

Frutas secas, tais como pêssegos, damascos, ameixas e tâmaras, combinam bem com maçãs no preparo de chutneys deliciosos. As nozes acrescentam textura e sabor especial. Se você preferir um chutney adocicado, substitua o curry em pó por uma mistura de especiarias.

Chutney de maçã, pêssego e nozes ao curry

RENDIMENTO CERCA DE 1,8 KG
(4 POTES GRANDES)

PREPARO 1H45

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

350 g de maçã descascada sem miolo
em quartos

225 g de cebola descascada

350 g de pêssego seco

175 g de nozes picadas

125 g de uva-passa branca

400 g de açúcar demerara

2 colheres (chá) de curry suave em pó

uma boa pitada de sal marinho

300 ml de vinagre de maçã

1 Corte as maçãs e a cebola em pedacinhos. Com uma tesoura, corte os pêssegos em pedaços uniformes. Coloque em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso com os ingredientes restantes.

2 Cozinhe em fogo baixo, mexendo até o açúcar dissolver. Abaixar o fogo e apure por 1h30, até que, passando uma colher de pau, se enxergue o fundo da panela. Mexa continuamente até o final do cozimento para o chutney não queimar.

3 Verifique o tempero e, se necessário, acrescente sal ou mais curry em pó. Apure por mais 1 minuto, mexendo para incorporar as especiarias.

4 Disponha em potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas e resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Tampe com um disco de papel-manteiga, lacre e rotule. Guarde em lugar fresco e escuro pelo menos por 1 mês antes de usar. Mantenha na geladeira depois de abrir.

Misturando temperos doces e ácidos, este chutney é perfeito para acompanhar peixes gordurosos. Além disso, também é delicioso no pão com queijo ou com uma salada. Como na maioria dos chutneys, os temperos só se revelam após um período de maturação.

Chutney de vagem e abobrinha

RENDIMENTO CERCA DE 1 KG
(3 POTES MÉDIOS)

PREPARO 2 HORAS

CONSERVAÇÃO 9 MESES

INGREDIENTES

600 g de vagem em fatias finas

4 abobrinhas em fatias finas

350 g de maçã descascada,
descaroçada e picada

2 cebolas em fatias finas

450 g de açúcar demerara

1 colher (chá) de mostarda em pó

1 colher (chá) de cúrcuma

1 colher (chá) de semente de coentro

600 ml de vinagre de maçã

1 Coloque as vagens, as abobrinhas, as maçãs e a cebola em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso, acrescente o açúcar, a mostarda em pó, a cúrcuma e as sementes de coentro. Adicione o vinagre e misture.

2 Cozinhe em fogo baixo, mexendo até dissolver todo o açúcar. Deixe ferver por cerca de 10 minutos, mexendo de vez em quando. Abaixar o fogo e apure por cerca de 1h30, mexendo às vezes, até engrossar. Mexa até quase o final do cozimento para que o chutney não grude no fundo da panela.

3 Coloque em potes esterilizados ainda quentes, com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Tampe com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Reserve por 1 mês para maturar os temperos antes de consumir e, depois de aberto, conserve na geladeira.



Para este chutney, você pode utilizar abobrinhas verdes ou outras, mas as amarelas são as ideais, por causa da cor e da textura cremosa. Se quiser, pode também substituir os tomates maduros pelos verdes. Escolha produtos frescos e, se possível, de cultivo orgânico.

Chutney de abobrinha e tomate

RENDIMENTO CERCA DE 1 KG
(2 POTES GRANDES)

PREPARO 2H45

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

450 g de abobrinha amarela aparada em cubos

250 g de cebola picada

350 g de tomate maduro picado

350 g de açúcar cristal

300 ml de vinagre de vinho branco

1 dente de alho picado

1 cm de gengibre picado

¼ de colher (chá) de pimenta-calabresa

uma boa pitada de páprica doce

uma boa pitada de pimenta-branca moída

½ colher (chá) de sal marinho

1 Coloque todos os ingredientes em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso.

2 Deixe ferver em fogo médio, mexendo para dissolver o açúcar. Abaixar o fogo e apure por 2h30, até que, ao mexer com uma colher de pau, seja possível ver o fundo da panela. Mexa sempre, até o final, para que o chutney não queime. Se necessário, aumente o fogo no fim do cozimento e deixe ferver até engrossar.

3 Coloque em potes esterilizados ainda quentes, com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar ar no interior. Tampe com discos de papel-manteiga, lacre e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Reserve por 1 mês para maturar os temperos e leve à geladeira depois de abrir.

