intercaju Gourmet

ALTA GASTRONOMIA REGIONAL CONTEMPORÂNEA

Organização: Chef Liliane Pereira

Apresentação

As receitas exclusivas que compõem o Intercaju Gourmet utilizam o caju como principal ingrediente e colocam o fruto no circuito da alta gastronomia regional. A publicação é resultado do Encontro Gastronômico Intercaju, evento promovido pela Secitece, através do projeto Intercaju e que reuniu alguns dos principais chefs do Estado na preparação de receitas com o fruto.

Os profissionais da cozinha demonstram, através dos pratos, toda a versatilidade do caju, que pode ser utilizado em sua totalidade - pedúnculo (polpa) e castanha. As próximas páginas comprovam isto, em receitas simples e refinadas, doces e salgadas.

A publicação Intercaju Gourmet será distribuída em todo o País, nas principais redes de supermercados, faculdades e cursos de gastronomia e em eventos nacionais e internacionais que envolvam a cadeia produtiva do caju. A ideia é movimentar a cajucultura cearense, beneficiando diretamente os produtores e incentivar o consumo e a valorização da produção do caju.

O livro também irá contribuir para consolidar uma identidade cultural gastronômica, ao inserir um fruto regional não como coadjuvante, mas como insumo principal dentro de cada receita.

Confira as receitas e delicie-se!

Chef Liliane Pereira
Organizadora do livro Intercaju Gourmet

FINEP
AGÊNCIA BRASILEIRA DA INOVAÇÃO
Ministério da Ciência, Tecnologia e Inovação
GOVERNO FEDERAL BRASIL PAÍS RICO É PAÍS SEM POBREZA
GOVERNO DO ESTADO DO CEARÁ
Secretaria da Ciência, Tecnologia e Educação Superior

Livro de Receitas do Projeto Intercaju
Secretaria da Ciência, Tecnologia e Educação Superior do Estado - Secitece
Av. Dr. José Martins Rodrigues, 150 - Edson Queiroz
CEP: 60811-520 - Fortaleza-CE
Fone: (85) 3101-6466 | Fax: 3101-3675
www.sct.ce.gov.br

René Barreira
Secretário

Almir Bittencourt
Secretário Adjunto

Pedro Castelo
Secretário Executivo

Francisco Carvalho de Arruda Coelho
Coordenador de Ciência e Tecnologia

José Ismar Parente
Coordenador Técnico do Intercaju

ASCOM/Secitece
Edição: Simplícia Sinibaldi
Coordenadora
simplicia.sinibaldi@sct.ce.gov.br

Revisão:
Cynthia Cardoso - 1982/JPCE
cynthia.cardoso@sct.ce.gov.br

Produção e Fotografia:
Lara Maia
lara.maia@sct.ce.gov.br

Marília Oliveira
marilia.oliveira@sct.ce.gov.br

Organização
Chef Liliane Pereira
Restaurante O Banquete
Rua Vicente Leite, 2451 - Dionísio Torres
lilianempereira@gmail.com
85 8894-6474 | 9991-4512

Projeto Gráfico e Diagramação
GO! Branding + Design
www.heyholetsgo.com.br

Impressão
Gráfica Ronda

Tiragem
5 mil exemplares

Sumário

ENTRADAS

7 Pão funcional de caju
Chef Karliano Pereira

9 Carpaccio falso de caju
Chef Luciano Ferreira

11 Surpresinha de carne de sol com caju passa e molho de caju
Chef Neiva Terceiro

13 Salada verde com tartar de caju e camarão crocante
Chef Liliane Pereira

15 Salada nativa
Chef Leo Gondim

PRATOS PRINCIPAIS

19 Cajupirá
Chef Liliane Pereira

21 Medalhão de filé suíno / Complementos: Mel de caju | Chutney de caju
Chef Marie Anne Bauer

23 Rondelli suíno com caju ameixa
Chef Vládia Gomes

25 Caju à Cione
Chef Faustino

27 Confit de caju com tartar de Cioba
Chef Edilson Araújo

SOBREMESAS

31 Sorbet de caju
Chef Cícero Disny

35 Explosão de caju
Chef Neiva Terceiro

VINHOS

38 Seleção especial de vinhos
Sommelier Marco Ferrari

entradas

Pão Funcional de caju

chef Karliano Pereira
Rosmarino Pães Artesanais

Ingredientes:
Farinha de trigo - 770g
Farinha de trigo integral - 300g
Biga (massa mãe) - 500g
Fermento seco - 15g
Caju - 600g
Água - 300g
Sal - 20g
Castanha picada - 60g

