Filé de Peixe à Milanesa

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

água 3,00 xícara de chá
farinha de rosca 1,00 xícara de chá
limão 2,00 unidades
maionese 5,00 colheres de sopa
óleo 5,00 colheres de sopa
robalo 400,00 gramas

Modo de Preparo: Passe os filés de peixe na água misturada com metade da quantidade de limões, secando-os em papel absorvente.

Passe filé por filé na maionese misturada com o restante dos limões, e logo depois na farinha de rosca.

Frite os filés em óleo quente, virando-os somente uma vez. Escorra em papel absorvente. Servir em seguida.

Frango Assado com Cerveja

Rendimento: 5 pessoas

Ingredientes:

alho 5,00 unidades
cebola 1,00 unidade
cerveja 0,70 litro(s)
peito de frango 1,80 Kilo(s)
pimenta do reino 1,00 pitada
sal 0,50 col. de sopa

Modo de Preparo: Tempere o frango (limpo, cortado em pedaços pela juntas) com o sal e a pimenta-do-reino e os dentes de alho amassados. Disponha-os numa assadeira. Junte a cebola picada.

Despeje a cerveja sobre o frango.

Leve ao forno pré-aquecido e deixe assar até o frango dourar e ficar macio, banhando de vez em quando com o caldo da assadeira. Sirva a seguir.

Hambúrguer de Frango

Rendimento: 5 pessoas

Ingredientes:

bacon 50,00 gramas
cogumelo 3,00 xic. de chá
manteiga 1,00 col. de sopa
óleo 0,50 xic. de chá
ovo 1,00 unidade
pão francês 1,00 unidade
peito de frango 500,00 gramas
sal 0,50 col. de sopa

Modo de Preparo: Corte o bacon em fatias finas. Reserve.

Rale a cebola. Reserve.

Cozinhe o peito de frango e desfie.

Em uma panela, refogue o bacon e a cebola. Junte os cogumelos cortados em pedacinhos. Deixe o caldo evaporar.

Adicione o restante dos ingredientes, amassando bem até formar uma massa homogénea.

Molde os hambúrgueres e frite em óleo quente.

Peixe Baiano

Rendimento: 6 pessoas

Ingredientes:

cebola 1,00 unidade
creme de leite 0,50 lata (s)
far. de trigo 1,00 xic. de chá
leite 0,50 litro(s)
leite de coco 200,00 mililitros
Limão 1,00 unidade
maisena 3,00 col. de sopa
manteiga 1,00 col. de sopa
merluza 2,00 Kilo(s)
óleo 3,00 col. de sopa
pimenta do reino 1,00 pitada
queijo prato 500,00 gramas
sal 0,50 col. de sopa

Modo de Preparo: Rale o queijo no ralo grosso. Rale a cebola.

Corte o peixe em postas e retire as espinhas. Tempere as postas com o sal, a pimenta do reino e o limão.

Passe cada posta na farinha de trigo e frite-as em óleo quente. Escorra-as em papel absorvente e reserve.

Derreta a manteiga e refogue nela a cebola. Junte o leite de coco e deixe esquentar.

Dissolva a maisena no leite e derrame no refogado. Mexa até engrossar e junte o queijo. Misture bem, até que o queijo comece a derreter. Retire do fogo e junte o creme de leite.

Disponha o peixe numa travessa e coloque por cima o creme. Sirva a seguir com arroz branco.

Pernil Assado

Rendimento: 6 pessoas

Ingredientes:

açúcar 1,00 xic. de chá
água 1,50 xic. de chá
alho 2,00 unidades
canela 3,00 col. de café
cebola 1,00 unidade
pernil 2,00 Kilos
pimenta do reino 2,00 pitadas
sal 1,00 col. de sopa
vinagre 0,50 xic. de chá

Modo de Preparo: Lave o pernil e numa assadeira, tempere-o com sal, pimenta do reino, a cebola ralada, o alho amassado, o vinagre, o açúcar, a canela e água.

Asse em forno quente, sempre regando o pernil com o molho que for se formando. Depois de assada, corte a carne em fatias e sirva com pão.

