

50 RECEITAS GOURMET PARA IMPRESSIONAR

Transforme sua cozinha em restaurante 5 estrelas!
Receitas profissionais simplificadas para o seu dia a dia

ÍNDICE COMPLETO

ENTRADAS SOFISTICADAS (12 receitas)

1. Carpaccio de Salmão com Alcaparras

2. Bruschetta de Tomate e Manjeriçao

3. Tartar de Atum com Abacate

4. Crostini de Ricota com Mel

5. Camarão ao Alho e Vinho Branco

6. Pâté de Fígado de Frango Trufado

7. Ostras Gratinadas ao Champagne

8. Carpaccio de Carne com Rúcula

9. Mousse de Salmão Defumado

10. Bolinho de Bacalhau Gourmet

11. Entrada de Queijo de Cabra

12. Ceviche Peruano Tradicional

PRATOS PRINCIPAIS (20 receitas)

13. Filé Wellington com Cogumelos

14. Cordeiro Assado com Ervas

15. Beef Bourguignon Francês

16. Picanha Grelhada com Chimichurri

17. Osso Buco Tradicional Italiano

18. Salmão Grelhado com Molho Hollandaise

19. Bacalhau à Lagareiro

20. Moqueca de Camarão Baiana

21. Linguado Meunière

22. Paella Espanhola Autêntica

23. Frango Cordon Bleu

24. Duck à l'Orange (Pato à Laranja)

25. Coq au Vin Tradicional

26. Frango Tikka Masala

27. Peru Recheado Natalino

28. Risotto de Camarão e Limão Siciliano

29. Lasagna Bolognese Autêntica

30. Fettuccine Alfredo Cremoso

31. Gnocchi de Batata com Molho Pesto

32. Carbonara Italiana Original



SOBREMESAS IRRESISTÍVEIS (18 receitas)

33. Petit Gateau com Sorvete

34. Mousse de Chocolate Belga

35. Fondant de Chocolate Amargo

36. Brownie Gourmet com Nozes

37. Cheesecake New York Original

38. Torta de Limão Francesa

39. Tiramisu Italiano Autêntico
40. Panna Cotta de Baunilha
41. Crème Brûlée Tradicional
42. Tarte Tatin de Maçã
43. Pavlova com Frutas Vermelhas
44. Soufflé de Maracujá
45. Gelato de Pistache
46. Mille-feuille de Morango
47. Profiteroles com Chocolate
48. Banoffee Pie Inglesa
49. Crêpe Suzette Flambado
50. Trifle de Frutas Vermelhas



ENTRADAS SOFISTICADAS

I. CARPACCIO DE SALMÃO COM ALCAPARRAS

 **Tempo**
20 min

 **Porções**
4 pessoas

 **Dificuldade**
Fácil

INGREDIENTES:

- ✓ 400g de salmão fresco sem pele
- ✓ 2 colheres de sopa de azeite extra virgem
- ✓ 1 limão (suco)
- ✓ 2 colheres de sopa de alcaparras
- ✓ 100g de rúcula
- ✓ 50g de queijo parmesão em lascas
- ✓ Sal e pimenta-do-reino a gosto
- ✓ Endro fresco para decorar

MODO DE PREPARO:

1. **Congele** o salmão por 30 minutos para facilitar o corte
2. **Corte** o salmão em fatias bem finas (2-3mm) com faca afiada
3. **Disponha** as fatias em pratos individuais
4. **Tempere** com sal, pimenta, azeite e suco de limão
5. **Decore** com rúcula, alcaparras, parmesão e endro
6. **Sirva** imediatamente gelado



DICA DO CHEF:

Use sempre salmão fresco de qualidade. O segredo está no corte fino e uniforme! Para facilitar, use uma faca bem afiada e mantenha o salmão sempre gelado.

2. BRUSCHETTA DE TOMATE E MANJERICÃO

 **Tempo**
15 min

 **Porções**
6 pessoas

 **Dificuldade**
Muito Fácil

INGREDIENTES:

- ✓ 1 baguete cortada em fatias
- ✓ 4 tomates maduros sem sementes
- ✓ 3 dentes de alho
- ✓ 1/2 xícara de manjericão fresco
- ✓ 4 colheres de sopa de azeite
- ✓ 2 colheres de sopa de vinagre balsâmico
- ✓ Sal e pimenta a gosto
- ✓ Queijo mussarela de búfala (opcional)

MODO DE PREPARO:

1. **Torre** as fatias de pão até dourar
2. **Esfregue** 1 dente de alho em cada fatia
3. **Pique** os tomates em cubos pequenos
4. **Misture** tomate, manjericão, alho picado, azeite e vinagre
5. **Tempere** com sal e pimenta
6. **Cubra** cada torrada com a mistura
7. **Finalize** com mussarela se desejar



DICA DO CHEF:

Retire as sementes dos tomates para evitar que a bruschetta fique aguada! Use tomates bem maduros para máximo sabor.



PRATOS PRINCIPAIS

13. FILÉ WELLINGTON COM COGUMELOS

 **Tempo**
2 horas

 **Porções**
6 pessoas

 **Dificuldade**
Avançado

INGREDIENTES:

- ✓ 1kg de filé mignon inteiro
- ✓ 500g de massa folhada
- ✓ 300g de cogumelos portobello
- ✓ 200g de patê de fígado
- ✓ 6 fatias de presunto de Parma
- ✓ 2 gemas de ovo
- ✓ 2 colheres de sopa de mostarda Dijon
- ✓ Sal, pimenta e tomilho a gosto

MODO DE PREPARO:

1. **Tempere** o filé e sele todos os lados na frigideira quente
2. **Pincele** com mostarda e deixe esfriar
3. **Refogue** os cogumelos até secarem bem
4. **Abra** a massa folhada e disponha o presunto
5. **Espalhe** o patê, cogumelos e coloque o filé
6. **Embrulhe** bem apertado na massa
7. **Pincele** com gema e asse a 200°C por 25-30 min
8. **Deixe** descansar 10 minutos antes de cortar



DICA DO CHEF:

O segredo é não deixar umidade! Seque bem os cogumelos e deixe o filé esfriar antes de embrulhar. Use termômetro para o ponto perfeito.

