

A hand holding a skewer of grilled meat over a plate of food and a glass of beer. The background is a dark teal color with a vertical orange line on the right side.

COZINHANDO COM A ASEMG

EDIÇÃO PORCO PELO MUNDO
ASEMG E CULINÁRIA DE 2



USA

Costela BBQ com batatas cozidas e fritas

Prato Principal



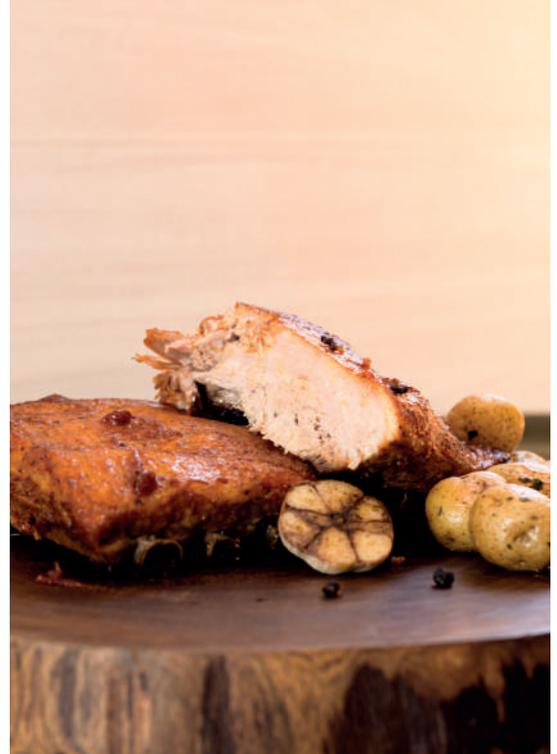


Costela BBQ com batatas cozidas e fritas - Prato Principal

Ingredientes

Costelas

- 2 KG de costela suína (tipo janela)
- 2 colheres de chá de alho em pó
- 1 colher de chá de cebola em pó
- 2 colheres de chá de colorau
- 2 colheres de chá de sal
- 1 colher de chá de pimenta preta amassada num pilão
- 1/2 colher de chá de cominho
- 1 colher de chá de pimenta ou pimenta-caiena em pó (opcional)
- 2 colheres de sopa de azeite



Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180 ° C.
2. Retire a membrana resistente que cobre a parte inferior / lado ósseo das costelas. Coloque em uma assadeira ou bandeja forrada com papel alumínio (ou papel manteiga).
3. Combine o alho em pó, a cebola em pó, a páprica, o sal, a pimenta, o cominho e a pimenta-malagueta ou pimenta de Caiena. Polvilhe o tempero sobre as costelas e regue com azeite. Passe o tempero nas costelas de ambos os lados. Coloque um pouco de água no fundo do tabuleiro. Cubra a bandeja com papel alumínio e leve ao forno por 2 horas.
4. Durante os últimos 5 minutos do tempo de cozimento, misture os ingredientes do molho.
5. Retire as costelas do forno, retire o papel alumínio e espalhe a parte superior das costelas com a mistura do molho barbecue.
6. Aumente a temperatura do forno para 240 ° C. Retorne as costelas ao forno, descobertas e asse por mais 10 minutos. Altere as configurações do forno para grelhar (ou grelhar) em fogo médio-alto para carbonizar levemente e caramelizar as bordas (cerca de 3 minutos).
7. Descanse por 10 minutos para permitir que o suco se distribua na carne antes de cortá-la.

