



**COZINHANDO
COM A ASEMG**



MEDALHÃO DE FILEÉ MIGNON SUÍNO COM BACON

Acompanha purê de batata +
ervilha + molho BBQ de goiabada



Medalhão de file mignon suíno

INGREDIENTES

400 grs de file mignon
150 grs de bacon fatiado
15 grs de alho batido
10 grs de sal
Pimenta do reino a gosto
30 ml de cachaça

PREPARO

Tempere o filé mignon suíno com sal, alho batido ou amassado, pimenta do reino a gosto e a cachaça, deixe descansar 1 hora. Retire o file do tempero e seque com um papel toalha. Sobre uma bancada estique um plástico filme e coloque as fatias de bacon e depois o filé temperado. Enrole com o papel filme e deixe na geladeira por 30 minutos para firmar, enquanto isso faça o molho e o purê de batatas.

Purê de batatas

300 grs de batata Asterix
50 grs de manteiga
100 ml de leite
50 grs de queijo canastra curado
Sal a gosto
Noz-moscada a gosto
(mas fará toda a diferença)

Descasque as batatas e cozinhe até ficarem bem macias. Amasse em um amassador de batatas ou em um panela com um fouet. Em uma panela coloque o leite e a manteiga para aquecer e acrescente as batatas amassadas e misture bem, acrescente o queijo canastra e tempere com sal e noz moscada. 30 grs de ervilha, para finalizar

Molho BBQ de goiabada

150 grs de goiabada derretida com 100 ml de água
50 g de cebola picada
60 g massa de tomate
10 g Alho ralado
150 g de catchup
180 ml de vinagre
60 ml de molho inglês
3 g de pimenta do reino preta
80 g de açúcar mascavo
4 g de sal
5 ml de tabasco

Corte a goiabada em cubos pequenos e coloque em uma panela com água e aqueça até derreter a goiabada. Acrescente todos os ingredientes restantes e volte ao fogo para dar ponto de molho.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.





**TORRESMO DE
ROLO COM
EMULSÃO DE
LIMÃO CAPETA**



Torresmo

INGREDIENTES

1 kg de barriga de porco
15 grs de alho amassado
22 grs de sal
4 grs de páprica doce
1 limão tahiti (Suco)
15 ml de azeite
Barbante para amarrar

PREPARO

Tempere a barriga com sal, alho, páprica e o suco de limão. Com as duas mãos, enrole firme e amarre com barbante. Leve a airfryer em temperatura média por 1:30. Passe azeite na barriga e aumente a temperatura para o máximo e deixe por 15 minutos ou até pururucar a pele.

Emulsão de limão capeta

40 ml de suco de limão
120 ml de azeite
Sal e pimenta do reino a gosto
15 grs de mostarda

Em um vidro com tampa, coloque todos os ingredientes, feche e balance até formar uma emulsão espessa. Sirva junto com o torresmo.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.





**PULLED PORK
COM COLESLAW**



Paleta

INGREDIENTES

1 kg de paleta suína
10 grs de páprica defumada
2 grs de cominho moído
5 grs de pimenta do reino
30 grs de açúcar mascavo
20 grs de sal
300 ml de cerveja red lager
200 ml de molho bbq de sua preferência

PREPARO

Corte a paleta em pedaços e misture todos os temperos e esfregue sobre os pedaços. Coloque a carne de porco em um tabuleiro e acrescente a cerveja. Cubra com papel alumínio e cozinhe no forno a 150°C por 4 horas até desmanchar. Verifique a cada poucas horas caso fique seco – se isso acontecer, adicione mais um pouco de cerveja. Retire do forno e coloque a carne em uma travessa grande, deixando o líquido na assadeira. Corte a pele e desfie a carne com dois garfos. Livre-se de qualquer pedaço de gordura e retire o excesso de gordura da superfície do molho. Adicione o molho bbq, misture e, em seguida, coloque um pouco em uma tigela para misturar. Coloque a carne de porco desfiada de volta na caçarola com os sucos para que fique úmida. Tempere a gosto. Pode ser feito um dia antes.

Coleslaw

200 grs de repolho roxo
100 grs de cenoura
50 ml de creme de leite
50 grs de maionese
10 ml de suco de limão
Sal e pimenta do reino a gosto

Corte o repolho finamente, rale a cenoura. Em um bowl misture o repolho, a cenoura, a maionese, o creme de leite, o suco de limão e tempere a gosto com sal e pimenta do reino.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.



