



B Band
Receitas

Livro de receitas

para o Dia das Mães



Índice

BOAS-VINDAS	3
COMEÇANDO PELO BÁSICO	4
• Como calcular a quantidade de carne por pessoa no churrasco	5
• Como cortar e deixar a batata frita sequinha e crocante	6
• Manteiga, azeite e óleo: entenda a diferença deles antes de fritar	7
• Salgar a carne antes ou depois de assar? 7 dicas para o bom churrasco	8
NÍVEL APRENDIZ	10
• Bife perfeito em 10 minutos	11
• Brownie	12
• Cocada cremosa	13
• Lasanha da Matilde	14
• Pão recheado delicioso	16
• Risoto Caprese	17
NÍVEL ASSISTENTE DO CHEF	19
• Bolo de bem-casado	20
• Carne de porco assada com molho de limão	21
• Costela de porco assada no forno	22
• Pastel de forno	23
• Polpettone	25
NÍVEL CHEF	26
• Bacalhau com natas	27
• Bife Wellington	28
• Lasanha de lombo na cerveja	29
• Petit Gâteau, receita especialidade do chef Erick Jacquin	31
• Risoto de carne-seca com geleia de pimenta	32



Boas-vindas!



Uma das datas mais esperadas de maio está chegando: o Dia das Mães!

Mas, em tempos pandêmicos, em que nem sempre é possível estar, fisicamente, ao lado das mães, o estar presente foi ressignificado. Afinal, não é a distância física que determina e, sim, o coração e as intenções.

Em tantos meses de quarentena, quantas foram as cantorias pela janela? Os aniversários comemorados por videochamadas? As conversas por WhatsApp? As surpresas feitas por entregas?

Tendo isso em mente, e sabendo que a gastronomia foi companheira de muitos durante a pandemia, que tal unir o amor e a vontade de presentear no dia 9 de maio com uma grande aventura pela cozinha?

Pensar no prato e nos sabores e temperos, avaliar o cardápio, misturar alimentos que ela gosta com ingredientes saudáveis pode ser a maneira ideal de, juntos, desconectarem das notícias desafiadoras e se conectarem ao estar presente.

E se não puderem estar lado a lado, que tal cozinharemos por videochamada? Esse é um jeito diferente, mas não menos especial, de colocar a conversa em dia, dividir bons momentos e, ao final, saborear uma comida deliciosa!

Gostou da ideia? Embarquem juntos no **e-book do Band Receitas**, que reúne dicas e pratos ideais para a celebração. Aqui as receitas estão separadas entre fáceis (nível aprendiz), médias (nível assistente do chef) e difíceis (nível chef), e todas foram testadas pelos chefs da Band.

Quer saber mais? Saboreie as próximas páginas!

Antes de ir...

Senta que lá vem história! Sabia que há registros gregos, datados no período da antiguidade clássica (entre VIII a.C. e o século V d.C.) de uma celebração para as mães dos deuses? No entanto, a versão do Dia das Mães como é conhecida hoje surgiu nos Estados Unidos, no começo do século XX.

Em 1905, Anna Jarvis perdeu sua mãe. Anos mais tarde, na igreja metodista que frequentava, levantou-se a ideia de fazer, no segundo domingo do mês de maio, um culto às mães. A ideia deu certo e foi se espalhando entre as igrejas da região, até que lideranças municipais, governamentais e federal, em 1914, adotaram a data.

De lá para cá, o Dia das Mães se tornou uma das comemorações mais esperadas do ano no mundo, sendo no Brasil a segunda data comercial mais importante.




Começando pelo básico

Aqui, começamos com algumas dicas que, por um lado, são básicas.

Por outro, nem sempre são intuitivas e muitas vezes não nos damos conta do tanto que elas são importantes até que as conhecemos.

Vamos lá?



Como calcular a quantidade de carne por pessoa no churrasco

Se sempre que vai fazer churrasco em casa você fica em dúvida sobre que quantidade de carne comprar, Dalton Rangel tem a resposta.

No **'Especial Churrasco'**, o chef ensina como calcular a quantidade de proteína por pessoas e dá dicas sobre o que comprar para não faltar comida e servir bem seus convidados. Já disponível no **Youtube do Band Receitas**, o vídeo dá opções de cardápio e orientações para reuniões curtas e longas.