Este chutney doce, escuro e espesso é de preparo mais rápido que os outros. Embora a combinação de todos os temperos seja harmoniosa, o aroma do cardamomo ainda se sobressai em relação aos outros ingredientes. Este chutney é o acompanhamento ideal para a carne de porco assada.

Chutney de cabaça e tâmara

RENDIMENTO CERCA DE 1 KG
(2 POTES GRANDES)

PREPARO 1H15

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

225 g de cabaça descascada picada

225 g de maçã descascada picada

175 g de cebola picada

225 g de tâmara sem semente picada

1 colher (chá) de semente de cardamomo amassada

1 colher (chá) de cravo-da-índia moído

2,5 cm de gengibre ralado

300 ml de vinagre de maçã

225 g de açúcar cristal

1 Coloque as cabaças, as maçãs e as cebolas em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Acrescente um pouco de água (cerca de 3 colheres de sopa). tampe, aumente o fogo e apure por 15-20 minutos, até as maçãs começarem a amolecer. Se secar, complete com um pouco mais de água. Mexa continuamente e não deixe a mistura escurecer de jeito nenhum.

2 Acrescente as tâmaras, as especiarias, o gengibre, o vinagre e o açúcar e cozinhe em fogo baixo, mexendo, até o açúcar dissolver. Deixe ferver, abaixe o fogo e apure destampado por 15-20 minutos, até engrossar e todo o líquido ter sido absorvido.

3 Coloque em potes esterilizados ainda quentes, com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Tampe com discos de papel-manteiga, sele e cole etiquetas. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por 1 mês antes de consumir e conserve na geladeira depois de abrir.



Tâmaras

A cor, o sabor e a doçura natural das tâmaras combinam bem com a maioria das frutas e hortaliças. Cozidas, elas se transformam num purê firme que dá textura ao chutney. Escolha tâmaras desidratadas sem açúcar nem conservantes.

Este chutney saboroso é uma combinação de legumes maduros com ervas e especiarias delicadas; seu visual é colorido, e o tempero doce e envolvente amadurece com o tempo. Caso deseje variar a receita, poderá misturar e combinar outros legumes, utilizando as mesmas medidas.

Chutney mediterrâneo

RENDIMENTO CERCA DE 1,8 KG
(4 POTES GRANDES)

PREPARO 2H30

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

450 g de pimentão vermelho sem semente em cubos

450 g de berinjela em cubos pequenos

450 g de abobrinha em cubos pequenos

1 cebola roxa picadinha

450 g de tomates picados

600 ml de vinagre de maçã

450 g de açúcar demerara

1 colher (chá) de semente de coentro

1 colher (chá) de ervas de Provença

1 colher (chá) de semente de erva-doce (opcional)

1 Coloque todos os legumes e tomates em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso.

2 Acrescente o vinagre, polvilhe com açúcar e misture para envolver os legumes. Adicione as especiarias e as ervas e aqueça em fogo baixo, mexendo de vez em quando, até dissolver o açúcar. Aumente o fogo e espere ferver.

3 Abaixar o fogo e apure por 2 horas, até o líquido evaporar e a mistura engrossar. Misture bem até o final do cozimento, para o chutney não grudar no fundo da panela.

4 Distribua pelos potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaços com ar. Tampe com discos de papel-manteiga, vede bem e rotule. Guarde em local fresco e escuro por 1 mês para os temperos maturarem. Conserve na geladeira depois de abrir.

Nesta receita, um toque de curry em pó e uma colher de chá de sementes de cebola e mostarda realçam o sabor das frutas. É importante deixar o chutney descansar pelo menos por 1 mês antes de usar, para os temperos maturarem e se combinarem.

Chutney picante de pera e maçã

RENDIMENTO CERCA DE 1,4 KG
(3 POTES GRANDES)

PREPARO 1H20

CONSERVAÇÃO 9 MESES

INGREDIENTES

900 g de pera descascada e
descaroçada em pedaços de 2,5 cm

225 g de maçã descascada e
descaroçada picada

3 cebolas médias picadinhas

5 cm de gengibre ralado

1-2 colheres (chá) de curry suave em pó

1 colher (chá) de semente de cebola
(nigela)

1 colher (chá) de semente de mostarda

uma pitada de sal marinho

450 ml de vinagre condimentado

450 g de açúcar demerara

1 Coloque as peras em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso e acrescente as maçãs e a cebola. Junte 1-4 colheres (sopa) de água e cozinhe em fogo brando por 10 minutos, até as frutas amolecerem.

2 Misture o gengibre, o curry, as sementes e o sal. Junte metade do vinagre e apure por 20-30 minutos (dependendo da consistência desejada), mexendo ocasionalmente.

