

# Tá com fome? Tem Mercado Gourmet em SP!

Dica de atividade delícia neste domingo (amanhã) para quem está ou mora em SP: tem **Feira Gastronômica**, com pratos de R\$ 5,00 a R\$ 25,00. Esta será a quarta edição do **Mercado Gourmet**, evento com diversos chefs da cidade e de fora, realizado no Clube Hebraica.

Entre as delícias que estarão sendo oferecidas no evento, destacam-se hamburguers, cupcakes, falafel, empanadas, massas, sanduíches e churros. Confira a lista dos participantes e salive com a diversidade de sabores:

- **Bar Buenos Aires:** empanadas, empanaditas para viagem, alfajor e refrigerante;
- **Food Truck Falafeando:** sanduíche ou porção de falafel e quibe, batatas rústicas, coalhada seca e homus;



- **Irene Uehara Gastrô:** agnolotti de queijo ao pomodoro e manjeriçã, pene ao pomodoro e manjeriçã, batatas smiles, almôndegas ao pomodoro, idish mom soup, sucos, pavê de chocolate ao Sonho de Valsa;
- **Leo Botto:** nhoque na chapa com assado de angus e arroz da fazenda com creme de cabra;

– **Los Mendozitos:** vinhos;



– **Maiz:** arepa de carne louca, mandioca rösti com queijo brie e chá gelado de hibisco;

– **S.O.S Cupcakes:** cup-churros, cupcake de cenoura, trufas de chocolate, bolos recheados;

– **Varenikes da Eli:** varenikes com ragu de cordeiro;

– **Viking Street Food:** sanduíche de salmão assado no fogo à lenha e salmão assado no fogo à lenha com batata e azeite de ervas;

– **Vinil Buger:** hamburguer servido com seis acompanhamentos à escolha;

– **Tasty:** espresso, café com leite, capuccino, chocolate quente, brownie e pão de mel.

## **Serviço**

Mercado Gourmet em São Paulo

Clube Hebraica

A partir das 12h, com entrada *free*

Preço: de R\$ 5 a R\$ 25

---

## Cerveja de Quinta: Cerveja La Chouffe Soleil



Uma bebida excelente para se tomar em dias quentes é a definição ideal para a **cerveja La Chouffe Soleil**. Esta *Belgian Blonde* sazonal que cumpre o objetivo proposto de refrescar no verão.

Com aroma herbal leve de lúpulo e de frutas, a cerveja tem



---

# Cerveja de Quinta: Martin's IPA

*Não posso negar, nós gostamos mesmo de uma IPA. E essa da Martin's preenche uma lacuna importante na nossa vida, que precisa de mais lúpulo. Essa é uma das que recomendamos com muito gosto, apesar de ser ela mais cara que as demais.*



**Cerveja Martin's IPA**

Com aroma suave de malte e leve de lúpulo, esta cerveja tem paladar muito agradável. Tem coloração amarelo intensa e é um pouco, muito pouco na verdade, turva. Fermentada na garrafa. Bem encorpada.

Quanto à espuma, não é muito persistente. O sabor é de malte forte, levemente amargo e de lúpulo. Com triple hop. Tem teor alcoólico de 6,9% não perceptível.



### ***Sobre a Martin's Beer***

Cervejaria tradicional e familiar, com um século de existência (fundada em 1909), criada pelo Britânico *John Martin*. Ele afirmava que somente os conhecedores de cerveja apreciam cervejas como as que ele fazia. (me achei agora!)

Conheça mais no [site!](#)

---

# Cerveja Vedett IPA

*Nesta quinta, vamos de Cerveja Vedett IPA!*



Nós já conhecíamos a **Vedett**, mas não imaginávamos que eles tivessem uma **IPA**. Boa surpresa em um mundo onde sobram *blondes*, *triples* e outras igualmente doces. Pode parecer um paraíso para quem ama **cerveja**, mas quando é demais fica um pouco enjoativo.

*Mas, vamos à cerveja?*

De paladar muito agradável, a **Cerveja Vedett IPA** não é tão

amarga como costume esperar de uma IPA, mas é daquelas para beber de litros!

Tem aroma suave de lúpulo herbal e levemente cítrico. Coloração amarela média e um pouco turva. Espuma fraca e não persistente. O sabor é muito agradável e leve. O paladar apresenta as mesmas características do aroma: um pouco cítrico e com notas herbais. Teor alcoólico baixo, de 5,5% não perceptível.



# De Quinta: Cerveja Trapista Benno – Stift Engelszell

*Acho que esta é a primeira cerveja trapista que posto aqui no blog, embora já tenha quase todas. Talvez por serem tão famosas, por serem facilmente encontradas no Brasil (com poucas exceções). Mas em breve falarei sobre elas, creio que nossa impressões sobre cervejas mudaram e melhoraram bastante nos últimos tempos.*



## **Benno – Stift Engelszell**

Esta **cerveja** estilo **helles dubel** tem aroma suave de mel e levemente cítrico. Coloração linda âmbar forte e bem turva, com um pouco de depósito. Espuma leve e perene.

Encorpada, tem sabor de mel sem ser muito doce, amargor mediano que fica no final do gole, sem deixar a boca seca.

Também levemente frutada e um pouquinho ácida. Teor alcoólico levemente perceptível.



### ***Cerveja Trapista***

O designativo serve para algumas poucas cervejarias no mundo – 10, mais precisamente. Uma **cerveja trapista** é aquela que é feita sob a supervisão de monges da **Ordem Trapista**. Existem no mundo mais de 170 mosteiros desta ordem, mas apenas 10 tem autorização para produzir cerveja.

São eles: Orval, Achel, Westmalle, Rochefort, Vleteren Oster e Chimay na Bélgica; Konigshoeven e Abdij Maria Toevluch na Holanda; St. Joseph's Abbey nos Estados Unidos; Engelszell na Áustria.

