

**Salve Jorge**  
Especialista ensina os segredos  
da culinária turca,  
que faz sucesso na novela.

PÁGINA 2



# Boa mesa

Dicas + Receitas + Histórias + Tendências + Ingredientes

## Receita danada de boa

O sanduíche com carne de sol, queijo coalho e molho de tamarindo conquistou os jurados do 2º Festival Gastronômico Danado de Bom de Cubatão e ficou com o primeiro lugar. Veja esta receita e as outras concorrentes que mostram o melhor da gastronomia nordestina na Baixada.

PÁGINA 3

FOTOS DIVULGAÇÃO





# Danado de Bom

Segunda edição de Festival Gastronômico mostrou a boa culinária nordestina da cidade de Cubatão

Cubatão realizou no fim de dezembro a segunda edição do Festival Gastronômico Danado de Bom, no qual restaurantes e bares da cidade criaram e inscreveram receitas com produtos e influências do Norte e Nordeste do País. Os três primeiros colocados foram os restaurantes Aqui no Bistrô, Tradição e Cantina Tia Jô.

Este mês será publicado pela Prefeitura o livro do 2º festival, que neste ano teve a participação dos seguintes restaurantes: Aqui no Bistrô (sanduíche de carne seca com molho de tamarindo - 1º lugar); Tradição (beiju nordestino com arroz ao pequi - 2º lugar); Cantina Tia Jô (guisado de carne de cabrito); Primor de Cubatão (arroz Danado de Bom II), Kid Restaurante Coisas Mineiras (feijão tropeiro nordestino). Sem concorrer, também participou a Cantina Sabor Solidário, no Paço Municipal (carne seca na manteiga com arroz branco e pirão de mocotó). Veja as receitas abaixo.



## Aqui no bistrô

DIVULGAÇÃO



## Sanduíche de carne seca com molho de tamarindo

**Ingredientes:** pão francês; bifes finos de carne seca; manteiga de garrafa; fatias grossas de queijo coalho. **Molho:** 1/2 cebola bem picadinha; 2 e 1/2 colheres gengibre ralado; 4 colheres (sopa) de azeite; 2 polpas (200g) tamarindo; 200g de açúcar mascavo; 4 pimentas biquinho sem as sementes e bem picadinhas; 1 xícara de água quente; salsinha (bem picadinha), sal (para equilibrar com o açúcar) e pimenta-do-reino a gosto.

**Preparo:** para o molho de tamarindo, em uma panela doure a cebola e o gengibre em azeite de oliva. Acrescente a polpa e o açúcar mascavo na mesma proporção, juntamente com a pimenta de bico, o sal e a salsinha. Acrescente água quente para afinar bem o molho, e deixe reduzir em fogo brando até conseguir o ponto desejado (pode

ser mais encorpado ou mais ralinho, dependendo do gosto de cada um). Para o sanduíche, ferva os filés de carne seca até dessalgar, sem desmanchar. Feito isso, frite-os na manteiga de garrafa e reserve. Grelhe o queijo coalho dos dois lados. Deixe bem douradinho. Monte o sanduíche no pão francês com o queijo coalho, a carne seca e uma generosa quantidade de molho de tamarindo. Sirva com mandioquinha crisp ou batata frita. Para a mandioquinha chips, descasque a mandioquinha utilizando o descascador de legumes, e fatie com cortador de legumes no sentido do comprimento. Após isso, seque-a com um pano. Aqueça o óleo em uma panela e frite a mandioquinha. Depois de frita, coloque-as sobre um papel-toalha para que fiquem sequinhas. Polvilhe com sal e alecrim e sirva.

