

IGUATEMI DAILY

*E-book
de Receitas*



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo de receitas do dia 21 ao dia
27 de junho.

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



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



ESCONDIDINHO DE CARNE SECA

Do Pão ao Caviar



ESCONDIDINHO DE CARNE SECA

INGREDIENTES

- 1,2 kg de carne-seca
- 1 tomate maduro
- 1 cebola
- 1 dente de alho
- Salsinha
- Azeite a gosto
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 5 mandioquinhas (descascadas e cortadas em cubos pequenos)
- 3 carás (descascados e cortados em cubos pequenos)
- Catupiry





ESCONDIDINHO DE CARNE SECA

MODO DE PREPARO

Leve uma frigideira grande (ou panela) ao fogo médio. Quando aquecer, regue com 2 colheres de sopa e azeite, junte a cebola, tempere com uma pitada de sal e refogue por 2 minutos, até murchar.

Acrescente o alho, o tomate e mexa por 1 minuto. Regue com mais 2 colheres de sopa de azeite, adicione a carne desfiada, tempere com sal e pimenta e refogue por 2 minutos para absorver os sabores.

Junte a água do cozimento reservada, a salsinha e misture bem. Transfira para uma tigela e reserve para a montagem.

Cozinhe a mandioquinha e o cará em água quente. Na sequência, bata no processador e acrescente uma pitada de sal.

Coloque por baixo o purê de mandioquinha e cará, entre com a carne seca, acrescente o purê novamente por cima, e parmesão para finalizar. Leve ao forno a 180 graus por 30 minutos para gratinar e sirva em seguida!



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@smallactsfoods



ESTROGONOFE DE SHITAKE

Nininha Lacombe, Small Acts



ESTROGONOFE DE SHITAKE

INGREDIENTES

400 g de shitake

½ xícara de chá de azeite

½ limão

2 colheres chá de sal

2 colheres chá de lemmon peper

1 xícara de chá de molho de tomate

2 xícaras de chá de creme de inhame





ESTROGONOFE DE SHITAKE

MODO DE PREPARO

No liquidificador, bata o creme de inhame com o molho de tomate.

Em uma panela, refogue os temperos no azeite e acrescente o shitake.

Deixe refogar por uns 5 minutos e adicione o seu creme preparado (se precisar coloque mais água), ajuste com sal e tempero.



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@giselasaback



SALADA DE QUINOA

Gisela Saback



SALADA DE QUINOA

INGREDIENTES

- 1 xícara de quinoa vermelha
- Folhas de rúcula picadas
- 10 a 15 damascos picados
- Lascas de amêndoas
- 150 g de queijo de cabra Cablanca
- 1 colher de sopa de mostarda de Dijon
- 1 colher de sopa de mel
- ½ xícara de chá de azeite
- 1 pitada de sal e pimenta do reino





SALADA DE QUINOA

MODO DE PREPARO

Deixe a quinoa de molho em água fria por 15 minutos. Depois escorra e leve para cozinhar por mais 15 minutos em 1 xícara de quinoa para 2 a 3 xícaras de água.

Enquanto isso, deixe a rúcula picada, corte o damasco em tiras e o queijo de cabra em cubos.

Preparo o molho com a mostarda Dijon, o mel, o azeite, o sal e a pimenta.

Assim que a quinoa esfriar, misture a quinoa e as folhas de rúcula (mais quinoa e menos rúcula) em um bowl.

Acrescente os demais ingredientes, o molho e as amêndoas.



IGUATEMI **DAILY**

DOCES

IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



SUFLÊ DE CHOCOLATE COM SORVETE

Do Pão ao Caviar



SUFLÊ DE CHOCOLATE COM SORVETE

INGREDIENTES

35 ml de de creme de leite

35 ml de leite integral

100 g chocolate amargo picado

1/2 xícara de cacau em pó

1/2 xícara de água

1 colher de chá de extrato de baunilha

8 claras de ovos grandes, direto da
geladeira

1/2 xícara de açúcar granulado

Pitada de sal





SUFLÊ DE CHOCOLATE COM SORVETE

MODO DE PREPARO

Unte com manteiga os ramequins e depois coloque açúcar em toda borda e fundo, deixando na geladeira até a hora de usar.

Para fazer o ganache, coloque um pote em cima de uma panela com água no fogão. Entre com o leite, o creme de leite e chocolate amargo picado em pedaços e misture.

No mesmo pote, entre com cacau, água, baunilha e misture tudo.

Em uma batedeira, bata as claras e entre com colheres de açúcar aos poucos, com a batedeira ligada, até formar claras em neve.

Agora misture a clara com o ganache pronto, até que fique bem homogêneo. Importante: o creme de suflê deve ficar bem misturado, sem nenhuma parte branca das claras.

Retire os ramequins da geladeira, e coloque o creme de suflê até a borda. Leve ao forno a 180 graus, para assar entre 12 a 15 minutos, até formar uma crosta dura por cima.

Tire o suflê pronto do forno e faça um furo no meio para acrescentar o sorvete dentro.

Agora é só servir!



IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carolfiorentino



COXINHA DE CHURROS

Carol Fiorentino

GASTRONOMIA



COXINHA DE CHURROS

INGREDIENTES

250 ml de leite integral

¼ de xícara de açúcar

1 colher de sopa de manteiga

1 xícara e meia de farinha de trigo

Açúcar e canela a gosto



Carol Fiorentino



COXINHA DE CHURROS

MODO DE PREPARO

Coloque o leite, o açúcar e a manteiga para ferver. Quando começar a ferver, coloque a farinha de uma vez só e mexa até desgrudar da panela.

Depois, espere a massa esfriar, separe em porções, faça bolinhas e modele em formato de coxinha. Então frite em óleo médio.

Em seguida, ainda quente, passe no açúcar com canela, para que essa mistura fique grudada na coxinha!



IGUATEMI **DAILY**