Os monges desta ordem religiosa não são proibidos de consumir bebida alcoólica. Além de produzirem cerveja para consumo próprio, vendem para o público em geral para arrecadarem parte dos fundos que sustentam o mosteiro. Algumas das cervejas

produzidas pelos **monges trapistas** são consideradas as melhores do mundo.

### ***O Mosteiro de Stift Engelszell***

Um dos últimos a receber autorização para comercializar cerveja, o mosteiro austríaco trabalha com 3 cervejas: a Gregorius (uma dunkel triple com 9,7% de álcool), esta cerveja Benno (helles dubel, com 6,9% de álcool) e a Nivard (belgian pale ale com 5,5%).

O site do **mosteiro** está disponível apenas em alemão, mas segue o link da loja online para quem quiser dar uma olhadinha nas produções dos monges (que modernos, hehehe!): [Stift Engelszell - shopping online](#).

Mas recomendo sempre dar uma passeadinha online nos sites dos mosteiros, é bem legal ver um pouco sobre a vida de história deles. No site deste mosteiro, tem várias fotos dos monges da época em que (faceiros!), receberam autorização para **produzir cerveja para venda**.

---

## **Cerveja de Quinta: Dark Sister, do Beer Project Brussels**

*E a cerveja desta quinta é a última que encontramos no mercado conseguimos provar do **Beer Project Brussels**. Conheça mais sobre ela!*



### ***Dark Sister – Black IPA – Beer Project Brussels***

De todas que já tomei do estilo, **Black IPA**, a **Dark Sister** é a mais equilibrada (e olha que já provamos muitas!). Tem aroma agradável de lúpulo perceptível antes mesmo de entrar na boca. Com coloração escura e intensa cor chocolate, fazendo jus ao nome, também é turva mas sem depósito. Possui espuma de densidade média e persistente.

Quanto ao sabor, esta **cerveja** apresenta notas de malte torrado mediano, não é nada ácida e ainda é perceptível o sabor de lúpulo de amargor médio. Teor alcoólico de 6,66% não perceptível. Muito boa, das que provei deles, é a que recomendo.



Para saber mais sobre o Beer Project Brussels, veja este [post](#)!

---

**Aguardando a estreia do  
Masterchef Brasil 2015**



Nem terminou a primeira temporada, que teve como vencedora a paulista **Elisa Fernandes**, e o **Masterchef Brasil 2015** já tinha algumas definições: a segunda temporada estreia em maio deste ano.

**Update:** foi divulgado em 27/04 que a segunda temporada estreia dia **19 de maio de 2015**. As chamadas já estão prontas, agora é só aguardar!

Quem segue **Ana Paula Padrão**, a apresentadora do programa, nas redes sociais, já sabe de algumas novidades sobre o que vai rolar em 2015. Segundo ela, o nível dos participantes será bem mais elevado do que na segunda edição. Outro *spoiler* liberado é de que serão menos pretendentes selecionados na primeira fase de eliminação. Serão algumas dezenas, ao invés dos 300 que participaram do primeiro *round* da competição, realizado no estádio do Pacaembu em São Paulo.

***Inscrições para o Masterchef Brasil 2015 estão encerradas!***

As inscrições para o **Masterchef Brasil 2015** encerraram-se no último dia de março e agora a produção corre para deixar tudo pronto para a estréia no próximo mês. Como este ano as filmagens durarão 15 semanas, é bem possível que não teremos *spoilers* sobre eliminados, vindo dos próprios competidores, como ocorreu no ano passado.

No **Youtube** já estão pipocando algumas candidaturas e eu desejo de coração que algumas pessoas que vi o vídeo não entrem. Acho

meio inadmissível criaturas se candidatando já de dolmã de **chef**, ou terem a coragem de publicar vídeos e se candidatar fazendo absurdos na cozinha.

*Agora é só esperar mais um pouquinho para assistir, babar e torcer!*

---

## **De Quinta: Cerveja Grimbergen Printemps**



E a cerveja de quinta desta semana também é de uma ótima descoberta que tivemos aqui na Bélgica: a **Cerveja Grimbergen Printemps**. Aliás, todas as cervejas deles são excelentes, e o preço também, super compensador. Não lembro de ter visto esta cerveja para comprar no Brasil, mas se encontrarem, comprem qualquer uma delas, pois todas são ótimas. Não que **TODA cerveja belga** seja boa, mas todas as que provamos dessa abadia nos agradaram (além desta de hoje, Blonde, Double, Triple, La Dore, Optimo Bruno e Hiver).

Esta cerveja de primavera da **Grimbergen** realmente cumpre o que promete: ser uma cerveja leve e refrescante para brindar a chegada da primavera. Tem aroma de lúpulo levemente frutado. Tem coloração amarelo médio, é bem filtrada. Diria que é uma

blonde bem lupulada!

A **Printemps** tem espuma leve e persistente. De amargor mediano e de lúpulo refrescante, tem teor alcoólico de 7,7% não perceptível.

Teor alcoólico: 7,7%

Estilo: *Blonde Ale*



**Sobre a Grimbergen:** cerveja de abadia, está localizada na cidade de mesmo nome ao norte de Bruxelas. Fundado no século 12 (em 1128), a pedido de uma família nobre, logo um povoado formou-se ao redor do mosteiro. Depois de ter sido destruída e reconstruída algumas vezes (1142, 1566, 1728...), os monges

*resolveram adotar a Fênix como símbolo da abadia. Produzia cerveja desde os seus primórdios e entre os séculos 15 e 18 ficou conhecida por ser um mosteiro hospitaleiro, que produzia cervejas excelentes. Após a destruição e reconstrução ocorrida durante a Revolução francesa, os monges desistiram de fazer cerveja e repassaram suas receitas até então secretas, a cervejeiros do povoado que passaram a ser responsáveis pela Cervejaria Grinbergen.*

---

## Como cortar cebola sem chorar



Eu sempre choro quando vou **cortar cebola**. E demoro, pois em

geral corto *milimetricamente*, como diria a minha irmã. Houve um breve período que não chorei, mas é porque, segundo me disseram, as cebolas argentinas que estavam suprindo a demanda nacional eram tão fracas que não rolavam lágrimas.