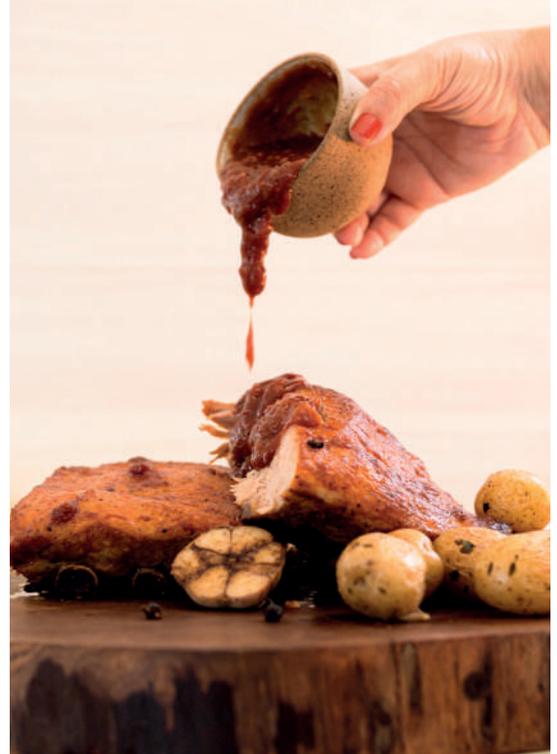


Costela BBQ com batatas cozidas e fritas - Prato Principal

Ingredientes

Molho Barbecue Clássico

- 1/4 xícara (60 ml) de cebola ralada
 - 2 colheres de sopa (30 ml) de água
 - 2 colheres de sopa (30 ml) de azeite
 - 2 xícaras (475 ml) de ketchup
 - 1/3 xícara (80 ml) de açúcar mascavo
 - 3 dentes de alho ralado
 - 1 colher de sopa (15 ml) de vinagre de maçã
 - 1 colher de sopa (15 ml) de extrato de tomate
 - 1 colher de sopa (15 ml) de molho inglês
 - 1 colher de chá (5 ml) de mostarda seca
 - 1/2 colher de chá (2,5 ml) de páprica defumada
 - 1/2 colher de chá (2,5 ml) de pimenta caiena, opcional.
- Pimenta moída na hora, a gosto



Preparo

1. Preparo do molho. Reúna os ingredientes.
2. Misture a cebola ralada e a água até formar um purê.
3. Aqueça uma panela média em fogo médio. Adicione o azeite. Quando o óleo estiver quente, coloque o purê de cebola. Cozinhe por 2 a 3 minutos.
4. Adicione o resto dos ingredientes e pimenta-caiena se usar. Misture bem e cozinhe em fogo baixo por 12 a 15 minutos.
5. Ingredientes do molho de churrasco em uma panela
6. Depois de cozido, deixe o molho esfriar até a temperatura ambiente antes de usar, cerca de 30 minutos.
7. Se for preparar o molho antes do tempo, coloque-o em um recipiente hermético e guarde na geladeira por até uma semana.
8. Sirva com batatas coradas



Costela BBQ com batatas cozidas e fritas - Prato Principal

Ingredientes

Batatas Coradas

4 batatas

½ litro de óleo para fritar

Sal a gosto

Preparo

1. Escolha batatas Asterix caso encontre e de preferência de tamanhos médio.
2. Descasque e corte as batatas em rodela de 1 cm.
3. Coloque em uma panela, cubra com água, junte 1 colher (chá) de sal e leve ao fogo alto.
4. Quando a água ferver, reduza o fogo e deixe cozinhar por mais 5 minutos, até as batatas ficarem cozidas, mas ainda firmes, sem desmanchar. O tempo pode variar conforme o tamanho da batata verifique espetando com um garfo.
5. Assim que estiverem cozidas, passe as batatas por um escurredor (ou peneira) e deixe escorrer bem a água.
6. Coloque sobre um pano de prato limpo, para que fiquem bem secas, se estiver com água na hora de fritar ela pode espirrar óleo na hora da fritura.
7. Frite em óleo quente até ficarem douradas e sirva com as costelas.





Tailândia

Curry de copa lombo suína com cuscuz e yogurte grego Tailândia



Curry de copa lombo suína com cuscuz e iogurte grego

Ingredientes

400 g Copa lombo suína cortado em pedaços de (1,5 x 1,5 cm)

