Sabores Ajinomoto

Dicas da vovó

Introdução

Nossas avós são de uma geração que cresceu na cozinha e por isso têm muitos segredos sobre esse assunto para nos contar. Neste ebook, nos inspiramos no amor das nossas avós pela culinária para trazer para você dicas de como facilitar a sua vida na hora de colocar a mão na massa.

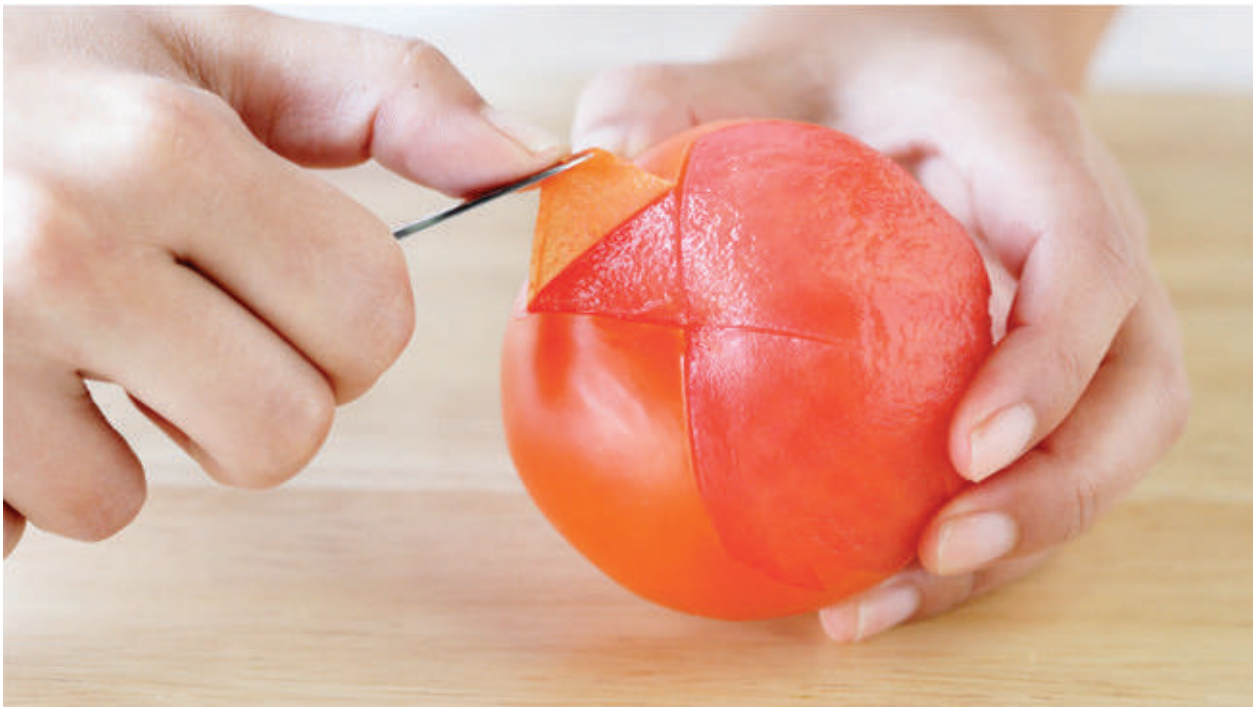
Dica 1

Cortes pequenos (bifes, medalhões, escalopes, cubos médios e grandes) que serão grelhados ou selados, devem ser temperados com sal apenas depois que estiverem prontos. O sal desidrata e deixa a carne mais seca, fazendo que ela perca a suculência e a maciez.

Se você for selar a carne, utilize uma frigideira muito quente com pouco óleo para que ela não grude. Vire o bife apenas uma vez e utilize sempre um pegador, assim você não vai precisar espetá-lo com um garfo e perder sucos.

Dica 2

Para retirar a pela do tomate, faça um corte superficial em forma de X na parte inferior do tomate. Coloque na água fervente por 30 segundos e, em seguida, mergulhe em água com gelo. A pele vai sair praticamente sozinha, com muita facilidade. Se for necessário, use uma faca de legumes para auxiliar.



Dica 3

Você sabia que pode desfiar o frango no liquidificador ou no processador e economizar um tempão na cozinha?