Mas **como cortar cebola sem chorar**? Eu tentei todas as técnicas possíveis e imagináveis. Sem sucesso. Concluí que meu olho deve ser extremamente sensível, pois choro até com cebolinha e oftalmologista sofre demais para me examinar e colocar colírio.

Eis que minhas esperanças para o fim das lágrimas na cozinha renasceram. Esta semana, uma notícia do **Japão** (que dizer deste país que nem conheço e já considero pra caramba?!) de que uma variedade de cebola que não nos faz cair em lágrimas foi desenvolvida.

Resta aguardar ansiosamente a chegada dessa preciosidade nas prateleiras dos **supermercados**. Enquanto isso, minha dúvida: vocês tem alguma técnica infalível para cortar cebola sem chorar? *Please, compartilhem aqui com a tia!*



# Cerveja de Quinta: Duvel Tripel Hop 2015

*A edição deste ano desta cerveja gerou uma certa expectativa aqui na Bélgica, pois tão logo chegou nas prateleiras, já estava esgotada! Fiquei de olho e assim que vi, trouxe para casa.*



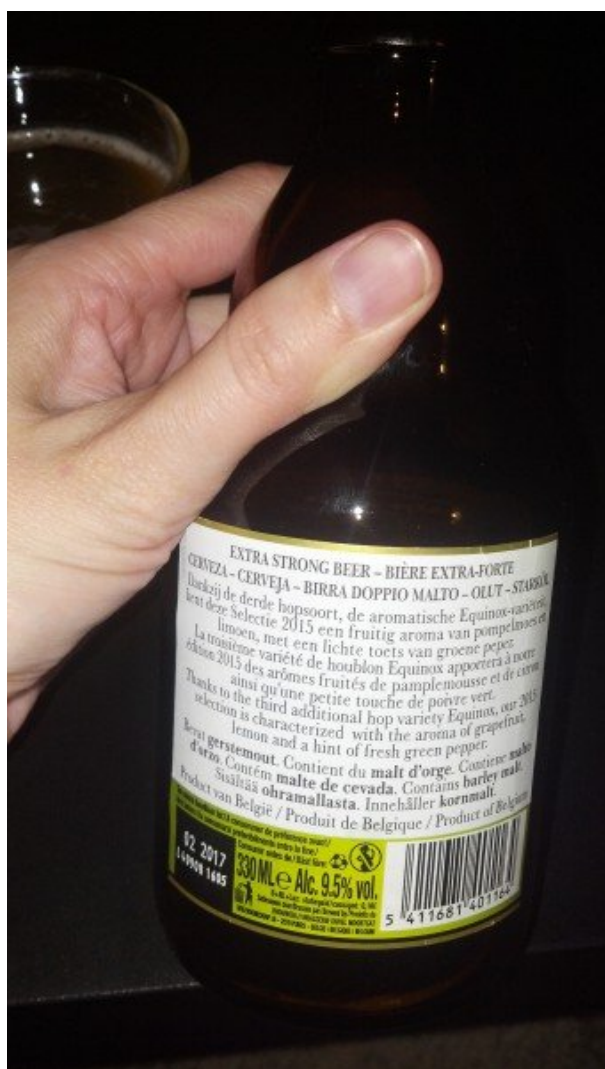
Com aroma de lúpulo forte e herbal e cítrico, a **Duvel Tripel Hop 2015** tem coloração dourada clara e um pouco turva. Corpo leve. Espuma não muito persistente, mas na boca é possível sentir o gás até o último gole. Tem sabor de lúpulo refrescante, de amargor médio a alto. Teor alcoólico não perceptível.

Este ano ela recebeu os **lúpulos Saaz Saaz** e *Styrian Golding*, além do *Equinox*, que foi o escolhido deste ano para o *dry hopping*.

Faz bem jus ao aroma exalado, cuja intensão é dar a esta cerveja notas de uva, limão e um pouquinho de pimenta. Gostamos tanto que gostaríamos que ela fosse definitiva e não apenas uma edição especial e limitada da **Duvel Tripel Hop**.

Teor alcoólico: 9,5%

Estilo: *Tripel*



**Sobre a Duvel Tripel Hop**: a Duvel é uma cerveja elaborada com dois lúpulo. Todos anos a cervejaria lança no final do inverno, começo da primavera, a Tripel Hop. Esta cerveja é caracterizada por receber, a cada ano, um terceiro lúpulo é

*adicionado para que receba um novo aroma e sabor, fazendo dela uma cerveja única.*

