Nhoque com molho de cogumelos e paillard de filé

Olá, a receita de hoje é de um prato super saboroso! Vamos fazer para 04 pessoas! O molho de cogumelos é um coringa… vai bem com massas, carnes e até sozinho – como um creme! Fica delicioso!

Ingredientes:

– 1/2 kg de batatas cozidas;

– 200 gramas de queijo ralado;

– 1 1/2 xic de farinha de trigo;

– 3 gemas;

– sal e pimenta a gosto;

– 250g cogumelos Paris frescos;

– 1 cebola picada;

– 1 copo de água;

– 1 copo de vinho;

– 2 dentes de alho picado;

– 100ml creme de leite fresco;

– 500 kg de filé mignon cortado em bifes de 3 cm de altura.

Modo de fazer:

Para o nhoque: Amasse as batatas cozidas e misture com os outros ingredientes. Se tiver muito mole coloque mais trigo, até que consiga consistência boa para cortar em cubos. Coloque em água fervente com um pouco de óleo e deixe até subirem. Retire e coloque em escorredor com gelo. Seque e frite em azeite até ficar dourado. Tem o passo a passo aqui.

Clique aqui para ampliar

Para o creme de cogumelos: Cortar os cogumelos em pedaços, e coloque com água no liquidificador batendo até formar um creme. Refogar a cebola e o alho, com um pouco de azeite, e o vinho. Misture com o cogumelo batido, tampe a panela e mexa de vez em quando, deixando reduzir, acrescente o creme de leite e tempere com sal e pimenta.

Clique para ampliar

Para o Paillard: Coloque o bife dentro de um saco plástico e com um martelo de carne bata até ficar bem fininho. tempere com sal e pimenta e coloque por 30 segundo cada lado em uma frigideira quente com um pinguinho de óleo.

TEMPO: 1 hora

DIFICULDADE: média

CUSTO: $$

Polenta com cogumelos, fonduta de queijo e gema mole

Receita para uma refeição sem carne mais cheia de sabor e super fácil.

Clique para ampliar

Vamos fazer para 04 pessoas:

– Polenta: Usamos uma polenta já trufada! Mas se você não achar, pode utilizar a sem ser trufada e adicione azeite ou manteiga trufada.

Clique para ampliar

Misture 1 xícara da polenta com 4 xícaras de água. Leve ao fogo médio até que esteja com a consistência que você prefere, eu preferi mais molinha. Salgue a gosto. Eu ainda coloquei uma colher de manteiga para ficar bem macia.

– Cogumelos:

Clique para ampliar

Ingredientes:

– 200 gramas de Shitake ou cogumelos paris;

– 2 colheres (sopa) de cebola cortadinha;

– 1 colher (sopa) de manteiga;

– sal e pimenta a gosto.

Modo de fazer: Refogue a cebola na manteiga, com um fio de óleo em fogo baixo por 5 min. Acrescente os cogumelos cortados em 4 e mexa de vez em quando. Dá pra colocar um pouquinho de vinho branco, para quem gosta, nesse momento (até 1/2 xic). Deixa os cogumelos murcharem, coloque sal e pimenta e pronto.

– Fonduta de queijo: utilize o queijo de sua preferência, nós utilizamos o queijo gouda.

Ingredientes:

– 200 gr. de queijo gouda em cubos;

– 200 gr. de nata (ou creme de leite fresco).

Modo de fazer: Em uma panela aqueça o creme de leite e vá adicionando o queijo aos poucos.

Montagem:

Coloque a polenta assim que tirar do fogo, abra um buraco para colocar a gema, cubra com a fonduta de queijo bem quente

(irá cozinhar levemente a gema) e adicione os cogumelos.

Clique para ampliar

TEMPO: 1 hora

DIFICULDADE: média

CUSTO: $

Camarão com rösti de aipim e molho de cogumelos

A receita de hoje é sofisticada! Ideal para impressionar seus convidados com um sabor diferente e surpreendente. Vamos fazer para 04 pessoas.

Ingredientes:

– 500 gr. de aipim/mandioca/macaxeira;

– 300 gr. de cogumelos paris;

– 400 gr. de camarão;

– manteiga;

– 1 cebola cortadinha;

– 3 colheres de parmesão ralado;

– meia taça de vinho do porto;

– sal e pimenta a gosto.

Modo de preparo:

1. Aipim/mandioca/macaxeira

Cozinhe até ficar al dente, espere esfriar e rale. Com a ajuda de um aro faça discos, e frite em óleo quente (virando com cuidado), depois coloque no forno por 15 minutos.

2. Molho de Cogumelos

Refoque na manteiga os cogumelos paris com a cebola cortadinha, sal e pimenta. Faça *deglacê* com vinho do porto e acrescente o queijo parmesão ralado e desligue.

3. Camarões

Grelhe os camarões temperados com sal e pimenta.

Montagem: Coloque o molho de cogumelos, o aipim rösti e os camarões grelhados por cima.

TEMPO: 45 minutos

DIFICULDADE: média

CUSTO: $$

Cogumelo Paris na manteiga

clique para ampliar

Olá, essa é mais uma dica do que uma receita! Eu adoro cogumelos e acho que combina com tudo! Fiz um refogado de cogumelos Paris para servir como acompanhamento, puro. Mas essa mesma receita podemos fazer pra usar na salada, na cobertura de bruschetta, com massa e com carne. Olha que fácil.

