

e•books  
OGLOBO

RECEITAS DO

**RIO**

GASTRONOMIA

UMA SELEÇÃO DAS  
DELÍCIAS QUE  
MARCARAM A FESTA  
DE SABORES EM 2015



## DADOS DE COPYRIGHT

### Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe [Le Livros](#) e seus diversos parceiros, com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos acadêmicos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo

### Sobre nós:

O [Le Livros](#) e seus parceiros disponibilizam conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [LeLivros.site](#) ou em qualquer um dos sites parceiros apresentados [neste link](#).

*"Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não mais lutando por dinheiro e poder, então nossa sociedade poderá enfim evoluir a um novo nível."*



Apresentação



Patrocinador Master



Patrocinador



Apoio



Caminhão Oficial



Parceria



Realização



# e•books

# O GLOBO

## **RECEITAS DO RIO GASTRONOMIA**

Prefácio: Luciana Fróes

Repórter: Kamille Viola

Harmonização: Pedro Mello e Souza

Fotos: Adriana Lorete, Cristina Lacerda, Mônica Imbuzeiro, Paula Johas, Renata Mello e Thiago Ripper

Edição: Luciana Neiva

Projeto gráfico: Fernanda Rossi

Tratamento de imagens: José Bezerra

---

ISBN: 978-85-8457-025-6

Copyright © Infoglobo Comunicação e Participações S.A.

Rio de Janeiro, 2015

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta edição pode ser utilizada ou reproduzida, em qualquer meio ou forma, nem apropriada ou estocada em sistema de banco de dados sem a expressa autorização da editora.

## **Prefácio**

O Rio Gastronomia, farra gastronômica que se alongou por dois finais de semanas no Jockey Club, rendeu ótimos frutos, como esse ebook recheado só do bom e do melhor, um apanhado de receitas assinadas por bambas como o Roberta Sudbrack, Katia Barbosa, Felipe Bronze, Claude Troisgros, a verdinha Carol Figueiredo. São 50 receitas ao todo, todas elas ministradas nas aulas durante o evento. Para os que não estiveram por lá (não sabe o que perdeu!) eis uma grata oportunidade de provar esse menu de estrelas. Já para a turma que bateu ponto, boa hora para rememorar e guardar as receitas passadas de próprio punho pelos ilustríssimos chefs.

São pratos como os camarões com abacaxi ao curry vermelho do chef “thai” David Zisman (com direito a passo a passo do curry, uma preciosidade); E o mocotó de vitela do chef Danilo Braga (outro espetáculo), um dos grandes nomes da cozinha italiana na salada cidade. E a salada de batata frita, clássico dos clássicos, do mas carioca espaço do pedaço: o Gula Gula.

O italiano Luca Gozani conta tu-do sobre a linha de tartare do Gero, com cortes feitos só na faca, cortes mais rústicos do que a versão francesa. Ou ainda os adoráveis pastéis de nata da Colombo, que mantêm (firme e forte) a boa fama da doceria lusa por aqui. Tudo assim, de bandeja.

Nosso time estrelar assina todas as receitas, logo, a margem de erro na hora de reproduzir é pequena. Portanto, agora é com você: mãos à obra!

Vai treinando porque ano que vem tem mais. Até lá!

*por Luciana Fróes*

**Carol Figueiredo**

*Market*



Carolina Figueiredo levou a filosofia do Market Ipanema, de comidinhas naturais, comandado por ela, para a sua aula sobre sucos e shakes. “Escolhi receitas que fossem nutritivas e leves, que não tivessem muitas calorias”, explica a chef. “Usei folhas de brócolis, que muita gente joga fora, abóbora, flor de sal... ingredientes que não são prováveis em sucos, mas que ficam gostosos junto de outros. O brócolis, por exemplo, misturei com maçã, ficou superdoce. A abóbora, com tangerina. É bom para crianças ou pessoas que sejam chatas para comer”, diz.

## **INGREDIENTES**

8 unid. (1kg) de laranja

½ unid. (500g) de abacaxi

6 talos de capim-limão

2 xícaras (500ml) de água de coco

1 unid (120g) de limão-siciliano

Flor de sal a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Bata a água de coco, o capim-limão e o suco do limão-siciliano no liquidificador. Coe e reserve.

Esprema o suco de laranja e reserve.

Em um liquidificador, bata o abacaxi cortado em cubos, o suco de laranja e a infusão de água de coco e capim-limão.

Na hora de servir, adicione a flor de sal a gosto.

**INGREDIENTES**

6 folhas de brócolis

2 folhas de alface romana

10 folhas (30g) de hortelã

30g de gengibre

1 talo de aipo

¼ unid (40g) de pepino

3 unidades (300g) de maçã

---

**MODO DE PREPARO**

Coloque todos os ingredientes na centrífuga.

**Arthur Sauer**

*para Friboi*



Formado pelo Institut Paul Bocuse, com especialização em carnes, e com passagens por restaurantes estrelados na França e na Itália, além do grupo Fasano no Brasil, Arthur Sauer mostrou sua versatilidade em uma verdadeira maratona de aulas no evento. Foram diversas, em todos os dias de Rio Gastronomia, no espaço da Friboi. Entre as receitas apresentadas pelo paulistano, destaque para a fraldinha com vinagrete de cebola roxa e purê de mandioquinha. “A fraldinha é um prato clássico francês tanto no corte como no preparo. Na verdade, é um prato fácil de fazer em casa, sem muita sujeira, sem nada, é rápido, fica um pouquinho picante por causa da cebola roxa e mesmo assim é suave, por causa do tomate e do azeite. O acompanhamento é o purê de mandioquinha, que é supersimples de fazer também. Eu cozinho a mandioquinha no leite e depois bato com esse leite, que fica com o gosto da mandioquinha e, por isso, fica bem saboroso”, Sauer dá a dica.

*Fraldinha Grelhada com Vinagrete  
de Cebola Roxa e Purê de Mandioquinha*

---

**INGREDIENTES**

5 fraldinhas

5 cebolas roxas picadas finamente

1/2 maço de salsinha picada finamente

5 tomates sem sementes cortados em cubos pequenos

Azeite

Sal

Pimenta-do-reino

1kg de mandioquinha descascada em cubos

1l de leite

---

**MODO DE PREPARO**

Em uma panela, coloque o leite, um pouco de água e a mandioquinha. Deixe cozinhar até que fiquem macias. Retire e bata no liquidificador com um pouco do líquido do cozimento. Quando obtiver um creme homogêneo, coloque em uma panela e reserve. Em uma frigideira antiaderente, aqueça um pouco do azeite e sele as fraldinhas. Acerte o sal e a pimenta-do-reino e reserve. Em um bowl, misture a cebola roxa, a salsinha e o tomate. Reserve. Aqueça o purê de mandioquinha e sirva no prato. Coloque o vinagrete e, por cima, a fraldinha. Sirva.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Vinho branco do norte da Espanha, o albariño, para combinar com a acidez do vinagrete

**Carlos Ohata**

*Minimok*



Paulistano neto de japoneses, o chef Carlos Ohata, do Minimok, mostrou em sua aula no Rio Gastronomia um lado da cozinha nipônica menos conhecido no Brasil. Ele ensinou a preparar o *sumissô*, um molho à base de pasta de soja e vinagre, que foi servido com aspargos *al dente*, inhame e camarões pré-cozidos. “É um prato bem tradicional, que me lembra muito a minha avó. Tem tudo a ver com os *izakaya*, que nada mais são do que os botecos japoneses, e têm várias porções, como a gente tem aqui no Brasil. Não têm sushi, são porçõeszinhas quentes e frias. *Su* em japonês é vinagre e *missô* é a pasta de soja. Ele é adocicado, e usei ainda um saquê licoroso na receita. Tentei mostrar um pouco do que é o *izakaya* com essa receitinha caseira, de vovó”, explica Ohata.

## **INGREDIENTES**

- 1 ½ colher (sopa) de pasta de missô
  - 1 colher (sopa) de vinagre de arroz
  - 1 colher (sopa) de geleia de laranja
  - 1 colher (sopa) de óleo de gergelim torrado
  - 1 colher (sopa) de mirin
  - ½ colher (sopa) de açúcar
  - 1 colher (sopa) de granola
  - 2 camarões médios sem casca
  - 2 pedaços pequenos de inhame
  - 2 pedaços médios de aspargos
- 

## **MODO DE PREPARO**

Cozinhe o inhame, descasque-os e reserve na geladeira. Cozinhe o camarão descascado com uma pitada de sal e reserve na geladeira. Cozinhe os aspargos com uma pitada de sal até ficar al dente e reserve na geladeira. Em um bowl, acrescente a pasta de missô, o vinagre, a geleia, o óleo de gergelim, o mirin e o açúcar e misture bem até a pasta estar bem homogênea. Triture bem a granola em um pilão, para polvilhar por cima do prato.

Coloque uma colher de sopa bem cheia da pasta de sumissô no centro do prato. Coloque dois pedaços do inhame, os 2 camarões e 2 pedaços de aspargos por cima da pasta e polvilhe o prato com a granola triturada.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Saquê não filtrado, com estrutura e salinidade similar à do prato

**Pedro Artagão**

*Irajá e Formidable Bistrot*



À frente do restaurante Irajá (eleito Melhor Novidade no Prêmio Rio Show de Gastronomia em 2012 e vencedor da categoria Melhor Doce em 2014) e do Formidable Bistrot, aberto em fevereiro, o chef Pedro de Artagão apresentou um clássico da cozinha francesa em sua aula no Rio Gastronomia: o steak tartare.

Carioca, de 36 anos, Pedro se formou em hotelaria e nunca cursou gastronomia. É adepto do “aprendizado com a mão na massa”. Ele se apaixonou pela culinária na adolescência, quando fazia tortas para vender, e foi em frente. Estudou nos Estados Unidos, estagiou nos restaurantes de José Hugo Celidônio e Flávia Quaresma; em 2002, passou a integrar a cozinha de Roland Villard, do Le Pré Catelan, no Hotel Sofitel, até abrir o seu Irajá, em dezembro de 2011.

“Sirvo o steak no Formidable, meu segundo restaurante. Pegamos uma coisa que é boa, fresca, todo mundo gosta e é emblemática da cozinha francesa, principalmente de bistrô. Gosto muito! Tem tudo a ver com o nosso clima; volta e meia você quer comer algo leve e precisa de uma coisa crua”, define ele, que vai abrir mais uma casa, o Cozinha Artagão, uma brasserie carioca, nas palavras do chef.

## **INGREDIENTES**

100g de filé-mignon

5ml de azeite extravirgem

10ml de maionese caseira

3ml de tabasco

5g de sal

5g de pimenta-do-reino

10g de ciboulette

40g de pepino

40g de cebola roxa

10g de pó de alcaparra

10ml de shoyo

20g de grana padano

1 gomo de limão

---

## **MODO DE PREPARO**

Na véspera do preparo, lavar as alcaparras e colocá-las para secar. Depois, bater no liquidificador até formar um pó.

Cortar o mignon em cubos pequenos e reservar. Descascar o pepino, retirar as sementes e cortar em brunoise.

Adicionar sal e aguardar 15 minutos até que ele esteja macio. Lavar em água corrente para retirar o excesso de sal e reservar. Picar a cebola roxa e a ciboulette. Misturar todos os ingredientes, finalizar com um gominho de limão, flor de sal e azeite. Servir gelado.

---

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Chardonnay chileno sem madeira, para  
refrescar a mostarda

## *Entrecote du Porc*

---

### **INGREDIENTES**

180g de copa lombo

150ml de mostarda l'ancienne

100ml de creme de leite

60g de cebola roxa assada

5g de ciboulette

---

### **MODO DE PREPARO**

Grelhar o steak em frigideira bem quente até que esteja dourado de ambos os lados e reservar. Na mesma frigideira, adicionar a mostarda e o creme de leite, cozinhar até ficar homogêneo. Servir com duas unidades de cebola roxa assada.

**Christophe Lidy**

*para o Senac*



Vindo de uma família de confeitores, com passagens pelas cozinhas de Thomas Keller, em Nova York, e Michel Rostang, em Paris, ex-Garcia & Rodrigues e atualmente no Salitre, o chef francês Christophe Lidy se apresentou na cozinha de vidro ao lado da ex-aluna do Senac Juliana Jucá. Sob o tema *O clássico francês com sotaque brasileiro*, eles apresentaram receitas tradicionais gaulesas com um toque local. Assim, o famoso molho remoulade, feito a partir de maionese, foi servido com o nosso palmito de pupunha, acompanhando camarões. Já o aligot, famoso purê de batatas puxa-puxa com um toque de alho e queijo, típico de Aubrac, na França. Nessa versão foi preparado com o brasileríssimo queijo de minas curado no lugar do francês Laguiole.

## *Remoulade de Pupunha*

### MAIONESE

---

#### **INGREDIENTES**

1 gema

10g de estragão fresco

20g de mostarda Dijon

50 ml de óleo

Sal e pimenta-do-reino a gosto

---

#### **MODO DE PREPARO**

Higienizar e picar as folhas de estragão. Em um bowl, misturar com a ajuda de um fouet, a gema e a mostarda. Incorporar primeiro o azeite em fio batendo sempre. Em seguida, adicionar o óleo aos poucos, sem parar de bater, até atingir a consistência de maionese. Incorporar o estragão picado e temperar com sal e pimenta-do-reino. Reserve.

### REMOULADE

---

#### **INGREDIENTES**

250g de camarão com casca

2 tomates médios maduros (bem vermelhos)

1 maçã verde

50 ml de azeite

500g de palmito pupunha fresco

Sal grosso a gosto

Brotos para decorar

---

## **MODO DE PREPARO**

Preparar o camarão. Lave e retire as cabeças dos camarões. Com uma faca, faça um corte por todo o dorso do camarão e limpe as vísceras sem remover a casca. Levar uma panela com água e sal grosso ao fogo. Quando levantar fervura, coloque os camarões na água e cozinhe por 1 minuto. Retire da panela e disponha os camarões em um bowl com água e gelo. Descasque os camarões e pique em rodela de um centímetro. Reserve 4 camarões sem picar para decorar.

Leve uma panela com água ao fogo. Faça um corte em forma de "X" no fundo de cada tomate. Quando a água levantar fervura, escale os tomates por 10 segundos.

Retire e coloque-os em banho gelado para interromper o cozimento. Retire as peles dos tomates, corte-os em quatro e remova as sementes. Em seguida corte em cubos de um centímetro. Descasque a maçã e tire as sementes. Corte em cubos de um centímetro. Com auxílio de uma mandolina ou uma faca bem afiada, corte o palmito em rodela fina. Reserve metade do palmito em rodela e corte a outra metade em julienne (tirinhas). Misture o palmito em tirinhas, duas colheres de sopa cheias de maionese, o tomate, a maçã e os camarões picados.