Modo de preparo:
Junte todos os insumos secos, menos o sal. Adicione a biga e aos poucos a água. Misture bem e adicione o sal.

Faça o primeiro descanso da massa por aproximadamente uma hora. Molde e descanse por mais uma hora. Leve ao forno pré-aquecido a 140°C por 20 minutos, podendo variar de forno para forno.

Finalize com suco de caju pincelado e castanhas picadas.



Carpaccio falso de caju

chef Luciano Ferreira
Restaurante Atlântico | Hotel Oásis

Ingredientes:
Caju maduro - 2 unidades
Queijo parmesão - 30g
Alcaparras picadas - 30g
Aceto balsâmico - 4 colheres de chá
Azeite extra virgem - 2 colheres de chá
Suco de 1 limão
Mostarda djon - 3 colheres de chá
Pão italiano fatiado - 1 unidade

Modo de preparo:
Corte o caju em finas fatias e seque com papel toalha. Tempere com mostarda, suco de limão, azeite extra virgem, aceto balsâmico, queijo parmesão ralado e alcaparras picadas.

Sirva em prato raso acompanhado de torradas.

Surpresinha de carne de sol

com caju passa e molho de caju

chef Neiva Terceiro
Neiva Pães Artesanais

CONE

Ingredientes:

Farinha de trigo - 500g
Açúcar - 25g
Sal - 10g
Azeite - 15g
Ovo - 50g
Fermento biológico - 10g
Suco de caju - 100g
Água - 120ml
Cachaça - 50g

Modo de preparo:

Misture todos os ingredientes, sove a massa e deixe-a descansar por 10 minutos. Separe bolinhas de 10g cada. Depois estique a massa e faça os canudinhos. Asse a 160°C por aproximadamente 7 minutos até secar.

RECHEIO

Ingredientes:

Carne de sol desfiada - 500g
Dentes de alho - 4 unidades
Cebola picada - 200g
Manteiga da terra - 60ml
Caju seco (tipo passa) - 100g

Modo de preparo:

Refogue a carne com a manteiga, cebola e alho. Depois de refogado acrescente o caju seco picado e recheie os cones.

MOLHO

Ingredientes:

Cajus triturados e peneirados - 6 unidades
Água - 50ml
Mel - 120g
Sal a gosto
Suco de 1 limão siciliano e casca ralada
Creme de leite (opcional) - 150ml

Modo de preparo:

Ferva até que seja reduzido e acrescente o creme de leite.

Salada verde tartar de caju e camarão crocante

chef Liliane Pereira
Restaurante Pousada Villa Mango

Ingredientes:

Folhas de alface americano - 50g
Rúcula - 40g
Camarão grande - 100g
Caju grande - 1 unidade
Meio limão
Azeite - 30ml
Sal a gosto
Pimenta-do-reino branca

Modo de preparo:

Tempere os camarões limpos (sem casca e desviscerado) com sal e raspa de limão e deixe descansar na geladeira por 30min.

Lave as folhas e escorra-as. Para o tartar, corte o caju em cubos bem pequenos e tempere com o suco do limão e o azeite. Ajuste com uma pitada de sal e pimenta-do-reino branca.

Puxe os camarões em uma frigideira quente com um fio de azeite. Quando estiverem rosados, retire-os do fogo e decore a salada.

Monte uma cama de folhas com os camarões, e um aro de tartar de caju no centro. Finalize com um camarão em cima do tartar. Regue com azeite e sirva.