Strogonoff de Camarão

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

alho 2,00 unidades
camarão 1,00 Kilo (s)
catchup 1,00 col. de sopa
cebola 1,00 unidade (s)
conhaque 50,00 mililitros
creme de leite 1,00 lata (s)
leite 1,00 xic. de chá
maisena 1,50 col. de sopa
manteiga 1,00 col. de sopa
pimenta do reino 1,00 pitada
sal 0,50 col. de sopa
salsa 1,00 col. de sopa
tomate molho 2,00 lata (s)

Modo de Preparo: Aferente os camarões em água.

Rale a cebola e o alho e refogue-os na manteiga. Junte os camarões e frite um pouco. Adicione o molho de tomate, tampe e deixe cozinhar. Junte o conhaque e o catchup. Tempere com sal e pimenta do reino e coloque a salsa picadinha.

Dissolva a maisena no leite e misture ao molho, mexendo até engrossar. Retire do fogo e junte o creme de leite, sem o soro.

Sirva com arroz branco e batatas fritas.

Moqueca de Camarão

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

água 1,00 xic. de chá
alho 1,00 unidade(s)
azeite dendê 1,00 xic. de chá
cebola 1,00 unidade(s)
leite de coco 200,00 mililitros
limão 2,00 unidade(s)
merluza 1,00 Kilo(s)
pimenta vermelha 10,00 grama(s)
sal 0,50 col. de sopa
salsa 1,00 unidade(s)
tomate 2,00 unidade(s)

Modo de Preparo: Faça uma pasta com o tomate, a salsa, as pimentas, acebola e o alho. Junte o caldo de limão e mexa bem.

Corte o peixe em postas, lave-as e seque-as. Passe as postas nesta pasta. Deixe descansar por 2 horas. Leve ao fogo o azeite de dendê, a água e as postas com o tempero. Junte o leite de coco. Tempere com sal.

Sirva com arroz branco.

Bifes de Panela

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

água 2,50 xic. de chá
alcatra 500,00 gramas
alho 1,00 unidade(s)
alho e sal 2,00 col.de café
batata 3,00 unidade(s)
óleo 1,00 col. de sopa
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
sal 0,50 col. de sopa

Modo de preparo: Descasque e fatie as batatas em fatias não muito finas.

Tempere os bifes com sal e pimenta do reino.

Amasse o alho e refogue-o no óleo. Junte os bifes e frite-os um pouco, dos dois lados.

Forre o fundo da panela com os bifes e distribua por cima as fatias da batata.

Polvilhe por cima o alho e o sal. Junte a água e tampe a panela de pressão. Deixe cozinhar até a carne estar macia e a água ter secado. Retire e sirva quente.

Coxas de frango Marinadas

Rendimento: 8 pessoas

Ingredientes:

coxa de frango 8,00 unidade(s)
mel 4,00 col. de sopa
molho de soja 2,00 col. de café
mostarda molho 4,00 col. de café

Modo de Preparo: Faça cortes em diagonal na carne dos dois lados das coxas e disponha-as em uma assadeira untada.

Misture o mel, a mostarda e o molho de soja e despeje sobre as coxas. Tampe e deixe marinar por 1 hora, virando de vez em quando.

Asse as coxas em forno pré-aquecido, regando e virando as coxas várias vezes. Sirva a seguir.

Filé com molho Gorgonzola

Rendimento: 5 pessoas

Ingredientes:

carne de vaca 625,00 grama(s)
manteiga 5,00 col. de sopa
pimenta do reino 1,25 pitada(s)
queijo gorgonzola 62,50 grama(s)
sal 0,63 col. de sopa
vinho tinto 75,00 mililitros

Modo de Preparo: Bata 3/4 de manteiga com o queijo e reserve.

Tempere os filés com sal e pimenta.

Frite os filés com o restante da manteiga, um por vez. Retire os filés e escorra a manteiga.

Despeje o vinho e deixe levantar fervura. Acrescente a mistura de queijo.

Despeje sobre os filés.

Lombo à Parmegiana

Rendimento: 8 pessoas

Ingredientes:

alho 2,00 unidade(s)
azeite de oliva 1,00 col. de sopa
cebola 0,05 unidade(s)
far. de rosca 1,50 xic. de chá
lombo porco 8,00 unidade(s)
óleo 4,00 col. de sopa
orégano 0,50 col. de sopa
ovo 2,00 unidade(s)
pimenta reino 1,00 pitada(s)
queijo mozzarela 120,00 grama(s)
queijo parmesão 4,00 col. de sopa
sal 0,50 col. de sopa
tomate 2,00 unidade(s)

Modo de Preparo: Bata ligeiramente cada bife cortado em fatias finas e tempere-os com metade do sal.

