

Menu.

ABRIL 2010

Picadinho de cordeiro com purê de mandioquinha e farofa de banana, por Morena Leite

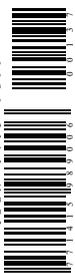


A arte de flambar volta ao restaurante

Especialistas defendem seus grãos de café

Picadinho chique

A receita clássica da boemia ganha versões gourmet nas mãos dos grandes chefs brasileiros



Nº 137
ANO 12
R\$ 11,90

capa

picadinho de luxo

Este clássico prato boêmio, com carne cortada na ponta da faca e molho, faz sucesso em **versões gourmet**, preparadas por chefs brasileiros

por Luciana Mastrorosa (colaborou Beatriz Marques) foto Eduardo Delfim produção Melissa Thomé

Panelas, Staub/Zwilling; guardanapo, Roupa de Mesa; talher, Casa Canela

O picadinho de patinho flambado na cachaça com capim-santo e arroz de coco

A carne é macia e bem picada, envolta por um molho espesso e cheiroso. Farofa fresquinha, arroz branco e ovo frito de gema mole acompanham a carne, às vezes também guarnecida com banana frita ou feijão bem temperado. Esses são alguns dos itens que não podem faltar no tradicional picadinho brasileiro. O prato, típico de botequim, ganha cada vez mais espaço em restaurantes requintados, em versões clássicas ou modernizadas criadas pelos talentosos chefs nacionais.

Nas mãos dos cozinheiros, o picadinho se transforma de uma comida confortável, de todo dia, em um prato mais elaborado, com ingredientes rigorosamente selecionados. E, como nos pratos mais típicos da cozinha brasileira, cada um tem sua versão para a famosa receita. “Filé mignon é a carne mais indicada, mas dá para fazer

com alcatra. O importante é que a carne seja macia”, ensina a chef Morena Leite, do restaurante Capim Santo. A chef adora o picadinho tradicional, que provou pela primeira vez no Rio de Janeiro. “Gosto da ideia da carne ensopadinha, saborosa, sem ser gordurosa demais. E o caldinho combina muito bem com banana e farofa”, afirma a chef.

Em seu restaurante paulistano, Morena criou uma leitura mais sofisticada do prato, que logo virou um dos mais pedidos da casa. “Faço o picadinho de picanha de cordeiro com purê de mandioquinha e farofa de banana com castanha-do-pará. A farofa é um acompanhamento clássico, não pode faltar”, diz a chef, que ensina esta e mais quatro versões de picadinho que preparou especialmente para a **Menu**.

picadinho de cordeiro com purê de mandioquinha e farofa de banana

1 kg de picanha de cordeiro; 100 ml de azeite extravirgem; 30 g de alho picado; 100 g de cebola picada; 300 ml de cerveja preta; 200 ml de molho rotí; sal e pimenta-do-reino a gosto

molho rôtí

30 ml de azeite; 1 cenoura; 1 cebola; 1 talo de salsa; 1 talo de alho-poró; 3 dentes de alho; 500 g de osso de boi ou vitela com aparas de carne; 4 litros de água; 500 ml de vinho tinto; 100 ml de shoyu (molho de soja); 100 ml de molho inglês; alecrim, tomilho, sálvia e manjeriço a gosto

farofa de banana

50 ml de azeite de oliva; 20 g de alho; 100 g de cebola; 250 g de farinha de mandioca; 4 unidades de banananica; 50 g de manteiga; 50 g de castanha-do-pará; salsinha, sal e pimenta-do-reino a gosto

purê de mandioquinha

800 g de mandioquinha; 50 ml de azeite de oliva; sal a gosto; água quanto baste para cozinhar

molho rôtí asse todos os legumes, junto com os ossos, as ervas e o azeite no forno baixo, a 150°C, por 1 hora. Após esse período, retire os legumes e os ossos da assadeira e coloque-os em um caldeirão. Despeje o vinho na assadeira, para desprender o suco da carne grudado nela. Coloque esse líquido junto com a água, o shoyu e o molho inglês no caldeirão. Deixe cozinhar por 5 horas, em fogo baixo. Após esse período, coe o líquido, descartando os sólidos. Leve o caldo coado novamente ao fogo e deixe reduzir até ficar encorpado. Reserve na geladeira até a hora de usar.

