

Bolinho de garoupa

Ótimo para receber seus convidados no verão!



Ingredientes:

- 300 gr. de garoupa;
- 300 g de batata;
- 1 celoba picada;
- 1 colher de azeite;
- 2 ovo;

- 3 colheres de trigo;
- Cheiro verde e pimenta do reino a gosto;
- Óleo para fritar;
- Farinha de rosca (ou panko) para empanar.

Modo de fazer:

Faça um caldo de peixe com as partes menos nobres da garoupa – postas mais finas, rabo e cabeça (fica bem saboroso e pode ser utilizado para fazer molhos reduzidos ou para risotos de frutos do mar).

Para o caldo: Refogue a cebola, tomate com azeite e coloque o peixe e deixe refogar por alguns minutos, adicione água fervente, acerte o sal e deixe cozinhar o peixe por uns 10 minutos. Separe o peixe e desfie; Coe o caldo e cozinhe a batata em cubos neste caldo, depois de cozida tire do caldo e deixe esfriar e amasse-as, adicione um ovo, a garoupa desfiada e um pouco de farinha de trigo (até dar o ponto da massa). Faça bolinha, passe no ovo batido e na farinha de rosca ou panko e frite em óleo bem quente.



[Clique para ampliar](#)

Sirva com molho de pimenta!

TEMPO: 30 min

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: \$

Arroz de polvo (com linguiça)

Receita ótima para receber!



[clique para ampliar](#)

Ingredientes:

- 2 kg de polvo (tentáculos);
- 200 ml de vinho tinto;
- 1 cebola;
- 150 ml de azeite;
- 2 dentes de alho;
- 2 tomates pelados;
- 350 gr. de arroz (tipo amarelão);
- Salsinha;
- 2 linguiças (tipo Blumenau; chouriço ou calabresa)
- Sal a gosto.

Modo de preparo:

Limpe o polvo das peles e lave bem. Depois de lavado, corte em pedaços pequenos.

Corte a cebola e os dentes de alho, e os tomates em pedaços pequenos.

Em uma panela no fogo com o azeite, refogue o alho e a cebola. Acrescente os tomates. Adicione o polvo e deixe refogar por uns minutos.

Junte o vinho e um pouco de água. Deixe cozinhar. Tempere com sal. Quando o polvo estiver cozido, coloque o arroz, devendo cozinhar mais 15 minutos. Polvilhe a salsa picadinha.

Como sugestão: Fritamos uma linguiça tipo Blumenau (pode ser chouriço ou calabresa) e colocamos em cima e ficou muito bom!



[clique para ampliar](#)



[Clique para ampliar](#)

TEMPO: 40 min

DIFICULDADE: médio

CUSTO: \$\$

Filé a poivre vert

Receita deliciosa e super fácil!



Clique para ampliar

Ingredientes:

- 4 medalhões de filé mignon de 100g cada;
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 50ml de conhaque
- 100ml de creme de leite
- 2 colheres de sopa de azeite
- pimenta verde em grãos

Modo de fazer dos medalhões [clique aqui](#). Reserve.

Para o molho: Amasse as pimentas num pilão ou com ajuda da lateral de uma faca. Na mesma panela que os filés foram selados, faça o *deglace* com o conhaque e flambe. Acrescente as pimentas amassadas e o creme de leite e deixe reduzir um pouco.



[Clique para ampliar](#)

Sirva os Filé com o molho por cima ou ao lado acompanhado de batatas fritas ou portuguesas!

TEMPO: 20 minutos

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: \$

Camarão na Moranga

Receita ótima para receber para um almoço ou jantar, que você pode preparar tudo antes dos seus convidados chegar e surpreender a todos.



Clique para ampliar

Ingredientes:

- 1 Kg de camarão rosa descascado;
- suco de meio limão;
- 1 cebola cortadinha;
- 5 dentes de alho;
- 200 ml de creme de leite;
- 1 moranga grande; (fizemos uma pequena só para foto)
- 300 gr. de requeijão tipo catupiry;
- sal e pimenta a gosto;
- azeite.