---

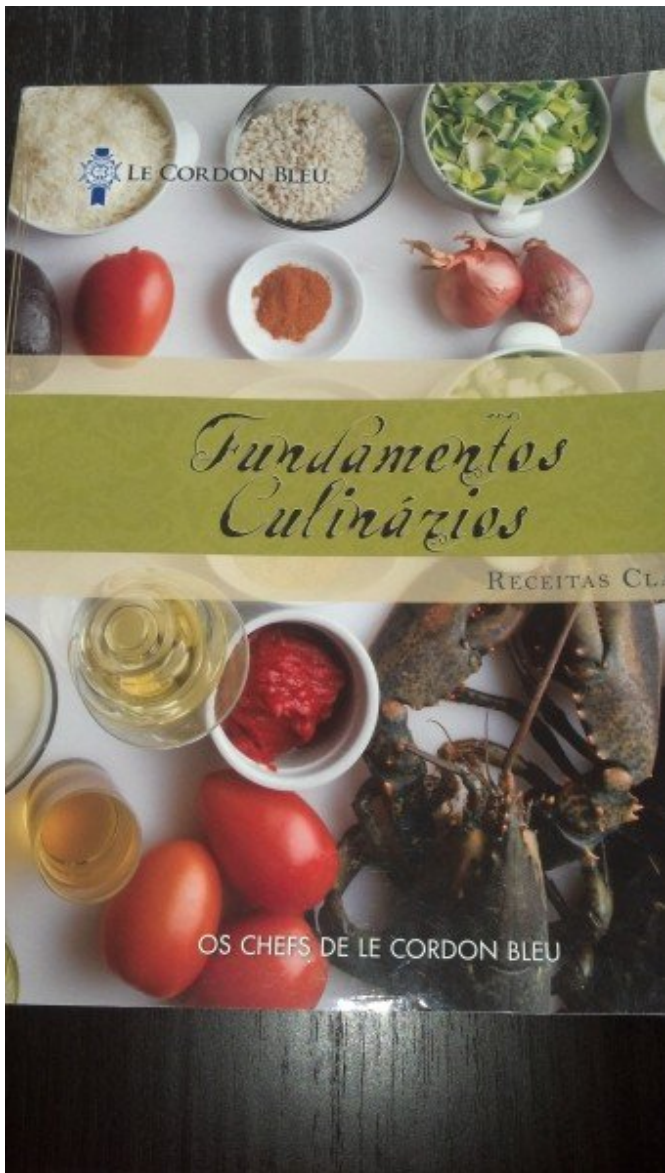
# **Livro de Receitas: Fundamentos Culinários Le Cordon Bleu**

## **Eu x livros**

Minha paixão por **livros** é tão grande quanto a minha paixão por **culinária** e **viagens**. Mas não sou apegada não, acredito que eles nasceram para circular! Por isso sempre que senti que algum amigo gostaria de ler determinado **livro**, passava adiante. Fiz com meus favoritos e por isso tive muitas edições do *Ilusões (Richard Bach)*, *Sidarta (Hermann Hesse)* e *Só o Amor é Real, (Brian Weiss)*. Pronto, entreguei meu ouro!

Só consegui ser possessiva com os autografados, com os do **Rubem Fonseca** e os do **Moacyr Scliar**. Por hora eles descansam na casa da sogra, pois não tinha como trazer tudo na mudança. Os que salvaram-se são alguns pouquíssimos **livros de receitas**, como este de **Fundamentos Culinários da Le Cordon Bleu**. Os demais eu espero que venham logo em seguida.

## **Um bom livro de receitas**

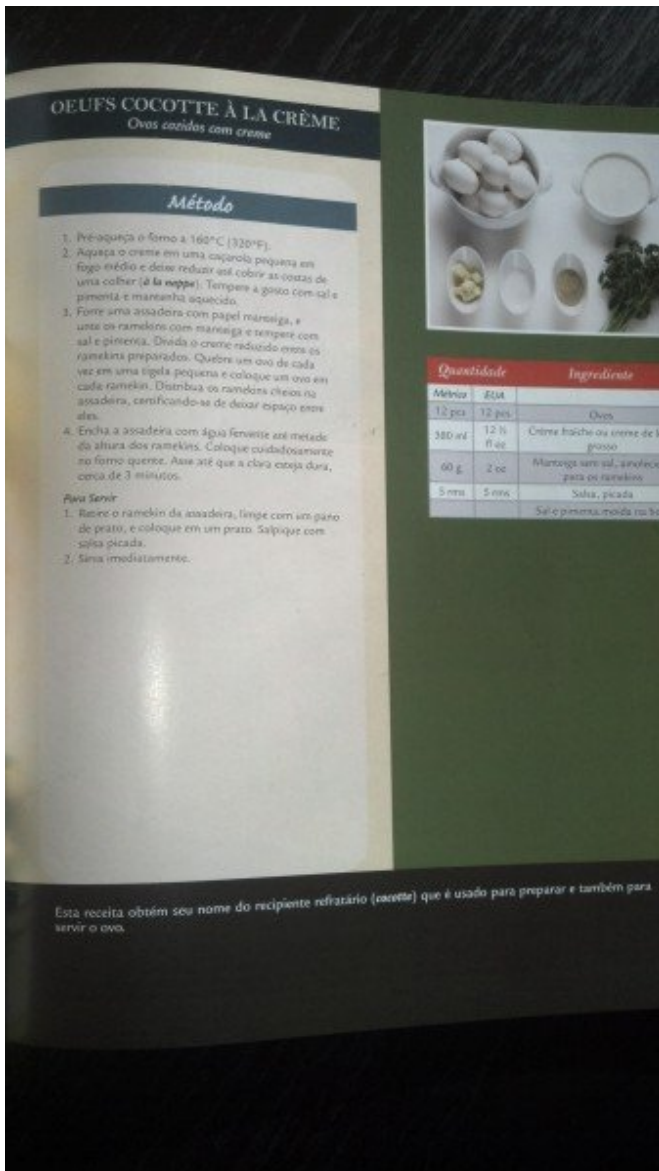


Aí, tem alguém que vai dizer: “Mas porque **livro de receitas**, se tem tudo na internet hoje em dia?” Sim, tem tudo na internet. Menos curadoria de editora e trabalho sério na publicação de **receitas** em blogs e sites!

Claro que nem todos os sites são assim, claro também que minhas **receitas** não são perfeitas. Como digo, sou uma **cozinheira em formação** e aqui procuro postar meus relatos sinceros sobre minhas experiências culinárias. Mas tento fazer meu trabalho com todo cuidado do mundo para que quem as replique não sinta falta de um ingrediente, para que tenha lógica e sempre que posso, as reviso para não ficar propagando informações erradas. Esta é a verdadeira motivação deste blog, não apenas postar por postar.

E é por isso que não me desfaço de **livros de receitas** (nem as coletadas em panfletos, nem as anotadas rapidamente à caneta...). Este da **Le Cordon Bleu** (que adquiri em um Sebo via **Estante Virtual**) é um dos melhores que já tive em mãos. Como podem ver, ele não lista apenas ingredientes e modos de preparo. Lista técnicas aprendidas, instrumentos e até um pouquinho de história. Uma verdadeira aula culinária! Veja nas fotos abaixo.





