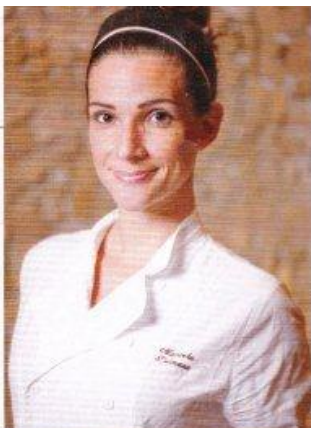


PALAÐAR

MARCELA
TULMANN

DE GRIFE

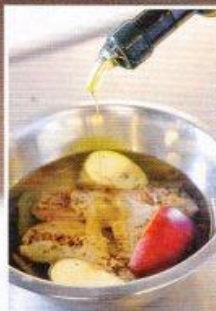
*Beleza
à mesa*

FOTOS: MARCO PINTO

Confit de frango com cebola roxa e purê de cenoura com cardamomo

INGREDIENTES (4 pessoas)

- 4 coxas e sobrecoxas de frango com pele
 - 1 colher (sopa) de açúcar mascavo
 - 1 maçã-verde
 - 1 folha de louro
 - 1 ramo de tomilho
 - 1 punhado de zimbro em grãos
 - 1/2 cabeça de alho
 - 1/2 colher de chá de pimenta-do-reino em grãos
 - 250g de óleo de girassol
 - Sal a gosto
- Para o chutney de cebola roxa**
- 1 cebola roxa cortada em finas fatias
 - 1 colher de chá de mel
 - 1/2 copo de vinho tinto
 - 1/3 colher (sopa) de aceto balsâmico
 - 1/3 de xícara (chá) de vinagre de maçã
 - 1/2 maçã descascada e picada em cubos
 - Pimenta do reino moída na hora
- Sementinhas de mostarda para decorar
- Para o purê de cenoura com cardamomo**
- 500g de cenoura
 - 1 pitada de gengibre em pó
 - 2 colheres (sopa) de manteiga
 - 1 pitada de noz moscada
 - Alguns grãos de cardamomo
 - Sal e pimenta do reino a gosto

*Passo 1*

Tempera as carnes com sal e açúcar mascavo. Cubra e deixe na geladeira de um dia para o outro. Remova o excesso de tempero. Em uma panela, coloque as carnes com os outros ingredientes e cubra com óleo. Leve ao forno em 80°C e cozinhe por 8 horas. Reserve

*Passo 2*

Chutney de cebola: coloque todos os ingredientes em uma panela com 100 ml de água e deixe ferver. Cubra e cozinhe em fogo médio de 20 a 30 minutos. Retire a tampa e cozinhe por mais 30 minutos até as cebolas ficarem macias e a mistura espessa