3 Em uma tigela, dissolva o açúcar no vinagre restante e despeje na panela. Apure por 10-15 minutos, até a mistura começar a engrossar, mexendo para não grudar no fundo da panela.

4 Distribua nos potes esterilizados ainda quentes, com tampa não metálica ou resistente ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Cubra com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturar antes de consumir e, depois de abertos, conserve na geladeira.



Este chutney adocicado, gelatinoso e de tempero suave é o acompanhamento ideal para os queijos brie, de cabra ou qualquer outro macio. Se desejar algo mais picante, acrescente à mistura, ao final do cozimento, uma ou duas colheres de chá de pimenta vermelha.

Chutney de tomate e pimentão assado

RENDIMENTO CERCA DE 1,35 KG
(3 POTES MÉDIOS)

PREPARO 2H20

CONSERVAÇÃO 9 MESES

INGREDIENTES

1 pimentão vermelho

1 pimentão laranja

1 pimentão amarelo

1,35 kg de tomate maduro (mergulhe em água fervente por 1 minuto e retire a pele)

2 cebolas picadas

450 g de açúcar cristal

600 ml de vinagre de vinho branco

1 Preaqueça o forno a 200°C. Coloque os pimentões em uma assadeira e asse por 25-30 minutos, até começarem a queimar um pouco. Tire do forno, ponha num saco plástico e deixe esfriar (para facilitar a remoção da pele).

2 Tire os cabos, a pele e as sementes. Ponha os tomates sem pele, os pimentões assados e a cebola no processador e use a função pulsar para picar um pouco (ou pique manualmente).

3 Coloque a mistura em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso com o açúcar e o vinagre. Cozinhe em fogo baixo, mexendo, até o açúcar dissolver. Deixe ferver, abaixe o fogo e apure por 1h-1h30, mexendo de vez em quando, até a mistura ficar espessa. Pode ser necessário aumentar um pouco o fogo no final do cozimento. Mexa sempre para não grudar no fundo da panela.

4 Coloque em potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Cubra com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por 1 mês e, depois de abrir, conserve na geladeira.

Uma combinação inspirada de frutas e legume – ameixas, maçãs e moranga – que se harmonizam maravilhosamente. As ameixas e as maçãs conferem o sabor agradável, enquanto a moranga encorpa e realça a textura. A pimenta vermelha dá um toque picante.

Chutney de ameixa e moranga

RENDIMENTO CERCA DE 1,5 KG
(4 POTES MÉDIOS)

PREPARO 2H45-3H15

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

Para o saquinho de especiarias

2 lâminas de noz-moscada

1 colher (chá) cheia de semente
de coentro

12 grãos de pimenta-do-reino

12 dentes de alho

2 cm de gengibre fresco em cubos

1 colher (chá) de gengibre em pó

500 g de moranga em cubos

500 g de ameixa descaroçada picada

500 g de maçã descascada descaroçada
em cubos

250 g de cebola em cubos

250 g de uva-passa

250 g de açúcar demerara

400 ml de vinagre de maçã ou de vinho
branco

1½ colher (chá) de pimenta-calabresa

½ colher (chá) de sal marinho

1 Envolve os ingredientes do saquinho de especiarias num pedaço de musselina e amarre em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Ponha todos os outros ingredientes na panela e aqueça em fogo baixo, mexendo de vez em quando, até dissolver o açúcar.

2 Deixe ferver, abaixe o fogo e apure por 2h-2h30, mexendo de vez em quando, até o líquido evaporar e a mistura engrossar, ficar pegajosa e deixar um rastro no fundo da panela ao passar a colher de pau. Mexa sempre para o chutney não grudar no fundo da panela.

3 Coloque em potes esterilizados ainda quentes, com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre. Cubra com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por 1-2 meses. Conserve na geladeira depois de abrir.

As peras verdes ou derrubadas pelo vento podem-se transformar em chutneys excelentes para acompanhar queijos, presunto e tortas salgadas. Este chutney é suave e completo. Se quiser um bom equilíbrio entre o doce e o picante e um sabor aveludado, deixe maturar por três meses.

Chutney de pera

RENDIMENTO CERCA DE 1,35 KG
(4 POTES MÉDIOS)

PREPARO 2H30-2H45

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

750 g de pera descascada descaroçada
em cubos de 2 cm

350 g de cebola picada

350 g de tomate verde ou maduro fatiado

125 g de uvas-passas picadas

3 grãos de pimenta amassados

350 g de açúcar demerara

½ colher (chá) de pimenta-de-caiena

½ colher (chá) de gengibre ralado

1 colher (chá) de sal marinho

450 ml de vinagre de maçã

1 Ponha todos os ingredientes em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Deixe ferver lentamente, mexendo para dissolver o açúcar.