Salada nativa

chef Leo Gondim
Professor de Gastronomia - UFC

Ingredientes:
Caju médio - 16 unidades
Camarão médio sem cabeça - 1kg
Camarão grande para decoração - 200g
Castanha de caju - 330g
Iogurte com mel - 400ml
Azeite - 100ml
Sal e pimenta-do-reino branca a gosto
1 Maço de capim-santo (para chá e decoração)
Castanhas grandes para decoração - 100g

Modo de preparo:
Retire todo o suco dos cajus e cozinhe-os por 30 minutos.

Retire a pele do caju e desfie a carne.

Refogue a carne de caju em um caldo da casca dos camarões para pegar o gosto.

Salteie os camarões temperados com sal e pimenta-branca.

Para o molho, misture um chá bem forte de capim-santo com o iogurte com mel.

Misture tudo com as castanhas.

Monte a salada e decore com um galhinho de capim-santo, uma castanha e um camarão.

pratos principais



Cajupirá

chef Liliane Pereira
Restaurante O Banquete

Ingredientes:
Filé de Beijupirá - 400g
Arroz negro - 200g
Alho - 30g
Polpa de caju - 100g
Castanha de caju - 100g
Farinha de trigo - 40g
Manteiga - 50g
Azeite - 70ml
Mel de caju - para decorar
Sal e açúcar a gosto

Modo de preparo:
Tempere o filé de Beijupirá com sal e deixe descansar por 30 minutos. Depois, esquente uma frigideira com um fio de azeite e coloque o peixe para frigir.

Pique o alho e refogue em uma panela com um pouco de azeite. Adicione o arroz negro e vá adicionando água quente para cozinhar. Baixe o fogo e aguarde os grãos ficarem macios. Quando estes estiverem quase prontos, prepare em outra frigideira um refogado de alho e acrescente a polpa de caju. Adicione o arroz negro pré-cozido ao suco de caju e acrescente um pouco mais de água. Ajuste o sal e abafe com uma tampa. Deixe cozinhar mais um pouco e apague.

Para a crosta de castanha doure a manteiga e acrescente a castanha de caju quebrada. Envolva bem e quando esta começar a avermelhar acrescente a farinha de trigo. Tempere com um pouco de sal e açúcar.

Monte o arroz no prato e coloque o filé de peixe em cima do arroz, cubra-o com a crosta da castanha e decore o prato com o mel de caju.



Medalhão de filé suíno

chef Marie Anne Bauer
Restaurante Le Marché

Ingredientes:
Filé mignon suíno - 2 fatias de 100g cada
Bacon - 2 fatias
Chutney de caju - 1 porção
Mel de Caju - 5 colheres de chá
Arroz branco cozido -1 porção
Castanha de caju picado - 1 colher
Manteiga - 1 colher
Óleo, sal, pimenta-do-reino branca

Modo de preparo:
Envolva o filé suíno com o bacon segurando com um palito. Frite no óleo com sal e pimenta-do-reino branca a gosto.

Refogue na manteiga a castanha picada e acrescente o arroz.

Sirva com o mel de caju (decoração) e o chutney.

CHUTNEY DE CAJU

Ingredientes:
Cajus bem maduros e picados - 4 unidades
Manteiga - 3 colheres
Açúcar - 2 colheres
Gengibre fresco picado - 1 colher
Cebolas picadas - 4 colheres
Vinagre de maçã - 4 colheres
Pimenta-dedo-de-moça picada sem semente
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:
Coloque em uma panela a manteiga e 1 colher de açúcar e deixe ferver até o ponto de caramelo. Acrescente de imediato o vinagre. Numa frigideira refogue com 2 colheres de manteiga a cebola e o gengibre, em seguida o caju picado. Acrescente o vinagre com caramelo e deixe reduzir até cozinhar o caju. Finalize com o sal, a pimenta-do-reino e a pimenta-dedo-de-moça a gosto. Sirva quente ou gelado.

MEL DE CAJU

Ingredientes:
2 colheres de manteiga
2 colheres de açúcar
100 ml de suco de caju

Modo de preparo:
Refogue a manteiga com o açúcar até o ponto de caramelo. Acrescente de imediato (com cuidado para não se queimar) o suco de caju. Deixe reduzir até a metade.

