.

BRUSCHETTA DE BURRATA COM TOMATE CONFIT



INGREDIENTES (4 PORÇÕES)

- **1 BAGUETE ITALIANA EM FATIAS DIAGONAIS**
- **200 G DE BURRATA**
- **2 XÍCARAS DE TOMATES CEREJA OU GRAPE**
- **3 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **2 DENTES DE ALHO INTEIROS (PARA O CONFIT)**
- **1 DENTE DE ALHO CORTADO AO MEIO (PARA ESFREGAR NO PÃO)**
- **1 RAMO DE TOMILHO OU ALECRIM**
- **FOLHAS DE MANJERICÃO FRESCO A GOSTO**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **OPCIONAL: 1 COLHER (CHÁ) DE AÇÚCAR OU MEL PARA REALÇAR A DOÇURA DO TOMATE.**

MODO DE PREPARO

1. TOMATE CONFIT

PREAQUEÇA O FORNO A 150 °C. EM UMA ASSADEIRA PEQUENA, COLOQUE OS TOMATES, O ALHO INTEIRO, O TOMILHO OU ALECRIM, O AZEITE, SAL, PIMENTA E, SE DESEJAR, O AÇÚCAR OU MEL. MISTURE BEM E LEVE AO FORNO POR CERCA DE 40-50 MINUTOS, ATÉ QUE OS TOMATES ESTEJAM MACIOS, BRILHANTES E LEVEMENTE ENRUGADOS, SEM QUEIMAR. RESERVE, MANTENDO NO AZEITE AROMATIZADO.



2. PÃO

FATIE A BAGUETE EM DIAGONAIS DE CERCA DE 1,5 CM. REGUE LEVEMENTE COM AZEITE E LEVE A UMA FRIGIDEIRA OU FORNO BEM QUENTE ATÉ DOURAR DOS DOIS LADOS. RETIRE E ESFREGUE RAPIDAMENTE O DENTE DE ALHO CORTADO SOBRE A SUPERFÍCIE DE CADA FATIA AINDA QUENTE.

3. MONTAGEM

ABRA A BURRATA E DISTRIBUA PORÇÕES GENEROSAS SOBRE CADA FATIA DE PÃO. COLOQUE POR CIMA ALGUNS TOMATES CONFIT COM UM POUCO DO AZEITE AROMATIZADO DA ASSADEIRA. FINALIZE COM FOLHAS DE MANJERICÃO FRESCO, AJUSTE O SAL E A PIMENTA E SIRVA IMEDIATAMENTE, AINDA MORNO.

CEVICHE DE PEIXE BRANCO COM MANGA



INGREDIENTES (2-3 PORÇÕES)

- **300 G DE PEIXE BRANCO FRESCO (ROBALO, LINGUADO OU TILÁPIA), EM CUBOS PEQUENOS**
- **SUCO DE 4 LIMÕES (OU SUFICIENTE PARA COBRIR O PEIXE)**
- **1/2 MANGA MADURA FIRME, EM CUBINHOS**
- **1/2 CEBOLA ROXA PEQUENA, EM FATIAS BEM FINAS**
- **1/2 PIMENTÃO VERMELHO PEQUENO, EM CUBINHOS (OPCIONAL)**
- **1/2 PIMENTA DEDO-DE-MOÇA SEM SEMENTES, BEM PICADA**
- **2 COLHERES (SOPA) DE COENTRO OU SALSINHA PICADA**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **MILHO TORRADO, CHIPS OU NACHOS PARA ACOMPANHAR (OPCIONAL).**

COMO FAZER

1. CORTE O PEIXE EM CUBOS PEQUENOS, RETIRE EVENTUAIS ESPINHAS E COLOQUE EM UMA TIGELA DE VIDRO OU INOX.

2. CUBRA O PEIXE COM O SUCO DE LIMÃO, MISTURE BEM, TEMPERE LEVEMENTE COM SAL E LEVE À GELADEIRA POR 20-30 MINUTOS, ATÉ FICAR OPACO E “COZIDO” PELO LIMÃO.

3. ESCORRA O EXCESSO DE SUCO, DEIXANDO UM POUCO PARA MANTER O PEIXE ÚMIDO.



**4. ADICIONE A MANGA, A CEBOLA ROXA,
O PIMENTÃO, A PIMENTA DEDO-DE-
MOÇA, O COENTRO, O AZEITE, SAL E
PIMENTA-DO-REINO A GOSTO.**

**5. MISTURE DELICADAMENTE, AJUSTE
OS TEMPEROS E SIRVA
IMEDIATAMENTE, BEM GELADO,
ACOMPANHADO DE MILHO TORRADO,
CHIPS OU NACHOS.**

**DICA: USE SEMPRE PEIXE MUITO
FRESCO E MANTENHA O CEVICHE
REFRIGERADO ATÉ A HORA DE SERVIR.**

RISOTO DE LIMÃO SICILIANO COM PARMESÃO



INGREDIENTES (SERVE 4 PESSOAS)

- **2 XÍCARAS DE ARROZ ARBÓREO**
- **1 CEBOLA PEQUENA BEM PICADA**
- **2 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **1/2 XÍCARA DE VINHO BRANCO SECO**
- **1,5 L DE CALDO DE LEGUMES QUENTE**
- **1 LIMÃO SICILIANO (RASPAS E SUCO)**
- **3/4 XÍCARA DE QUEIJO PARMESÃO RALADO FINO**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **RAMOS DE SALSINHA OU CEBOLINHA PARA FINALIZAR (OPCIONAL).**



MODO DE PREPARO

AQUEÇA O CALDO DE LEGUMES E MANTENHA EM FOGO BAIXO. EM OUTRA PANELA, REFOGUE A CEBOLA NA MANTEIGA COM AZEITE ATÉ FICAR TRANSPARENTE. ACRESCENTE O ARROZ E MEXA POR 1-2 MINUTOS. ADICIONE O VINHO BRANCO E DEIXE EVAPORAR, MEXENDO SEMPRE. COMECE A ADICIONAR O CALDO, UMA CONCHA POR VEZ, MEXENDO ATÉ QUASE SECAR ANTES DE COLOCAR MAIS. REPITA POR CERCA DE 18-20 MINUTOS, ATÉ O ARROZ FICAR CREMOSO E AL DENTE. DESLIGUE O FOGO, JUNTE O PARMESÃO, AS RASPAS E O SUCO DO LIMÃO SICILIANO, AJUSTE O SAL E A PIMENTA, MISTURE BEM E DEIXE DESCANSAR TAMPADO POR 2 MINUTOS. SIRVA IMEDIATAMENTE, DECORANDO COM ERVAS FRESCAS, SE DESEJAR.