Churrasco de até 3h


O ideal é **250 gramas** de proteína por pessoa.

Ou seja: se você vai receber quatro pessoas em casa, um kg de picanha é perfeito. Fora isso, a refeição fica completa com linguiça, pão de alho, queijo coalho, vinagrete e arroz.

Churrasco longo, com mais de 3h

Se os convidados vão passar o dia inteiro em casa e você pretende fazer várias rodadas de churrasco, o mais recomendado é comprar 500 gramas de proteína por pessoa.

Ainda assim, é importante continuar servindo os acompanhamentos, como queijo coalho e outros tipos de carne, como frango ou peixe.




Como cortar e deixar a batata frita sequinha e crocante

A batata frita tem lugar especial no cardápio de quem adora usá-la no acompanhamento de várias receitas ou até mesmo como prato principal.

Para ter batatas sequinhas, crocantes e saborosas, o chef Dalton Rangel preparou, em **'Dicas de Minutos'**, um guia para fazer essa comida em casa de maneira perfeita nos formatos canoa e palito.

Para começar, o chef indica o uso da batata inglesa ou asterix, aquela com casca roxa. Para a versão palito, comece ajustando as laterais da batata, deixando-as parecidas com um retângulo. Em seguida, fatie o tubérculo em lâminas e finalize o corte. Leve à água fervendo e deixe cozinhar por alguns segundos.



Com o formato canoa, o processo é quase o mesmo. Vá cortando a batata ao meio até alcançar o tamanho desejado. Por fim, cozinhe na água até amaciar e, antes de jogar tudo no óleo quente, faça testes colocando a ponta do tubérculo e observando como o óleo reage.

Se quiser congelar as batatas, não termine o processo da fritura. Deixe apenas alguns segundos no fogo, retire, seque com papel e leve ao congelador. No freezer, você terá uma batata pré-frita que fica pronta em quatro minutos.

Se quiser comer na hora, deixe fritar e salgue, ainda úmida, para que o sal pegue. Vai ficar deliciosa e crocante.

CONFIRA MAIS DICAS NO NOSSO VÍDEO.



Manteiga, azeite e óleo: entenda a diferença entre eles na hora de fritar

O ingrediente fundamental das comidas de rua é o cheiro das frituras que despertam nossos instintos mais primitivos. E, para quem acha que é fácil, saiba que prepará-las exige técnica, principalmente no uso do azeite, óleo ou manteiga.

É o que explica a Le Cordon Bleu, considerada a melhor escola de culinária no mundo, no **Minha Receita**.

A fritura pode ser por contato, quando uma camada de óleo conduz o calor da frigideira ou chapa para a comida, recomendada para alimentos gordurosos, como bacon e hambúrguer. Ou por imersão, que é quando o quitute faz “tchibum” no óleo e frita igualmente por todos os lados, como é o caso de pastel, coxinha e acarajé.

Para quem adora fritura, especialistas explicam que o segredo para a perfeição do alimento está na temperatura. Isso porque o óleo muito frio pode encharcar a comida, enquanto o muito quente pode deixar o petisco queimado por fora, mas frio e cru por dentro.




Para evitar essas tragédias, anote aí.

A temperatura ideal é entre 170 e 180 graus. E tem que analisar o ponto de fumaça de cada tipo de óleo, que é quando ele começa a liberar substâncias que estragam o alimento e a nossa saúde.

Óleos de girassol e soja são mais resistentes e têm ponto de fumaça entre 226 e 232 graus, por exemplo. Já o azeite de oliva fica entre 175 e 190 graus. E a manteiga, mais sensível, entre 120 e 150 graus. Anotado?

ASSISTA AO VÍDEO PARA SABER MAIS!



Salgar a carne antes ou depois de assar? Jacquín dá 7 dicas para o bom churrasco

Fogo na brasa, carne na grelha e fumaça rolando. Se só de imaginar a cena descrita você já se sente com água na boca, prepare-se. No terceiro episódio de 'Minha Receita', Erick Jacquín acendeu a churrasqueira no jardim de casa e deu várias dicas sobre como preparar **'o melhor churrasco do mundo'**.

