

# Conversas à Mesa 3

*Terceira edição do nosso papo de mesa, com acontecimentos culinários da semana.*

## CONVERSAS À MESA 3

*Papo sobre culinária, gastronomia e turismo!*



A **mesa** é o meu lugar favorito para bater um papo e entre os meus assuntos favoritos estão sempre culinária e gastronomia. Vem ver as novidades de gastronomia e turismo que quero compartilhar com vocês!

**Conversas à Mesa 3**

## ▪ ***Chef Floriano Spiess em Cascais***

<https://www.instagram.com/p/By6PDKSggqy/>

Um dos chefs mais renomados do Brasil mudou para **Cascais** – provavelmente definitivamente. O gaúcho *Floriano Spiess*, juntamente com sua esposa *Giuliana Marques de Oliveira* para **Portugal** e depois de trabalhar por 6 meses em **Lisboa**, mudou-se para o litoral português e montou o que ele chama de antirestaurante.

Aos interessados em prestigiar o chef brasileiro em terras lusitanas, aviso que sua cozinha em **Portugal** tem um mix das duas culturas, com sabores que remetem ao RS. Aqui na [Revista Sabores do Sul](#) tem uma entrevista bem interessante sobre esta nova fase do ***chef Floriano Spiess***.

E para provar a comida do chef, entrar em contato e agendar: enviar e-mail para [casadocheffloriano@gmail.com](mailto:casadocheffloriano@gmail.com) ou whatsapp: (51) 99915-5362 e (51) 99987-1147.

— — —

## ▪ ***Receita fail***



Embora tenha postado menos do que queria, sigo testando receitas [low carb](#) para compartilhar aqui e uma delas não deu certo! É de um *gazpacho* verde com abacate, e olha que segui a receita direitinho! Ficou com uma cor meio estranha, talvez porque meu tomate verde não era tão verde assim. E o abacate não fez diferença nenhuma! Vou procurar outra e testar novamente, assim que encontrar o ponto, compartilho aqui!C

---

▪ *Arroz integral vermelho*



Para colaborar com o colesterol, tenho optado por **arroz integral** (acho que comentei aqui que virei a louca do arroz depois que mudei para a Bélgica). Apesar de ser mais caro, creio que vale à pena, pois além de muito mais saborosos, a quantidade que consumimos é menor. Indico o investimento, mas não recomendo se você estiver com pressa – esse meu levou 1h para cozinhar na panela normal!

— — —

▪ *Tour de France*



Foto: [Beci.be](http://Beci.be)

**Bruxelas** sediou este final de semana a largada do **Tour de France**, uma das maiores competições de ciclismo do mundo. O evento que começou na quinta-feira encerrou no domingo, e apesar das inúmeras atividades para praticantes e aficionados por esporte.

Isso significa o que exatamente? Uma cidade lotada de atrações e visitantes! Mas também ruas fechadas, transporte e circulação limitada. Desse evento, deixo uma lição para todos os viajantes: antes de visitar qualquer lugar, verifique se nas datas tem algum evento importante, algum feriado, qualquer coisa que possa mudar o funcionamento da cidade.

Isso ajuda você a evitar problemas como não poder estacionar, ou até mesmo entrar e sair de uma cidade. Nós já levamos 1h para sair de **Bruxelas** de carro por conta de um outro evento esportivo, quando normalmente gastamos apenas 15 min.

— — —

▪ **Final de semana no interior da Bélgica**



*Praça central de Veurne.*



*Joelho de porco com molho de mostarda.*

Este final de semana foi (como sempre) agitado. Partimos no sábado rumo à província de *West Flanders*, para participar de um festival de cerveja com amigos. Já falei de vários lugares dessa região nos posts sobre a [Primeira Guerra Mundial](#), mas depois de várias outras visitas, tenho mais conteúdo para postar!

Desta vez foi possível, além de participar do *Vleteren Craft Beer Festival*, visitar a cidade de *Veurne*, conhecer dois restaurantes e ainda passear na praia. Se você acompanha meus stories do [Instagram](#) (me segue lá!), viu um pouco dessa viagem. Em breve, todas as infos aqui no blog!