1 Cebola em cubos pequenos

4 Dente de alho amassado

1 colher de sopa gengibre ralado

1 colher de café pimenta do reino moída

1 colher de café cominho

1 colher de café açafrão da terra

1 colher de café canela

½ Pimenta dedo-de-moça sem semente

1 Pimenta malagueta (opcional)

400 ml Caldo de suã

300 g Tomate sem semente e sem pele picado

2 colher de sopa salsa picada

2 colher de sopa hortelã picada

1 colher de café coentro



Preparo

1. Faça uma pasta com 2 dentes de alho, 1 colher de sopa de sal e 1 pimenta malagueta (caso tenha) e o gengibre ralado.
2. Corte o filé mignon suíno, e tempere com a pasta de alho e sal e deixe descansar por 30 minutos.
3. Aqueça o óleo vegetal em caçarola de fundo grosso. Frite a copa lombo por 2-3 minutos. Retire do prato usando uma escumadeira e reserve.
4. Frite a cebola por cinco minutos ou até ficar macia. Misture os outros 2 dentes de alho amassados e as especiarias.
5. Adicione a carne de volta ao prato, juntamente com o caldo, damascos e tomates. Tempere com sal e pimenta do reino. Deixe ferver, cubra com a tampa e cozinhe por 40 minutos hora.
6. Acrescente a hortelã e a salsa no final do cozimento.
7. Sirva ao lado de cuscuz com legumes e iogurte de estilo grego. Pode utilizar amêndoas no iogurte.

Curry de copa lombo suína com cuscuz e yogurte grego

Ingredientes

Cuscuz Marroquino

- 120 Grs Cuscuz marroquino
- 50 Grs Cenoura picadas em cubos pequenos
- 30 Grs Cebola picadas em cubos pequenos
- 20 Grs Vagem picada em rodelaas pequenas
- 50 Grs Abobrinha cubos pequenos
- 15 Grs Manteiga
- 1/2 Uni Suco de Limão
- 10 Ml Azeite
- 40 grs Damasco em cubos
- Sal e pimenta do reino a gosto



Preparo

1. Corte a abobrinha, a cenoura e a vagem em brunoise e branqueie.
2. Hidrate o cuscuz com a mesma quantidade de agua quente.
3. Em uma panela aqueça o azeite com a manteiga, doure a cebola, salteie os legumes e coloque o cuscuz hidratado. Tempere com sal, pimenta do reino e limão.
4. Caldo de suã
5. Em um panela doure bem 500 grs de suã com um fio de azeite, acrescente $\frac{1}{4}$ de uma cebola, $\frac{1}{4}$ de uma cenoura e 700 ml de agua de deixe apurar por 20 minutos. Está pronto o seu caldo.



França

Quiche de linguiça, alho-poró e queijo canastra - Minas vai a França



Quiche de linguiça, alho-poró e queijo canastra – Minas vai a França

Ingredientes

Massa

250 Grs Farinha de trigo
30 MI Água Gelada
125 Grs Manteiga
3 Grs Sal
60 Grs Ovos

Recheio

150 Grs Alho-poró picado
200 Grs Linguiça cortada em cubos pequenos
200 MI Creme de leite fresco ou nata
150 Grs Queijo canastra meia cura
2 Unid. Ovos

Preparo

Massa

1. Na batedeira coloque a farinha de trigo, o sal, junto com a manteiga, bata até formar uma farofa.
2. Acrescente os ovos e a água gelada até formar uma massa homogênea.
3. Deixe a massa descansar por 30 minutos.
4. Abra na assadeira e asse em forno pré-aquecido por 15 minutos com peso para não estufar.

Recheio

5. No liquidificador coloque o creme de leite, os ovos e a noz-moscada. Bata até formar um creme homogêneo e reserve.
6. Frite a linguiça e corte em cubos pequenos e depois refogue com o alho-poró, retire e misture com cubos pequenos de queijo canastra. Coloque na massa pré-assada e depois acrescente o creme.
7. Leve ao forno pré-aquecido, e asse por cerca de 30 minutos a 180°C.



