Série Simplicidade

na Cozinha

Chef Taico

Frutos do Mar



Índice

Página	Receita
03	Aroz com Molho de Camarão
04	Arroz de Camarão com Confit de Tomates
05	Arroz de Forno com Camarão
06	Bobó de Camarão
07	Bolinho de Siri
08	Camarão à Moda Thai
09	Camarão à Newburg
10	Camarão à Paulista
11	Camarão Abraçadinho
12	Camarão ao Catupiry
13	Camarão Crocante
14	Camarão na Cerveja Frito
15	Casquinha de Siri
16	Chapeados de Frutos do Mar
17	Coquetel de Camarão
18	Escondidinho de Camarão
19	Estrogonofe de Camarão
20	Filé de Peixe ao Molho de Camarão
21	Lula à Dorê
22	Maionese de Camarão
23	Mariscada
24	Mariscos ao Vinagrete
25	Molho Branco de Camarão
26	Molho Vermelho de Camarão
27	Polvo ao Vinagrete de Páprica
28	Robalo com Frutos do Mar
29	Spaghetti com Camarão ao Creme Fresco
30	Spaghetti com Molho de Camarão
31	Torta de Camarão
32	Vatapá
33	Cursos do Chef Taico

escoladocheftaico.com
blogdocheftaico.com
youtube.com/cheftaico
facebook.com/cheftaico

Cozinhando com o Chef Taico



Arroz com Molho de Camarão

Tempo de preparo: 15 min | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

02 xícaras de molho vermelho de camarão
03 xícaras de arroz cozido
01 colher de sopa de manjericão picado
Salsinha picadinha
1/2 xícara de alho poró fatiado
Alguns camarões maiores para enfeitar
02 colheres de sopa de azeite de oliva
Pimenta calabresa seca
Sal

Modo de Preparo:

Aqueça o azeite e junte o alho-poró e a pimenta e refogue rapidamente.
Junte o molho de camarão e aguarde ferver. Adicione os camarões maiores, o manjericão e a salsinha. Abaixe o fogo e acerte o sal.
Junte o arroz aos poucos mexendo até ficar aquecido porem úmido.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Arroz de Camarão com Confit de Tomates

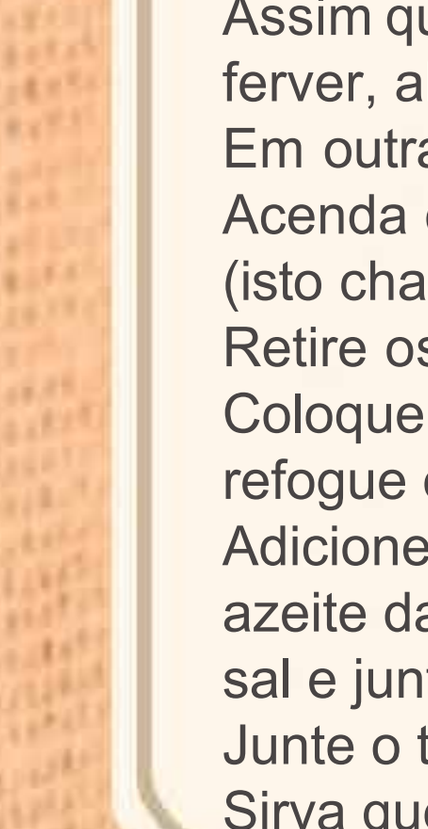
Tempo de preparo: 01h | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarões médios - Reserve as cascas
200 g de arroz agulhinha
20 tomates cereja
10 dentes de alho com casca
01 colher de sopa de gengibre picado
01 cebola cortada em oito
01 maço de salsinha picadinha - Reserve os talos
01 laranja
50 ml de vinho branco seco
500 ml de azeite de oliva
01 pimenta fresca pequena picada
Ramos de ervas ao gosto (alecrim, tomilho, manjericão, manjerona)
Sal

Modo de Preparo:

Em uma panela com uma colher de sopa de azeite, refogue a cebola com as cascas de camarão e o talo de salsinha.
Assim que suar, adicione o suco da laranja, o vinho e 500 ml de água, aguarde ferver, abaixe o fogo e cozinhe por pelo menos meia hora. Reserve aquecido.
Em outra panela, coloque o azeite, os tomates, o alho, o gengibre e a pimenta.
Acenda o fogo no mínimo possível e cozinhe por 30 minutos sem deixar ferver. (isto chama-se confitar - cozinhar na gordura).
Retire os ingredientes e reserve.
Coloque um pouco do azeite do confit com um pouco de sal em uma panela e refogue o arroz.
Adicione o caldo e cozinhe em fogo baixo ate que o arroz esteja soltinho. Retire o azeite da panela e salteie os camarões na mesma, até mudarem de cor, adicione sal e junte o arroz e a salsinha picada, mexa bem.
Junte o tomate o alho e o gengibre e mexa cuidadosamente.
Sirva quente.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Arroz de Forno com Camarão

