

**IGUATEMI DAILY**

*E-book  
de  
Receitas*



IGUATEMI DAILY

Confira o catálogo de receitas do dia 4 ao dia 10  
de janeiro.

Criadas pelos melhores chefs e restaurantes de São Paulo,  
disponibilizadas exclusivamente na programação  
**#IguatemiDaily.**

Continue acompanhando nossas redes sociais para  
aprender a cozinhar os pratos de seus restaurantes favoritos.

# ÍNDICE

---

Salgados

04

---

Doces

20

---

# IGUATEMI **DAILY**

---

**SALGADOS**

---

# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



## **SALMÃO COM LEGUMES ASSADOS NO FORNO E SALADA DE FEIJÃO BRANCO**

Do Pão ao Caviar



# SALMÃO COM LEGUMES ASSADOS NO FORNO E SALADA DE FEIJÃO BRANCO

## INGREDIENTES

Para os legumes:

1/2 brócolis

1/2 couve flor

1 cenoura

1 pacote de couve de Bruxelas  
cortadas ao meio

Sal, pimenta do reino e azeite

Para o feijão:

1/2 xícara de feijão branco de molho  
na água por 12 horas

1/4 de cebola roxa

100ml de azeite

50ml de vinagre de vinho tinto

Zaatar

Queijo de cabra cremoso

Para o salmão:

2 postas de salmão

Sal e açúcar para a cura

Azeite





# SALMÃO COM LEGUMES ASSADOS NO FORNO E SALADA DE FEIJÃO BRANCO

## MODO DE PREPARO

Corte a cenoura em palitos, e o brócolis e a couve flor em fatias compridas. É importante que todos os legumes estejam em contato com a assadeira para que assem e fiquem dourados, por isso use 3 assadeiras. Regue as assadeiras com azeite e sal e posicione os legumes sobre o tempero. Coloque por cima dos legumes mais azeite e sal. Leve para assar em forno pré aquecido a 180°C até que fiquem dourados, mais ou menos 20 a 30 min de cada lado.

Enquanto isso, cozinhe o feijão branco na água com uma folha de louro até que fique macio, por mais ou menos 40 min. Para o molho do feijão, junte em um bowl a cebola roxa picada em cubos pequenos, o azeite, sal e Zaatar. Quando o feijão estiver pronto coloque este molho nele.

Faça uma cura no salmão com bastante sal e açúcar, até que forme uma crosta, e leve-o para a geladeira por 10 minutos. Tire da geladeira e lave o salmão. Em seguida, leve ele ao forno a 180°C por 10 minutos. Quando o salmão sair do forno, doure ele em uma panela bem quente com azeite, apenas no lado da pele para que fique crocante.

### MONTAGEM

Coloque os legumes no fundo do prato, o feijão branco por cima, alguns pedaços de queijo de cabra, e acomode o salmão por cima.



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



## SPAGHETTI DE CAMARÃO

Do Pão ao Caviar





# SPAGHETTI DE CAMARÃO

## INGREDIENTES

200g de spaghetti

100g de camarão cinza médios e pequenos

6 camarões grandes limpos

Cabeça e casca de camarão

100ml de vinho branco seco

Azeite

1 tomate em cubos

1/2 cebola em cubos

3 dentes de alho

200ml de água

1 colher de sopa de manteiga

Salsinha a gosto

Cebolinha a gosto

Sal e pimenta do reino a gosto





# SPAGHETTI DE CAMARÃO

## MODO DE PREPARO

Comece fazendo o caldo. Coloque azeite em uma panela e frite as cabeças e cascas de camarão. Então, junte a cebola, o tomate, um dente de alho, os talos da salsinha e cebolinha e frite mais um pouco. Junte o vinho, a água e deixe cozinhar em fogo baixo por 15 minutos.

Enquanto isso, pique o camarão pequeno grosseiramente, junte o alho, um pouco de salsinha, azeite, sal e pimenta do reino e reserve.

Tempere os camarões maiores também com sal, pimenta e azeite e frite em uma frigideira grande, até que ele ganhe cor. Reserve. Frite os camarões pequenos cortados por 1 minuto e reserve. Agora deglanceie a panela com 50ml de vinho branco.

Coloque a massa para cozinhar na água com sal, até metade do tempo indicado na embalagem. Em seguida, despeje a massa direto na panela com o caldo, acrescente uma concha da água do cozimento, e deixe que a massa finalize o seu cozimento ali.

Conforme a água for secando, coloque mais água do cozimento. Finalize com 1 colher de sopa de manteiga e salsinha picada.