Sirva em pães de brioche ou outro de sua preferência com salada de repolho



COPA LOMBO DEFUMADA

Acompanha brócolis na
manteiga + purê de
abobora com gengibre



Copa lombo

INGREDIENTES

1 Kg de copa lombo
20 grs de sal
10 grs de alho
2 grs de pimenta do reino
1 grs de cominho
4 grs de páprica
15 grs de mostarda

PREPARO

Tempere a copa lombo e amarre com barbante para manter o formato redondo. Em uma churrasqueira de bolinha, coloque o carvão e acenda o fogo, quando o fogo estiver pegado, acrescente lascas ou pedaço de lenha frutífera, como macieira, noz pecan, coloque a grelha e a copa por cima e tampe. Controle a fumaça e deixe cozinhar por 1:30 horas, depois embrulhe em papel alumínio e deixe mais 1 hora.

Coleslaw

150 grs de brócolis
10 grs de alho
30 grs de manteiga

Lave os brócolis e corte em arvores pequenas. Em uma panela com água fervendo coloque os brócolis cortados e deixe cozinhar por 2 minutos, retire e coloque na água gelada. Escorra e reserve.

Abóbora

300 grs de abóbora
15 grs de gengibre ralado
50 grs de manteiga

Cozinhe a abóbora até ficar bem macia. Em uma panela derreta a manteiga, acrescente o gengibre, e depois a abóbora cozida. Misture bem e tempere com sal e pimenta do reino a gosto.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.





PRIME RIB SUÍNO DIRETO NA BRASA

Acompanha Maionese +
Salada De Folhas + Molho De
Limão Siciliano



Prime Rib suíno

INGREDIENTES

400 grs de prime rib suíno
(2 peças de 200 grs)
20 grs de sal
Pimenta do reino a gosto
5 grs de páprica
15 ml de azeite
6 ramos de alecrim

PREPARO

Tempere os primes e reserve.
Organize a brasa de forma reta, faça a cama de alecrim e coloque o prime rib.
Deixe dourar por 5 a 6 minutos de cada lado e sirva.

Maionese

150 grs de batata Asterix
100 grs de cenoura
80 grs de abobrinha
5 grs de salsa picada
150 grs de maionese
Sal e pimenta do reino a gosto

Corte as batatas e a cenouras no mesmo tamanho. Cozinhe separadas em água fervendo até estarem ao dente. Corte a abobrinha sem o miolo. Pique a salsa finamente. Em um bowl misture todos os legumes, tempere com sal e pimenta do reino. E vá acrescentando a maionese.

Salada de folhas e molho de limão

Mini alface
Mini rúcula
Mini agrião
25 ml de suco de limão siciliano
75 ml de Azeite
Sal
Pimenta do reino a gosto

Lave as folhas de alface, rúcula, agrião e misture. Faça o molho em um vidro para poder emulsionar. Misture o suco de limão e o azeite e tempere com sal e pimenta do reino. Balance bem para emulsionar e pronto.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.





CHORIPAN DE LINGUIÇA DE PERNIL

Acompanha chimichurri
e vinagrete



Chimichurri

INGREDIENTES

1 molho de salsa
1/2 molho de cebolinha
1/2 molho de manjericão
10 folhas de hortelã
10 ramos de tomilho
(só as folhas)
1 limão tahiti (raspas)
80 ml de azeite

PREPARO

Pique a salsa, a cebolinha, o manjericão, as folhas de hortelã, as folhas de tomilho, finamente. Em um bowl coloque a folhas picada, raspas e suco de 1/2 limão, acrescente 80 ml de azeite e tempere com sal e pimenta do reino a gosto.

Vinagrete

1 tomate Andreia
1/2 cebola roxa
1 pimenta de cheiro
1 limão tahiti (suco)
30 ml de azeite

Corte o tomate em cubos pequenos sem semente, corte a cebola roxa e a pimenta de cheiro em cubos pequenos, misture e tempere com sal, pimenta do reino suco de 1/2 limão e 30 ml de azeite.

Linguiça de pernil

300 grs de linguiça de pernil
1 baguete ou 2 pães franceses compridos

Leve a linguiça a grelha da churrasqueira e grelhe dos dois lados. Depois corte a linguiça ao meio e grelhe o interior.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.



Sirva num pão tostado na churrasqueira a linguiça aberta, o vinagrete e o chimichurri.



FRALDINHA SUÍNA

Milho tostado e cogumelos portobello



INGREDIENTES

300 grs de fraldinha suína
8 grs de alho
8 grs de sal
Pimenta do reino a gosto
1 espiga de milho cozida
100 grs de cogumelos
Portobello
30 grs de queijo canastra
curado
15 grs de manteiga

PREPARO

Tempere a fraldinha com sal, alho e pimenta do reino e deixe descansar 15 minutos. Cozinhe o milho até ficar bem macio. Na grelha ou frigideira bem quente, leve a fraldinha temperada para grelhar por 5 minutos de cada lado. Leve o milho para churrasqueira passando manteiga derretida sobre ele. Limpe os cogumelos e passe um fio de azeite, tempere com sal e pimenta do reino e leve a brasa para grelhar ou em uma frigideira. Use como finalização do prato. Em uma frigideira de ferro sirva a fraldinha fatiada, os cogumelos e o milho. Finalize o milho com queijo canastra.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.