Sirva quente ou gelado.

Rondelli suíno com caju ameixa

chef Vladia Gomes
Professora de Gastronomia - Fanor

Ingredientes:
Lombo suíno - 1unidade
Caju ameixa - 10 unidades
Cajuína - 100ml
Vinagre balsâmico - 20ml
Manteiga para dourar
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:
Corte o lombo suíno em forma de espiral até transformá-lo em uma manta plana. Depois tempere com sal e pimenta-do-reino em ambos os lados. Para recheá-la corte os cajus ameixa ao meio e, em uma das pontas da manta, disponha de pedaços de cajus de forma que a medida em que for enrolando, recheie toda a manta. Reserve a calda do caju ameixa. Com filme plástico, enrole cuidadosamente o seu rondelli, passando várias camadas de filme para ter certeza que não irá entrar água.

Em uma panela, coloque água para ferver. Quando estiver fervendo, cozinhe o rondelli de 10 a 20 minutos, de acordo com o tamanho do seu lombo. Retire do fogo, deixe esfriar e depois fatie.

Para a calda de caju, acrescente a cajuína e o vinagre balsâmico à calda do caju que estava reservado. Leve ao fogo para reduzir.

Na hora de servir, aqueça uma frigideira com a manteiga e coloque o rondelli para dourar. Sirva-o com salada verde com castanhas e cubinhos de caju fresco. Decore o prato com a calda de caju.

Caju à Cione

chef Faustino Paiva
Restaurante Cantinho do Faustino

Ingredientes:

Cajus grandes - 2 unidades
Talharim - 300g
Cebola picada - 1 colher de sopa
Manteiga - 3 colheres de sopa
Leite - 3 colheres de sopa
Vinho branco (seco) - 50ml
Estragão - ½ colher de sopa
Dentes de alho picado - 2 unidades
Molho branco - 3 colheres de sopa
Ovo - 1 unidade
Farinha de trigo - 4 colheres de sopa
Farinha de rosca - 4 colheres de sopa
Azeite - 1 colher de sopa
Sal a gosto

Modo de preparo:

Fatie os cajus retirando o excesso de suco e tempere com sal e azeite.

Empane as fatias de caju com ovo, farinha de trigo e farinha de rosca.

Cozinhe o talharim por 4 minutos em água fervente.

Em uma frigideira, refoge a manteiga, o alho, a cebola e o estragão, adicionando as fatias de caju logo depois.

Flambe com vinho branco seco e acrescente creme de leite, molho branco e sal a gosto.

Confit de caju
com tartar de Cioba

chef Edilson Araújo
Restaurante Mucuripe |
Hotel Gran Marquise

CONFIT DE CAJU

Ingredientes:

Caju em rodelas - 4 unidades de aproximadamente 5cm
Azeite extra virgem - 200ml
Tomilho picado - 10g
Alecrim picado - 10g
Coentro - 1 maço

Modo de preparo:

Tempere os cajus com as ervas e o azeite extra virgem e deixe marinando por 1 hora.

Em uma frigideira teflon, aqueça o azeite e sele os cajus dos dois lados.

TARTAR DE CIOBA

Ingredientes:

Filé de Cioba (cortado em cubos) - 160g
Pimenta-de-cheiro picadas - 4 unidades
Pimenta-dedo-de-moça picada - 1 unidade
Suco de 3 limões
Folhas de louro fresco picado - 2 unidades
Sal a gosto

Modo de preparo:

Tempere o peixe com sal, as pimentas, o suco de limão, o coentro e a folha de louro e deixe em repouso por, no mínimo, 2 horas.

MOLHO PESTO COM CASTANHA DE CAJU

Ingredientes:

Manjericão - 1 maço
Azeite extra virgem - 500ml
Castanha de caju - 200g
Alho - 50g

Modo de preparo:

Coloque uma panela com água para ferver e em outro recipiente água com gelo.