— — —  
Edições anteriores do *Conversas à Mesa*, [acesse aqui!](#)

---

# Alguém testou: Receita de Bife de Frango Recheado

*E não é que teve uma querida que testou a [Receita de Bife de Frango Recheado](#)? A Silvane Frnaco, gaúcha que vive em Vitória/ES testou e deu um toque bem pessoal à receita (quem nunca, rrsrsrs?!) e compartilhou este final de semana o resultado.*

Segue o post dela com as dicas de como preparou os **rolinhos de frango recheado** – estou muito a fim de testar este preparo diferente – principalmente com a dica de fazer o *gravy* com cerveja!

*Alô Janina @blog\_receita\_de\_viagem, fiz o frango recheado mas modifiquei quase tudo (hehehehehe), mas aproveitei vários elementos e deu super certo! Usei bacon, azeitona, queijo parmesão colonial e cebolinha como recheio. Prendi com palitos, selei em uma panela (maravilhosa) e deixei terminar de cozinhar por lá mesmo. Usei cerveja ao invés de água. Ficou tri bom! Obrigada pela dica!*

Seguem as fotos do preparo que ela compartilhou em sua conta do [Instagram](#) (segue lá, é super bem humorada e com fotos adoráveis!).



---

*Testou alguma receita do blog? Visitou algum restaurante ou ponto turístico/cidade a partir de infos do blog? Entre em contato com o blog via redes sociais ou e-mail de contato que publicarei aqui com muita satisfação!*

---

# Receita de Abobrinha Recheada com Frango

*Dando início aos posts de **receitas fáceis** e baratas feitas com frango, algo que ficou surpreendentemente saboroso: **Receita de Abobrinha Recheada com Frango**. Pode não ser beem um recheio (não vai ao forno para gratinar), mas tem a mesma premissa: servir a carne com molho dentro da cumbuquinha feita com a própria abobrinha. Espero que gostem e apreciem sem moderação.*

Espero que desculpem as fotos que não ficaram muito boas! Porção para duas pessoas.



***Você vai precisar de:***

- Papel alumínio;
- 1 abobrinha média (usei a Abobrinha de Tronco Redonda, também conhecida como Abobrinha Branca);
- 2 sobrecoxas de frango (sem pele e sem osso);
- 200 gramas de aipim/mandioca cozida (pode usar

- mandioquinha!));
- 2 tomates grandes (sem pele e sem sementes);
  - 1 cebola pequena;
  - Salsa;
  - Molho de pimenta;
  - 1 xícara de arroz longo;
  - azeite para refogar;
  - Sal e pimenta para temperar.

### ***Como fazer***

Pré-aqueça o forno em 180 graus. Lave bem a abobrinha e seque. Crave um garfo algumas vezes na abobrinha e envolva a mesma em papel alumínio. Leve ao forno por 10 minutos, enquanto prepara os demais ingredientes. Passando este tempo, confira se já está cozida, cravando um palito comprido até o centro da abobrinha. Se estiver dura, asse por mais 5 minutos e repita o teste até que esteja macia. Remova o papel alumínio e reserve.

Corte a **carne de frango** em cubos grandes, tempere levemente com sal e pimenta e leve ao fogo para refogar. Corte em cubos médios o tomate sem pele e sem osso, a cebola em cubinhos e o aipim já cozido em pedaços grandes.

Enquanto isso, prepare o arroz da forma tradicional. Quando a carne estiver cozida e levemente dourada, adicione a cebola. Quando esta estiver refogada, adicione o tomate e molho de pimenta ao seu gosto. Ajuste o sal, se necessário e adicione, por fim, o aipim cozido e em pedaços. Cozinhe por mais 4 ou 5 minutos, sem desmanchar demais os tomates, para que o molho seja fresco.

