

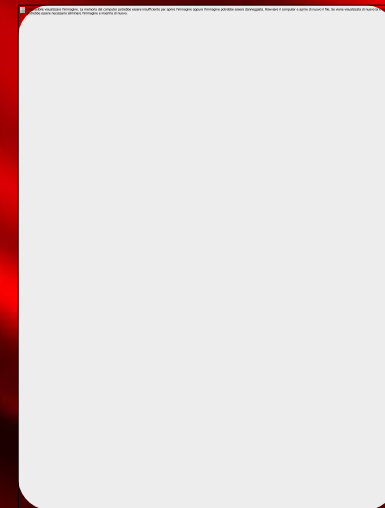
# Livro de Receitas italo-português

*Grupo Erasmus*





# PRATOS PORTUGUESES



# CATAPLANA

*Para 8 pessoas*

## INGREDIENTES

- Cebola 400 gr
- Pimenta Vermelha 150 gr
- Pepe Verde 150 g
- Alho 15g
- Porco 350g
- Amêijoas 300g
- Azeite 40 g
- Baía de láxoa 5g
- Venda 10g
- Vinho branco 50 g
- Pimenta branca 3g
- Coentro 30g
- Tomate 500g
- Batata-doce 400 g





# PREPARAÇÃO



Corte a cebola e os pimentos em julienne, pique o alho, corte o porco em cubos e esmague o tomate.



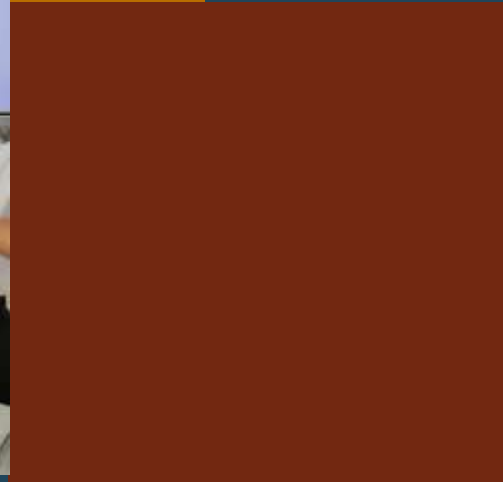
Para preparar o molho de cataplana, fritar cebola, pimentos, alho, folha de louro, azeite e tomate. Em seguida, retire metade e reserve. Triture uma parte até obter um molho uniforme.



Coloque a batata-doce no forno durante 45-60 minutos e corte-a.



No final, coloque todos os ingredientes na seguinte ordem: metade do recheio conservado, azeite, carne, amêijoas, molho de cataplana.





# XEREM

*Para 4 pessoas*

## INGREDIENTES

- Farinha de milho grosso 125g
- Água 500L
- Salame 100 g
- Prezzemolo 20g
- Coentro 20g
- Venda q.b
- Alho um dente



# PROCEDIMENTO



Pique o alho, as ervas e corte o salame em pedaços. Frite tudo adicionando sal.



Mergulhe a farinha de milho em água fria. Em seguida, cozinhe adicionando o sauté.



Está pronto assim que se engrossar.

# TOUCHINHO DO CEU

PARA 8 PESSOAS

## INGREDIENTES

- Água 0,200 L
- Mandorla macinata 0.300 Kg
- Açúcar em pó 0,010 Kg
- Zuccherò 0.600 Kg
- Pau de canela 0,008 Kg
- Gema de ovo 0,400 Kg
- Ovo 0,150 Kg
- Lima 0.007 Kg





# CARRIÇOS

## INGREDIENTES

- 150 g claras de ovo
- 300 g de açúcar
- 300 g de amêndoas granuladas

## Procedimento

Prepare um merengue suíço e bata-o numa batedeira até à temperatura ambiente. Embrulhe as amêndoas no merengue e deite em pequenas formas de papel. Leve ao forno a 80º/100º C, durante 1 hora e 30 minutos.



# *PRATOS SICILIANOS*





# CAPONATA

para 8 pessoas

## INGREDIENTES

- 3 beringelas
- 3 cebolas
- 75 gramas de azeitonas verdes
- 4 costelas de aipo
- 45 gramas de alcaparras
- 750 g de puré de tomate
- Açúcar a gosto
- Vinagre a gosto
- óleo vegetal a gosto



# PROCEDIMENTO



Corte as beringelas em cubos e frite-as em óleo de girassol a 180 °C até dourar



Corte a cebola em julienne, cozinhe-a numa panela com óleo de EVO durante 3-4 minutos.



Quando as cebolas estiverem prontas, adicione o vinagre e o açúcar, deixe o vinagre secar e derreter bem o açúcar, em seguida, coloque o molho de tomate com algumas folhas de louro, cozinhe o molho de tomate até ficar mais espesso.



Adicione as azeitonas e alcaparras, quando o molho estiver completamente cozido adicione a beringela e no final uma pitada de sal.