RISOTO DE COGUMELOS FRESCOS E VINHO BRANCO



INGREDIENTES (SERVE 4 PESSOAS)

- **2 XÍCARAS DE ARROZ ARBÓREO**
- **300 G DE COGUMELOS FRESCOS FATIADOS (SHIITAKE, SHIMEJI, PARIS OU MIX)**
- **1 CEBOLA PEQUENA BEM PICADA**
- **2 DENTES DE ALHO PICADOS**
- **3 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **1/2 XÍCARA DE VINHO BRANCO SECO**
- **1,2 L DE CALDO DE LEGUMES OU FRANGO, QUENTE**
- **1/2 XÍCARA DE QUEIJO PARMESÃO RALADO**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **SALSINHA FRESCA PICADA PARA FINALIZAR.**

COMO FAZER

1. AQUEÇA O CALDO EM FOGO BAIXO E MANTENHA SEMPRE QUENTE. EM OUTRA PANELA LARGA, AQUEÇA O AZEITE COM 1 COLHER DE MANTEIGA E REFOGUE A CEBOLA ATÉ FICAR TRANSPARENTE. JUNTE O ALHO E MEXA RAPIDAMENTE.

2. ACRESCENTE OS COGUMELOS FATIADOS E SALTEIE POR ALGUNS MINUTOS, ATÉ DOURAREM LEVEMENTE E SOLTAREM PARTE DA ÁGUA.

3. ADICIONE O ARROZ ARBÓREO E REFOGUE POR 1-2 MINUTOS, ENVOLVENDO BEM OS GRÃOS NA GORDURA. DESPEJE O VINHO BRANCO E MEXA ATÉ QUASE EVAPORAR.



4. COMECE A ADICIONAR O CALDO QUENTE, UMA CONCHA POR VEZ, MEXENDO SEMPRE EM FOGO MÉDIO. SÓ COLOQUE MAIS CALDO QUANDO O LÍQUIDO ANTERIOR TIVER SIDO QUASE TOTALMENTE ABSORVIDO.

5. REPITA O PROCESSO POR CERCA DE 18-20 MINUTOS, ATÉ O ARROZ FICAR CREMOSO E AL DENTE. AJUSTE O SAL E A PIMENTA.

6. DESLIGUE O FOGO, INCORPORE O RESTANTE DA MANTEIGA E O PARMESÃO RALADO, MEXENDO VIGOROSAMENTE PARA DAR BRILHO E CREMOSIDADE. TAMPE A PANELA E DEIXE DESCANSAR 2 MINUTOS.

7. FINALIZE COM SALSINHA PICADA E SIRVA IMEDIATAMENTE, BEM CREMOSO.

FILE AO MOLHO DE VINHO TINTO E ERVAS



INGREDIENTES (2 PORÇÕES)

- **2 MEDALHÕES DE FILÉ MIGNON (CERCA DE 180 G CADA)**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **1 COLHER (SOPA) DE MANTEIGA**
- **1 COLHER (SOPA) DE AZEITE**
- **1 DENTE DE ALHO AMASSADO**
- **1/2 XÍCARA (CHÁ) DE VINHO TINTO SECO**
- **1/2 XÍCARA (CHÁ) DE CALDO DE CARNE OU ÁGUA QUENTE**
- **1 COLHER (CHÁ) DE FARINHA DE TRIGO OU AMIDO (OPCIONAL, PARA ENGROSSAR)**
- **1 RAMO DE ALECRIM FRESCO**
- **1 RAMO DE TOMILHO FRESCO**
- **1 FOLHA DE LOURO PEQUENA**
- **1 COLHER (SOPA) DE SALSINHA PICADA PARA FINALIZAR.**

MODO DE PREPARO

TEMPERE OS MEDALHÕES COM SAL E PIMENTA-DO-REINO DOS DOIS LADOS. AQUEÇA BEM UMA FRIGIDEIRA GROSSA, ADICIONE O AZEITE E METADE DA MANTEIGA. SELE O FILÉ EM FOGO ALTO, CERCA DE 2-3 MINUTOS DE CADA LADO PARA PONTO MÉDIO, OU ATÉ O PONTO DESEJADO. RETIRE A CARNE, CUBRA LEVEMENTE COM PAPEL-ALUMÍNIO E RESERVE.



NA MESMA FRIGIDEIRA, COLOQUE O ALHO, O VINHO TINTO, O CALDO DE CARNE, O ALECRIM, O TOMILHO E O LOURO. RASPE O FUNDO PARA SOLTAR OS SABORES E DEIXE REDUZIR EM FOGO MÉDIO ATÉ ENCORPAR. SE QUISER O MOLHO MAIS ESPESSO, DISSOLVA A FARINHA EM UM POUCO DE ÁGUA FRIA E MISTURE AO MOLHO, MEXENDO SEMPRE ATÉ ENGROSSAR LEVEMENTE. DESLIGUE O FOGO, RETIRE AS ERVAS, ACRESCENTE O RESTANTE DA MANTEIGA PARA DAR BRILHO E AJUSTE O SAL. VOLTE O FILÉ RAPIDAMENTE À FRIGIDEIRA APENAS PARA AQUECER. SIRVA O FILÉ COBERTO COM O MOLHO E FINALIZE COM SALSINHA PICADA.

SALMÃO GRELHADO COM CROSTA DE ERVAS FINAS



INGREDIENTES (2 PORÇÕES)

- **2 FILÉS DE SALMÃO (150-180 G CADA, COM PELE)**
- **1 DENTE DE ALHO BEM PICADO**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **1 COLHER (CHÁ) DE SUCO DE LIMÃO**
- **1 COLHER (CHÁ) DE MOSTARDA (OPCIONAL)**
- **2 COLHERES (SOPA) DE FARINHA DE ROSCA OU PANKO**
- **1 COLHER (SOPA) DE SALSINHA FRESCA PICADA**
- **1 COLHER (SOPA) DE CEBOLINHA OU MANJERICÃO PICADO**
- **1 COLHER (CHÁ) DE TOMILHO OU ORÉGANO SECO**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO.**

MODO DE PREPARO

1. TEMPERE OS FILÉS DE SALMÃO COM SAL, PIMENTA, SUCO DE LIMÃO E 1 COLHER DE AZEITE. RESERVE POR 10 MINUTOS.

2. EM UMA TIGELA, MISTURE A FARINHA DE ROSCA, ALHO, SALSINHA, CEBOLINHA (OU MANJERICÃO), TOMILHO (OU ORÉGANO), MOSTARDA E 1 COLHER DE AZEITE ATÉ FORMAR UMA FAROFA ÚMIDA.