Corte a abobrinha ao meio e remova as sementes. A casca deve estar bem macia para que seja consumida. Sirva com arroz, o molho dentro da abobrinha e finalize com salsa picada.



## **Notas**

*Não se assustem com a quantidade de ingredientes e longo modo de preparo. Apenas descrevi detalhadamente como deve ser feito para que não tenham problemas;*

*2 – O uso de papel alumínio + forno para cozinhar a abobrinha é para acelerar o processo. Lembre que ela tem muita água, então talvez seja necessário eliminar um pouco da umidade com um papel toalha;*

*3 – Se você testar outro método de cozimento da abobrinha e quiser compartilhar comigo, fico agradecidíssima;*

*4 – Esse é um prato com bastante potencial. Se desejar incrementar, teste colocando coco no arroz, ou leite de coco no molho (mas bem pouco), palmito...*

---

# Receita de Molho Pesto da Nildete Barni

*Receita de molho pesto diferenciado, que além de ervas frescas leva bacon.*



Minha adorável sogra, Nildete Barni, cozinha muito bem. Desde que se aposentou, como professora, gosta de se aventurar nas panelas. Seus **doces e sobremesas** são de deixar todos salivando. E olha que eu nem sou muito de doces, mas os dela...não tem como resistir!

Ela é muito habilidosa e seus pratos vão desde uma **Galinha de Molho com Polenta** primorosa até um delicado **Creme de Laranja com Calda de Vinho Tinto**. Entre os meus favoritos feitos por ela, está este **Molho Pesto** para massa, que ela gentilmente nos cedeu a **receita**, com todos os seus segredinhos.

As fotos são de uma das poucas vezes que fiz em casa (e é claro que não ficou tão bom quanto o dela) e podem notar:

esqueci da nozes, que dão um gostinho todo especial. Mas a **receita** segue completa!

## Receita de Linguine ao Molho Pesto

### *Ingredientes*

- 400 gramas de linguine (ou outra massa fina de sua preferência);
- 50 gramas de bacon ou toucinho picado;
- 2 colheres de manteiga;
- 2 colheres de azeite de oliva extra virgem;
- 5 colheres de óleo de oliva;
- 1 maço generoso de salsa;
- 5 ramos de manjerona;
- 20 ou mais folhas de manjericão (conforme seu gosto pessoal);
- 3 dentes de alho;
- 2 colheres de sopa de noz pecã picada;
- Queijo parmesão ralado.



### *Modo de preparo*

Corte todos os ingredientes finamente. Refogue o bacon nas gorduras (azeite e manteiga) quentes. Adicione posteriormente

e na sequência, mexendo após a adição de cada ingrediente, o alho e os temperos verdes. Coloque um ou duas colheres de água para refogar bem. Adicione por fim, as nozes e mexa bem. Deligue e adicione na panela do molho a massa já cozida. Se preferir, adicione queijo parmesão ralado já no prato, para finalizar.



**Dica:** o toucinho pode ser substituído por bacon. Não reparem na quantidade, mas é aqui em casa bacon nunca é demais e coloco 200 g no preparo para duas pessoas. Mas fique à vontade para colocar quanto preferir!

---

# Receita de Nhoque à Romana



*Seguindo com os testes de receitas desta coleção que falei [aqui](#), hoje o blog traz uma receita típica da região do Lázio, o **Nhoque à Romana**. Fica uma delícia! Essa massa é bem diferente e estou a fim de fazer alguns testes com ela.*

Depois desta receita de hoje, resta apenas mais uma das que consegui testar antes de me afastar temporariamente da coleção!

Confiram a **Receita de Nhoque à Romana** e se testarem, compartilhem comigo as suas experiências!

## ***Ingredientes***

- 250 gramas de farinha de sêmola;
- 120 gramas de manteiga;
- 100 gramas de queijo parmesão ralado;
- 1 litro de leite;
- sal à gosto;

– folhas de sálvia.

