

IGUATEMI DAILY

E-book de Receitas



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo de receitas do dia 26 de outubro ao dia 1º de novembro.

Criadas pelos melhores chefs e restaurantes de São Paulo, disponibilizadas exclusivamente na programação **#IguatemiDaily**.

Continue acompanhando nossas redes sociais para aprender a cozinhar os pratos de seus restaurantes favoritos.

ÍNDICE

Salgados	04
Doces	14

IGUATEMI DAILY

SALGADOS

IGUATEMI DAILY

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@tanamesa.tm @bea_porciuncula



RECEITA DE TORTA DE ABÓBORA

Bea Porciuncula, Tá na Mesa

RECEITA



RECEITA DE TORTA DE ABÓBORA

INGREDIENTES

Para o Molho de Tomate Caseiro:

500g de tomate Débora maduro
1/4 de colher de sopa de alho picado
2 colheres de sopa de azeite de oliva
4 folhas de manjeriço picadas
1/2 xícara de passata de tomate
Sal a gosto

Para o Recheio:

1,5 kg de peito de frango
1 litro de água
2 xícaras de leite integral
1 e 1/2 colher de sopa de amido de milho
2 colheres de sopa de salsinha picada
2 colheres de sopa de cebolinha picada
Sal e pimenta-do-reino branca moída a gosto

Continua...





RECEITA DE TORTA DE ABÓBORA

INGREDIENTES

Para a Massa:

1 e 1/2 xícara de abóbora japonesa

700ml de água

3 ovos grandes

1/2 colher de chá de tempero à base
de alho, cebola e sal
(preferencialmente caseiro)

1 colher de sopa de folhas de
manjeriço

1 colher de sopa de folhas de alecrim

5 colheres de sopa de manteiga sem
sal, derretida

1 e 1/2 xícara de leite integral

3 xícaras de farinha de amêndoa

1 colher de sopa de fermento em pó
químico

2 xícaras de queijo parmesão ralado

1 colher de sopa de manteiga sem
sal, para untar

3 colheres de sopa de farinha de
arroz, de grão-de-bico, ou outra
farinha sem glúten





RECEITA DE TORTA DE ABÓBORA

MODO DE PREPARO

Recheio:

Numa panela, cozinhe o frango na água com sal por 20 minutos, escorra e desfie.

Em outra panela, coloque o frango desfiado, 1 a 2 conchas do molho de tomate e todos os demais ingredientes e cozinhe até que o frango esteja cremoso.

Massa:

Numa panela, cozinhe a abóbora em 700ml de água por 15 minutos e escorra.

Coloque a abóbora no liquidificador, junte os ovos, o tempero, o manjericão e o alecrim e bata até homogeneizar.

Adicione a manteiga e o leite e bata até tudo estar incorporado.

Continua...





RECEITA DE TORTA DE ABÓBORA

MODO DE PREPARO

Junte a farinha de amêndoa, misture primeiro com uma espátula e depois bata até homogeneizar.

Despeje numa tigela, acrescente o fermento e misture com uma espátula.

Despeje metade da massa na assadeira untada com manteiga e polvilhada com farinha de arroz, espalhe o recheio por cima, cubra com o restante da massa e polvilhe o parmesão.

Leve para assar em forno preaquecido a 180°C por 25 minutos, ou até que a massa esteja assada e o queijo, gratinado.

por Bea Porciuncula, Tá na Mesa



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@tanamesa.tm @paulatanamesa



RECEITA DE PÃO DE ERVA-DOCE E AÇAFRÃO

Paula Rizkallah, Tá na Mesa

RECEITA



PÃO DE ERVA-DOCE E AÇAFRÃO

INGREDIENTES

1 e 1/4 de xícara de água morna

1 colher de sopa de fermento
biológico seco

1 colher de sopa de açúcar

2 e 1/4 de xícara de farinha de
trigo

2 colheres de chá de sal

1 colher de sopa de sementes
de erva-doce

1/8 de colher de chá de açafrão
em pó

1 xícara de semolina fina

2 colheres de sopa de fubá,
para polvilhar

2 colheres de sopa de farinha
de trigo, para polvilhar

por Paula Rizkallah, Tá na Mesa





PÃO DE ERVA-DOCE E AÇAFRÃO

MODO DE PREPARO

Numa tigela grande, coloque a água morna, o fermento, o açúcar e 1 xícara de farinha, mexa até que esteja bem misturado e deixe descansar por cerca de 5 minutos.

Quando a mistura estiver espumosa, acrescente o sal, as sementes de erva-doce e o açafrão e misture bem.

Vá acrescentando a semolina aos poucos e mexendo com uma colher até tudo estar bem misturado.

Adicione a farinha de trigo restante e trabalhe a massa até que ela esteja bem firme.

Transfira a massa para uma superfície ligeiramente enfarinhada e comece a amassá-la, juntando mais farinha de trigo se a massa estiver muito pegajosa.

Continua....

por Paula Rizkallah, Tá na Mesa





PÃO DE ERVA-DOCE E AÇAFRÃO

MODO DE PREPARO

Amasse por cerca de 10 minutos, até a massa ficar lisa e macia, depois a transfira para uma tigela, cubra com um pano e deixe levedar à temperatura ambiente até dobrar de volume, o que deve levar cerca de 1 hora.

Com os punhos, abaixe a massa, divida-a em 3 partes, modele cada uma em formato de bola, coloque numa assadeira polvilhada com fubá, cubra com um pano e deixe crescer novamente até dobrar de volume, cerca de mais 1 hora.

Quando faltar 20 minutos para concluir o tempo, aqueça o forno a 190°C.

Coloque a assadeira bem no centro do forno e asse os pães por uns 40 minutos, até que a casca esteja tostada e dourada.

Retire do forno, transfira os pães para uma grade e deixe esfriar completamente antes de cortar.



IGUATEMI **DAILY**

DOCES

IGUATEMI **DAILY**

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@chocolatdujour



RECEITA DE PETIT GÂTEAU DU JOUR

Chocolat du Jour

RECEITA



RECEITA DE PETIT GÂTEAU DU JOUR

INGREDIENTES

60g de chocolate 70% cacau (6 quadradinhos da barra)

60g de chocolate ao leite 45% cacau (6 quadradinhos da barra)

50g de manteiga sem sal

50g açúcar

40g farinha de trigo

1 pitada de sal

2 ovos





RECEITA DE PETIT GÂTEAU DU JOUR

MODO DE PREPARO

Preaqueça o forno a 180° C.

Derreta o chocolate junto com a manteiga em banho maria. Se preferir derreter no micro-ondas, coloque de 30 em 30 segundos até derreter.

Em uma tigela, bata os ovos com o açúcar, e na sequência coloque a farinha e o sal, enquanto o chocolate esfria um pouco. Acrescente o chocolate derretido com a manteiga e misture. Deixe a massa descansar 15 minutos na geladeira.

Preencha as forminhas com a massa e reserve um pouco da massa.

Continua...





RECEITA DE PETIT GÂTEAU DU JOUR

MODO DE PREPARO

Acrescente um bombom no centro de cada forminha e depois complete com o restante da massa para cobrir o bombom.

Leve ao forno a 180° C por 8 a 10 minutos e desenforme no prato para servir.

Para finalizar, se quiser, polvilhe açúcar de confeiteiro ou cacau em pó e acrescente uma bola de sorvete de baunilha ou sirva com creme chantilly.

DICA

Como as forminhas são de silicone, não é necessário untar. Caso prefira usar forminhas convencionais, unte com manteiga e pó de cacau, ou farinha, antes de colocar a massa.



IGUATEMI **DAILY**