3. SEQUE LEVEMENTE A SUPERFÍCIE DO SALMÃO COM PAPEL-TOALHA E PRESSIONE A FAROFA DE ERVAS SOBRE A PARTE SEM PELE, FORMANDO UMA CROSTA UNIFORME.



4. AQUEÇA UMA FRIGIDEIRA OU GRELHA ANTIADERENTE EM FOGO MÉDIO E UNTE COM UM FIO DE AZEITE.

5. COLOQUE O SALMÃO COM A PELE VOLTADA PARA BAIXO E GRELHE POR CERCA DE 4-5 MINUTOS, ATÉ A PELE FICAR DOURADA E CROCANTE.

6. VIRE COM CUIDADO, DEIXANDO A COSTA PARA BAIXO POR 1-2 MINUTOS, APENAS PARA DOURAR LEVEMENTE SEM QUEIMAR.

7. AJUSTE O PONTO CONFORME PREFERIR (MAIS OU MENOS PASSADO) E SIRVA IMEDIATAMENTE COM LEGUMES GRELHADOS, SALADA OU ARROZ.

ALIMENTOS CONSIDERADOS CHIQUES E SOFISTICADOS



**ALGUNS ALIMENTOS SÃO VISTOS
COMO MAIS CHIQUES PORQUE
COSTUMAM APARECER EM
RESTAURANTES SOFISTICADOS,
JANTARES ESPECIAIS OU TÊM
PRODUÇÃO LIMITADA E CUIDADOSA.
ENTRE ELES ESTÃO FRUTOS DO MAR
NOBRES, CORTES SELECIONADOS DE
CARNE, QUEIJOS FINOS E
INGREDIENTES USADOS NA ALTA
GASTRONOMIA. A SEGUIR, VEJA
EXEMPLOS DE ALIMENTOS
FREQUENTEMENTE ASSOCIADOS A
REFEIÇÕES ELEGANTES E OCASIÕES
ESPECIAIS.**

- **FRUTOS DO MAR NOBRES: SALMÃO, VIEIRAS, LAGOSTA, CAMARÃO GRANDE, OSTRAS.**
- **CARNES ESPECIAIS: FILÉ MIGNON, CORDEIRO, WAGYU, ROAST BEEF BEM APRESENTADO.**
- **QUEIJOS FINOS: BRIE, CAMEMBERT, GORGONZOLA, PARMESÃO MATURADO, GRUYÈRE.**
- **INGREDIENTES DE LUXO: TRUFAS, CAVIAR, FOIE GRAS, AÇAFRÃO.**
- **MASSAS E RISOTOS GOURMET: RISOTO DE COGUMELOS, MASSA FRESCA COM FRUTOS DO MAR, NHOQUE ARTESANAL.**
- **SOBREMESAS ELEGANTES: PETIT GÂTEAU, CRÈME BRÛLÉE, TIRAMISÙ, MACARONS, TORTAS FINAS DE FRUTAS.**
- **BEBIDAS SOFISTICADAS: VINHOS, ESPUMANTES, CHAMPANHE, COQUETÉIS BEM ELABORADOS.**

**NO FIM, O QUE TORNA UM ALIMENTO
CHIQUE NÃO É SÓ O INGREDIENTE EM
SI, MAS TAMBÉM A FORMA DE
PREPARO, A APRESENTAÇÃO NO
PRATO E O CONTEXTO EM QUE É
SERVIDO.**



POLVO GRELHADO COM BATATAS AO MURRO



INGREDIENTES (4 PORÇÕES)

- **1,5 KG DE POLVO LIMPO (1 POLVO GRANDE OU 2 MÉDIOS)**
- **1 FOLHA DE LOURO**
- **4 DENTES DE ALHO INTEIROS, COM CASCA**
- **1 CEBOLA MÉDIA, INTEIRA E DESCASCADA**
- **1 CENOURA EM PEDAÇOS GRANDES (OPCIONAL)**
- **1 TALO DE SALSÃO (OPCIONAL)**
- **SAL GROSSO A GOSTO**
- **PIMENTA-DO-REINO MOÍDA NA HORA A GOSTO**
- **6 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **SUCO DE 1/2 LIMÃO SICILIANO OU TAHITI**
- **2 COLHERES (SOPA) DE SALSINHA OU COENTRO PICADO.**

PARA AS BATATAS AO MURRO

- **800 G A 1 KG DE BATATA PEQUENA
(TIPO BOLINHA OU BATATA NOVA)**
- **4 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE
OLIVA**
- **2 DENTES DE ALHO PICADOS OU
FATIADOS**
- **RAMOS DE ALECRIM OU TOMILHO
(OPCIONAL)**
- **SAL GROSSO E PIMENTA-DO-REINO
A GOSTO**

COMO FAZER O POLVO

- **LAVE O POLVO EM ÁGUA CORRENTE, RETIRANDO EVENTUAIS RESÍDUOS. SE AINDA TIVER O BICO, PEÇA PARA O PEIXEIRO RETIRAR OU CORTE COM FACA.**
- **COLOQUE O POLVO EM UMA PANELA GRANDE, JUNTE A CEBOLA, O LOURO, OS DENTES DE ALHO, A CENOURA E O SALSÃO. NÃO É PRECISO COBRIR TOTALMENTE COM ÁGUA: O PRÓPRIO POLVO SOLTA LÍQUIDO.**
- **LEVE AO FOGO MÉDIO, TAMPE E COZINHE POR 35-50 MINUTOS, ATÉ FICAR MACIO AO ESPETAR COM UM GARFO. AJUSTE O TEMPO CONFORME O TAMANHO DO POLVO.**



- **DESLIGUE O FOGO, DEIXE AMORNAR NO PRÓPRIO CALDO E RETIRE. ESCORRA BEM E SEQUE LEVEMENTE COM PAPEL-TOALHA.**
- **TEMPERE O POLVO COM SAL, PIMENTA, 3 COLHERES (SOPA) DE AZEITE E O SUCO DE LIMÃO. DEIXE PEGAR SABOR POR 10-15 MINUTOS.**
- **AQUEÇA BEM UMA GRELHA, FRIGIDEIRA GROSSA OU CHURRASQUEIRA. GRELHE O POLVO EM FOGO ALTO, VIRANDO PARA DOURAR TODOS OS LADOS, POR 3-5 MINUTOS, APENAS PARA GANHAR COR E SABOR DEFUMADO.**

