MANUAL

CONTORNI

ACOMPANHAMENTOS

PRODUÇÕES DE ACOMPANHAMENTOS

CAVOLFIORE GRATINATO

Couve-flor gratinado

10 porções

Ingredientes:

2 kg de couve-flor em floretes médios
1,2 L de molho bechamel (base de leite, roux de manteiga e farinha)
200 g de queijo parmesão ralado fino
100 g de muçarela ralada (opcional, para dar cremosidade)
60 g de manteiga (para untar e finalizar)
Sal, pimenta-do-reino e noz-moscada a gosto

Produção e preparo:

Cortar a couve-flor verticalizada mantendo caule para as fatias
Preparar o molho bechamel: roux (manteiga + farinha), adicionar leite quente e cozinhar até ficar liso e cremoso. Temperar com sal, pimenta e noz-moscada.
Branquear a couve-flor em água fervente com sal por 3 minutos.
Dispor os floretes (verticais) nas assadeiras, cobrir com o molho bechamel, polvilhar o parmesão ralado e a muçarela. Finalizar com pequenos cubos de manteiga sobre a superfície.
Gratinar em forno preaquecido a 200 até dourar a superfície.

NONNA

PRODUÇÕES DE ACOMPANHAMENTOS

ZUCCHINE GRIGLIATE

Abobrinha italiana grelhada

10 porções

Ingredientes:

2 kg de abobrinha italiana (fatiada em lâminas longitudinais de 0,5 cm)

80 ml de azeite de oliva extravirgem

3 dentes de alho esmagados

1 maço pequeno de salsinha fresca (picada finamente)

1 ramo de hortelã fresca (opcional, bem mediterrâneo)

Sal marinho e pimenta-do-reino moída na hora

Produção e preparo:

Cortar a abobrinha em lâminas longas e finas (mandolina ou fatiador).

Temperar levemente as fatias de abobrinha com sal e pimenta.

Grelhar rapidamente em grelha quente apenas para marcar e manter textura firme. Dispor em travessa, regar com o azeite temperado e polvilhar com ervas frescas (prezzemolata).

NONNA

PRODUÇÕES DE ACOMPANHAMENTOS

PUREA DI BROCCOLETI

PURÊ DE BROCOLIS SELVAGEM

10 Porções

Ingredientes:

2 kg de batata inglesa (descascada e em cubos)
2 kg de brócolis inteiro (usar floretes e caules bem limpos)
150 ml de azeite de oliva extravirgem
150 g de manteiga sem sal
200 ml de leite integral quente (ou quanto baste para ajustar a textura)
100g parmesão
2 dentes de alho
Sal e pimenta-do-reino moída na hora

Produção e preparo:

Descascar os caules, retirando a fibra externa mais dura.
Cozinhar as batatas em água com sal até ficarem macias. Escorrer.
Branquear brócolis (caule e floretes).
Processar os brócolis com azeite, alho cru e um pouco do leite até formar creme liso e verde vivo.
Passar as batatas ainda quentes no passe-vite ou amassar bem.

Misturar batatas e creme de brócolis, incorporando manteiga e o restante do leite quente até obter purê cremoso.
Ajustar sal, pimenta e, se desejar, uma pitada de noz-moscada.
Grelhar alguns floretes de brócolis para finalizar o prato decorando.

NONNA
PRODUÇÕES DE ACOMPANHAMENTOS

POMODORO RIPIENO
TOMATE RECHEADO
10 porções

Ingredientes:

10 tomates grandes, firmes e maduros (tipo italiano ou Débora)
200 g de arroz arbóreo
600 ml de caldo de legumes
2 dentes de alho picados finos
1 cebola em brunoise
100 g de queijo parmesão ralado fino
80 g de farinha panko
40 g de castanha-de-caju
1 maço pequeno de salsinha fresca picada
100 ml de azeite de oliva extravirgem
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Produção e preparo:

Lavar os tomates, cortar a tampa (guardar) e retirar cuidadosamente a polpa com colher. Descartar sementes
Hidratar arbóreo padrão risoto.
Ir cozinhando o arroz com caldo de legumes e passata pomodoro até ficar al dente (como um risotto bem úmido).
Fora do fogo, incorporar parmesão, pinoli e salsinha picada. Ajustar sal e pimenta.
Rechear os tomates com o arroz preparado. Cobrir com a tampa dos tomates.
Finalização ao sair: dispor em assadeira untada com azeite.
Polvilhar cada tomate com a farofa de pão tostado e regar com fio de azeite.
Assar a 180 °C até que os tomates estejam al dente

NONNA
PRODUÇÕES DE ACOMPANHAMENTOS

PATATE RUSTICHE TOSCANA
BATATA TOSCANA
10 Porções

Ingredientes:

2,5 kg de batata (tipo asterix, de preferência)
120 ml de azeite de oliva extravirgem
6 dentes de alho (com casca, apenas esmagados)
4 ramos de alecrim fresco
4 ramos de tomilho fresco
2 folhas de louro
Sal grosso e pimenta-do-reino moída na hora

Produção e preparo:

Cortar gomos.

Deixar em água fria por 30 minutos para soltar o excesso de amido (ajuda na crocância). Escorrer e secar bem em pano limpo.
Cozinhar rapidamente as batatas em água fervente com sal por 5 minutos (pré-cozimento). Escorrer.
Em uma assadeira, misturar batatas com azeite, alho, alecrim, tomilho e louro.
Temperar com sal de parrilla e pimenta.
Levar ao forno preaquecido a 200 °C por 25–300 minutos, virando na metade do tempo, até dourar e ficar crocante.
Considerando tempo de finalização