

Culinária!



CRIS LEITE
Chef de cozinha
www.chefcrisleite.com.br

Quer ver suas três receitas favoritas publicadas aqui na Toda Extra? Compartilhe com a gente! Envie-as para todaextra@extra.inf.br com sua foto, seu nome e telefone, e entraremos em contato



6
PORÇÕES

75
MIN

Desfiado de costela

INGREDIENTES

10g de alho / 30ml de azeite extra virgem / 80g de azeitona verde picada / 100g de cebola branca / 1/4 do molho de cebolinha fresca picada / 900g de costela de porco dessalgada / 50g de extrato de tomate / Pimenta do reino branca a gosto / 80g de pimentão verde picado / Sal refinado a gosto / 1/2 molho de salsa fresca picada / 100g de tomate sem pele e sem semente picado / 80ml de vinho branco

PREPARO

Cozinhe a costela já dessalgada em panela de pressão por 40 minutos. Retire e desfie. Pique o alho, a cebola, o pimentão, o tomate a salsa e a cebolinha, e refogue-os no azeite. Adicione a costela desfiada e continue refogando. Depois, inclua o extrato de tomate e deixe cozinhar por 15 minutos. Se precisar, acrescente água para o cozimento. Junte a azeitona e a salsa e tempere com sal e pimenta. Sirva com arroz branco e batata assada.



6
PORÇÕES

25
MIN

Salada de trigo duro

INGREDIENTES

60ml de azeite extra virgem / 60g de azeitona preta picada / 2 claras de ovo cozidas / 60ml de caldo de frango / 60g de cebola branca picada / 1/4 de molho de cebolinha fresca picada / Pimenta do reino branca a gosto / 80g de pimentão amarelo picado / Sal refinado a gosto / 1/4 de molho de salsa fresca picada / 100g de tomate sem semente picado / 100g de trigo duro / 40ml de vinagre de vinho branco

PREPARO

Hidrate o trigo com o caldo de frango e reserve. Tempere o trigo hidratado com sal, pimenta, salsa e cebolinha. Depois, junte a cebola, o tomate, o pimentão, a azeitona, as claras, o azeite e o vinagre. Sirva em seguida.

Espuma de morango

INGREDIENTES

3 claras / 60g de gelatina em pó sabor morango / 170ml de iogurte de morango / 200ml de creme de leite fresco / 120g de morango fresco

PREPARO

No liquidificador, bata o creme de leite, o iogurte de morango, a gelatina, as claras e os morangos. Depois, transfira para uma taça, tampe e leve para a geladeira por uma hora.



6
PORÇÕES

60
MIN