picadinho de cordeiro limpe a picanha de cordeiro e corte-a em cubos pequenos. Aqueça o azeite numa panela e doure o alho. Junte a cebola e mantenha em fogo médio até ficar transparente. Acrescente os cubos de picanha de cordeiro e deixe dourar. Quando a picanha estiver macia, adicione a cerveja preta, misture e finalize com o molho rotí, cozinhando por mais alguns minutos até encorpar ligeiramente. Corrija o sal e a pimenta e reserve.

farofa doure o alho no azeite, em fogo médio. Junte a cebola e refogue até ficar transparente. Acrescente a farinha de mandioca e tempere com sal e pimenta. Mantenha a farofa no fogo até a farinha torrar. Enquanto isso, doure rapidamente, numa outra frigideira, a banana cortada em rodela na manteiga. Finalize a farofa misturando as bananas fritas (reserve algumas para a decoração), a castanha-do-pará em lâminas e a salsinha picada na farinha previamente torrada. Retire-a do fogo e reserve.

purê de mandioquinha cozinhe as mandioquinhas descascadas em bastante água salgada até ficarem bem macias. Escorra-as e esmague-as em seguida. Adicione o azeite, tempere com sal e misture bem até o purê ficar homogêneo.

para servir coloque porções de picadinho, purê e farofa em panelinhas individuais e sirva decorando-as com rodelinhas de banana.

dica da chef para uma versão diferente, substitua o purê de mandioquinha pela mesma quantidade de purê de batata.

rendimento **6 porções** preparo **1h30** execução **moderada**

O inusitado picadinho de picanha de cordeiro com purê de mandioquinha e farofa de banana



panela, Staub/Zwilling; guardanapo, Roupa de Mesa; talher, Casa Canela; tábua, Art Mix



O delicado picadinho de vitela com purê de cogumelo

panela, Staub/Zwilling; guardanapo, Roupa de Mesa; louça, acervo de produção

Reza a lenda que essa receita brasileira de sucesso, muito consumida no eixo Rio-São Paulo, tem sua origem na boemia carioca, com um primeiro momento de glamour na década de 1950, quando teria migrado dos bares da madrugada para o prestigiado hotel Copacabana Palace. Na época, o prato era servido aos boêmios na boate Meia-Noite, no próprio hotel. Atualmente, seus apreciadores podem prová-la no restaurante Périgola, também no hotel carioca, onde até hoje o picadinho é servido na mesma versão, em porções normais, no dia a dia, ou reduzidas, para eventos. “No minipicadinho, colocamos um ovo de codorna frito no lugar do ovo de galinha”, conta Francesco Carli, chef executivo do Copacabana Palace. O prato tradicional, que tanto agradou aos madrugadores no passado, leva ainda filé mignon em cubos, tomate, ervilha e champignon frescos, banana à milanesa, batata noisette, arroz e farofa com bacon.

Outra entusiasta desse prato popular-chique é a chef Tatiana Szeles, do paulistano BOA Bistrô. A receita entrou no cardápio da casa como prato executivo. O sucesso foi tanto que ganhou o privilégio de fazer parte do menu fixo. “Incluí esse prato no cardápio porque eu mesma adoro e, além disso, os clientes pedem muito. É uma comida de mãe, que dá conforto”, diz a chef. O picadinho do BOA, feito com filé mignon, é acompanhado de arroz branco, farofa de banana e ovo estrelado. O molho, escuro e untuoso, fica no fogo por muito tempo antes de chegar ao prato. “Sirvo o picadinho com o molho rôtí, feito com ossos e aparas de carne, que cozinha por três dias. Por isso, fica superconcentrado de sabores”, revela Tatiana. Hoje, a chef aproveita o menu executivo para variar a receita, criando opções com molhos e carnes diferentes. “Faço com molho de mostarda Dijon, acompanhado de arroz com batatas ou legumes, de frango com pimenta-verde e até uma versão mais oriental, com gergelim. Os acompanhamentos variam de acordo com o molho do picadinho”, explica ela.

