

Patê Trufado de Feijão Branco

*Fácil de fazer, esta receita saborosa e diferenciada para quem gosta de **feijão branco** e quer variar um pouco nos sabores.*



Esta é mais uma receita que fiz, recriando sabores que provamos em viagem. Uma entrada similar a esta feita com feijão branco (digo similar por não ter a receita) que nós provamos em **Curaçao**, no restaurante [Landhuis Misjé](#).

Há algum tempo atrás eu comprei *salsa di tartufo* para preparar *pizza de Batata com Tartufo* como a da pizzaria [Mama Roma](#) aqui de Bruxelas e logo tratei de fazer outros pratos com a dita (que além de cara, tem vencimento curto). Além de usar em um purê de batatas, usei nesta receita de [Carne de Albese](#) e nesta que segue agora, de **Patê Trufado de Feijão Branco**.

Como sei que não é tão fácil e barato de se achar o tal molhinho de trufas, dou uma dicas mais em conta para substituir. A ideia é que fique parecida com um *homus*, mas com sabor diferenciado. Veja a seguir e inspire-se!

Receita de Patê Trufado de Feijão Branco

Ingredientes

- 100 gramas de **feijão branco**;
- 2 folhas de louro;
- 1/2 cebola;
- 1 dente de alho;
- *Salsa di Tarufo* ou 100 gramas de cogumelo do tipo castanho ou Paris fresco;
- Azeite de oliva, pimenta branca e sal;
- Salsinha e cebolinha;
- Pão libanês.

Modo de Preparo

Escolha e lave bem o **feijão branco**. Leve ao fogo para cozinhar (lento se em panela normal, 20 minutos em panela de pressão) com as folhas de louro. Quando estiver cozido (apenas até ficar macio, sem desmanchar), separe do caldo e reserve.

Corte a cebola e o alho grosseiramente e refogue com um fio de azeite de oliva, até que estejam cozidos. Se optar pelos cogumelos frescos, limpe (com um pano úmido, apenas), corte em fatias e refogue em azeite de oliva com uma pitada de sal.

Em um processador de alimentos, junte a cebola, o alho, os cogumelos e o feijão branco (sem o caldo). Processe para que vá formando uma pasta. Se achar necessário um pouco mais de líquido, adicione um pouco do caldo onde foi cozido o **feijão**. Se optar pela receita com *salsa di tartufo*, não precisa colocar a mesma no processador.

A consistência deve ser similar a do humus de grão de bico. Leve ao fogo para aquecer e se for usar a salsa pronta, adicione neste momento, em quantidade ao seu gosto. Ajuste sal, adicione uma pitada de pimenta branca e um fio de azeite de oliva. Finalize com salsinha e cebolinha picada e sirva com pão pita.



***Dica:** se quiser tentar com outros tipos de feijão, creio que o carioca, o rajado, o verde e o vermelho são boas opções.*

— — —

*Se testar esta **receita**, compartilhe com o blog via [Instagram](#) ou [Facebook](#)!*

Antepasto de Berinjela – Receita da Talise

*Mais uma receita mara da Talise, com todos os seus segredinhos. Apreciem sem moderação este delicioso **Antepasto de Berinjela!***



Em **Porto Alegre** há um restaurante italiano antiquíssimo, chamado “Copacabana” (não me perguntem o motivo do nome, não faço a menor ideia da relação com a praia carioca). No Copa, comi um **Antepasto de Berinjela** que mudou minha opinião sobre a mesma. O petisco tem tempero simples: alho, azeite de oliva e pimenta vermelha, bem ardidinha. Após minha primeira experiência com a berinjela do Copacabana, encasquetei que encontraria a fórmula secreta dela.

Após muito procurar, encontrei várias receitas cujas fotos se pareciam com o prato, mas, ironicamente, a que me seduziu foi uma menos “purista” (vejam bem, acho que o grande talento de um bom cozinheiro é conseguir realçar o sabor de um alimento com os temperos e acompanhamentos certos, poucos, mas, nesse caso, a mistura dá muito certo!).