Dica 4

Se você estiver fazendo molho branco e ele empelotar, uma boa maneira de desfazer o erro é passá-lo na peneira ou batê-lo no liquidificador.

Dica 5

Para deixar o seu bacon crocante, basta deixá-lo no microondas por apenas 5 minutos. Assim, você pode quebrá-lo em pedacinhos e incrementar suas massas ou saladas.

Dica 6

Sabe um jeito de descascar alho sem deixar as mãos grudentas e com cheiro forte? Você pode colocá-lo por 20 segundos no micro-ondas, já com os dentes separados. Em seguida, as cascas sairão sem que você precise fazer esforço algum.

Outra ideia é colocar os dentes em um pote fechado e balançar bastante até que as cascas saiam.

Se você optar pelo método tradicional de descascar, lave as mãos por 15 segundos em água corrente sem esfregar e o cheiro vai sumir!

Dica 7

Para fazer um purê você não precisa descascar as batatas: passe-as pelo espremedor e a casca vai ficar inteira no fundo do recipiente! Ah, e para que ele fique bem lisinho, sem grumos e sem pedaços, as batatas devem ser espremidas ainda quentes.

Dica 8

Para fazer um bom risoto, você precisa mexê-lo sem parar e em fogo alto, assim, será liberada maior quantidade de amido, o que tornará o risoto mais cremoso e com grãos inteiros.

Outra dica super importante é utilizar caldos em pó que contém menos gordura e dissolvem mais rápido ou caldos caseiros.

Dica 9

Na hora de escolher as frutas para seus sucos, selecione aquelas com a casca lisinha e brilhante, sem estar enrugada e macias ao toque.

Dica 10

Coloque uma fava de baunilha no seu pote de açúcar e tenha um açúcar aromatizado com um sabor todo especial!

Você também pode utilizar raspas secas de cítricos (limão, laranja, tangerina), ramos de alecrim, lavanda, hortelã ou canela, gengibre e cravo em pó. Aproveite!

Dica 11

Sempre que utilizar cogumelos em suas receitas lembre-se de não lavá-los, pois como são esponjas absorvem a água.

Eles devem ser apenas limpos com papel toalha. Esfregue bem até toda a terra ser eliminada.

Dica 12

Uma dose de cachaça e sua feijoada vai ficar com um gostinho misterioso e especial!

Dica 13

Aproveite as ervas que estão dando sopa na sua geladeira e faça um azeite aromatizado: bata tudo no liquidificador e armanzene em potes de vidro tampados!

Dica 14

Quando for fazer bolo, unte sua forma com manteiga e depois passe açúcar refinado com canela, dessa forma, o bolo ficará com uma crostinha gostosa.

Dica 15

Se você bater ovos em temperatura ambiente eles vão subir muito mais!

Dica 16

Sabia que se você fizer seu molho de salada no mixer ou no liquidificador ele vai ficar muito mais cremoso?

Dica 17

Ao invés de colocar açúcar, acrescente um ou dois dentes de alho inteiros em seu molho de tomate e ele ficará bem menos ácido.

Se quiser, substitua o alho por um pedaço de cenoura ou uma colher (chá) de AJINO-MOTO para cada quilo de molho, excluindo o açúcar da preparação, deixando-a menos adocicada e mais saborosa.

Dica 18

Congele em formas de gelo um vinho que sobrou e utilize-o depois em suas receitas! É uma boa economia.

Dica 19

Sabia que as batatas ficam muito mais crocantes se você - antes de fritá-las - secar com papel toalha e deixá-las na geladeira?

Dica 20

Seu pudim vai ficar muito mais cremoso e sem furinhos se você assá-lo em em temperatura baixíssima!

Dica 21

Sempre que for fazer um bolo, passe a farinha de trigo duas vezes pela peneira! Seu bolo vai ficar muito mais fofinho!

Receitas

Pudim

Ingredientes
Calda:
meia xícara (chá) de água
1 xícara (chá) de açúcar
Pudim:
4 ovos
1 lata de leite condensado
1 lata de leite integral
Queijo parmesão a gosto (opcional)

Modo de Preparo
1. Calda: em uma panela, leve a água para ferver. Em outra panela, coloque o açúcar e, em fogo baixo, espere até que comece a caramelizar. Mexa de vez em quando para não queimar. Acrescente a água fervente aos poucos, com cuidado, e despeje na forma do pudim.
2. Em um liquidificador, bata bem todos os ingredientes do pudim. Despeje na forma e leve para assar em banho-maria no forno com a temperatura baixa por 30-40 minutos ou até que ele fique firme.
3. Retire do forno e leve para gelar por pelo menos 5 horas.

