



O fabuloso sanduiche de Pastrami

DELI
SABORES & CULTURA

EXISTE UMA DIFERENÇA ENTRE AS DELIS DE NOVA IORQUE E A NOSSA: O TEMPO DE CHEGADA.

O Cassiano trouxe até você as deliciosas receitas das principais delicatessens nova-iorquinas. Venha provar.



O tradicional Cheesecake americano



Saladas, Quiches e outras delicias

Cassiano

LIVRARIA LEITURA - COLINAS SHOPPING - PISO SUPERIOR

CONHEÇA UM PRATO TÍPICO DA CULINÁRIA ACREANA, A

BAIXARIA

Amanda Vasconcelos, da Casa Tucupi apresenta uma deliciosa receita



Foto: Fabio List

Da Redação

A 'Baixaria', nome tradicional do prato tipicamente acreano, tem uma receita bem simples: farinha de milho (fubá ou cuscuz, como é conhecido em algumas regiões do país), carne moída, cheiro-verde e ovo frito.

Servido no café da manhã nos mercados populares em todo o

Estado do Acre, a Baixaria tem mais de 1.900 calorias. Você não precisa ir até o Acre para experimentá-lo, em São Paulo, a Casa Tucupi, espaço voltado para as comidas típicas do estado, tem conquistado paladares diversos.

Quando se mudou de Rio Branco para a capital paulista com a

intenção de estudar arquitetura, a cozinha passava bem longe dos planos da proprietária Amanda Vasconcelos, que na época sequer fritava um ovo. Com o passar do tempo, para matar saudade de sua terra natal, deliciava-se com comida congelada típica mandada pelo pai. Entre uma aula e outra na Belas

Artes, Amanda passou a preparar receitas acreanas a pedido dos amigos. "Comecei a cozinhar porque eles que gostavam da minha comida", lembra. Dali a fazer parte de equipes de eventos culinários foi um pulo.

Numa casa de tijolos à vista, oferece receitas como a tradicional Baixaria. Desenvolveu também uma variação vegana do prato que batizou de "Santidade", preparada com cuscuz marroquino, cogumelo shimeji salteado no lugar da carne, banana frita, salada de tomate e cebolinha.

Sobre o 'batismo' do prato, existem muitas histórias, cada

uma com uma versão diferente. De acordo com o jornalista Alexandre Nunes, o nome surgiu para separar uma briga depois que dois jornalistas debocharam de um grupo de pessoas que chegava de uma festa para tomar café no mercado. "Eles já estavam 'alterados' pela bebida, quando chegaram umas senhoras de vestido longo e uns homens de fraque e gritaram: 'lá vem a baixaria', então para não virar uma confusão a Toinha do Mercado, a empresária Antonia Pereira, disse que baixaria era o prato que eles pediram". O prato foi popularizado nos anos 80 pelo jornalista Wilson Barros. ▶





Foto: Raül Fonseca

RECEITA BAIXARIA

INGREDIENTES

PARA O PÃO DE MILHO:

- 250g de farinha de milho flocada
- 1 xícara de água
- Sal a gosto

PARA A CARNE:

- 300g de carne moída
- 2 dentes de alho
- 1 cebola pequena
- Um fio de óleo ou azeite
- Sal, pimenta do reino e cheiro verde (salsinha, coentro e cebolinha) a gosto.

PARA A SALADA:

- 1 tomate salada picado
- 1 limão
- Sal, azeite e cebolinha a gosto

MODO DE PREPARO

PÃO DE MILHO

Coloque a farinha de milho em uma vasilha, acrescente a água, misture e reserve por uns 5 minutos para a massa absorver a água, depois acrescente o sal. Misture bem e leve à panela específica para fazer cuscuz. Depois de 15 minutos deve estar pronto. Seu pão de milho deve ficar fofinho.

CARNE MOÍDA

Refogue a cebola e o alho até dourar, em seguida acrescente a carne moída e tempere com sal e pimenta do reino, finalize com o cheiro verde.

SALADA

Misture o tomate em cubos com a cebolinha picada, tempere com limão, sal e azeite. Para finalizar, junte os ingredientes em um prato e finalize com um ovo frito com gema mole.

Foto: Guillermo White

O jeito "Acretano"

de comer é com tudo misturado após furar a gema do ovo.



Versão Vergana

Na Casa Tucupi foi criada a versão vegana da Baixaria, a **Santidade**.

Para preparar a santidade substitua a carne moída por cogumelos frescos salteados (temperar igual a carne moída) e o ovo frito por uma fatia de banana comprida (banana da terra) frita. ■

AGORA VOCÊ PODE ASSINAR A REVISTA

metropole magazine



APENAS
R\$ 12,90
MÊS*

ou 3 vezes de **R\$ 48,00** através de



ACESSE O QR CODE E ASSINE AGORA



www.metropolemagazine.com.br/assinaturasrevistas

*Condição para assinatura anual R\$ 154,80 (12 exemplares) para pagamento no cartão de crédito.