Desfolhe o manjericão, coloque-o na água fervente e, rapidamente, tire-o e coloque na água com gelo.

Bata no liquidificador o manjericão, o azeite, o alho e a castanha de caju até virar um líquido bem verde e homogêneo.

sobremesas

Torta de castanha com sorbet de caju

chef Cícero Disny
Restaurante Brasil Tropical



SORBET CAJU

Ingredientes:

Caju - 100g
Glucose em pó - 220g
Água - 240g
Açúcar - 480g
Inulina - 25g
Suco de limão - 20g
Neve fruta - 25g

Modo de preparo:

Lave o caju e bata no liquidificador até ficar uma polpa bem processada, sem peneirar.

Deixe batendo e vá colocando os outros ingredientes até que todos incorporem.

Turbine e depois de pronto deixe na geladeira de um dia para o outro antes de usar.

PRALINE DE CASTANHA

Ingredientes:

Açúcar - 500g
Água - 100ml
Castanha - 200g

Modo de preparo:

Coloque o açúcar e a água no fogo até atingir o ponto de caramelo.

Retire do fogo e coloque a castanha. Misture e coloque sobre um SILPAT para cristalizar.

Deixe esfriar por uma hora e quebre. Depois faça a montagem do praline.

continua na próxima página

TORTA SUCRÉ DE CHOCOLATE E CASTANHA DE CAJU

Ingredientes:

Açúcar - 150g
Margarina - 200g
Ovo - 40g
Farinha - 1600g
Farinha de castanha - 150g
Cacau em pó - 150g
Sal - 2g

Modo de preparo:

Coloque a manteiga, o sal e o açúcar na batedeira e bata com o leque até emulsionar e ficar esbranquiçado.

Adicione os ovos aos poucos para manter a emulsão. Depois a farinha, a farinha de castanha e o cacau misturando em baixa velocidade até que a massa fique homogênea.

Abra a massa em um retângulo, cubra com filme plástico e leve à geladeira para descansar por 30 minutos no mínimo.

Com o forno pré-aquecido a 160°, asse a massa com a ventilação aberta por aproximadamente 15 minutos e vire por mais 8 minutos.

Obs: Coloque uma placa lisa embaixo das assadeiras na hora de fornear, para evitar o desnível na massa.

RECHEIO DE CHOCOLATE

Ingredientes:

Chocolate meio amargo - 1000g
Creme de leite UHT - 1000ml
Especiarias a gosto

Modo de preparo:

Pique o chocolate ou rale.

Aqueça o creme de leite e coloque por cima do chocolate.

Misture bem com uma colher até que fique bem liso e sem caroço.

Obs: Nunca use fouet para que não crie bolhas.

Explosão de caju

chef Neiva Terceiro
Neiva Pães Artesanais

Ingredientes:

Farinha - 500g
Leite condensado - 200g
Ovos - 100g
Suco de caju - 200ml
Água - 100ml
Óleo de canola ou girassol - 80ml
Fermento biológico seco - 15g
Doce de caju caseiro - 1kg e 200g (recheio)
Chocolate meio amargo derretido - 500g (cobertura)
Xerém para salpicar - 200g (cobertura)
500 gramas de chantilly fresco (acompanhamento)

Modo de preparo:

Bata todos os líquidos e o fermento no liquidificador. Coloque em uma bacia e misture a farinha aos poucos. Sove a massa por 10 minutos e depois divida em porções de 25 gramas.

Para o recheio, utilize porções de doce de caju.

Deixe-os dobrar de volume. Pincele as porções com os ovos e asse a 160 graus por + ou - 15 minutos.

Depois, banhe no chocolate derretido e sirva com chantilly fresco e xerém.

vinhos

Seguindo a tendência de valorização dos produtos nacionais, o sommelier Marco Ferrari preparou uma seleção especial de vinhos brasileiros para harmonizar com os pratos do Intercaju Gourmet.