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



## MOQUECA BAIANA

Do Pão ao Caviar



# MOQUECA BAIANA

## INGREDIENTES

- 1 pimentão vermelho pequeno  
(cortado em cubos)
- 1 pimentão amarelo pequeno  
(cortado em cubos)
- 1 cebola média (cortada em cubos)
- 4 colheres de sopa de dendê
- 2 postas de Namorado
- 100g de camarão
- 400ml de caldo de camarão ou  
peixe
- 400ml de leite de coco
- 1/4 de xícara de farinha de mandioca
- Coentro
- Sal e pimenta do reino





# MOQUECA BAIANA

## MODO DE PREPARO

Em uma panela, coloque o óleo de dendê, a cebola e deixe dourar um pouco. Acrescente o alho, os pimentões, o caldo de camarão e o leite de coco. Depois que ferver espere 10 minutos, reduza o fogo e acrescente o peixe, deixe por mais 10 minutos, retire-o e reserve de preferência em uma panela de barro.

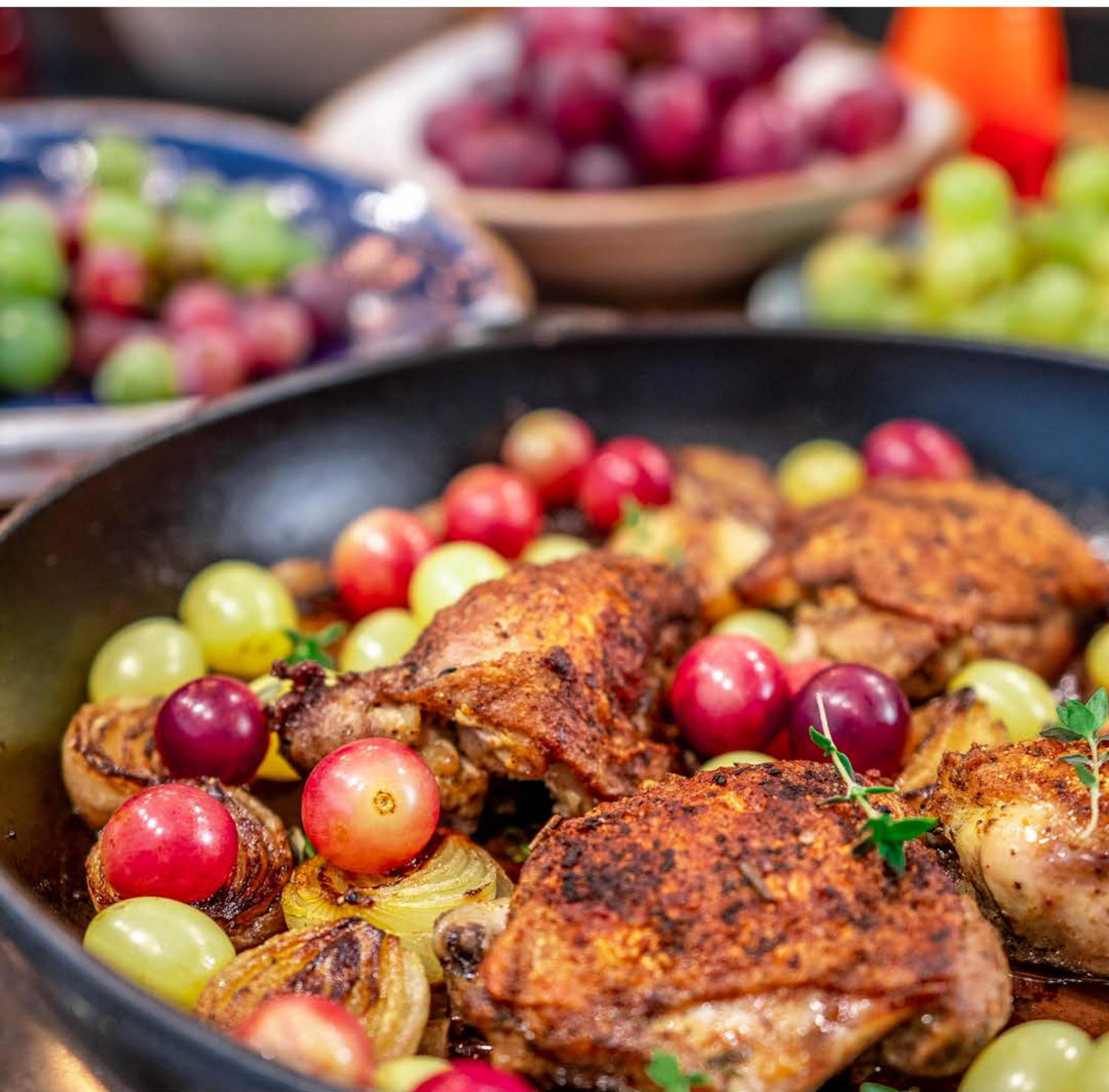
Com o caldo que sobrou, separe uma parte para o pirão, o restante reduza por 5 minutos e acrescente o camarão e cozinhe-o por mais 5 minutos. Adicione o camarão com o caldo na panela de barro que está o peixe e esquente.