Camarão:

Refogue com azeite a cebola e o alho, por aproximadamente 5 minutos, ou até que a cebola fique transparente. Adicione sal e pimenta a gosto. Quando o refogado estiver pronto, adicione os camarões já temperados com sal e limão e por ultimo o creme de leite, deixe cozinhando por mais uns 5-10 minutos, e reserve.

Moranga:

Após retirar o miolo com as sementes, e fazer uma tampa com a parte superior da moranga (em alguns supermercados já vendem assim), embrulhe em papel alumínio e leve ao forno por 30 minutos.

Montagem:

Retire a moranga do forno e forre com requeijão, adicione o refogado, e cubra com mais requeijão. Coloque no forno por mais 15 minutos para gratinar. Retire e sirva em seguida, acompanhado em arroz branco.

TEMPO: 50 min

DIFICULDADE: média

CUSTO: \$\$

Tarte tatin

Receita da deliciosa torta de maçãs francesa!



[Clique para ampliar](#)

Ingredientes:

- massa folhada – tirar do congelador 20 minutos antes;
- 2 maçãs descascadas e cortadas em fatias;
- suco de meio limão;
- 4 colheres de açúcar;

Modo de preparo:

Misture as fatias de maçã com o suco de limão.

Numa panela que possa ir ao forno coloque o açúcar com uma colher de água e deixe no fogo baixo até que fique a ponto de caramelo. Arrume as maçã organizadas no caramelo e deixe por uns 2 minutos.

Corte um pedaço da massa folhada de acordo com a forma e coloque a massa sobre as maçãs, dobrando as bordas para dentro da forma. Leve ao forno e asse por 30 minutos.

Depois de 10 minutos vire num prato e sirva ainda morna com sorvete.

TEMPO: 35 minutos

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: \$



Clique para ampliar

Arroz de siri

Receita bem gostosa! Apimentada e com um toque adocicado!
Ótima idéia para um almoço na praia!



clique para ampliar

Ingredientes:

- 1/2 kg de carne de siri;
- 200 ml de leite de coco;
- 1 pimenta dedo de moça;
- 1 cebola cortadinha;
- 2 dentes de alho picados;
- salsinha e cebolinha a gosto;
- 1 taca de vinho branco;
- 2 xicara de arroz amarelão;
- 1 caldo de camarão/peixe
- sal a gosto;
- manteiga;
- azeite.

Modo de fazer:

Refogue a cebola com o alho e a pimenta com uma colher de manteiga e uma de azeite por 5 min em fogo baixo e depois coloque a carne de siri. Misture e mantenha em fogo baixo... Faça o *deglace* com vinho branco e por ultimo o leite de côco. Acerte o sal e pimenta do reino se achar necessario. Acrescente o arroz cozido na agua com caldo (peixe/camarão). Coloque a cebolinha e a salsinha para decorar.

TEMPO: 30 min

DIFICULDADE: facil

CUSTO: \$

Nhoque com molho de cogumelos e paillard de filé

Olá, a receita de hoje é de um prato super saboroso! Vamos fazer para 04 pessoas! O molho de cogumelos é um coringa... vai bem com massas, carnes e até sozinho – como um creme! Fica delicioso!



Ingredientes:

- 1/2 kg de batatas cozidas;
- 200 gramas de queijo ralado;
- 1 1/2 xic de farinha de trigo;
- 3 gemas;

- sal e pimenta a gosto;
- 250g cogumelos Paris frescos;
- 1 cebola picada;
- 1 copo de água;
- 1 copo de vinho;
- 2 dentes de alho picado;
- 100ml creme de leite fresco;
- 500 kg de filé mignon cortado em bifés de 3 cm de altura.

