

# Culinária!



CHRIS LEITE

Chef de cozinha

www.chrisleite.com.br

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

12  
PORÇÕES60  
MIN

## Compota de goiaba

### INGREDIENTES

500g de açúcar refinado / 500ml de água / 2 unidades de canela em pau / 1kg de goiaba vermelha

### PREPARO

Descasque as goiabas, corte-as ao meio e retire as sementes. Reserve. Misture o açúcar, a canela em pau e a água, leve ao fogo médio e mexa com uma colher de pau até dissolver o açúcar. Pare de mexer e deixe ferver por 15 minutos ou até formar uma calda rala. Junte as goiabas e abaixe o fogo. Deixe cozinhar até ficarem macias, mas sem desmanchar. Retire do fogo e deixe esfriar.

## Moqueca baiana

### INGREDIENTES

10g de alho / 3g de coentro em grão / pimenta-do-reino branca a gosto / 1,2kg de robalo em posta / sal refinado a gosto / 30ml de suco de limão / **Molho** 40ml de azeite de dendê / 120ml de caldo de peixe / 180g de cebola branca / ½ molho de coentro fresco / 10g de colorau em pó / 120ml de leite de coco / molho de pimenta a gosto / 120g de pimentão verde / 180g de tomate

### PREPARO

Descasque o alho e a cebola e pique em fatias finas. Lave e higienize o tomate e o pimentão, retire as sementes e corte também em fatias finas. Lave e higienize o coentro e pique. Prepare o suco de limão e limpe as postas de robalo. Tempere-o com a semente de coentro, a pimenta, o suco de limão e o sal. Refogue no azeite de dendê o alho, a cebola, acrescente os pimentões, o

4  
PORÇÕES35  
MIN

tomate, o molho de pimenta e o colorau. Junte ao molho o caldo de peixe e o leite de coco. Coloque as postas e cubra com o coentro picado. Tampe a panela e continue o cozimento até o peixe ficar macio.

## Cuscuz paulista

### INGREDIENTES

**Cuscuz** 5g de alho / 30ml de azeite de oliva extra virgem / 60g de azeitona verde / 900ml de caldo de camarão / 250g de camarão cinza limpo / 70g de cebola branca / 10g de colorau em pó / 100g de ervilha fresca congelada / 100g de farinha de mandioca crua / 150g de farinha de milho em flocos / 60g de molho refogado de tomate / 100g de palmito em conserva / pimenta-do-reino branca a gosto / 50g de pimentão verde / 50g de pimentão vermelho / sal refinado a gosto / ¼ molho de salsa fresca / **Decoração** 200g de camarão cinza / 120g de ervilha fresca congelada / 2 ovos /

120g de palmito em conserva / 120g de sardinha em conserva de tomate / **Untar** 30ml de azeite de oliva extra virgem

### PREPARO

Descasque o alho e a cebola e pique. Lave e higienize a salsa e os pimentões, retire a semente e pique. Escorra a conserva do palmito e corte em rodela de 1cm. Retire o caroço e corte a azeitona em lascas. Cozinhe os ovos e, depois, corte em rodela. Abra a lata de sardinha, despreze o molho e corte os filés ao meio / **Cuscuz** Doure o alho no azeite, acrescente a cebola, os pimentões, o palmito, o colorau, o molho de tomate e as ervilhas. Refogue. Acrescente o camarão e a azeitona. Tempere com sal e pimenta, junte a salsa e deixe ferver por 5 minutos. Junte o caldo e as farinhas ao

refogado do camarão aos poucos até obter uma massa macia e úmida. Unte com azeite de oliva o fundo e as laterais de uma forma de buraco no meio, decore com palmito em rodela, ervilhas, camarões, sardinha e rodela de ovo cozido. Com uma colher, distribua a massa de cuscuz com cuidado para não estragar a decoração. aperte levemente e deixe descansando por 10 minutos. Desenforme o cuscuz e sirva.

16  
PORÇÕES50  
MIN