Rendimento: 10 porções
Tempo de Preparo: 45 minutos
Dificuldade: Fácil

Filés da mamãe

Ingredientes
Filés:
2 colheres (chá) de SABOR A MI® Alho & Sal
3 colheres (sopa) de margarina sem sal
1 kg de filés de peito de frango limpos
Molho:
2 colheres (sopa) de margarina sem sal
10 fatias de bacon picadas
1 cebola média picada
4 tomates maduros, sem pele e sem sementes, picados
1 xícara (chá) de água
1 e meia colher (chá) de SABOR A MI® Alho & Sal
1 vidro pequeno de cogumelos cortados ao meio
1 lata de creme de leite

Modo de Preparo
1. Em uma tigela média, misture o SABOR A MI® e a margarina, e distribua pelos dois lados dos filés. Deixe tomar gosto por 10 minutos.
2. Aqueça uma frigideira e frite-os em fogo alto por 3 minutos de cada lado, ou até dourar. Reserve aquecidos.
3. Prepare o molho: em uma panela média, coloque a margarina e leve ao fogo alto para derreter. Junte o bacon e a cebola, e refogue por 5 minutos, ou até dourar.
4. Acrescente os tomates, a água e o SABOR A MI®, e deixe cozinhar em fogo médio, com a panela semitampada, por 15 minutos.
Adicione o cogumelo e o creme de leite, misture rapidamente e retire do fogo.
5. Disponha os filés em uma travessa, regue com o molho e sirva em seguida.

Rendimento: 10 porções
Tempo de Preparo: 40 minutos
Dificuldade: Fácil

Maminha recheada

Ingredientes
Carne:
1 pedaço de maminha de 1 kg
1 lata de cerveja (350 ml)
2 colheres (chá) de sal
1 colher (chá) de AJI-NO-MOTO®
1 colher (sopa) de óleo
meia xícara (chá) de água (100 ml)
Recheio:
1 dente de alho médio espremido
1 xícara (chá) de ricota amassada
3 colheres (sopa) de tomate seco picado
1 colher (chá) de sal
meia colher (chá) de AJI-NO-MOTO®

Modo de Preparo
1. Tempere a carne com a cerveja, o sal e o AJI-NO-MOTO®, e deixe tomar gosto, na geladeira, por 1 hora e 30 minutos.
2. Prepare o recheio: em uma tigela média, coloque o alho, a ricota, o tomate seco, o sal e o AJI-NO-MOTO®, e misture bem.
3. Reserve a "marinada" e, com o auxílio de uma faca afiada, abra a carne ao meio, sem deixar chegar ao final. Depois dos dois lados, desenrolando em um bife grande. Espalhe o recheio e enrole como rocambole, fechando com o auxílio de um barbante culinário.
4. Em uma panela de pressão, coloque o óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a carne e frite até dourar de todos os lados (cerca de 10 minutos).
5. Regue com a "marinada" e com a água, e deixe cozinhar em fogo médio, por cerca de 30 minutos após o início da fervura, ou até a carne ficar macia.
6. Espere a pressão ceder, corte a carne em fatias, regue com o molho e sirva em seguida.

Rendimento: 5 porções
Tempo de Preparo: 1 hora 10 minutos
Dificuldade: Fácil

Torta 4 queijos

Ingredientes
Massa:
2 e meia xícaras (chá) de farinha de trigo
meia xícara (chá) de manteiga sem sal gelada
2 colheres (sopa) de óleo
1 sachê de Tempero SAZÓN® Laranja
meia colher (chá) de SABOR A MI® sem Pimenta
Recheio:
100 g de queijo prato picado
100 g de queijo minas picado
100 g de queijo tipo parmesão ralado
100 g de queijo mussarela picado
3 ovos
1 xícara (chá) de leite
1 colher (chá) de fermento em pó
meia colher (chá) de SABOR A MI® sem Pimenta