---

## **MONTAGEM**

Espalhe um pouco de maionese no fundo do prato. Disponha as rodela de palmito formando um carpaccio. Com ajuda de um aro, coloque o remoulade no centro sobre as fatias de palmito. Finalize com um camarão inteiro, brotos e azeite.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um chardonnay da Serra Catarinense

**Andrea Henrique**

*Pomar Orgânico*



Não é só o fato de ter entre seus quatro sócios os nomes de Reynaldo Gianecchini e Giovanna Antonelli que chama a atenção para o Pomar Orgânico. As criações da chef Andrea Henrique (que também comanda o Detox in Box), calcadas em uma alimentação saudável e vegetariana, ajudam a espantar os preconceitos com a comida natural. No Rio Gastronomia, ela falou sobre receitas detox e apresentou uma torta de castanhas com creme de maracujá. “A torta é crua, com base de frutas e sementes, que é a alimentação em que eu acredito, sem lactose, origem animal, corantes, conservantes, glúten... Como eu abordei o tema detox, mostrei que é possível você comer uma sobremesa dentro dessa filosofia e ter opções saudáveis e uma coisa saborosa. As pessoas sempre se impressionam em ver que, com uma castanha de caju, você consegue ter um produto parecido com um creme de leite, mas sem tantas toxinas. Eu quis mostrar que isso é possível.”

## *Torta Raw Food de Maracujá*

### MASSA

---

#### **INGREDIENTES**

100g de amêndoa crua

100g de avelã crua

100g de castanha de caju crua

50g de mel ou agave

20g de flor de sal

2 colheres (sopa) de óleo de coco

---

#### **MODO DE PREPARO**

Coloque todas as sementes em um processador e triture. Deixe em pedaços (cuidado pra não deixar virar farinha, use a função pulsar).

Coloque as sementes trituradas em um bowl de vidro ou de alumínio. Acrescente o mel e mexa bem. Depois, adicione a flor de sal. Mexa até virar uma massa.

Use uma forma com fundo removível.

Coloque a massa feita com as sementes nas laterais e no fundo da forma. Faça uma camada fina, mas firme.

Leve ao refrigerador e deixe descansar por 20 minutos.

### RECHEIO

---

#### **INGREDIENTES**

250g de castanha de caju hidratada

250ml de polpa de maracujá sem semente

50ml de mel ou agave

10g de ágar-ágar

---

### **MODO DE PREPARO**

Deixe as castanhas hidratando por 1 hora. Escorra a água em que a castanha ficou hidratando e despreze. Lave bem as sementes em água corrente. Leve-as ao liquidificador e bata com o suco da polpa do maracujá até obter uma textura homogênea. Reserve.

Em uma panela, coloque 1 xícara de água fria e dilua o ágar-ágar, depois leve-a no fogo e deixe ferver, mexendo sem parar. Desligue o fogo assim que ferver e coloque no liquidificador. Volte a bater. Adicione o mel ou o agave e mais água, caso fique muito grossa.

Pegue a forma com a massa e despeje o recheio dentro. Volte ao refrigerador por mais 10 minutos. Use as sementes do maracujá para decorar. Sirva gelado.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um vinho doce que tenha maracujá: sauvignon blanc late harvest.

Andrea Panzacchi

*Vero*



Feitos com ingredientes naturais e sem conservantes ou gordura vegetal, os sorvetes da Vero — que levou o Prêmio Rio Show de Gastronomia de Melhor Sorvete em 2015 — tiveram alguns de seus segredos revelados no Rio Gastronomia pelo italiano Andrea Panzacchi, que está à frente da loja. Ele se uniu a William Barão, barman do SOBE, em uma aula sobre sorvetes alcoólicos no Auditório Menor. Andrea ensinou o público a preparar uma receita do sabor limoncello. “Pensei que a presença do Barão poderia ser interessante devido à sua produção caseira de licores e ao fato de ter já realizado uma parceria com a Vero. Utilizei um licor produzido artesanalmente por ele como ingrediente do gelato”, conta Andrea.

## **INGREDIENTES**

1,2l de leite fresco integral

240ml de creme de leite

100g de açúcar

120ml de limoncello

Raspa da casca de 1 limão-siciliano (só a parte amarela)

---

## **MODO DE PREPARO**

Em uma panela, em fogo médio, misture o leite, o creme de leite e o açúcar. Assim que começar a ferver, apague o fogo e acrescente a casca do limão. Leve a mistura ao freezer até endurecer (em média, 4 horas). Retire e bata a mistura no liquidificador até atingir consistência cremosa. Leve novamente ao freezer e repita o mesmo procedimento por mais três vezes. Na última repetição, acrescente o limoncello bem gelado e leve ao freezer em definitivo.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um espumante como o crémant. Ou, claro, o próprio limoncello.

**Alfredo Galhães**

*para o Senac*



Chef da tradicional Casa Cavé, confeitaria centenária famosa pelos doces portugueses, Alfredo Galhães, também professor do Senac, levou a influência lusa para sua aula no Espaço Senac. Ao lado do também chef Diego Alves, ex-aluno da instituição, ele preparou um ravióli de bacalhau com banana-da-terra. “Pensamos em trazer uma coisa do Brasil e um ingrediente que vem da Europa. Usamos a banana-da-terra, que é típica do Brasil, vem do Norte — diferentemente da banana-prata, que foi introduzida, não é nativa — e o bacalhau curado, que veio através dos portugueses. E uma massa fresca para juntar tudo isso”, explicou Galhães. “A ideia foi utilizar a técnica francesa e a italiana com esses produtos.”

## *Ravióli de Banana-da-terra com Bacalhau*

### MASSA

---

#### **INGREDIENTES**

500g de sêmola de grano duro

500g de farinha de trigo

8 ovos

5g de açafraão

---

#### **MODO DE PREPARO**

Junte todos os ingredientes da massa e misture. Depois coloque dentro de um recipiente ou saco fechado para descansar por cerca de 10 minutos.

### RECHEIO

---

#### **INGREDIENTES**

500g de banana-da-terra

500g de bacalhau salgado

1l de creme de leite fresco

2 cebolas

5 dentes de alho

1 alho-poró

Sal

Pimenta

500ml de azeite

---

---

## **MODO DE PREPARO**

Fritar a banana no azeite e reservar. Refogar na mesma panela a cebola e o alho-poró, adicionar o bacalhau e o creme de leite, deixar reduzir e adicionar a banana batendo até formar um creme homogêneo.

## **MOLHO PARMESÃO**

---

### **INGREDIENTES**

1l de creme de leite

300g de parmesão

---

### **MODO DE PREPARO**

Deixe o creme reduzir, acrescente o parmesão e mexa.

**Alessandro Trindade**

*para Senac*



Há mais elementos em comum entre a culinária brasileira e a tailandesa do que pode supor a nossa vã filosofia. Foi o que explicou, na cozinha de vidro, no Rio Gastronomia, a dupla formada pelo especialista Alessandro Trindade e a professora Cibele Gonzalez, ambos do Senac RJ. Tudo culpa da influência de Portugal, presente nos dois países. Eles apresentaram ao público uma combinação inusitada: o satay (espetinho) de frango com molho thai (à base de amendoim e açúcar mascavo) veio acompanhado por farofa — mas feita com farinha Panko, normalmente usada nos empanados das culinárias orientais. Outro toque brasileiro ficou por conta da pimenta dedo-de-moça, usada na marinada do frango: ela é bem mais leve do que as normalmente consumidas pelos tailandeses.

## *Espetinho Satay com Molho Thai*

### MARINADA

---

#### **INGREDIENTES**

200ml de leite de coco

1 talo de capim-limão

1 pimenta dedo-de-moça

½ maço de coentro

30ml de Nam Pla

### ESPETINHO

---

#### **INGREDIENTES**

300g de filé de peito de frango

Espetos de bambu

---

#### **MODO DE PREPARO**

Faça uma marinada fria com todos os ingredientes.

Corte o frango em cubos grandes e deixe-os marinando por seis horas. Retire o frango da marinada. Coe a marinada e reserve todo o líquido, descartando os sólidos. Monte os espetos e grelhe.

### MOLHO

---

#### **INGREDIENTES**

45ml de óleo de amendoim

30g de pasta de amendoim

30g de açúcar mascavo

Nam Pla a gosto

---

### **MODO DE PREPARO**

Aqueça a wok com óleo de amendoim e coloque o restante da marinada. Acrescente açúcar mascavo, pasta de amendoim e Nam Pla. Deixe ferver até o molho espessar.

### **FAROFA DE PANKO**

---

#### **INGREDIENTES**

100g de farinha Panko

40g de manteiga sem sal

½ maço de coentro

Sal a gosto

---

#### **MODO DE PREPARO**

Pique o coentro e reserve. Derreta a manteiga, acrescente a farinha de Panko, mexendo até que ela fique crocante e dourada. Corrija o sal, acrescente o coentro e sirva.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | O frescor de uma cerveja do tipo IPA, para o jogo dos acridoces x amargores

**Felipe Bronze**

*para The Taste Brasil*



Ele é o mais famoso representante da cozinha molecular no Brasil. Em 2014, levou o Prêmio Rio Show de Gastronomia em 2014 por suas duas casas: o Oro, eleito Melhor Contemporâneo, e o Pipo (hoje fechado), escolhido o Melhor Pé-limpo. Felipe Bronze participou da aula que reuniu o trio da primeira temporada do reality *The Taste Brasil*, do GNT, preparando a sobremesa: espuma de cocada nitrocongelada com bolo de amendoim de micro-ondas. “A receita define muito bem o que a gente faz, é a versão moderna de um clássico. A gente dá uma roupagem nova a sabores bem tradicionais da gente, que são amendoim, coco e doce de leite. Tem tudo a ver com o que eu faço, né?”, define ele.

## **INGREDIENTES**

5 litros de leite de coco

1 lata de leite condensado

2l de leite

2kg de coco ralado

1kg de açúcar

1l de água

---

## **MODO DE PREPARO**

Em uma panela com fogo baixo, junte o açúcar, a água e o leite. Quando dissolver o açúcar, agregue todos os ingredientes, exceto coco ralado, e cozinhe por 15 minutos. Junte o coco ralado, tampe a panela e deixe até que esfrie. Com ajuda de uma thermomix, bata a base por 5 minutos e passe por peneira fina. Quando fria, passe para uma garrafa de sifão feixe e coloque duas cargas. Guarde em frio por 15 minutos antes de usar. Despeje a espuma sobre um banho de nitrogênio. Sirva imediatamente.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Moscatel de Setúbal, untuoso, em combinação em que um torna-se a calda do outro

## **INGREDIENTES**

10 claras

2 gemas

250g de açúcar

250g de amendoim

60ml de leite integral

20g de farinha de trigo

---

## **MODO DE PREPARO**

Em uma panela, leve o açúcar em fogo médio até que caramelize. Estenda esse caramelo sobre um tapete de silicone até que esfrie. Leve o amendoim ao forno até ganhar cor. Deixe esfriar. Junte todos os ingredientes em um liquidificador e bata por um minuto. Passe o líquido por uma peneira e complete o sifão dando 3 cargas. Deixe descansando por 15 minutos em frio. Em um copo descartável, despeje a base ocupando 1/3 do copo, leve imediatamente ao micro-ondas por 40 segundos na temperatura máxima. Retire do micro-ondas e deixe esfriar com a boca para baixo. Com ajuda de uma faca, remova o bolinho.

**Danio Braga**

*Locanda della Mimosa e Sollar*



Atualmente dividindo-se entre a Locanda della Mimosa, pousada e restaurante fundada por ele há 24 anos na Serra de Petrópolis, e o Sollar de Búzios, na Região dos Lagos, o italiano surpreendeu ao escolher um ingrediente pouco citado na alta gastronomia: o mocotó (de vitelo, no caso). “É uma releitura de uma receita de 1400, um dos mais clássicos antepastos da região da Lombardia, que apresentei de uma forma muito elegante, com ingredientes nobres. O mocotó para mim é uma carne extremamente simpática, porque não tem gordura, tem cartilagens, e aqui ele se apresenta como se fosse um prato da nova cozinha italiana”, diz. “No Brasil, muita gente acha que mocotó é uma comida de botequim, que não se usa na culinária, mas seu uso na Itália é antiquíssimo. E todo mundo ficou encantado, acho que é um prato que vale a pena conhecer, descobrir”, contou o chef.

## **INGREDIENTES**

3 mocotós de vitelo inteiros e bem limpos

2 litros de caldo vegetal para cozinhar (cebola, salsa, aipo, cenoura, ervas aromáticas (tomilho e louro))

30g manteiga

150g feijões brancos ou vermelhos a gosto, já cozidos

10 folhas de sálvia fresca

100ml creme de leite não azedo

2g noz moscada

40g parmigiano reggiano ralado

Sal e pimenta a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Os mocotós precisam serem cozinhado por um longo período de tempo no calde de legumes (3 horas dependendo do tamanho) ou ate ficarem bem macios.

Quando prontos retirar do caldo, deixar resfriar um pouco, mas ainda quentes desossar a mão (separar a carne dos ossos) e cortar em tiras finas. Saltear essas tiras com a manteiga e incorporar os feijões previamente cozidos. Caso precise juntar um pouco do caldo vegetal. Saltear juntamente os feijões, a sálvia e por ultimo colocar o creme de leite, ajustar de sal e deixar chegar a uma textura bem cremosa e apetitosa, juntar o queijo parmesão e a pitada de noz moscada; pulverizar com salsa para finalizar o prato e servir bem quente.

*Rendimento: 4 porções*

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um pinot grigio, a leveza necessária para um prato naturalmente gorduroso

**Fabiana D'Angelo**

*Brigadeiros Fabiana D'Angelo*



Fabiana D'Angelo ensinou o passo a passo dos famosos brigadeiros que levam seu nome — e que conquistaram a cidade — na concorrida aula que comandou no Rio Gastronomia 2015, no Auditório Principal. Ela apresentou três versões do doce que é orgulho nacional, tendo como base a receita preparada por ela há 15 anos. “Quis mostrar uma variedade de brigadeiros. Tentei usar como exemplo extremos de sabores”, explica ela, que apresentou as receitas do tradicional preto, do de nozes e do de limão, que foram degustados pelo público presente, e ainda ensinou como se faz seu preferido, o de doce de leite.

## *Brigadeiro Preto*

---

### **INGREDIENTES**

1 lata de leite condensado de sua preferência

3 colheres de chocolate em pó de sua preferência

1 colher (sopa) de manteiga

---

### **MODO DE PREPARO**

Levar ao fogo médio e mexer até começar a descolar do fundo da panela.

## **INGREDIENTES**

1 lata de leite condensado

Raspa da casca de 1 limão

---

## **MODO DE PREPARO**

Coloque o leite condensado em uma panela antiaderente e acrescente as raspas de limão. Mexa o brigadeiro até começar a desgrudar do fundo da panela. Reserve em um recipiente e deixe esfriar. Em seguida, unte as mãos com manteiga para formar bolinhas. Mergulhe o brigadeiro em seu granulado preferido e polvilhe com raspinhas de limão.