Aqui, reunimos tudo o que você precisa saber para fazer igual. Tome nota:



O correto é salgar a carne antes ou depois de assar?

Sempre depois, quando for servir. Além disso, na linguiça, a dica é a mesma. Sal só depois e nada de limão em cima.

O poder do fogo

Tudo na cozinha é sobre dominar o fogo e, por isso, a temperatura da churrasqueira depende do que deseja fazer. No geral, é importante manter o fogo baixo porque, quando muito alto, as fibras da carne estouram e ela corre o risco de ficar dura.

Lenha ou carvão?

Jacquín diz que prefere usar o carvão, mas nem por isso dispensa a lenha. Ter um pedaço dela na brasa ajuda a defumar a carne.



Cuidado com o ponto

O ponto da carne pode variar muito, mas depende do tempo que a peça está na brasa. Além disso, não há relação com a cor do alimento já que a peça pode estar queimada por fora e crua por dentro.

Como definir a quantidade de carne para um churrasco?

O chef costuma calcular de 350 a 400 gramas de carne por pessoa, sem osso.

Adeus, espeto!

Preparar o churrasco na grelha é sempre melhor. No espeto é necessário furar a carne e isso nunca deve ser feito porque tira o suco da peça.

Favoritos do chef

A fraldinha na grelha é recomendada. A picanha também é a rainha do churrasco. Fazer uma incisão na lateral e adicionar uma lâmina de alho dentro dela é ótimo, adiciona sabor e, se quiser, também pode acrescentar um pouco de azeite por cima.

Antes de colocar a picanha na grelha, deixe descansar por 15 ou 20 minutos. Isso ajuda a derreter a gordura e fica saboroso.



Nível aprendiz

Agora que alguns conceitos já ficaram mais claros, vamos começar com as receitas mais descomplicadas.

Elas são perfeitas para serem feitas com filhos pequenos ou com quem ainda não está tão familiarizado com o mundo da cozinha.

Desfrute!



Bife perfeito em apenas 10 minutos

Preparar um bife de carne bovina perfeito nunca foi tão fácil como agora, seguindo instruções práticas do **chef Dalton Rangel no 'Dicas de Minutos'**.

No vídeo, o cozinheiro ensina como grelhar a carne em casa, na frigideira, e alcançar o sabor, a suculência e o ponto ideal em menos de 10 minutos.

Ingredientes

- Peça de contrafilé;
- Sal grosso;
- Pimenta do reino a gosto.

Modo de preparo

Para a tarefa, é necessário uma peça de contrafilé e uma frigideira antiaderente. Comece cortando um bife com dois dedos de altura e, em seguida, tempere com o sal grosso, moído na hora, e, se gostar, acrescente um pouco de pimenta-do-reino. Deixe a carne descansar por um minuto para absorver os temperos. Antes de colocar no fogo, unte a peça com um pouco de óleo. Lembre-se: nunca coloque o óleo diretamente na frigideira para não gerar muita fumaça.

Com a frigideira em fogo alto, já bem quente, comece colocando a parte do bife que contém a gordura. Deite o restante da carne aos poucos, pressionando toda a superfície para que encoste na panela, sem amassá-la.

Atente-se ao tempo no fogo: para sair da panela ao ponto, rosado no meio, um bife de dois dedos deve ficar seis minutos no fogo, três minutos de um lado e três do outro. Já a carne bem passada fica cerca de 10 minutos em fogo mais moderado, com cinco minutos de cada lado. Na mal passada, a sugestão é de quase dois minutos por lado da peça para um resultado bem rosado.

Quando retirar a proteína do calor, deixe-a descansando por pelo menos um minuto para que o suco dela, concentrado na parte central, espalhe-se por todo o bife. Assim, você evita que a carne fique dura. Feito isso, basta cortar e servir com batata frita, arroz ou o que preferir.



Brownie

Ingredientes

- 4 ovos;
- 3 colheres (sopa) de manteiga;
- 250 g de chocolate meio amargo;
- 1 e 1/2 xícara de açúcar;
- 1/2 xícara de chocolate em pó;
- Pitada de sal;
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo;
- Pedaçoes de chocolate ou castanhas a gosto.