# SARDINHAS EM BECCAFICO

Para 4 pessoas

## INGREDIENTES

- Sardinha 250 gr
- Migalhas de pão 50 gr
- 1/2 laranja
- 1/2 limão
- Pinhões 25 gr
- Passas 25 gr
- Salsa a gosto
- Venda q.b.
- Pepe q.b.

# PROCEDIMENTO



Pulire le sarde dalla lisca, dalle spine e dalle squame stando attenti a non rompere la coda che servirà come decorazione.



Prepare a mistura de migalhas de pão, sumo de laranja, limão com raspas, passas e pinhões, salsa picada, sal e pimenta



Encha as sardinhas com a mistura e leve ao forno, ventilado, durante 220 ° C durante 20 minutos



# PASTA ALLA NORMA

Para 4 pessoas

## INGREDIENTES

- Penne rigate 700 gr.
- Beringelas Pretas 2
- Tomates descascados 800 gr
- Cenouras 50 gr
- Cebola Branca 80 gr
- Sedano 25 gr
- Manjeriçã 4 folhas
- Óleo de semente para fritar a gosto
- Óleo a gosto
- Venda q.b.
- Pepe q.b



# PREPARAÇÃO

## *Molho de tomate*

Faça um brunoise de cenoura, cebola e aipo



Frite os legumes em azeite



Em seguida, adicione o tomate descascado e cozinhe durante 40 minutos adicionando o manjericão. Então misture tudo



# PREPARAÇÃO

## *Beringela*



Corte as beringelas em cubos normais



E fritá-los em óleo de semente abundância a 180 °C até dourar

Adicione o sal a gosto  
Resultado final

# PREPARAZIONE

## *Pasta*



Cozinhe a massa em bastante sal  
água salgada

Escorra a massa no molho e adicione as  
beringelas



Termine o prato  
adicionando a ricota  
salgada



# CASSATA

Para 4 pessoas

## INGREDIENTES

*Pastelaria*

- Burro 150 gr
- Farina 00 250 gr
- Açúcar de congelação 400 gr
- Gemas de ovo 2
- Casca de limão e laranja a gosto

## INGREDIENTES

*Bolo de esponja*

- Farina 00 80 gr
- Açúcar granulado 80 gr
- Ovos 3
- Aroma da sua escolha a gosto
- Venda q.b.

## INGREDIENTES

*Enchimento*

- Ricota de ovelha 500 gr
  - Açúcar 230 gr
  - Batatas fritas de chocolate

# PREPARAZIONE

## *PASTA FROLLA*



1. Combine a farinha com a manteiga fria em pequenos pedaços numa batedeira ou numa batedeira planetária, certificando-se de que não sobreaquece demasiado. Desligue a batedeira e adicione o açúcar de congelação com os ovos batidos e o aroma escolhido. Continue a amassar até obtermos uma mistura homogénea.



2. Em seguida, compacte com as mãos para não desenvolver glúten, forme uma bola, enrole-a em plástico e deixe-a repousar no frigorífico.



# PREPARAZIONE

## *PAN DI SPAGNA*



1. Parta os ovos numa batedeira planetária, adicione o aroma escolhido, uma pitada de sal e incorpore o açúcar um pouco de cada vez, fazendo a máquina funcionar durante 15-20 minutos. Em seguida, adicione a farinha peneirada assim que a massa estiver limpa e espumosa



2. Em seguida, deite toda a mistura numa folha de cozedura previamente untada e farinha. Asse o bolo de esponja num forno estático a 160 °C durante 50 minutos

# PREPARAZIONE CASSATA



1. Unte a chapa de cozedura e a farinha apenas as bordas laterais, enquanto na parte inferior colocará um disco de papel assado cortado ao tamanho.



2. Achate a massa de crosta curta sobrepondo-a na chapa de cozedura criando a base, onde depois sobreporemos a camada de bolo de esponja. E também cobrir as bordas com pastelaria shortcrust



3. Obtenha camadas de bolo de esponja





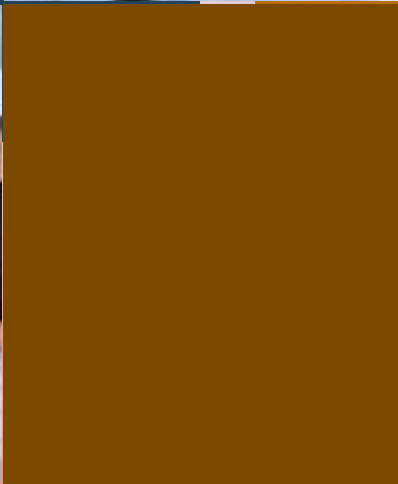
4. Prepare o recheio da cassata e, em seguida, adicione ao leite de ovelha seco ricota, açúcar e batatas fritas de chocolate. Misture a mistura tornando-a cremosa.



5. Coloque o creme sobre a camada de bolo de esponja e, em seguida, sobreponha outra camada de pasteleria de crosta curta selando tudo



6. Asse a cassata a 180 °C durante cerca de uma hora. Assim que estiver pronto, deixe-o descansar por alguns minutos e adicione um pouco de açúcar gelado.





*Bom proveito*