No Antiquarius o picadinho também é um prato venerado, tanto no Rio de Janeiro quanto na filial paulistana do restaurante. O sucesso é tanto que muitos

clientes deixam de lado o suntuoso bacalhau, um dos carros-chefes da casa, para se refestelar com o prato de sabores caseiros, como relata o maître e gerente Manuel Pires, mais conhecido como Manuelzinho. Na receita do Antiquarius, o filé mignon, picado na ponta da faca, vem com molho de vinho tinto e acompanhado de ovo pochê, banana frita, farofa, arroz e feijão batido. Segundo o maître, a receita está presente no menu desde a inauguração da casa carioca, em 1977. E, para atender às exigências do público, tem até uma versão do prato feita com frango, servida somente no Rio.

A sofisticação do picadinho chegou também aos botecos chiques, como os paulistanos Astor e Dona Onça. Nesses bares, o cuidado com o prato é digno de restaurante cinco-estrelas. A versão criada pela chef Janaína Rueda para o Dona Onça inova no acompanhamento: no lugar da banana à milanesa, entra o suave tartare de banana. “A fruta empanada é muito pesada”, justifica ela. Na receita de Janaína, a banana é cortada em cubos pequenos e temperada com pimenta-biquinho, cheiro-verde, azeite, sal e limão-cravo. O chef Ederson Emílio Pereira, do Astor, acredita que o sucesso do prato está no preparo da carne, que deve ser salteada rapidamente, em frigideira muito quente, para dourar bem e não soltar água. “A carne não pode entrar em cozimento, pois ficará dura e levará mais tempo para voltar a amaciar”, explica ele.

O truque para escolher o melhor picadinho, diante de tantas opções, é observar também a qualidade dos acompanhamentos. “A farofa tem de ser feita com a melhor farinha possível”, ressalta a chef Tatiana Szeles. E, na hora de dar a primeira garfada, Morena Leite, do Capim Santo, recomenda observar a textura do molho. “Ele não pode se separar, tem de estar integrado com a carne picada”, ressalta ela. Cerveja gelada, caipirinha ou cachaça de boa qualidade complementam o brasileiroíssimo prato, que nunca sai de moda.

Capim Santo

alameda Ministro Rocha Azevedo, 471 – Jardins
(11) 3068-8486 – São Paulo – SP

Onde comer

Para os apreciadores do picadinho, a **Menu** selecionou dez casas, entre bares e restaurantes, que servem tanto a receita tradicional como variantes do prato de resistência

No restô

Antiquarius

O picadinho é um dos carros-chefes da casa, em São Paulo e no Rio. É feito com filé mignon ao molho de vinho tinto, guarnecido com ovo pochê, banana frita, farofa, arroz e feijão batido (R\$ 79, no Rio; e R\$ 93, em São Paulo). A versão com frango, somente no Rio, custa R\$ 48. Tels.: (21) 2294-1049 e (11) 3082-3015

BOA Bistrô

No cardápio do restaurante, a chef Tatiana Szeles oferece o picadinho feito com filé mignon ao molho rôti, farofa de banana, arroz e ovo estrelado (R\$ 34). Tel.: (11) 3082-5709

Copacabana Palace

Prato de sucesso na década de 1950, o picadinho ainda reina absoluto no Pérgula, um dos restaurantes do hotel. A receita é feita com filé em cubos e demi-glace. Entre os acompanhamentos, ovo frito, farofa e banana à milanesa (R\$ 68). Tel.: (21) 2545-8790