Modo de preparo

Bata o açúcar e os ovos em uma travessa até ficar bem misturado. No micro-ondas ou banho-maria, derreta o chocolate com a manteiga. Você pode fazer direto no micro-ondas e olhar de 3 em 3 minutos, mas tem que tomar cuidado para não queimar.

Em seguida, acrescente o ovo e bata bem. Coloque chocolate em pó, farinha e uma pitada de sal. Misture bem e despeje em uma forma untada com manteiga e chocolate em pó.

Coloque pedaços de chocolate ou castanhas, como preferir. Asse em forno médio por aproximadamente 35 minutos. O truque é apertar o topo do brownie com o indicador e, se ele voltar ao formato original, significa que está pronto.



Cocada cremosa

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado;
- 200 ml leite de coco;
- 1 colher de manteiga;
- 100 g de coco fresco ralado;
- 1 caixinha de creme de leite;
- 3 cravos;
- 1 pau de canela.

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes, menos o creme de leite.

Mexa tudo até desgrudar totalmente do fundo da panela.

Retire a mistura do fogo, agregue o creme de leite e pronto!



Lasanha da Matilde

Confira essa deliciosa receita de lasanha realizada pela Matilde, esposa do apresentador José Luiz Datena, no programa Melhor da Tarde.

Aprenda a fazer em casa em apenas 1 hora.

Ingredientes para o recheio

- Massa de lasanha;
- Presunto;
- 1 colher de manteiga;
- 1 cebola grande;
- 500 ml de leite;
- Queijo muçarela;
- Tempero a gosto;
- 2 kg de tomates bem maduros;
- 1 cabeça de alho;
- Óleo;
- 1 caixa de creme de leite;
- 1/2 cebola;
- 2 colheres de amido de milho;
- 2 colheres de café de bicarbonato de sódio;
- Queijo gorgonzola.

Modo de preparo do molho vermelho

Em uma panela, frite o alho e a cebola até dourar. No liquidificador, bata os tomates maduros até formar uma mistura homogênea. Leve ao fogo.

Assim que levantar fervura, adicione o bicarbonato de sódio. Tempere a gosto e deixe o molho apurar por aproximadamente 1 hora.

Modo de preparo do molho branco

Em uma panela, derreta a manteiga, adicione a cebola picada e coloque o leite para ferver. Adicione à mistura o amido de milho já dissolvido em um pouco de leite para não empelotar.

Deixe o molho engrossar e tempere com sal, salsinha, pimenta do reino e cebolinha.

Montagem

Faça camadas de molho vermelho, massa, presunto, queijo e molho branco.

No meio da montagem, coloque uma lata de creme de leite e pedaços de queijo gorgonzola para dar um sabor diferente. Finalize com queijo parmesão ralado.





Pão recheado delicioso

Confira essa deliciosa receita de trança de Rapunzel, feita pelo **chef Rogerio Holanda**, no programa Melhor da Tarde. Saiba fazer em casa em 45 minutos:

Ingredientes massa

- 5 xícaras (chá) de farinha de trigo;
- 2 colheres (chá) de fermento biológico seco;
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite morno;
- 1 colher (sopa) de azeite;
- 1 colher (sopa) de açúcar;
- 1 colher (sopa) de manteiga;
- 2 ovos;
- 2 colheres (chá) de sal.

Ingredientes recheio

- 12 palitos de queijo minas;
- 12 palitos de muçarela;
- 12 palitos de mortadela;
- Folhas de rúcula;
- Manjeriço a gosto;
- Tomatinho cereja a gosto;
- Orégano a gosto;
- 2 gemas de ovos para pincelar.

Modo de preparo

Em uma vasilha, misture todos os ingredientes da massa, menos a manteiga, e sove bem até obter uma massa homogênea. Cubra com um papel filme e deixe descansar por 45 minutos. Após esse descanso, abra a massa com a ajuda de um rolo em um retângulo de 30 cm por 50 cm. Corte no comprimento da massa em 3 partes iguais e recheie cada parte com os queijos, a mortadela e a rúcula. Feche cada parte e faça a trança. Ponha os tomates, o manjeriço e o orégano.

Pincele com as gemas e deixe descansar por mais trinta minutos. Cubra com um pano e, após trinta minutos, leve ao forno pré-aquecido a 180°C por 15 minutos ou até dourar. Sirva.