Ingredientes



Para uma porção final do tamanho de um vidro de compota (400, 500g), uso:

- 2 berinjelas grandes;
- 1/2 pimentão vermelho;
- 1/2 pimentão amarelo;
- 1 cebola roxa grande;
- 3 dentes de alho;
- 2 colheres de vinagre (de vinho ou de maçã);
- 3 folhas de louro;
- 3 colheres de sopa de azeitonas em pedaços;
- 1 colher das de sopa de alcaparras;
- 1/2 meia pimenta dedo de moça sem sementes;
- sal, para desidratar a berinjela;
- pimenta do reino, orégano, coentro, esses, a gosto;
- azeite de oliva de boa qualidade.

Modo de preparo

O primeiro passo é preparar a berinjela. Eu costumo descascar, para facilitar o processo de picar em tiras, mas se você gosta da textura mais borrachudinha, use com casca. Faça fatias no sentido do comprimento, depois, empilhe as fatias e pique em tirinhas. A medida que for picando, coloque camadas de berinjela em um escorredor de massa e alterne com camadas de sal. Você pode usar o fino ou grosso, sem medo de ficar salgado, pois a berinjela será lavada. Deixe a berinjela desidratando por no mínimo duas horas. Ela reduz bastante de volume, e é essa a intenção mesmo.

Enquanto aguarda este processo, prepare o restante dos temperos: pique o alho em pedaços (eu gosto de pedaços pequenos, mas se você preferir, pode fatiar em lâminas, fica bonito no vidro), a cebola e os pimentões em tiras, a pimenta em pedacinhos. Refogue em um fio de azeite, acrescente o vinagre e deixe evaporar um pouco. Desligue a panela e acrescente os demais ingredientes (azeitonas, alcaparras, louro, orégano, pimenta do reino e coentro (pode usar em grãos inteiros, se preferir)).

Feito isso, volte à **berinjela**, que deve ser bem lavada em água corrente e espremida com as mãos. Por último, coloque em um pano limpo e torça, para retirar o máximo possível de água. Agora, é só juntar a berinjela ao refogado, colocar em um vidro que possa ser hermeticamente fechado e cobrir com azeite de oliva. Dura, tranquilamente, 15 dias na geladeira. Fica mais gostoso depois do terceiro dia, quando os sabores todos se fundiram.



Sirva com torradinhas, no sanduíche, em fatias de baguete, no pãozinho francês sem miolo... ou até mesmo puro, fica delicioso!



Batata Frita

*Li em qualquer lugar sobre hoje, dia 13 de julho, ser o **Dia Nacional da Batata Frita** aqui na Bélgica e aproveito a oportunidade para compartilhar algumas dicas de preparo. Segundo dizem por aqui, sempre é tempo de comer **french fries** e hoje dou algumas desculpas para você apreciar a iguaria.*



Muitas vezes, uma alteração no modo de preparo de determinado alimento pode fazer de algo simples, um alimento de sabor diferenciado. E a **batata frita** é um destes casos, que vem a ser muito mais versátil do que se imagina. Por isso seguem minhas dicas para quem quer fugir do óbvio (comprar pré-pronta e congelada e simplesmente fritar!) e testar novas **receitas de batata frita**.

Como fazer batata frita assada



Preparo é simples e pode ser feito enquanto se preparam os outros pratos da refeição. Veja em passos:

- lave as batatas e mantenha a casca;

- cozinhe por 18 minutos em fogo médio para alto;
- escorra a água e deixe esfriar;
- pré-aqueça o forno em 180 graus;
- corte as batatas em bâtonnet (bastonete, mais ou menos o tamanho de um dedo);
- em uma forma, coloque as batatas, alecrim, azeite de oliva até que as batatas estejam untadas e salpique sal grosso;
- leve ao forno para assar;
- mexa ou vire as batatas vez ou outra, para que dourem uniformemente;
- quando estiverem douradas por fora e levemente crocantes, estão prontas para servir.