COMO FAZER AS BATATAS AO MURRO

- **LAVE BEM AS BATATAS, MANTENDO A CASCA. COZINHE EM ÁGUA SALGADA ATÉ FICAREM MACIAS AO ESPETAR COM UM GARFO, MAS SEM DESMANCHAR.**
- **ESCORRA E DEIXE AMORNAR. COLOQUE AS BATATAS EM UMA ASSADEIRA E, COM O FUNDO DE UM COPO OU COM A PALMA DA MÃO, DÊ UM LEVE “MURRO” EM CADA UMA, APENAS PARA ACHATAR E ABRIR UM POUCO.**

- **REGUE COM AZEITE, SALPIQUE SAL GROSSO, PIMENTA, O ALHO E, SE QUISER, RAMOS DE ALECRIM OU TOMILHO.**
- **LEVE AO FORNO PREAQUECIDO A 200-220 °C POR 15-20 MINUTOS, ATÉ FICAREM DOURADAS E LEVEMENTE CROCANTES NAS BORDAS.**

MONTAGEM

- **DISPONHA O POLVO GRELHADO EM UMA TRAVESSA, REGUE COM MAIS UM FIO DE AZEITE E FINALIZE COM SALSINHA OU COENTRO PICADO.**
- **SIRVA ACOMPANHADO DAS BATATAS AO MURRO BEM QUENTES E, SE DESEJAR, GOMOS DE LIMÃO À PARTE.**

PATO CONFIT COM PURÊ DE BATATA TRUFADO



INGREDIENTES - PATO CONFIT

- **4 COXAS DE PATO COM PELE**
- **SAL GROSSO E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **4 DENTES DE ALHO AMASSADOS**
- **2 RAMOS DE TOMILHO**
- **2 FOLHAS DE LOURO**
- **RASPAS DE 1 LIMÃO SICILIANO (OPCIONAL)**
- **GORDURA DE PATO SUFICIENTE PARA COBRIR (OU MISTURA DE MANTEIGA CLARIFICADA E ÓLEO).**

INGREDIENTES - PURÊ DE BATATA TRUFADO

- **800 G DE BATATA INGLESA OU ASTERIX**
- **3-4 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA**
- **150-200 ML DE CREME DE LEITE FRESCO OU LEITE INTEGRAL**
- **1-2 COLHERES (CHÁ) DE ÓLEO OU PASTA DE TRUFA (BRANCA OU NEGRA)**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **QUEIJO PARMESÃO RALADO (OPCIONAL).**

- **COMO FAZER O PATO CONFIT**
 - **TEMPERE AS COXAS DE PATO COM SAL, PIMENTA, ALHO, TOMILHO, LOURO E RASPAS DE LIMÃO. DEIXE MARINAR NA GELADEIRA POR PELO MENOS 4 HORAS, IDEALMENTE DE UM DIA PARA O OUTRO.**
 - **ENXÁGUE LEVEMENTE O EXCESSO DE SAL, SEQUE BEM E COLOQUE AS COXAS EM UMA ASSADEIRA FUNDA, COM A PELE VOLTADA PARA BAIXO.**

- **CUBRA COMPLETAMENTE COM A GORDURA DE PATO. LEVE AO FORNO BAIXO (130-150 °C) POR 2H30-3H, ATÉ A CARNE FICAR MUITO MACIA, SOLTANDO DO OSSO.**
- **PARA DOURAR, RETIRE AS COXAS DA GORDURA, COLOQUE EM ASSADEIRA COM A PELE PARA CIMA E LEVE AO FORNO ALTO OU SOB O GRILL ATÉ A PELE FICAR BEM CROCANTE.**



COMO FAZER O PURÊ TRUFADO

- **COZINHE AS BATATAS COM CASCA EM ÁGUA SALGADA ATÉ FICAREM MACIAS. ESCORRA, DESCASQUE AINDA QUENTES E AMASSE OU PASSE NO ESPREMEDOR.**
- **AQUEÇA O CREME DE LEITE COM A MANTEIGA E INCORPORE AOS POUÇOS À BATATA, MEXENDO ATÉ OBTER UM PURÊ LISO E CREMOSO.**
- **TEMPERE COM SAL, PIMENTA E ADICIONE O ÓLEO OU PASTA DE TRUFA AOS POUÇOS, PROVANDO PARA NÃO EXAGERAR NO SABOR.**
- **SE QUISER, FINALIZE COM UM POUCO DE PARMESÃO RALADO PARA MAIS CREMOSIDADE.**

**MONTAGEM: SIRVA UMA PORÇÃO
GENEROSA DE PURÊ DE BATATA
TRUFADO NO PRATO, DISPONHA A
COXA DE PATO CONFIT CROCANTE POR
CIMA E FINALIZE COM ERVAS FRESCAS
OU UM FIO DA PRÓPRIA GORDURA DO
PATO.**

RAVIOLI DE RICOTA E ESPINAFRE NA MANTEIGA DE SÁLVA



INGREDIENTES DA MASSA

- **2 XÍCARAS DE FARINHA DE TRIGO**
- **3 OVOS**
- **1 PITADA DE SAL**
- **1 COLHER (CHÁ) DE AZEITE (OPCIONAL).**

RECHEIO DE RICOTA E ESPINAFRE

- **300 G DE RICOTA FRESCA AMASSADA**
- **1 MAÇO DE ESPINAFRE COZIDO, BEM ESPREMIDO E PICADO**
- **50 G DE QUEIJO PARMESÃO RALADO**
- **1 OVO**
- **SAL, PIMENTA-DO-REINO E NOZ-MOSCADA A GOSTO.**

MANTEIGA DE SÁLVIA

- **100 G DE MANTEIGA**
- **8-10 FOLHAS DE SÁLVIA FRESCA**
- **SAL E PIMENTA A GOSTO**
- **PARMESÃO RALADO PARA SERVIR.**

COMO FAZER A MASSA

EM UMA TIGELA OU BANCADA, FAÇA UM VULCÃO COM A FARINHA, COLOQUE OS OVOS, O SAL E O AZEITE NO CENTRO E MISTURE ATÉ FORMAR UMA MASSA LISA. SOVE POR CERCA DE 8-10 MINUTOS, EMBRULHE EM FILME PLÁSTICO E DEIXE DESCANSAR POR 30 MINUTOS.