*Receita para uma forma de 20 cm



Brasil (MG)



Lombo manteado de natal Brasil (MG)

Receita Especial de Natal





Lombo manteado de natal – Brasil (MG) – Receita Especial de Natal

Ingredientes

- 1,5 kg Lombo
- 15 Grs Sal
- 8 Grs Pimenta do reino
- 200 Grs Bacon
- 400 Grs Cogumelos paris ou Portobello
- 150 Grs Tomates *sweet grapp* cortados ao meio assados



Preparo

1. Corte os tomates ao meio e em um forno pré-aquecido a 200°C, asse os tomates com um fio de azeite e sal e pimenta do reino a gosto.
2. Em uma frigideira grande própria para forno em fogo médio, adicione 2 colheres de sopa de óleo com bacon picado e cozinhe até dourar (3-4 minutos). Adicione os cogumelos fatiados e a cebola picada e refogue por 5 minutos ou até ficar macio.
3. Tempere com 1/2 colher de chá de sal, 1/4 colher de chá de pimenta do reino, salsa picada e alho picado. Cozinhe mais um minuto mexendo sempre e depois transfira para um prato.
4. Pré-aqueça o forno a 180°C. Coloque o lombo em uma tábua de cortar com a tampa larga na tábua e a ponta pequena voltada para você. Com uma faca bem afiada, corte o lombo no sentido do comprimento até cerca de 1/2 polegada da parte inferior da carne de porco, cortando, mas não através do outro lado. Abra a carne de porco cortada como um livro. Repita o processo com cada metade, tendo o cuidado de cortar até 1/2 polegada da parte inferior da carne de porco, mas não completamente. Porco em borboleta com filme plástico; bata suavemente com um martelo de carne ou rolo de massa até obter uma espessura de 1/2 polegada.
5. Após preparar o lombo, coloque o refogado de cogumelos e bacon por toda a parte, acrescente os tomates assados e enrole. Amarre com um barbante, para não abrir. Em um frigideira bem quente, doure todos os lados. Leve ao forno pré-aquecido e asse por 60 minutos, caso tenha um termômetro de espeto, a parte interna deve estar a 62°C, isso indica que ela está assada. Transfira para uma placa de corte. Deixe a carne de porco descansar, levemente coberta com papel alumínio, por pelo menos 10 minutos. Para servir, remova os fios e corte como desejar.



Lombo manteado de natal – Brasil (MG) – Receita Especial de Natal

Ingredientes

Farofa Crocante

1 Unid. Cebola roxa

200 Grs Farinha de mandioca

1/2 Unid. Pimentão vermelho

1/2 Unid. Pimentão amarelo

1/2 Unid. Pimentão verde

150 Grs Linguiça fresca cortado em cubos pequenos

3 Unid. Dentes de alho bem picados

Q.B. Cheiro verde a gosto (salsa e cebolinha)

30 grs Manteiga

Preparo

1. Em uma frigideira, coloque a linguiça para dourar, depois acrescente, o alho, a cebola e os pimentões e deixe murchar.
2. Acrescente a farinha de mandioca e deixe dourar, finalize com a manteiga e por último o cheiro verde.





Argentina

Empanadas de paleta suína com Chimichurri



Empanadas de paleta suína com Chimichurri

Ingredientes

3 xícaras de farinha de trigo

1 gema de ovo

½ xícara de banha ou manteiga ou uma mistura de ambos

¾ a 1 xícara de leite morno

½ colher de chá de sal



Preparo

1. Misture a farinha e o sal no processador de alimentos.
2. Adicione a banha ou a manteiga, misture bem.
3. Adicione a gema e o leite em pequenas porções, pulse até começarem a formar-se pequenos torrões de massa.
4. Faça duas bolas, espalhe-as em discos e leve à geladeira por cerca de 30 minutos.
5. Sobre uma superfície levemente enfarinhada, estenda a massa até formar uma folha fina e recorte discos redondos para as empanadas (use formas redondas ou um prato pequeno).
6. Use os discos de empanada imediatamente ou guarde na geladeira ou freezer até a hora de usar.

*Massa para empanadas - faz cerca de 20 empanadas médias ou 30 pequenas

Empanadas de paleta suína com Chimichurri

Ingredientes

Recheio

- 1 kg de paleta suína corta em cubos pequenos
- 3 cebolas brancas cortadas em tiras
- 60 grs de manteiga
- 20 grs de sal
- 5 grs de pimenta do reino moída
- 15 grs de alho socado
- 2 grs de cominho
- 3 grs de páprica picante (opcional)
- 1 gr de noz-moscada
- 100 ml de vinho tinto
- Salsa picada a gosto
- Cebolinha com a parte branca picada a gosto
- 100 grs de ameixas seca cortada em tiras
- 200 grs de queijo provolone ralado