Para o pirão, coloque o caldo em uma panela no fogo baixo e comece a colocar a farinha, usando uma peneira para cair aos poucos, mexendo bem para não empelotar. Também tome cuidado para não passar do ponto, deixe-o bem mole.

Do Pão ao Caviar



# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@dopaoacaviar



## **SOBRECOXA DE FRANGO COM UVA**

Do Pão ao Caviar

GASTRONOMIA



# SOBRECOXA DE FRANGO COM UVA

## INGREDIENTES

4 sobrecoxas de frango

1 colher de sopa de páprica

Ervas de provence (opcional)

Tomilho

Azeite

Sal e pimenta do reino a gosto

2 cebolas grandes em rodela ou  
uma porção de mini cebolas

1 colher de sopa de manteiga

Uva Thompson e uva Sweet  
Celebration

150ml de vinho tinto seco

150ml de caldo de frango caseiro





# SOBRECOXA DE FRANGO COM UVA

## MODO DE PREPARO

Tempere o frango com sal, pimenta do reino, ervas de provence, tomilho e azeite.

Em uma frigideira, coloque a manteiga e um fio de azeite, doure as cebolas até que fiquem douradas. Retire e reserve.

Na mesma panela doure o frango de todos os lados. Retire e reserve.

Nessa panela, coloque o vinho, o caldo, e volte o frango e a cebola.

Leve a frigideira ao forno por 15 minutos a 180°C, retire o frango acrescentando as uvas e leve ao forno por mais 5 minutos.

Sirva em seguida.





# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@casanovasolimene



## CUSCUZ DE BACALHAU

Casanova Solimene



# CUSCUZ DE BACALHAU

## INGREDIENTES

- 320g de tomate italiano pelado picado
- 1 alho inteiro para aromatizar
- 100g de cebola picada
- 125g de óleo de sansa italiano
- 300g de bacalhau limpo, cozido e desfiado
- 10g de azeitonas pretas picadas
- 3 ovos cozidos
- 125g de palmito picado
- 250mg de pimenta do reino branca
- 250mg de pimenta calabresa
- 500mg de páprica picante
- 9g de sal
- 375ml de água
- 15g de salsinha
- 1ml de molho de pimenta de cheiro
- 110g de farinha de milho amarela
- 50g de farinha de mandioca
- 30ml de azeite extra virgem

Casanova Solimene





# CUSCUZ DE BACALHAU

## MODO DE PREPARO

Forre a forma com as azeitonas picadas no fundo e ovos fatiados na lateral.

Aqueça o óleo na panela, coloque o alho e deixe dourar. Retire o alho, coloque a cebola e deixe somente alourar, sem dourar.

Junte o tomate picado e deixe ferver por 4 minutos em fogo médio, mexendo sempre. Junte as lascas de bacalhau, o palmito, os temperos, o sal, a água e deixe ferver. Junte a salsinha, as farinhas e mexa com um fio de azeite por aproximadamente 2 minutos.

Desligue o fogo e coloque na forma enfeitada. Deixe descansar 10 minutos, desenforme num prato de 30 cm de diâmetro e sirva.