Batata frita na gordura de pato



O *magret de canard* (peito de pato) precisa da gordura que tem entre a pele e a carne, para que fique suculento e macio. Seu ponto ideal é: parte interna rosada e gordura quase completamente derretida. Essa gordura que sobra é ouro e pode tranquilamente ser utilizada para outros preparos de alimentos, como para fazer **batatas fritas**.

Se por acaso encontrar a gordura para comprar em separado, sem problemas, pode usar também para este mesmo fim. Não é necessário usar muita gordura; coisa de um dedo ou dois em uma frigideira de circunferência mediana. Seguem os passos para fazer essa delícia, de sabor único e marcante:

- lave as batatas e mantenha a casca;
- cozinhe por 18 minutos em fogo médio para alto;
- escorra a água e deixe esfriar;
- aqueça a gordura de pato em fogo médio;
- enquanto isso, corte as batatas em bâtonnet (bastonete, mais ou menos o tamanho de um dedo);
- coloque na gordura para fritar;
- quando estiver dourada de um lado, vire cuidadosamente;
- assim que estiverem douradas por completo, escorra em um papel absorvente e tempere com flor de sal e tomilho. Sirva em seguida.

Batata frita na manteiga



Este preparo é recomendado para as batatas bolinhas! Veja como

fazer:

- lave as batatinhas e mantenha a casca;
- pré-cozinhe por 10 minutos;
- remova a água e aguarde que esfriem um pouco;
- corte as batatinha ao meio;
- aqueça 2 colheres de manteiga em uma frigideira;
- quando a manteiga começar a dourar, adicione as batatinhas;
- salpique flor de sal e alecrim;
- adicione alguns dentes de alho para que friteem junto e liberem sabor;
- quando as batatinhas estiverem douradas, está pronto para servir.

Preparando batatas fritas com sabores (e aromas!) diferentes



Não era muito dada a alho quando provei batatas rústicas fritas, que me serviram acompanhado de um grão de alho crocante por fora e cremoso por dentro. De uns tempos para cá, venho inserindo alho na alimentação, aos pouquinho e um dos preparos que mais gostei é este bem simples: ao fritar

batatas, coloque alguns dentes de alho com casca.

Eles liberam um sabor extra para as **batatas fritas** e podem ser consumidos de uma forma diferente. Atente apenas para que o óleo não esteja quente demais, pois do contrário eles tostam por fora, mas permanecem crus internamente. O alecrim também pode ser utilizado para dar sabor extra na **batata**.

Um pouco da história da batata frita

Apesar de conhecidas no mundo inteiro como **French Fries**, a **batata frita** é um dos elementos mais importantes da gastronomia popular da **Bélgica**. Há quem afirme que ela surgiu na França; outros alegam que o “french” do nome com que se tornou popular seja derivado do corte em tiras, em inglês, chamado “frenched”.

O que é certo é que as técnicas utilizadas para que a **batata frita** mantenha-se crocante por fora e macia por dentro foi largamente aprimorado pelos belgas; assim como o hábito de seu consumo como comida de rua. Há décadas elas são consumidas em cones e quem visita a **Bélgica** precisa provar as mesmas em alguma *friterie*.

Entre os motivos pelos quais a **Bélgica** reivindica o título de Patrimônio Cultural Nacional para a **batata frita**, está na excelência do produto local. Entre os segredos da popular e saborosa **batata frita belga** está no uso da batata do tipo *Bintje* (cultivada na **Bélgica** e considerada ideal para este tipo de preparo); no uso se gordura bovina para fritar; e no cozimento em duas fases.

Tradicionalmente, as **batatas fritas belgas** são servidas em cones, com maionese. São mais de 5.000 estabelecimentos (entre lojas e ambulantes de rua) espalhados pelo país, onde podem ser saboreadas as melhores **batatas fritas** do mundo.

Como Fazer Alcachofra Cozida



Bom apetite!