**Por isso a dica:** invista em **livros de receitas**. Use a internet para ter ideias e inspirações. Compare receitas, analise qual é mais completa, qual dá mais detalhes, qual tem os ingredientes que mais aprecia. Juro que não sou ciumenta, rsrsrs.

A, e este **livro de receitas clássicas** da **Le Cordon Bleu** em especial, quando sigo as receitas à risca, não tem erro. Fiz o **Soufflé au Fromage** sem nunca ter feito suflê e ficou perfeito. Se ficou interessada/o, veja abaixo onde comprar!

### **Serviço**

Livro: **Le Cordon Bleu – Fundamentos Culinários – Receitas Clássicas**

385 páginas de receitas e técnicas

Onde comprar: na [Estante Virtual!](#)

### ***A escola de gastronomia mais famosa do mundo***

A [Le Cordon Bleu](#) é uma das mais tradicionais escolas de culinária do mundo, fundada na França há 120 anos. Hoje tornou-se uma rede, com várias unidades espalhadas pelo mundo.

Mas sua origem é bem mais antiga do que isso. Existem relatos que no século XVI a elite dos cavaleiros franceses formou um grupo (composto pelos que recebiam o *Cordon Bleu – fita azul* – ao se tornarem membros da Ordem do Espírito Santo. Este grupo ficou conhecido por realizar jantares regados de muito luxo e extravagância em termos de comida.

Com a **Revolução Francesa** o grupo foi extinto e a fita azul restou com símbolo de excelência culinária. *La Cusinière Cordon Bleu* foi o nome escolhido para uma publicação culinária, que repassava dicas dos principais *chefs* franceses do século XIX e que originou a escola em 1895.

---

## **Cerveja de quinta: Cerveja Bacchus Flemish Old Brown**

Vamos à nossa **cerveja de quinta**? A escolhida é a **Cerveja Bacchus Flemish Old Brown!**



**Esta cerveja** tem uma apresentação diferenciada: ao invés do tradicional rótulo na garrafa, vem embalada em papel com todas as indicações impressas. Nem preciso dizer que adorei!

Para começar, tem aroma leve de **frutas vermelhas** e sabor que lembra um pouco açúcar mascavo. Quanto à espuma, não sei se está correto, se é para ser *old style*, mas ela não tem nada de espuma! É possível que seja por ser uma garrafa de espumante, mas com tampa de garrafa de cerveja ao invés de rolha.

A **Bacchus Flemish Old Brown** tem teor alcoólico de 4,5% nada perceptível. A coloração é de cereja madura ou ameixa.

Quanto ao estilo *Flemish Old Brown* desta cerveja, que não conhecia, diria que parece uma *gueuze*. Azeda, mas não muito, adocicada mas não exageradamente doce. Além de tudo é seca e um pouco ácida, mas dentro dos limites do suportável.

É envelhecida em barris de carvalho para que adquira notas similares a um vinho de sabor frutado e de aroma de flores. Por isso o nome em referência a divindade do vinho.



Teor alcoólico: 4,5%

Estilo: *Flemish Old Brown*

Cervejaria: [Kasteel Brewery Van Honsebrouck](#)

---

## **Cerveja de Quinta: Grosse Bertha – Beer Project Brussels**

E a nossa cerveja de quinta da semana é a Grosse Bertha, do Beer Project Brussels!



Até que para uma *Weiss* é bem boa, rrsrsrs. Brincadeira! Não sou muito fã do estilo e fico bem feliz quando encontro uma *Hefeweizen* apenas gosto de banana.

Esta cerveja **Grosse Bertha** do **Beer Project Brussels** tem aroma leve de cravo. De coloração dourada clara, é turva como uma weiss deve ser. De espuma quase nula, é bem encorpada.

Quanto ao sabor, essa cerveja do **Beer Project Brussels** é levemente adocicada, e também é possível sentir um pouco de cravo. Nem um pouco ácida, o sabor final é amargor natural do malte de trigo. Cremosa, não é possível sentir o teor alcoólico.

Teor alcoólico: 7%

Estilo: *Organic Belgian Hefeweizen*

Cervejaria: Beer Project Brussels

Conheça mais sobre o projeto [aqui!](#)



---

# Cerveja de Quinta: Cerveja Palm Hop Select

*Hoje o cerveja de quinta sai excepcionalmente na sexta por motivos de...estamos de mudança!*

Só o fato de ser bem *lupulada* já é um bom motivo para adotar ela. E adotamos mesmo, volta e meia ela está na nossa geladeira.



Esta **cerveja Palm** tem aroma médio de lúpulo. Segundo a marca, o lúpulo aromático é o Hallertau Mittelfrüh. Tem coloração cor de cobre. Muito bem filtrada. Tem corpo médio e um pouco cremoso, com espuma intensa mas não muito persistente, pois diminui rapidamente. O amargor é mediano, não permanecendo na boca por muito tempo, o que acho ótimo. Sabor também muito leve de banana e de caramelo. Não é enjoativa e o teor alcoólico não é perceptível.

Teor alcoólico: 6%

Garrafa de 330ml

Estilo: *Belgian Ale*

Cervejaria Palm Breweries

Conheça mais sobre a Palm clicando [aqui!](#)



---

**Cerveja de Quinta: Gordon Xmas**



Não estava nos meus planos postar sobre as **cervejas de Natal** – ou **bière de Noel** mas esta realmente vale o esforço. Já tinha provado algumas daqui feitas especialmente para esta época do ano, quando um dia no super vi uma menina belga indicando esta como sendo boa para alguns amigos e investi nela. Realmente, uma das melhores de Natal que já tomei na vida!

Com aroma de malte e lúpulo, a de 2014 **Gordon Xmas** tem coloração cor de ameixa e é muito bem filtrada. Isso não impede que tenha um corpo vigoroso. Tem espuma mediana e não muito persistente, mas permanece com gás até o final do copo.