RECHEIO

MISTURE A RICOTA, O ESPINAFRE BEM SECO, O PARMESÃO, O OVO E OS TEMPEROS ATÉ OBTER UM CREME FIRME. AJUSTE O SAL.



MODELAR E COZINHAR

ABRA A MASSA BEM FINA, DISTRIBUA PEQUENAS PORÇÕES DE RECHEIO, CUBRA COM OUTRA FOLHA DE MASSA E CORTE OS RAVIOLIS, PRESSIONANDO AS BORDAS. COZINHE EM ÁGUA FERVENTE SALGADA POR 3-4 MINUTOS, ATÉ SUBIREM À SUPERFÍCIE.

MANTEIGA DE SÁLVIA

DERRETA A MANTEIGA EM FOGO BAIXO COM AS FOLHAS DE SÁLVIA ATÉ PERFUMAR LEVEMENTE. ESCORRA OS RAVIOLIS, ENVOLVA NO MOLHO DE MANTEIGA DE SÁLVIA, FINALIZE COM PARMESÃO E SIRVA IMEDIATAMENTE.

TAGLIATELLE AO MOLHO DE CAMARÃO E LIMÃO



INGREDIENTES (2-3 PORÇÕES)

- 250 G DE TAGLIATELLE
- 250-300 G DE CAMARÃO LIMPO (MÉDIO)
- 2 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA
- 1 COLHER (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA
- 2 DENTES DE ALHO PICADOS
- 1/2 CEBOLA PEQUENA BEM PICADA
- 1/2 XÍCARA DE CREME DE LEITE FRESCO
- 1/3 XÍCARA DE VINHO BRANCO SECO (OPCIONAL)
- SUCO E RASPAS DE 1 LIMÃO-SICILIANO (OU TAHITI)
- SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO
- SALSINHA OU CEBOLINHA PICADA PARA FINALIZAR
- QUEIJO PARMESÃO RALADO (OPCIONAL).

MODO DE PREPARO

COZINHE O TAGLIATELLE EM ÁGUA FERVENTE SALGADA ATÉ FICAR AL DENTE. ENQUANTO ISSO, TEMPERE OS CAMARÕES COM SAL E PIMENTA. EM UMA FRIGIDEIRA GRANDE, AQUEÇA A MANTEIGA COM O AZEITE E REFOGUE A CEBOLA ATÉ FICAR TRANSPARENTE. JUNTE O ALHO E, EM SEGUIDA, OS CAMARÕES, DOURANDO POR 2-3 MINUTOS ATÉ FICAREM ROSADOS.



**SE USAR, ACRESCENTE O VINHO
BRANCO E DEIXE REDUZIR POR 1-2
MINUTOS. ADICIONE O CREME DE
LEITE, O SUCO E AS RASPAS DE
LIMÃO, AJUSTANDO SAL E PIMENTA.
COZINHE EM FOGO BAIXO ATÉ O
MOLHO ENCORPAR LEVEMENTE.
ESCORRA O MACARRÃO, MISTURE-O
AO MOLHO DE CAMARÃO E FINALIZE
COM SALSINHA E PARMESÃO. SIRVA
IMEDIATAMENTE.**

LOMBO DE CORDEIRO EM CROSTA DE PISTACHE



INGREDIENTES

PARA O LOMBO DE CORDEIRO

- **800 G A 1 KG DE LOMBO DE CORDEIRO LIMPO (SEM EXCESSO DE GORDURA)**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO MOÍDA NA HORA A GOSTO**
- **2 COLHERES (SOPA) DE AZEITE DE OLIVA**
- **1 COLHER (SOPA) DE MANTEIGA**
- **2 DENTES DE ALHO AMASSADOS**
- **2 RAMOS DE ALECRIM FRESCO.**

PARA A CROSTA DE PISTACHE

- **3/4 XÍCARA (CHÁ) DE PISTACHE SEM CASCA E SEM SAL**
- **1/2 XÍCARA (CHÁ) DE FARINHA DE ROSCA OU PANKO**
- **2 COLHERES (SOPA) DE QUEIJO PARMESÃO RALADO FINO (OPCIONAL)**
- **2 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA DERRETIDA**
- **1 COLHER (SOPA) DE MOSTARDA DIJON**
- **RASPAS DE 1 LIMÃO-SICILIANO (OPCIONAL)**
- **PIMENTA-DO-REINO A GOSTO.**

PARA FINALIZAR

- **FIO DE AZEITE PARA REGAR**
- **ERVAS FRESCAS PARA DECORAR (ALECRIM, TOMILHO OU SALSINHA).**

MODO DE PREPARO

1. PREPARE O LOMBO DE CORDEIRO

RETIRE O CORDEIRO DA GELADEIRA CERCA DE 20-30 MINUTOS ANTES DE COMEÇAR, PARA QUE FIQUE EM TEMPERATURA AMBIENTE. SEQUE BEM A CARNE COM PAPEL-TOALHA, TEMPERE GENEROSAMENTE COM SAL E PIMENTA-DO-REINO EM TODOS OS LADOS.

AQUEÇA BEM UMA FRIGIDEIRA PESADA (DE PREFERÊNCIA DE FERRO) EM FOGO ALTO. ADICIONE O AZEITE E A MANTEIGA. QUANDO ESTIVER BEM QUENTE E ESPUMANDO, SELE O LOMBO DE CORDEIRO, DOURANDO TODOS OS LADOS POR 1-2 MINUTOS, ATÉ FORMAR UMA CROSTA BONITA. JUNTE O ALHO E O ALECRIM NA FRIGIDEIRA PARA PERFUMAR. RETIRE O CORDEIRO E RESERVE EM UMA ASSADEIRA.



2. PREPARE A CROSTA DE PISTACHE
PIQUE O PISTACHE GROSSEIRAMENTE
COM FACA OU PULSE NO
PROCESSADOR, DEIXANDO PEDAÇOS
PEQUENOS, MAS AINDA COM
TEXTURA. EM UMA TIGELA, MISTURE
O PISTACHE, A FARINHA DE ROSCA
(OU PANKO), O PARMESÃO, A
MANTEIGA DERRETIDA, AS RASPAS DE
LIMÃO E PIMENTA-DO-REINO.
MISTURE ATÉ FORMAR UMA FAROFA
ÚMIDA QUE GRUDE LEVEMENTE
QUANDO PRESSIONADA.
ESPALHE A MOSTARDA DIJON SOBRE
A PARTE SUPERIOR E LATERAIS DO
LOMBO DE CORDEIRO JÁ SELADO,
FORMANDO UMA CAMADA FINA. EM
SEGUIDA, PRESSIONE A MISTURA DE
PISTACHE SOBRE A CARNE, COBRINDO
BEM TODA A SUPERFÍCIE.