Le Buteque

A segunda casa do chef francês Erick Jacquin traz o picadinho com filé mignon em cubos ao molho de vinho tinto, arroz, feijão preto, couve, farofa de farinha de beiju, banana grelhada e ovo frito (R\$ 39). Tel.: (11) 3083-3737

Maní

As ousadas técnicas de cozinha da chef Helena Rizzo são deixadas de lado para o preparo do picadinho, com filé mignon, arroz integral, ovo frito, farofa de banana e feijão (R\$ 33). Ainda há a versão vegetariana, servida com "carne" de soja. Tel.: (11) 3085-4148

Obá

Lascas de filé com arroz, feijão e farofa de banana (R\$ 36) fazem parte do picadinho da casa. Esporadicamente, encontra-se a versão piauiense, com maxixe, quiabo, abóbora e macaxeira (R\$ 37). Tel.: (11) 3086-4774

Tordasilhas

Representante da culinária nacional, o restaurante serve a receita com filé mignon cortado na ponta da faca, ovo pochê, bananas-da-terra grelhadas, farofa crocante e arroz com feijão misturados (R\$ 37). Tel.: (11) 3107-7444

No bar

Astor

A receita de sucesso leva filé mignon com molho rôti, cerveja preta e condimentos. Acompanha banana à milanesa, pastel de palmito, farofa de milho com bacon, ovo pochê, cebolinha fresca, arroz branco e caldinho de feijão (R\$ 36). Tel.: (11) 3815-1364

Dona Onça

A chef Janaína Rueda deu um toque pessoal ao tradicional prato, com o tartare de banana no lugar da clássica fruta à milanesa. Com filé mignon cortado na ponta da faca, acompanha ovo caipira frito e arroz (R\$ 39). Tel.: (11) 3257-2016

Filial

Reduto dos boêmios paulistanos, o bar oferece o picadinho com filé mignon ao molho madeira, arroz, ovo pochê, banana à milanesa, farofa e milho (R\$ 29,50). Tel.: (11) 3813-9226

panela, Staub/Zwilling; guardanapo, Roupa de Mesa; tábuas, Art Mix; louça, acervo de produção



O clássico picadinho de filé mignon com couve, ovo de codorna e banana

picadinho de filé mignon com couve, ovo de codorna e banana-da-terra grelhada

1 kg de filé mignon; 100 ml azeite de oliva; 25 g de alho picado; 100 g de cebola picada; 100 g de melão de cana; 500 ml de caldo de carne; salsinha, sal e pimenta-do-reino a gosto

couve

1 maço de couve-manteiga; 50 ml de azeite de oliva; 10 g de alho picado; sal a gosto

ovo de codorna

6 ovos de codorna; 100 ml de óleo de girassol; sal a gosto

banana grelhada

3 bananas-da-terra maduras; água quanto baste para cozinhar; azeite de oliva quanto baste para untar a grelha



couve lave as folhas de couve e corte-as em tiras bem fininhas. Aqueça o azeite numa frigideira e doure o alho. Acrescente a couve e refogue-a rapidamente. Tempere com sal e reserve.

OVO frite os ovos no óleo quente, individualmente, até ficarem no ponto de sua preferência. Tempere-os com sal e reserve.

banana cozinhe as bananas, inteiras e com casca, em água fervente até amolecerem. Retire-as da água e reserve. Quando estiverem frias, descasque-as, corte-as ao meio e, em seguida, corte cada pedaço na horizontal. Grelhe-as rapidamente, em fogo alto, em uma grelha untada com azeite de oliva, até ficarem marcadas. Reserve.

picadinho de filé limpe e corte o filé em cubos pequenos. Reserve. Doure o alho no azeite e acrescente o filé. Deixe a carne dourar até secar o caldo. Tempere com sal e pimenta a gosto. Acrescente a cebola e refogue por alguns minutos. Quando a carne estiver macia, junte o melão de cana, misture e mantenha em fogo médio até caramelizar. Junte o caldo de carne e mantenha no fogo por mais alguns minutos, para apurar. Corrija o sal e a pimenta.

