

# BOA MESA

POR FERNANDA LOPES DA REDAÇÃO

FOTOS ALEXSANDER FERBAZ



## LENTILHA DE FESTA

**Ingredientes**  
250g de lentilha; 2 folhas de louro;  
1,5 litro de caldo de legumes caseiro;  
1/2 pimentão vermelho em cubinhos;  
2 dentes de alho picados; 1 cebola picada; azeite o quanto baste;  
1 linguiça calabresa fatiada.  
**Cebolas roxas assadas:** 4 cebolas roxas cortadas em quatro partes;  
1 fio de azeite; 1 colher de sopa de manteiga; 1 pitada de sal.  
**Caldo de legumes caseiro:** 2 talos de salsa picado; 1 cenoura picada; 1 cebola picada; 1 talo de salsa; 1 ramo de alecrim; 2 litros de água.

**Preparo**  
**Caldo:** leve tudo ao fogo brando por cerca de 45 minutos. Coe e utilize.

**Cebolas:** coloque-as cortadas em um refratário untado com azeite. Ponha uma pitada de sal e um pouquinho de manteiga sobre cada pedaço. Leve ao forno a 200 °C por cerca de 20 minutos. Retire e reserve. **Lentilha:** em uma panela de pressão, coloque um fio de azeite e frite as linguiças até dourarem. Retire e reserve. Acrescente, na mesma panela, a lentilha já lavada, o louro e o caldo de legumes. Tampe e leve ao fogo alto. Quando apitar, abaixe o fogo e deixe por 15 minutos. Desligue e tire toda a pressão. Em uma frigideira, refogue o pimentão, a cebola e o alho no azeite e junte tudo à lentilha. Acrescente também a linguiça frita. Acerte o sal e deixe apurar um pouco. Sirva quente, com as cebolas assadas. Rende 8 porções.

# Boas energias à mesa

A virada do ano é sempre envolta por simbolismos e o menu não fica de fora

A própria palavra Réveillon deriva do verbo francês *réveiller*, que significa revelar, despertar, acordar. É o fechamento de um ciclo e o início de outro.

Na lista de alimentos que fazem parte dos rituais da sorte, os grãos remetem à multiplicação. Arroz, lentilha, feijão e milho simbolizam a fertilidade. No Brasil, com a influência árabe direta e indireta (por meio dos portugueses), a lentilha é o ingrediente mais usado.

O peixe também figura como um clássico na ceia de Ano-Novo. Em diversas culturas, faz alusão à partilha e à purificação por conta do seu habitat: a água. Também há referência à partilha, já que anda em cardumes.

A carne de porco acaba sendo outro alimento muito consumido na virada. Ele é considerado forte e fuça para frente, o que, na crença, faz a vida progredir.

As uvas e romãs são as frutas mais apreciadas. Como têm muitas sementes e são nobres para várias culturas, correspondem a poderosos ímãs de boa sorte.

Para brindar, claro, espumantes, de preferência os nacionais, que são de altíssima qualidade. À meia-noite, faça um brinde. Preparado à base de uvas, traz prosperidade. As borbulhas remetem à festa.

Esses ingredientes resultam em pratos deliciosos. Vamos nos render a eles e inclui-los na contagem regressiva para 2023. Anote as receitas que preparei.

## LOURO

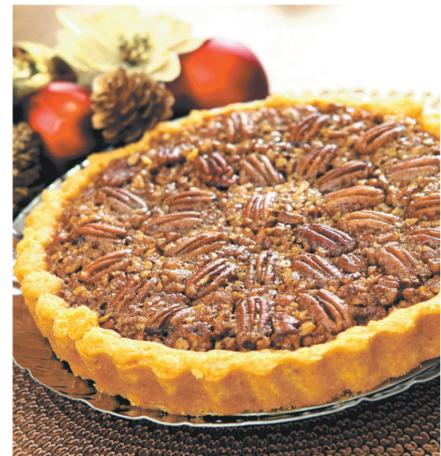
É símbolo de sucesso e vitória. Ser laureado significa ser reconhecido. Os atletas gregos que venciam as provas recebiam uma coroa de louros como prêmio. Além disso, são folhas de uma árvore resistente e que dá frutos em bagas volumosas. As folhas devem ser trocadas entre as pessoas à meia-noite e guardadas na carteira. É promessa de sucesso e fartura.