Ingredientes:

– 200 gramas de cogumelos Paris.

– 2 colheres (sopa) de cebola cortadinha;

– 1 colher (sopa) de manteiga;

– sal e pimenta a gosto.

clique para ampiar

Modo de fazer: Refogue a cebola na manteiga, com um fio de óleo em fogo baixo por 5 min. Acrescente os cogumelos cortados em 4 e mexa de vez em quando. Dá pra colocar um pouquinho de vinho branco, para quem gosta, nesse momento (até 1/2 xic). Deixa os cogumelos murcharem, coloque sal e pimenta e pronto. Só servir.

clique para ampliar

TEMPO: 10 min

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: $

Atum grelhado com cogumelos e legumes

Quem disse que dieta precisa ser chata? Essa semana antes do carnaval resolvi manerar um pouco… Mas nem por isso comi mal! Ontem no jantar preparamos um delicioso atum, com cogumelos paris salteados, servidos com cenouras e espinafre orgânicos !

É super simples! E ficou uma delícia!

Ingredientes:

– Atum fresco (2 postas altas);

– Cogumelos paris frescos;

– Cenouras;

– Espinafre;

– Manteiga

– Sal e Pimenta;

– 1 colher de Shoyo;

– Para Molho: Aceto Balsamico com mel (opcional).

Modo de preparo:

Cozinhe as cenourinhas e o espinafre no vapor com um pouco de sal.

Fatie os cogumelos e refogue com um pouco de manteiga e uma colher (chá) de molho de soja até ficarem macios.

Numa penela menor, coloque um pouco de aceto com mel e deixe reduzir um pouco.

Tempere o atum com sal e pimenta, e coloque numa frigideira com um fio de azeite. E grelhe dos dois lados deixando bem mal passado por dentro.

Faça uma cama com os cogumelos, coloquem a posta de atum por cima e os legumes ao lado. Por cima do atum coloque um pouco do molho.

E aí? Gostaram? Assim fica fácil fazer dieta, né?

TEMPO: 30 min

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: $$

Bruschettas

clique para ampliar

Vamos fazer entradinhas que dependendo da quantidade e variedade nem precisa de prato principal. Hoje vamos fazer com três sabores: o clássico com tomate, cogumelos com parmesão e a que mais faz sucesso – cebola caramelizada com gorgonzola. Vamos fazer umas 4 bruschettas de cada sabor.

A primeira dica é comprar um pão italiano de boa qualidade. Uma vez comprei um qualquer no supermercado e não ficou bom. A segunda é molhar o pão com um azeitinho de oliva antes de cobrir com o recheio.

Bruschetta de tomate

Ingredientes:

– 2 tomates grandes cortados em cubinhos sem pele e semente;

– folhinhas de manjericão;

– 1 dente de alho;

– sal e pimenta do reino moída na hora;

– azeite de oliva;

– parmesão ralado.

Modo de fazer: depois de pincelar o azeite no pão, passe o alho por cima do azeite só para dar gosto. Misture os cubinhos de tomate com azeite de oliva, manjericão, sal e pimenta. Cubra o pão e coloque o queijo ralado por cima.

Brusquetta de cogumelos

Ingredientes:

– 100 gramas de cogumelos picados (pode ser shimeji, shitake ou paris);

– cebolinha picadinha;

– azeite de oliva;

– sal e pimenta do reino moída na hora;

– parmesão ralado.

Modo de fazer: Numa frigideira quente coloque o azeite e em

seguida o cogumelo, deixe refogando até murchar. Coloque sal e pimenta. Cubra o pão e em seguida coloque o queijo ralado.

Bruschetta de cebola caramelizada com gorgonzola

Ingredientes.

– 2 cebolas picadas;

– 1 colher (sopa) de açucar mascavo;

– shoyu a gosto (usei 1 colher de sopa);

– azeite de oliva;

– queijo gorgonzola.

Modo de fazer: Coloque a cebola na frigideira em fogo médio com um fio de azeite para dourar. Mexa até que as cebolas fiquem levemente douradas. Diminua o fogo e acrescente o shoyu sobre a cebola. Mexa mais um pouco e adicione o açúcar mascavo. Continue mexendo até o açúcar dissolver no shoyu e tampe a frigideira. Deixe refogando por uns 15 a 20 minutos e misture tudo a cada 5 minutos (sempre em fogo bem baixo). Destampe a panela depois de 15 a 20 minutos, as cebolas devem estar desta forma (ainda existe bastante líquido). Deixe o molho reduzindo por mais uns 20 a 30 minutos, mas tome cuidado e mexa de tempos em tempos para não queimar o fundo da panela. Assim que não houver mais líquido e as cebolas tiverem absorvido quase todo o shoyu e o açúcar, desligue.

Coloque a cebola e em seguida o gorgonzola picadinho.

Deixe o forno pré-aquecido em 180 graus e deixe as bruschettas até que o queijo derreta. De 10 a 20 minutos.

Obs: essa receita de cebola caramelizada é bem mais complexa do que a que eu falei no post hamburguer, mas é a minha preferida. Demora mais mas vale a pena.

TEMPO: 1 hora

DIFICULDADE: fácil

CUSTO: $