Modo de Preparo
1. Prepare a massa: em uma tigela grande, coloque a farinha de trigo, a manteiga, o óleo, o Tempero SAZÓN® e o SABOR A MI®, e amasse até obter uma farofa.
Forre o fundo e as laterais de uma fôrma redonda de fundo removível (22 cm de diâmetro) e reserve.
2. Faça o recheio: no copo do liqüidificador, coloque os queijos, os ovos, o leite, o fermento e o SABOR A MI®, e bata por 2 minutos.
3. Disponha sobre a massa e leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 40 minutos, ou até que a superfície esteja dourada.
4. Retire do forno, espere amornar e sirva em seguida.

Rendimento: 12 porções
Tempo de Preparo: 1 hora
Dificuldade: Fácil

Anel colorido de arroz

Ingredientes
2 colheres (sopa) de óleo
1 cebola média picada
3 xícaras (chá) de arroz lavado e escorrido
6 xícaras (chá) de água fervente
2 e meia colheres (sopa) de sal
3 colheres (chá) de AJI-NO-MOTO®
6 colheres (sopa) de molho de tomate
3 gemas
3 colheres (sopa) de queijo tipo parmesão ralado
meia xícara (chá) de salsa bem picada
1 peito de frango sem pele (500 g)
2 colheres (sopa) de margarina sem sal
1 lata de ervilhas escorridas
meio copo de requeijão cremoso

Modo de Preparo
1. Em uma panela, coloque o óleo e leve ao fogo para aquecer. Junte a cebola e refogue até ficar transparente. Acrescente o arroz, mexendo sempre, até envolvê-lo bem com o óleo. Cubra com a água e tempere com 1 colher (sopa) de sal e 1 colher (chá) de AJI-NO-MOTO®. Deixe cozinhar em fogo baixo, com a panela semi-tampada, por cerca de 20 minutos, ou até que o arroz esteja cozido, mas a água não tenha secado completamente.
2. Divida o arroz em 3 partes iguais. Junte o molho de tomate a uma delas; as gemas e o queijo ralado à outra; e a salsa ao arroz restante. Reserve.
3. Em uma panela de pressão, coloque o peito de frango e cubra com água. Tempere com 1 colher (sopa) de sal e 1 colher (chá) de AJI-NO-MOTO® e cozinhe por aproximadamente 30 minutos após o início da pressão, ou até ficar macio. Deixe esfriar um pouco e desfie.
4. Em uma panela média, derreta a margarina e refogue as ervilhas e o peito de frango.
5. Tempere com o sal e o AJI-NO-MOTO® restantes, e acrescente o requeijão. Reserve.
6. Em uma forma refratária redonda, com orifício no centro, untada com margarina, faça camadas, começando com o arroz com molho de tomate. Cubra com metade do refogado de frango e, em seguida, coloque o arroz com salsa, o restante do refogado e, por último, o arroz com gemas. Vá comprimindo bem as camadas com o auxílio de uma colher para que o arroz fique bem compacto. Desenforme sobre um prato de servir.

Rendimento: 12 porções
Tempo de Preparo: 1 hora

Maria mole

Ingredientes
1 envelope de gelatina em pó sem sabor, incolor
3 claras
10 sticks de MID SUGAR®
3 colheres (sopa) de leite de coco light
3 colheres (sopa) de coco desidratado ralado, parcialmente desengordurado

Modo de Preparo
1. Em um recipiente pequeno, coloque 3 colheres (sopa) de água, polvilhe com a gelatina e deixe hidratar por 3 minutos. Leve ao fogo médio, em banho-maria, até que dissolva completamente. Reserve.
2. Na tigela da batedeira, coloque as claras e bata em velocidade alta até obter ponto de neve firme. Junte o MID SUGAR® e bata por mais 5 minutos.
3. Acrescente a gelatina reservada e o leite de coco, e bata por mais 5 minutos.
4. Disponha em uma fôrma retangular pequena, previamente molhada, cubra com filme plástico e leve à geladeira por 2 horas.
5. Corte em quadrados e passe-os pelo coco ralado. Sirva em seguida.

Rendimento: 8 porções
Tempo de Preparo: 2 horas e 20 minutos
Dificuldade: Fácil

www.saboresajinomoto.com.br