

# IGUATEMI DAILY

*E-book  
de Recetas  
de Inverno*



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo de receitas do dia 19 ao dia  
25 de julho.

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

@dopaoaocaviar



## **RISOTO DE VINHO TINTO, ERVA DOCE FRESCA E LINGUIÇA TOSCANA**

Por Do Pão ao Caviar

GASTRONOMIA



# RISOTO DE VINHO TINTO, ERVA DOCE FRESCA E LINGUIÇA TOSCANA

## INGREDIENTES

- 200 g de arroz para risoto
- 200 ml de vinho tinto
- 150 g de linguiça toscana
- 1 l de caldo caseiro de carne ou frango
- 1 cebola
- Azeite
- Sal e pimenta do reino
- Parmesão para finalizar
- 40 g de manteiga gelada
- Erva doce fresca talos e folhas
- Semente de erva doce a gosto
- Queijo de cabra



Do Pão ao Caviar



# RISOTO DE VINHO TINTO, ERVA DOCE FRESCA E LINGUIÇA TOSCANA

## MODO DE PREPARO

Moá a semente de erva doce e junte com a linguiça toscana. Pique a linguiça toscana em pedacinhos.

Em uma panela, frite a linguiça em pedaços com azeite, sal, pimenta do reino a gosto, e junte o talo da erva doce picada.

Em outra panela, frite a cebola picada no azeite, junte o arroz e deixe fritar por 1 minuto. Coloque vinho tinto e deixe evaporar.

Junte uma concha do caldo de frango e comece a mexer o arroz sem parar, por 13 minutos. Sempre que o caldo secar, acrescente mais caldo, aos poucos.

1 minuto antes do risoto ficar pronto, junte a linguiça, a manteiga bem gelada, o queijo parmesão e mais uma concha do caldo.

Tampe a panela e deixe o risoto descansar por 1 minuto.

Na hora de servir, coloque o queijo de quebra, pimenta calabresa e folhas de erva doce!



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@giocozinha



## SOPA DE CENOURA COM GENGIBRE

Por Giovanna Cury



## SOPA DE CENOURA COM GENGIBRE

### INGREDIENTES

- 3 colheres de sopa de azeite
- 1/2 cebola, picada em cubos
- 2 pedaços de 1 cm de gengibre descascado e picado em cubos
- 2 colheres de chá de sal
- 1 colher de chá de cúrcuma em pó
- 1 colher de chá de garam masala ou a especiaria de sua preferência
- 4 cenouras coloridas médias, grosseiramente picadas
- 1 inhame (ou batata inglesa) descascado e picado
- De 1 a 2 litros de caldo de legumes natural ou água
- 1 colher de sopa de missô claro
- Raspas de 1 laranja (opcional)
- 1/2 maço de salsinha picada (opcional)

### RENDIMENTO

4 porções

Giovanna Cury





# SOPA DE CENOURA COM GENGIBRE

## MODO DE PREPARO

Em uma panela ampla e funda, aqueça o azeite. Adicione a cebola, o gengibre, o sal, a cúrcuma e as especiarias e refogue até dourar por aproximadamente 5 minutos.

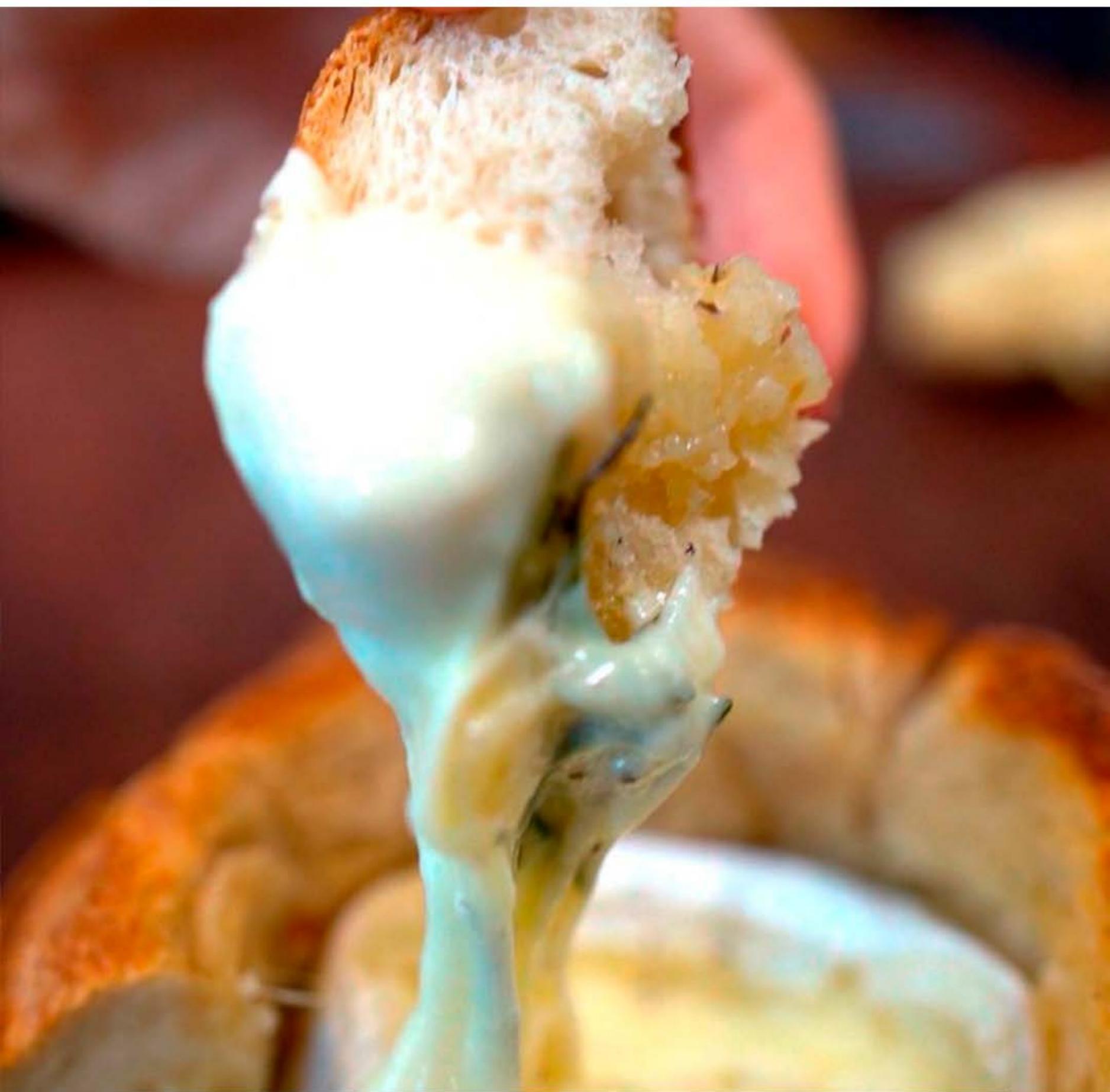
Adicione as cenouras coloridas e o inhame, misturando bem. Refogue por mais 5 minutos e adicione por cima uma quantidade de caldo de legumes suficiente para cobrir tudo. Deixe levantar ferver e abaixe o fogo. Cozinhe por 30-40 minutos com a panela tampada.