## **INGREDIENTES**

1 lata de leite condensado

2 colheres (sopa) de achocolatado

1 colher de pasta de avelã

---

## **MODO DE PREPARO**

Coloque o leite condensado em uma panela antiaderente e acrescente 1 colher de pasta de avelã. Mexa até o brigadeiro começar a desgrudar do fundo da panela. Reserve em um recipiente e espere esfriar. Em seguida, pegue a massa de brigadeiro fria e forme bolinhas com as mãos untadas com manteiga. Deposite 200g de avelã moída em um recipiente e confeite as bolinhas de brigadeiro.

## **INGREDIENTES**

1 lata de doce de leite

1 colher (sopa) de manteiga (não serve margarina!)

Doce de leite em tabletes ou qualquer outro confeito a gosto para decorar

---

## **MODO DE PREPARO**

Misture o doce de leite e a manteiga e leve ao fogo brando em uma panela de fundo grosso. Quando começar a soltar do fundo e ficar grosso, desligar e reservar até estar completamente frio.

Raspe o doce de leite com um ralador e reserve. Ou separe seu confeito preferido.

Depois de esfriar, faça pequenas bolinhas com a ajuda de uma colher de medida e passe no doce ralado ou no confeito.

## *Brigadeiro de Nozes*

---

### **INGREDIENTES**

1 lata de leite condensado

1 colher (chá) de manteiga

50g de nozes moidas

Nozes inteiras bem bonitas

Margarina sem sal para enrolar

---

### **MODO DE PREPARO**

Em uma panela coloque o leite condensado e a margarina. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre até que a mistura se desprenda da panela. Após desligar o fogo, acrescente as nozes. Coloque o brigadeiro em um recipiente para que esfrie. Depois de frio é só enrolar os brigadeiros, um a um, com um pouquinho de manteiga nas mãos. Passe-os em açúcar e coloque nas forminhas, por último coloque uma noz em cima de cada brigadeiro.

**Olivier Cozan**

*Crepe Nouveau*



A oficina *Entre crepes e galletes* contou com o chef Olivier Cozan, do Crepe Nouveau, sua mulher, Ana Carla Tonani Barros, e os filhos Pierre e Louis Cozan. “A gente montou um Crepe Nouveau no Espaço Nirvana, no Jockey, e outro na Casa França-Brasil, e faz um monte de eventos gastronômicos, como um jantar em casa, com meus filhos. Quem dá o curso são meus filhos”, conta Olivier. A galete — uma espécie de crepe salgado de trigo sarraceno, típico da região da Bretanha, na França — foi recheada com ovo caipira, queijo emmental e presunto. “É a mais tradicional, no evento não dava para ser diferente”, comenta o chef. Já o crepe doce foi feito com brigadeiro, banana, calda de chocolate e chantilly. Uma verdadeira festa para as mais de 100 crianças no local.

## *Galete Completa*

### MASSA

---

#### **INGREDIENTES**

1kg de farinha de sarraceno

50g de ghee

400ml de água filtrada

Sal e açúcar a gosto

---

#### **MODO DE PREPARO:**

Misturar delicadamente os ingredientes até a massa ficar homogênea

### RECHEIO SALGADO

---

#### **INGREDIENTES**

200g de queijo emmental

2 fatias de presunto royale

1 ovo

---

#### **MODO DE PREPARO**

Rechear com o queijo e o presunto ainda na frigideira, fogo baixo, e frite o ovo no centro da galete

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Prato bretão, bebida bretã: cidra local, para o frescor e descontração que o prato pede

### RECHEIO DE BRIGADEIRO BELGA

---

## **INGREDIENTES**

50g de ghee

200g de chocolate belga

200g de leite condensado

---

## **MODO DE PREPARO**

Misturar os ingredientes em uma panela a fogo baixo e mexer até dar o ponto de brigadeiro satisfatório.

**Claude Troigros**

*para The Taste Brasil*



Na lotada aula do trio do reality *The Taste Brasil* (Claude Troisgros, Felipe Bronze e André Mifano), do GNT, no evento do Globo, ficou para o chef francês mais “carrrioca” do Rio a missão de ensinar o prato de entrada. Troisgros traz no nome a experiência de uma linhagem de chefs: seu avô, Jean Baptiste, foi o pioneiro. Atualmente, Claude comanda o Olympe e os restaurantes CT (Boucherie, Brasserie, Trattorie e Patisserie), todos ao lado do filho Thomas, além do programa *Que maravilha*, também no GNT. Simpático, com seu indefectível sotaque, apresentou um carpaccio de vieiras com batata-doce agridoce, contando com a ajuda do fiel escudeiro Batista. “Escolhi uma receita com batata-doce porque é um dos ingredientes brasileiros de que mais gosto. Ela é cortada bem fina, *al dente*, de forma que o xarope de especiarias a envolve completamente. É uma receita que brinca com diversas texturas”, define o Troisgros.

## *Ceviche de Vieiras com Batata-doce Agridoce*

### CALDO

---

#### **INGREDIENTES**

350ml de água

80g de açúcar

2 barras de canela

3 cravos

2 anis-estrelado

100g de gengibre fatiado

Suco de 2 limões-sicilianos

---

#### **MODO DE PREPARO**

Ferver todos os ingredientes por 5 minutos.

### BATATA-DOCE

---

#### **INGREDIENTE**

2 batatas-doces grandes

---

#### **MODO DE PREPARO**

Cortar uma batata com pele em lâminas longas, de 1 milímetro de espessura. Ferver as lâminas neste caldo durante 3 e 4 minutos e retirar. Guardar.

### VIEIRAS

---

#### **INGREDIENTES**

8 vieiras bem frescas limpas

Sal e pimenta a gosto

---

### **MODO DE PREPARO**

Fatiar as vieiras em fatias de 2 milímetros de espessura.

---

### **MONTAGEM**

Dispor uma lâmina de batata doce no prato, colocar as vieiras em cima e cobrir com mais uma lâmina de batata-doce. Decorar com brotos e flores orgânicas comestíveis.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Riesling da Nova Zelândia, que amansa a acidez do prato e levanta a doçura das vieiras.

**Gisela Abrantes**

*para Senac*



As cozinhas dos chefs franceses Alain Passard (do restaurante L'Asperge, com três estrelas do guia Michelin) e Laurent Suaudeau são algumas das que estão no currículo da chef Gisela Abrantes, professora do Senac RJ e responsável pelo grupo de Pesquisa e Inovação na Cozinha do Senac RJ. Ao lado do ex-aluno da instituição Lucio Salgueiro, ela apresentou a aula *Gemas às claras: inovando com ovos* na cozinha de vidro. Mostrando a versatilidade desse ingrediente, a dupla ensinou o público a preparar a farofa com gema perfeita e azeitonas em pó. A criação é charmosamente servida em um copinho.

## *Farofa com Gema Perfeita e Azeitonas em Pó*

### FAROFA

---

#### **INGREDIENTES**

50g de farinha de mandioca flocada

25g de manteiga

1 dente de alho

Sal e pimenta

Brotos de salsa para decorar

---

#### **MODO DE PREPARO**

Doure o alho na manteiga, acrescente a farinha e tempere.

### GEMA PERFEITA

---

#### **INGREDIENTE**

1 gema de ovo caipira

---

#### **MODO DE PREPARO**

Coloque água numa panela e desligue ao ferver. Coloque, dentro da panela, uma concha com a gema de ovo caipira, por 1 minuto e 30 segundos. Retire a concha, escorra a água e reserve a gema.

### AZEITONA EM PÓ

---

#### **INGREDIENTE**

100g de azeitona

---

## **MODO DE PREPARO**

Retire o caroço das azeitonas e leve, por 120°C, por 30 minutos ao forno ou até secarem.

Deixe esfriar, coloque num saco e passe um rolo até ficarem trituradas.

---

## **MONTAGEM**

Num copinho, coloque a farofa, a gema, o pó de azeitona, sal, pimenta e decore com brotos de salsa.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Linha ácida e aromática da uva branca viognier do sul da França

**Rafael Cardoso**

*para Philadelphia*



Se na novela Império o ator Rafael Cardoso era o chef de cozinha Vicente, na vida real ele é um dos proprietários do restaurante Puro, inaugurado em março e vencedor do Prêmio Rio Show de Gastronomia 2015 na categoria Novidade. No evento do Globo, ele apresentou, ao lado da chef Marcela Garcia, a aula Vamos praticar #cozinhatrapia?, em parceria com a marca Philadelphia, na qual os dois prepararam duas receitas com cream cheese: batata gratinada e musse Romeu e Julieta, uma espécie de cheesecake sem a base. “O legal da cozinha terapia é resgatar o ato de cozinhar junto, de parar o tempo, de deixar esse mundo corrido. É um momento de alquimia que a cozinha proporciona”, comenta Rafael.

## **INGREDIENTES**

200ml de creme de leite fresco

200g de leite condensado

450g de Philadelphia

Raspa de 1/2 limão

½ colher (sopa) de essência de baunilha (opcional)

300g de goiabada cremosa

Gelatina (opcional)

---

## **MODO DE PREPARO**

Bata o Philadelphia até ficar bem cremoso e reserve. Bata o creme de leite até o ponto de chantilly, adicione o leite condensado, o Philadelphia, as raspa de limão e a essência de baunilha e misture. Coloque em copinhos e deixe resfriar. Na hora de servir, finalize com a goiabada cremosa.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Vinho de sobremesa com boa acidez, como a dos madeiras.

**Wagner da Silva**

*Colombo*



Verdadeira instituição carioca, a Confeitaria Colombo foi objeto da aula ministrada pela historiadora portuguesa Ana Roldão, especializada em história da alimentação, e Orlando Duque, o garçom mais antigo em atividade na casa (há 63 no salão), e o mestre-confeiteiro Wagner da Silva, que preparou o tradicional pastel de nata. “Eu brinco que a Colombo é uma jovem senhora com dois séculos de existência. Não que ela tenha 300 anos, mas ela é inaugurada no século 19, passa pelo 20 e entra no 21 de vento em popa”, brinca Ana. “Escolhemos o pastel de nata — é errado chamar de pastel de Belém, só se chama assim o feito em Belém — porque é muito emblemático e porque é o doce mais vendido na Colombo. Em 1924, o dono faz uma negociação e praticamente doa (a confeitaria) para os funcionários. Depois de muitos anos, Arisco compra a casa e se vê a primeira era de industrialização, pois não dá para ter uma coisa completamente artesanal. Nós temos que pensar que temos 200 e poucos funcionários e chegam a passar 6 mil pessoas por dia. É outra realidade, mas nós temos, até hoje, produção artesanal da mesma forma que era feita desde a fundação, como as salas especiais para produzir os pingos de tocha e os leques”, explica.

## *Pastel de Nata*

### MASSA FOLHADA

---

#### **INGREDIENTES**

½ kg de farinha de trigo peneirada

1 pitada de sal

250ml de água

150g de margarina para folhados

150g de manteiga sem sal

---

#### **MODO DE PREPARO**

Colocar a farinha de trigo em uma tigela. Juntar o sal e a água. Trabalhar a massa com as mãos até formar uma bola. Deixar descansar por cerca de meia hora, coberta com um plástico.

Misturar a margarina com a manteiga e amassar até a mistura ficar com uma consistência de pomada.

Depois que a massa já estiver descansada, abrir como um rolo próprio até formar um retângulo de cerca de ½cm de espessura.

Com a ajuda de uma espátula ou com as costas de uma colher, espalhar 1/3 da mistura de manteiga. Deixar a massa descansar novamente.

Abriu a massa mais uma vez e espalhar o último 1/3 da mistura. Em vez de dobrar a massa, enrolar como se fosse rocambole, até formar um cilindro de 2,5cm de diâmetro. Leve à geladeira para descansar.

### RECHEIO

---

#### **INGREDIENTES**

½ l de leite integral

1 pedacinho de casca de limão

1 pauzinho de canela

½ kg de açúcar

250ml de água

100g de farinha de trigo

30g de manteiga sem sal

gemas

---

## **MODO DE PREPARO**

Colocar o açúcar, a água, a canela e a casca de limão em uma panela. Levar ao fogo. Depois que começar a ferver, marcar 3 minutos e retirar do fogo. Deixar esfriar e coar.

Colocar 300ml de leite em uma panela e levar ao fogo; misturar o restante do leite com a farinha de trigo e peneirar.

Quando o leite ferver, adicionar a mistura de leite e a farinha e mexer vigorosamente até formar um creme grosso. Retirar a panela do fogo.

Juntar a calda fria ao creme e misturar bem. Deixar esfriar.

Adicionar as gemas ao creme e passar tudo por uma peneira fina. Levar o creme à geladeira para ficar bem frio.

---

## **MONTAGEM**

1. Cortar a massa em toquinhos de 1,5cm e colocá-los dentro das forminhas. Abrir a massa com cuidado e aparar as bordas com uma faca afiada.

2. Colocar o recheio sobre a massa, sem encher as formas até as bordas.

3. Assar em forno de 250°C a 300°C por cerca de 12 minutos.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | O porto tawny é um clássico não somente

para as sobremesas, mas para os doces portugueses em particular, quando cumpre uma nobre função de calda na boca.

**David Zisman**

*Nam Thai*



O chef David Zisman, que comanda o Nam Thai — em 2006, o restaurante recebeu a chancela oficial do governo da Tailândia, atestando a fidelidade de sua cozinha à culinária do país — preparou um curry de camarão com abacaxi por essa ser uma das receitas mais vendidas da casa. “E a procura aumentou muito depois da aula”, comemora Zisman. Mas sua intenção ao explicar o passo a passo do prato no Rio Gastronomia foi explicar, também, o que é, na verdade, o curry. “No Ocidente, se você perguntar, vão dizer que é ‘um pó amarelo de cheiro esquisito’. Um asiático vai responder: existem ‘trocenos’ tipos de curry diferentes. A aula foi para mostrar que curry é juntar um monte de temperos para usar em determinado alimento. E ele vai variar com o lugar, com os insumos de cada lugar. No Nam Thai, por exemplo, temos um que desenvolvemos aqui mesmo, de damasco, que é um produto que não se encontra na Ásia, ele é europeu”, esclarece.

## **INGREDIENTES**

2 pimentas dedo-de-moça

10 chilis secos, de molho por 24 horas\*

½ colher (chá) de semente de coentro tostada e moída

2 talos de capim limão cortados bem fino e moídos no pilão

6 dentes de alhos

60g de cebola

1 colher (sopa) de gengibre picado

1 colher (sopa) de casca de limão ralada

2 colheres (chá) de sal

2 colheres (chá) de pimenta branca moída

¾ de colher (sopa) de pasta de camarão\*

1 alho picado misturado com 1 colher (chá) de raiz de coentro picada

2 colheres (sopa) de óleo vermelho (½ xícara de óleo de cozinha com 1 colher de sopa de semente de urucum aquecer levemente e amassar com pilão até o óleo ficar vermelho)

---

## **MODO DE PREPARO**

Passar tudo em um processador, exceto alho, raiz de coentro e óleo.

