

# À MESA COM CHEF LÍGIA SANTOS

26 DE OUTUBRO DE 2012  
RESTAURANTE DA REGIÃO SUL DA OE



## AS RECEITAS



ORDEM  
DOS ENGENHEIROS  
REGIÃO SUL



## *Trouxa de chèvre com compota de cebola roxa*

(1 pessoa)

### Compota

50g Cebola roxa  
1/2 Cardamomo  
3g azeite  
25 ml Vinho do porto  
5 ml vinagre balsâmico  
3g açúcar mascavado  
1g Flor de sal  
1 raminho de tomilho

Abrir o cardamomo e retirar as suas sementes. Torrá-las numa frigideira. Reservar.

Cortar a cebola em rodela finas. Aquecer um sauté com o azeite e juntar a cebola em lume baixo e cozinhar até amaciaem. Juntar o açúcar, as sementes de cardamomo e deixar caramelizar. Adicionar o vinho do porto. Cozinhar lentamente até formar uma compota. Temperar com flor de sal e decorar com tomilho limão.

### Trouxa

3 quadrados (10cm x 10 cm) de Massa filo  
25g Queijo Chèvre  
1 Tira Alho francês (parte verde)  
10g manteiga com sal

Bringir a tira verde do alho francês. Passar rapidamente por água fria e reservar.

Retirar a casca ao queijo e cortá-lo em cubos.

Derreter a manteiga e com ela pincelar a massa filo. Sobrepor os três quadrados. No centro do último quadrado colocar o queijo e fechar em forma de trouxa com a tira de alho francês. Levar a forno pré aquecido a 180°C durante aproximadamente 20 minutos.

*Servir uma trouxa em cima da compota com uma haste de tomilho, por pessoa.*

## *Risotto de farinha minhoto com maçã reineta*

(1 pessoa)

65g Arroz Arbório  
50g cebola  
25ml vinho branco seco  
200ml caldo de vegetais morno (quantidade aproximada)  
6g Azeite  
60g Farinha  
90g Maçã Reineta  
5g Sal marinho  
15g manteiga com sal

15g Queijo parmesão  
10g Manjeriço biológico fresco  
¼ limão

Retirar a pele à farinha e cortá-la em cubos.

Descascar maçã e cortá-la em brunesa, reservar. Colocar sumo de limão na maçã para não oxidar.

Fazer um refogado com a cebola picada e o azeite. Adicionar o arroz e envolver bem no refogado. Juntar o vinho e deixar evaporar. Adicionar o caldo aos poucos, mexendo para o arroz ficar cremoso. Passados 10 minutos da cozedura do arroz incorporar a farinha e continuar a mexer e juntar caldo. Temperar com sal. Juntar a maçã e envolver bem durante 2 minutos. Neste momento o arroz deve estar cremoso e *al dente* (aprox. 20 minutos). Retificar os temperos. Misturar o manjeriço grosseiramente picado e retirar do tacho do lume. Envolver a manteiga e o parmesão ralado.

*Servir em prato fundo com uma haste de manjeriço em cima.*

### *Tatin de abacaxi com gelado de nata, hortelã da ribeira e pimenta rosa* (1 pessoa)

80g de Abacaxi  
15g açúcar  
5g manteiga  
1/4 pau de canela  
20g massa folhada  
6 Groselhas  
2 Mirtilos  
1 Framboesa  
3 Rebentos de Hortelã da Ribeira  
1 bola de gelado de nata  
8 sementes de pimenta rosa moída em almofariz

Ligar o forno a 200°C.

Estender a massa folhada numa superfície enfarinhada e com o auxílio da forma e de um rolo da massa, cortá-la em dose individual. (A forma deverá ter um diâmetro aproximado de 8 cm)

Descascar o abacaxi e laminar.

Aquecer uma frigideira com açúcar e o pau de canela e deixar caramelizar. Juntar a manteiga. Adicionar o abacaxi. Colocar o preparado na forma de tarte e tapar com a massa folhada cortada. Picar com um garfo e levar ao forno durante aproximadamente 15 minutos. Desenformar as tartes ainda mornas e servir com abacaxi laminado. Sirva o gelado em cima da tarte. Decorar com os frutos vermelhos e a hortelã. Polvilhar a tarte e o prato com a pimenta rosa.