2 Abaix o fogo e apure, sem tampar, por cerca de 2 horas, até a mistura engrossar, ficar da cor de caramelo escuro e, ao passar a colher de pau, deixar um rastro no fundo da panela. Mexa sempre para não queimar.

3 Coloque em potes esterilizados ainda quentes, com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar ar. Cubra com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por, no mínimo, 1 mês e conserve na geladeira depois de abrir.

Sirva estas cebolas doces e succulentas, apuradas no vinho tinto, com queijos, patês de carne ou terrinas. Para realçar o sabor, acrescente à mistura, na segunda etapa do preparo, duas colheres de chá de tomilho ou alecrim fresco picado, ou uma pitada de pimenta-calabresa.

Geleia de cebola roxa

RENDIMENTO CERCA DE 700 G
(2 POTES MÉDIOS)

PREPARO 1H30

CONSERVAÇÃO 3 MESES
NA GELADEIRA

INGREDIENTES

2 colheres (chá) de azeite

1 kg de cebola roxa cortada ao meio
fatiada

uma pitada de sal marinho e pimenta-
-do-reino moída na hora a gosto

150 ml de vinho tinto

3 colheres (sopa) de vinagre balsâmico

3 colheres (sopa) de vinagre de vinho
branco

6 colheres (sopa) de açúcar demerara

1 Aqueça o azeite em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Junte a cebola, o sal e um pouco de pimenta. Cozinhe em fogo médio por cerca de 30 minutos, até a cebola amolecer e ficar transparente, mexendo de vez em quando para não grudar nem queimar. O cozimento lento é essencial, pois é assim que a mistura adquire o delicioso sabor de caramelo.

2 Aumente um pouco o fogo, adicione o vinho e os vinagres e misture para incorporar. Deixe ferver, abaixe o fogo e misture o açúcar. Cozinhe em fogo brando por mais 30-40 minutos, mexendo de vez em quando, até quase todo o líquido evaporar.

3 Tire a panela do fogo. Experimente e ajuste o tempero (mesmo que os temperos madurem com o tempo). Coloque em potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Cubra com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Reserve por 1 mês na geladeira antes de consumir para o sabor maturar e, depois de abrir, conserve na geladeira.



A combinação de pedaços macios de berinjela e sementes de cebola e gengibre confere um sabor exótico a este chutney. Se desejar uma conserva realmente picante, salpique com um pouco de pimenta-de-caiena quando acrescentar o gengibre. Fica maravilhoso com carne de carneiro ou pratos indianos.

Chutney picante de berinjela

RENDIMENTO CERCA DE 1,5 KG
(3 POTES GRANDES)

PREPARO 1H30-1H40

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

900 g de berinjela em cubos

2 cebolas roxas picadas

uma pitada de sal marinho

1 colher (sopa) de purê de tomate

500 ml de vinagre de maçã

450 g de açúcar demerara

175 g de uva-passa

uma pitada de pimenta-calabresa

1 pau de canela

2 colheres (chá) de semente de cebola
(nigela)

5 cm de gengibre picadinho

1 Coloque a berinjela em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Acrescente a cebola roxa e uma pitada de sal. Mexa para incorporar bem, adicione o purê de tomate e torne a mexer.

2 Junte o vinagre e o açúcar e misture; adicione as uvas-passas, a pimenta, a canela, as sementes de cebola e o gengibre. Aqueça os ingredientes em fogo baixo, mexendo de vez em quando, até dissolver o açúcar. Aumente o fogo e deixe a mistura ferver.

3 Abaixar o fogo e cozinhe por cerca de 1 hora, mexendo de vez em quando para não queimar. O chutney estará pronto quando engrossar, ficar pegajoso e todo o vinagre tiver sido absorvido. Mexa sempre para o chutney não grudar no fundo da panela. Retire o pau de canela.

4 Disponha em potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Cubra cada pote com um disco de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por 1 mês antes de consumir e, depois de abrir, conserve na geladeira.

O sabor clássico deste chutney suculento se deve a uma combinação de legumes cozida em especiarias indianas e vinagre. As tâmaras acrescentam sua característica doçura granulosa. Se quiser uma conserva mais picante, adicione uma ou duas pimentas verdes picadinhas.

Chutney indiano de legumes

RENDIMENTO CERCA DE 1,5 KG
(3 POTES GRANDES)

PREPARO 2H30-3H

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

900 g de moranga em pedaços pequenos

2 cebolas picadinhas

225 g de maçã descascada, descaroçada e picada

3 abobrinhas cortadas longitudinalmente e picadas

50 g de tâmara sem caroço picada

450 ml de vinagre de maçã

2 colheres (sopa) de curry em pó (ou mais)

1 colher (chá) de cominho moído

2,5 cm de gengibre ralado ou picadinho

450 g de açúcar cristal ou demerara

1 Coloque a moranga, as cebolas, as maçãs, as abobrinhas e as tâmaras em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Junte o vinagre, as especiarias e o gengibre e misture bem.