\* encontrada em lojas de produtos asiáticos.

## **INGREDIENTES**

300g de camarão temperados com 1 colher (chá) de molho de peixe

1 colher de sopa de curry vermelho

Abacaxi cortado em cubos, colocar 16 pedaços

¼ colher (chá) de curry indiano

½ colher (sopa) de açúcar branco

---

## **MODO DE PREPARO**

Aquecer, numa panela, 2 colheres (sopa) do óleo. Dourar a mistura de alho e coentro e em seguida uma colher de sopa de curry vermelho e fritar até sentir os aromas. Adicionar 2 xícaras de leite de coco de boa qualidade, cubos de abacaxi, açúcar, curry indiano e 1 colher (chá) de nampla e deixar reduzir até creme, soltando do fundo. Adicionar os camarões e cozinhar até ficarem rosados e firmes. Enfeitar com folhas de coentro e servir com arroz branco.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um vinho branco complexo e bem resfriado para um prato picante e acridoce: o Torres Moscatel-Gewurstraminer, que combina densidade, acidez, perfumes cítricos e alguma doçura.

**Frédéric Monnier**

*para Senac*



Na Brasserie Rosário, o chef francês Frédéric Monnier prepara com rigor as receitas de seu país. Não foi diferente na hora de decidir que prato ele, que é embaixador do Senac, ensinaria ao lado de Bernardo Worms, professor do Senac: hambúrguer de salmão com picles de chuchu, servido no pão de trigo sarraceno feito na Brasserie. “A minha receita foi escolhida a partir de uma provocação. Porque hoje em dia virou moda fazer hambúrguer, todo mundo quer fazer. Eu disse: 'Beleza, quero fazer um hambúrguer bom, temperado'. Fiz um hambúrguer de salmão, com aspargos frescos na manteiga, um molho holandaise, uma pimentinha, para dar um toque brasileiro, picles de chuchu”, diverte-se Monnier.

## *Hambúguer de salmão com Picles Brasileiro*

### HAMBÚGUER DE SALMÃO

---

#### **INGREDIENTES**

500g salmão

1 cebola-roxa picada

10ml de suco de limão-siciliano

Raspas de um limão-siciliano

20 gramas de albumina

Manteiga para grelhar

Sal a gosto

Pimenta a gosto

---

#### **MODO DE PREPARO**

Moer o salmão sem a pele, misturar os demais ingredientes e moldar em forma de hambúguer de 12cm com 180g cada e grelhar na manteiga.

### MOLHO HOLLANDAISE

---

#### **INGREDIENTES**

4 gemas

300g de manteiga clarificada

20g de cebola picada

50ml de vinagre de vinho branco

50ml de vinho branco

10ml de limão-siciliano

Sal a gosto

Pimenta a gosto

---

### **MODO DE PREPARO**

Em uma panela pequena, misture a cebola, o vinagre e o vinho até que reduza pela metade incorpore nas gemas levemente batidas e em banho Maria, vá incorporando a manteiga clarificada em fio e finalize com sal, suco de limão e pimenta.

### PICLES DE CHUCHU

---

#### **INGREDIENTES**

200ml de vinagre de vinho branco

200ml de água

30g de açúcar

Casca de limão taiti

2 cravos

1 anis estrelado

10 pimentas pretas

2 folhas de louro

1 pau de canela pequeno

300g de chuchu descascado e fatiado

Vidro para guardar

---

#### **MODO DE PREPARO**

Em uma panela, coloque todos os ingredientes, menos o chuchu. Esquente até levantar a fervura. No pote de vidro esterilizado, ponha o chuchu cru e cubra com a calda ainda quente até a borda do pote. Tampe ainda quente e ponha o pote com a tampa para baixo até que esfrie.

## HAMBÚRGUER DE SALMÃO COM PICLES BRASILEIRO

---

### INGREDIENTES

Pão de hambúrguer de trigo sarraceno

Hambúrguer de salmão

Molho holandaise

Picles de chuchu

Alcaparra grande fatiada

Aspargos na manteiga

---

### MODO DE PREPARO

Corte o pão ao meio, marque ele na frigideira, passe o molho holandaise, coloque o hambúrguer de salmão, o picles de chuchu e a alcaparra fatiada, os aspargos e cubra com a outra metade do pão.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um pinot noir não muito evoluído.

**Silvana Bianchi**

*para Senac*



Criadora do pioneiro Quadrifoglio, a chef paulistana de família italiana - o sobrenome não nega! - Silvana Bianchi, que este ano comemora 35 anos de carreira, ensinou a preparar um ravióli contemporâneo. A massa, aliás, é uma de suas especialidades, tanto que o ravióli de pêra com sementinhas de papoula por cima se tornou um ícone da gastronomia carioca. No Rio Gastronomia, a chef apresentou, ao lado ex-aluno do Senac Arnaldo Pantani, uma versão formato diferente do tradicional (montado em camadas) e toques brasileiros: recheio de peixe branco e feijão verde, e baru (uma espécie de amêndoa do Cerrado) picado por cima. O prato foi servido com pesto de rúcula e coulis de tomate.

MASSA

---

**INGREDIENTES**

Caso queira usar massa fresca feita em casa, são 100g de farinha de trigo para um ovo. Usaremos massa fresca industrializada de boa qualidade.

Aproximadamente 500g.

---

**COZIMENTO DA MASSA**

Cozinhe a massa de acordo com as instruções da embalagem, em água fervendo e sal.

Cozinhe um pedaço de cada vez para que não grude uma na outra. Retire da panela e estique sobre um pano limpo. Cozinhe todos os pedaços. Corte-os em quadrados de 5 cm de lado. Serão usados 3 quadrados em cada porção. No caso de 4 pessoas serão 12 pedaços.

RECHEIO DE PEIXE

---

**INGREDIENTES**

300g de filé de peixe branco (robalo, cherne, namorado)

3 colheres de cenoura ralada

1 alho-poró cortado em rodelinhas bem finas (só a parte branca) aferventados em água e sal por 5 minutos e escorrido

4 tomates picados sem semente e sem casca

5 colheres de sopa de azeite

Sal

1 colher de sobremesa de pimenta dedo de moça picada sem as sementes

3 colheres de sopa de manjericão picado

---

---

## **MODO DE PREPARO**

Em uma panela, coloque o azeite, deixe esquentar, coloque a cenoura, o alho-poró, mexa durante 1 minuto e acrescente os tomates. Acrescente o sal e a pimenta dedo-de-moça. Coloque o peixe. Deixe cozinhar nesse molho, por 2 minutos de cada lado. Acrescente o manjericão. Reserve.

Depois de frio, com as mãos, faça pedacinhos do filé de peixe. Divida em quatro porções iguais. Reserve o molho.

---

## **PURÊ DE FEIJÃO VERDE FRESCO**

---

### **INGREDIENTES**

100g de feijão verde fresco

300ml de água

2 talos de aipo sem os fios, pois serão usados depois

2 colheres de sopa de azeite

4 colheres de sopa de castanha de baru picada e levemente torrada.

4 colheres de sobremesa de farinha PANKO

4 colheres de sobremesa de queijo parmesão de ótima qualidade ralado

Sal

---

### **MODO DE PREPARO**

Em uma panela pequena, coloque a água, o sal e o aipo. Deixe ferver e coloque os feijões. Deixe cozinhar até que estejam bem macios. Retire do fogo. Reserve a água. Deixe esfriar.

Para fazer o purê, coloque no liquidificador os feijões, o aipo e meia xícara da água do cozimento. Bata para formar um purê de consistência suave, mas firme, que se mantenha sobre a massa. Caso seja necessário, coloque mais um pouquinho de água. Corrija o sal e coloque 2 colheres de sopa de azeite. Misture.

Reserve.

---

## **MONTAGEM**

No fundo de um prato, coloque:

Um quadrado de massa, um pedacinho de peixe com o molho em que foi cozido cobrindo o pedacinho de peixe, para que fique suculento, outro quadrado de massa, de modo que as pontas se desencontrem. Sobre ele, o purê de feijão com uma colher de sopa do baru picado por cima. Cubra com mais um quadrado de massa desencontrando as pontas. Cubra este último com uma colher de sobremesa de parmesão misturado com uma colher de chá de farinha Panko. Leve ao forno para esquentar e gratinar, colocando numa travessa untada e em banho-maria.

## **PESTO DE RÚCULA**

---

### **INGREDIENTES**

2 xícaras de folhas de rúcula bem lavadas, secas e sem os talos

1/2 xícara, aproximadamente, de azeite.

Sal

---

### **MODO DE PREPARO**

Bata no liquidificador até formar uma pasta. Reserve.

## **COULIS DE TOMATE**

---

### **INGREDIENTES**

4 tomates sem pele e sem semente

Sal

1 pitada de açúcar

---

## **MODO DE PREPARO**

Bata no liquidificador até formar um creme. Reserve.

O pesto de rúcula e o coulis de de tomate são opcionais. Mas farão toda a diferença na hora da finalização do prato.

Sirva os raviólis bem quentes com os molhos frios ao lado.

**Roberta Sudbrack**

*Roberta Sudbrack*



Roberta Sudbrack, recém-escolhida a melhor chef mulher da América Latina, pela revista inglesa *Restaurant*, e contemplada com o Prêmio Rio Show de Gastronomia como o Melhor Restaurante Contemporâneo, apresentou um outro estilo no evento do Globo. Se em seu restaurante do Jardim Botânico, ela surpreende a cada lançamento de novas receitas autorais sofisticadas, no evento ela preparou um clássico da cozinha popular: o buraco quente, feito com pão e carne moída. “Eu adoro e considero um sanduíche muito representativo na cultura da comida de rua brasileira. Em cada estado do Brasil existe uma versão e um nome diferente para ele. De cachorro-quente nordestino a buraco quente, são inúmeras as versões e a versatilidade desse sanduíche”, elogia a chef, que também foi um dos grandes sucessos do evento com o seu foodtruck

## **INGREDIENTES**

25 minipães franceses

500g de carne moída de patinho

1 cebola grande picada

3 dentes de alho picados

1 pimentão verde médio picado

3 pimentas dedo de moça picadas

3 tomates sem pele e sem sementes picados

300g tomate pelati picado

5 ovos

Sal

Azeite extravirgem

---

## **MODO DE PREPARO**

Aquecer a panela e refogar a carne moída em azeite até que fique toda soltinha e levemente dourada. Retire a carne da panela e reserve.

Na mesma panela e utilizando o fundo caramelizado que criou no fundo, refogar em azeite a cebola e em seguida o alho. Junte o pimentão e refogue mais. Junte os tomates e refogue até ferver bem, junte a pimenta dedo-de-moça.

Acrescente novamente a carne moída na panela e misture bem todo o refogado que já está lá. Refogue bem e tenha ao lado outra panela com água quente para ir regando sempre que necessário. Deve cozinhar por 40 minutos a uma hora, sempre regando.

O resultado é uma carne moída bem molhadinha e suculenta. Deve estar apimentada também. Se necessário, adicione mais pimenta dedo-de-moça.

Reserve a carne.

Cozinhe os ovos colocando-os em água fria e conte 7 minutos a partir do momento da fervura. Desligue e esfrie-o em água fria já descascando. A gema deverá estar amarelinha, cozida e não cinzenta. Pique todos os ovos até que vire uma farofinha de ovos. Corte a “tampinha” do pão e retire todo o miolo, cuidado para não arrancar o fundo para que o recheio não vaze. Aquecer o pão no forno somente para ficarquentinho, recheie com a carne moída e finalize em cima com os ovos picados.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Refogado apurado pede a condimentação do syrah, de preferência com o grenache de Côtes du Rhone.

**Ana Salles**

*Ecochefs*



A ecochef Ana Salles surpreendeu em sua aula ao lado de Teresa Corção e Ciça Roxo, no evento do Globo. Ela apresentou um caldo de talos e cascas, uma sopa de alface crespa e um crocante de talos. “Eu queria fazer algo bem diferente do que todo mundo está acostumado a comer. Uma coisa que me incomoda muito é não aproveitar integralmente o alimento, é um desafio para mim sempre. A gente tem mania de jogar partes fora sem perceber. Então quis aproveitar o talo da salsa para fazer o crocante. E o mais interessante é fazer de uma maneira que seja gostosa. Não adianta apresentar uma solução que não seja saborosa”, conta Ana. “O bacana foi ver todo mundo comendo surpreso: ‘Nossa, que delícia!’. O nome sopa de alface em si pode realmente não ser um atrativo, mas, no momento em que você experimenta, vê que pode ser muito gostosa. É uma alternativa para quando você não quiser comer a folha na salada”, explica.

## *Crocante de Talos*

---

### **INGREDIENTES**

200g de talos de salsa e coentro cortados finamente

100g de castanha-do-pará picada

30g de linhaça dourada

Ervas secas a gosto

Sal a gosto

---

### **MODO DE PREPARO**

Misture os ingredientes, regue com azeite e leve ao forno sobre papel manteiga até ficar bem tostado.

## **INGREDIENTES**

Cascas de 2 cebolas

Folhas de 2 alho-poró (parte mais escura)

Talos de 1/4 de molho de salsa

Folhas de 1/4 de salsão

3 litros de água

---

## **MODO DE PREPARO**

Leve tudo ao fogo bem baixo. Pode colocar também cascas de cenoura, abobrinha e partes que não usamos dos legumes e verduras. Não coloque legumes que tenham muito amido como batata, aipim e batata baroa. Para aromatizar, pode colocar gengibre e, se quiser, um fundo picante de pimenta dedo-de-moça. Não coloque sal.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um rosé provençal, de preferência com predomínio de cinsault

## *Sopa de Alface Crespa*

---

### **INGREDIENTES**

1 pé de alface crespa verde

1 batata média

1l de caldo de legumes (melhor é produzir o caldo)

1l de água

1 cebola média

2 dentes alho

1 colher (sopa) de manteiga

sal a gosto

---

### **MODO DE PREPARO**

Refogue a cebola e o alho bem picados na manteiga, coloque o caldo e a batata cortada em cubos e deixe até cozinhar; no final do cozimento, coloque as folhas de alface já lavadas cortadas em tiras grossas. Imediatamente leve para bater no liquidificador, até obter um creme liso. Dê um choque térmico no creme.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um tinto leve e fresco, como os arintos alentejanos, que ainda dão um toque de flores interessante a um prato com essa leveza.