Preparo

1. Corte a paleta em cubos de 1,5 x 1,5 cm, tempere com sal, pimenta do reino, cominho, páprica picante, a noz-moscada e o vinho, e deixe marinar por umas duas horas.
2. Em uma panela bem aquecida vá fritando a carne até dourar e vá pingando água e limpando o fundo da panela, quando estiver frita, acrescente as cebolas picadas e deixe murchar bem, acrescente as ameixas picadas, coloque a manteiga e deixe o recheio cremoso. Corrija o sal e a pimenta, finalize com salsa e cebolinha picadas. Reserve e deixe esfriar.

Montagem

3. Abra a massa em discos de 10 a 12 cm, coloque um pouco de recheio de paleta com ameixas e um pouco de provolone ralado. Passe clara de ovo nas bordas, feche e faça as dobras. Pincele gema de ovo e leve a forno pré-aquecido a 200°C por 20 minutos ou até estarem douradas. Sirva com o *chimichurri*.



Empanadas de paleta suína com Chimichurri

Ingredientes

Chimichurri

½ xícara de salsa

2 colheres de sopa de orégano fresco picado

4 dentes de alho amassados

½ xícara de cebola verde finamente cortada em cubos ou picada

1 pimenta dedo-de-moça pequena sem semente, cortada em cubos bem pequenos

2 colheres de sopa de vinagre de vinho tinto

1 colher de sopa de suco de limão fresco

½ xícara de azeite

Sal e pimenta a gosto

Ervas adicionais com base no seu gosto: tomilho, manjeriço, coentro, etc.

Preparo

1. Combine todos os ingredientes em uma tigela média e misture bem.
2. O chimichurri pode ser feito com antecedência, mas deve ser mantido refrigerado e é melhor ser usado dentro de 24-48 horas.





Índia

Satay de pernil com chutney picante



Satay de pernil com chutney picante - Índia

Ingredientes

1 kg de pernil cortado em cubos de 2 cm

Marinada

240 ml de *buttermilk*
(240 ml de leite + 15 ml de vinagre de álcool),
misture e espere 15 minutos

120 grs cebola picada

2 dentes de alho picados

30 ml de suco de limão

30 ml de molho shoyo

15 grs de açúcar mascavo

10 ml de Tabasco ou outro molho de pimenta

1 colher de sopa / 15 ml de óleo vegetal

10 grs de sal



Preparo

1. Bata tudo no liquidificador até ficar homogêneo e coloque em um saco plástico com o cubos de pernil. Deixe marinar por pelo menos 2 horas ou durante a noite.
2. Passe a carne de porco em espetos e grelhe na frigideira ou na churrasqueira por 8 a 10 minutos, virando ocasionalmente até ficar pronta. Se usar espetos de bambu, deixe-os de molho em água por uma hora para evitar queimaduras.

Satay de pernil com chutney picante - Índia

Ingredientes

Molho Ponzu

120 ml Molho shoyu

120 ml Suco de laranja coado

1 unid. Raspas de limão

1 colher sopa amido de milho

2 colher sopa cachaça

1 colher sopa mel ou açúcar mascavo



Preparo

1. Em uma panela misture, o molho shoyu, o suco de laranja coado, as raspas de limão, a cachaça, o açúcar e o amido de milho.
2. Leve ao fogo médio por 5 minutos, e está pronto.

Chutney de Coentro (Receita bônus)

1 molho de coentro fresco

3 cebolinhas com a parte branca

2 pimentas jalapeño ou pimenta serrano

1/2 colher de chá de sal

1/3 xícara de azeite

Preparo

Bata tudo no processador ou repique as folhas de coentro e cebolinha, cortes as pimentas em cubos bem pequenos (praticamente repicada), junte o azeite e o sal.