Tempo de preparo: 25 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão sete barbas cozido no vapor
Alguns camarões maiores para enfeitar
100 ml de leite de coco
100 g de requeijão catupiri cremoso
01 maço de cebolinha picada
01 tomate sem sementes em cubinhos
100 g de muçarela em tirinhas
500 g de arroz cozido
02 colheres de sopa de mostarda
Sal e pimenta

Modo de Preparo:

Em uma travessa misture o camarão, o arroz, o tomate, a cebolinha, o leite de coco, o requeijão e a mostarda e misture bem.
Acerte o sal e a pimenta.
Coloque a mistura em um refratário.
Coloque por cima os camarões maiores e a mussarela e leve ao forno para aquecer e gratinar.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:

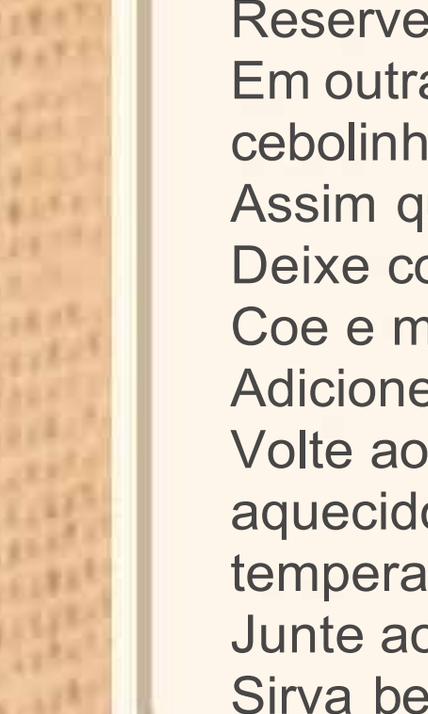


Bobó de Camarão

Tempo de preparo: 01 hora I Serve 04 pessoas

Ingredientes:
500 g de mandioca nova
01 kg de camarão médio com as cascas
01 cebola
04 dentes de alho
01 tomate sem pele picado
02 pimenta calabresa
01 colher de sopa de azeite de dendê
04 colheres de sopa de óleo de soja
100 ml de leite de coco
01 colher de chá de açafrão da terra
01 maço de salsinha e 01 maço de cebolinha
50 ml de vinho branco seco

Modo de Preparo:
Corte a mandioca em toletes e cozinhe ate ficar macia. Escorra, retire os fios e reserve. Aqueça 03 colheres de óleo de soja e frite a pimenta, meia cebola picada e dois dentes de alho fatiados até que dourem levemente.
Retire, amasse bem em um socador com um pouco de sal, adicione o dendê, misture bem e reserve a pasta.
Reserve a panela com o óleo da fritura.
Em outra panela, coloque uma colher de óleo, os talos da salsinha, três ramos de cebolinha, meia cebola picada e dois dentes de alho amassados.
Assim que refogar, adicione o vinho e 300 ml de água.
Deixe cozinhando em fogo baixo por 30 minutos.
Coe e misture o caldo à mandioca.
Adicione o tomate sem peles, o açafrão e processe grosseiramente.
Volte ao fogo brando e adicione a pasta de dendê e o leite de coco. Mantenha aquecido. Na panela com o óleo, bem aquecida, adicione os camarões temperados com sal e salteie rapidamente.
Junte ao creme e mexa, corrigindo o sal se necessário.
Sirva bem quente acompanhado da salsinha e cebolinha picados.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Bolinho de Siri

Tempo de preparo: 20 min | Serve 06 pessoas

Ingredientes:

500 g de carne de siri
500 g de batata bem amassada
01 ovo
01 cebola pequena batidinha
01 dente de alho batidinho
01 colher de chá de pimenta dedo de moça batidinha
03 colheres de sopa de salsinha batidinha
02 pães amanhecidos sem casca cortados em cubos
Sal, azeite e pimenta

Modo de Preparo:

Em uma panela, coloque um pouco de azeite e adicione a cebola, o alho e a pimenta, tempere com sal e pimenta do reino.
Refogue muito bem até que a carne de siri esteja bem seca.
Em uma travessa, coloque a carne de siri, a batata, o ovo e a salsinha.
Mexa bem, amassando um pouco.
Faça bolinhos e frite em gordura quente.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Camarão à Moda Thai

Tempo de preparo: 15 min | Serve 40 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão médio sem cabeça e com a casca
02 colheres de sopa do Molho Nam Prik Pao
04 colheres de sopa do Molho Nam Pia
02 colheres de sopa de alho picado
02 colheres de sopa de gengibre picado
200 ml de leite de coco
02 colheres de sopa de óleo de soja
01 xícara de cebolinha cortada em tiras finas

Modo de Preparo:

Em uma panela tipo wok, aqueça o óleo, e doure os camarões rapidamente.
Junte o gengibre e o alho, mexa bem por 1 min.
Adicione o nam prik pao e o nam pia.
Aguarde secar um pouco.
Junte o leite de coco e a cebolinha e sirva.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Camarão a Newburg

Tempo de preparo: 01:30h | Serve 04 pessoas

Ingredientes:
01 kg de camarões grandes com casca
300 ml de creme de leite fresco
200 g de manteiga
01 cebola picada
30 ml de conhaque
01 colher de chá de páprica doce
01 colher de café de páprica picante
02 gemas de ovos
01 pitada de noz moscada
Sal

Modo de Preparo:
Retire as cascas do camarão, lave as cascas e reserve.
Em uma panela com fogo baixo, derreta metade da manteiga e doure a cebola, junte as cascas do camarão e cozinhe lentamente por dez minutos.
Flambe com o conhaque. Adicione 100 ml de água, a páprica e tampe, cozinhe ate o caldo reduzir a metade. Reserve.
Em outra panela, coloque o creme e a noz moscada e reduza a metade em fogo lento.
Coe a mistura e adicione ao creme, mexa bem e esfrie um pouco.
Bata as duas gemas e adicione metade da mistura batendo sempre. Volte a panela com o restante em fogo bem baixo mexendo ate encorpar.
Em uma frigideira, derreta a manteiga restante e refogue os camarões rapidamente, assim que mudarem a cor, adicione o molho e deixe encorpar por dois minutos. Acerte o sal.
Originalmente é servido em bruschettas de pão italiano, mas vai muito bem com arroz de alho.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Camarão à Paulista

Tempo de preparo: 10min | Serve 02 pessoas

Ingredientes:

06 camarões rosa bem grandes
06 dentes de alho fatiados em meia lua
01 colher de café de pimenta dedo de moça picadinha
02 colheres de sopa de cebolinha picadinha
50 ml de vinho branco seco
Suco de 1/2 limão
100 ml de azeite
Sal

Modo de Preparo:

Em uma frigideira reta, chapeie os camarões por 2 minutos de cada lado com a frigideira bem quente.
Adicione o azeite, empurre os camarões para um lado e coloque o alho com a pimenta no outro.
Assim que o alho começar a dourar, retire os camarões e arrume em uma travessa.
Coloque o vinho e o limão na frigideira e mexa bem soltando o fundo.
Adicione a cebolinha e tempere com sal.
Despeje sobre os camarões e sirva.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Camarão Abraçadinho

Tempo de preparo: 20 min | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

04 espetos de madeira de 10 cm
24 camarões médios/pequenos
100 g de farinha de trigo
02 ovos
100 g de farinha de rosca
Sal *e* pimenta

Modo de Preparo:

Espete seis camarões em cada espeto, encaixando a barriga de um com o outro.
Tempere com sal *e* pimenta, aguarde 5 minutos.
Passe pela farinha de trigo, em seguida nos ovos *e* por último na farinha de rosca, sempre com calma para ficar bem passado.
Deixe descansar na farinha de rosca por 10 minutos.
Aperte bem a massa nos camarões *e* frite em fogo quente quase imersos, por dois minutos de cada lado.
Sirva com limão.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Camarão ao Catupiry

Tempo de preparo: 30 min I Serve 02 pessoas

Ingredientes:

02 xícaras de molho branco de camarão
Alguns camarões maiores
02 colheres de sopa de alho poró picado
Cebolinha picadinha
01 colher de sopa de farinha de rosca
02 colheres de sopa de queijo ralado
01 xícara de requeijão catupiri cremoso
Azeite, sal e pimenta

