

# Culinária!



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



8  
PORÇÕES

4  
HORAS

## Mignon na cerveja

### INGREDIENTES

1 peça inteira de filé mignon / 5g de orégano seco / 350ml de cerveja pilsen / 2 folhas de louro / 5g de colorau em pó / sal refinado a gosto / pimenta-do-reino branca a gosto / 10g de alho picado / 80g de cebola / 120g de manteiga sem sal / **Molho** 100g de cebola branca / 80g de pimentão amarelo em tiras / 80g de pimentão verde em tiras / ½ molho de salsa fresca picada / 100g de tomate em tiras

### PREPARO

Coloque a carne numa vasilha com a cerveja, o orégano, as folhas de louro, o colorau, o sal e a pimenta. Deixe marinar por 2 horas. Retire a carne, reserve a marinada. Aqueça a manteiga e refogue o alho e a cebola, junte a carne e sele de todos os lados até dourar. Coloque a marinada reservada e deixe cozinhar por 1 hora e meia. Adicione água quente sempre que necessário. Depois que a carne estiver assada, junte a cebola, os pimentões, o tomate e a salsa. Deixe o molho apurar por 20 minutos. Retire a carne e fatie. Sirva com o molho.

## Pavê de coco

### INGREDIENTES

**Creme** 100g de açúcar refinado / 60g de amido de milho / 200g de coco ralado / 200ml de creme de leite fresco / 3 gemas peneiradas / 1 lata de leite condensado / 120ml de leite integral / **Para umedecer** 300ml de leite integral / 350g de biscoito de maisena / **Para decorar** 100g de coco ralado

### PREPARO

Em uma panela, misture o leite condensado, o creme de leite, as gemas, o coco ralado, o leite integral, o açúcar e o amido de milho. Leve ao fogo mexendo sempre até obter um creme homogêneo e firme. Umedeça os biscoitos no leite. Em um refratário, monte camadas alternadas de biscoitos umedecidos e do



16  
PORÇÕES

3  
HORAS

creme reservado. A última camada deverá ser de creme. Decore com o coco ralado. Leve a geladeira por 3 horas.

## Suflê de cenoura

### INGREDIENTES

600ml de caldo de legumes / 1kg de cenoura / 6 claras de ovo / 10g de fermento em pó / 3 gemas / 120ml de leite integral / 40g de manteiga sem sal / 3g de noz-moscada ralada / 120g de queijo parmesão ralado / sal refinado a gosto / **Para untar e polvilhar** 40g de farinha de trigo / 40g de manteiga sem sal

### PREPARO

Cozinhe a cenoura no caldo de legumes. Escorra e passe pelo espremedor de batatas. Junte ao purê de cenoura, o leite, as gemas, a noz-moscada, o queijo, a manteiga e o fermento. Misture bem. Bata as claras em neve. Misture delicadamente as claras batidas ao creme de



8  
PORÇÕES

50  
MIN

cenouras. Coloque o suflê em forma untada e enfarinhada. Leve ao forno a 180°C por 20 minutos. Sirva a seguir.