

GASTRONOMIA

Sabores do Nordeste

Aprenda receitas doces e salgadas tradicionais da região para variar as refeições e as sobremesas

* Arrumadinho



Ingredientes

- * 500 g de feijão verde cozido
- * 300 g de carne de charque dessalgada e cozida
- * 2 colheres de sopa de manteiga
- * 1 cebola picada
- * 1 pimentão picado
- * 1 colher de chá de colorau
- * 1 a 2 xícaras de farinha de mandioca (a gosto)

Modo de preparo

Cozinhe o feijão verde com um pouco da carne de charque para pegar sabor. Reserve. Corte a carne de charque em pedaços menores e leve para fritar na manteiga. Acrescente a cebola e o pimentão, refogando bem. Junte o colorau e misture. Adicione a farinha aos poucos, mexendo até ficar bem incorporada com a carne. Misture essa farofa ao feijão verde já cozido. Mexa bem para que os sabores se integrem.

* Bolo de Rolo



Ingredientes

- * 3 xícaras (chá) de Sofiteli (margarina) em temperatura ambiente
- * 3 ¼ xícara (chá) de açúcar (1)
- * 9 gemas
- * 5 xícaras (chá) de farinha de trigo
- * 9 claras de ovo
- * 2 xícaras (chá) de açúcar (2)
- * 4 xícaras (chá) de goiabada cremosa

Modo de preparo

No bowl da batedeira, coloque a Sofiteli, o açúcar (1) e bata por 5 minutos ou até que vire um creme claro e aerado. Adicione as gemas uma a uma e bata até que fique homogêneo. Coloque a farinha de trigo e bata até agregar todos os ingredientes. Transfira para um bowl grande e reserve. No bowl da batedeira limpo, coloque as claras e bata até ponto de neve. Adicione no bowl reservado, misturando delicada-

mente para não perder a aeração e reserve. Utilize uma assadeira baixa, para não interferir no assamento. Coloque um tapete de silicone e adicione uma colher de massa ou o suficiente para cobrir. Espalhe bem com uma espátula, cobrindo toda a superfície, formando uma camada bem fina. Leve para assar, em forno pré-aquecido a 180°C por 3 minutos ou até começar a durar na lateral. Desenforme em uma superfície polvilhada com açúcar (2) e solte a massa delicadamente, para não quebrar. Espalhe uma camada fina de goiabada cremosa em toda superfície da massa e enrole delicadamente, como um rocambole. Repita o processo e a cada massa que assar, espalhe a goiabada e adicione ao rocambole anterior, formando um rolo grande. Retire as laterais, polvilhe açúcar por cima e sirva em seguida.



* Bobó de camarão

Ingredientes

- * 1 colher de sopa de gengibre ralado ou picado
- * 2 cebolas
- * 1 pimentão
- * 2 tomates
- * 1 xícara de coentro picado
- * 4 colheres de sopa de azeite
- * 1 xícara de leite de coco
- * 1 limão inteiro
- * Camarão: a quantidade desejada
- * Macaxeira (aipim/mandioca) em quantidade suficiente para servir e para o caldo cremoso
- * Sal a gosto
- * Pimenta calabresa a gosto (opcional)
- * Arroz branco para acompanhar (opcional)
- * Farofa ou piranga para acompanhar (opcional)

Modo de preparo

Prepare o tempero base: gengibre, cebolas, pimentão, tomates e coentro. Em uma panela, acrescente o azeite e refogue o alho (quando citado) com os temperos para liberar o aroma. Adicione o leite de coco e o limão inteiro, deixando ferver para o molho ganhar sabor. Incorpore o caldo de aipim/macaxeira ao molho. Enquanto o molho cozinha, tempere e prepare o camarão. Acrescente o camarão ao molho e cozinhe por cerca de 5 minutos, ou até ficar no ponto. Enquanto isso, bata a macaxeira no liquidificador para obter a textura cremosa desejada. Adicione a macaxeira batida ao caldo com o camarão e mexa até incorporar. Prove e ajuste o sal. Se desejar, acrescente pimenta calabresa a gosto. Dica: Acompanhe com arroz branco e farofa ou piranga.

* Cuscuz nordestino



Ingredientes

- * Meio pacotinho de milhoarina ou 2 xícaras (chá) de flocos de milho
- * 1 pitada de sal
- * 50 g de coco ralado
- * 1/2 xícara de água
- * 1/2 xícara de leite de coco

Modo de preparo

Misture todos os ingredientes secos em um recipiente. Acrescente a água e o leite de coco aos poucos, até formar uma farofa bem úmida. Deixe descansar por 5 minutos. Coloque na cuscuzeira sem amassar. Cozinhe por 15 minutos. Sirva quente com queijo coalho ou queijo mussarela em fatias.