Modo de Preparo:

Aqueça o azeite e refogue o alho poró.
Junte o molho e o camarão, adicione o catupiri e a cebolinha e acerte o sal e a pimenta.
Aguarde ferver encorpando.
Misture a farinha com o parmesão e reserve.
Monte a mistura em um refratário e cubra com o parmesão com a farinha.
Leve ao forno para gratinar.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Camarão Crocante

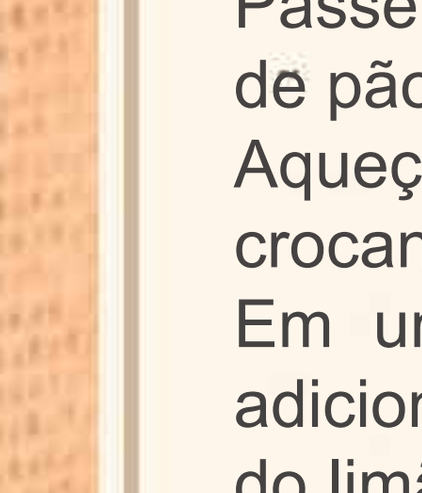
Tempo de preparo: 20 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarões médios limpos
300 g de farinha de trigo
04 ovos batidos
06 pães amanhecidos sem casca batidos no processador
01 limão siciliano
02 dentes de alho batidinho
01 pimenta dedo de moça batidinha
01 colher de sopa de gengibre batidinho
01 xícara de cebolinha fatiada
01 litro de óleo
Sal e pimenta

Modo de Preparo:

Tempere os camarões com sal e pimenta, misture bem.
Passe os camarões na farinha, em seguida no ovo e no farelo de pão.
Aqueça o óleo e frite os camarões até ficarem dourados e crocantes. Retire e escorra em uma peneira.
Em uma frigideira, coloque um pouco da gordura da fritura e adicione o alho, o gengibre, a pimenta, a cebolinha e a raspinha do limão.
Mexa por 1 minuto, junte os camarões e salteie.
Sirva em seguida.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Camarão na Cerveja Frito

Tempo de preparo: 45 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão com casca sem cabeça
300 ml de cerveja
03 dentes de alho picadinhos
01 pimenta dedo de moça picadinha
01 colher de sopa de manteiga
02 colheres de sopa de óleo
01 maço de salsinha picadinha

Modo de Preparo:

Tempere os camarões com a cerveja e sal e deixe marinar por 30 minutos.
Escorra e reserve a cerveja.
Em uma frigideira aqueça a manteiga com o óleo e frite os camarões ate que estejam levemente dourados. Junte o alho e a pimenta e doure por mais dois minutos. Adicione 04 colheres de sopa da cerveja e a salsinha, mexa bem e sirva em seguida.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Casquinha de Siri

Tempo de preparo: 01h | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de carne de siri
04 pães amanhecidos bem picados
04 tomates maduros bem picados
02 cebolas picadinhas
02 dentes de alho picadinhos
01 talo de alho-poró picadinho
01 maço de cebolinha picadinha
02 Colheres de sopa de azeite de dendê
200 ml de leite de coco
02 colheres de sopa de farinha de rosca
Sal, azeite *e* pimenta

Modo de Preparo

Misture o pão com o leite de coco *e* amasse bem. Reserve.
Em uma panela, coloque o azeite *e* o azeite de dendê *e* refogue a cebola, o alho *e* a pimenta.
Adicione o alho-poró *e* o tomate. Junte a carne de siri *e* refogue bem, tempere com sal *e* pimenta.
Coloque o pão com o leite de coco, a cebolinha *e* mexa até obter uma consistência úmida porem sem escorrer. Arrume em potinhos ou casquinhas, salpique com a farinha de trigo *e* leve ao forno quente pra gratinar.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Chapeado de Frutos do Mar

Tempo de preparo: 01h | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

12 camarões médios sem casca
02 camarões grandes com casca
200 g anéis de lula
02 filés de robalo com a pele
04 fatias grossas de tomate
04 fatias grossas de cebola
04 fatias grossas de abobrinha
100 ml de vinho branco seco
02 colheres de sopa de salsinha bem picadinha
02 dentes de alho picados
Azeite, sal e pimenta

Modo de Preparo:

1. Unte todos os ingredientes com azeite.
2. Em uma chapa, comece grelhando os legumes, reserve em local aquecido.
3. Em seguida grelhe os camarões com casca e reserve.
4. Grelhe os camarões e a lula rapidamente.
5. Retire da chapa e deglace com o vinho branco.
6. Adicione a manteiga e o alho mais a salsinha. Desligue o fogo.
7. Tempere tudo com pouco sal e pimenta, despeje o molho por cima e sirva.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Coquetel de Camarão

Tempo de preparo: 15 min | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

10 colheres de sopa de maionese
05 colheres de sopa de catchup picante
02 colheres de sopa de molho inglês
20 camarões rosa médios
05 folhas de alface americana inteiras e o restante da alface fatiada finamente

Modo de Preparo:

Limpe os camarões deixando o rabinho.
Cozinhe no vapor por 5 minutos.
Resfrie na geladeira.
Misture muito bem o catchup, a maionese e o molho inglês. Resfrie na geladeira.
Coloque a folha de alface na lateral de um recipiente apropriado, e a alface fatiada no fundo.
Sobre a alface fatiada, coloque uma colher e meia de sopa do molho coquetel.
Encaixe os camarões na borda e sirva gelado .



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Escondidinho de Camarão

Tempo de preparo: 20 min I Serve 02 pessoas

Ingredientes:

02 xícaras de molho vermelho de camarão
Alguns camarões maiores
Salsinha picada
02 colheres de sopa de alho poró
50 ml de leite de coco
02 xícaras de mandioca cozida e amassada
100 mi de creme de leite fresco
Mistura de parmesão com farinha de rosca
Azeite, sal e pimenta

Modo de Preparo:

Aqueça o azeite e refogue o alho-poró.
Adicione o molho e os camarões e acerte o sal e a pimenta.
Enquanto isso junte a mandioca, o creme, o leite de coco e tempere com sal e pimenta.
Mexa até ficar cremoso.
Coloque um pouco da mistura no molho para engrossar e junte a salsinha.
Monte a mistura em um refratário e cubra com a mandioca.
Salpique com a mistura de parmesão e leve ao forno para gratinar.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Estrogonofe de Camarão

Tempo de preparo: 10 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão médio limpo.
05 colheres de sopa de catchup picante
02 colheres de sopa de farinha de trigo
02 colheres de sopa de manteiga
500 ml de creme de leite fresco
Sal e pimenta

Modo de preparo:

Tempere os camarões com sal, pimenta e a farinha.
Misture até a farinha ficar bem dissolvida.
Em uma panela, aqueça a manteiga.
Adicione os camarões e mexa em fogo alto até ficarem rosados.
Coloque o catchup e mexa glaçando levemente no fundo da panela.
Adicione o creme fresco e mexa levemente até ferver. Sirva em seguida.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Filé de Peixe ao Molho de Camarão

Ingredientes - Peixe:
500 g de filé de peixe alto em pedaços de 50 gramas
500 ml de óleo de canola
01 limão siciliano, raspas e suco
300 g de farinha de trigo
01 colher de café de paprica picante
01 colher de chá de sal

Ingredientes - Molho de camarão:
500 g de camarão e as suas cascas
02 dentes de alho
01 cebola pequena picada
01 colher de sopa de talo de salsão fatiado
01 colher de sopa de cenoura picada
300 ml de polpa de tomates
01 colher de café de paprica picante
01 colher de chá de paprica doce
Folhas de manjericão
100 ml de vinho branco seco

Modo de Preparo:
Peixe:
Esprema o suco de limão no peixe e deixe marinar por pelo menos 15 minutos.
Tempere a farinha com o sal e a paprica picante e as raspas do limão.
Passe o peixe na farinha e aguarde suar .
Passe novamente, apertando bem.
Aqueça bem o óleo e frite os pedaços três minutos de cada lado na gordura bem quente.

Molho de camarão:
Em uma panela com um pouco de óleo, refogue as cascas com a cenoura, o salsão, a cebola e o
alho, até ficarem levemente dourados.
Adicione o vinho e em seguida 500 ml de água, cozinhe em fogo brando por 20 minutos.
Na frigideira que fritou o peixe, escorra 3\4 da gordura.
Aqueça bem e passe os camarões rapidamente, adicione as papricas a polpa de tomates e acerte o sal.
Coloque 200 ml do caldo coado e aguarde ferver.
Sirva com o peixe .



