



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Azeite de Salsa

1 kg Salsa em molho
0,100 l Caldo de aves
0,250 l Azeite

Bringir salsa até a folha se desfazer uma vez esmagada entre dois dedos.

Mergulhar em água com gelo e triturar finamente com um pouco de caldo de aves. Emulsionar a mistura em azeite.

Conservar por 5 dias em biberon



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt



Contemporary Cuisine



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Caldo de Camarão

0,075 kg Manteiga clarificada (1)
0,500 kg Cabeças de camarão
0,075 Kg Manteiga (2)
0,500 Kg Tomate
0,500 kg Pimento vermelho triturado
1,000 l Água
0,100 kg Alho francês
0,050 kg Cenoura
0,005 kg Alho

Colocar uma panela ao lume e adicionar a manteiga (2) e deixar derreter e ficar bem quente.
De seguida adicionar as cabeças de camarão e deixar suar bem até ficar vermelho brilhante.
Juntar a manteiga clarificada (1) e deixar suar até criar uma espuma leve.
Adicionar o mirepoix (alho francês, cebola, cenoura e alho) e envolver tudo muito bem e juntar o tomate picado deixe cozinhar até ficar sem líquido.
Juntar o sumo do pimento vermelho e deixar reduzir novamente.
Em seguida, adicionar o caldo de peixe e deixar ferver suavemente durante 30 minutos.
Após 30 minutos de ferver passar o caldo pelo chinês.

Para o molho de camarão

Separar metade do caldo e deixar reduzir até metade do valor inicial. Se necessário, ligar com um pouco de farinha Maizena.



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt

CERTIFIED
VISITAZORES.COM
BY NATURE

Contemporary Cuisine



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Caldo de Peixe

1,000 kg Espinhas de peixe
0,100 kg Cenoura
0,200 kg Cebola
0,050 kg Manteiga
1 Alho francês

Descascar, lavar e cortar finamente as cenouras, cebolas e alho francês.
Derreter manteiga numa caçarola.
Fazer suar a guarnição aromática sem coloração durante cerca de 4 a 5 minutos.
Juntar as espinhas e pedaços de peixe partidos.
Fazer suar durante 3 a 4 minutos.
Refrescar com água.
Levar a ferver e de seguida colocar o lume no mínimo.
Escumar frequentemente.
Passar pelo passador de rede fina no final da cozedura.
Pressionar bem as espinhas com a ajuda de uma concha pequena de forma a extrair o máximo de sucos.
Arrefecer rapidamente e conservar no frio.



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt

CERTIFIED
VISITAZORES.COM
BY NATURE

Contemporary Cuisine



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Flan de Batata-doce

1,000 kg Puré de batata-doce
0,500 l Natas
5 Ovos

Lavar muito bem a batata-doce.

Pincelar a batata-doce com manteiga derretida, embrulhar em papel de alumínio e levar a assar a 160°C durante 1 hora.

Depois de assada, retirar a pele e triturar num robot até obter um puré cremoso.

Adicionar a nata e os ovos batidos no puré de batata doce e misturar tudo muito bem até ficar uma misturar homogénea.

Verter para formas de alumínio individuais, previamente untadas com manteiga e levar a cozer em banho-maria no forno a 150°C por 45 minutos.



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt

CERTIFIED
VISITAZORES.COM
BY NATURE

Contemporary Cuisine



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Guisadinho de Tomate

1,000 kg Tomate Cacho
0,200 kg Cebola
0,100 l Azeite

Tirar o pedúnculo do tomate e dar um golpe em cruz.

Bringir o tomate em água a ferver durante 1 minuto e de seguida mergulhar em água fria com gelo.

Retirar a pele reservando-a.

Cortar o tomate a meio e retirar as sementes e de seguida cortar em brunesa (pequenos cubos).

Colocar tacho ao lume e juntar a cebola picada e o azeite.

Deixar refogar e de seguida juntar o tomate. Deixar cozer lentamente mexendo de vez em quando até perder totalmente o sumo.

Temperar com sal e pimenta e reservar.

Pó de tomate

Colocar a pele de tomate num tabuleiro com papel vegetal ligeiramente pincelado com azeite. Dispor a pele de tomate e levar ao forno a 80°C, até ficar totalmente seco.

Depois de seco triturar com ajuda de um mix ou robot até obter um pó.



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt



Contemporary Cuisine



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Manteiga de Coentros

0,250 kg Manteiga
2 Molhos de coentros

-
1. Colocar um tacho ao lume com água e deixar levantar fervura.
 2. Colocar os molhos de coentros na água e deixar ferver durante 1 minuto.
 3. Retirar os coentros e mergulhar em água fria com gelo de forma a manter a clorofila.
 4. Escorrer bem os coentros e triturar com o mix até formar um puré.
 5. Colocar a manteiga, que deve estar à temperatura ambiente, numa cuba e envolver o puré de coentros com ajuda de umas varas.
 6. Depois de bem misturado verter a manteiga para um tabuleiro e levar ao frio.



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt

CERTIFIED
VISITAZORES.COM
BY NATURE

Contemporary Cuisine



ESCOLA DE FORMAÇÃO TURÍSTICA E HOTELEIRA



Molho de Açafroa e Limão Galego

1,000 l Caldo de peixe
1,000 l Natas
0,200 kg Cebola
0,100 kg Manteiga
0,010 kg Açafroa
Q.b. Sumo de limão galego
Q.b. Vinho branco

Fazer um puxado de manteiga e cebola picada e deixar suar sem ficar corado.
Refrescar com vinho branco.
Adicionar o caldo de peixe e a nata e deixar reduzir a 2/3 do valor inicial.
Juntar a açafroa e sumo de limão galego a gosto.
Temperar com sal.



[efth.anfiteatro](https://www.facebook.com/efth.anfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.instagram.com/efthanfiteatro)



[efthanfiteatro](https://www.twitter.com/efthanfiteatro)

www.restauranteanfiteatro.com ♦ www.efth.com.pt

CERTIFIED
VISITAZORES.COM
BY NATURE

Contemporary Cuisine