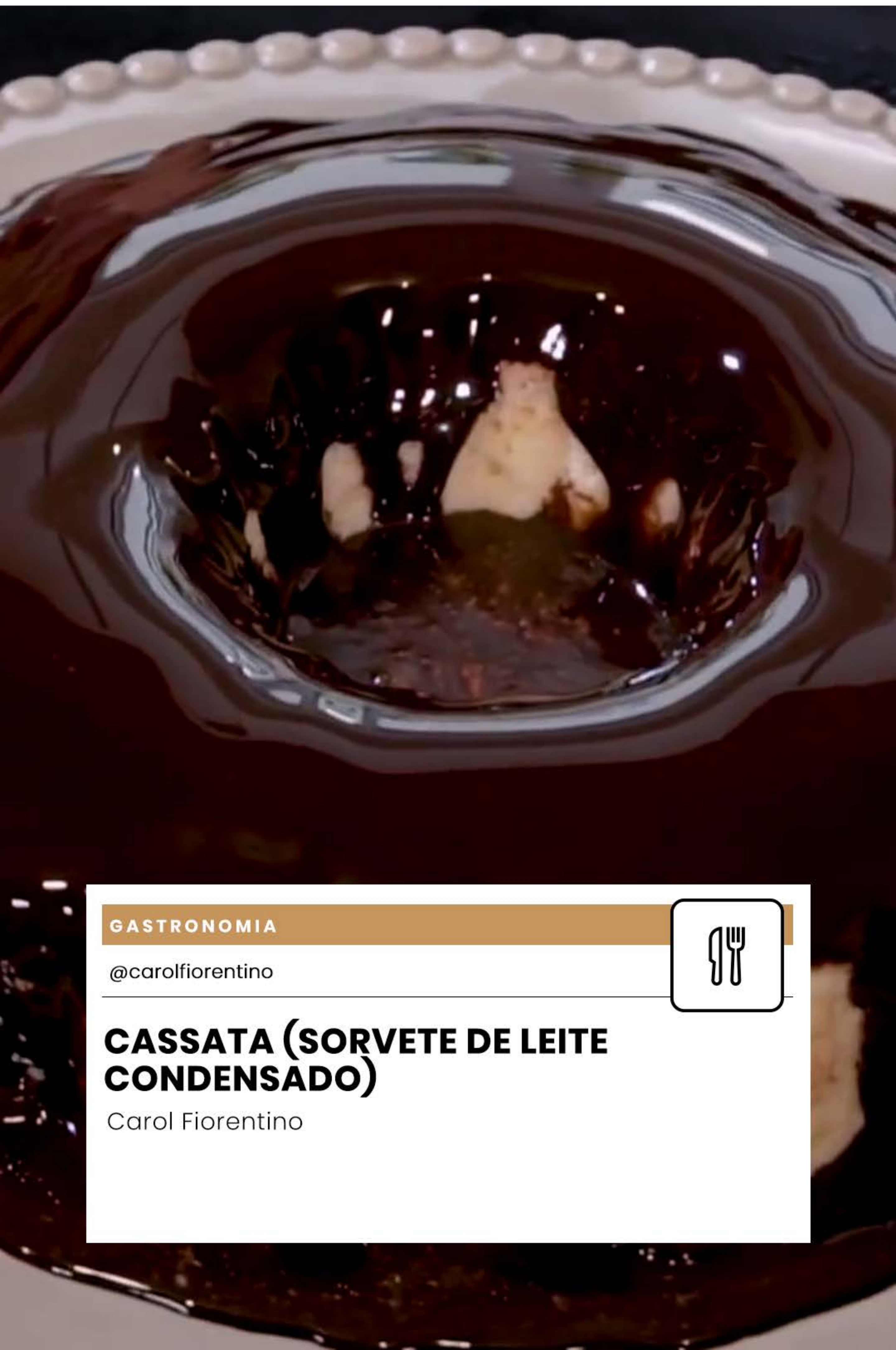
# IGUATEMI **DAILY**

---

**DOCES**

---

# IGUATEMI DAILY



GASTRONOMIA

@carlofiorentino



## **CASSATA (SORVETE DE LEITE CONDENSADO)**

Carol Fiorentino



# CASSATA (SORVETE DE LEITE CONDENSADO)

## INGREDIENTES

Para a calda:

1 xícara de açúcar

1 xícara de chocolate

1/3 de xícara de água

Para a Cassata:

1 lata de leite condensado

1 lata de creme de leite

4 ovos (separe a clara das gemas)

Essência de baunilha (opcional)

Coco (opcional)





# CASSATA (SORVETE DE LEITE CONDENSADO)

## MODO DE PREPARO

Leve ao fogo baixo: o leite condensado, o creme de leite e as gemas. Ferva até engrossar, sempre mexendo. Não precisa atingir o ponto de brigadeiro!

Enquanto a mistura esfria, bata as claras em neve e, em seguida, incorpore uma à outra aos poucos, misturando delicadamente. Reserve.

Leve ao fogo baixo: o chocolate, o açúcar e a água. Ferva até engrossar. Assim que derreter, a calda estará pronta!

Despeje a calda de chocolate na forma desejada e deixe esfriar, depois coloque o creme sobre essa calda e leve ao congelador de um dia para o outro.

### DICA

É preferível fazer essa receita no dia anterior que você irá servi-la, pois é necessário pelo menos 3 horas no freezer para que firme bem.

Carol Fiorentino



IGUATEMI **DAILY**