CONHEÇA MAIS RECEITAS
DE PÃES CLICANDO AQUI



Risoto caprese

Confira essa deliciosa receita de risoto caprese, feita pelo Edu Guedes, no The Chef. Aprenda a fazer em casa em 35 minutos!

Ingredientes

Caldo de legumes:

- 1 e 1/2 litro de água;
- 1 tablete de caldo de legumes;
- 1 talo de salsão;
- 1 unidade de cebola descascada;
- 1 unidade de cenoura descascada;
- 1 unidade de batata descascada.

Risoto:

- 2 colheres (sopa) de manteiga;
- 2 xícaras (chá) de muçarela de búfala;
- 2 xícaras (chá) de molho de tomate;
- 1 litro de caldo de legumes;
- 1 xícara (chá) de tomate cereja assado;
- 1 cálice de vinho branco seco;
- 4 colheres (sopa) de azeite de oliva;
- 2 xícaras (chá) de arroz arbóreo;
- 1 unidade de cebola média picada.

Salsa verde:

- 1 dente de alho picado;
- 1 xícara (chá) de salsinha picada;
- 1/2 unidade de limão espremido;
- 1/2 xícara (chá) de azeite.

Modo de preparo

Modo de preparo do caldo de legumes:

Em uma panela, coloque todos os ingredientes. Quando ferver, deixe em fogo baixo por 30 minutos.

Modo de preparo do risoto:

Numa panela, doure a cebola no azeite e acrescente o arroz. Refogue um pouco e despeje o vinho, deixe o álcool evaporar; em seguida, coloque o caldo aos poucos, mexendo sempre. Quando estiver quase pronto, adicione os demais ingredientes, finalizando com a manteiga e ajuste o sal.





Nível assistente do chef

Se você já tem um pouco mais de experiência e quer se aventurar por outros níveis de dificuldade, tente essas receitas aqui.

Você não vai se arrepender!



Bolo de bem-casado

Ingredientes


- 5 ovos inteiros;
- 150 gramas de açúcar;
- 150 gramas de farinha de trigo;
- 2 latas de leite condensado;
- 1 lata de creme de leite.

Modo de preparo

Como base, usar o pão de ló, que leva 5 ovos inteiros batidos com 150 gramas de açúcar. Bata até triplicar de volume. Depois, peneire 150 gramas de farinha de trigo e misture, fora da batedeira, bem delicadamente. Leve para assar numa forma de 20 centímetros de diâmetro por, mais ou menos, 40 minutos.

Para o recheio, use 2 latas de leite condensado e 1 lata de creme de leite. Cozinhe a mistura no fogo, mexendo sem parar, como se fosse fazer um brigadeiro. Quando ele descolar completamente da panela, está pronto.

Antes de rechear o bolo, corte o pão de ló ao meio e umedeça com uma caldinha de água e açúcar. Finalize polvilhando açúcar de confeiteiro por cima.



Carne de porco assada com molho de limão caramelizado

Ingredientes para servir 8 pessoas

- 2 kg de paleta de porco desossada;
- Sal a gosto;
- Pimenta do reino a gosto;
- 200 ml de vinho branco;
- Galhos de alecrim;
- 100 gramas de açúcar mascavo;
- 3 colheres de sopa de conhaque;
- Suco de um limão.

Modo de preparo

Pegue os 2 kg de paleta de porco desossada. Faça cortes diagonais ao longo da peça, de 3 dedos de distância e 0,5 cm de profundidade. Neles, coloque um galhinho de alecrim em cada. Tempere com sal, pimenta-do-reino e 200 ml de vinho branco seco. Deixe marinar por 3 horas, virando a carne a cada meia hora. Se estiver muito calor, coloque na geladeira, mas o ideal é deixar fora.

Pré-aqueça o forno a 220°C e coloque a carne para assar, tirando o excesso de molho da marinada. A ideia é que, enquanto o porco assa, você regue a carne com a marinada a cada 30 minutos. Depois de 5 minutos no forno, abaixe a temperatura para 180°C.

Para o molho, junte 100 gramas de açúcar mascavo, 3 colheres de sopa de conhaque e suco de 1 limão. Mexa até dissolver completamente. Leve ao fogo para caramelizar bem.

