

IGUATEMI DAILY

The book de Receitas



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo de receitas do dia 15 ao dia 21 de fevereiro.
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

17

IGUATEMI **DAILY**

SALGADOS

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@tanamesa.tm @paula.tanamesa



BERINJELA COM CARNE MOÍDA

Tá na Mesa, Paula Rizkallah



BERINJELA COM CARNE MOÍDA

INGREDIENTES

Para o Molho Bechamel

2 colheres de sopa de manteiga sem sal

2 colheres de sopa de farinha de trigo

2 xícaras de leite integral

1 gema

1/2 colher de chá de noz-moscada ralada

Sal e pimenta-do-reino branca a gosto

Para as berinjelas

3 berinjelas grandes

4 colheres de sopa de azeite de oliva extravirgem

2 cebolas médias fatiadas

1 dente de alho picado

500g de patinho moído

1/2 colher de chá de canela em pó

2 tomates Débora, sem pele e sem sementes, picados grosseiramente

1 xícara de polpa de tomate

3 colheres de sopa de salsinha picada

1 colher de chá de azeite de oliva extravirgem, para untar

3 colheres de sopa de queijo parmesão ralado, para finalizar

Sal e pimenta-do-reino branca a gosto





BERINJELA COM CARNE MOÍDA

MODO DE PREPARO

Molho Bechamel

Numa panela pequena, leve a manteiga ao fogo para derreter. Retire do fogo, adicione a farinha e misture até formar uma pasta cremosa.

Mexendo sem parar, para não formar grumos, volte com a panela ao fogo e acrescente o leite, reservando um pouco para diluir a gema. Tempere com sal, pimenta e noz-moscada e deixe cozinhar até engrossar, sem parar de mexer.

Retire do fogo e junte a gema previamente diluída no leite frio reservado. Misture bem, retorne ao fogo mais uma vez, mexendo sempre, mas sem deixar ferver. Desligue e reserve.

Berinjelas

Descasque as berinjelas e corte em fatias bem finas no sentido longitudinal. Polvilhe as fatias generosamente com sal e deixe no escorredor por 30 minutos.

Enxugue as fatias com papel-toalha e frite de ambos os lados em metade do azeite, depois escorra e deixe secar sobre papel-toalha, para eliminar o excesso de gordura e as reserve.





BERINJELA COM CARNE MOÍDA

MODO DE PREPARO

Numa panela, doure a cebola e o alho no azeite restante. Acrescente a carne moída e mexa até corar. Tempere com sal, pimenta e a canela. Junte o tomate picado, a polpa de tomate e a salsinha e cozinhe por cerca de 30 minutos, adicionando algumas colheres de água, se necessário. Desligue e reserve.

Unte uma forma refratária com azeite, forre o fundo da fôrma com metade da berinjela e cubra com a carne moída. Cubra a carne com a segunda camada de berinjela e finalize com o molho bechamel. Salpique com o parmesão ralado e leve ao forno preaquecido a 180°C por 50 minutos, até que se forme uma crosta dourada e estará pronto para servir.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



FILET À PARMEGIANA

Do Pão ao Caviar



FILE À PARMEGIANA

INGREDIENTES

- 800g de filé Mignon
- 200g de farinha de trigo
- 200g de farinha Panko
- 2 ovos
- Sal e pimenta a gosto
- 300g de muçarela fatiada
- 1l de óleo para fritar
- 6 tomates grandes bem maduros
- 1 cebola grande picada
- 50g de manteiga





FILE À PARMEGIANA

MODO DE PREPARO

Vamos começar a receita pelo molho de tomate: em um recipiente, rale somente as 6 polpas dos tomates e descarte as peles.

Coloque azeite e cebola picada na panela para refogar, e deixe a cebola bem dourada. Na sequência, acrescente o tomate ralado e mexa bem. Acerte o sal do molho de tomate no final, também fica ótimo com manjericão e louro.

Para fazer o medalhão de filé Mignon, bata a carne para ficar mais macia e uniforme, e ao fritar, a carne não diminuir de tamanho. Além disso, a farinha Panko queima muito rápido, então se a carne estiver alta ele pode ficar cru por dentro.

Acrescente a pimenta do reino e sal a gosto para temperar os dois lados da carne. E tempere também com pimenta do reino e sal a gosto as 200g de farinha de trigo, 200g de farinha Panko, e os dois ovos. Depois passe a carne na farinha de trigo, no ovo e no Panko. Aperte para grudar bastante as farinhas na carne crua. Leve para a panela com o óleo a 190°C para fritar por 1 minuto. Tire da panela, deixe escorrer a gordura para ficar bem sequinho e crocante.

Continua...





FILE À PARMEGIANA

MODO DE PREPARO

Depois, coloque as fatias de queijo muçarela em cima do filé frito e deixe derreter o queijo sozinho colocando o molho de tomate em cima.

Essa Parmegiana não vai ao forno! Nós deixamos o molho de tomate fervendo para que ele derreta o queijo, aproveitando a crocância e o sabor!