2 Deixe ferver, abaixe o fogo e apure por 40-45 minutos, mexendo de vez em quando, até os legumes amolecerem.

3 Acrescente o açúcar e misture até dissolver. Deixe apurar por 1h-1h30, até o chutney ficar espesso e o líquido ser absorvido. Misture sempre para o chutney não grudar no fundo da panela.

4 Coloque em vidros esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço para o ar. Cubra com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por 1 mês e conserve na geladeira depois de abertos.

Este chutney substancioso e versátil melhora com o tempo. Cranberries, figos e damascos secos são ótimos complementos para as maçãs e podem substituir as tâmaras secas. Se desejar uma cor mais escura, use o açúcar demerara ou o mascavo em vez do cristal. É delicioso.

Chutney de maçã, passas e tâmara

RENDIMENTO CERCA DE 1,8 KG
(5 POTES MÉDIOS)

PREPARO 2H15

CONSERVAÇÃO 9 MESES

INGREDIENTES

2 kg de maçã descascada, descaroçada e picada

3 cebolas descascadas picadinhas

2,5 cm de gengibre picadinho

115 g de uva-passa

125 g de tâmara descaroçada picada

1 colher (chá) de semente de mostarda

1 litro de vinagre de maçã

500 g de açúcar cristal

1 Coloque as maçãs, as cebolas, o gengibre, as uvas-passas, as tâmaras e as sementes de mostarda em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Misture tudo e adicione o vinagre de maçã e o açúcar.

2 Cozinhe em fogo baixo, mexendo até o açúcar dissolver. Deixe ferver, abaixe o fogo e apure por cerca de 1h30. Mexa sem parar, até o final do cozimento, para a mistura não grudar no fundo da panela. O chutney estará pronto quando engrossar e ficar pegajoso.

3 Coloque em potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre, sem deixar espaço com ar. Tampe com discos de papel-manteiga, vede e rotule. Guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturarem por 1 mês e leve à geladeira depois de abrir.



Os melhores ingredientes para... Picles

A salmoura transforma frutas e legumes em condimentos ácidos. Todos os legumes duros e as frutas firmes podem ser usados, mas aqui apresentamos alguns dos melhores. Após o preparo, deixe os ingredientes bem imersos no líquido.



Vagem

A textura firme, deliciosamente crocante, e o sabor refrescante da vagem produzem picles excelentes, quer ela seja usada sozinha ou com outros legumes.



Pepininho para conserva

Essa variedade específica de pepino pequeno e coberto de calombos é indispensável nos picles de pepino mais tradicionais (pp. 202-203). Podem ficar crocantes ou macios.



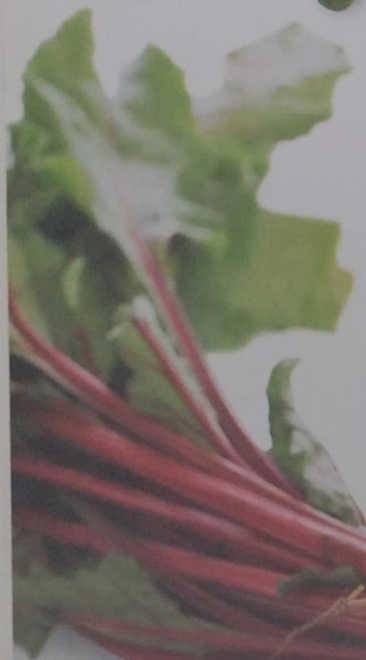
Echalota

As echalotas, de sabor doce e suave, são fáceis de cultivar e podem ser usadas em todos os picles em lugar das cebolas redondinhas.



Cebola

As cebolas redondinhas de casca fina (brilhante) são cultivadas especificamente para picles. Use-as inteiras, com louro, pimenta vermelha e sementes de mostarda, ou em picles mistos.