Marco Ferrari

Italiano, nascido em Biella, no Piemonte, mas mora em Fortaleza desde 1991, onde exerce a atividade de sommelier. Formou-se pela FISAR - Federação Italiana Sommelier Albergatori e Ristoratori. Consultor e palestrante, Ferrari foi eleito Melhor Sommelier do Ceará em 2012 e 2013, pela Revista Prazeres da Mesa.

Pão funcional de caju
ESPUMANTE CASA VALDUGA RESERVA BRUT 25
VALE DOS VINHEDOS - RS

Carpaccio falso de caju
FACES LIDIO CARRARO BRANCO
SERRA DO SUDESTE - RS

Supresinha de carne de sol com caju passa e molho de caju
FACES LIDIO CARRARO TINTO
SERRA DO SUDESTE - RS

Salada verde com tartar de caju e camarão crocante
CASA VALDUGA RAIZES SAUVIGNON BLANC PREMIUM
CAMPANHA GAUCHA - RS

Cajupirá
PIZZATO CHARDONNAY
VALE DOS VINHEDOS - RS

Caju à Cione
FAUSTO DE PIZZATO MERLOT
SERRA GAUCHA - RS

Confit de caju com tartar de cioba
ESPUMANTE CASA VALDUGA RESERVA BLUSH ROSÉ BRUT
VALE DOS VINHEDOS - RS

Sorbet de caju
CASA VALDUGA NATURELLE ROSÉ SUAVE
SERRA GAUCHA - RS

Explosão de caju
ESPUMANTE TERRANOVA MOSCATEL P/SOBREMESA
VALE DO SÃO FRANCISCO - PE

Medalhão de filé suíno
CASA VALDUGA IDENTIDADE PINOT NOIR PREMIUM
SERRA DO SUDESTE - RS

Rondelli suíno com caju ameixa
DADIVAS PINOT NOIR by LIDIO CARRARO
SERRA DO SUDESTE - RS



Intercaju

Desenvolvendo a Cajucultura no Ceará

Promover a cajucultura no Ceará. Este é o objetivo do Intercaju, projeto do Governo do Estado/Secitece, Finep, CNPq e Sebrae, em parceria com o Nutec, Centec e Embrapa. A iniciativa atende aos produtores de caju dos territórios dos Vales do Curu e Aracatiaçu e Maciço de Baturité, promovendo a inclusão social e produtiva das organizações coletivas.

Atualmente, o Intercaju está presente nos municípios de Amontada, Tururu, Trairi, Itarema, Itapipoca e Barreira. Os produtores destas cidades têm a cajucultura como uma das principais atividades econômicas, sejam reunidos em micro e pequenas empresas ou através da agricultura familiar. Através do projeto, as comunidades já alcançaram a organização da produção e estão inovando nos processos e produtos, além de estarem modernizando seus métodos de trabalho.

Já estão com os produtores minifábricas para o beneficiamento da castanha de caju e motosserras para a correta substituição da copa do cajueiro. Além disso, as comunidades participam de cursos para melhorar sua organização e para a inserção, dentro da cadeira produtiva, de tecnologias que garantam aumento na produtividade. Além do desenvolvimento da cajucultura, o projeto está transformando as condições de trabalho e melhorando a vida dos produtores cearenses.

Esperamos que o Intercaju Gourmet dê uma nova dimensão ao projeto, levando a cajucultura à mesa dos brasileiros e estimulando ainda mais a atividade no Ceará.

Francisco Carvalho de Arruda Coelho
Coordenador do Projeto Intercaju

intercaju Gourmet

FINEP
AGÊNCIA BRASILEIRA DA INOVAÇÃO

Ministério da Ciência, Tecnologia e Inovação

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
PAÍS RICO É PAÍS SEM POBREZA

GOVERNO DO ESTADO DO CEARÁ
Secretaria da Ciência, Tecnologia e Educação Superior

SEBRAE

NUTEC
FUNDAÇÃO NÚCLEO DE TECNOLOGIA INDUSTRIAL DO CEARÁ

Embrapa
Agroindústria Tropical

Ematerce
Semeando tecnologia no campo

CENTEC
INSTITUTO CENTRO DE ENSINO TECNOLÓGICO

www.heyholetsgo.com.br