Bata os ovos.

Coloque a farinha de rosca num prato raso.

Refogue no azeite o alho e a cebola picadinhos. Adicione o tomate picado, o orégano, o sal restante e a pimenta do reino. Deixe cozinhar em fogo brando mexendo sempre. Reserve.

Frite os bifes no óleo quente, retire e escorra-os em papel absorvente. Disponha-os numa travessa e derrame o molho de tomates por cima.

Cubra com a mozarela fatiada. Polvilhe o queijo parmesão ralado e leve ao forno até o queijo derreter. Sirva a seguir.

Carne Moída Assada

Rendimento: 8 pessoas

Ingredientes:

azeitona 6,00 unidade(s)
carne moída 1,00 Kilo(s)
cebola 2,00 unidade(s)
creme de leite 1,00 lata(s)
margarina 2,00 col. de sopa
passas 1,00 col. de sopa
pimenta molho 10,00 mililitros
pimenta reino 1,00 pitada
sal 0,50 col. de sopa

Modo de Preparo: Rale a cebola.

Descaroce e pique as azeitonas.

Numa tigela, misture todos os ingredientes.

Coloque num refractário untado.

Regue com margarina derretida.

Leve ao forno quente para assar.

Carne de Vitela com Mel

Ingredientes:

azeite 1,00 col de sopa
tomilho 10,00 raminhos
bifes de vitela 4,00 de 200g cada
cogumelo shiitake 60,00 gramas
vinho tinto 0,50 xic. de chá
mel 2,00 col de chá
vinho do porto 0,50xic. de chá
batata 300,00 gramas

Modo de Preparo: Aqueça o azeite de oliva numa numa frigideira grande e pesada. Adicione o tomilho e, quando o azeite estiver realmente quente, junte os bifes. Frite por um minuto e meio, de cada lado, para obter uma carne mal passada. Frite mais se quiser ao ponto.

Deixe os raminhos de tomilho na panela, retire os bifes e mantenha-os aquecidos numa travessa.

Coloque o cogumelo cortado em fatias e o vinho tinto na frigideira, aumente o fogo e cozinhe até o líquido se reduzir à metade. Adicione o mel e o vinho do porto e, novamente, deixe reduzir até ficarem cerca de seis colheres das de sopa de molho. Sirva os bifes com molho acompanhados de batatas rosti.

Almôndegas Deliciosas

Ingredientes:

carne moída 0,50 Kilo
peito de frango desossado 0,50 Kilo
sal 1,00 pitada
pimenta do reino 1,00 pitada
noz- moscada 1,00 pitada
azeitonas 100,00 gramas
far. de trigo 1,00 xic. de chá
far. de rosca 1,00 xic. de rosca
ovos 2,00 unid.
óleo 1,00 col. de sopa

Modo de preparo: Moa o peito de frango e misture com a carne moída. Tempere com sal, pimenta-do-reino e a noz-moscada. Deixe tomar gosto por 30 minutos.

Faça as almôndegas, colocando uma azeitona dentro de cada uma, como se enrola um croquete.

Passe as almôndegas pela farinha de trigo, pelo ovo batido e, por último, pela farinha de rosca.

Frite em óleo quente até que dourem. Escorra em papel absorvente e sirva.

Fica também muito bom com o seu molho tradicional e especial. Invente, tente, varie.

Suflê de Frango

Rendimento: 6 pessoas

Ingredientes:

far. de rosca 1,50 xic. de chá
far. de trigo 3,00 col. de sopa
manteiga 3,00 col. de sopa
ovo 9,00 unidade(s)
peito de frango 900,00 grama(s)
pimenta do reino 3,00 pitada(s)
sal 1,50 col. de sopa
salsa 6,00 col. de sopa

Modo de preparo: Cozinhe e desfie o peito de frango.

Separe as gemas das claras e bata as claras em neve.

Dissolva as gemas no leite.

Numa panela, refogue a farinha de trigo na manteiga, acrescente o leite com as gemas até engrossar.

Junte a farinha de rosca e o frango, mexendo sempre.

Junte a salsa, o sal e a pimenta do reino.

Delicadamente, misture as claras em neve.

Despeje em um refratário untado, e asse no forno até dourar.