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@tanamesa.tm @anafederici



PÃO DE FORMA ARCO-ÍRIS

Tá na Mesa, Ana Federici



PÃO DE FORMA ARCO-ÍRIS

INGREDIENTES

- 40g de açúcar
- 1 e 1/3 xícara de leite integral morno
- 20g de fermento biológico seco
- 40g de manteiga sem sal
- 30g de leite em pó integral instantâneo
- 500g de farinha de trigo
- 1/8 de colher de chá de sal
- 10 gotas de corante alimentar em gel verde
- 10 gotas de corante alimentar em gel vermelho
- 10 gotas de corante alimentar em gel amarelo
- 10 gotas de corante alimentar em gel azul
- 1/4 de xícara de gergelim branco, para polvilhar
- 2 colheres de sopa de óleo de girassol, para untar
- 1/4 de xícara de farinha de trigo, para polvilhar
- 1 gema para pincelar
- 1 colher de sopa de água, para pincelar

Tá na Mesa, Ana Federici





PÃO DE FORMA ARCO-ÍRIS

MODO DE PREPARO

Na tigela da batedeira planetária, coloque o açúcar, o leite morno, o fermento e deixe descansar por 5 minutos, até que veja bolhas de fermentação indicando que seu fermento está ativo.

Adicione a manteiga, o leite em pó, a farinha, o sal e bata em velocidade alta por uns 15 minutos, ou até que a massa esteja lisa e elástica. Se quiser, você pode fazer isso à mão, levará apenas alguns minutos mais.

Divida a massa em 4 partes iguais, adicione uma cor de corante a cada parte e sove até que cada cor esteja homogênea.

Boleie as massas e as transfira para tigelas ligeiramente untadas com óleo, cubra com panos de prato e deixe descansar à temperatura ambiente por 1 hora, ou até dobrar de volume.

Continua...





PÃO DE FORMA ARCO-ÍRIS

MODO DE PREPARO

Abra as massas na bancada polvilhada com farinha até obter retângulos com o mesmo comprimento da fôrma, depois sobreponha os retângulos de massa e passe o rolo para estender um pouco as massas e fazê-las aderir umas às outras.

Enrole o bloco de massa à maneira de um rocambole, coloque na fôrma ligeiramente untada com óleo, cubra com pano de prato e deixe descansar até dobrar de volume novamente.

Dilua a gema na água, pincele o pão e leve para assar em forno preaquecido a 180°C por 40 a 45 minutos, ou até que esteja dourado.

Retire do forno e deixe esfriar sobre uma grade.



IGUATEMI **DAILY**

DOCES

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@tanamesa.tm @bea_porciuncula



PANNA COTTA COM CALDA DE DAMASCO

Tá na Mesa, Bea Porciuncula



PANNA COTTA COM CALDA DE DAMASCO

INGREDIENTES

Para a Panna Cotta

- 1 litro de leite desnatado, leite de amêndoa ou outro leite vegetal
- 6 colheres de sopa de adoçante Forno & Fogão
- 1 gema
- 4 colheres de sopa de amido de milho
- 1/2 colher de chá de extrato de baunilha ou 1/3 de fava

Para a Calda de Damasco

- 1 xícara de damasco seco, em cubinhos
- 1/2 xícara de suco de laranja-pera
- 2 xícaras de água
- 1 estrela de anis





PANNA COTTA COM CALDA DE DAMASCO

MODO DE PREPARO

Panna Cotta:

Numa panela, misture todos os ingredientes com um fouet e leve ao fogo baixo, mexendo constantemente, até que o amido tenha sido totalmente incorporado e a mistura esteja bem cremosa.

Despeje numa forma grande ou em forminhas individuais umedecidas com água e leve à geladeira por pelo menos 3 horas. Desenforme e sirva com a calda.

Calda de Damasco:

Coloque todos os ingredientes numa panela e leve ao fogo médio até ferver. Então, reduza a chama e deixe cozinhar por uns 20 minutos, com a panela semi tampada e mexendo de vez em quando para desfazer alguns pedaços de damasco. O resultado deve ser uma calda um pouco espessa com pedaços.

Retire do fogo e bata a calda no liquidificador até estar lisa e cremosa.

Tá na Mesa, Bea Porciuncula



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



PUDIM DE CLARAS

Do Pão ao Caviar

GASTRONOMIA



PUDIM DE CLARAS

INGREDIENTES

10 ovos

2/2 xícaras de açúcar

1/2 xícara de água

500ml de leite

100ml de creme de leite

1 limão



Do Pão ao Caviar



PUDIM DE CLARAS

MODO DE PREPARO

Bata as 10 claras com 1 xícara de açúcar, acrescentado lentamente, até ficar firme.

Faça o caramelo na forma com 1 xícara de açúcar, depois que derreter coloque 1/2 xícara de água e deixe derreter novamente.

Coloque então as claras na forma e asse por 20 min a 180°C. Depois de amornar, desenforme e leve para geladeira.

Enquanto isso passe 6 gemas na peneira e bata com 150g de açúcar, até ficar um creme esbranquiçado, e então acrescente 500ml de leite e 100ml de creme de leite aquecido, e bata mais um pouco.

Leve essa mistura ao fogo mexendo sempre, até engrossar, e ao final acrescente raspas de limão.

Depois de pronto leve à geladeira e sirva junto.



IGUATEMI **DAILY**