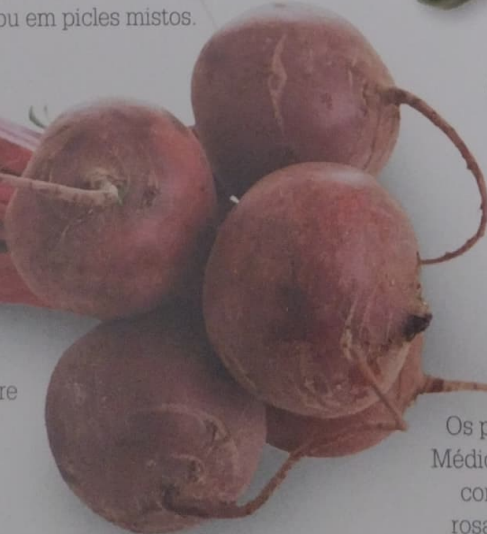
Beterraba

Use beterrabas de todos os tamanhos e um vinagre picante ou temperado. O estragão, a raiz-forte e o alho são bons complementos.



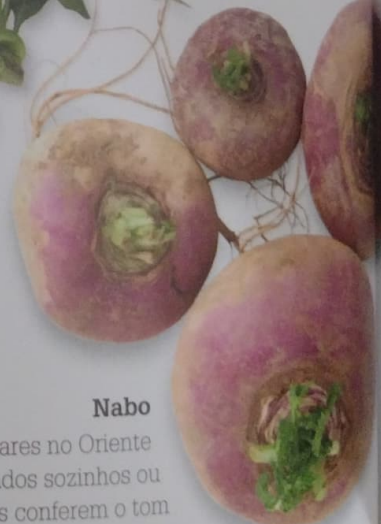
Pimenta picante

As pimentas picantes são perfeitas para ser preparadas inteiras (fure com um garfo para o vinagre penetrar), sendo indispensáveis para temperar outros picles.



Nabo

Os picles de nabo, populares no Oriente Médio, podem ser preparados sozinhos ou com beterraba, que lhes conferem o tom rosado. Acrescente dentes de alho inteiros.





Nozes

Apesar do preparo demorado, as nozes em pickles são um condimento inigualável. Faça na época da colheita, quando estão mais frescas.

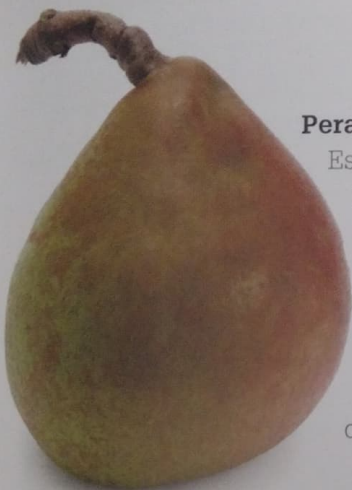
Ameixas-roxas

Nos pickles, as ameixas-roxas adquirem um delicioso sabor agridoce e ficam ainda mais saborosas com o tempo. Use em chutneys ou sirva com carnes, patês e queijos duros.



Limão

Escolha limões maduros, perfumados e orgânicos para os pickles cítricos e picantes. Tempere com gengibre, cominho, alho, cardamomo e anis-estrelado.



Pera

Escolha frutas firmes e perfumadas para os pickles (pp. 196-197). Junte com raspas de frutas cítricas, baunilha, especiarias picantes ou temperos exóticos, como o capim-limão.

Alho

O alho, um ingrediente importante nos pickles de pepino, também pode se transformar em pickles deliciosos, picantes ou adocicados.



OUTROS INGREDIENTES

FRUTAS

Ameixas
Ameixas-verdes
Amoras-pretas
Casca de melancia
Cerejas
Damascos
Figs
Físalis
Frutas cítricas
Marmelo
Melão
Nectarina
Pêssego
Ruibarbo
Uvas

HORTALIÇAS

Abobrinhas
Aipo-rábano
Berinjela
Cenoura
Cogumelos
Ervilhas
Pepino
Pimentão
Radicchio
Raiz-forte
Repolho branco
Romanesco

Erva-doce (funcho)

Esse legume com perfume de anis, de sabor refrescante, é excelente no preparo de pickles. Combina com palitos de cenoura e aipo ou pimentões vermelhos fatiados e pimentas vermelhas.



Couve-flor

Escolha uma couve-flor bem fechada, com flores brancas. Ela é tradicionalmente usada nos pickles com mostarda e vai bem com temperos indianos e do sudoeste da Ásia.

Repolho roxo

O repolho é usado para preparar pickles coloridos e crocantes. Prefira os pequenos ou médios bem firmes, descartando as folhas externas ou danificadas. Tempere com sementes de cominho.



O preparo de pickles quentes

Os pickles são condimentos picantes, salgados ou agridoces servidos habitualmente com carnes frias, hambúrgueres e queijos ou com pratos de arroz ou picantes. Os pickles de frutas são feitos da mesma forma e substituem bem as conservas.