### ***Modo de preparo***

Aqueça o leite com sal e uma colher de sopa de manteiga. Misture bem. Quando começar a ferver, baixe o fogo (para médio ou menos) e adicione a farinha aos poucos, mexendo bem, para que não embolote. Mexa enquanto cozinha por aproximadamente 30 minutos, até que se desprenda bem da panela.

Retire a massa da panela e leve até uma superfície lisa onde possa trabalhar com ela. Adicione 1 colher de sopa de queijo parmesão ralado e misture bem. Use uma faca ou espátula grande para sovar caso a massa esteja muito quente.

Abra a massa até que a mesma esteja com a espessura de um dedo e aguarde esfriar. Assim que estiver fria, faça rodela com a massa usando as bordas de um copo pequeno, de aproximadamente 3cm de diâmetro.

Unte uma forma refratária com manteiga e coloque as rodela. Em uma panela à parte, derreta a manteiga que sobrou e adicione a sálvia picada grosseiramente. Cozinhe por um minuto e use a mistura para “regar” os **nhoques**. Por fim, salpique o queijo restante e leve ao forno (pré-aquecido a 200 graus) para gratinar até que estejam levemente dourados. Sirva como acompanhamento.



P.S.: a adição da sálvia é uma opção pessoal. Na receita original do livro ele não está incluso.

**Origem:** a região do Lázio (em português, Lácio) na Itália é uma das mais centrais no país e tem Roma como sua capital. Os principais pratos típicos dessa região são as massas, mas esta conhecida no Brasil também como **Nhoque de Semolina** também é tradicional. Além das massas frescas, os queijos e as carnes também figuram em pratos típicos da região do Lázio.

---

# Receita de Cuca de Nata da Família Frantz

*A melhor receita de cuca que você vai encontrar na web!*



Foto: [André Silva](#)

Uma das melhores cucas que já comi na minha vida foi feita pela minha afilhada **Cris Frantz**. Segundo ela, teria sido desertada se não soubesse fazer uma boa cuca. Eu nunca soube fazer cuca, mas desejei fazer aqui em terra de gaufres este doce tão popular no sul do Brasil e esta receita que publico agora foi a que ela me passou, com algumas pequenas alterações da minha parte.

Acreditem: fiz de outras maneiras, mas esta é realmente, a melhor **Receita de Cuca** que podem ter em mãos. Testem já esta delícia!

*Obrigada Cris! Beijo da dinda!*

## **Receita de Cuca (estilo *streusel kuchen*)**

### ***Ingredientes da massa***

- 3 xícaras de farinha de trigo;
- 1 e 1/2 xícara de açúcar;
- 2 ovos;
- 5 colheres de nata;
- 1 xícara de leite;
- 2 colheres (pequenas e bem cheias) de fermento em pó;
- 1 pitada de sal.

### ***Ingredientes do recheio de coco***

- 150 gramas de coco;
- 3 a 5 colheres de leite condensado.

### ***Ingredientes do Streusel (cobertura crocante)***

- 3/4 de xícara de açúcar cristal;
- 3/4 de xícara de manteiga;
- 3/4 xícara de farinha de trigo;
- raspas da casca de 1 limão.

### ***Modo de preparo***

Comece pela **cobertura crocante**: misture com as mãos a farinha, a manteiga e o açúcar, e as raspas da casca do limão. Misture bem, até que esteja bem integrada e formando bolotas. Reserve na geladeira. Se preferir, substitua as raspas da casca de limão por canela em pó.

**Recheio**: aqui estão permitidas algumas variações. Fiz alguns testes com **uva**, algo bem tradicional para quem é de família italiana do sul do Brasil, mas ainda não aprovei o resultado.

Por isso segue a recomendação para recheio com coco, que é bem simples: apenas misture o coco com leite condensado. Se ficar muito denso adicione um pouco mais. Apenas comece com 3 e verifique a necessidade de colocar mais. Não cozinho a mistura pelo simples fato de que vai ao forno.



Aqueça o forno a 180 graus.