Modo de fazer:

Para o nhoque: Amasse as batatas cozidas e misture com os outros ingredientes. Se tiver muito mole coloque mais trigo, até que consiga consistência boa para cortar em cubos. Coloque em água fervente com um pouco de óleo e deixe até subirem. Retire e coloque em escorredor com gelo. Seque e frite em azeite até ficar dourado. Tem o passo a passo [aqui](#).



Clique aqui para ampliar

Para o creme de cogumelos: Cortar os cogumelos em pedaços, e coloque com água no liquidificador batendo até formar um creme. Refogar a cebola e o alho, com um pouco de azeite, e o vinho. Misture com o cogumelo batido, tampe a panela e mexa de vez em quando, deixando reduzir, acrescente o creme de leite e tempere com sal e pimenta.



[Clique para ampliar](#)

Para o Paillard: Coloque o bife dentro de um saco plástico e com um martelo de carne bata até ficar bem fininho. tempere com sal e pimenta e coloque por 30 segundo cada lado em uma frigideira quente com um pinguinto de óleo.



TEMPO: 1 hora

DIFICULDADE: média

CUSTO: \$\$

Camarão Indiano

Camarão com um toque indiano delicioso e fácil!



[Clique para ampliar](#)

Vamos fazer para 04 pessoas.

Ingredientes:

- 1 kg de camarão rosa
- 100 ml de leite de côco
- 1 cebola picada
- 4 dente de alho fatiado
- 1 colher de manteiga
- Fio de azeite de oliva
- Limão
- Sal e pimenta
- Curry a gosto
- salsinha e cebolinha picadas
- Castanha de Caju picada

Modo de fazer

Tempere os camarões com sal e pimenta.

Leve ao fogo uma panela, coloque a manteiga e o azeite, o alho e a cebola até ficar transparente.

Adicione os camarões e cozinhe por 5 minutos, adicione o curry , e por último o leite de coco e desligue. Coloque a salsinha e a cebolinha picada.

Salpique com castanha de caju e sirva em seguida. Para acompanhar sugerimos arroz basmati (ou branco). Rápido de e delicioso.

TEMPO: 20 min

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: \$\$

Polenta com cogumelos, fonduta de queijo e gema mole

Receita para uma refeição sem carne mais cheia de sabor e super fácil.



[Clique para ampliar](#)

Vamos fazer para 04 pessoas:

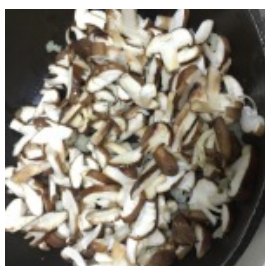
– Polenta: Usamos uma polenta já trufada! Mas se você não achar, pode utilizar a sem ser trufada e adicione azeite ou manteiga trufada.



Clique para ampliar

Misture 1 xícara da polenta com 4 xícaras de água. Leve ao fogo médio até que esteja com a consistência que você prefere, eu preferi mais molinha. Salgue a gosto. Eu ainda coloquei uma colher de manteiga para ficar bem macia.

– Cogumelos:



Clique para ampliar

Ingredientes:

- 200 gramas de Shitake ou cogumelos paris;
- 2 colheres (sopa) de cebola cortadinha;
- 1 colher (sopa) de manteiga;
- sal e pimenta a gosto.

Modo de fazer: Refogue a cebola na manteiga, com um fio de óleo em fogo baixo por 5 min. Acrescente os cogumelos cortados em 4 e mexa de vez em quando. Dá pra colocar um pouquinho de vinho branco, para quem gosta, nesse momento (até 1/2 xic). Deixa os cogumelos murcharem, coloque sal e pimenta e pronto.

- Fonduta de queijo: utilize o queijo de sua preferência, nós utilizamos o queijo gouda.

Ingredientes:

- 200 gr. de queijo gouda em cubos;
- 200 gr. de nata (ou creme de leite fresco).

Modo de fazer: Em uma panela aqueça o creme de leite e vá adicionando o queijo aos poucos.