3. ASSE O CORDEIRO

PREAQUEÇA O FORNO A 200 °C.

COLOQUE O LOMBO DE CORDEIRO COM A CROSTA VOLTADA PARA CIMA NA ASSADEIRA, REGUE COM UM FIO DE AZEITE E LEVE AO FORNO POR CERCA DE 12-18 MINUTOS, DEPENDENDO DO PONTO DESEJADO E DA ESPESSURA DA PEÇA (MENOS TEMPO PARA MALPASSADO, MAIS TEMPO PARA AO PONTO).

RETIRE DO FORNO E DEIXE A CARNE DESCANSAR POR 5-10 MINUTOS ANTES DE FATIAR. ISSO AJUDA A MANTER OS SUCOS DENTRO DO LOMBO E A CROSTA FIRME.

4. SERVINDO

FATIE O LOMBO EM MEDALHÕES GROSSOS, MANTENDO A CROSTA DE PISTACHE POR CIMA. SIRVA IMEDIATAMENTE, ACOMPANHADO DE PURÊ DE BATATAS, LEGUMES ASSADOS OU UM RISOTO LEVE. DECORE COM ERVAS FRESCAS E, SE DESEJAR, FINALIZE COM UM FIO DE AZEITE OU UM TOQUE DE SUCO DE LIMÃO.

OSTRA AO MOLHO DE CHAMPANHE



INGREDIENTES (2 PORÇÕES)

- **12 OSTRAS FRESCAS, BEM LIMPAS**
- **1 TAÇA (150 ML) DE CHAMPANHE SECO**
- **2 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA**
- **1 COLHER (SOPA) DE CEBOLA BEM PICADA**
- **100 ML DE CREME DE LEITE FRESCO**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO**
- **SUCO DE 1/2 LIMÃO**
- **SALSINHA OU CEBOLINHA PICADA PARA FINALIZAR**

DICA: USE CHAMPANHE OU ESPUMANTE SECO DE BOA QUALIDADE, POIS O SABOR APARECE BASTANTE NO MOLHO.



MODO DE PREPARO

ABRA AS OSTRAS COM CUIDADO, RESERVANDO O LÍQUIDO DENTRO DAS CONCHAS. TEMPERE LEVEMENTE COM SAL, PIMENTA E ALGUMAS GOTAS DE LIMÃO. EM UMA PANELA, DERRETA A MANTEIGA E REFOGUE A CEBOLA ATÉ FICAR TRANSPARENTE. JUNTE O CHAMPANHE E DEIXE REDUZIR PELA METADE EM FOGO MÉDIO. ACRESCENTE O CREME DE LEITE FRESCO, MISTURE BEM E COZINHE POR ALGUNS MINUTOS ATÉ ENCORPAR LEVEMENTE. AJUSTE O SAL E A PIMENTA. DISPONHA AS OSTRAS EM UMA ASSADEIRA, REGUE CADA UMA COM O MOLHO QUENTE E LEVE AO FORNO BEM QUENTE POR 3-5 MINUTOS, APENAS PARA AQUECER. FINALIZE COM SALSINHA OU CEBOLINHA PICADA E SIRVA IMEDIATAMENTE.

PETISCO DE CAVIAR



INGREDIENTES:

- **50 G DE CAVIAR (DA SUA PREFERÊNCIA)**
- **8 A 10 TORRADAS FINAS OU BLINIS PRONTOS**
- **80 G DE CREAM CHEESE OU CREME AZEDO (SOUR CREAM)**
- **1 COLHER (SOPA) DE MANTEIGA EM TEMPERATURA AMBIENTE**
- **1 OVO COZIDO PICADO (GEMA E CLARA SEPARADAS, SE QUISE MAIS BONITO)**
- **1 COLHER (SOPA) DE CEBOLINHA OU SALSINHA BEM PICADA**
- **LIMÃO SICILIANO EM GOMOS (OPCIONAL)**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO.**



COMO FAZER:

- 1. PREPARE A BASE: SE USAR TORRADAS, AQUEÇA RAPIDAMENTE NO FORNO PARA FICAREM CROCANTES. SE USAR BLINIS, AQUEÇA EM FRIGIDEIRA SECA POR 1-2 MINUTOS DE CADA LADO.**
- 2. CREME DE BASE: MISTURE O CREAM CHEESE COM A MANTEIGA ATÉ FICAR LISO. TEMPERE LEVEMENTE COM SAL, PIMENTA E UM TOQUE DE LIMÃO, SE DESEJAR.**
- 3. MONTAGEM: ESPALHE UMA FINA CAMADA DO CREME SOBRE CADA TORRADA OU BLINI. COLOQUE POR CIMA UM POUCO DE OVO PICADO E FINALIZE COM 1/2 COLHER DE CHÁ DE CAVIAR EM CADA UNIDADE.**
- 4. FINALIZAÇÃO: DECORE COM CEBOLINHA OU SALSINHA E SIRVA IMEDIATAMENTE, BEM FRIO. MANTENHA O CAVIAR REFRIGERADO ATÉ O ÚLTIMO MOMENTO PARA PRESERVAR O SABOR E A TEXTURA.**

PETISCO COM OVAS DE SALMÃO



INGREDIENTES SUGERIDOS (PARA 4 PESSOAS):

- **8-12 TORRADINHAS OU BLINIS PEQUENOS**
- **2-3 COLHERES (SOPA) DE OVAS DE SALMÃO**
- **3 COLHERES (SOPA) DE CREAM CHEESE OU CREME AZEDO**
- **1 COLHER (SOPA) DE SUCO DE LIMÃO**
- **CEBOLINHA OU ENDRO PICADO A GOSTO**
- **SAL E PIMENTA-DO-REINO A GOSTO.**

**PARA MONTAR O PETISCO, COMECE
TOSTANDO LEVEMENTE AS
TORRADINHAS OU AQUECENDO OS
BLINIS EM FRIGIDEIRA
ANTIADERENTE, SEM ÓLEO, ATÉ
FICAREM MACIOS POR DENTRO E
LEVEMENTE DOURADOS POR FORA.
EM UMA TIGELA, MISTURE O CREAM
CHEESE COM O SUCO DE LIMÃO, UMA
PITADA DE SAL, PIMENTA E PARTE
DAS ERVAS PICADAS. ESPALHE UMA
CAMADA FINA DESSA MISTURA SOBRE
CADA BASE.**



EM SEGUIDA, COLOQUE
CUIDADOSAMENTE UMA PEQUENA
PORÇÃO DE OVAS DE SALMÃO SOBRE
O CREME, USANDO UMA COLHER DE
CHÁ. DECORE COM MAIS ERVAS
FRESCAS POR CIMA E SIRVA
IMEDIATAMENTE, PARA MANTER A
TEXTURA CROCANTE DA BASE E O
FRESCOR DAS OVAS. ESSE PETISCO É
PERFEITO PARA ACOMPANHAR
ESPUMANTES, VINHOS BRANCOS
LEVES OU COQUETÉIS CÍTRICOS.