Sobre o sabor...ah, é nisso que me refiro! Caramelo bem intenso, com adocicado leve, nota-se a presença de algumas especiarias. Isso configura a esta cerveja um sabor que realmente te leva para a **noite de Natal**. No final, mais ao fundo da língua, um

amargor leve. Teor alcoólico alto e não perceptível.

Teor alcoólico: 8,8%

Garrafa de 330ml

Estilo: *Scotch Ale*

Martin's Beer



**Sobre a Martins:** criada em 1909 por um inglês que veio para a Bélgica, a cervejaria familiar hoje compreende um conglomerado de marcas de cervejas e cidras. Conheça todas as cervejas produzidas pela Martins na Bélgica no site: <http://anthonymartin.be/>

---

# Cerveja de Quinta: Delta Organic – Beer Project Brussels



Não é bem uma **belgian IPA**, mas perdoamos porque às vezes sentimos falta de uns sabores mais amargos. Viver só de *triples* e *blondes* cansa um pouco, rrsrrs. Acho que foi por

isso que nos apegamos tanto à Palm, como já comentei aqui.

Mas, voltando a **cerveja desta quinta**: espuma quase zero. Aroma de *amarillo* pode ser sentido fortemente bem antes de levar a cerveja à boca. Encorpada e turva, tem coloração amarelo forte. Sabor herbal e levemente frutado, mas é o amargo que permanece na boca depois do gole.

Esta é a primeira cerveja feita em co-criação pelo Beer Project Brussels.

Teor alcoólico: 6,5%

Garrafa de 330ml

Estilo: *Organic Belgian IPA*

Beer Project Brussels



**Sobre o Beer Project Brussels:** a cervejaria é um projeto colaborativo e funciona em uma região bem centralizada de Bruxelas, na Bélgica. Até o momento, são 20 novas receitas por ano e a meta é de 200 novas criações. O projeto #BeerForLife funciona de forma bem simples: por um valor estipulado a cada edição (160 euros para a edição de 2014/2015) dá direito aos colaboradores em \$ e estes recebem 12 cervejas por ano para o resto da vida.

---

# Livro Culinária da Imigração Italiana

Hoje, ao invés de uma receita, dica de livro de história com receitas!



Quando viemos de muda para a Bélgica trouxe poucos livros. Entre eles esta riqueza feita pelo descendente de italianos e editor **Darcy Loss Luzzatto**: *Culinária da Imigração Italiana*. E esta é a minha indicação para quem está em busca de inspiração na cozinha.

Como afirma o próprio autor, este não é apenas um **livro de receitas**. Na verdade, está mais para um livro de *histórias*

*sobre comida*. Comida feita pelos **imigrantes italianos** e seus descendentes no Rio Grande do Sul, que se instalaram na serra gaúcha. São comidas típicas da colonização de imigrantes vindos das regiões do **Vêneto** e da **Lombardia** na **Itália**.

Muitas dessas **receitas** e **costumes culinários** precisaram ser adaptados para a disponibilidade local, pois nem todos os ingredientes da terra de origem existiam na nova morada. E são estas receitas, que junto com as memórias do autor, bem como os costumes de uma época quase perdida, que este **livro** traz em suas páginas.

### **Testando receitas históricas**

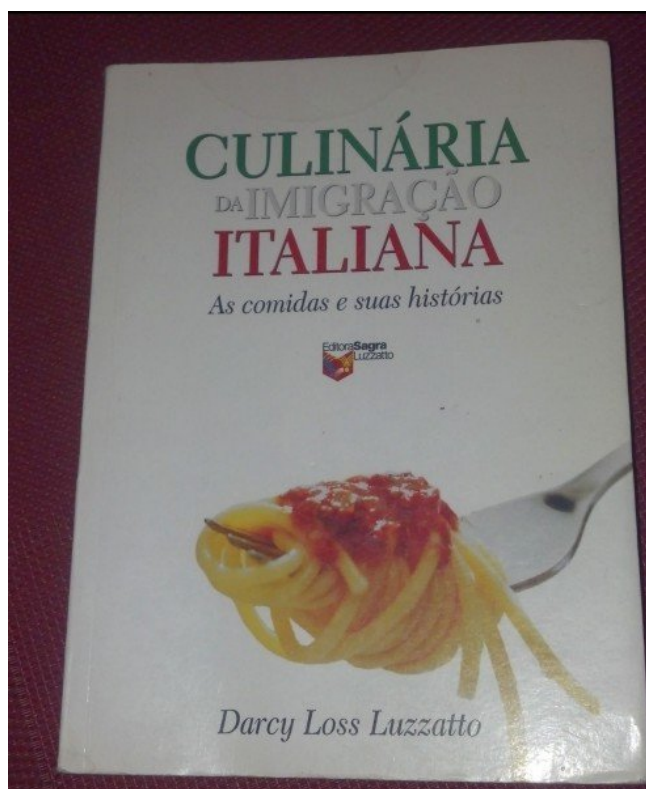
Minha meia metade italiana (que tanto se manifesta na hora em que estou cozinhando), não veio dessa região do RS nem dessa região da **Itália** (tenho certeza apenas sobre algum antepassado ter vindo de **Gênova**, comprovada pelas receitas que foram sendo repassadas), mas foi delicioso conhecer um pouco da **culinária tradicional** que desenvolveu-se na **Serra Gaúcha**. Muitos destes **pratos típicos** já se perderam no tempo e com a reprodução de algumas destas receitas espero ser possível dar uma voltinha no passado.

Por hora só testei a **Receita de Cordeiro com Hortelã** e por um motivo bem curioso: comprei este livro em 2010, li, perdi (ou emprestei para alguém que espero, esteja fazendo bom proveito!) e precisei comprar novamente. Agora só mais alguns ajustes na nossa vida em terras belgas para colocar outras em prática.