Pickles picantes de pera

RENDIMENTO CERCA DE 900 ML
(2 POTES MÉDIOS)

PREPARO 40 MINUTOS

CONSERVAÇÃO 9 MESES

INGREDIENTES

1 kg de pera firme e simétrica
(como as Williams)

Para a calda

350 g de açúcar cristal

175 ml de vinagre de maçã

raspas de ½ limão-siciliano orgânico

2,5 cm de gengibre picado

sementes de 6 bagas de cardamomo



1 Para fazer a calda, coloque todos os ingredientes em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso e deixe ferver em fogo baixo, mexendo para dissolver o açúcar. Apure por 5 minutos e tire do fogo.



2 Descasque as peras, retire o miolo e corte ao meio ou em quartos (mais fáceis de acondicionar nos potes).



3 Cubra as peras com a calda e apure por 5-10 minutos, até ficarem macias. Estarão no ponto quando um palito puder atravessar a polpa. Tire um pedaço por vez assim que ficar pronta.



4 Disponha as peras em recipientes esterilizados ainda quentes. Recoloque a panela com a calda e os temperos no fogo, ferva e cozinhe por 5 minutos.



5 Quando a calda reduzir em um terço, derrame-a sobre as peras, enchendo os potes até a borda, de modo que fiquem imersas.



6 Cubra-os com discos de papel-manteiga para manter as peras submersas. Vede com tampas resistentes ao vinagre, rotule e guarde em local fresco e escuro por 1 mês. Depois de abrir, conserve na geladeira.

Estes picles, que têm uma cor muito bonita, são preparados cozinhando-se a beterraba na calda. Os aromas do anis-estrelado e da canela combinam maravilhosamente com o sabor simples dos legumes. O equilíbrio entre a doçura e a acidez aumenta com o tempo. O resultado é especial.

Picles picantes de beterraba

RENDIMENTO CERCA DE 1 KG
(2 POTES PEQUENOS)

PREPARO 1-2H15

CONSERVAÇÃO 6 MESES

INGREDIENTES

1 kg de beterraba crua e uniforme descascada

1 litro de vinagre de vinho tinto

225 g de açúcar cristal

1 folha pequena de louro

1 pau de canela

1 anis-estrelado

4 grãos de pimenta-do-reino

1 colher (chá) de sal marinho



Beterraba

Esse legume de sabor adocicado é de cultivo fácil e cresce rapidamente. A melhor época para colhê-la é entre agosto e novembro.

1 Lave as beterrabas e retire a parte superior com cuidado para não cortá-las (ou "sangrarão" durante o cozimento). Deixe as raízes intactas.

2 Coloque os ingredientes restantes em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso. Aqueça lentamente, mexendo até o açúcar dissolver, depois ferva. Acrescente as beterrabas, ferva novamente, abaixe o fogo, tampe bem e apure por 1-2 horas, até elas ficarem realmente macias quando espetadas com um palito. Deixe esfriar no líquido.

3 Retire as beterrabas com uma escumadeira. Quando puder segurá-las na mão, corte as raízes e a parte superior, descasque e corte em cubos. Use luvas de borracha para descascá-las, senão manchará as mãos. Coloque em recipientes esterilizados ainda quentes, com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre.

4 Coe o líquido e leve de volta à panela. Ferva novamente e despeje sobre as beterrabas, cobrindo-as completamente. Vede, deixe esfriar, rotule e guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturar por 1 mês. Depois de abrir os picles, conserve-os na geladeira.

As pimentas vermelhas e os limões dão um toque vibrante aos pickles. Como leva pouco sal e vinagre, esta receita tem um sabor cítrico forte e refrescante, que, combinado com as especiarias, revela o autêntico aroma asiático. É ideal para acompanhar cozidos e outros pratos apimentados.

pickles refrescantes de limão

RENDIMENTO CERCA DE 1 KG
(2 POTES PEQUENOS)

PREPARO 40-50 MINUTOS
MAIS O TEMPO DE ESPERA

CONSERVAÇÃO 3 MESES

INGREDIENTES

15 limões-taiti orgânicos em cubos de 1 cm

10 pimentas verdes pequenas fatiadas longitudinalmente (se preferir pickles mais picantes, use mais pimentas ou inclua as sementes)

1 colher (chá) de cúrcuma

1 colher (sopa) de sal marinho

1 colher (sopa) de óleo de girassol

1 colher (chá) de semente de feno-grego

1 colher (chá) de semente de anis (ou cominho, erva-doce ou 2 anises-estrelados)

1 colher (chá) de semente de cebola (nigela)

1 colher (chá) de pimenta vermelha picante em pó

1 pedaço de 5 cm de gengibre descascado e ralado

2 colheres (sopa) de açúcar cristal

1 colher (sopa) de vinagre de vinho branco

1 Junte os limões com as pimentas, a cúrcuma e o sal em uma tigela grande de vidro ou cerâmica, misture bem e deixe descansar até o dia seguinte em temperatura ambiente.