## **Teresa Corção**

### *Ecochefs*

Presidente e fundadora do Instituto Maniva, ONG pioneira em trabalhar a gastronomia como instrumento de transformação social, além de chef e proprietária do restaurante O Navegador, Teresa Corção se apresentou no Rio Gastronomia ao lado das também ecochefs Ana Salles e Ciça Roxo. Ela ensinou a preparar uma manteiga de ervas e uma calda de manjerição. “Foi supersimples. A calda é feita com água e açúcar, esfriada e depois batida no liquidificador com manjerição, para ser colocada em sorvetes e frutas. É muito aromática e muito gostosa. Pensei em trazer esta receita porque ninguém faz. É uma coisa engraçada: as pessoas pensam em sobremesa com hortelã, mas não pensam no manjerição, que é uma erva que combina superbem com fruta e com doce. É um jeito de trazer mais uma erva para a sobremesa”, anima-se Teresa.

## *Calda de Manjeriçã*

---

### **INGREDIENTES**

500g de açúcar

250ml de água

1 molho manjeriçã (só as folhas)

---

### **MODO DE PREPARO**

Em uma panela de cobre, coloque o açúcar e a água. Leve ao fogo até virar uma calda de ponto de fio fino. Deixe esfriar. Bata no liquidificador com as folhas de manjeriçã.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Com o conteúdo de açúcar um vinho com leveza mas a estrutura de um branco siciliano.

## *Manteiga de Ervas*

---

### **INGREDIENTES**

200g de manteiga sem sal

5g de ervas finas (não resinosas)

5g de flor de sal

---

### **MODO DE PREPARO**

Pique as ervas o mais fino possível. Deixe a manteiga ficar em temperatura ambiente e mexa com o fouet. Tempere com sal. Acrescente as ervas picadas e misture bem. Enrole a manteiga em papel filme em formato de cilindro e leve ao congelador ou coloque em formas de silicone ou na casca de um limão. Nesse caso junte também a raspa de meio limão à mistura da manteiga.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Se for com peixe ou com aves, um chardonnay com pouca madeira.

## **Ciça Roxo**

### *Ecochefs*

Criadora dos cardápios de diversas casas no Rio, como o bar de tapas ¡Venga!, o asiático Mekong, o Zot gastrobar e a casa de shows Miranda, Ciça Roxo se apresentou ao lado das também Ecochefs do Instituto Maniva Teresa Corção e Ana Salles. Ciça ensinou uma receita de molho pesto e outra de tagliolini. “Pensei nessas duas coisas porque no pesto você pode utilizar vários tipos de ervas, inclusive inusitadas, como o jambu, a berduêga, o caruru, que são punks, e com ele imaginei utilizar dentro de uma massa, não só como molho, mas como parte do ingrediente que faz a massa, para ela ficar verde e ao mesmo temperada, além de preservar ela por mais tempo”, dá a dica Ciça.

## **INGREDIENTES**

1 dente de alho sem broto

sal grosso marinho a gosto

50g de folhas basilicão (para mudar o pesto basta mudar a erva)

2 colheres (sopa) de queijo pecorino ralado

6 colheres (sopa) de queijo parmigiano ralado

100ml de azeite extravirgem

1 colher (sopa) de pinoli (pode ser substituído por castanha-do-pará picada)

---

## **MODO DE PREPARO**

Limpe as folhas de basilicão (os italianos preferem limpar com pano umedecido para que não fiquem molhadas). As melhores folhas são as grandes e finas — do basilicão que não é mentolado.

Faça uma pasta, usando pilão e almofariz, com o dente de alho e um pouco de sal. Junte os pinolis (ou castanha-do-para picada) e continue pilando até obter um creme.

Junte as folhas de basilicão, um punhado por vez, com um pouco de sal e pile contra a parede do almofariz, fazendo um movimento rotatório, leve.

Misture aos poucos os queijos ralados e por último o azeite “em fio”, até obter um creme de cor verde brilhante e homogêneo.

## **INGREDIENTES**

500g de farinha de trigo

1 colher (chá) de cúrcuma

5 ovos

Sal a gosto

Azeite extravirgem a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Misture a farinha com o sal e a cúrcuma. Faça um monte com a farinha e abra um buraco no centro. Abra os ovos e bata-os para ficar uma mistura homogênea.

Coloque os ovos e um fio de azeite no buraco do monte de farinha. Misture com as pontas dos dedos de uma mão.

Amasse, sove, cubra com pano umedecido e deixe descansar por meia hora.

Abra a massa e corte em tiras finas, ou seja em tagliolini. Cozinhe em água fervente salgada na proporção de 5g para cada litro de água. Cozinhe al dente e sirva com a manteiga de ervas.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um branco provençal, especialmente se o pesto for sobre massa.

**Kátia e Bianca Barbosa**

*Aconchego Carioca*



O Aconchego Carioca pôs a Praça da Bandeira no mapa gastronômico da cidade. A apresentadora de TV inglesa Nigella Lawson e o chef espanhol Ferran Adrià foram alguns dos nomes que estiveram no restaurante para provar as delícias que saem da cozinha. Mãe e filha, Kátia e Bianca Barbosa comandam as panelas da casa (que, em breve, ganhará filial no Leblon, onde funciona o Comedoria, também de Kátia) e, juntas, elas participaram do Rio Gastronomia em uma apresentação sobre o arroz. Elas falaram sobre as variedades do grão e prepararam duas versões de festa: Kátia mostrou como se faz o bolinho de arroz com curry, recheado com queijo minas padrão, e Bianca preparou um miniarroz-doce brulê, finalizado com maçarico. “A gente se identificou com o tema porque a gente adora uma festa, e adora comida de festa”, diz Bianca. “Acho que descobriram que eu sou apaixonada por arroz! Eu como arroz puro, amo, tenho trilhões de receitas”, revela Kátia.

## **INGREDIENTES**

1 xícara de cebola picada

6 colheres (sopa) de azeite

2 xícaras de arroz branco

1 colher (sopa) de curry

1 colher (sopa) de sal temperado (alho, cebola, salsa, pimenta)

8 xícaras de água

1 molho de salsa

1/2 xícara leite de coco

3 xícaras de farinha de trigo

0,5kg de queijo de minas padrão

0,5kg de farinha de rosca

0,5l de leite

---

## **MODO DE PREPARO**

Picar a cebola e a salsa. Refogar a cebola no azeite. Acrescentar o arroz no refogado. Adicionar o curry e o sal temperado. Colocar a água. Quando a água estiver secando, inserir a salsa e o leite de coco. Adicionar a farinha de trigo. Mexer vigorosamente até que a farinha de trigo cozinhe e a massa comece a desgrudar do fundo da panela. Esperar esfriar. Montar um bolinho, recheando com o queijo cortado em quadradinhos. Empanar na farinha de rosca. Passar o bolinho rapidamente no leite. Empanar na farinha de rosca novamente. Fritar em óleo na temperatura média de 150°C.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Jerez é um vinho parceiro de entradas picantes e exóticas e vai lavar o curry da boca como um refresco. Na falta de

Jerez, um sauvignon blanc sem muita madeira.

**Roland Villard**

*Le Pré Catelan*



Ele comanda o Le Pré Catelan, considerado um dos melhores restaurantes da cidade — com direito a uma estrela no Guia Michelin, e levou o Prêmio Especial do Prêmio Rio Show de Gastronomia 2015. O francês Roland Villard é uma das estrelas da gastronomia carioca e lotou o auditório do evento do GLOBO. Ele apresentou como fazer um tartare de atum com óleo de pequi e feijão manteiguinha. “É uma receita baseada nos produtos nativos do Brasil e do mar, pois temos atum, feijão, óleo de pequi, são todos produtos que existem aqui no Brasil e é uma receita adaptada para qualquer pessoa que queira surpreender os familiares e os amigos. Acho que não tem nenhuma dificuldade para realizá-la. Se não tem atum, pode ser outro peixe, não tem problema”, explica Villard. “Quis fazer uma receita do Menu Villegagnon, que tem lá no restaurante, para justamente dar uma relação com os 450 anos do Rio e dizer que, dez anos antes, os franceses estavam aqui no mesmo lugar”, brinca, fazendo menção ao militar francês que tentou colonizar o Rio de Janeiro, mas teve a comitiva expulsa pelos portugueses.

*Tartare de Atum Temperado  
com Óleo de Pequi,  
Salada de Feijão Manteiguinha  
e Pesto de Folha de Taioba*

---

## COZIDO DO FEIJÃO MANTEGUINHA

### INGREDIENTES

150g de feijão manteiguinha

500g caldo de legumes

2 colheres (sopa) de salsa picada

---

### MODO DE PREPARO

Deixe o feijão 4h na água e escorra. Cozinhe o feijão no caldo até que fique al dente. Deixe resfriar no caldo e escorra.

## VINAGRETE DE PEQUI

---

### INGREDIENTES

20ml óleo de pequi

80ml azeite de oliva

5g de gergelim

5g de papoula

1 de suco de limão e a raspa da fruta

---

### MODO DE PREPARO

Fazer a vinagrete com os ingredientes e reservar.

## TARTARE DE ATUM

---

---

## **INGREDIENTES**

500g de filé de atum fresco

½ cebola rocha

1 colher (sopa) de cebote

1 colher (sopa) rasa de gengibre moído

1 limão

Minissalada

---

## **MODO DE PREPARO**

Limpe o filé de atum e corte em cubinhos. Tempere com sal e acrescente um pouco de vinagrete de pequi com o gengibre. Finalize com cibelette e cebola roxa picada. Tempere o feijão com o pesto de taioba.

## **PESTO DE TAIOBA**

---

### **INGREDIENTES**

2 folhas de pesto

200ml de azeite

50g de castanha-do-pará

50g de parmesão

1 dente de alho

---

### **MODO DE PREPARO**

Cozinhe bem as folhas com água fervendo e salgada, resfrie com água gelada e deixe secar. Coloque as folhas no liquidificador, mixe com azeite, castanha-do-pará torrada, queijo parmesão e alho. Acerte o tempero com sal e pimenta-do-reino.

---

---

## **MONTAGEM**

Tempere o feijão com o pesto de taioba; coloque no aro e o tartare em cima com algumas minifolhas de salada e as fatias de pão torrado (opcional).

---

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Prato com suavidade digna de um cabernet franc

**Jan Santos**

*para Senac*



O chef mineiro Jan Santos, que viveu durante anos na Espanha e trouxe sua experiência no país para o restaurante Entretapas, mostrou a mistura de influências que permeia sua cozinha. Ele criou tapas usando técnicas espanholas e ingredientes brasileiros: gazpacho de açaí com sardinha marinada, 'espaguete' de palmito pupunha com molho romesco de frutos secos brasileiros e pimenta biquinho, e hambúrguer Toro, feito com rabada. Santos se apresentou no Espaço Senac, ao lado do ex-aluno do Senac Daniel Martins. "Quando me convidaram para dar a aula, automaticamente eu quis fazer 'Brasil em tapas'. Deu para mostrar que tapas não são só espanholas: são uma maneira de fazer uma receita e só precisam de bons produtos. E nós temos bons produtos", defende Jan Santos.

## *Gazpacho de Açai com Sardinha Marinada*

### GAZPACHO DE FRUTOS ROJOS

---

#### **INGREDIENTES**

1 molho de salsa

700g de tomates maduros

200g de polpa de açai

80g de cebola

100g de pimentão verde

3g de alho

70g de azeite de oliva

1 colher de sopa Vinagre de Jerez

#### **MODO DE PREPARO**

Colocar todos os ingredientes no thermomix, menos o azeite, e triturar durante 1,5 minutos, começando da velocidade 5 e ir subindo gradativamente até a velocidade 10. Passado este tempo, diminuir até a velocidade 5 e acrescentar lentamente o azeite até emulsionar. Provar, caso haja falta, acertar o ponto de sal e acidez. Guardar na geladeira.

### SARDINHA MARINADA

---

#### **INGREDIENTES**

1kg de sardinha

700ml de água

700ml de vinagre

1/2 colher de chá sal

200g azeite extravirgem

Dentes de Alho

### **MODO DE PREPARO**

Limpar a sardinha, tirar as espinhas e separar em dois filés. Reservar.

Misturar a água, o vinagre e o sal, acrescentar a sardinha e deixar marinando por 4 horas (não pode ser em recipiente de metal).

Após as 4 horas, retirar as sardinhas, secar e colocar no azeite que está com o alho cortado em lâminas. Por último, acrescentar a salsinha picada.

Guardar em geladeira para o consumo.

A sardinha poderá ser consumida em até uma semana.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Uma cava nobre, que enxagua a força dos dois ingredientes principais

**Júlio Lima**

*para Senac*



Ele próprio ex-aluno de um programa social do Senac e há 25 anos professor da instituição, o chef Júlio Lima, coordenador da Carreta Escola de Gastronomia do Senac RJ, um projeto que leva cursos gratuitos a moradores de favelas, e coordenador de responsabilidade social do Senac RJ, apresentou, na cozinha de vidro do Rio Gastronomia, uma aula sobre cogumelos, ao lado de sua ex-aluna Isabella Mafra. Ele falou sobre os diferentes tipos do ingrediente e deu duas receitas: amuse-bouche de duas trutas e compota de cogumelos sobre polenta cremosa. Os pratos foram harmonizados com cerveja Moa pale ale, com 5% de teor alcoólico, toques condimentados.

## **INGREDIENTES**

250g shiitake

250g shimeji

60g funghi secchi

400g tomate sem pele

150g cebola picada

1 caqui

2 colheres de sopa de Namplá

3 colheres de sopa de molho de ostra\*

30g de alcaparras picadas

---

## **MODO DE PREPARO**

Hidrate o funghi secchi em água quente e reserve. Limpe os cogumelos. Corte os cogumelos e reserve. Refogue a cebola e salteie os cogumelos, acrescentando os tomates, o caqui e as alcaparras, tempere com o Namplá e molho de ostra e deixe compotar.

*\* pode ser comprado em casas orientais*

## *Polenta Cremosa*

---

### **INGREDIENTES**

2 espigas de milho verde

500g de Milharina

100g de manteiga

100g de cebola picada

1 dente de alho

1l de caldo de frango

100g queijo gruyère ralado

Sal a gosto

---

### **MODO DE PREPARO**

Debulhe o milho verde e bata os grãos no liquidificador com o caldo de frango e coe.

Leve uma panela de fundo grosso ao fogo e coloque a cebola o alho e em seguida o caldo de frango com milho. Umedeça a farinha de milho e misture ao caldo, mexendo até que esteja cozido. Retire do fogo e acrescente a manteiga e o queijo gruyère.

Sirva em seguida.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um riesling, de toques selvagens e adocicados como os da receita.