Quando a carne estiver quase pronta, coloque o molho caramelizado por cima, assim como 1 limão cortado em fatias. Leve ao forno novamente até amaciar bem a carne.

Sirva em fatias com mais molho caramelizado.



Costela de porco assada no forno

Ingredientes

- Costela de porco;
- Pimenta do reino moída a gosto;
- 2 colheres (sopa) de creme de leite fresco;
- 2 colheres (sopa) de mostarda Dijon;
- Farinha de rosca para empanar;
- 1 colher (sopa) de manteiga.

Modo de preparo

Você vai começar salgando a costela de porco dos dois lados. Adicione também a pimenta-do-reino moída na hora. Leve ao forno pré-aquecido a 160°C durante 40 minutos, sendo 20 minutos de cada lado. Retire e deixe amornar.

Enquanto a carne esfria, junte 2 colheres (sopa) de creme de leite fresco, 2 colheres (sopa) de pimenta-do-reino verde quebradinha e 2 colheres (sopa) de mostarda tipo Dijon. Passe a mistura dos dois lados da costela de porco.

Na sequência, empane dos dois lados com farinha de rosca bem grossa. Finalize com 1 colher de manteiga derretida de cada lado da carne.

Volte ao forno por mais 5 minutos de cada lado. Essa crosta gruda na carne e a deixa muito crocante e saborosa.



**VEJA MAIS RECEITAS DE CARNES
NO SITE DO BAND RECEITAS**



Pastel de forno

Confira essa deliciosa receita de pastel de forno, realizada pela chef Cidinha Santiago, no The Chef. Aprenda a fazer em casa em 1 hora! Saiba mais:

Ingredientes

Massa:

- ½ kg de farinha de trigo;
- 1 colher (sopa) de sal;
- 1 e ½ xícara (chá) de margarina;
- 1 ovo;
- 1 xícara (chá) de refrigerante de guaraná.

Recheio de carne:

- 4 colheres (sopa) de azeite;
- 2 dentes de alho picados;
- 1 cebola picada;
- 1 colher (sopa) de extrato de tomate;
- ½ kg de carne moída;
- 1 tablete de caldo de carne;
- 1 tomate picado sem sementes;
- 2 colheres (sopa) de salsa picada;
- Sal a gosto.

Recheio de frango:

- 4 colheres (sopa) de azeite;
- 2 dentes de alho picados;
- 1 cebola picada;
- 2 xícaras (chá) de peito de frango cozido e desfiado;
- 1 tomate picado sem sementes;
- 1 xícara (chá) de molho de tomate;
- ½ xícara (chá) requeijão cremoso;
- 2 colheres (sopa) de salsa picada;
- Sal a gosto.

Recheio de bacon:

- 1 xícara (chá) de bacon fatiado;
- ½ xícara (chá) de uvas-passas.

Modo de preparo

Massa:

Em uma tigela, coloque a farinha e o sal, abra um buraco no meio e nele acrescente a margarina, o ovo e o guaraná. Trabalhe a massa com as mãos até que fique homogênea. Em uma superfície enfarinhada, abra a massa com um rolo, corte-a em círculos para rechear.

Recheio de carne:

Em uma panela, refogue o alho e a cebola no azeite. Junte o extrato de tomate e refogue até dissolver. Doure a carne e, em seguida, acrescente o caldo de carne, o tomate picado e a salsa picada. Ajuste o sal, se necessário. Deixe esfriar.

Recheio de frango:

Em uma panela, refogue a cebola e o alho no azeite. Junte frango, tomate, molho de tomate, requeijão, salsa picada e sal. Deixe esfriar.

Montagem

Coloque o recheio de sua preferência sobre cada disco de massa. Feche com os dedos e depois com um garfo. Pincele os pastéis com gema.

Leve para assar em forno pré-aquecido a 200°C por aproximadamente 40 minutos.



Polpettone

Confira essa deliciosa receita de polpettone, realizada pelo Edu Guedes, no programa The Chef. Aprenda a fazer em casa em 40 minutos!