Desligue o fogo quando todos os legumes estiverem completamente cozidos. Com cuidado, adicione os legumes com metade do líquido restante no liquidificador e bata, adicionando mais líquido aos poucos para acertar o ponto da sopa.

Adicione o missô, as raspas de laranja e prove para acertar o sal. Bata mais uma vez para incorporar até que a sopa esteja lisa e cremosa. Sirva com a salsinha picada.



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



## PÃO ITALIANO RECHEADO COM BRIE

Por Do Pão ao Caviar

GASTRONOMIA



# PÃO ITALIANO RECHEADO COM BRIE

## INGREDIENTES

Pão Italiano redondo

Queijo Brie

Azeite

Alho

Alecrim

Sal a gosto

Pimenta do reino a gosto



Do Pão ao Caviar



# PÃO ITALIANO RECHEADO COM BRIE

## MODO DE PREPARO

Abra, com a faca, um círculo no centro do pão italiano e separe a "tampa". Entre com azeite, pimenta do reino, sal, alecrim e alho.

Abre a tampa do queijo Brie, coloque azeite, alho, alecrim, pimenta do reino e sal a gosto. Coloque o queijo brie no centro do pão e coloque a tampa do pão.

Leve ao forno a 180° por 25 minutos e sirva!



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@rafaelicks



## CALDO VERDE

Por Rafa Licks



## CALDO VERDE

### INGREDIENTES

- 6 batatas
- Folhas de alecrim a gosto
- 1 costelinha defumada
- Sal a gosto
- 1 linguiça calabresa
- 1 dente de alho
- 100 g de couve
- Pimenta do reino a gosto
- Pimenta chilli mexicana a gosto
- 300 ml de água





## CALDO VERDE

### MODO DE PREPARO

Primeiro, corte as batatas em pequenos pedaços, com casca e tudo. Cozinhe-as até ficarem mole.

Depois coe e reserve o caldo. Amasse até virar um creme e acrescente a água reservada ao creme.

Em outra panela, sele a linguiça. Acrescente a costelinha em cubos e o alho cortado em pequenos pedaços.

Quando estiverem bem seladas, acrescente o creme de batatas, a couve e os 300 ml de água e tempere a gosto.



# IGUATEMI **DAILY**

---

**DOCES**

---

# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@rafaelicks



## FONDUE DE LEITE NINHO

Por Rafa Licks

GASTRONOMIA



## FONDUE DE LEITE NINHO

### INGREDIENTES

1 lata de leite condensado

1 caixa de creme de leite

200 ml de leite

200 g de leite ninho



Rafa Licks



## FONDUE DE LEITE NINHO

### MODO DE PREPARO

Coloque todos ingredientes em uma panela em fogo médio/baixo e cozinhe por 10 minutos.

Nesse período, a cada 1 minuto, mexa para não grudar no fundo da panela.

Sirva com as frutas de sua preferência.



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@luizaortizz



## **BOLO DE CANECA MICRO-ONDAS**

Por Luiza Ortiz



## BOLO DE CANECA MICRO-ONDAS

### INGREDIENTES

- 1 ovo pequeno
- 4 colheres de sopa de leite
- 3 colheres de sopa de óleo
- 2 colheres de sopa rasas de chocolate em pó
- 4 colheres de sopa rasas de açúcar
- 4 colheres de sopa rasas de farinha de trigo
- 1 colher de café rasa de fermento em pó





## **BOLO DE CANECA MICRO-ONDAS**

### **MODO DE PREPARO**

Coloque o ovo na caneca e bata bem com um garfo.

Acrescente o óleo, o açúcar, o leite, o chocolate e bata mais.

Acrescente a farinha e o fermento e mexa delicadamente até encorpar.

Leve por 3 minutos no micro-ondas na potência máxima.



IGUATEMI **DAILY**