PICANHA SUÍNA GRELHADA

Arroz com alho frito +
molho de mostarda e mel



Picanha Suína

INGREDIENTES

2 bifés de picanha suína de 200 grs cada
10 grs de sal
5 grs de alho batido
1 grs de pimenta do reino
1 grs de cominho
2 grs de páprica

PREPARO

Tempere os bifés de porco com sal e asse na churrasqueira até ficarem dourados dos dois lados. Retire do fogo e deixe descansar por 5 minutos antes de servir.

Arroz com alho frito

120 grs de arroz
10 dentes de alho cortado em lâminas
230 ml de água fervendo
5 grs de sal
30 ml óleo de soja
30 grs de cebola ralada

Em uma panela coloque o óleo e o alho em fogo baixo, quando o alho estiver dourado retire e coloque em um papel toalha. Na mesma panela coloque a cebola ralada e o arroz e de uma leve mexida, acrescente a água fervendo e depois o sal. Tampe a panela e deixe a água secar. No final misture o alho dourado.

Molho de Mostarda e Mel

15 ml de azeite
50 grs de cebola ralada
120 ml de molho de shoyu
60 grs de mel
2-3 dentes de alho esmagados
30 ml de suco de limão
50 grs de mostarda escura
2 grs de pimenta calabresa

Em uma panela aqueça o azeite, depois acrescente a cebola ralada e o alho e deixe dourar. Acrescente o shoyu, o mel, a mostarda, a pimenta calabresa e o suco de limão. Prove e ajuste como preferir.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.





COSTELA SUÍNA COM MOLHO AGRIDOCE



Costela Suína

INGREDIENTES

1 kg de costela suína janela
15 grs de alho batido
20 grs de sal
10 grs de açúcar mascavo
30 ml de vinagre
2 grs de pimenta calabresa
50 grs de cebola ralada
10 grs de gengibre ralado

PREPARO

Retire a membrana da parte de baixo da costela. Misture todos os temperos e passe por todos os lados da costela. Embrulhe a costela temperada em papel alumínio ou plástico para churrasqueira (lembrando que também pode ser feito no forno). Deixe assar na parte de cima da churrasqueira por 1:30 hs, depois desembulhe e desça para aparte de baixo para pegar cor.

Molho agridoce

120 grs de arroz
10 dentes de alho cortado
em lâminas
230 ml de água fervendo
5 grs de sal
30 ml óleo de soja
30 grs de cebola ralada

Em uma panela coloque o óleo e o alho em fogo baixo, quando o alho estiver dourado retire e coloque em um papel toalha. Na mesma panela coloque a cebola ralada e o arroz e de uma leve mexida, acrescente a água fervendo e depois o sal. Tampe a panela e deixe a água secar. No final misture o alho dourado.

Clique e acesse o vídeo da
receita em nosso canal no
Youtube.



Sirva com o molho agridoce
e cebolinha de raiz.



LEITÃO DE NATAL

Acompanha Farofa de manteiga, cebola e alho



Leitão

INGREDIENTES

Leitão de 6 kg
10 dentes de alho amassados
5 grs de pimenta do reino
5 ramos de tomilho
4 ramos de alecrim
4 grs de coentro em grãos
800 grs de sal
8 litros de água

PREPARO

Faça uma salmoura com todos os ingredientes em um saco plástico e coloque o leitão e deixe marinar por 3 horas. Retire da salmoura e seque com papel toalha. Leve à forno pré-aquecido por 170° c até que a pele esteja dourada e crocante.

Farofa

200 grs de cebola branca ralada
20 grs de alho ralado
100 grs de manteiga
200 grs de farinha panko

Em uma frigideira coloque a manteiga, a cebola ralada e o alho ralado, deixe dourar por 5 minutos, acrescente a farinha panko e vá mexendo até dourar.

Clique e acesse o vídeo da receita em nosso canal no Youtube.



Sirva com a farofa de cebola, salada e arroz branco

Ficha técnica

PRESIDENTE ASEMG

João Carlos Bretas Leite

GERENTE EXECUTIVA ASEMG

Bianca Costa

ASSESSORA DE COMUNICAÇÃO ASEMG

Paula Granja

DIREÇÃO DE ARTE

Guilherme Zolio

Ana Clara Parreiras

PRODUÇÃO

CRIAÇÃO DAS RECEITAS

Chef Fagner Rodrigues (Culinária de 2)

FOOD STYLING

Caroline Mesquita
(Culinária de 2)

FOTOGRAFIA

Equipe HB Audiovisual

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Agência Ápice