Ingredientes

- ½ kg de patinho moído;
- 1 cebola média ralada;
- 1 ovo;
- 1 pão francês amanhecido;
- 2 colheres (sopa) de leite;
- 1 batata cozida e espremida;
- 2 colheres (sopa) de salsinha picada;
- Sal a gosto;
- 200 g de queijo muçarela cortado em cubos.

Ingredientes para empanar

- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo;
- 3 ovos;
- 3 xícaras (chá) de farinha de pão;
- Óleo, o suficiente para fritar.

Modo de preparo

Em uma tigela, misture bem a carne, a cebola, o ovo, o pão umedecido no leite, a batata, a salsa e o sal.

Pegue uma porção de massa e faça uma bolinha. Amasse-a na palma da mão, coloque uma porção de queijo e cubra com outra porção de massa. Feche a lateral com as pontas dos dedos e molde o polpettone. Faça o mesmo com o restante da massa.

Em seguida, passe os polpettones na farinha de trigo, nos ovos batidos e, depois, na farinha de rosca.

Deixe-os no refrigerador por 15 minutos e, após, frite-os no óleo quente. Sirva com molho de tomate.



Nível chef

Aqui nesse nível só tem receitas para quem já não tem medo de errar.

Senhoras e senhores, vocês estão prontos para arregaçar as mangas e colocar as mãos na massa?



Bacalhau com natas

Confira essa deliciosa receita de bacalhau com natas, realizada pelo Edu Guedes, no programa The Chef.

Ingredientes

- 1 litro de leite;
- 1 kg de lombo de bacalhau dessalgado;
- 3 colheres (sopa) de azeite;
- 1 unidade de cebola picada;
- 1/2 litro de creme de leite fresco;
- 1/2 xícara (chá) de azeitonas pretas;
- 1/2 xícara (chá) de queijo parmesão ralado;
- Salsinha picada a gosto;
- 3 unidades de batata asterix fatiadas.

Modo de preparo

Coloque os lombos de bacalhau em uma panela com leite. Quando ferver, desligue o fogo, retire o bacalhau do leite (guarde esse leite para fazer molhos e cremes em outras receitas) e desmanche em pétalas.

Em uma panela, refogue a cebola no azeite. Adicione o bacalhau, o creme de leite, uma pitada de sal e deixe até ferver.

Em uma assadeira, disponha as fatias de batata e coloque sobre o bacalhau com o creme. Salpique o parmesão e leve ao forno até dourar.

Decore com azeitonas e salsinha picada.



Bife Wellington

Ingredientes

- 400 gramas de filé mignon;
- 1 pitada de sal;
- 1 pitada de pimenta do reino;
- Azeite de oliva;
- 2 dentes de alho;
- 400 gramas de cogumelos frescos;
- 3 colheres (sopa) de mostarda dijon;
- 1/2 xícara de creme de leite fresco;
- 1 pacote de massa folhada;
- 8 fatias de presunto parma;
- 1 gema.

Modo de preparo

Tempere o filé com sal e pimenta. Em uma frigideira bem quente, sele o filé de todos os lados. Reserve na geladeira para esfriar.

Em uma frigideira com azeite de oliva, refogue o alho e os cogumelos, tempere com sal e pimenta e, quando o líquido secar, adicione a mostarda e o creme de leite. Misture bem até ficar um molho espesso. Reserve.

Misture 1 gema com 1 colher de sopa de azeite de oliva. Disponha as fatias de presunto cru sobre a massa folhada. Disponha os cogumelos e o filé.

Enrole a massa folhada para que cubra toda a superfície do filé. Faça leves cortes na massa folhada com a ajuda de uma faca.

Pincele a massa folhada com o ovo batido. Leve ao forno a 200°C por 40 minutos.



Lasanha de lombo na cerveja

Confira essa deliciosa receita de lasanha de lombo na cerveja, realizada pelo chef Edu Guedes, no programa The Chef.

Ingredientes

- 3 colheres (sopa) de manteiga;
- 2 colheres (sopa) de azeite;
- 3 xícaras (chá) de cebola picada;
- 2 colheres (sopa) de açúcar;
- 2 colheres (sopa) de molho de soja;
- 500 g de lombo suíno assado e picado;
- 1 ½ xícara (chá) de cerveja;
- 1 xícara (chá) de molho de tomate;
- ½ xícara (chá) de cheiro verde picado;
- Sal a gosto;
- Massa para lasanha;
- Queijo prato ralado;
- 3 cabeças de alho assadas.