Polpettone Recheado

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

água 1,00 xic. de chá
alho 4,00 unidade(s)
azeitona 6,00 unidade(s)
carne moída 250,00 grama(s)
cebola 1,00 unidade(s)
far. de rosca 4,00 col. de sopa
ovo 3,00 unidade(s)
palmito 300,00 grama(s)
pão frances 1,00 unidade(s)
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
sal 1,00 pitada(s)
tomate 2,00 unidade(s)

Modo de preparo: Bata os ovos e divida-os em 3 partes.

Tempere a massa da carne, usando alho batido, sal pimenta do reino, o miolo do pão molhado na água, 1/3 do ovo batido e 1/3 da farinha de rosca.

Abra a massa sobre um plástico limpo.

Refogue o recheio, usando óleo, alho batido, cebola picadinha, azeitonas cortadas e descaroçadas, palmito picadinho, os tomates em pedaços, sal e pimenta do reino.

Despeje o recheio sobre a massa da carne, enrolando-a como um rocambole, e apertando as extremidades para o recheio não vazar.

Em seguida, passe o rocambole no restante dos ovos batidos e na farinha de rosca.

Frite em óleo quente. Este prato pode ser servido com ou sem molho.

Pernil à Brasileira

Rendimento: 10 pessoas

Ingredientes:

água 0,50 xic. de chá
alho 4,00 unidade(s)
far. de trigo 0,50 col. de sopa
laranja 0,50 xic. de chá
limão 3,00 unidade(s)
manteiga 2,00 col. de sopa
pernil 3,00 kilo(s)
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
sal 1,00 col. de sopa

Modo de preparo: Misture a água, o suco dos limões, o sal , os alhos amassados e a pimenta do reino.

Ponha o pernil sobre os temperos e deixe descansar até o dia seguinte, virando-o de vez em quando.

Coloque o pernil numa assadeira e cubra toda a sua superfície com manteiga.

Cubra com papel alumínio e asse no forno pré-aquecido por cerca de 1 hora.

Retire o papel alumínio e deixe assar até dourar.

Regue o pernil de vez em quando com o molho do tempero em que ele descansou.

Retire o pernil da assadeira.

Leve a assadeira ao fogo médio, acrescente o suco de laranja, misturando até formar um molho. Derrame este molho sobre o pernil e sirva a seguir.

Fritada de Bacalhau

Rendimento: 6 pessoas

Ingredientes:

azeite de oliva 2,00 col. de sopa
bacalhau 350,00 grama(s)
batata 2,00 unidade(s)
cebola 1,00 unidade(s)
far. de trigo 2,00 col. de sopa
leite de coco 0,50 litro(s)
manteiga 1,00 col. de sopa
ovo 4,00 unidade(s)
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
pimentão 1,00 unidade(s)
salsa 2,00 col. de sopa
tomate 1,00 unidade(s)

Modo de preparo: Deixe o bacalhau de molho da véspera.

No dia seguinte, escorra o bacalhau, retire a pele e as espinhas e moa-o.

Aqueça o azeite, acrescente a cebola, o tomate e o pimentão picados. Cozinhe por alguns minutos.

Junte o bacalhau e o leite de côco, misture e cozinhe, mexendo de vez em quando, por cerca de 10 minutos. Retiredo fogo.

Acrescente a pimenta, as batatas cozidas e amassadas e salsa picada. Misture e deixe esfriar.

Numa tigela, bata as claras em neve, junte as gemas e bata mais um pouco.

Acrescente metade desta mistura ao bacalhau e mexa até incorporar bem.

Despeje esta mistura em um refractário untado com a manteiga e polvilhado com a farinha de trigo.

Cubra com o restante da mistura de ovos. Asse em forno pré-aquecido.

Carne Tártara

Rendimento: 5 pessoas

Ingredientes:

carne moída 625,00 grama(s)
cebola 1,25 unidade(s)
gema de ovo 5,00 unidade(s)
limão 2,50 unidade(s)
molho inglês 25,00 mililitros
mostarda molho 6,25 col. de café
pão integral 250,00 grama(s)
pimenta do reino 1,25 pitada(s)
sal 0,63 col. de sopa
salsa 2,50 col. de sopa

Modo de preparo: Faça torradas com o pão.

Misture a carne moída com os demais ingredientes (menos o limão). Distribua as torradas em uma travessa e coloque pequenas porções da carne temperada sobre cada torrada.

Alise cada porção de carne.

Esprema sobre as porções o limão. Sirva como aperitivo.

