



Curso de Culinária

Thaui



com o Chef Felipe Sica



facebook.com/uniaocooks

Patrocínio Master:



Patrocínio Ouro:



Apoio:



Parceiro Institucional:



Camarão Panko



	Ingrediente	Quantidade	Unidade
Camarão no panko	Camarão	1	kg
	Farinha de trigo	1	xicara
6 unidades	Pimenta fresca picado	6	unidades
12g	Alho picado	3	dentes
	Panko	2	xícaras
	Alho poró picado	1	unidade
	Gengibre picado	1	unidade pequeno
	Água	0,5	litros
	Óleo para fritar	2	litros
	Sal	a gosto	

Preparação:

- Fazer uma mistura de água, farinha de trigo, pimenta fresca, alho, alho poró e gengibre.
- Tempere o camarão com um pouco de sal.
- Passar o camarão na farinha de trigo, depois na mistura, e por último no panko.
- Fritar e servir acompanhado de limão e molho agri-doce.

Bolinho de Siri Picante

	Ingrediente	Quantidade	Unidade
Bolinho de siri picante	Siri	1	kg
	Gema de ovo	2	unidades
	Pimenta fresca picada	4	unidades
	Farinha de trigo	4	colheres de sopa
	Alho picado	3	dentes
	Molho de peixe	2	colheres de sopa
	Cebolinha	4	colheres de sopa
	Panko	o quanto baste	
	Gengibre picado	1	colheres de sopa
	Purê de batata	500	g
	Oleo para fritar		

Preparação:

- Refogar o siri com o alho e gengibre. Tempere com molho de peixe.
- Num bowl, misturar o siri refogado com purê de batata, cebolinha, pimenta, farinha de trigo e gema de ovo.
- Passe no panko para empanar e frite.
- Sirva com limão e molho agri-doce de pimenta.

Frango ao molho de tamarindo

(para 4 porções)

<u>Ingredientes</u>	<u>Quantidades</u>
Peito de frango em pedaços pequenos	400 g
Suco de tamarindo	300 ml
Açúcar de palmeira ou cristal	160 g
Cebola bem picada	4 <u>colheres de sopa</u>
Molho de peixe	4 <u>colheres de sopa</u>
<u>Vagem cortada fininha</u>	50 <u>gramas</u>
<u>Cenoura baby cortada fininha</u>	50 <u>gramas</u>
Pimenta calabresa ou pimenta fresca	A <u>gosto</u>
Oleo de <u>girassol</u>	3 <u>colheres de sopa</u>

Preparação:

- Numa panela wok ou frigideira refogue a cebola até ficar dourada.
- Entre com o açúcar e deixe caramelizar, em seguida coloque o suco de tamarindo e tempere com o molho de peixe.
- Deixe engrossar um pouco e coloque o frango e os legumes, fica pronto de 3 a 5 minutos. Ou quando estiver macio.
- Coloque numa travessa e salpique por cima a pimenta.
- Sirva com arroz jasmin.

Ceviche Thai

(Para 4 pessoas)

Ingredientes	Quantidades
Peixe fresco (atum, <u>saint peter</u> , linguado, robalo)	400 g
Suco de limão <u>taiti</u>	100 ml (3 a 4 limões)
Cebola roxa laminada	1/2 <u>unidade</u>
Sal	A gosto
Pimenta fresca ou tabasco ou sriracha	1 colher de sopa
Manga em cubinhos	2 colheres de sopa
Leite de coco	50 ml
Coentro	para decoração

Preparação:

- Corte o peixe em cubos, tempere com sal e deixe marinando no suco de limão.
- Misture a cebola e o leite de coco.
- Ajuste o sal se necessário.
- Coloque a pimenta no final
- Decore com manga e coentro.

Rolinho primavera

	Ingrediente	Quantidade	Unidade
Rolinho primavera	Porco picado	300	gramas
	Repolho branco	1/2	unidade
	Cenoura	2	unidade
	Cogumelo paris	2	bandeja
	Ovos	6	unidades
	Alho picado	4	dentes
	Shoyu light	3	colheres de sopa
	Molho de ostras	4	colheres de sopa
	Massa de rolinho	30	unidade
			colheres de sopa
	Pimenta do reino	2	
	Açúcar cristal	2 a 3	colheres de sopa
	massa de feijão	1/4	pacote
	farinha de trigo	3	colheres de sopa
	óleo para fritar	2	litros

Preparação:

- Refogar o porco picado rapidamente com um pouco de óleo.
- Hidratar a massa de feijão em água morna, escorrer a água e cortar em pedaços pequenos.
- Aqueça o óleo numa panela wok e refogue o alho.
- Logo em seguida entre com o ovo batido e deixe fritar sem mexer, quando estiver quase pronto, mexa para deixar ele tipo ovos mexidos. Reserve com o porco picado.
- Corte todos legumes e misture numa tigela grande, adicione os ovos com porco, açúcar cristal, shoyu light, molho de ostras, massa de feijão e pimenta. Reserve na geladeira.
- Abra as massas de rolinho.
- Faça uma mistura de água com farinha até que forme uma goma.
- Pegue uma colher de sopa cheia de recheio e coloque no centro da massa.
- Feche e sele com a goma.
- Frite e sirva com molho agri-doce.

Mexilhões ao curry verde

(Para 2 porções)

<u>Ingredientes</u>	<u>Quantidades</u>
Mexilhões	200g
Leite de coco	1 lata
<u>Berinjela</u>	50g
Ervilha in natura ou congelada	20g
<u>Folha de limão kaffir</u>	2 un
<u>Curry verde</u>	2 colher de sopa
<u>Açúcar de palmeira</u>	1 colher de sopa
<u>Molho de peixe</u>	1 colher de sopa
<u>Óleo</u>	1 <u>colher de sopa</u>

Preparação:

- Corte a berinjela em cubos.
- Separe o creme e o leite de coco.
- Numa wok ou frigideira refogue a pasta de curry.
- Acrescente o mexilhões e siga refogando.
- Entre com os legumes e folha de limão.
- Adicione o creme do coco.
- Tempere com molho de peixe e açúcar de palmeira.
- Coloque o leite de coco e mexa bem.
- O curry tem que ficar encorpado, homogêneo e equilibrado no sabor.