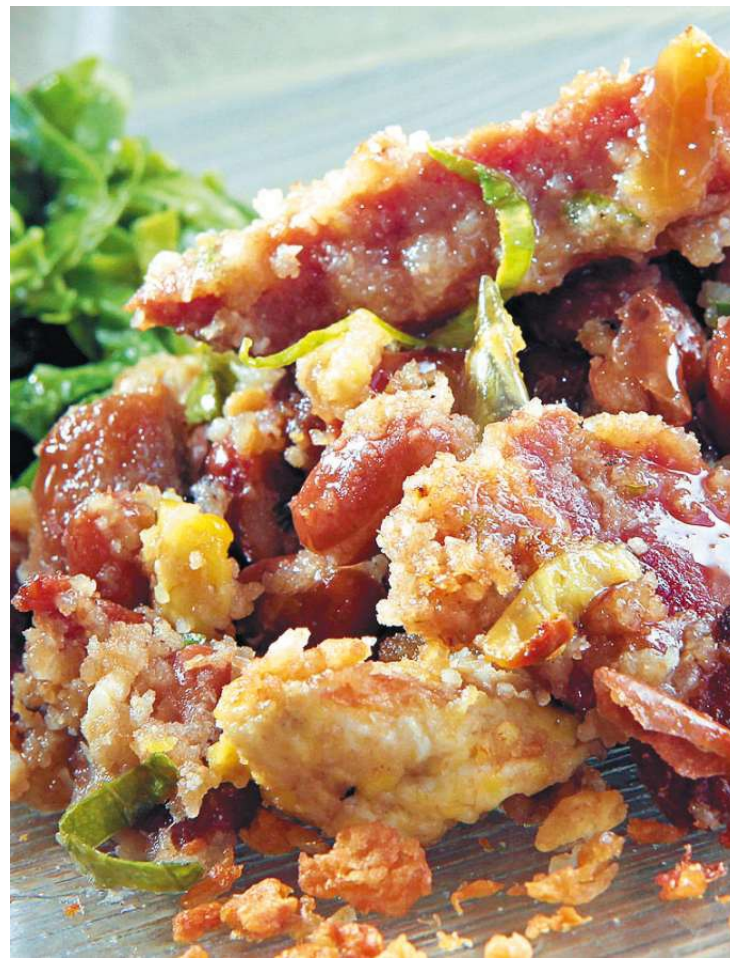
## Coisas Mineiras

### Feijão Tropeiro Nordestino

**Ingredientes:** ½ xícara de alho batido com óleo; 2 xícaras de farinha de milho; 2 xícaras de farinha de mandioca; 1/2 maço couve picada; 100g de torresmo cortados em cubos; 300g de lombo cortado em cubos; 500g de feijão de corda cozido; 100 g de bacon; 2 calabresas ou linguiças paio cortadas em rodelas; 6 ovos;

2 cebolas cortadas em rodela; sal e pimenta a gosto.

**Preparo:** cozinhe o feijão de corda (não cozinhe muito). Frite os ovos (mexidos) em separado. Frite a linguiça, o lombo e a cebola temperados e acrescente com o ovo já mexido no feijão. Acrescente as farinhas e, por último, a couve e o torresmo já frito.



## Primor

FOTOS ALEXSANDER FERRAZ



## Arroz Cubatão Danado de Bom II

**Ingredientes:** 1 kg de arroz; 1 kg de carne seca dessalgada e desfiada; 2 pimentões vermelhos cortados em cubos pequenos; 2 pimentões amarelo cortados em cubos pequenos; 2 cabeças de alho socadas; 4 cebolas médias cortadas em cubos pequenos; 1 pitada de louro em pó; 1 kg de queijão coalho cortadinho em pequenos cubos e selados na chapa; azeite a gosto; castanhas de caju, salsinha e coentro para decorar.

**Preparo:** refogue o alho, a cebola, os pimentões e o louro no azeite até que a cebola fique transparente. Acrescente a carne seca (já desfiada) e o arroz e mexa bem. Deixe fritar por aproximadamente 2 minutos, sempre mexendo. Adicione água o suficiente para cozinhar o arroz e reserve. Sele o queijo coalho, e misture com o Arroz Danado de Bom. Decore o prato com castanhas e, por último salpique a salsinha e o coentro.

## Tia Jô

### Guisado de Carne de Cabrito

**Ingredientes:** 1 kg de cabrito; 2 tomates picados; 2 cebolas picadas; 1 pimentão picado; 1/2 xícara (chá) de coentro picado; 3 colheres (sopa) de manteiga de garrafa; 3 colheres (sopa) de vinagre; 1 colher (chá) de cominho; 1/2 xícara (chá) molho de tomate; 3 colheres (sopa) creme de cebola em pó e sal a gosto.

**Preparo:** corte a carne em pedaços e lave bem. Frite a cebola na manteiga de garrafa e acrescente o alho. Junte o pimentão e refogue mais um pouco. Adicione colorau, coentro e a carne cortada e refogue



bem, até que ela fique dourada. Junte os tomates, vinagre, cominho, molho de tomate, sal e água para cozinhar. Por último, acrescente o creme de cebola e cozinhe por cerca de 45 minutos.

## Tradição

### Beiju Nordestino com Arroz ao Pequi

**Ingredientes:** **massa:** 300g de carne seca; 1/2 colher de polvilho; 1 colher (sopa) de água; 1 colher (sopa) de alho batido. **Para o creme nordestino:** 200g de batata; 1/2 colher (sopa) de manteiga; 3 colheres (sopa) de creme de leite fresco; tempero baiano a gosto. **Para o arroz:** 140 g de arroz; 1/2 colher (chá) de alho picado; pequi a gosto. Acompanha molho branco tradicional e legumes sauté: cenoura, vagem, mandioquinha e brócolis.

**Preparo:** **massa:** cozinhe e desfie a carne seca bem fininha. Após desfiá-la, acrescente 1 colher de polvilho azedo e 2 colheres (sopa) de água. Misture bem até virar uma



massa. Frite pequenos discos da massa em uma frigideira (tipo panqueca). Reserve. **Para o**

**purê:** cozinhe as batatas inteiras com casca, ao ponto de fazer purê. Após cozidas, misturar com a

manteiga e o creme de leite e fazer o purê. Deixe bem batidinho até ficar homogêneo e liso. Acrescente tempero nordestino à gosto. **Para o arroz:** cozinhe o arroz a gosto, juntamente com o pequi bem cortadinho e com o alho. Cozinhar os legumes cortados em lâminas, ao dente, deixando reservados para decorar o prato.

**Montagem:** pegue o disco feito com a carne seca e coloque no centro do prato. Recheie com o purê e dobre ao meio. Coloque o arroz ao lado do disco (já recheado). Acrescente o molho branco em cima da massa e do arroz. Decore o prato com os legumes e alho frito por cima.