México

Taco de barriga de porco com tortilla de farinha de mandioca



Taco de barriga de porco com tortilla de farinha de mandioca

Ingredientes

80 grs Cebola em cubos pequenos

5 grs Alho pasta

120 grs tomate sem pele e sem semente

1 folha Louro

50 grs Vinho branco (ou cachaça)

20 grs óleo

15 grs Coentro

40 grs Extrato de tomate

15 grs Cebolinha

10 grs Sal

1 kg Barriga marinada em cubos médios (faça uma marinada com 2 talos de salsão, 1 cebola roxa, 1 cenoura, suco de 1 laranja, 200 ml de água e 200 ml de vinagre, 1 colher de sopa de mel, 1 colher de sopa de sal) deixe marinar por 12 horas na geladeira



Preparo

1. Em uma panela coloque o óleo e sele os cubos de barriga de porco, retire do fogo e reserve. Na mesma panela refogue a cebola e o louro, adicione a pasta de alho e refogue mais um pouco;
2. Na mesma frigideira que foi selada a barriga, refogue a cebola e o louro, adicione a pasta de alho e refogue mais um pouco.
3. Adicione a barriga selada e deglanceie com vinho branco, adicione o tomate pelado, o extrato de tomate, o sal e a cebolinha. Tampe e deixe cozinhar até que a carne esteja cozida e macia;
4. Depois que a carne estiver macia, corte em cubinhos e retirando a pele, volte para a panela e envolva com refogado. Reserve.



Taco de barriga de porco com tortilla de farinha de mandioca

Ingredientes

Tortillas de mandioca

300 grs de farinha de mandioca bem fina

300 ml de água

5 ml de óleo de soja

2 grs de sal

Preparo

1. Misture tudo em um *bowl* e depois trabalhe a massa até ficar homogênea. Você pode abrir em um cilindro ou no rolo de massa.
2. Corte em discos de 10 a 12 cm e passe pela frigideira dourando dos 2 lados. Retire de frigideira e coloque em uma panela ou pote com tampa para ela ficar maleável.
3. Recheie as tortillas com o recheio da barriga suína e finalize com cebola roxa em tiras e folhas de coentro.





Turquia

Shawarma com file mignon suíno

Petisco



Shawarma com file mignon suíno

Ingredientes

1/2 colher sopa azeite de oliva extra virgem

Suco de 1 limão

3 dentes de alho picados

2 colheres de chá sal

1 colher de chá cominho em pó

1 colher de chá coentro em pó

1/2 colher de chá pimenta do reino moída na hora

1/2 colher de chá açafreão moído

1/4 colher de chá canela em pó

1/4 colher de chá Pimenta-caiena

1 kg de file mignon suíno cortado em bifes de 2 cm

Molho de yogurt

1/2 colher sopa iogurte grego

Suco de 1/2 limão

1 Colher de Sopa de azeite de oliva extra virgem

2 dentes de alho esmagados e picados

Sal a gosto

Pitada de flocos de pimenta calabresa a gosto



Preparo

1. Em um saco plástico junte o óleo, o suco de limão, o alho e os temperos. Adicione o file mignon suíno e misture bem. Cubra e leve à geladeira por pelo menos 2 horas e até durante a noite.
2. Em uma frigideira aquecida coloque um pouco de azeite e sele as tiras de file mignon suíno, até estarem cozidas e suculentas.
3. Enquanto isso, faça o molho de iogurte: em uma tigela pequena, misture o iogurte, o suco de limão, o azeite e o alho. Tempere com sal e uma pitada de flocos de pimenta calabresa. Para servir com o pão folha ou rap 10, cubra a superfície já aquecida com o file mignon suíno, cebola roxa cortada e tiras finas, alface, tomate, pepino ou pickles e molho de iogurte. Enrole firme e sirva.

Para servir

Pão folha ou Rap 10 aquecido | Cebola roxa cortada em tiras finas

Alface picada | Tomate cereja, dividido pela metade

Pepino em fatias finas ou pickles de pepino



Ficha Técnica

João Carlos Bretas Leite

Presidente ASEMG

Bianca Costa

Gerente executiva ASEMG

Paula Granja

Assessora de comunicação ASEMG

Ana Clara Parreiras

Estagiária de comunicação

Chef Fagner Rodrigues (Culinária de 2)

Criação de Receitas

Caroline Mesquita (Culinária de 2)

Food Styling

Ryan Pascoal (Ilustrar Produtora de Vídeo)

Fotografia e vídeo

Christiane Souza

Projeto gráfico e diagramação

