

Cultura no Prato História da Gastronomia - Fevereiro/17

Palestrantes: Cintia Alfieri Rolland e Marcelo Malta

Entrada

SALADA DE LENTILHA COM ERVILHA TORTA, CEBOLA CARAMELIZADA, TOMATE E PÃO TORRADO AO MOLHO DE MELAÇO DE ROMÃ

Rendimento: 4 porções

Ingredientes

70 gramas de lentilha

30 gramas de bacon

2 unidades de cebola

180 gramas de ervilha torta

8 unidades de tomate cereja

50 ml de melaço de romã

30 ml de azeite

Açúcar o suficiente

Sal o suficiente

Pimenta do reino o suficiente

Modo de Preparo

Cozinhar a lentilha em fogo médio por 15 minutos. Escorrer e reservar.

Fritar o bacon até dourar e reservar.

Fritar a cebola até dourar e reservar.

Assar o pão árabe e reservar.

Cozinhar a ervilha torta no vapor e reservar.

Cortar os tomates em 4 partes.

Prepare o molho misturando o melaço de romã, água, azeite, açúcar, sal e pimenta do reino.

Montar a salada com todos os ingredientes, temperar com molho e finalizar com o pão torrado.

Prato Principal

COZIDO DE CARNE DE PORCO COM LEGUMES

Rendimento: 6 porções

Ingredientes - TENDER

500 gramas de lombo de porco

1 gomo de linguiça calabresa

100 gramas de grão de bico

2 unidades de cebola

1 unidade de cenoura media

1 unidade de batata media

4 unidades de dentes alho

1 limão tahiti

30 ml de azeite

¼ de maço de salsa

Sal o suficiente

Pimenta do reino o suficiente

Modo de Preparo

Cortar a carne de porco, temperar com limão, sal e pimenta do reino e marinar por 8 horas.

Deixar o grão de bico de molho por 12 horas.

Fritar a carne e reservar.

Picar o alho e cortar a cebola e reservar.

Cortar a cenoura e a batata em pedaços médios.

Fritar o alho, cebola e adicionar o grão de bico, água e cozinhar.

Um pouco antes de chegar à cocção total do grão de bico, adicionar a carne, cenoura e a batata.

Quando a batata estiver cozida, adicionar a salsa picada grosseiramente e acertar o sal.

Sobremesa

FRUTAS DA ÉPOCA: UVA, DAMASCO TURCO RECHEADO COM NOZES E FIGO SECO RECHEADOS COM AMÊNDOAS E CALDA DE MEL AROMATIZADO COM ANIS E ZIMBRO

Rendimento: 1 porção

Ingredientes

1 cacho de uva

1 unidades de damasco turco

1 unidade de nozes

1 unidade de figo seco

2 unidades de amêndoa

1 unidade de anis estrelado

3 unidades de zimbro

50 gramas de mel

Modo de Preparo

Higienizar a uva, reservar.

Cortar o damasco ao meio e colocar um noz dentro.

Cortar o figo seco ao meio e colocar duas amêndoas dentro.

Diluir o mel com um pouco de água e aquecer com anis estrelado e o zimbro ate voltar a ficar espesso.

Servir em um prato de sobremesa a uva, damasco e o figo e cobrir com um pouco de mel aromatizado.