

## Gastronomia&amp;

# Leo Paixão,

## sabores do fogão a lenha e alta gastronomia francesa

Leonardo José Paixão Dias, o Leo Paixão, deixou o jaleco e as receitas medicamentosas há uma década para tornar-se uma das principais referências da nova culinária brasileira. Proprietário do restaurante Glouton, do Nicolau Bar e da Esquina e Nico Sanduíches, todos na capital mineira, é um dos jurados do programa “Mestre do Sabor” da Rede Globo. Em seu menu faz um pot-pourri com a alta gastronomia francesa, que trouxe de sua incursão pela Escola Superior de Gastronomia Francesa (Ferrandi), com a cozinha de Minas Gerais. As receitas oriundas desta alquimia, aliadas aos intensos sabores do fogão a lenha das roças leva ao êxtase clientes e crítica especializada. É o mineiro com os pr mios mais importantes na gastronomia: Chef do Ano “Prazeres da Mesa”, 50 Best Discoveries America Latina, Chef Revelação “Guia 4 Rodas”, Chef do Ano da “Veja BH” em 7 anos consecutivos, além de dezenas de troféus e concursos regionais. Com 850 mil seguidores no Instagram e mais de 1 milhão e cem mil

curtidas em sua página no Facebook, o jovem chef consolida-se como um raro talento contemporâneo. Ano passado, em parceria com uma empresa mineira de alimentos, lançou a websérie “Piff Paff com Paixão” com mais de

um milhão de visualizações. Seu canal no Youtube, “Cozinhando com Paixão”, já conta com mais de 20.000 inscritos. Nesta edição da **Metr pole Magazine**, um fricass  de sobrecoxa com cogumelos, cebola baby e arroz pilaf.

### Fricass  de sobrecoxa com cogumelos, cebola baby e arroz pilaf



Fotos: Divulgação

#### INGREDIENTES

- 2 kg de sobrecoxa de frango
- 2 cebolas • 7 dentes de alho picados
- 1 colher (sopa) de sal
- 2 colheres (sopa) de manteiga com sal
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 2 colheres (chá) de a   car
- 1 limão • 4 folhas de louro
- 500 ml de creme de leite
- 250 g de cogumelos • 250 g de cebola baby
- 2 xícaras de arroz • Pimenta-do-reino

#### MODO DE PREPARO DA SOBRECOXA

- 1.) Macere 7 dentes de alho e adicione uma colher de sopa de sal para temperar a carne.
- 2.) Tempere esfregando a massa de alho nas peças de sobrecoxa.
- 3.) Coloque no fogo uma panela e adicione 2 colheres de chá de azeite. Um segredinho aqui: adicione também 1 colherzinha de a   car.

- 4.) Quando o a   car começar a dourar, coloque as peças de sobrecoxa para grelhar com a pele virada para o fundo da panela. Espere dourar e vire as peças.
- 5.) Em seguida, adicione uma cebola picada, mexendo para que ela fique no fundo, fazendo assim com que a água da cebola ajude a soltar a borra da panela para criar um caldo.
- 6.) Adicione uma colher de sopa de alho picado.
- 7.) Ao ver que a borra de a   car se soltou da panela, adicione um pouco de farinha de trigo   panela para engrossar o caldo. Deixe a farinha de trigo cozinhar um pouco e, então, entre com o creme de leite.
- 8.) Deixe cozinhar até engrossar.
- 9.) Para finalizar, adicione uma pitada de pimenta-do-reino e está pronto.

#### MODO DE PREPARO DO ARROZ PILAF

1. Coloque na panela 1 colher de manteiga

- com sal. Assim que ela derreter, adicione uma cebola picada e deixe caramelizar.
2. Adicione algumas folhas de louro e um pouco de água, deixando levantar fervura até evaporar essa  gua.
3. Coloque 2 xícaras de arroz na panela, deixe dourar e acrescente 3 xícaras de água e uma pitada de sal.
4. Deixe cozinhar até secar.

#### MODO DE PREPARO CEBOLA BABY

1. Coloque na frigideira quente uma colher de manteiga, adicione a cebola baby descascada e um pouco de água até chegar à metade das cebolas. Em seguida, adicione uma colher de chá de a   car e um pouquinho de sal.
2. Deixe no fogo e aguarde a água secar, até chegar ao ponto de glacear.
3. Quando chegar a este ponto, adicione os cogumelos para glacear tudo junto. ■