ESCARGOT COZIDO



**PARA PREPARAR UM ESCARGOT
COZIDO SABOROSO, USE CARACÓIS
LIMPOS E PRÉ-PURGADOS, DE
PREFERÊNCIA PRÓPRIOS PARA
CONSUMO. VOCÊ VAI PRECISAR DE:
500 G DE ESCARGOT, 2 LITROS DE
ÁGUA, 1 CEBOLA MÉDIA, 3 DENTES DE
ALHO, 2 FOLHAS DE LOURO, RAMOS
DE TOMILHO OU SALSA, 100 ML DE
VINHO BRANCO SECO, SAL E PIMENTA
A GOSTO, ALÉM DE 50 G DE MANTEIGA
PARA FINALIZAR. ESSES
INGREDIENTES CRIAM UM CALDO
AROMÁTICO QUE REALÇA O SABOR
DELICADO DO ESCARGOT.**



COMECE LAVANDO BEM OS
ESCARGOTS EM ÁGUA CORRENTE. EM
UMA PANELA GRANDE, COLOQUE A
ÁGUA, A CEBOLA EM PEDAÇOS, O
ALHO AMASSADO, O LOURO, O
TOMILHO, O VINHO BRANCO, SAL E
PIMENTA. QUANDO FERVER, ADICIONE
OS ESCARGOTS E COZINHE EM FOGO
MÉDIO POR CERCA DE 40-60
MINUTOS, ATÉ FICAREM MACIOS.
RETIRE A ESPUMA QUE SE FORMAR NA
SUPERFÍCIE. AO FINAL, ESCORRA,
AQUEÇA A MANTEIGA EM UMA
FRIGIDEIRA, SALTEIE RAPIDAMENTE
OS ESCARGOTS E AJUSTE O SAL.
SIRVA QUENTE COM PÃO FRESCO OU
SOBRE TORRADAS.

CHEESECAKE DE FRUTAS VERMELHAS NA TAÇA



INGREDIENTES

BASE

- **120 G DE BISCOITO MAISENA TRITURADO**
- **3 COLHERES (SOPA) DE MANTEIGA DERRETIDA**

CREME DE CHEESECAKE

- **300 G DE CREAM CHEESE EM TEMPERATURA AMBIENTE**
- **1/2 XÍCARA DE AÇÚCAR**
- **1 COLHER (CHÁ) DE ESSÊNCIA DE BAUNILHA**
- **200 ML DE CREME DE LEITE FRESCO OU NATA**
- **SUCO DE 1/2 LIMÃO.**

COBERTURA DE FRUTAS VERMELHAS

- **2 XÍCARAS DE FRUTAS VERMELHAS (MORANGO, FRAMBOESA, AMORA, MIRTILO - FRESCAS OU CONGELADAS)**
 - **1/3 DE XÍCARA DE AÇÚCAR**
 - **SUCO DE 1/2 LIMÃO**
 - **2 COLHERES (SOPA) DE ÁGUA**
- RENDE CERCA DE 6 TAÇAS MÉDIAS.**



COMO FAZER

1. PREPARE A BASE

MISTURE O BISCOITO TRITURADO COM A MANTEIGA DERRETIDA ATÉ FORMAR UMA FAROFA ÚMIDA. DISTRIBUA NO FUNDO DAS TAÇAS, PRESSIONANDO LEVEMENTE COM UMA COLHER. RESERVE NA GELADEIRA ENQUANTO PREPARA O CREME.

2. FAÇA O CREME

BATA O CREAM CHEESE COM O AÇÚCAR ATÉ FICAR LISO E CREMOSO. ACRESCENTE A BAUNILHA E O SUCO DE LIMÃO. EM OUTRA TIGELA, BATA O CREME DE LEITE ATÉ FICAR LEVEMENTE AERADO E FIRME. INCORPORE DELICADAMENTE AO CREAM CHEESE, FAZENDO MOVIMENTOS ENVOLVENTES. COLOQUE O CREME EM UM SACO DE CONFEITAR OU USE UMA COLHER PARA DISTRIBUIR SOBRE A BASE DE BISCOITO NAS TAÇAS.

**3. PREPARE A COBERTURA
EM UMA PANELA, COLOQUE AS
FRUTAS VERMELHAS, O AÇÚCAR, O
SUCO DE LIMÃO E A ÁGUA. COZINHE
EM FOGO BAIXO, MEXENDO ÀS VEZES,
ATÉ AS FRUTAS AMACIAREM E
FORMAR UMA CALDA LEVEMENTE
ESPESSA. DEIXE ESFRIAR
COMPLETAMENTE.**

**4. MONTE E SIRVA
CUBRA O CREME DE CHEESECAKE COM
A CALDA FRIA DE FRUTAS
VERMELHAS. LEVE À GELADEIRA POR
PELO MENOS 2 HORAS PARA FIRMAR E
GELAR BEM. DECORE COM FRUTAS
FRESCAS E SIRVA.**

PAVLOVA COM CREME DE BAUNILHA E FRUTAS



INGREDIENTES

BASE DE MERENGUE

- **4 CLARAS DE OVO EM TEMPERATURA AMBIENTE**
- **1 XÍCARA (200 G) DE AÇÚCAR REFINADO**
- **1 COLHER DE CHÁ DE AMIDO DE MILHO (MAIZENA)**
- **1 COLHER DE CHÁ DE VINAGRE BRANCO OU DE MAÇÃ**
- **1 COLHER DE CHÁ DE ESSÊNCIA DE BAUNILHA**

CREME DE BAUNILHA

- **2 XÍCARAS (480 ML) DE CREME DE LEITE FRESCO GELADO**
- **3 COLHERES DE SOPA DE AÇÚCAR**
- **1 COLHER DE CHÁ DE ESSÊNCIA DE BAUNILHA**

COBERTURA DE FRUTAS

- **MORANGOS FATIADOS**
- **KIWI EM RODELAS**
- **MIRTILOS, FRAMBOESAS OU OUTRAS FRUTAS VERMELHAS**
- **FATIAS FINAS DE PÊSSEGO OU MANGA (OPCIONAL).**

COMO FAZER

1. PREPARE O MERENGUE

PREAQUEÇA O FORNO A 120 °C. FORRE UMA ASSADEIRA COM PAPEL MANTEIGA E DESENHE UM CÍRCULO DE CERCA DE 20 CM COMO GUIA. BATA AS CLARAS ATÉ FORMAREM PICOS SUAVES. ADICIONE O AÇÚCAR AOS POUCOS, BATENDO ATÉ OBTER UM MERENGUE FIRME, BRILHANTE E SEM GRÃOS. INCORPORE DELICADAMENTE O AMIDO, O VINAGRE E A BAUNILHA.