2 Aqueça o óleo em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso e acrescente o feno-grego, as sementes de anis, as sementes de cebola, a pimenta vermelha em pó e o gengibre. Apure por 2-3 minutos, sempre mexendo. Acrescente a mistura de limão e pimenta e mexa bem.

3 Apure por 20 minutos, até a mistura começar a engrossar e amolecer.

4 Polvilhe com o açúcar e mexa até dissolver. Junte o vinagre e continue a cozinhar por mais 5 minutos.

5 Deixe esfriar um pouco e coloque em recipientes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre. Compacte os pickles dentro dos potes para retirar as bolhas de ar e ter certeza de que os limões ficarão imersos na calda. Vede, rotule e guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturar por 1 mês. Depois de abrir, conserve na geladeira.

As nozes novas usadas nesta receita precisam estar bem secas antes de ser envasilhadas e cobertas com o líquido dos pickles. Esse processo é muito importante, porém, ele escurece as nozes. Esta conserva é um bom acompanhamento para o roquefort, que torna-se especial.

Picles de nozes

RENDIMENTO 1,1 KG
(2 POTES PEQUENOS)

PREPARO 30-35 MINUTOS MAIS O
TEMPO DE DEMOLHA E SECAGEM

CONSERVAÇÃO 12 MESES

INGREDIENTES

1 kg de nozes novas verdes

400 g de sal marinho

Para o líquido dos pickles

1 litro de vinagre de vinho branco

2,5 cm de gengibre ralado

75 g de açúcar demerara

2 paus de canela

1 Faça furinhos nas nozes com um alfinete ou espeto de metal. Misture bem 1 litro de água quente com metade do sal em uma tigela grande de vidro ou cerâmica para obter uma salmoura e acrescente as nozes. Elas deverão ficar totalmente imersas. Deixe por 5 dias em local fresco, mexendo de vez em quando.

2 Escorra as nozes e repita o procedimento da salmoura, usando uma água morna nova e o restante do sal. Deixe por mais 5 dias.

3 Escorra de novo as nozes e espalhe-as sobre um pano limpo ou papel-toalha, para secar, o que levará, no mínimo, de 1-2 dias a 1 semana. As nozes ficarão pretas durante esse tempo.

4 Coloque todos os ingredientes para a solução em uma panela grande de aço inoxidável de fundo grosso e apure por 15-20 minutos, mexendo para dissolver o açúcar. Ponha as nozes secas em potes esterilizados ainda quentes com tampas não metálicas ou resistentes ao vinagre. Cubra-as com o líquido: elas deverão ficar totalmente imersas na solução. Vede, rotule e guarde em local fresco e escuro. Deixe os temperos maturar no mínimo por 6 semanas antes de consumir e, depois de abrir, conserve os pickles na geladeira.

Este tipo de cebola levemente caramelizada em bastante vinagre balsâmico realça qualquer prato salgado. Despeje água fervente sobre as echalotas, reserve por alguns minutos, depois escorra e descasque facilmente: a casca sairá sem esforço.

Picles de echalota

RENDIMENTO CERCA DE 500 G
(1 POTE PEQUENO)

PREPARO 35-40 MINUTOS

CONSERVAÇÃO 6 MESES

INGREDIENTES

550 g de echalota descascada

alguns ramos de tomilho

1 colher (sopa) de azeite

175 ml de vinagre balsâmico,
mais um pouco se necessário

1 Preequeça o forno a 200°C. Coloque as echalotas e os ramos de tomilho em uma assadeira, acrescente o azeite e unte as echalotas com as mãos. Asse por 20-25 minutos, até elas começarem a amolecer (não devem ficar crocantes).

2 Coloque o vinagre balsâmico em uma panela de inox, deixe ferver e cozinhe por alguns minutos, até reduzir. Não deixe cozinhar demais, para não ficar muito espesso. Adicione as echalotas e os ramos de tomilho e misture para que tudo fique igualmente coberto pelo concentrado de vinagre e a cebola, viscosa.

3 Com uma colher, coloque as echalotas com o vinagre e os ramos de tomilho em um recipiente esterilizado ainda quente com tampa não metálica ou resistente ao vinagre. Compacte bem e complete com o vinagre balsâmico extra, para ficarem bem cobertas. Vede, rotule e vire o pote de ponta-cabeça, para misturar bem os ingredientes. Guarde em local fresco e escuro e deixe maturar por 2 semanas. Conserve na geladeira depois de aberto.