## MIGNON SUÍNO COM FAROFA DOURADA

**Ingredientes**  
**Mignon suíno:** 1 peça de mignon suíno; 1 colher de chá de sal; 100ml de vinho branco; 1 folha de louro; 1 ramo de alecrim; 2 dentes de alho picados; 1 colher de chá de mostarda; 1 colher de sopa de extrato de tomate; 1/3 de xícara de shoyu; 1 colher de sopa de molho inglês. **Molho:** 200g de cogumelos-de-paris frescos fatiados; 1 colher de sopa de manteiga; 1 colher de chá de amido de milho; 1/2 xícara de água.  
**Farofa:** 200g de farinha de milho; 1 cebola picada; 100g de milho verde (pode ser em lata ou a espiga cozida e debulhada); 1 dente de alho; 50g de passas brancas; 10 azeitonas pretas picadas; 2 colheres de sopa de manteiga; sal a gosto; cebolinha verde fatiada finamente.

**Preparo**  
Misture o shoyu, o vinho, o alho, o sal, o extrato de tomate, a mostarda e as folhas de alecrim e louro. Tempere o mignon com essa marinada e deixe meia hora na geladeira. Depois, leve ao forno preaquecido a 200°C por cerca de 30 minutos. Retire, coe o caldo e reserve. Em uma frigideira, derreta a manteiga, coloque os cogumelos e uma pitada de sal. Acrescente o caldo coado. Misture o amido e a água e junte aos cogumelos, mexendo para não empelotar. Deixe engrossar levemente. Fatie o mignon e cubra com o molho. **Farofa:** derreta metade da manteiga e refogue a cebola e o alho picados. Junte as passas, o milho, as azeitonas e refogue. Ponha a farinha e mexa em fogo baixo. Coloque o restante da manteiga e a cebolinha e mexa. Acerte o sal e sirva com o mignon suíno.



## TORTA DE NOZ-PECÃ

**Ingredientes**  
**Massa:** 300g de farinha de trigo; 150g de manteiga; 1 colher de sopa de açúcar refinado; 1 pitada de sal; 4 colheres de sopa de água gelada.  
**Recheio:** 200g de manteiga sem sal; 1/4 de xícara de açúcar mascavo; 3/4 de xícara de glúten de milho (pode ser Karo); 2 colheres de sopa de essência de baunilha; 1 pitada de sal; raspas de casca de 1/2 laranja; 300g de nozes-pecãs; 3 ovos.

**Preparo**  
Coloque todos os ingredientes da massa no processador, com pá de plástico, e bata aos poucos, até ficar homogênea. Leve à geladeira por 30 minutos. Abra a massa e forme a forma de cerca de 25 cm de diâmetro. Fure-a levemente com um garfo e, enquanto prepara o recheio, reserve-a no freezer. **Recheio:** derreta a manteiga numa panela em fogo brando. Adicione o açúcar mascavo e cozinhe, mexendo até que dissolva. É rápido. Retire do fogo e acrescente glúten, baunilha, raspas de laranja e a pitada de sal. Reserve. Pique metade das nozes no processador grosseiramente. Numa tigela, quebre os ovos e bata ligeiramente. Junte aos poucos os ovos à mistura de açúcar e às nozes picadas. Ponha o recheio sobre a massa e cubra com nozes inteiras. Leve ao forno preaquecido a 180 °C por cerca de 40 minutos ou até que esteja firme.