**Massa:** bata os ovos e vá adicionando aos poucos o açúcar. Em seguida, adicione a nata e bata bem. Por fim, adicione a farinha aos poucos e o leite. Quando a massa estiver pronta, adicione a pitada de sal e misture, o fermento em pó e misture bem.

Unte com manteiga e farinha uma forma grande e retangular. Adicione a massa e distribua o recheio de coco em colheradas espalhadas uniformemente. Por fim, distribua o **Streusel** suavemente e de forma uniforme, para que cubra toda a forma. Leve ao forno já aquecido por aproximadamente 30 minutos.

**Dica:** nas últimas vezes que fiz, não me entendi com o *streusel* – ele acabou integrando-se com a massa da cuca. Creio que pelo fato de que o açúcar que usei era mais fino que o cristal que encontrava no Brasil. Neste caso, sugiro colocar no final do tempo, aos 25 min. com o aquecimento superior ligado.

-- --  
Uma outra receita igualmente deliciosa de **Cuca Alemã com Geleia de Uva** você encontra no blog **Meu Pão Caseiro**. Confira aqui:

<http://meupaocaseiro.com.br/blog/cuca-alema-receita-recheio-geleia-de-uva/>

-- --  
**Origem:** a *Cuca*, prato típico da imigração alemã no Rio Grande do Sul, é designativo em português para *Kuchen*, que em alemão significa bolo. O *Streuselkuchen* é o tradicional bolo alemão cozido em tabuleiro, com cobertura crocante chamada *streusel*. As versões mais populares nas regiões onde este doce é tradicional levam uma camada intermediária de frutas, geralmente maçã.

Com a chegada da imigração alemã no sul do Brasil, o doce popularizou-se e ganhou muitas versões, sendo muito apreciado tanto por quem vive o sul quanto por quem o visita. Existem variações de preparos para a massa, mas esta **Receita de Cuca de Nata** é certamente a mais saborosa que conheço.

---

## Receita de Risoto Árabe

Essa receita tem inspiração no **Risoto Árabe** do restaurante [AL Nur](#) de Porto Alegre (amo!). Não sei como eles fazem, não pesquisei a receita e óbvio, fiz meus acréscimos. Acho que a maior diferença está na adição de **berinjela**. Espero que gostem!

**Receita de Risoto Árabe**



### ***Ingredientes***

- 1 berinjela grande;
- 300 gramas de carne picada ou moída;
- 1/2 de xícara de arroz (cru) ou 1 xícara de arroz cozido;
- 1/2 cebola cortada em tiras muito finas;
- 1/2 xícara de salsinha picada;
- 1/2 xícara de amêndoas picadas;
- 150 gramas de manteiga;
- 2 colheres de azeite extra virgem;
- Pitadas de sal, pimenta e cominho.

### ***Como preparar***

Se não tiver arroz cozido pronto, prepare o arroz e reserve. Corte a berinjela, sem casca, em tiras finas. Coloque no escorredor de massa, salpique sal e reserve. Ela deve perder um líquido marrom, onde está concentrado boa parte de seu amargor. Se tiver aparência de muito molhada, seque com toalhas de papel.

Corte a cebola e a carne em tiras finas. Se preferir usar carne moída, fique à vontade! Mas use de primeira, pois a se segunda costuma perder muita gordura. Para fazer este prato, já usei *filet mignon*, carne moída, patinho e vazio. Use o que preferir ou que for mais prático para você! *Saiba mais sobre os cortes de carne neste post [aqui!](#)*

Corte finamente a salsinha e as amêndoas e reserve. Inicie o processo de refogar os alimentos separadamente na **manteiga**, com pitadas de sal e pimenta: primeiro a cebola, depois a berinjela, e por fim a carne. Misture estes 3 ingredientes já refogados em uma panela maior (a *wok* é ideal para isso!) e leve ao fogo baixo.

Assim que estiverem quentes e bem misturados, desligue o fogo. Adicione o cominho, o azeite, a salsinha e as amêndoas picadas e misture bem. Sirva acompanhando de salada verde.