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:

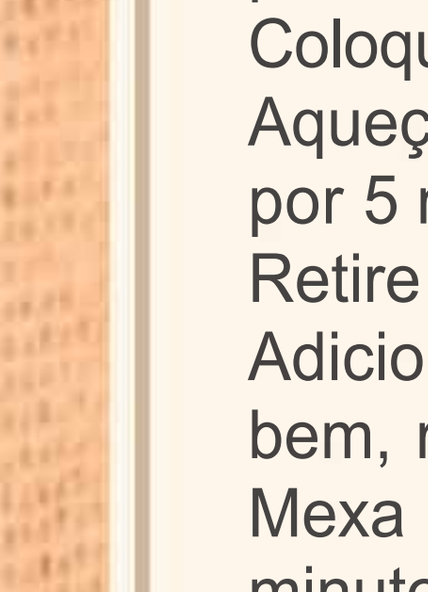


Lula à Dorê

Tempo de preparo: 20 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:
500 g de lula em anéis
500 g de farinha de trigo
01 pimenta dedo de moça
01 dente de alho descascado
01 colher de sopa de maionese
Suco de 1/2 limão
01 colher de sopa de salsinha picadinha
600 ml de óleo
100 ml de azeite
Sal *e* pimenta

Modo de Preparo:
Coloque a farinha em um vasilhame com tampa, tempere com sal *e* pimenta *e* mexa bem.
Coloque as lulas na mistura *e* mexa bem. Reserve.
Aqueça o óleo junto com a pimenta *e* o dente de alho em fogo baixo por 5 minutos.
Retire o alho *e* a pimenta *e* soque bem.
Adicione limão, azeite *e* maionese *e* salsinha picadinha *e* mexa bem, reserve.
Mexa a lula novamente, *e* frite os anéis em fogo alto por 3 a 4 minutos.
Escorra rapidamente *e* sirva com o molhinho.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Maionese de Camarão

Tempo de preparo: 1 O min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:
500 g de camarão sete barbas cozido no vapor
01 kg de batatas bem cozidas
01 maço de cebolinha picadinha
03 colheres de sopa de maionese Azeite, sal e pimenta.

Modo de Preparo:
Em uma travessa amasse as batatas mantendo alguns pedaços.
Junte os demais ingredientes e mexa amassando.
Sirva gelado.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Mariscada

Tempo de preparo: 30 min I Serve 12 pessoas

Ingredientes:

01 kg de mariscos com as cascas
01 kg de mariscos se as cascas
150 ml de vinho branco seco
01 pimenta dedo de moça picada
02 dentes de alho picado
04 cebolas picadas
06 tomates picados
Cebolinha picada
Manjericão (alfavaca) picada
Azeite, sal e pimenta

Modo de preparo:

Em uma panela funda, coloque 1 xícara de azeite e refogue o alho, a pimenta e a alfavaca rapidamente.
Em seguida adicione a cebola e os tomates, tempere com sal e pimenta e refogue por 5 minutos.
Coloque os mariscos sobre o vinagrete sem afundar nos líquidos, tampe a panela e cozinhe por 2 minutos.
Adicione o vinho, aguarde ferver.
Desligue o fogo, coloque a cebolinha, misture e sirva em seguida.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Mariscos ao Vinagrete

Tempo de preparo: 15 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de mariscos sem a casca
01 cebola rocha picada
02 tomates picados
01 dente de alho picado
02 colheres de sopa de alho-poró picado
01 pimenta dedo de moça picada
01 tira da casca do limão siciliano picadinha
Suco do limão
100 ml de vinho branco seco
01 xícara de salsinha picada
Sal *e* azeite, vinagre *e* pimenta

Modo de Preparo:

Em uma frigideira com tampa, coloque um pouco de azeite *e* adicione a pimenta *e* o alho,
refogue rapidamente *e* junte a cebola, alho-poró *e* os tomates.
Tampe por 1 minuto, abra *e* coloque o vinho *e* os mariscos.
Tampe por 1 minuto para cozinhar os mariscos no vapor do vinho.
Passe para uma bowl *e* tempere com sal, limão, pimenta do reino *e* vinagre.
Adicione a salsinha *e* a cebolinha *e* sirva morno ou gelado.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Molho Branco de Camarão

Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes:

01 kg de camarão 7 barbas limpo
02 colheres de sopa de farinha de trigo
02 colheres de sopa de manteiga
01 cebola picada
100 ml de leite de coco
500 ml de leite integral

Modo de Preparo:

Em uma panela, derreta a manteiga, refogue a cebola e o camarão até começar a fritar.
Abaixe o fogo e adicione a farinha.
Mexa bem fazendo consistência de pasta e doure levemente a farinha.
Coloque o leite aos poucos mexendo sempre, por fim adicione o leite de coco.
Acerte o sal e e aguarde ferver.
Pode ser utilizado nos mais diversos preparos.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Molho Vermelho de Camarão

Tempo de preparo: 30 minutos

Ingredientes:

01 kg de camarão 7 barbas limpo
02 colheres de sopa de farinha de trigo
02 colheres de sopa de manteiga
01 cebola picada
02 dentes de alho picados
02 latas de tomates pelados picados com uma lata de água
Sal e pimenta

Modo de Preparo:

Em uma panela, derreta a manteiga e refogue a cebola com o alho e o camarão até começar a fritar.
Abaixe o fogo e adicione a farinha.
Mexa bem fazendo consistência de pasta e doure levemente a farinha.
Coloque o tomate com a água aos poucos mexendo sempre.
Acerte o sal e a pimenta e aguarde ferver.
Pode ser utilizado nos mais diversos preparos.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Polvo ao Vinagrete de Páprica

Tempo de preparo: 20min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

08 tentáculos de polvo
04 batatas cortadas em rodelas de 1,5 cm
01 colher de sopa de páprica picante
02 colheres de sopa de salsinha seca batidinha
Suco de 01 limão
50 ml de azeite
50 ml de vinagre
Sal e pimenta

Modo de Preparo:

Em uma panela de pressão, coloque meio litro de água, as batatas e por cima os tentáculos.
Assim que a pressão começar a fazer barulho, deixe cozinhar por sete minutos.
Esfrie a panela para retirar a pressão e retire as batatas e o polvo.
Corte as batatas em quatro e fatie os tentáculos em corte diagonais. Reserve.
Junte o azeite, o vinagre, limão, páprica, tempere com sal e pimenta e bata bem junte a salsinha, misture.
Arrume as batatas no fundo de uma travessa, coloque o polvo sobre elas e derrame o vinagrete temperando tudo .



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Robalo com Frutos do Mar

Tempo de preparo: 01:30h | Serve 04 pessoas

Ingredientes:

02 robalos inteiros de aproximadamente 01 kg
10 camarões rosa médios
500 g de lulas
01 maço de alfavaca
01 alho-poró fatiado
01 maço de cebolinha picada
01 pimenta dedo de moça sem sementes picada
04 tomates maduros picados em pedaços grandes
03 cebolas em cubos grandes
1/2 pimentão amarelo em cubos
1/2 Meio pimentão vermelho em cubo
10 dentes de alho inteiros
01 colher de sopa de azeite de dendê
200 ml de vinho branco seco
Sal, azeite e pimenta

Modo de Preparo:

Tempere os peixes com limão e com folhas de alfavaca.
Deixe marinar por pelo menos uma hora.
Aqueça uma frigideira grande, unte os peixes com azeite e grelhe os peixes até ficarem suculentos. Reserve.
Na mesma frigideira, coloque o alho, o tomate, o pimentão, a cebola, a pimenta dedo de moça e o alho-poro, salteie rapidamente.
Com o fogo bem alto, adicione a lula e o camarão, refogue por cinco minutos.
Coloque o dendê, o sal e a pimenta, adicione o vinho e aguarde ferver.
Despeje sobre o peixe, salpique com a cebolinha e folhas de alfavaca e sirva.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:



Espaguete com Camarão ao Creme Fresco

Tempo de preparo: 01h | Serve 02 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão rosa médio limpo
300 g de massa tipo espaguete de grano duro
1/2 cenoura fatiada
01 cebola em quatro
02 dentes de alho cortados grosseiramente
01 maço de salsinha picadinha
200 g de creme fresco
Suco de 1/2 limão, sal e pimenta do reino

Modo de Preparo:

Ferva 500 ml de água e escalde o camarão.
Retire o camarão e reserve.
Adicione na mesma água, a cebola, a cenoura, o alho e os talos da salsinha.
Deixe cozinhar reduzindo por 20 minutos.
Enquanto isto cozinhe a massa, escorra e reserve.
Acrescente o creme, o limão e tempere com sal e pimenta, mexa bem até engrossar.
Volte os camarões ao molho e junte a salsinha picada.
Sirva sobre o espaguete cozido.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Spaghetti com Molho de Camarão