### **Gostou do livro?**

Se você se interessou pelo livro, fica a dica de onde pode adquirir o mesmo: na Estante Virtual. Eu comprei o mesmo usado (pode até ver na foto uma manchona), pois não achei ele novinho. Segue o [link](#) com todos os exemplares disponíveis. Recomendo o **Sebo Líder II**, com excelentes títulos de culinária e gastronomia.

## Ficha técnica



*Culinária da Imigração Italiana – As comidas e suas histórias*

Darcy Loss Luzzatto

Editora Sagra Luzzatto

2002, 148 páginas

---

## **O que comer (e beber!) para curar a ressaca**

Eu não pulei **carnaval** mas imagino que muitos, por estas horas (ou amanhã, para quem ainda está de folga!) devem estar procurando uma solução para **curar a ressaca**. Apesar de, no

nosso caso, termos melhorado a qualidade do álcool ingerido e diminuído a quantidade, de certa forma nosso corpo sempre sofre um pouco no dia seguinte.

Por isso me sinto apta a compartilhar estas dicas com o que **Comer e Beber Para Curar a Ressaca!** Esta lista é baseada nos alimentos e bebidas que colaboram com a recuperação das energias, mas lembre-se sempre que a melhor fonte de hidratação (importante após doses de álcool) sempre será a **ÁGUA!**

### ***Chimarrão***



Ok, eu sei que nem todo mundo aqui é gaúcho (e que nem todo gaúcho toma mate!), mas se ponderarmos que os colonizadores que aqui chegaram descobriram que a **erva-mate** era excelente para este fim e adquiriram o hábito, não custa experimentar. Além do quê, tem cafeína – energético que pode ajudar muito na redução da fadiga que faz parte da ressaca. Mas não exagere.

## ***Água de Coco***

Uma das fontes de hidratação mais recomendadas, colabora com a reposição da glicose no sangue, além de ser rica em sais minerais. Proporciona a hidratação perfeita para repor as energias no dia seguinte.

## ***Suco de frutas***

Tente o de melancia, que não é ácido e é mais indicado para os casos de refluxo. Misturar frutas ajuda na nutrição.

## ***Frutas***

Se for para escolher a que for melhor para o organismo, opte pela banana. Além da glicose, fornece potássio e sais minerais, muito importantes para a recuperação.

## ***Macarrão***

Um pelo prato de massa com molho suave (e pouco) é uma excelente pedida para quem está de ressaca. Esta receita de [Massa com Molho Alla Marinara](#) é fácil e tem sabor suave. Os carboidratos da massa fornecem **glicose** para o organismo, e esta é importante para a recuperação de quem exagera na bebida.



## **Sorvete**

Considerando o calor dessa época e nos excessos alimentares que também cometemos no carnaval, a indicação é que na sobremesa, escolha um sorvete de frutas. Muito fácil de preparar, só exige uma certa programação prévia da sua parte (congelando as frutas no dia anterior). Veja as dicas da *Vó Granolinha* da [No Sugar Foods](#) sobre **Como Fazer um Sorvete de Frutas**:

**Dica:** *para beber e não se dar mal, sempre é bom planejar a sua alimentação. Então garanta esse menu e sobreviva ao carnaval!*

---

# Cerveja de Quinta: Lindemans Pecheresse



Os cervejeiros mais f. dirão que é um suquinho e precisarei concordar. Com 30% de suco de pêsego na composição, a **cerveja Lindemans Pecheresse** tem apenas 2,5% de álcool!

Esta **cerveja belga** tem aroma e sabor fortes e bem real da fruta. Levemente turva, tem coloração âmbar médio, tal qual o pêsego. Tem pouca espuma e ela não é persistente, apesar do duplo fechamento com rolha e tampa normal. É doce, mas na medida certa para não se tornar enjoativa.

A **Pecheresse** é fermentada espontaneamente, com leveduras selvagens da região de **Bruxelas**. Fermentação em tinas rasas, exposta ao ar para que microorganismos *acidentalmente* inoculem o mosto. Fabricada desde 1987.

Seu sabor adocicado faz com que seja ideal para aperitivo.

Teor alcoólico: 2,5%

Garrafa de 375ml

Estilo: *Lambic*

Cervejaria Lindemans



*Sobre a Lindemans: a cervejaria de Vlezenbeek foi fundada em 1822 e é especializada em cervejas do tipo **Lambic**. Criada em uma fazenda que pertence à família de mesmo nome desde sempre, a atividade cervejeira surgiu como forma de ocupar os fazendeiros nos períodos mais ociosos, como o inverno.*

---

## **O boom dos programas de competição culinária no Brasil**

Na última quarta-feira, dia 4/2, a Rede Record de televisão anunciou uma das principais atrações da grade para o ano de 2015: o **The Cake Show**. A parceria com o popular *Cake Boss Buddy Valastro* vai trazer ao Brasil mais uma competição culinária. Mais um para a lista de *realitys* de comida que passam a ter versões brasileiras, juntamente com o **MasterChef** (na Band) e o **Cozinha sob Pressão** (no SBT).

*Mas porque deabos estou falando sobre isso? Pelo fato de que programas de culinária, sendo de competição ou não, sempre foram muito importantes para o desenvolvimento da minha criatividade na **cozinha**. Era divertido acompanhar amadores **cozinando** (me identifico!) e pensar: “o que faria no lugar deles?”. Daí surgiram ideias de **pratos** que criei e pensar e fazer comida é algo que realmente domina boa parte dos meus dias.*

Se eu me candidataria a participar de algum programa desses? Acho que ainda preciso de muitas horas de **fogão** para tanto. Além de mais testes e treinamento de técnicas. Por hora, *no plans*. Mas como acompanhei estes e muitos outros **programas de competição culinária** (basicamente todos a que tive acesso!),

posso contribuir falando um pouco sobre eles! Para ajudar na escolha sobre quais acompanhar, dada a profusão de opções que agora tem aí no Brasil. Vamos aos programas?