Molho de alho:

- 5 colheres (sopa) de manteiga;
- 5 dentes de alho assados e amassados;
- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo;
- 1 litro de leite;
- Sal a gosto.

Modo de preparo

Lombo:

Em uma panela, refogue a cebola na manteiga com azeite, açúcar e molho de soja. Adicione o lombo e a cerveja. Deixe ferver e junte molho de tomate, cheiro-verde e ajuste o sal.

Molho de alho:

Em outra panela, derreta a manteiga com a pasta de alho. Junte a farinha e refogue por 2 minutos em fogo médio. Despeje o leite aos poucos, mexendo sempre para não empelotar. Ajuste o sal.

Montagem

Em uma travessa, faça camadas com o molho de alho, a massa, o queijo prato e o refogado do lombo. Finalize com molho de alho e queijo.

Leve ao forno preaquecido a 200°C para gratinar. Decore com as cabeças de alho assadas.



Petit Gâteau, receita especialidade do chef Erick Jacquin

Dica do Jacquin: durante o preparo dessa sobremesa, o maior desafio é o ponto do bolo. Um minuto a mais ou um minuto a menos no forno, pode estragar todo o resultado. “O ponto do bolo é o mais importante. Seria igual uma carne, um bolo mal passado”, explicou Jacquin.

Ingredientes

- 5 ovos inteiros;
- 5 gemas;
- 170 g de açúcar;
- 100 g de farinha de trigo;
- 250 g de chocolate meio amargo;
- 250 g de manteiga sem sal.

Modo de preparo

Derreta o chocolate e a manteiga juntos em banho-maria. Bata as gemas, os ovos e o açúcar em uma batedeira. Aos poucos, adicione o chocolate derretido à mistura na batedeira e acrescente a farinha peneirada.

Bata até ficar homogêneo. Adicione a massa em forminhas antiaderentes para cupcake e untadas com manteiga. Reserve uma assadeira e coloque as forminhas dentro. Leve ao forno a 180°C por 4 minutos (retire quando notar que começou a assar).

Desenforme e sirva com sorvete de creme.



Risoto de carne seca com geleia de pimenta

Confira essa deliciosa receita de risoto de carne seca com geleia de pimenta, realizada pelo chef Walter Queiroz, no programa The Chef. Aprenda a fazer em 30 minutos! Saiba mais:

Ingredientes

- 120 gramas de carne seca já dessalgada;
- 100 gramas de queijo coalho;
- 50 gramas de coco ralado;
- 100 gramas de arroz arbóreo;
- 1 colher (sopa) de alho-poró;
- 1 colher (sopa) de cebola picada;
- 1 xícara (chá) de abóbora picada;
- 3 colheres (sopa) de manteiga;
- ½ xícara de vinho branco;
- 500 ml de caldo de legumes;
- 100 gramas de queijo parmesão;
- 1 colher (sopa) de azeite;
- Sal e pimenta a gosto;
- 8 tomates-cereja;
- Cebolinha-verde a gosto.

Geleia:

- 100 g de pimenta dedo-de-moça;
- 300 g de açúcar;
- 2 rodela grossas de abacaxi;
- 100 g de uva-passa.

Modo de preparo

Em uma panela, adicione duas colheres (de sopa) de manteiga, alho-poró, cebola e refogue. Acrescente o arroz arbóreo e refogue; em seguida, o vinho branco, mexa até evaporar. Junte o caldo de legumes e a abóbora picada.

Quando estiver al dente, adicione a carne seca e o restante do caldo, vá mexendo tudo. Por fim, junte o parmesão e o restante da manteiga e mexa. Entre com os tomates-cereja, a cebolinha-verde e o coco ralado.

Decore com o queijo coalho e por cima coloque geleia de pimenta a gosto.

Geleia:

Em uma panela, coloque todos os ingredientes, complete com água e deixe cozinhar até reduzir por 30 a 40 minutos. Após isso, bata no liquidificador e está pronto.

B Band Receitas

**Siga o Band Receitas
em todas as plataformas digitais**

