

IGUATEMI DAILY

*E-book
de Receitas*

*As Melhores
de 2020*



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo das melhores receitas do ano de 2020.
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

20

IGUATEMI **DAILY**

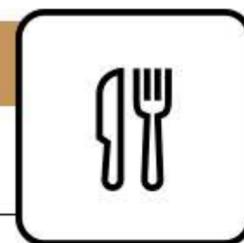
SALGADOS

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@restauranteritz



BOLINHO DE ARROZ

Restaurante Ritz

RECEITA



BOLINHO DE ARROZ

INGREDIENTES

4 xícaras (chá) de arroz, bem cozido

4 ovos

1/4 de xícara de farinha de rosca

1 xícara (chá) de parmesão ralado

1/2 colher (chá) de fermento químico em pó

1/2 xícara (chá) de salsinha, picada

1/2 xícara (chá) de cebolinha, picada

1/2 colher (chá) sal

1 litro de óleo (ou mais se necessário, para fritar)

1/4 de colher (chá) de pimenta-do-reino

por Restaurante Ritz





BOLINHO DE ARROZ

MODO DE PREPARO

Coloque numa tigela o arroz cozido, os ovos, a farinha de rosca, o queijo, o fermento, a salsinha e a cebolinha. Mexa bem, para misturar todos os ingredientes sem deixar pedaços.

Tempere com o sal e a pimenta-do-reino. Misture bem.

Molde os bolinhos à mão, um a um. Lave a mão várias vezes, sempre que a massa começar a grudar.

Ponha o óleo numa frigideira funda, aqueça bem e doure os bolinhos. Frite quatro ou cinco de uma vez. Até dourar.

Retire com escumadeira, escorra bem e sirva em seguida.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@manimanioca



CAPELLINI COM COGUMELOS E MANTEIGA DE LIMÃO

Restaurante Mani

RECEITA

GASTRONOMIA



CAPELLINI COM COGUMELOS E MANTEIGA DE LIMÃO

INGREDIENTES

- 500 gramas de capelini
- 250g de shitake
- 250g de shimeji
- 250g de cogumelo Paris
- 100g de manteiga
- Suco de 2 limões-sicilianos
- Rasps de 1 limao siciliano
- 1 punhado de salsinha picada
- 1 punhado de cebolinha picada
- 35ml de shoyu
- 30ml de azeite de oliva
- 100g de parmesao ralado
- Sal a gosto

por Restaurante Mani





CAPELLINI COM COGUMELOS E MANTEIGA DE LIMÃO

MODO DE PREPARO

Cozinhe o capellini em água fervente e sal.

Esquente bem uma frigideira e salteie as fatias de cogumelos em um fio de azeite.

Quando os cogumelos estiverem dourados, acrescente o shoyu para que as partes presas na panela incorporem no molho. Acrescente 100ml de água do cozimento da massa e a manteiga de limão.

Adicione a salsinha ao capellini al dente.

Salteie a massa e finalize com as raspas de limão-siciliano e a cebolinha.

Sirva com o crocante de parmesão.

por Restaurante Mani

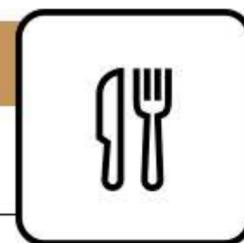


IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@restaurantespot



PENNE ORIENTAL

Restaurante Spot

RECEITA



PENNE ORIENTAL

INGREDIENTES

2 colheres de sopa de óleo de milho
100 g de peito de frango cortado em cubos

1/2 xícara de shiitake cortado em tiras

1 colher de chá de gengibre cortado em tiras

1 pitada de pimenta chilli seca moída

¼ xícara de cenoura cortada em tiras

¼ de xícara de aipo cortado em tiras

¼ xícara de pimentão vermelho em tiras

4 ervilhas tortas cortadas em pedaços médios

1/3 de xícara de molho oriental

1 xícara de penne

Cebolinha, gergelim e amêndoas para salpicar

Ingredientes para o molho oriental:

¼ de xícara de suco de laranja

1 colher de chá de suco de limão

2 colheres de sopa de shoyu

1 colher de chá de maisena





PENNE ORIENTAL

MODO DE PREPARO

Separe todos os ingredientes, inclusive o penne já cozido.