Croquetes de Lombo

Rendimento: 5 pessoas

Ingredientes:

alho 1,00 unidade(s)
bacon 100,00 grama(s)
cebola 1,00 unidade(s)
far. de rosca 2,00 xic. de chá
leite 1,00 xic. de chá
lombo de porco 500,00 grama(s)
óleo 2,00 xic. de chá
ovo 3,00 grama(s)
pão frances 1,00 unidade
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
salsa 1,00 col. de sopa

Modo de preparo: Moa o lombo e o bacon.

Junte a salsa picadinha, a cebola ralada, o alho amassado, e tempere com pimenta do reino.

Molhe o pão no leite e amasse junto com a carne.

Molde os croquetes, e passe um a um nos ovos batidos e na farinha de rosca.

Repita a operação. Frite em óleo quente e escorra em papel absorvente.

Sirva a seguir.

Rocambole de Bifes

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

alcatra 500,00 grama(s)
alho e sal 1,00 col. de sopa
óleo 2,00 col. de sopa
orégão 0,50 col. de sopa
presunto cozido 300,00 grama(s)
queijo prato 300,00 grama(s)

Modo de preparo: Tempere os bifes com alho e sal.

Fatie o presunto e o queijo. Distribua o presunto e o queijo sobre cada bife (coloque sobre cada bife primeiro o presunto e em seguida o queijo). Polvilhe o orégão.

Enrole os bifes e prenda-os com um palito Frite-os em óleo quente. Sirva a seguir.

Empanado de Frango com Creme

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

cebola 1,00 unidade(s)
creme de leite 0,50 lata(s)
far. de rosca 1,00 xic. de chá
far. de trigo 1,00 xic. de chá
leite 0,50 litro(s)
leite de coco 100,00 mililitros
maisena 3,00 col. de sopa
manteiga 1,00 col. de sopa
óleo 3,00 col. de sopa
ovo 2,00 unidade(s)
peito de frango 2,00 unidade(s)
queijo prato 300,00 grama(s)
sal 0,50 col. de sopa

Modo de preparo: Rale o queijo em ralo grosso. Reserve.

Corte os peitos de frango em filés. Tempere-os com o sal e a pimenta do reino e passe-os na farinha de trigo, nos ovos batidos e na farinha de rosca, nessa ordem. Frite-os em óleo quente e escorra-os em papel absorvente. Reserve.

Derreta a manteiga e refogue nela a a cebola ralada. Junte o leite de coco e deixe esquentar.

Dissolva a maisena no leite e derrame no refogado. Mexa até engrossar. Junte o queijo e misture até o queijo começar a derreter. Retire do fogo e junte o creme de leite.

Disponha os filés numa travessa e derrame por cima o creme. Sirva a seguir com arroz branco.

Espetinhos de Carne

Rendimento: 4 pessoas

Ingredientes:

bacon 100,00 grama(s)
carne de vaca 1,00 kilo(s)
cogumelo 1,00 col. de sopa
óleo 0,50 col. de sopa
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
pimentão 1,00 unidade(s)
sal 0,50 col. de sopa
salsa 1,00 col. de sopa
tomate 10,00 unidade(s)

Modo de preparo: Limpe e corte a carne em cubos.

Corte o tomate e o pimentão em cubos.

Pique a salsa e parta o bacon.

Coloque em espetinhos de churrasco (alternadamente) tomate, bacon, carne, pimentão e cogumelos.

Tempere os espetinhos com o sal e a pimenta do reino. Derrame sobre eles o óleo e polvilhe a salsa picadinha.

Asse em grelhas quentes, virando-os sempre.

Maionese de Frango

Rendimento: 6 pessoas

Ingredientes:

batata cozida 4,00 unidade(s)
cebola 1,00 unidade(s)
cebolinha 1,00 col. de sopa
cenoura cozida 4,00 unidade(s)
maionese 6,00 col. de sopa
peito de frango 5,00 unidade(s)
pimenta do reino 1,00 pitada(s)
sal 0,50 col. de sopa
salsa 1,00 col. de sopa

Modo de preparo: Rale a cebola.

Cozinhe e desfie o frango.

Pique a salsa, a cebolinha, a batata e a cenoura.

Misture o frango desfiado, a batata, a cenoura, a cebola, a cebolinha e a salsa. Tempere com sal e pimenta do reino. Misture a maionese. Sirva gelada.