## Top Chef

A franquia, exibida pelo canal pago **Sony** foi a primeira que comecei a acompanhar e era bem fã mesmo. Digo era pelo fato de que depois de muitas temporadas, fui perdendo o encanto. Não que tenha ficado ruim como *reality*, ou que tenha ficado descontente com os vencedores. *Sempre vi ganharem os competidores para quem torcia*. E isso pode ter ajudado me fazer perder a vontade de assistir o programa – mas não é só isso. Provavelmente a edição ia indicando desde o começo quem venceria, fazendo com que formássemos a nossa opinião positiva e torcida para a pessoa. O fato é que de **comida** mesmo, via pouco e isso fez com que meu interesse fosse embora.

**Deve assistir por:** é o mais elaborado e estruturado de todos. Se gosta de *realities*, tem de tudo. São mestres nisso, com a medida certa de drama.

**Desista se:** está em busca de inspirações, receitas e comida. Os caras que competem não são amadores e ao invés de vermos pratos e como são feitos, vemos correria e stress.

## Cozinheiros em Ação



O programa (que eu saiba, não é uma franquia) é uma produção original do **GNT** comandado pelo **chef francês** radicado no Brasil, *Olivier Anquier*. Surgiu antes dos demais, em 2013, e

tem como pretensão “revelar o melhor cozinheiro do Brasil”. Note que eles não estão procurando *chefs*. Sinceramente, acho bem mais coerente em se tratando de amadores competindo na cozinha.

**Deve assistir por:** a prática não pode ser mais realista. Competidores vão entregando os pratos na medida em que estão finalizando, explicam o que fizeram, suas escolhas. Fica mais fácil assimilar e se identificar quando estamos assistindo. Você se sente em casa, literalmente.

**Desista se:** você não suportar jurados repetitivos e imparciais. Composto por *Renata Vanzetto*, *Mônica Rangel* e *Ivan Achar* fica completamente desequilibrado pelo comportamento repetitivo e implicante dele. Ivan dificilmente aprecia as criações masculinas, por vezes sendo injusto e grosseiro com os mesmos. Elas em geral são justíssimas.

**Para se inscrever no Cozinhos em Ação 2015:** link para o cadastro é [este](#). Não precisa ser chef. Deve enviar um vídeo de até 3 min., mostrando que sabe cozinhar.



## MasterChef

O **MasterChef Brasil** foi o grande responsável pelo *boom* de audiência recente dos **programas de competição culinária** no país. A estrutura de *reality show* caiu no gosto dos brasileiros com o **Big Brother Brasil** há 15 anos atrás e o **MasterChef** produzido pela **Band** preencheu uma lacuna que estava

em aberto com a mesmice do *BBB*. Criado em 1990 e relançado pela inglesa *BBC*, o programa possui hoje edições em diversos países. Mas não tem exatamente o mesmo formato e a versão brasileira é muito mais parecida com a realizada no Peru do que a do Reino Unido. Eu confesso que tenho a versão inglesa como minha favorita, em termos de *reality* de culinária.

**Deve assistir por:** gosta de apreciar a evolução, como cozinheiros, dos candidatos. Dá para se ter uma boa ideia de concepção, reprodução e criação de pratos. Acho que este é o programa de competição culinária com o qual mais consegui aprender sobre comida, receitas e técnicas.

**Desista se:** você não está interessado em drama, só em comida mesmo. E a versão brasileira, assim como a peruana, tem mais do que existe na verdade. Por fim, uma opinião polêmica: odiava o “puxasaquismo” exagerado em relação há algumas competidoras que não apresentavam nada de criativo. Saber temperar uma comida é o mínimo que a pessoa precisa saber para participar de uma competição dessas, não uma qualidade extra, como foi tão elogiado na **Helena**, segunda colocada do *reality*.

**Para se inscrever no MasterChef Brasil 2015:** link com todas as informações para participar é [este](#). Você precisa ser amador, em experiência e formação. Precisa preencher formulário e enviar vídeo com receita.



## Cozinha Sob Pressão

Assisti alguns episódios da versão dos EUA (*Hell's Kitchen*) com *Gordon Ramsay* e confesse que detestei aquela gritaria toda. Falando do Gordon, as aulas de culinária dele exibidas pelo GNT são excelentes e não tem aquele stress todo. Como disse a própria *Nigella Lawson* "Gordon é um excelente professor". Mas, voltando: vi apenas um episódio do **Cozinha Sob Pressão** e achei um pouco menos estressante.

**Deve assistir por:** mostra a vida real de quem trabalha na cozinha. Já trabalhei como garçoneiro em restaurante e sei que não é fácil, a gritaria, stress e tensão faz parte. Serve para quem sonha em trabalhar em restaurante veja se é isso que quer para toda a vida. E tem a parte de criação dos competidores, que eu acho bem interessante.

**Desista se:** está cansado de picuinhas em **programas de competição culinária**. Neste a coisa fica feia mesmo, é liberado xingamento na hora dos depoimentos. Pessoal não pega leve não.

**Para se inscrever no Cozinha Sob Pressão 2015:** não localizei informações sobre a próxima temporada no site oficial, mas sei

que é preciso trabalhar na área, ter formação para participar.

## **Cake Boss**

Sempre achei meio absurdo esse programa (prefiro o de **receitas italianas** do *Budy Valastro!*), aqueles bolos absurdos são muito mais fruto de engenharia do que arte culinária. Espero que a versão brasileira seja melhor!

**Deve assistir por:** se você está em busca de diversão, é o reality ideal. Imagina precisar fazer um bolo no formato da bunda da Kim Kardashian?!

**Desista se:** está em busca de receitas, aprender sobre cozinhar. Não tem nada disso, como falei, é mais engenharia do que qualquer outra coisa.

**Para se inscrever no Cake Boss Brasil 2015:** não localizei ainda nenhum dados sobre inscrições para participar do *Cake Boss*, mas assim que tiver, atualizo aqui.



---

*E você, gosta de cozinhar e está a fim de participar de algum*

*destes? Se sim, avise aqui para ficar na torcida!*