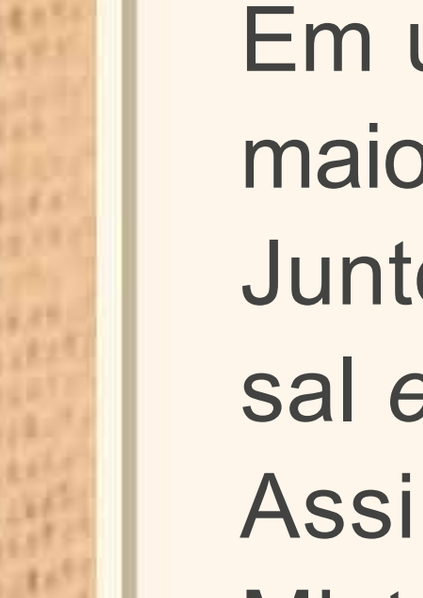
Tempo de preparo: 15 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão 7 barbas cozidos no vapor
01 maço de salsinha picada
250 g de espaguete cozido
100 ml de creme de leite fresco
02 tomates sem sementes em cubinhos
02 colheres de maionese
Sal *e* pimenta

Modo de Preparo:

Em uma panela, coloque o creme *e* a maionese. Aguarde aquecer.
Junte a salsinha, tomate, camarões *e* acerte o sal *e* pimenta.
Assim que começar a ferver junte o macarrão. Misture bem *e* sirva.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Torta de Camarão

Tempo de preparo: 50 mini Serve 10 pessoas

Ingredientes - Recheio:
01 kg de molho branco de camarão
01 talo de alho poró picado
01 maço de salsinha picada

Ingredientes - Massa:
01 colher de sobremesa de açúcar
01 colher de café de sal
01 colher de sopa de fermento em pó
02 xícaras de farinha de trigo
02 colheres de sopa de requeijão cremoso
150 ml de leite
50 ml de óleo
03 ovos
06 colheres de sopa de parmesão
03 colheres de sopa de farinha de rosca

Modo de Preparo:
Misture o molho de camarão com o alho-poró e a salsinha e um pouco de pimenta.
Misture bem e reserve.
Em uma vasilha misture bem 3 colheres de parmesão, o requeijão, o leite, a farinha de trigo, o óleo, o açúcar, e o sal.
Mexa muito bem, acrescente o fermento e mexa novamente. Em um refratário coloque metade da massa e esparrame pelo fundo.
Coloque o recheio distribuído sobre a massa e cubra com a massa restante.
Misture três colheres de farinha de rosca com três colheres de parmesão e salpique sobre a massa.
Leve ao forno médio até crescer e dourar.



Clique aqui para assistir o vídeo da receita:



Vatapá

Tempo de preparo: 30 min I Serve 04 pessoas

Ingredientes:

500 g de camarão salgado já demolhado e escorrido
01 cebola grande picadinha
02 tomates em cubos
500 g de pão de forma sem casca em cubos
01 dente de alho picadinho
Pimenta calabresa seca a gosto
01 maço de coentro picado
01 maço de cebolinha picada
03 colheres de sopa de azeite de dendê
200 ml de leite de coco
200 ml de leite, sal e azeite

Modo de Preparo:

Misture o pão com o leite e o leite de coco. Reserve.
Adicione o azeite de oliva na panela mais o dendê e junte a cebola, o alho, o tomate e a pimenta.
Refogue em fogo médio até murchar.
Adicione os camarões, a cebolinha e o coentro e mexa bem. Junte o pão molhado e aumente o fogo até obter uma mistura bem homogênea.



Clique aqui
para assistir o
vídeo da receita:

Curso Básico de Cozinha

Tudo que você precisa saber para aprenda a cozinhar

Clique aqui

Curso 100% online
Você pode assistir as aulas no horário que preferir, 24h por dia.

Todas as suas perguntas são respondidas pelo Chef Taico e sua equipe.

Todo o aluno recebe um livro digital com 100% do conteudo do curso para download.

100% de Satisfação Garantida ou todo o seu dinheiro de volta em até 07 dias.

Todos os cursos fornecem um certificado de conclusão.

Chef Taico



Clique aqui e conheça nossos outros cursos

- CURSO: RISOTO - UM SHOW DE CREMOSIDADE
- CURSO: ARROZ INTEGRAL
- CURSO: PREPARE SEU ARROZ EM 5 MINUTOS
- CURSO: SEGREDOS DO BACALHAU
- CURSO COMPLETO DE ARROZ
- CURSO: RECEITAS PARA O NATAL
- ESPECIAL: BANQUETE DO CHEF TAICO