### **Dicas:**

- se preferir ou achar mais prático, ao invés da amêndoa use noz pecan, pistache ou castanha do pará. Considero este ingrediente importante para finalizar as diversas texturas que compõem o prato;
- o azeite só é colocado na finalização para que mantenha seu sabor característico;
- por fim, se quiser deixar esta receita top de linha em questão de sabor e saúde, adicione [Granola Artesanal Salgada](https://nosugarfoods.wordpress.com/) da **No Sugar Foods**! Para comprar, visite o site e conheças os produtos da marca: <https://nosugarfoods.wordpress.com/>

---

# Como fazer hamburguer

Há pouco dias postei [aqui](#) a dificuldade para encontrar um bom **hamburguer** em **Porto Alegre** e digo isso porque sei que não é complicado fazer um *burger* de qualidade. Basta usar bons e frescos ingredientes. Este post mostra **Como Fazer Hamburguer** – vocês vão ver como é fácil e viciante. Testem estas receitas de **hamburguer caseiro**, logo poderão exigir um padrão mais alto nas hamburguerias por aí!

## Hamburguer Italianinho



Italianinho!

### *Ingredientes*

Para dois hamburguers

- 400 gramas de carne – eu usei acém, que moí em casa
- 150 gramas de queijo mussarela;
- 2 pães – usei o fofinho para burger, que é levemente adocicado;
- 2 tomates italianos pequenos;
- raminhos de manjericão;

- pitada de sal marinho;
- pitada de pimenta fresca;
- 1 colher de manteiga;
- 1 colher de azeite.

### *Modo de preparo*

Tempere a carne já moída com sal e pimenta. Divida ao meio e forme os hamburguers. Coloque para grelhar, após aquecer a manteiga e o azeite. Depois de passar um dos lados, vire com cuidado. Grelhe por 2 minutos e adicione queijo na parte de cima de cada um dos dois hamburguers. Quando estiver no ponto, retire da frigideira e adicione o tomate e o manjericão. Corte os pães ao meio e passe-os levemente na frigideira para que absorvam os sabores da carne.

### **Hamburguer com Gorgonzola e Rúcula**



Com Gorgonzola e Rúcula!

### *Ingredientes*

Para dois hamburguers

- 400 gramas de carne – eu usei acém, que moí em casa

- 150 gramas de queijo gorgonzola;
- 2 pães - usei o fofinho para burger, que é levemente adocicado;
- 1 maço de rúcula;
- 2 colheres de whiskey;
- pitada de sal marinho;
- pitada de pimenta fresca;
- 1 colher de manteiga;
- 1 colher de azeite.

#### *Modo de preparo*

Tempere a carne já moída com sal, pimenta e o whiskey. Segue o mesmo modo de preparo que descrevi acima: grelhe com manteiga e azeite, adicione o queijo após virar a carne. Adicione a rúcula ao final, pouco antes de finalizar com a parte superior do pãozinho.

#### **Hamburguer Asiático**



### *Ingredientes*

Para dois hamburguers

- 400 gramas de carne – eu usei acém, que moí em casa
- 150 gramas de queijo gouda envelhecido;
- 150 gramas de cogumelo shimeji;
- 2 pães cervejinha;
- 2 colheres de sopa de molho de ostras;
- pitada de flor de sal e de pimenta preta moída na hora;

- 2 1/2 colheres de sopa de manteiga para grelhar;
- 1 colher de sopa de salsinha picada;
- 1 gema de ovo.

### *Modo de preparo*

Tempere a carne com a gema (para dar liga), o sal, a pimenta e o molho de ostras. Leve à frigideira para grelhar com meia colher de manteiga. Coloque os cogumelos para refogar com a manteiga restante em uma panela. Quando estes estiverem passados, desligue e reserve. Quando o hambúrguer estiver no ponto de um lado, vire e adicione o queijo. Quando o queijo derreter, desligue. Adicione ao pão e monte com salsinha e cogumelos.