**Nanda de Lamare**

*Gula Gula*



A chef executiva da rede Gula Gula, que está comemorando 30 anos, e neta do fundador do grupo, Nanda de Lamare, falou sobre um assunto que tem tudo a ver com o restaurante: cozinha carioca. Ela desvendou os segredos de dois hits de seu cardápio: salada de batata frita e o picadinho brasileirinho. “Esse tema é a cara do Gula Gula, que é um restaurante muito identificado com a cidade. A salada é mais antiga do cardápio e uma das mais conhecidas. Quando lançamos o primeiro livro do restaurante, ficou uma dúvida se daríamos a receita ou não. E agora, quando falei que queria ensinar essa receita na aula, todo mundo ficou: ‘Ai, mas meu Deus!’”. E eu falei: “Vamos, gente, é um evento maravilhoso e tem tudo a ver com o Rio”, revela Nanda.

## *Salada de Batata Frita*

### MOLHO ROSÉ

---

#### **INGREDIENTES**

300g de maionese

200ml de creme de leite fresco

125g de ketchup

1 fio de azeite

2g de mostarda clara

---

#### **MODO DE PREPARO**

Misturar os ingredientes com o batedor de arame e reservar em geladeira.

### SALADA DE BATATA FRITA

---

#### **INGREDIENTES**

360g de cenoura ralada

540g de frango desfiado (cozido)

90g de ervilha congelada

80g de milho verde enlatado

120g de passas pretas

600g de molho rosé

---

#### **MODO DE PREPARO**

Misture todos os ingredientes, acrescente o molho e reserve refrigerado. Batata palha para finalizar (opcional).

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Rosé do sul da França, que tem frescor e tarimba para acompanhar saladas similares, além do próprio molho rosé.

**Luca Gozzani**

*Grupo Fasano*



A carreira dele começou cedo, aos 14 anos, no Instituto Professionale Alberghiero di Stato Bernardo Buontalenti. Depois, foi trabalhar no premiado Antica Osteria del Teatro, em Piacenza. Hoje, está à frente do Grupo Fasano. O italiano Luca Gozzani ensinou no evento como se faz um prato clássico: o tartare. Aqui, em duas versões: de carne e de atum. “O grupo não faz nada que não seja algo clássico, a gente segue a receita usando produtos de qualidade. Em vez de temperar com maionese comprada, a gente faz a própria maionese. O segredo é o perfeito equilíbrio nos temperos”, descreve ele. Já o tartare de atum surgiu em versão modernizada. “A gente revisitou uma receita clássica: ela leva iogurte, a gente tez uma esfera. E a botarga brasileira também ajuda a ressaltar o sabor. Na verdade, pode fazer com qualquer peixe, mas o mais importante é a qualidade e que esteja fresco. É bom ter um açougueiro e um peixeiro de confiança”, ensina.

## **INGREDIENTES**

- 1 colher (chá) de alcaparra
- 1 colher (chá) de cebola picada
- 1 colher (chá) de salsa picada
- 1 colher (chá) de ketchup
- 1 colher (sopa) de mostarda
- 4 a 5 colheres (sopa) de azeite extravirgem
- 1 colher (chá) de molho Worcestershire
- Pitada de sal
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 gema de ovo
- 80 a 100g de filé mignon cortado na faca em pedaços bem pequenos

---

## **MODO DE PREPARO**

Misturar todos os ingredientes — quase como fazer uma maionese — e com o molho temperar a carne e servir.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um tinto leve como o Beaujolais, que tem suculência para um prato idem e que segura o molho ácido.

## **INGREDIENTES**

1 colher (chá) de iogurte integral

500ml de água

1g de alginato de sódio

1 colher (chá) de cebolinha picada

1 colher (chá) de pão de rosca

1 colher (café) de salsa picada

3 a 4 colheres (sopa) de azeite extravirgem

Sal

Pimenta a gosto

1 colher (café) de botarga de tainha ralada

60 a 70g de atum cortado em pedacinhos pequenos

---

## **MODO DE PREPARO**

Misturar o alginato com a água no liquidificador. Despejar a colher de iogurte misturado com a cebolinha e uma pitada de sal, formando assim uma esfera que deverá ficar na solução de água e alginato por 2 ou 3 minutos. Misturar todos os outros ingredientes, com exceção da botarga no atum e misturar delicadamente. Servir com a esfera de iogurte por cima do tartare e pulverizar com a botarga ralada.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um branco fresco mas com alguma estrutura, como os viogniers do sul da França.

**Marcelo Scofano**

*para Azeite Gallo*



Estilo Gourmet

*Cerveza*

Ecochef do Instituto Maniva e azeitólogo representante do Azeite Gallo, Marcelo Scofano falou no evento do Globo sobre as vantagens e mitos acerca do óleo de oliva.

Entre as receitas apresentadas, estava um caldo batizado de Terra e Mar, de mandioca, com bacalhau e carne-seca, finalizado com azeite extravirgem. O bacalhau foi confitado e a carne-seca, refogada no azeite com cebola. “O que eu mais quis enfatizar foi o uso do azeite desde o preparo culinário e a quebra de um tabu, pois criou-se um mito no Brasil de que azeite não se aquece”, garante. “Outra ideia é a gente tentar mudar a nossa base para preparar a farofa com farinha de mandioca. Em vez da manteiga de garrafa, da manteiga ou do óleo de soja, trocar por azeite de oliva é uma boa ideia. A inserção do azeite na culinária brasileira é importantíssima não só pelo significado do alimento como funcional, mas também pelo valor nutricional que ele agrega a qualquer preparação”, defende.

## **INGREDIENTES**

500g de mandioca

300g de bacalhau dessalgado

100g de carne seca desfiada

1 cebola

Folhas de louro

4 folhas de couve

2 dentes de alho

200g de farinha de mandioca

200g de azeitona preta sem caroço

Noz moscada

Sal e pimenta moída na hora

500ml de azeite extravirgem

---

## **MODO DE PREPARO**

Cozinhe a mandioca na panela de pressão com uma folha de louro e um pouco de sal. Reserve com o caldo. Corte a couve bem fina e reserve. Em uma assadeira forrada com papel vegetal, coloque as azeitonas descarapadas e leve-as ao forno a 160°C por 30 minutos até que desidratem. Reserve. Em uma panela, aqueça o azeite com uma folha de louro e pimenta-do-reino em grão. Quando o azeite estiver bem quente, apague o fogo e coloque o lombo de bacalhau imerso. Deixe por 30 minutos com o fogo apagado e panela tampada.

Cozinhe a carne seca em água (pode ser na panela de pressão). Após cozida, desfie bem. Em uma frigideira, refogue a cebola picada no azeite, acrescente a carne seca e salteie até que ela fique levemente crocante. Reserve. Retire o bacalhau do azeite e separe-o em lascas. Reserve. Em uma frigideira, coloque

um fio de azeite, dois dentes de alho picado e, em seguida, acrescente a farinha de mandioca. Pegue as azeitonas desidratadas, coloque em saco plástico e passe o rolo de massa sobre elas até que vire uma paçoca. Acrescente a azeitona moída à farofa e mexa vigorosamente até que esteja bem misturado. Reserve.

Bata a mandioca com parte do caldo no liquidificador até formar um creme homogêneo. Em uma panela, coloque o creme de mandioca, tempere com noz moscada e acrescente a carne seca e o bacalhau. Após 10 minutos de cozimento, acrescente a couve e mexa bem com o fogo apagado. Corrija o sal. Sirva em um bowl, guarnecido com a farofa de azeitona e finalize com um fio de azeite.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Acidez na veia com um alvarinho bem fresco

**Manu Zappa**

*Ateliê culinário Prosa na Cozinha*



Sócia do ateliê culinário Prosa na Cozinha ao lado de Larise Barros, a chef Manu Zappa está acostumada a receber os nomes mais estrelados da gastronomia carioca para aulas na sua charmosa casinha no Jardim Botânico. Não foi diferente no Rio Gastronomia, quando convidou três amigos e chefs para falar ao público ao seu lado: Pedro Pecego, responsável pelo almoço do Prosa, com quem preparou uma receita, Erik Nako, da Primma Bruscheteria, e Elia Schramm, do Laguiole, que ensinaram um prato diferente cada um. “Eles têm estilos diferentes. O Erik tem uma onda mais italiana; o Elia, uma mais contemporânea e eu e o Pedro gostamos dos temperos mais asiáticos. Achamos que o prato escolhido dá uma ideia do que é o Prosa na Cozinha, ou seja, um misto de todo mundo, um lugar que todo frequentam. A gente quis passar um pouquinho da filosofia deste nosso projeto mesmo. O Prosa não é só eu. Somos todos”, diz Manu.

## **INGREDIENTES**

- 4 folhas de papel de arroz
  - 100g de cenoura em julienne
  - 100g de abobrinha em julienne
  - 100g de pepino em julienne
  - 10 folhas de hortelã
  - 10 folhas de manjeriço
  - 10 folhas de coentro
  - 4 unidades de kani
  - 30g de castanha de caju moída
- 

## **MODO DE PREPARO**

Passar um pano úmido nas folhas e rechear com todos os ingredientes. Enrolar e servir com o molho de pimenta doce.

## **MOLHO DE PIMENTA DOCE**

---

## **INGREDIENTES**

- 100 ml de vinagre de arroz
- 1/2 unidade de pimenta dedo-de-moça
- 10g de gengibre
- 1/2 unidade de alho
- 60g de açúcar

100ml de água

10ml de maisena dissolvida

---

### **MODO DE PREPARO**

Ferver tudo e depois bater no liquidificador.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Snack com bebida leve como a cerveja de trigo.

**Pedro Siqueira**

*Puro*



Aberto em março deste ano, o Puro já chegou vencendo o Prêmio Rio Show de Gastronomia na categoria Novidade. À frente da cozinha, o paulistano Pedro Siqueira, que traz no currículo os restaurantes Taillevent (três estrelas do guia Michelin), em Paris, Dom, de Alex Atala (em São Paulo), e Fasano Al Mare. Em sua aula no evento do GLOBO, o chef falou sobre a importância do alimento fresco, preparado com ingredientes de locais, linha que norteia a casa. Siqueira ensinou como se faz um ravióli de pupunha com recheio de cogumelos e brotos. “Tenho esse prato no cardápio, ele é leve e diferente, um dos que mais mostram como é a proposta do restaurante”, comenta Pedro. “Como minha aula foi sobre selo de pureza, falei sobre o produtor dos cogumelos frescos que uso, de Vassouras, e o do palmito pupunha, de Petrópolis. Levei, mostrei, tirei a curiosidade das pessoas. Elas querem saber qual a origem do alimento”, acredita o chef.

## **INGREDIENTES**

1 pupunha fresco

100g de cogumelo shiitake

100g de cogumelo shimeji

100g de cogumelo Paris fresco

30g de cebola

10g de alho

Salsinha

Manjericão

Ciboulette

Azeite extravirgem

Flor de sal

Caldo de legumes

Queijo grana padano

Sal e pimenta a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Lamine a pupunha na espessura que você gostaria de fazer o ravióli. Ideal seria de 4cm de largura. Prepare uma água fervendo para dar o “choque” nas lâminas de pupunha. Cozinhe um pouco até que fique macio para poder manusear, retire e reserve. Corte e refogue os cogumelos com azeite, cebola, alho e temperos a gosto. Quando estiverem bem refogados acrescente o caldo de legumes e deixe ferver por alguns minutos. Em seguida, retire os cogumelos e pique bem até fazer o recheio. Espere reduzir o caldo do cogumelo para que seja feito o molho.

Para fazer o ravióli, coloque duas lâminas de pupunha em forma de cruz, coloque o recheio no meio e depois feche o ravióli com um envelope.

Leve o ravióli à frigideira para grelhar dos dois lados. Assim que tiver dourado, retire.

Prepare a salada de ervas misturando as três e tempere com azeite, pimenta e flor de sal.

---

## **MONTAGEM**

Disponha os raviólis no prato um ao lado do outro, coloque a saladinha de ervas sobre ele, caindo um pouco para os lados e o molho encostando nos raviólis do outro lado. Finalizar com o queijo ralado, decorando o prato, e fios de azeite.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um riesling, que tem aquele toque mineral que segura aquele leve amargor do palmito e ainda acompanha o adocicado sutil dos cogumelos do molho.

**Toninho Momo**

*Momo*



“À Tijuca chegarás, do Momo não passarás.” Esse é slogan que marca a repaginada que Toninho Momo, do Bar do Momo, fez no bar criado por seu pai. Um pouco desse trabalho pôde ser visto na aula ministrada por ele no Espaço Senac no Rio Gastronomia, ao lado de Rodrigo Kossatz, com o tema Sandubas do Brasil. Uma das receitas apresentadas por Toninho foi o sanduíche de pernil com picles de carambola e maionese defumada, com o qual concorreu este ano no festival Comida di Buteco. “Escolhi esse prato porque eu acho muito saboroso, é algo que estou acostumado a fazer e, como dar aula é algo diferente para mim, eu quis estar dentro do meu ponto de segurança”, confessa Toninho, que ainda fez um sanduíche de barriga de pirarucu e uma costelinha de porco guisada com crispy de couve na baguete de milho.

*Sanduiche de pernil com pickles  
de carambola e maionese defumada*

PERNIL

---

**INGREDIENTES**

1kg de pernil

1 xícara de chá de vinho tinto

1 xícara de café de molho shoyu

6 dentes de alho

200 g de cebola

1 colheres de chá de mostarda Dijon

Sal a gosto

Tomilho a gosto

---

**MODO DE PREPARO**

Em um liquidificador, triture o alho e a cebola. Acrescente o vinho, o molho shoyu, 1 colher de mostarda Dijon, sal e tomilho a gosto.

Deixe o pernil, cortado em cubos, marinando nesse caldo durante 24 horas. Depois cozinhe nesse mesmo caldo durante duas horas, até desfiar o pernil. Acrescente água sempre que necessário.

PICLES DE CARAMBOLA

---

**INGREDIENTES**

500ml de vinagre de maçã

200g de gengibre

300g de açúcar

300g de carambola (fatiada)

---

### **MODO DE PREPARO**

Ferva o vinagre, o gengibre e o açúcar. Desligue o fogo após 5 minutos de fervura. Acrescente as carambolas fatiadas e deixe curtir no caldo do pickles.

### **MAIONESE DEFUMADA**

---

#### **INGREDIENTES**

3 gemas de ovo

Suco de limão

1 colher de mostarda Dijon

Liquid smoke

100ml de óleo

---

#### **MODO DE PREPARO**

Num liquidificador, bata a gema de ovo, o suco de limão, a outra colher de mostarda e liquid smoke. Deixe bater o liquidificador, acrescentando sempre um fio de óleo, até chegar à consistência desejada.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Uma cerveja escura, do tipo imperial stout

**Frédéric de Maeyer**

*para Senac*



Chef do sofisticado restaurante Eça, o belga Frédéric de Maeyer volta e meia troca a cozinha do restaurante por sua barraca em feiras gastronômicas, onde serve sanduíches e outras receitas de forma descontraída. Foi com a mesma desenvoltura que ele apresentou uma aula ao lado de Emanuella Braga, do boteco Bode Cheiroso (um dos finalistas do Comida di Buteco este ano), no Espaço Senac dentro do Rio Gastronomia. Na aula com sobremesas de boteco, ela preparou a receita clássica da cartola, doce popular no Nordeste, e ele mostrou uma versão repaginada. “Ficou mais leve, com menos açúcar e queijo. Busquei um jeito diferente, fiz um bolinho de tapioca com queijo coalho dentro, com caldinho de açúcar por cima. Em vez de fritar a banana, fiz um sorvete, só com banana madura batida e congelada”, ensina ele.