Montagem:

Coloque a polenta assim que tirar do fogo, abra um buraco para colocar a gema, cubra com a fonduta de queijo bem quente

(irá cozinhar levemente a gema) e adicione os cogumelos.



[Clique para ampliar](#)

TEMPO: 1 hora

DIFICULDADE: média

CUSTO: \$

Filé Wellington

Receita deliciosa para impressionar seus convidados! Foi sucesso no programa de TV Masterchef! Fica delicioso e lindo! E não é tão difícil quanto parece! Vamos fazer? Esta receita é para 06 pessoas!



Clique para ampliar

Ingredientes

- 600g de filé mignon limpo e cortado em formato cilíndrico;
- 250g cogumelos Paris frescos;
- 1 cebola picada;
- 1 copo de água;
- 2 dentes de alho picado;
- 100ml creme de leite fresco;

- 14 fatias de bacon fatiado;
- 400g de massa folhada congelada (usamos AROSA);
- 2 gemas;
- Azeite;
- Sal e pimenta do reino.

Modo de fazer:

1º Pure de Cogumelos:



[Clique para ampliar](#)

Cortar os cogumelos em pedaços, e coloque com água no liquidificador batendo até formar um creme. Refogar a cebola e o alho, com um pouco de azeite. Misture com o cogumelo batido, tampe a panela e mexa de vez em quando, deixando reduzir, acrescente o creme de leite e tempere com sal e pimenta e deixe na geladeira até ficar firme, por até 1 hora.

2º Filé:

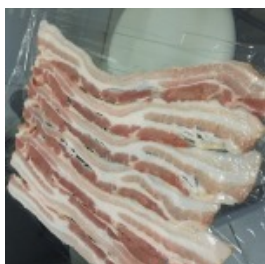


[Clique para ampliar](#)

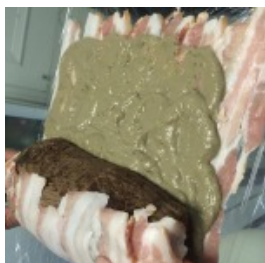
Temperar com sal e pimenta e selar numa frigideira bem quente

de todos os lados (não fure com garfo). Depois enrole num pano limpo e coloque na geladeira por 15 minutos.

3º Montagem:



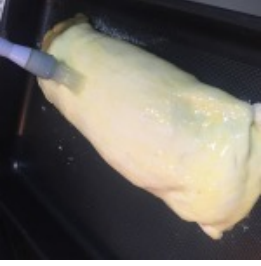
Clique para ampliar



Clique para ampliar



Clique para ampliar



Clique para
ampliar

Abra um papel filme e coloque as fatias de bacon lado a lado, cubra com o purê de cogumelos.

Coloque o filé sobre o purê e, com a ajuda do papel filme, enrole o filé, apertando bem o papel filme nas pontas. Guarde na geladeira por meia hora;

Abra a massa folhada numa bancada polvilhada de farinha de trigo e desenrole o papel filme e enrole o filé com a massa folhada, fechando as laterais. Pincele com as gemas batidas e leve no forno por 40 minutos.



Clique para ampliar

Servimos com uma salada de rúcula e um molho de vinho!



Clique para ampliar

Receita Molho de Vinho:

- 1 cebola roxa picada
- 3 dentes de alho picados
- Pimenta branca em grãos
- Alecrim
- $\frac{1}{2}$ xícara (chá) de vinagre balsâmico
- 1 xícara (chá) de vinho do porto tinto

- 1 xícara (chá) de vinho tinto syrah
- 250g manteiga gelada
- Sal

Utilize a mesma panela em que foi feito o filé, coloque um fio de azeite e refogue a cebola e o alho, adicione um ramo de alecrim, pimenta, o vinagre balsâmico, o vinho do porto e deixe reduzir até quase secar. Junte o vinho tinto e deixe reduzir até três quartos do total. Bata no liquidificador e depois a manteiga.

TEMPO: 1h e 40 min

DIFICULDADE: difícil

CUSTO: \$\$\$