Na frigideira, já com o óleo, coloque o frango. Acrescente o shitake e deixe dourar.

Junte o gengibre e a pimenta.

Jogue a cenoura, o aipo e as ervilhas. Mexa até que fiquem macios.

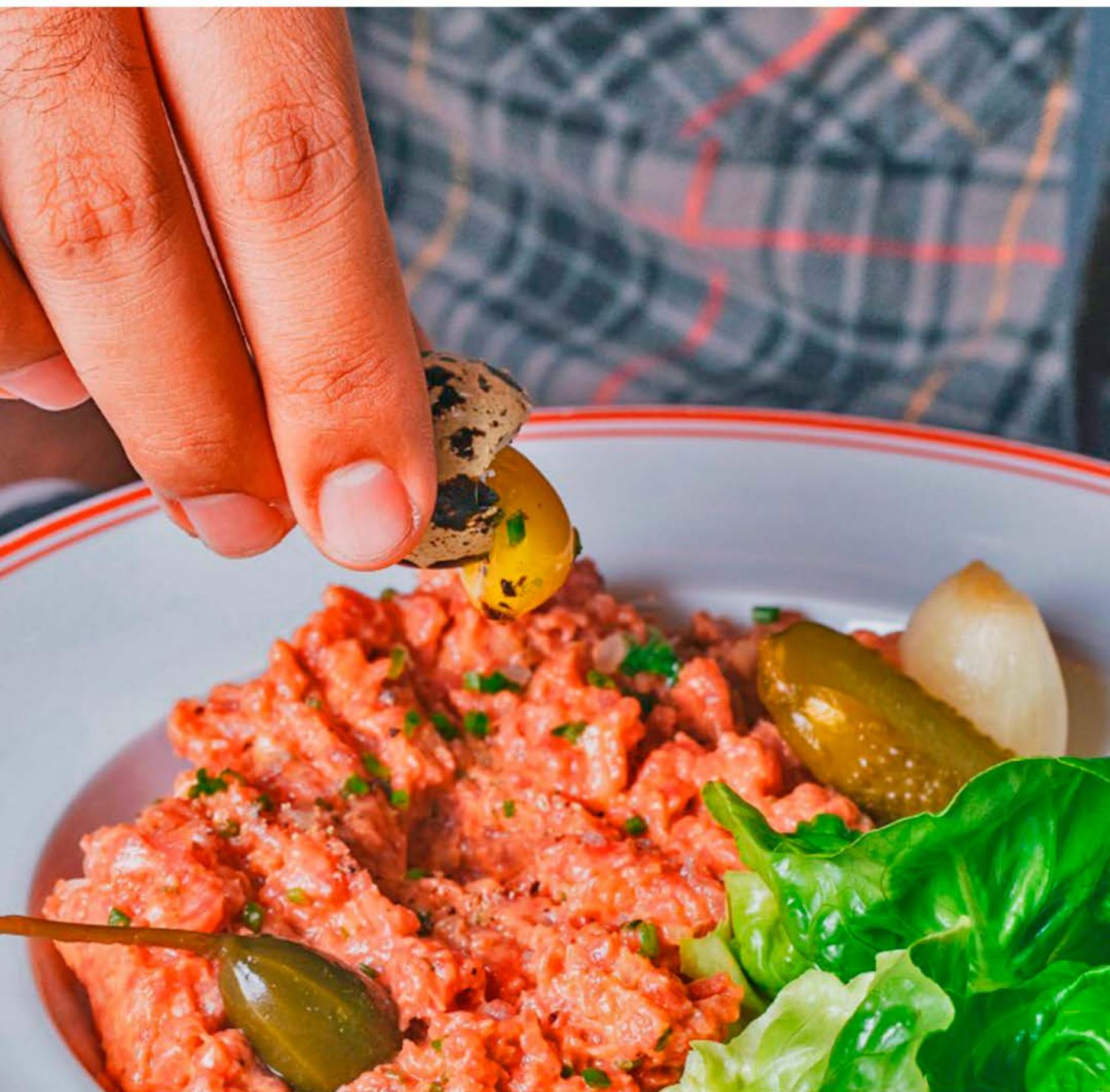
Adicione o molho oriental e misture.