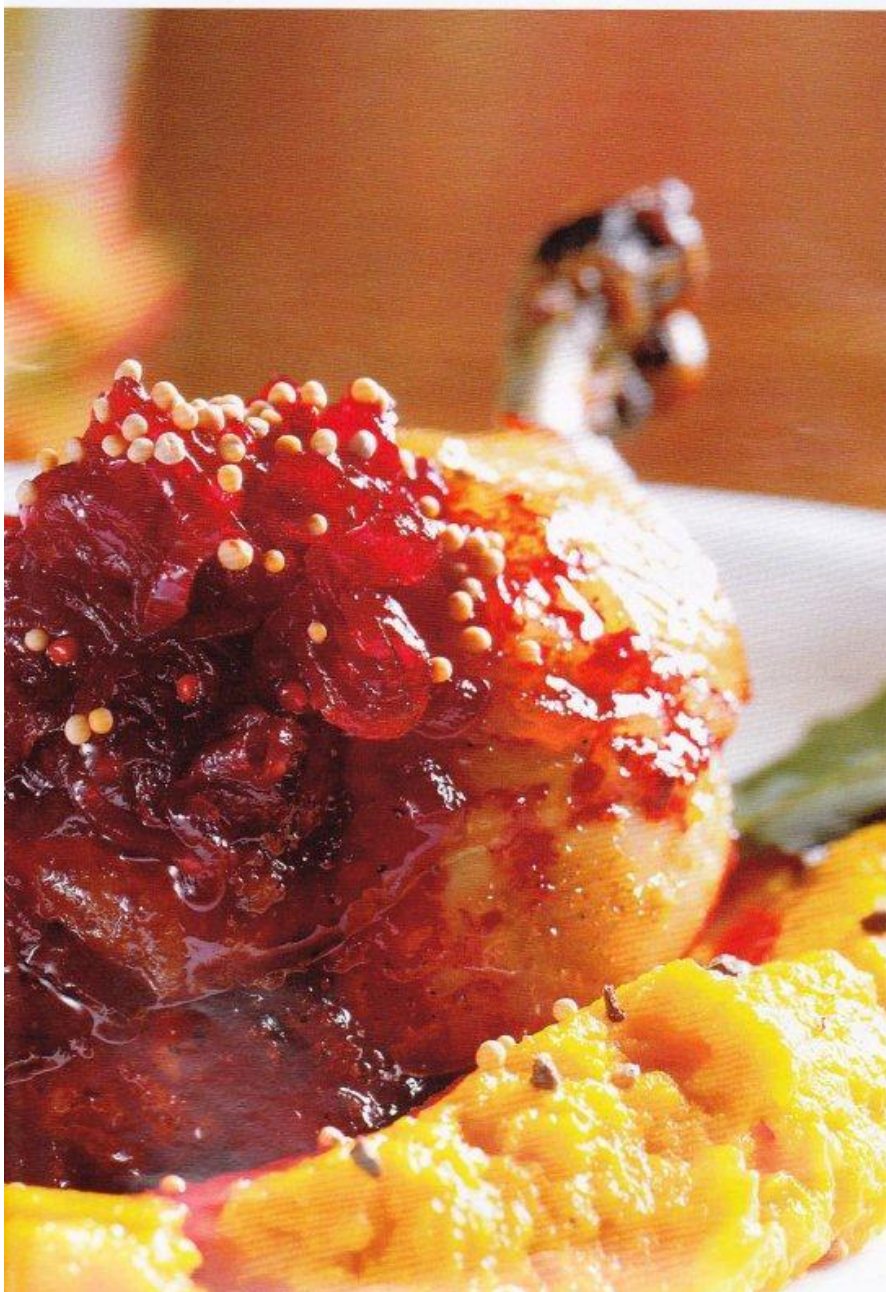
*Passo 3*

Purê de cenoura: corte-as em rodélas. Cozinhe em água fervente com grãos de cardamomo até ficarem macias. Passe por um espremedor e leve o purê ao fogo. Adicione noz moscada, gengibre, sal e pimenta. Apague o fogo e coloque a manteiga. Misture



□ Ela fez estágio de três meses com um dos chefs mais renomados do mundo, Ferran Adrià, 50 anos, do badalado restaurante El Bulli, na Catalunha, Espanha. Marcela Tulmann, 30 – formada há seis anos em gastronomia pela Faculdade Anhembi Morumbi –, é quem comanda a cozinha do recém-inaugurado bufê Bibi Gastronomia, em São Paulo, e coloca em prática o que aprendeu. “É preciso ter seriedade com o ingrediente e fazer tudo

com muito cuidado”, ensina ela. A rotina de Marcela exige bastante criatividade. “Mudo o cardápio diariamente, não repetimos. Então pesquiso muito em livros, revistas e sites especializados para ter algo diferente”, conta. A receita dessa edição é um exemplo. “As pessoas sempre fazem confit de pato. E agora quis experimentar fazer de frango, carne, codorna. É sempre muito bom ouvir do cliente quando acertamos”, completa a chef.



VINHOS



RODRIGO FALLETTA

Em boa companhia

A sommelière Alexandra Corvo, da escola Ciclo das Vinhas (SP), indica o vinho para acompanhar esta deliciosa receita

*Confit é umas das formas mais gostosas de comer as coxas da ave. Elas ficam com o sabor mais pronunciado, além de desmancharem na boca. Aqui, ela não é somente cozida lentamente para chegar a uma textura molinha, como leva também em sua cocção, elementos aromáticos (louro, tomilho, zimbão, alho e pimenta do reino). Além deles, o acompanhamento é adocicado, já que são cebolas em forma de chutney, de textura molinha e aroma picante. Precisamos então, de um tinto perfumado, cremoso, com sabor de frutas, de corpo delicado, sem ser leve. Por isso mesmo, indicarei o **Finca La Linda Malbec (40 reais)**, feito da uva francesa Malbec, perfeito para este prato suculento que tem aroma frutado como ameixas em calda e um toque de geleia de jaboticaba.*



evolucao

Alexandra Corvo é proprietária da escola Ciclo das Vinhas. Tel. 11-3284-3626