## MOMENTO DIVINO

POR CLAUDIA G. OLIVEIRA COLABORADORA

# Borbulhas brasileiras para 2023

Santé! Brindar no Réveillon é um ritual e todos aguardamos ansiosos a noite de 31 de dezembro para fazer nossas juras, nossas promessas e esperançosos darmos as boas-vindas ao novo ano que está começando.

E o brindar, segundo a mitologia, deu-se quando Dionísio, o deus grego do vinho, criou o brinde na tentativa e acerto de proporcionar alegria aos cinco sentidos humanos. A visão já havia se agradado da cor do vinho, o olfato se encantando com o aroma, o paladar, com o seu sabor e o tato, com a temperatura. Entretanto, a audição não havia obtido

prazer algum com a apresentação da bebida, motivo pelo qual Dionísio convidou a todos para que batassem suas taças umas contra as outras, fazendo surgir o tilintar, agradando, assim, a audição. Ah! E esse barulhinho bom, sempre nos faz felizes.

O importante é que o brinde se consagrou como um ritual em que a bebida é expressão de honraria e boa vontade. Brindar é símbolo de alegria e comemoração do êxito, seja com a família, os amigos ou profissionalmente.

E tilintar orgulhosamente nossas taças com os espumantes nacionais é uma honraria. Os nossos

vinhos estão mesmo em alta, e o setor vitivinícola comemora.

As vinícolas, os enólogos, os engenheiros agrônomos, todos estão de parabéns por tantas premiações, principalmente no decorrer deste ano de 2022. O vinho brasileiro, em especial o espumante, hoje é reconhecido internacionalmente, elevando nossa imagem de produtor de qualidade. Volto à minha coluna anterior, em que noticiei a primeira denominação de origem de espumantes brasileiros do Novo Mundo.

E, hoje, destaco alguns rótulos para que todos possamos brindar com os espumantes brasilei-

ros, já que o momento é divino e pede vinhos refrescantes com borbulhas, muito pétillant, vivazes e sedutores.

Enfatizo que, para uma boa harmonização, repare no grau de doçura, sempre identificado no rótulo. O Brut Zero e/ou Nature, o Brut e Extra Brut combinam perfeitamente com entradas, queijos, comida japonesa, sushi, peixes e frutos do mar em geral e também aves e carnes com alto teor de gordura, uma vez que a acidez e as borbulhas da bebida fazem o contraponto com o sal, a gordura e a intensidade desses pratos.

Já os espumantes Demi-Sec, Doux ou doce, o Asti e o Moscatel acompanham muito bem as sobremesas. Ah! Em temperatura de 6°C a 8°C, de preferência num balde de gelo e numa taça flute – ou as de haste longa de cristal ou vidro transparente – para aproveitar totalmente.

Desejo a você, leitor, muitas realizações com esperança de um ano próspero e mais justo!

Brindemos com os nossos familiares e amigos.  
Cheers! Prost! Salud! Salud! Santé!

MOMENTODIVINO@ATRIBUNA.COM.BR

## PROVEI E INDICO

**Aurora Brut Rosé** (mét. tradicional), Pinto Bandeira  
**Uvas:** Merlot e Glera (a mesma do prosecco) (12°GL)  
**Cor:** rosa-salmão, bolhas finas e intensas  
**Nariz:** cítrico, melão, frutas vermelhas, notas de flores e pão fresco  
**Boca:** seco, frutado, vivaz, equilibrado  
**Preço:** R\$ 39,90 no site [www.vinicolaaurora.com.br](http://www.vinicolaaurora.com.br) ou no Pão de Açúcar



**Amitié Brut Rosé** (mét. charmat), Bento Gonçalves  
**Uvas:** Chardonnay, Malvasia e Merlot (12,5° GL)  
**Cor:** rosa-dourado brilhante, bolhas finas e contínuas  
**Nariz:** morango, cereja e acerola, toque de flor branca  
**Boca:** seco, cremoso, vivaz e persistente  
**Preço:** R\$ 54,90 no site [www.espumantesamitie.com.br](http://www.espumantesamitie.com.br) e no Laticínio Marcelo