Acrescente o penne, mexa e decore no prato com cebolinha, gergelim e amêndoas.

por Restaurante Spot



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@icibrasserie



STEAK TARTARE

Ici Brasserie

RECEITA



STEAK TARTARE

INGREDIENTES

360g de coxão mole, patinho ou filé mignon

2 colheres de chá de cebola bem picada

2 colheres de chá de pepino em conserva bem picado

2 colheres de chá de molho inglês

2 colheres de chá de mostarda de Dijon

1 colher de sopa de azeite

Algumas gotas de tabasco

1 colher de sopa rasa de maionese

1 colher de chá de salsinha picada

1 colher de chá de conhaque

3 colheres de chá de ketchup

Sal a gosto

Pimenta-do-reino a gosto

por Ici Brasserie





STEAK TARTARE

MODO DE PREPARO

Pique bem a carne, a cebola, o pepino em conserva e a cebolinha.

Em um bowl, acrescente a carne picada e tempere com a pimenta do reino moída na hora, azeite, sal e molho inglês. Em seguida adicione ketchup, maionese, cebola, pepino em conserva, cebolinha, mostarda dijon, conhaque (para tirar o cheiro forte da carne) e tabasco. Misture bem com o auxílio de uma colher até obter uma mistura homogênea unindo bem os temperos, não muito húmido e nem muito seco.

Coloque no prato e finalize com a gema do ovo de codorna temperado com flor de sal e pimenta, alguns picles, folhas de alface romana e o alcaparrone e cebolinha.

por Ici Brasserie

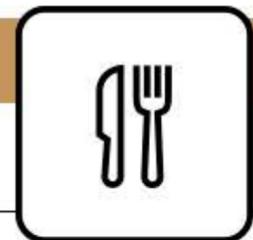


IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@lejazzbrasserie



CASSOULET

Le Jazz Brasserie

RECEITA



CASSOULET

INGREDIENTES

- 1 kg de feijão branco
- 1 bouquet garni (ervas frescas variadas)
- 1 kg de linguiça fresca
- 4 manchons de canard confit (coxa de pato confit)
- 1/2 kg de bacon em pedaços grandes
- 1 colher de sopa da gordura do confit
- 1 cebola
- 4 dentes de alho
- 3 cenouras em rodellas de 1 cm
- 1 litro de caldo de frango
- 2 colheres de sopa de extrato de tomate

por Le Jazz Brasserie





CASSOULET

MODO DE PREPARO

Cozinhe o feijão com o bouquet por 2 horas até o ponto “al dente”.

Desfie a carne em pedaços grandes, e coloque os ossos para cozinhar com o feijão.

Em uma panela, frite os manchons até que fiquem bem crocantes e reserve. Frite o bacon e a linguiça na mesma panela, até atingirem ponto de crocância.

Depois, retire da gordura da frigideira e junte a cebola, a cenoura e o alho, refogando mais um pouco e adicionando a carne de pato grosseiramente desfiada.

Por último, acrescente o caldo de frango.

Após apurado, despeje o refogado no feijão, já sem os ossos do pato, coloque o extrato de tomate e deixe cozinhar por mais 30 minutos.

Sirva no prato fundo, gratinado com a farinha de pão da brandade e um manchon frito no meio.

por Le Jazz Brasserie



IGUATEMI **DAILY**

DOCES

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@manimanioca



BOLO DE COCO

Padoca do Mani

RECEITA



BOLO DE COCO

INGREDIENTES

Para a massa:

6 ovos

360 g de açúcar

420 g de farinha de trigo

250 ml de suco de laranja, espremida
na hora

18 g de fermento em pó

Para a calda:

1 l de leite

500 g de leite de coco

500 g de leite condensado

por Padoca do Mani





BOLO DE COCO

MODO DE PREPARO

Quebre os ovos dentro da vasilha da batedeira e bata-os em velocidade média até ficarem encorpados e esbranquiçados.

Quando tiver duplicado de tamanho, adicione aos poucos o açúcar. Em uma vasilha, misture o fermento e a farinha e reserve.

Retire a massa da batedeira e, com uma espátula, adicione aos poucos a mistura de farinha e fermento, intercalando com o suco de laranja. Mexa até ver toda a farinha dissolvida e só então adicione mais farinha e suco.

Unte uma forma retangular de 20 cm x 30 cm com manteiga sem sal, polvilhe com farinha e despeje a massa cuidadosamente.