para servir coloque o picadinho em panelinhas individuais e sirva-o num prato maior, acompanhado com a couve, o ovo frito e a banana-da-terra. Decore com a salsinha picada e sirva.

dica da chef se preferir um molho mais grosso, acrescente roux ao caldo quente, na hora de finalizar o prato, e cozinhe até o molho encorpar ligeiramente.

rendimento **6 porções** preparo **1 hora** execução **fácil**



picadinho acebolado de alcatra, com couve e farofa de amendoim

1 kg de alcatra; 3 cebolas roxas finamente fatiadas; 100 ml de azeite de oliva; 25 g de alho picado; 500 ml de molho rôtí; sal e pimenta a gosto

molho rôtí

30 ml de azeite; 1 cenoura; 1 cebola; 1 talo de salsão; 1 talo de alho-poró; 3 dentes de alho; 500 g de osso de boi ou vitela com aparas de carne; 4 litros de água; 500 ml de vinho tinto; 100 ml de shoyu (molho de soja); 100 ml de molho inglês; alecrim, tomilho, sálvia e manjeriço a gosto

couve

1 maço de couve-manteiga; 50 ml azeite de oliva; 10 g de alho picado; sal e pimenta-do-reino a gosto

farofa de amendoim

500 g de amendoim sem pele; 145 g de açúcar mascavo



molho rôtí asse os legumes, junto com os ossos, as ervas e o azeite no forno baixo, a 150°C, por 1 hora. Após esse período, retire os legumes e os ossos da assadeira e coloque-os em um caldeirão. Despeje o vinho na assadeira, para desprender o suco da carne grudado nela. Coloque esse líquido junto com a água, o shoyu e o molho inglês no caldeirão. Deixe cozinhar por 5 horas, em fogo baixo. Coe o líquido, descartando os sólidos. Leve o caldo coado novamente ao fogo e deixe reduzir até ficar encorpado. Reserve na geladeira até a hora de usar.

couve em uma frigideira, doure o alho no azeite, em fogo médio, e refogue a couve rapidamente. Tempere-a com sal e reserve.

farofa de amendoim torre o amendoim no forno baixo, a 150°C, por 30 a 40 minutos. Deixe esfriar. Moa o amendoim e misture-o com o açúcar mascavo. Reserve.

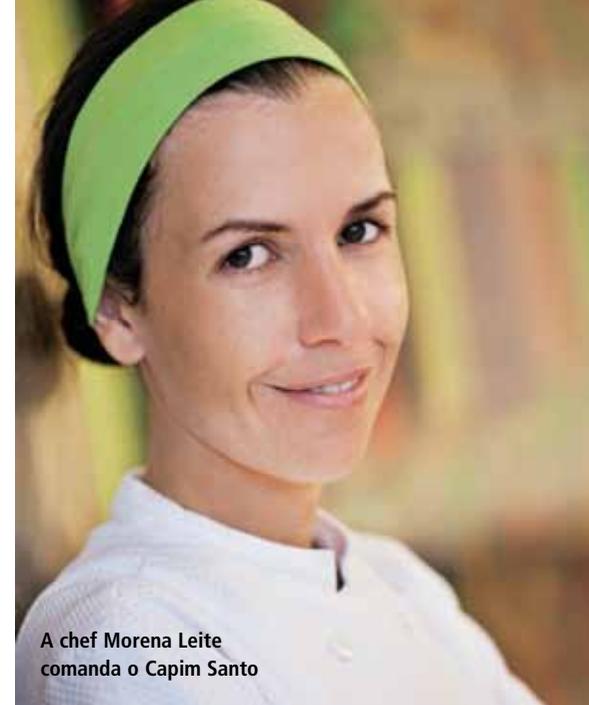
picadinho acebolado corte a carne em cubos pequenos e reserve. Em uma panela, doure o alho picado no azeite, em fogo médio, e acrescente os cubinhos de alcatra. Deixe dourar até secar o caldo da carne. Tempere com sal e pimenta a gosto e acrescente as fatias de cebola. Refogue bem até a cebola amolecer. Junte o molho rôtí e cozinhe por mais alguns minutos, para apurar. Corrija o sal e a pimenta.