### **Dicas importantes:**

- **Carne:** Você pode testar receitas com outros tipos de carne: porco, ovelha, pato, frango (comi um de frango ao vinho tinto que era dos Deuses, postarei sobre ele mais adiante) – assim como usar outros cortes de carne bovina. O que importa é que tenha pelo menos 30% de gordura, para que seja macio e suculento. **Entrecot, picanha e coxão** mole são boas opções. Saiba mais sobre cortes de carne bovina [aqui!](#)
- **Tempero:** As variações de tempero que podem ser adicionados na carne são incontáveis! Tudo depende do seu gosto. Colocar um pouco de cebola roxa, salsa ou cebolinha picados pode dar um sabor diferenciado e um toque **gourmet** a este prato tão **popular**.
- **Acompanhamentos:** Entre a carne e o pão pode existir um universo! Pode combinar bacon com pimentões; cogumelos com queijo brie...Ou inventar uma combinação com o que tem na sua geladeira!



Acima o pãozinho depois de leve tostada na frigideira.



Versão Gorgonzola com Cebola Caramelada...fica

muito bom também!

---

## Receita de Carpaccio de Filé



Uma das minhas receitas favoritas: carpaccio de filé!

A primeira vez que comi **Carpaccio** foi quando trabalhei no Coyote, bar e restaurante de Santa Maria/RS, no ano de 2001. A **receita** criada pelo chef Caco Pereira trazia as finas fatias de carne crua sobre cama de rúcula e salpicada de queijo ralado, com torradinhas de acompanhamento. O tempero ficava por conta do freguês.

Em homenagem a esta época e ao Caco, que foi a segunda pessoa com quem aprendi a cozinhar, sigo esta linha produtiva, com singelas e saborosas adaptações. Por motivos de **praticidade** (e falta de paciência para ficar reservando restaurantes) este acabou se tornando, tradicionalmente, nossa refeição de *Dia dos Namorados*.

Siga as dicas e aproveite!

## Receita de Carpaccio de Filé

### *Ingredientes*

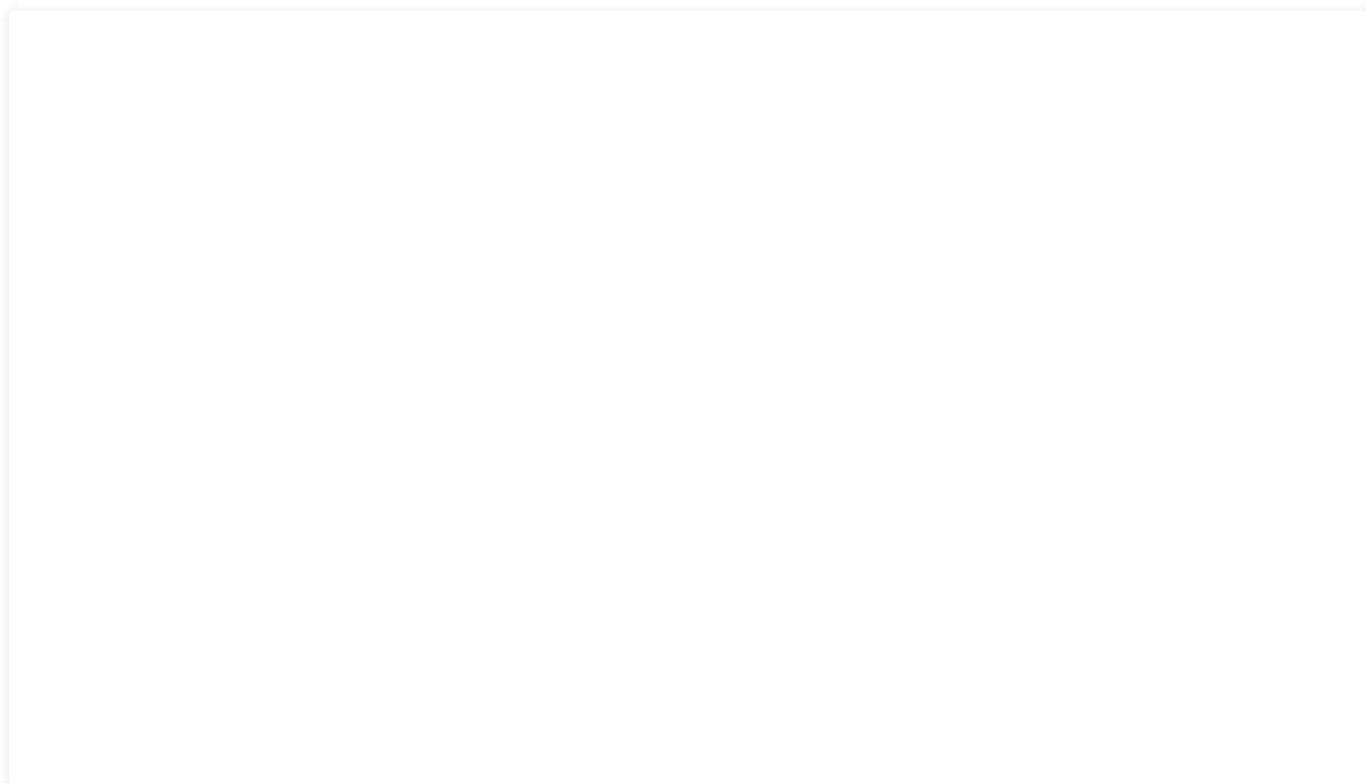
- 400 gramas de filé (parte mais estreita de uma peça inteira, que foi o nosso caso);
- 1 maço de rúcula;
- Alcaparras;
- Queijo ralado;
- 4 pãezinhos;
- Aceto balsâmico;
- Azeite de Oliva;
- Pimenta preta moída na hora;
- Sal.