Asse em forno preaquecido a 170°C por 30 minutos.

Enquanto isso, em uma vasilha limpa, misture bem todos os ingredientes da calda até o leite condensado dissolver bem. Logo que retirar o bolo do forno, faça furos na massa usando um garfo e despeje a calda por cima. Cubra com o coco ralado e leve à geladeira para resfriar.

Rende 10 pedaços.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@chocolatdujour



CHOCOLATE CHIP COOKIE

Chocolat du Jour

RECEITA



CHOCOLATE CHIP COOKIE

INGREDIENTES

- 2 1/2 de farinha de trigo
- 1 colher de chá de flor de sal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 1/2 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 2 1/2 tabletes de manteiga sem sal
- 1 1/2 de açúcar mascavo
- 3/4 de xícara de açúcar
- 2 ovos, temperatura ambiente
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 3 xícaras de chips (gotas pequenas) de chocolate meio amargo

por Chocolat du Jour





CHOCOLATE CHIP COOKIE

MODO DE PREPARO

Em um mini bowl, misture a farinha, o sal, o fermento em pó e o bicarbonato de sódio.

Em um bowl grande, com um mixer elétrico no médio, bata a manteiga e os dois açúcares até que fique macio (fofo), aproximadamente 4 minutos. Inclua e bata os ovos (1 por vez); adicione a baunilha. Com o mixer lento, adicione gradativamente a mistura de sal, farinha, fermento e bicarbonato; bata apenas até misturar. Adicione os chips de chocolate, misture até que estejam distribuídas uniformemente.

Refrigere por pelo menos 1 hora ou até o dia seguinte.

Faça bolas com a massa utilizando um pegador de sorvetes (se tiver paciência, o ideal é congelar as bolas).

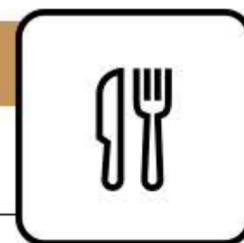


IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@confeitariadama



TORTA TROPICAL

Confeitaria Dama

RECEITA



TORTA TROPICAL

INGREDIENTES

Para a massa doce:

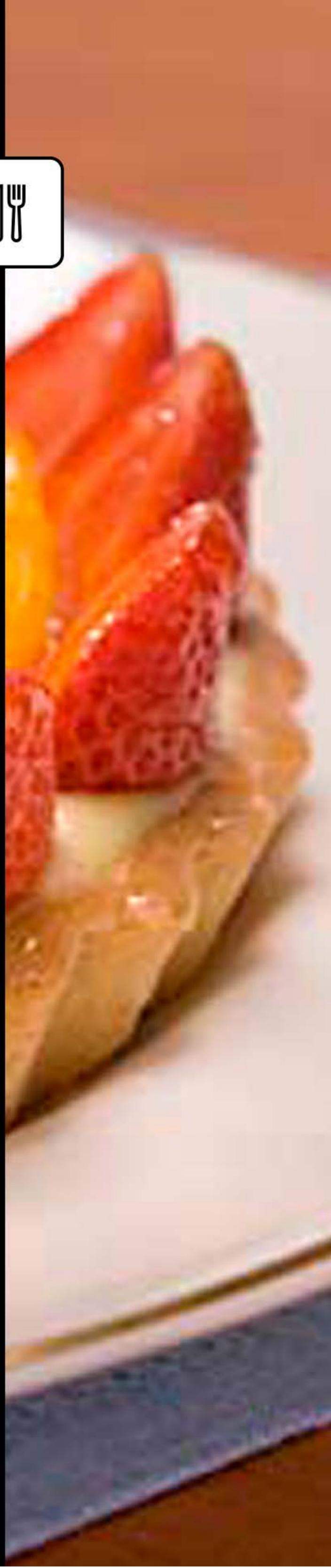
- 3 xícaras de farinha de trigo
- 1 xícara de farinha de castanha
- 1/2 xícara de manteiga
- 1 xícara de açúcar
- 2 ovos
- 1 colher (de chá) de baunilha
- 1 colher (de café) de sal

Para o recheio de Creme Patsie:

- 2 e 1/2 xícaras de leite
- 1 xícara açúcar
- 5 gemas
- 1/2 xícara de amido

Para a cobertura de frutas:

- 50 unidades de morango
- 6 unidades de kiwi
- 1 unidades de manga





TORTA TROPICAL

MODO DE PREPARO

Para a massa:

Misturar os ingredientes secos (farinha de trigo, farinha de castanha de caju, sal, açúcar, manteiga) na batedeira até que não tenha mais pedaços de manteiga. Misturar o ovo e a baunilha em um bowl e depois colocar na batedeira. A massa não pode ficar nem mole e nem grudenta. Embalar e levar a geladeira por mais ou menos 2 horas. Abrir com rolo de macarrão, sempre jogando farinha para não grudar. Depois coloque a massa sobre a fôrma para torta de 22 cm, raspe as bordas e o excesso de massa e levar para assar.

Para o recheio:

Coloque o leite para ferver, depois misture as gemas e o açúcar em um outro recipiente e mexer. Quando o leite ferver, acrescentar tudo na panela que está no fogo. Fique mexendo até ficar bem homogêneo e que desgrudar da panela. Dica: não raspe o fundo da panela, para que fique com a consistência de creme de baunilha.

Depois leve para a geladeira por mais ou menos 2 horas.

Continua...





TORTA TROPICAL

MODO DE PREPARO

Para finalizar, corte os morangos ao meio, e o kiwi e a manga em pedaços pequenos.

MONTAGEM

Com a massa já assada, cubra com o creme de patsie e decore com as frutas.

Rendimento: 2 tortas de 22 cm.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@lepainquotidienbr



MINI BROWNIE DE CHOCOLATE BELGA

Le Pain Quotidien

RECEITA

GASTRONOMIA



MINI BROWNIE DE CHOCOLATE BELGA

INGREDIENTES

240g de chocolate meio amargo

200g de açúcar orgânico

50g de farinha de trigo

200g de manteiga

4 ovos brancos

1 pitada de sal marinho



por Le Pain Quotidien



MINI BROWNIE DE CHOCOLATE BELGA

MODO DE PREPARO

Em uma batedeira, bata o açúcar e os ovos até que fiquem homogêneos e que o açúcar esteja completamente dissolvido. Em um banho maria derreta o chocolate e a manteiga juntos.

No recipiente da batedeira, incorpore a mistura do chocolate e a manteiga aos ovos e misture bem. Por último, junte a farinha e o sal sem bater, apenas incorpore à farinha.

Pré-aqueça o forno, coloque em uma forma untada e leve pra assar em fogo médio (160°) por 25 min.

Ele fará uma "casquinha" na parte de cima, mas na parte interna ficará super cremoso.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@isabelaakkari



BOLO DE AMENDOIM COM CALDA DE PAÇOCA

Isabela Akkari

RECEITA



BOLO DE AMENDOIM COM CALDA DE PAÇOCA

INGREDIENTES

PARA A MASSA

- 1 xícara e meia de açúcar de coco
- 4 ovos
- 2 colheres de sopa cheias de creme de amendoim
- 1/2 colher de sopa de óleo de coco
- 1 xícara de chá de farinha de amendoim
- 1 xícara de chá de farinha de coco
- 1/4 de xícara de chá de leite de castanha de caju (ou outro leite vegetal)
- 1 colher de chá de canela em pó
- 3 colheres de chá de fermento em pó

PARA A COBERTURA

- 500ml de leite de coco
- 100g de xilitol
- 150g de paçoca sem glúten e sem açúcar





BOLO DE AMENDOIM COM CALDA DE PAÇOCA

MODO DE PREPARO

Pré-aqueça o forno a 180°.

Bata os ovos com xilitol até que dobre de volume. Adicione o creme de amendoim, o óleo de coco e o leite até ficar homogêneo.

Acrescente os secos – farinha de amendoim, farinha de coco e canela em pó.

Por último, adicione o fermento químico e mexa com uma espátula.

Coloque em uma forma redonda e asse de 30 a 45 min (ou até que faça o teste do palito e o mesmo saia seco).

Para fazer a cobertura, adicione o leite de coco com 100g de xilitol em uma panela e mexa até reduzir (em média 15 minutos).

Acrescente a paçoca e mexa mais um pouco até que se misture. Espere esfriar um pouco e cubra o bolo com a calda. Finalize com pedacinhos de paçoca!

por Isabela Akkari



IGUATEMI **DAILY**