## BOLINHO DE COALHO

---

### **INGREDIENTES**

100ml leite

200ml creme de leite

125g tapioca fina

250g queijo coalho ralado

---

### **MODO DE PREPARO**

Ferver o creme de leite com o leite numa panela, despejar a tapioca e o queijo coalho de uma vez só e misturar no fogo médio até desgrudar da borda da panela.

Reservar a massa pronta num recipiente de bordas quadradas numa altura de 3 cm.

Deixar resfriar completamente. Quando tiver bem gelado e endurecido, cortar 8 quadrados iguais. Na hora de servir, grelhar eles dos dois lados numa frigideira antiaderente bem quente.

## SORVETE DE BANANA

---

### **INGREDIENTE**

16 bananas d'água

---

### **MODO DE PREPARO**

Escolher bananas dágua bem maduras. Descascar e passar um pouco de suco de limão nelas. Colocá-las num saco de plástico ou recipiente hermético e congelar por pelo menos 12h. No dia, bater no liquidificador até virar sorvete e colocar no freezer até a hora de servir.

## CALDA DE MASCAVO

---

### INGREDIENTES

250g de açúcar mascavo

200g de água filtrada

1 lasca de gengibre

1 raspa de limão Taiti

10g de canela em pó

---

### MODO DE PREPARO

Juntar todos os ingredientes numa panela e ferver, peneirar e deixar resfriar.

---

### MONTAGEM

Escolher um prato fundo bonito colocar no fundo a calda de mascavo.

Pôr de um lado, um bolinho de coalho, e do outro lado, uma quenelle de sorvete de banana. Servir logo.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Para paladares suaves, vinhos idem, mas com a suculência de uma uva gamay com pinot noir, de uma área como o Mâconnais.

**Daniel Lameirão**

*Deli Delícia*



O bom e velho sanduíche pode ganhar um toque que faz toda a diferença. Foi o que ensinou Daniel Lameirão, chef da Deli Delícia, charmosa mistura de delicatessen e café com três lojas na cidade, no evento do Globo. Utilizando os pães e frios da loja, ele ensinou a fazer molhos para incrementar o lanche. “Essa base, que é uma maionese sem ovos — mas pode até não ser chamada de maionese — dá infinitas possibilidades para a pessoa criar. No caso da aula, fizemos uma com molho pesto, uma com rouille, apimentada, uma com salsa verde e uma com mostarda Dijon e mel. Além do mais, por não levarem ovos, os molhos têm uma vida útil mais longa, de uns sete dias na geladeira”, explica ele. “A proposta da aula foi mostrar que temos pães e embutidos de qualidade e molhos à altura disso tudo para levar o sanduíche a um nível mais legal.”

*Porchetta no Pão Mealhada  
com Ruille e Maionese de Salsa Verde*

MAIONESE (BASE)

---

**INGREDIENTES**

150ml de leite

50ml de suco de limão

20g de gema

40g de alho

740ml de óleo de canola

---

**MODO DE PREPARO**

Juntar o leite e o suco de limão no copo do liquidificador. Com o liquidificador ligado, ir despejando o óleo em fio bem fino.

Com o óleo terminado e a consistência desejada atingida, acrescentar o alho. Acrescentar os ingredientes finais para o molho desejado e bater até ficar liso. No caso do pesto e salsa verde, fazer uma pasta com os demais ingredientes e depois incorporar à base.

MAIONESE DE PESTO (355G)

---

**INGREDIENTES**

250g base de maionese

5g ajinosal

25g manjeriço

5g alho

50ml azeite extra virgem

20g parmesão

10g grana padano

15g castanha de caju

#### MAIONESE DE RUILLE (360G)

---

##### **INGREDIENTES**

250g de base de maionese

10g de farinha de rosca

60g de molho de tomate

15g de alho

20g de pimenta dedo-de-moça

1g de pimenta-do-reino

2g de páprica doce

2g de sal

#### MAIONESE DE SALSA VERDE (475G)

---

##### **INGREDIENTES**

250g de base de maionese

20ml de suco de limão

70ml de azeite

15g de alho

35g de salsa

50g de hortelã

35g de cebolinha

## PORCHETTA NO PÃO MEALHADA COM RUILLE E MAIONESE DE SALSA VERDE

---

### INGREDIENTES

Pão mealhada

150g de porchetta

40ml de ruille (receita abaixo)

40ml de maionese de salsa verde (receita abaixo)

---

### MODO DE PREPARO

Levar o pão mealhada ao forno pré-aquecido a 180°C por 5 minutos.

Abrir o pão e dividir os molhos em ambas as partes.

Dispor a porchetta em uma das partes e fechar o sanduíche.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um italiano com boa acidez, como o barbera.

**Maria Victoria Oliveira  
e Ana Patricia Góes**

*Bolo com Bolo*



Mãe e filha, Maria Victoria Oliveira e Ana Patricia Góes, da Bolo com Bolo, ensinaram alguns 'pulos do gato' do doce na aula que deram juntas. “Foi um dos primeiros bolos que aprendi a fazer e minha mãe fazia para mim quando eu era pequena. São receitas de família, e eu já estou na terceira geração fazendo a mesma receita. Minha mãe morou nos Estados Unidos muitos anos, e, em termos de bolo, acho que eles têm técnicas fantásticas. São sabores da minha infância... Quando a minha filha começou a fazer bolo, foram as primeiras receitas que ensinei a ela”, conta Maria Victoria, que trabalhou com o chef suíço Carlo Möckli, sobre o Granny's Devil's Cake, de chocolate.

## **INGREDIENTES**

250g de farinha

100g de manteiga s/ sal

300g de açúcar mascavo

2 ovos

50g de cacau 100%

70g de água

1 colher de (chá) de fermento

1 colher de (chá) de bicarbonato de sódio

200g de creme de leite fresco

---

## **MODO DE PREPARO**

Na tigela da batedeira, junte os ingredientes secos. Peneirar a farinha com o cacau, o fermento, bicarbonato e o sal. Acrescente a manteiga, o creme de leite e a água. Bater por 1 ½ min. Junte os ovos um a um. Assar em forma untada e esfarinhada, a 175°C por 35 minutos, aproximadamente.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Com chocolate, o clássico porto ruby

**Guga Rocha**

*para Friboi*



Ele já cursou Direito, já trabalhou em uma clínica pediátrica e já teve banda de rock. Mas foi na cozinha que se encontrou. O alagoano Guga Rocha tem gosto eclético, é elétrico e animado e, atrás do fogão, não é diferente: o chef agita! Sua aula, no Rio Gastronomia, foi uma das mais divertidas. “Me empolgo mesmo. E adoro ver o interesse das pessoas, adoro conversar com o público e trocar idéias”, disse ele, que participou do evento do GLOBO a convite da Friboi. Guga escolheu um prato bem brasileiro para ensinar: o moquém, que é na verdade uma técnica usada pelos índios para assar suas carnes.

*Moquéem (Filé Mignon em “carvão” com  
Disco de Mandioca ao Molho Nassau)*

## FILÉ MIGNON EM “CARVÃO”

---

### **INGREDIENTES**

200g de filé mignon

10ml de óleo de azeite de oliva

Sal a gosto

Pimenta do reino a gosto

Plástico filme

---

### **MODO DE PREPARO**

Tempere a carne com sal e pimenta do reino e envolva com o plástico filme, apertando bem, leve a geladeira por 3 horas. Retire o filme, esfregue azeite na peça e grelhe.

## CARVÃO

---

### **INGREDIENTES**

½ litro de leite integral

20g de funghi seco

20g de presunto cru fatiado

10ml de vinagre balsâmico

2g de sal defumado

---

### **MODO DE PREPARO**

Disponha o funghi e o presunto (“carvão”) numa assadeira, regue com o

balsâmico e leve ao forno a 90°C por 1 hora até que fique bem sequinho e depois mais 10 minutos a 200°C . Triture num mixer até virar um pó junto com o sal defumado.

## DISCO DE MANDIOCA

---

### INGREDIENTES

100g de mandioca cozida

50g de queijo ralado grosso

30g de manteiga

10ml de óleo de milho

Sal e pimenta a gosto

### MODO DE PREPARO

Passa a mandioca cozida *al dente* num espremedor de batata e misture o parmesão ralado. Tempere com sal e pimenta. Faça um disco pressionando com as mãos e frite na manteiga até dourar.

## MOLHO NASSAU (VARIAÇÃO DO MOLHO HOLLANDAISE)

---

### INGREDIENTES

1 colher (sopa) de vinagre de maçã

2 colheres (sopa) de água

1/2 colher (chá) de pimenta rosa

2 gemas

200g de manteiga de garrafa

Suco de limão

Molho de pimenta

Sal a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Amasse os grãos de pimenta rosa e coloque em uma panela, adicione o vinagre e leve ao fogo médio. Quando ferver, desligue o fogo.

Coe o vinagre e reserve-o. Misture as gemas, a água, a cachaça e o vinagre num bowl e bata com um fouet por 3 minutos até que fique espumoso.

Cozinhe a mistura de gemas no bowl em banho-maria (a água não pode ferver e não deve encostar no fundo da tigela, só o vapor é suficiente).

Bata vigorosamente a mistura com um fouet e vá adicionando num fio contínuo a manteiga de garrafa à mistura.

Continue batendo até que a mistura comece a encorpar; então, retire do banho-maria. Tempere com suco de limão, pimenta-do-reino, sal e molho de pimenta a gosto.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Syrah, uma uva perfeita para as carnes e com estrutura para um molho que tem gemas, vinagre e limão.

**Ludmilla Soeiro e Daiti Leda**

*Zuka e Gurumê*



Ludmilla Soeiro, chef do Zuka, e Daiti Leda, chef do Gurumê, se uniram para ensinar o público que foi à Livraria Cultura, no Fashion Mall, receitas de caldos. Ela apresentou um caldinho de vitela com Jerez e ele, o Dashi, um caldo básico da culinária japonesa que entra em várias preparações. Além de ser muito importante no preparo de vários pratos clássicos, o Dashi é rico em umami, o quinto gosto fundamental (junto com salgado, azedo, amargo e doce) descoberto no início do século XX pelo cientista Kikunae Ikeda, que, em japonês, quer dizer saboroso.

## **INGREDIENTES**

4kg de ossos de boi

1 cenoura

2 cebolas com casca

1 talo de alho poró

2 talos de salsaõ

4 folhas de louro

Ervas a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Em uma assadeira, toste os ossos em torno de uma hora. Depois, coloque todos os outros ingredientes por mais 30 minutos. Polvilhe um pouco de farinha de trigo. Quando a farinha estiver dourada, desligue o forno e passe tudo da assadeira para uma panela grande e funda. Adicione água e deixe cozinhar durante 6 a 8 horas sem tampar a panela.

O molho vai encorpendo; enquanto isso, retire as impurezas em cima do caldo com uma escumadeira. Passe tudo por uma peneira. Despreze os sólidos e o caldo está pronto.

Para cada 750ml de caldo pronto, adicione 250ml de creme de leite fresco e 250ml de Jerez. Adicione sal e pimenta moída na hora, a gosto.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Lei básica, servir a bebida do preparo: Jerez fino ou amontillado.

## *Dashi*

---

### **INGREDIENTES**

1l de água

10g de alga kombu

15g de katsuobushi

---

### **MODO DE PREPARO**

Aqueça a água em uma panela junto com a alga kombu. Ao atingir a temperatura média de 85°C, ao ponto de não ferver a água, retire a alga e coloque o katsuobushi, deixando descansar por 5 min. Em seguida, coe o caldo em outra panela.

## **INGREDIENTES**

acelga cortada em 16 partes por folha

batatas cortadas em cubos médios

cenouras cortadas em lâminas

shitake sem o talo

shimeji sem o talo

salmão cortado em pedaços médios

cebolinha cortadas em 8 partes

tofu (se quiser)

80g de missô

1 colher e meia de açúcar

---

## **MODO DE PREPARO**

Dentro da panela com dashi, coloque salmão e batatas cozinhando por 8 minutos. Dica importante: retire ao máximo com uma concha a espuma que começará aparecer na panela. Em uma panela de cerâmica japonesa (se não tiver, pode ser uma panela normal) coloque todos os vegetais crus de forma organizada. Em seguida, coloque as batatas e o salmão (cuidado para não desmanchar) com uma concha. Por último, coloque o caldo. Com um coador pequeno, derreta a pasta de missô dentro da panela, utilizando o caldo quente e tampe. Deixe cozinhar por 10 minutos, tirando novamente a espuma e sirva.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Para sair do lugar comum do saquê, um vinho bem seco como o manzanilla, do sul da Espanha

**Shaun Dowling e Emiliana Azambuja**

*para Moa*



A aula *MOAOTEAROA: cerveja e gastronomia unindo Nova Zelândia e Brasil através dos sabores* teve nada menos que cinco pratos harmonizados com cervejas Moa. O beer sommelier, professor do Senac e embaixador da Moa José Honorato, o chef neozelandês Shaun Dowling e a chef goiana Emiliana Azambuja, da Moa, escolheram para a apresentação as receitas de vinagrete com cebola-roxa, azeite, tomate, coentro e kiwi com pão multigrãos típico da terra de Dowling; peixe com cebola e limão com baru (amêndoa típica do Cerrado); abóbora com homus e pernil suíno com pão árabe tostado; cordeiro assado e brownie de chocolate meio-amargo e chantilly de limão cristalizado. “Nós pensamos em cinco pratos porque queríamos mostrar a diversidade das duas culinárias, não teria como colocar tudo em um prato só”, conta Honorato, explicando que o cardápio foi decidido em conjunto pelos três. Aprenda a fazer dois, cujas receitas estão neste livro, e faça um brinde!

## **INGREDIENTES**

1 cebola cortada finamente

2 colheres de manteiga

4 colheres de sopa de alho poro cortados finamente

1/2 litro de leite

2 colheres de amido de milho

300g de requeijão moreno

Sal a gosto

---

## **MODO DE PREPARO**

Doure os dentes de alho, amassados, na manteiga. Junte o alho poró.

Despeje o leite e adicione o amido de milho. Mexa até engrossar levemente. Finalize com requeijão moreno e mexa até ficar bem ligado.