Quer dica de um petisco fácil de preparar, saboroso e que combina perfeitamente com uma noite romântica como a do *Valentine's Day* e a do **Dia dos Namorados**? Então veja **Como Fazer Alcachofra Cozida!**

O aperitivo além de afrodisíaco, combina perfeitamente com a próxima receita que vou postar de **Spaghetti com Cogumelos Frescos**. Em tempos onde reservar restaurantes em datas como estas é cada vez mais chato, receitas práticas e saborosas (e que não pesam no estômago!) são a opção para uma noite romântica.

Como fazer Alcachofra Cozida

Ingredientes

- 1 alcachofra grande (se não encontrar, pode usar duas pequenas!);
- 100 gramas de manteiga;
- Flor de sal;
- Suco de 1 limão;
- 1 pitada de pimenta branca moída.



Pronta para cozinhar.

Modo de preparo

Corte o caule da **alcachofra** bem rente à base. Coloque para cozinhar apenas com água. Em panela normal, demora de 20 a 30 min. Certifique-se de que a mesma é bem fresca, bem verdinha. Após esse período, para testar se está cozida, puxe uma das folhinhas. Se soltar com facilidade e a parte mais próxima do centro estiver macia, está pronta. O que se come é o miolo e essa parte mais suculenta das folhas que fica unida ao miolo.

Enquanto a **alcachofra** cozinha prepare o molho derretendo a manteiga. Adicione o limão, primeiro metade do suco. Prove se está com a acidez que te agrada. Se preferir, adicione mais. Tempere com flor de sal e pimenta branca à gosto.

Na hora de servir

Coloque a **alcachofra** inteira em uma travessa, o molho de manteiga e limão em outra e coma petiscando. Remova uma folhinha e molhe a parte mais tenra no molho, segure entre os dentes e puxe. Mais simples impossível, além de incrivelmente delicioso.

Ao final, quando restarem as folhinhas bem fininhas e sem polpa, terá o **coração da alcachofra** (parte considerada mais nobre). Remova estas folhas bem finas os espinhos (como quem remove hastes e pétalas, afinal ela é uma flor) e esta base (que lembra muito a base de um **girassol**, planta da mesma família da **alcachofra**) que restar é o delicioso **coração de alcachofra**, que pode ser consumido em pedaços e com o molho de manteiga.



A parte branca é a parte boa para ser consumida.



Esse é o coração da alcachofra. Os fiapos não são tão bons de comer e é necessário remover os mesmos.

Sobre a Alcachofra: flor originária da Europa e Norte da África, é cultivada para alimentação na Sicília desde a antiguidade. Seu nome botânico, *Cynara Scolymus* tem origem mitológica: conta que a alcachofra nasceu de uma jovem muito bonita, chamada Cynara, de cabelos loiro-acinzentado, por ter rejeitado o amor de Zeus. Ela não quis se entregar ao todo poderoso do Olimpo por achar o mesmo muito velho. Por isso, Zeus decidiu transformar Cynara em uma planta de aparência selvagem e espinhosa.

Saiba mais sobre os benefícios da alcachofra (e são muitos!) no blog da [No Sugar Foods](#). Aproveite também para conhecer os chocolates e granolas saudáveis produzidos pela nutricionista Fernanda Algayer Maciel.

Como fazer Guacamole



Guacamole e Doritos!

Pode parecer simples fazer **Guacamole**, mas como já vi muito “restaurante mexicano” errar, acho legal compartilhar o modo como faço esse **petisco**. Uma ótima pedida para sextas-feiras, em que se pode chegar em casa depois de uma semana cheia e relaxar, acompanhado de uma cervejinha.

Se você não sabe, ficam aqui as minhas dicas sobre **Como fazer Guacamole**. Além do essencial, tem recomendações finais para você criar a sua receita do modo que mais gosta. Apenas que

este modo de preparo que recomendo é muito apreciado e pode fazer sucesso na sua casa também!