para servir coloque o picadinho, a couve e a farofa em tigelinhas individuais e sirva.

dica da chef se preferir, sirva este prato acompanhado de farofa tradicional ou outra verdura refogada de sua preferência.

rendimento **6 porções** preparo **1 hora** execução **fácil**

O picadinho acebolado com couve e farofa de amendoim



A chef Morena Leite comanda o Capim Santo



picadinho de vitela com purê de cogumelo

1 kg de lombo de vitela; 100 ml de azeite extravirgem; 25 g de alho picado; 1 envelope (45 g) de sopa de cebola; 300 ml de cerveja preta; 100 ml de água; sal e pimenta-do-reino a gosto

purê de cogumelo

2 bandejas (400 g) de cogumelo shiitake; 2 bandejas (400 g) de cogumelo de-paris; 120 ml de azeite de oliva; 20 g de alho; salsinha, sal e pimenta-do-reino a gosto



purê de cogumelo corte os cogumelos em julienne e refogue-os com um pouco do azeite, em panelas separadas, até ficarem cozidos. Reserve. Em uma frigideira, aqueça o restante do azeite e doure o alho. Acrescente os cogumelos reservados, misture e retire do fogo. Bata a mistura no processador de alimentos e tempere com sal e pimenta. Acrescente a salsinha picada e reserve.

picadinho de vitela limpe o lombo de vitela e corte-o em cubos pequenos. Reserve. Aqueça o azeite em uma panela e doure o alho. Acrescente a vitela em cubos e deixe-a dourar até secar o caldo da carne. Tempere então com a sopa de cebola e refogue. Acrescente a cerveja preta e a água e deixe reduzir em fogo médio até formar um molho e a carne ficar macia. Tempere com sal e pimenta.

para servir coloque o picadinho em panelinhas individuais e sirva-o acompanhado do purê de cogumelos.

dica da chef o purê pode ser feito com os cogumelos de sua preferência.

rendimento **6 porções** preparo **1h20** execução **fácil**

picadinho de patinho flambado na cachaça com capim-santo e arroz de coco

1 kg de patinho; 100 ml de azeite de oliva; 3 dentes de alho picado; 1 cebola média picada; 6 talos de raiz de capim-santo; 100 ml de cachaça; 200 ml de leite de coco; 200 ml de creme de leite fresco; sal e pimenta-do-reino a gosto; salsinha a gosto

arroz de coco

600 g de arroz cozido; 80 g de coco fresco; 300 ml de leite de coco; 15 g de salsinha; sal e pimenta-do-reino a gosto



arroz de coco numa panela, junte o coco fresco ralado, o leite de coco e a salsinha. Aqueça por 5 minutos e tempere com sal e pimenta. Misture o arroz e reserve.

picadinho de patinho corte a carne em cubos pequenos e reserve. Em uma panela, doure o alho no azeite e acrescente o patinho picado. Deixe dourar até secar o caldo da carne. Flambe-o com a cachaça, com cuidado, e acrescente a cebola. Enquanto a cebola refoga, retire a casca da raiz de capim-santo e corte os talos em dois. Adicione os talos de capim-santo, o leite de coco e o creme de leite à panela e deixe reduzir, em fogo baixo, até a carne ficar macia. Tempere com sal e pimenta e finalize com a salsinha.

para servir coloque o picadinho em panelinhas individuais, assim como o arroz. Sirva em seguida, decorando-o com talinhos de capim-santo.

dica da chef para inovar no visual, sirva o arroz no coco verde partido ao meio para acompanhar o picadinho.

rendimento **6 porções** preparo **1 hora** execução **fácil**

panelas, Staub/Zwilling; guardanapo, Roupas de Mesa