## **INGREDIENTES**

1,2kg de pernil de cordeiro limpo

Sal e pimenta-do-reino a gosto

10g de alho moído, o equivalente a 1 dente

10g de ervas frescas picadas (tomilho, alecrim e salsa), o equivalente a 1 colher de sopa

3 colheres de sopa de raspa e suco de limão siciliano

15ml de azeite, o equivalente a 1 colher de sopa

120g de cebola, o equivalente a 1 unidade média

60ml de vinho branco seco, o equivalente a 1/4 de xícara

---

## **MODO DE PREPARO**

Pré-aqueça o forno a 180°C. Retire toda a gordura do cordeiro e tempere com o sal, a pimenta, o alho, as ervas e o suco de limão. Em uma panela, aqueça o azeite e doure toda a superfície do pernil juntamente com a cebola. Adicione o vinho para soltar os resíduos do fundo da panela.

Coloque a panela no forno e deixe cozinhar por aproximadamente 40 minutos coberta com o papel alumínio. Descubra, vire a carne e cozinhe por mais cerca de 20 minutos ou até que atinja a temperatura interna de 62°C. Sirva o pernil com cremosinho de requeijão moreno

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Para carnes naturalmente mal passadas, um vinho sanguíneo como os de Bordeaux.

**Ricardo Lapeyre e Pascal Jolly**

*Brasserie Lapeyre e Chez L'Ami Martin*



Conhecedores da culinária gaulesa clássica, Ricardo Lapeyre, da recém-aberta Brasserie Lapeyre, e o francês Pascal Jolly, do Chez L'Ami Martin, se uniram em uma apresentação no Fashion Mall. “Nós demos uma aula sobre suflê. Cada um deu uma receita, mas, no fundo, cada um fez a receita dos dois, foi tudo junto e misturado, foi o maior clima bom. Eu fiz um suflê glacê, que o meu pai fazia no Hippopotamus nos anos 80”, resume Ricardo Lapeyre, filho de Claude Lapeyre, chef francês radicado no Rio. Modifiquei um pouquinho a receita, que é um suflê gelado feito com licor de laranja. O Pascal fez um flan suflê, como a gente chama. Tudo na verdade era desculpa para que a gente simplificasse as receitas e fizesse suflês que não tivessem que sair do forno e ficar em pé durante a degustação toda. A gente adaptou a receitas e fez essa brincadeira que ajuda as pessoas que querem reproduzi-las em casa.”

## *Suflê de Parmesão*

---

### **INGREDIENTES**

600g de bechamel

9 gemas

15 claras

Sal e pimenta a gosto

300g de gruyère

300g de parmesão

---

### **MODO DE PREPARO**

Misture as gemas no bechamel e, depois, acrescente o gruyère e o parmesão. Bata as claras em neve. Depois, aos poucos, misture as claras ao bechamel e adicione sal. Unte 12 ramequins. Despeje a mistura e leve ao forno, a 180°C, por cerca de 10 minutos de um lado. Vire o lado do tabuleiro, de modo que os ramequins que estavam na frente fiquem no fundo, e asse por mais cerca de seis minutos.

Retire, desenforme e sirva.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Branco da Borgonha, um Meursault ou Montrachet, que têm estrutura e até um amanteigado que combinam com o suflê mais fino.

## *Suflê Glacê*

### SABAYON

---

#### **INGREDIENTES**

3 gemas

1/2 laranja pêra

75g de açúcar

### MERENGUE

---

#### **INGREDIENTES**

1 e 1/2 de claras

70g de açúcar

### CHANTILLY

---

#### **INGREDIENTES**

150ml de creme de leite com no mínimo 30% de gordura e bem frio

10ml de Grand Marnier

---

#### **MODO DE PREPARO**

Começar com o merengue francês: bata as claras em neve e adicione o açúcar em três partes até que fique brilhante e forme como um bico de passarinho quando retirar o globo da batedeira; deixe esta preparação de lado enquanto procede com o sabayon.

Sabayon: comece a bater as gemas com o suco de 1/2 laranja; coloque as 75g de açúcar em uma panela e hidrate com um fio de água somente para que todo o açúcar esteja úmido; cozinhe esta calda até chegar a 118°C e entorne a calda no

bowl da batedeira em fio. Quando o bowl estiver morno pode parar de bater e incorpore o merengue no sabayon.

Bata o creme de leite até o ponto de chantilly. Misture o Grand Marnier no chantilly e adicione ao todo.

Por esta massa em ramequins e congelar. No dia seguinte estará pronto para degustar.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Um vinho untuoso e que integra a receita original, o vinho de marsala.

**Priscila Deus e Elaine Rabello**

*Pobre Juan e Galeto Sat's*



Priscila Deus, do Pobre Juan, se uniu a Elaine Rabello, do Galetto Sat's (que venceu a categoria Na Madrugada no Prêmio Rio Show de Gastronomia 2015), no espaço gourmet da Livraria Cultura, no Fashion Mall, como parte do evento do Globo. A chef do restaurante especializado em carnes preparou um ojo de bife ancho regado com azeite de ervas frescas, enquanto Elaine ensinou a fazer o acompanhamento, um cuscuz marroquino. “Pensei numa carne nossa, do Pobre Juan. O ojo de bife ancho é extremamente valorizado pelo marmoreio, é uma carne macia, saborosa. E também na facilidade das pessoas fazerem em casa, mesmo com outros cortes. Simulei uma churrasqueira, preparei os vegetais enterrados na brasa, usei uma assadeira com brasa dentro, o que deu aquele sabor de tostado”, ensina Priscila. “O cuscuz marroquino da Elaine também fez muito sucesso”, elogia ela, sobre a receita que levou pistache e damasco, entre outros ingredientes.

## **INGREDIENTES**

350g de top sirloin

24g (um pedaço) de cenoura assada

65g (um pedaço) de beterraba

10g (3 unidades) de cebola assada

40g (metade de uma fatia) de abóbora assada

43g (uma metade) de batata doce assada

50g (3 colheres de sopa) salsa de ervas frescas

---

## **MODO DE PREPARO**

Antes de iniciar o preparo da receita, separe e pese todos os ingredientes. Leve todos os legumes para grelhar na chapa da parrilha até dar uma leve dourada de todos os lados. Em paralelo, a carne deve estar grelhando também. Quando a carne estiver pronta deve ser fatiada em tiras de 1 cm. Por volta de 4 a 5 fatias.

---

## **MONTAGEM**

Coloque a batata doce na parte superior do prato. Em cima, o pedaço de abóbora. Ao lado, a beterraba, e a cenoura, inclinada em cima de tudo. As cebolinhas ao lado de todos os legumes. Por último, coloque a carne já fatiada do lado oposto dos legumes. A salsa de ervas frescas entram por cima da carne e dos legumes.

## **INGREDIENTES**

90g de tomilho

150g de salsinha fresca

135g de alho fresco

15g de pimenta dedo de moça

30g de manjeriço em folhas

6g de orégano seco

21g de sal

3 unidades de limão siciliano

420g de óleo

6g de páprica doce

750g de azeite extravirgem

---

## **MODO DE PREPARO**

Lave as folhas de tomilho, escorra e pique finamente. Corte a pimenta dedo de moça em finas fatias e depois em brunoise. Siga o mesmo procedimento com o alho fresco. Misture o tomilho, o alho, a pimenta e pique mais um pouco para ir misturando os três ingredientes. Acrescente o orégano e misture com a faca. Após misturar tudo, coloque em um bowl de inox e reserve. Pique a salsinha finamente e coloque no papel toalha para secar. Acrescente a salsinha no bowl. Misture e está pronto.

---

**HARMONIZAÇÃO SUGERIDA** | Para um prato marroquino, um syrah daquela região, a surpresa da estação.

**Natália Santos**

*para Knorr*



Chef e nutricionista, Natália Santos passou o evento do GLOBO provando ao público que todo mundo pode cozinhar. No quiosque da Knorr, ela ensinou receitas utilizando produtos da marca. No auditório principal, Natália, ao lado de duas blogueiras convidadas mostrou na prática como pode ser fácil fazer um prato bonito e gostoso. A receita escolhida foi a coxinha da asa de frango com cerveja preta.

## **INGREDIENTES**

1 embalagem de Meu Assado KNORR Limão e Orégano

1,2kg de coxinhas da asa

1 xícara (chá) de cerveja preta

---

## **MODO DE PREPARO**

Abra a parte superior da embalagem do tempero Meu Assado KNORR Limão e Orégano e retire o saquinho plástico. Coloque dentro do saquinho as coxinhas da asa. Abra a parte inferior da embalagem do tempero Meu Assado KNORR Limão e Orégano e coloque o tempero dentro do saquinho. Regue com a cerveja, feche o saquinho bem com o lacre incluso na embalagem e misture suavemente. Disponha em um refratário, leve ao forno médio (180 graus) por 1 hora e 10 minutos. Retire do forno, corte cuidadosamente o saquinho plástico e sirva em seguida.

## Glossário

| **Ágar-ágar** | normalmente vendido sob a forma de pó ou como tiras de algas secas, é um gelificante proveniente de algas

| **Aligot** | especialidade gastronômica francesa, é um purê de batatas mesclado com nata e queijo

| **Amuse bouche** | mini porções, normalmente servidas antes da refeição

| **Brunoise** | forma de cortar vegetais em pedaços pequenos e regulares

| **Fouet** | utensílio de confeitaria, é usado para bater ingredientes que demandam mais cuidado no manuseio, como clara em neve, cremes, molhos e ovos

| **Mandolina** | utensílio culinário usado para ralar e cortar alimentos, principalmente vegetais

| **Mirin** | condimento japonês, semelhante ao saquê

| **Molho Worcestershire** | conhecido também como molho inglês

| **Nam plá** | popular tempero da culinária tailandesa, significa “água de peixe” (molho fermentado feito de peixe)

| **Quenelle** | bolinho feito com carne ou peixe muito condimentados, ligados com clara de ovo e natas, ovos batidos ou manteiga e farinha

| **Ramequín** | pequeno pote de cerâmica

| **Sumissô** | molho japonês à base de missô

| **Thermomix** | eletrodoméstico que reúne várias funções

## ORGANIZAÇÕES GLOBO

Presidente

Roberto Irineu Marinho

Vice-presidentes

João Roberto Marinho – José Roberto Marinho

## INFOGLOBO

Diretor-geral

Frederic Kachar

# O GLOBO

Diretor de Redação e Editor Responsável

Ascânio Seleme

Editores Executivos

Paulo Motta, Sílvia Fonseca e Francisco Amaral

Editores

País: Allan Gripp

Rio: Rolland Gianotti

Economia: Flávia Barbosa

Mundo: Sandra Cohen

Segundo Caderno: Fátima Sá

Esportes: Márvio dos Anjos

Sociedade: William Helal Filho

Vídeo-jornalismo: Roberto Maltchik

Fotografia: Antônio Ribeiro

Arte: Rubens Angelo Paiva

Opinião: Aluizio Maranhão

Rio Show: Inês Amorim

Ela: Ana Cristina Reis

Revista O GLOBO: Gabriela Goulart

Boa Viagem: Léa Cristina

Bairros: Milton Calmon

Internet: Eduardo Diniz

Mídias Sociais: Sérgio Maggi

Sucursal de Brasília: Sergio Fadul

Sucursal de São Paulo: Luiz Antônio Novaes

## Table of Contents

[Prefácio](#)

[Carol Figueiredo](#)

[Suco Ressaca](#)

[Suco Verde](#)

[Arthur Sauer](#)

[Fraldinha Grelhada com Vinagrete de Cebola Roxa e Purê de Mandioquinha](#)

[Carlos Ohata](#)

[Ebi no Sumissô](#)

[Pedro Artagão](#)

[Steak Tartare](#)

[Entrecote du Porc](#)

[Christophe Lidy](#)

[Remoulade de Pupunha](#)

[Andrea Henrique](#)

[Torta Raw Food de Maracujá](#)

[Andrea Panzacchi](#)

[Sorvete de Limoncello](#)

[Alfredo Galhães](#)

[Ravióli de Banana-da-terra com Bacalhau](#)

[Alessandro Trindade](#)

[Espetinho Satay com Molho Thai](#)

[Felipe Bronze](#)

[Espuma de Cocada](#)

[Bolo de Amendoim](#)

[Danio Braga](#)

[Piedini di Vitello Alla Salvia](#)

[Fabiana D'Angelo](#)

[Brigadeiro Preto](#)

[Brigadeiro de Limão](#)

[Brigadeiro de Pasta de Avelã](#)

[Brigadeiro de Doce de leite](#)

[Brigadeiro de Nozes](#)

[Olivier Cozan](#)

[Galete Completa](#)

[Claude Troigros](#)

[Ceviche de Veiras com Batata-doce Agridoce](#)

[Gisela Abrantes](#)

[Farofa com Gema Perfeita e Azeitonas em Pó](#)

Rafael Cardoso

Musse Romeu e Julieta

Wagner da Silva

Pastel de Nata

David Zisman

Curry Vermelho Tailandês

Camarões com Abacaxi e Curry Vermelho

Frédéric Monnier

Hambúguer de salmão com Picles Brasileiro

Silvana Bianchi

Ravióli Contemporâneo

Roberta Sudbrack

Buraco Quente

Ana Salles

Crocante de Talos

Caldo de Talos, Cascas e Folhas duras

Sopa de Alface Crespa

Teresa Corção

Calda de Manjerição

Manteiga de Ervas

Ciça Roxo

Molho Pesto

Tagliolini de Cúrcuma

Kátia e Bianca Barbosa

Bolinho de Arroz com Curry

Roland Villard

Tartare de Atum Temperado com Óleo de Pequi, Salada de Feijão

Manteiguinha e Pesto de Folha de Taioba

Jan Santos

Gazpacho de Açaí com Sardinha Marinada

Júlio Lima

Compota de Cogumelos

Polenta Cremosa

Nanda de Lamare

Salada de Batata Frita

Luca Gozzani

Tartare de Carne

Tartare de Atum

Marcelo Scofano

Caldinho Terra & Mar

Manu Zappa

Rolino Vietnamita

Pedro Siqueira

Ravióli de Pupunha

Toninho Momo

Sanduíche de pernil com picles de carambola e maionese defumada

Frédéric de Maeyer

Cartola Moderna

Daniel Lameirão

Porchetta no Pão Mealhada com Ruille e Maionese de Salsa Verde

Maria Victoria Oliveira e Ana Patricia Góes

Granny's Devil Cake

Guga Rocha

Moquéim (Filé Mignon em “carvão” com Disco de Mandioca ao Molho Nassau)

Ludmilla Soeiro e Daiti Leda

Caldinho de Vitela com Jerez

Dashi

Dashi de Missô e Cogumelos

Shaun Dowling e Emiliana Azambuja

Creimosim Metido a Aligot de Requeijão Moreno no Tacho

Cordeiro do Chef Shaun

Ricardo Lapeyre e Pascal Jolly

Suflê de Parmesão

Suflê Glacê

Priscila Deus e Elaine Rabello

Top Sirloin com Salsa e Legumes

Salsa de Ervas Frescas

Natália Santos

Coxinha da Asa com Cerveja Preta

Glossário