Ingredientes

- 1 abacate médio;
- 2 tomates médios;
- 1 limão;
- Molho de pimenta;
- Azeite extra virgem;
- Sal
- 2 pacotes médios de *Doritos*.

Modo de preparo



Corte o abacate ao meio e remova fora a semente. Mantenha-o na casca e com a faca faça cortes cruzadamente. Com uma colher, faça os cortes que formarão os cubinhos (pequeninhos, menos de meio cm cada).

Remova o miolo e as sementes do tomate. Corte o mesmo em cubinhos bem pequenos, como os do abacate. Coloque na mesma travessa que o abacate. Adicione sal, molho de pimenta e azeite. Um pouquinho por vez, misture com cuidado para o

abacate não se desmanchar, e vá provando, até que fique com picante e salgado conforme o seu gosto. Esprema o suco de um limão e acrescente. Misture. Se achar que é pouco, pode adicionar mais. Sirva acompanhado dos *Doritos* e mais molhos de pimenta, para quem gosta de fortes emoções!

Dicas:

- Uso Doritos por gostar, mas se preferir e encontrar com facilidade, pode servir com nachos;
- O abacate precisa estar maduro mas não muito, para não se desmanchar completamente;
- Eu não uso cebola, por achar o sabor dela forte demais em contraste com o sabor delicado e suave do abacate;
- Se tiver pimenta dedo de moça ou pimenta *jalapeño* e quiser adicionar, fica ótimo!

Origem: *típico da culinária do México, a Guacamole é servida com uma infinidade de pratos. Em alguns casos, recebe a adição de nada, sendo considerado um complemento para ser consumido com saladas. As receitas mais tradicionais levam alho e coentro.*

Bruschetta alla Margherita

Apesar do nome difícil de acertar, é muito fácil preparar **Bruschetta alla Margherita**. Não ouse chamar de receita, mas as orientações são sempre válidas! Por mais fácil que pareça, a garantia de um petisco delicioso, como para qualquer comida da culinária italiana, é o uso de ingredientes excelentes. Confira abaixo e aproveite!



Hora de petiscar! – Bruschettas

Ingredientes

- 1 pão italiano ou 3 pãezinhos amanhecidos;
- 2 tomates italianos de tamanho grande;
- 200 gramas de queijo mussarela ralado;
- 4 colheres de óleo de oliva;
- Manjericão fresco;
- 1 colher de chá de sal marinho;
- 1 pitada de pimenta preta moída na hora.

Modo de preparo

Corte o pão em fatias de 2cm. Passe o azeite na parte superior, que vai receber os demais ingredientes, e distribua em uma assadeira antiaderente. Corte o tomate em cubinhos, removendo as sementes. Coloque sobre o pão já com óleo e adicione uma pitada de sal marinho e outras de pimenta preta moída na hora. Adicione folhas de manjericão em cada uma das

bruschettas. Rale o queijo grosseiramente (eu utilizei um de produção local, vendido em fatias) e coloque sobre as bruschettas. Se utilizar o queijo vendido em bolotas, pode simplesmente despedaçar sobre o tomate.

Após a montagem, leve ao forno pré-aquecido em temperatura média – 200 graus – por 10 minutos, ou até que o queijo esteja derretido. Se preferir mais tostadinho, deixe por mais tempo. Basta ficar observando até que esteja no ponto de sua preferência.

Se quiser testar outros sabores, pense em combinações clássicas da culinária típica italiana e divirta-se! Afinal, para cozinhar, o que vale é a vontade que você tem de comer determinada coisa.



Antes de ir ao forno! Bruschettas

Origem: nada é confirmado, mas é certo que as Bruschettas foram criadas como forma de aproveitar o pão feito no dia anterior. O nome origina da palavra em italiano “bruscare”, que significa “tostar na brasa”. Sua origem remota as regiões do Lazio e de Abruzzo e pode receber variações de cobertura e de nome. Em alguns lugares é conhecida como crostini.