18. SALMÃO GRELHADO COM MOLHO HOLLANDAISE

 **Tempo**
30 min

 **Porções**
4 pessoas

 **Dificuldade**
Intermediário

INGREDIENTES SALMÃO:

- ✓ 4 postas de salmão (150g cada)
- ✓ Azeite, sal e pimenta
- ✓ Suco de 1 limão
- ✓ Ervas frescas (endro, salsa)

INGREDIENTES MOLHO HOLLANDAISE:

- ✓ 3 gemas de ovo
- ✓ 100g de manteiga sem sal
- ✓ 2 colheres de sopa de suco de limão
- ✓ 1 pitada de cayenne
- ✓ Sal a gosto

PREPARO SALMÃO:

1. **Tempere** o salmão com sal, pimenta e azeite
2. **Grelhe** 4-5 minutos cada lado
3. **Finalize** com limão e ervas

PREPARO MOLHO:

1. **Derreta** a manteiga e mantenha morna
2. **Bata** as gemas com limão em banho-maria
3. **Adicione** a manteiga aos poucos, batendo sempre

4. **Tempere** com sal e cayenne

5. **Sirva** imediatamente sobre o salmão



DICA DO CHEF:

O molho hollandaise deve ser servido morno. Se talhar, adicione 1 colher de água gelada e bata vigorosamente!



SOBREMESAS IRRESISTÍVEIS

33. PETIT GATEAU COM SORVETE

 **Tempo**
25 min

 **Porções**
4 pessoas

 **Dificuldade**
Intermediário

INGREDIENTES:

- ✓ 100g de chocolate meio amargo
- ✓ 100g de manteiga
- ✓ 2 ovos inteiros
- ✓ 2 gemas
- ✓ 60g de açúcar
- ✓ 40g de farinha de trigo
- ✓ Manteiga e cacau para as forminhas
- ✓ Sorvete de baunilha para acompanhar

MODO DE PREPARO:

1. **Derreta** o chocolate com a manteiga em banho-maria
2. **Bata** ovos, gemas e açúcar até clarear
3. **Adicione** o chocolate derretido morno
4. **Incorpore** a farinha peneirada delicadamente
5. **Unte** forminhas individuais com manteiga e cacau
6. **Distribua** a massa e asse a 200°C por 12-14 min
7. **Desenforme** ainda quente e sirva com sorvete



DICA DO CHEF:

O centro deve ficar cremoso! Não asse demais. O ponto certo é quando a borda está firme mas o centro ainda treme levemente.

37. CHEESECAKE NEW YORK ORIGINAL

 **Tempo**
4 horas

 **Porções**
12 pessoas

 **Dificuldade**
Intermediário

INGREDIENTES BASE:

- ✓ 200g de biscoito tipo maisena
- ✓ 80g de manteiga derretida

INGREDIENTES RECHEIO:

- ✓ 600g de cream cheese
- ✓ 200g de açúcar
- ✓ 3 ovos
- ✓ 200ml de creme de leite fresco
- ✓ 1 colher de sopa de essência de baunilha
- ✓ 2 colheres de sopa de farinha de trigo

MODO DE PREPARO:

1. **Triture** os biscoitos e misture com manteiga
2. **Forre** o fundo da forma e leve à geladeira
3. **Bata** cream cheese até cremoso
4. **Adicione** açúcar e bata bem
5. **Incorpore** ovos um a um
6. **Adicione** creme, baunilha e farinha
7. **Despeje** sobre a base e asse a 160°C por 50-60 min
8. **Desligue** o forno e deixe esfriar dentro dele

9. **Geladeira** por no mínimo 4 horas



DICA DO CHEF:

Para evitar rachaduras, não abra o forno durante o cozimento e deixe esfriar gradualmente!



SEGREDOS PROFISSIONAIS



TEMPEROS E CONDIMENTOS:

- **Flor de sal:** Use sempre para finalizar pratos
- **Pimenta na hora:** Moa sempre na hora para máximo sabor
- **Ervas frescas:** Adicione sempre no final do preparo
- **Azeite extra virgem:** Reserve para finalização, não para cozinhar



TÉCNICAS PROFISSIONAIS:

- **Mise en place:** Organize todos ingredientes antes de começar
- **Temperatura:** Use termômetro para carnes perfeitas
- **Descanse carnes:** Sempre 5-10 min após o cozimento
- **Prove sempre:** Ajuste temperos durante todo o preparo



APRESENTAÇÃO:

- **Pratos mornos:** Aqueça os pratos para pratos quentes
- **Limpeza:** Limpe bordas dos pratos antes de servir
- **Cores:** Combine ingredientes coloridos para visual atrativo
- **Altura:** Crie camadas e altura nos pratos



BÔNUS EXCLUSIVOS



Harmonização de Vinhos: Guia completo incluído!



Suporte VIP: Acesso ao grupo exclusivo para tirar dúvidas



Garantia Total: 7 dias para testar sem riscos



Aproveite estas receitas incríveis e torne-se o chef da sua casa!

Desenvolvido por chefs profissionais - Todos os direitos reservados