**Casa Valduga Brut Premium** (mét. tradicional), Bento Gonçalves  
**Uvas:** Chardonnay e Pinot Noir (12° GL)  
**Cor:** amarelo-palha, bolhas finas e contínuas  
**Nariz:** frutas cítricas, fermentação, amêndoas  
**Boca:** seco, cremoso, bom corpo, refrescante e elegante  
**Preço:** R\$ 99,00 no site [www.casavalduga.com.br](http://www.casavalduga.com.br), em empórios e supermercados



**Lírica Brut** (mét. tradicional), Bento Gonçalves  
**Uvas:** Chardonnay e Pinot Noir (12,5°GL)  
**Cor:** amarelo-limão brilhante, bolhas finas e intensas  
**Nariz:** toranja, limão-siciliano, nectarina, flores brancas, notas de pão  
**Boca:** seco, corpo médio, cremoso e elegante  
**Preço:** R\$ 96,21 na Enoteca Decanter e no Villa Borghese



**Chandon Réserve Brut** (mét. charmat), Garibaldi  
**Uvas:** Chardonnay, Riesling Itálico e Pinot Noir (11,8°GL)  
**Cor:** amarelo-verdeal e reflexos dourados, bolhas finas, espuma abundante  
**Nariz:** maçã verde, frutas secas, flores brancas e pão  
**Boca:** seco, corpo médio, macio, cremoso, vivaz, persistente  
**Preço:** R\$ 99,90 no site [www.chandon.com.br](http://www.chandon.com.br) ou no Villa Borghese



CLAUDIA G. OLIVEIRA É SOMMELIÈRE



*Menu de Ano Novo*

ENTRADAS	SOBREMESAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Queijo Brie folhado com geléia de morango e amêndoas. <b>R\$ 189 (unidade)</b></li> <li>• Guacamole   <b>R\$ 98 (kg)</b></li> </ul>	<p><b>R\$ 168 cada   Para 6 a 8 pessoas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Maresias</b> Creme branco a base de cream cheese e iogurte natural, coberto por redução de morango e farofa doce de amêndoas.</li> <li>• <b>Maragogi</b> Cocada de colher com abacaxi reduzido ao vinho.</li> </ul>
PRATOS PRINCIPAIS	ACOMPANHAMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salmão ao molho de queijos e confit de tomates. <b>R\$ 380 para 4 pessoas   R\$ 720 para 8 pessoas</b></li> <li>• <b>Polvo especial da chef</b> Assado com mix de pimentões, cebola, alho, alecrim e azeite. <b>R\$ 330 para 4 pessoas</b></li> <li>• <b>Tábua Especial da Chef</b> Aproximadamente 60 camarões rosa grelhados e 1 kg de polvo em pedaços.   <b>R\$ 485</b></li> <li>• Paella de frutos do Mar. <b>R\$ 500 para 4 pessoas   R\$ 900 para 8 pessoas</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maionese de camarão   <b>R\$ 148 (kg)</b></li> <li>• Vinagrete de polvo   <b>R\$ 178 (kg)</b></li> <li>• Maionese tradicional   <b>R\$ 100 (kg)</b></li> <li>• Farofa   <b>R\$ 100 (kg)</b></li> </ul>

**RESERVAS ATÉ 28/12 PELO WHATSAPP**  
**QUANTIDADE DE PRATOS LIMITADOS, FAÇA SUA RESERVA**

**13 99148.9560**  
**amarcozinhaautoral**

Que o espírito natalino traga paz, amor e alegria para sua vida.

**Boas festas**

**CANTINA Babbo América**

Siga o Babbo • Av. Ana Costa, 404 • Gonzaga • Santos

Delivery: 3302.0951 • 3284.5999 ou pelo QRCode