### *Modo de preparo*

Enrole o **filé** em papel filme e guarde no freezer até que esteja bem firme, mas não congelado. Lave a **rúcula** e reserve. Corte a carne em fatias finas e vá montando em um prato raso, alternando camadas de rúcula e filé.

Divida em quatro partes. Sirva-se e tempere no prato, a seu gosto, com: alcaparras, sal – não exagere, pois alcaparras e queijo ralado já são salgados! – azeite, queijo ralado, aceto balsâmico e pimenta preta moída na hora.

De acompanhamento, nada melhor que pão do dia.



Comida que mais amo nesse mundo! Tem dicas de #comofazer lá no blog. Basta acessar [www.receitadeviagem.com.br](http://www.receitadeviagem.com.br) e buscar por "carpaccio". Feito com carne fresca e #triboa do FoodMet. #carpaccio #homemadefood #jantinhadehoje #jantinha #jantinhatop #comidinhaboa #comidinha #foodmet #abattoir #carnecruda #carnecrua #carnecruanãofazmal #carnivora #euquefiz #blogdereceitas #blogreceitadeviagem #receitadeviagem #comidacaseira #comidafria #comidafresca #freshfood #beef #beefcarpaccio #instafood #lovecarpaccio #italianfood #loveitalianfood #nofilter

*Uma foto publicada por janina stasiak (@blog\_receita\_de\_viagem) em Jul 19, 2015 às 12:47 PDT*

**Origem:** o **Carpaccio**, com este referido nome, tem uma história

tão conhecida. É certo que a grande maioria das culturas tem pratos elaborados com carne **crua**, mas este é certamente um dos mais populares.

Os créditos desse prato vão para **Giuseppe Cipriani**, proprietário do **Harry's Bar** de **Veneza** na **Itália**. Ele concebeu a iguaria preparada desta forma para atender o pedido de uma requintada senhora da cidade, que recebeu recomendações médicas para comer carne crua e como remédio para sua anemia. A **receita original** leva as fatias finas de carne e molho com maionese fresca. A criação recebeu esse nome por conta de uma exposição que passava pela cidade na época, do **pintor italiano Vittore Carpaccio**.



Antes do tempero!