



# momentum

Descobertas culinárias com  
Stanley Tucci

forum



### 4 a 6 porções

### Ingredientes

- 8 xícaras de caldo de galinha, aquecido em uma panela grande
- 1/2 colher de chá de açafão em pó ou 20 estigmas de açafão quebrados
- 2 colheres de sopa de manteiga sem sal, em temperatura ambiente
- 4 colheres de sopa de manteiga sem sal, gelada
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva
- 1/2 xícara de cebola picada grosseiramente
- 1/2 chalota grande, picada grosseiramente (cerca de 1/4 de xícara)
- 8 aspargos grossos, com a parte fibrosa do talo removida e a parte superior cortada em pedaços de um centímetro
- 1/2 abobrinha grande, picada (cerca de 1 xícara)
- 1 xícara de ervilhas frescas cozidas (sem água) ou 1 xícara de ervilhas congeladas (descongeladas e sem água)
- 2 xícaras de arroz arbório (recomenda-se arroz aquarello carnaroli, se você puder encontrá-lo)
- 1/2 xícara de vinho branco seco – use um bom vinho, que você gosta de beber
- 1 xícara ou mais de queijo parmesão ralado fino
- Sal a gosto



### Modo de preparo

Coloque 1/2 xícara do caldo quente em uma tigela separada. Coloque o açafrão e reserve, para que o calor realce seu sabor. Mantenha o restante do caldo aquecido, em fogo médio a baixo.

Aqueça uma frigideira grande e baixa em fogo médio. Derreta as duas colheres de sopa de manteiga em temperatura ambiente no azeite de oliva. Adicione a cebola e a chalota, mexendo ocasionalmente até que fiquem macias e translúcidas, mas sem dourar, por cerca de 5 minutos.

Aumente um pouco o fogo, adicione o arroz e mexa para envolver os grãos com a manteiga/óleo. Não apresse esta etapa. Salteie até que o arroz fique com um tom de branco mais brilhante.

Aumente um pouco mais o fogo, adicione o vinho e mexa continuamente até que o barulho de fritura diminua e o vinho evapore, por cerca de 1 minuto.

Volte o fogo para médio e acrescente metade do caldo com infusão de açafrão reservado; com uma concha, coloque 1/2 xícara do caldo aquecido de cada vez, apenas para cobrir o arroz. Cozinhe, mexendo ocasionalmente para evitar que grude.

Quando o líquido estiver quase todo absorvido, adicione mais um pouco do caldo aquecido, 1/2 xícara de cada vez, apenas cobrindo o arroz. Adicione um pouco mais do caldo com infusão de açafrão.

Quando o líquido adicional estiver quase absorvido, coloque a abobrinha, o restante do caldo com infusão de açafrão e mais cerca de 1/2 xícara do caldo aquecido. Cozinhe até que a maior parte do líquido seja absorvida.

Aumente um pouco o fogo e adicione os aspargos, mexendo para incorporar. Cozinhe por cerca de 2 minutos. Os aspargos devem permanecer al dente.

Acrescente as ervilhas e deixe que a mistura absorva todo o líquido. Experimente o arroz para verificar se está no ponto. Se ainda estiver duro, adicione mais 1/2 xícara de líquido até atingir a consistência correta.

Retire a frigideira do fogo. Coloque 1 xícara de parmesão (ou mais, se quiser) e 3 a 4 colheres de sopa de manteiga gelada. Mexa para incorporar. Adicione sal a gosto.

Tampe a frigideira e deixe o risoto descansar por 3 a 5 minutos. Mexa antes de servir.

## Filé Oreganato, de Stanley Tucci

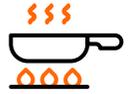
---



**4 a 6 porções**

### **Ingredientes**

- 1 filé de costela grande e grosso, sem osso, em temperatura ambiente
  - Sal kosher
  - 2 colheres de sopa de azeite de oliva extravirgem
  - 3 colheres de sopa de manteiga com sal
  - 1 dente de alho picado em pedaços pequenos
  - 1/4 xícara de vinho tinto seco – use um bom vinho, que você gosta de beber
  - 1 colher de chá de orégano seco
-



### Modo de preparo

Tempere o filé generosamente com sal kosher. Use um martelo plano para reduzir o filé a cerca de um centímetro de espessura.

Aqueça uma grande frigideira de ferro fundido em fogo médio a alto. Quando estiver quente, adicione 1 colher de sopa de azeite.

Adicione delicadamente o filé e sele de um lado por 1 a 2 minutos.

Vire e sele o outro lado, depois, coloque o filé em um prato e remova a frigideira do calor para esfriar um pouco, mas sem esfriar totalmente. (Se a água vaporizar na frigideira, ela está muito quente.)

Coloque a frigideira aquecida de volta ao fogo médio. Adicione o alho, 2 colheres de sopa de manteiga, 1 colher de sopa de azeite e o vinho tinto. Mexa para misturar e cozinhe o molho por 1 minuto.

Coloque o filé de volta na frigideira e aumente o fogo para uma temperatura média a alta. Polvilhe orégano sobre o filé e passe 1 colher de sopa de manteiga. Deixe fritar por 1 minuto.

Retire a frigideira do fogo e deixe o filé descansar no molho por 5 minutos. Quando estiver pronto para servir, coloque o filé em uma travessa, corte-o na diagonal e cubra com o molho.