2. MODELE E ASSE

ESPALHE O MERENGUE DENTRO DO CÍRCULO, FORMANDO UMA ESPÉCIE DE NINHO COM UMA CAVIDADE CENTRAL. LEVE AO FORNO E ASSE POR 1H15-1H30, ATÉ FICAR SECO AO TOQUE. DESLIGUE O FORNO E DEIXE A PAVLOVA ESFRIAR LÁ DENTRO, COM A PORTA ENTREABERTA.



**3. PREPARE O CREME E MONTE
BATA O CREME DE LEITE COM O AÇÚCAR
E A BAUNILHA ATÉ PONTO DE
CHANTILLY FIRME. NA HORA DE
SERVIR, COLOQUE O CREME NO CENTRO
DA PAVLOVA JÁ FRIA E FINALIZE COM
AS FRUTAS FRESCAS POR CIMA. SIRVA
IMEDIATAMENTE PARA MANTER A
CASQUINHA CROCANTE E O INTERIOR
MACIO.**

CRÈME BRÛLÉE DE BAUNILHA



INGREDIENTES (RENDE 4 A 6 PORÇÕES)

- **500 ML DE CREME DE LEITE FRESCO**
- **1 FAVA DE BAUNILHA (OU 1 COLHER DE CHÁ DE EXTRATO)**
- **5 GEMAS DE OVO**
- **80 G DE AÇÚCAR REFINADO**
- **1 PITADA DE SAL**
- **AÇÚCAR CRISTAL OU DEMERARA PARA CARAMELIZAR**

UTENSÍLIOS

- **4 A 6 RAMEQUINS (POTINHOS REFRATÁRIOS)**
- **ASSADEIRA FUNDA PARA BANHO-MARIA**
- **MAÇARICO CULINÁRIO OU GRILL DO FORNO.**



COMO FAZER PASSO A PASSO

1. PREAQUEÇA O FORNO A 150 °C. FERVA ÁGUA PARA O BANHO-MARIA E RESERVE. EM UMA PANELA, AQUEÇA O CREME DE LEITE COM A FAVA DE BAUNILHA ABERTA (OU O EXTRATO) ATÉ COMEÇAR A FORMAR BOLHAS NA BORDA, SEM FERVER. DESLIGUE O FOGO E DEIXE INFUSIONAR POR ALGUNS MINUTOS.

2. EM UMA TIGELA, BATA LEVEMENTE AS GEMAS COM O AÇÚCAR E A PITADA DE SAL, APENAS ATÉ MISTURAR, SEM ESPUMAR DEMAIS. COE O CREME DE LEITE QUENTE SOBRE AS GEMAS, MEXENDO SEMPRE, ATÉ FICAR HOMOGÊNEO.

3. DISTRIBUA O CREME NOS RAMEQUINS, COLOQUE-OS NA ASSADEIRA E DESPEJE ÁGUA QUENTE AO REDOR, ATÉ METADE DA ALTURA DOS POTINHOS. ASSE POR 30-40 MINUTOS, ATÉ FIRMAR NAS BORDAS E AINDA TREMER LEVEMENTE NO CENTRO. DEIXE ESFRIAR E LEVE À GELADEIRA POR PELO MENOS 3 HORAS.

4. NA HORA DE SERVIR, POLVILHE UMA FINA CAMADA DE AÇÚCAR SOBRE CADA CREME E CARAMELIZE COM O MAÇARICO (OU LEVE AO GRILL BEM QUENTE POR ALGUNS MINUTOS) ATÉ FORMAR UMA CROSTA DOURADA E CROCANTE. ESPERE 2-3 MINUTOS E SIRVA.

MOUSSE DE CHOCOLATE AMARGO COM FLOR DE SAL



INGREDIENTES (4 PORÇÕES)

- **200 G DE CHOCOLATE AMARGO (60-70% CACAU), PICADO**
- **3 OVOS GRANDES, GEMAS E CLARAS SEPARADAS**
- **3 COLHERES (SOPA) DE AÇÚCAR**
- **200 ML DE CREME DE LEITE FRESCO BEM GELADO**
- **1 COLHER (CHÁ) DE ESSÊNCIA DE BAUNILHA (OPCIONAL)**
- **1 PITADA DE SAL COMUM**
- **FLOR DE SAL PARA FINALIZAR.**

MODO DE PREPARO

DERRETA O CHOCOLATE EM BANHO-MARIA OU NO MICRO-ONDAS EM POTES DE 30 SEGUNDOS, MEXENDO ATÉ FICAR LISO. RESERVE PARA AMORNAR. BATA O CREME DE LEITE ATÉ PONTO DE CHANTILI MACIO E LEVE À GELADEIRA. EM OUTRA TIGELA, BATA AS GEMAS COM METADE DO AÇÚCAR ATÉ CLAREAR. MISTURE O CHOCOLATE DERRETIDO, A BAUNILHA E A PITADA DE SAL COMUM ÀS GEMAS.



BATA AS CLARAS EM NEVE,
ADICIONANDO O RESTANTE DO
AÇÚCAR AOS POUCOS, ATÉ FORMAR
PICOS FIRMES. INCORPORE
DELICADAMENTE O CHANTILI À
MISTURA DE CHOCOLATE E, EM
SEGUIDA, AS CLARAS EM NEVE,
MEXENDO DE BAIXO PARA CIMA PARA
NÃO PERDER O AR. DISTRIBUA EM
TAÇAS, CUBRA E LEVE À GELADEIRA
POR PELO MENOS 3 HORAS. NA HORA
DE SERVIR, FINALIZE COM UMA
PITADA DE FLOR DE SAL SOBRE CADA
PORÇÃO.

CLIQUE E COMPRE EBOOKS

Continue
Aprendendo

