

Receita de Galinhada

Segue a minha receita de galinhada, mais uma para a lista de receitas fáceis e baratas com carne de frango.



A **galinhada** é aquele tipo de comida bem de reunião familiar brasileira: feita em uma panela só, dá substância e deixa todo mundo alegre. É simples e reconfortante! Minha **Receita de Galinhada** é daquelas que tem um caldo encorpado, para comer acompanhado de **salada de alface** e pão francês.

Ideal para os dias de casa cheia, onde é necessário ter mais tempo para conversar do que cozinhando. Espero que gostem e apreciem! Medidas para servir quatro pessoas.

Receita de Galinhada

Ingredientes

- 700g de coxa e sobrecoxa de frango;
- 1 cebola grande;
- 2 dentes de alho;
- 1 1/2 xícaras de arroz;
- Azeite, sal e pimenta;
- Salsinha;

- 1 colher de sopa rasa de açúcar;
- Salada de alface e pão francês fresco para acompanhar.

Modo de preparo

Faça pequenos cortes nos pedaços de frango, no sentido contrário das fibras (um por peça). Isso garante que a carne absorva mais os sabores do tempero. Remova a gordura extra da carne. Salpique sal e pimenta e reserve.

Em uma panela grande (uma *wook* ou panela de ferro, como preferir), aqueça um pouco de óleo (não precisa ser muito, pois o frango geralmente libera bastante gordura). Adicione o açúcar e deixe queimar. Quando estiver marrom escuro, baixe o fogo e adicione o frango. Este caramelo, vai encher a **galinhada** de cor e sabor.

Enquanto o frango doura, corte a cebola em cubinhos, descasque o alho e remova seu miolinho. Quando o frango estiver dourado, coloque a cebola. Quando a cebola estiver transparente, adicione o alho. Refogue tudo por uns 3 minutos e adicione o arroz. Misture bem e adicione 3 xícaras de água quente se quiser deixar a galinhada caldosa como um risoto. Se preferir com o arroz soltinho e seco, coloque água aos poucos, tampe a panela, mexa vez ou outra e vá adicionando água até estar quase cozida. Quando faltar muito pouco para chegar no ponto, desligue e mantenha tampado com um pano limpo entre a panela e a tampa. Isso vai garantir que o arroz fique soltinho mas não empapado.

Para finalizar, adicione salsinha picada e sirva com salada verde e pão francês.



Galinhada sequinha, com arroz soltinho!



Galinhada succulenta, tipo risotto.

Como fazer massa para macarrão caseiro

Como fazer massa caseira é a dica da semana para quem quer adicionar mais sabor ao clássico da culinária italiana!



Jamais esqueço do dia em que aprendi a fazer **macarrão**: tinha 18 anos, estava visitando uma amiga e no almoço, a mãe dela me chamou na cozinha e disse: “Janina, agora que você passou no vestibular, vou te ensinar uma coisa que vai servir para toda tua vida”. E em cinco minutos eu aprendi **como fazer massa caseira**.

Encantou-me a facilidade com que podia recriar este que não só o maior **clássico da culinária italiana**, como uma das minhas comidas favoritas. Claro que comprar pronto é muito mais prático, mas se você tiver tempo, quer se alimentar de forma garantidamente saudável ou mudar um pouco a rotina culinária, vale à pena **fazer macarrão em casa**. Sem contar que esta mesma base serve para fazer massa de lasanha, massas recheadas ou saborizar com manjericão e beterraba, por exemplo.

Veja como é fácil! Em um dos próximos posts indico como dar sabor extra com seus ingredientes favoritos.

Medidas de porção de massa para duas pessoas.

Ingredientes

- 2 ovos médios;
- 1 1/2 de xícara de farinha de trigo;

- fio de azeite de oliva;
- pitada de sal.

Modo de preparo

Coloque a massa em uma vasilha tipo *bowl* de tamanho médio. Faça uma pequena cova e coloque os ovos. Adicione sal e azeite e misture bem, até formar uma massa resistente e homogênea.





Deixe descansar por 20min. embrulhada em uma embalagem plástica. Estique por partes – na máquina, reduzindo aos poucos a medida ou com rolo. Corte na laegura de sua preferência e estenda em um pano limpo para secar (pelo menos um pouco), antes de cozinhar. Se achar que a massa está um pouco úmida e pode grudar antes de cozinhar, salpique farinha. Neste caso, farinha nunca é demais e mesmo esticada, pode estar bem enfarinhada que não tem problema (só não exagere).



Dicas sobre o cozimento



Para cozinhar, aqueça a água e quando estiver fervendo, coloque uma colherinha de sal. Espere ferver novamente e baixe o fogo, para colocar a massa. Cozinhe a mesma em fogo médio, provando sempre até estar *al dente*. Quando chegar nesse ponto, escorra. Atente que se passar desse ponto, a aparência não é tão bonita e a chance de ficar cozida demais é grande.

Lembre que mesmo depois de escorrer a massa, ela continua cozinhando e esse final de cozimento, pode perfeitamente ser feito no molho, onde adquire mais sabor. Por isso, esteja com o molho pronto na hora em que escorrer a água, para colocar a massa nesta panela assim que ela sair da água. Misture com cuidado para que os fios de *talharim* ou *linguini* não se partam.



Uma massa caseira fresca, feita na hora, combina com molhos simples e fáceis de fazer, como estes: [Puttanesca](#), [Cacio e Pepe](#), [Marinara](#), [Manteiga e Sálvia](#) e [Pesto](#).

Dica extra: se os ovos forem muito grandes, use uma xícara de farinha para cada ovo. meça sempre um ovo por pessoa para macarrão caseiro.