



RECEITAS PRÁTICAS

PARA PESSOAS PRÁTICAS

MATEUS VIEL

Spaghetti à Carbonara

INGREDIENTES:

200g de spaghetti

100g de pancetta ou bacon

2 ovos

50g de queijo parmesão ralado

1 dente de alho

Sal e pimenta-do-reino a gosto

Azeite de oliva

MODO DE PREPARO:

Cozinhe o spaghetti em água salgada até ficar al dente.

Em uma frigideira, aqueça um fio de azeite e frite o alho picado e a pancetta até dourar.

Em uma tigela, bata os ovos e misture com o queijo parmesão.

Escorra o spaghetti e adicione à frigideira com a pancetta.

Desligue o fogo, acrescente a mistura de ovos e queijo, mexendo rapidamente.

Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto. Sirva imediatamente.



Risoto de Cogumelos

INGREDIENTES:

200g de arroz arbóreo

200g de cogumelos frescos (shitake, shimeji ou champignon)

1 cebola pequena picada

2 dentes de alho picados

1 litro de caldo de legumes

100ml de vinho branco seco

50g de queijo parmesão ralado

2 colheres de sopa de manteiga

Azeite de oliva

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO:

Aqueça o caldo de legumes e mantenha-o quente.

Em uma panela, refogue a cebola e o alho em azeite até ficarem macios.

Adicione os cogumelos fatiados e cozinhe até dourarem.

Acrescente o arroz arbóreo e refogue por 2 minutos.

Adicione o vinho branco e mexa até evaporar.

Aos poucos, adicione o caldo de legumes, uma concha de cada vez, mexendo sempre até o arroz ficar al dente.

Desligue o fogo, adicione a manteiga e o queijo parmesão. Misture bem.

Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto. Sirva quente.



Frango ao Curry com Leite de Coco

INGREDIENTES:

500g de peito de frango em cubos

1 cebola picada

2 dentes de alho picados

1 colher de sopa de curry em pó

200ml de leite de coco

1 pimentão vermelho em tiras

1 cenoura em rodela

Azeite de oliva

Sal e pimenta-do-reino a gosto

Coentro fresco para decorar

MODO DE PREPARO:

Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho até ficarem macios.

Adicione o frango e cozinhe até dourar.

Acrescente o curry em pó e misture bem.

Adicione o pimentão e a cenoura, cozinhando por alguns minutos.

Despeje o leite de coco e deixe cozinhar até os legumes estarem macios e o molho engrossar.

Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto.

Decore com coentro fresco e sirva com arroz branco.



Torta de Limão

INGREDIENTES:

200g de biscoito de maisena

100g de manteiga derretida

1 lata de leite condensado

1 lata de creme de leite

Suco de 3 limões

Raspas de limão para decorar

MODO DE PREPARO:

Triture os biscoitos de maisena e misture com a manteiga derretida.

Forre o fundo de uma forma de torta com a mistura de biscoito e pressione bem.

No liquidificador, bata o leite condensado, o creme de leite e o suco de limão até obter um creme homogêneo.

Despeje o creme sobre a base de biscoito na forma.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas para firmar.

Decore com raspas de limão antes de servir.



Brigadeiro Gourmet

INGREDIENTES:

1 lata de leite condensado

100g de chocolate amargo picado

1 colher de sopa de manteiga

2 colheres de sopa de cacau em pó

Granulado para decorar

MODO DE PREPARO:

Em uma panela, misture o leite condensado, o chocolate amargo, a manteiga e o cacau em pó.

Cozinhe em fogo médio, mexendo sempre, até desgrudar do fundo da panela.

Despeje a mistura em um prato untado com manteiga e deixe esfriar.

Com as mãos untadas, forme bolinhas e passe no granulado.

Coloque os brigadeiros em forminhas e sirva.

