

Vieiras grelhadas com risoto de aspargos

Depois de alguns dias de férias, hoje a receita é especial! Com ingredientes que adoramos: vieiras e aspargos! Vamos fazer para 04 pessoas!



[Clique para ampliar](#)

Ingredientes:

– 4 vieiras grandes ou 6 pequenas por pessoa;

- aspargos a gosto;
- 200 gr. de parmesão ralado;
- 300 gramas de arroz arbóreo;
- 1/2 cebola picadinha;
- 1 taça de vinho branco;
- 1 litro de água fervendo;
- 1 caldo de galinha ou legumes;
- 2 colheres (sopa) de manteiga;
- fio de azeite;
- sal e pimenta do reino a gosto.

Para as vieiras:

Temperar com sal, pimenta e limão. E grelhar com um pouco de manteiga 1 minuto cada lado.



[Clique para ampliar](#)

Para o risoto:

Grelhar os aspargos na manteiga e reserve. Para o passo a passo do risoto básico, [clique aqui](#). Para finalizar misture queijo parmesão e o aspargo picado. Separe a ponta de cima para decoração.



Clique para ampliar

TEMPO: 30 min

DIFICULDADE: média

CUSTO: \$\$

Risoto de parma, brie e aspargos



clique para ampliar

Olá, depois do nosso passo a passo ficou fácil né! Vou fazer hoje para 4 pessoas um dos meus preferidos. Brie, parma e aspargos!

Ingredientes:

- todos os do post do risoto
- um bandeja de parma (cerca de 100 gramas);
- 8 aspargos frescos;
- 200 gramas de brie picado.



[clique para ampliar](#)

Modo de fazer:

Faça a receita do risoto do passo a passo. No meio de cozimento vai os aspargos cortadinhos e no final do cozimento misture o brie e o parma.

Aspargos:

Corte os aspargos. Corte os 5 primeiros centímetros dos aspargos (parte da flor) para decorar o prato. Coloque em uma frigideira com um fio de azeite, sal e pimenta. O resto do aspargos corte em cubinhos e coloque no arroz do risoto no meio da cocção.

Parma:

Separe umas 4 fatias de para para fazer o crocante de decoração. Coloque folhas de papel entre as fatias de parma e coloque no microondas. Deixe 30 segundos, depois mais 30 e veja se já está crocante, sem queimar. Geralmente uso 3 tempos de 30 segundos.



[clique para ampliar](#)

O ponto certo é bem crocante, pra gente poder quebrar com a mão e servir por cima do risoto.



[clique para ampliar](#)

O restante do parma vamos desfiar com as mãos e colocar próximo de servir, para não cozinhar.

Brie: So cortar em cubinhos e misturar no final do cozimento.

TEMPO: 30 min

DIFICULDADE: média

CUSTO: \$\$

Carré de Cordeiro com Couscous Marroquino



[Clique para ampliar](#)

Olá,

Essa receita é muito muito rápida, deliciosa e impressiona...
Vamos fazer para 4 pessoas.

Ingredientes:

- 1 kg de carré de cordeiro francês;
- 2 xic de couscous marroquino;



Clique para ampliar

- 3 colheres de sopa de mel;
- 6 colheres de sopa de aceto balsâmico;
- Alho, tomilho, alecrim, cebolinha picada, sal e pimenta do reino moída na hora;
- 8 Aspargos;
- Manteiga;
- 1/2 Cebola.

Modo de fazer:

Tempere o carré com sal e pimenta, deixe-o grelhar em fogo alto, para ficar vermelhinho por dentro. Quando tiver dourado coloque 5 dentes de alho (só amassados, não corte pra não ficar só com gosto de alho), alguns raminhos de alecrim e tomilho. Depois coloque o aceto e o mel, a proporção é 2:1 (usei 6 colheres de sopa de aceto e 3 de mel). Mexa 2 minutos e tá pronto.

O couscous é muito fácil, usei 2 xícaras de couscous para 3 xícaras e meia de água fervendo. Coloque essa mistura em um recipiente com sal e mexa de vez em quando. Coloque uma colher de manteiga e um fio de azeite em uma panela com 1/2 cebola cortadinha, deixe 5 min em fogo baixo, coloque o couscous e

misture com cebolinhas pra dar um colorido.

Os aspargos é so deixar dourar na frigideira com um fio de oleo, sal e pimenta por 5 min.

TEMPO: 20 min.

DIFICULDADE: fácil.

CUSTO: \$\$