

## CORREIO INDICA

Isabela Berrogain

Prefere preparar a ceia em casa? Chefs de Brasília dão dicas de como turbinar as tradicionais receitas de peru

As tradições gastronômicas de fim de ano começam muito antes da mesa posta. São muitas as famílias que, em vez de jantar fora ou encomendar a ceia, optam por cozinhar as próprias receitas. O peru, prato principal do Natal, pode ser um desafio para os que se aventuram no fogão nesta época do ano — por isso, o *Divirta-se Mais* convidou os chefs Matheus Camargo, do Horta Parrilla, e Romão Olinda, do Olinda Bar e Restaurante, para ensinarem diferentes modos de preparo da ave.

Para Matheus, é possível incrementar a receita do peru com uma marinada à base de ervas, temperos e vinho branco. “Deixe a ave marinando por pelo menos 24h. Depois, asse-a em duas etapas: primeiro, cubra as partes menores com papel alumínio e deixe assando por 2h a 180°C”, detalha o chef. Em seguida, deve-se retirar o alumínio e aumentar a temperatura para 200°C, deixando o peru no forno por mais 30 minutos.

Responsável pela cozinha do Olinda, Romão indica o preparo de um

TIMOLINA/FREEPIK



Uso de ingredientes aromáticos confere um sabor especial às receitas de peru

## Com toque caseiro

### Aprenda a fazer a marinada do chef Matheus Camargo

#### INGREDIENTES

- 4 colheres de sopa de pesto de manjeriço
- 200ml de vinho branco
- 20g de sal
- 5g de pimenta branca
- ½ limão (suco)
- 4 dentes de alho (amassados)
- 1 cebola (picada)

- ¼ de salsão (picado)
- Modo de preparo da marinada
- Misture todos os ingredientes da marinada em um recipiente grande
- Passe a marinada por todo o peru, inclusive embaixo da pele e dentro da cavidade
- Cubra e deixe na geladeira por pelo menos 24 horas
- Modo de preparo do peru

- Preaqueça o forno a 180°C
- Cubra as partes menores (asas e pontas das coxas) com papel alumínio para evitar que queimem
- Asse por 2 horas
- Retire o papel alumínio, aumente a temperatura para 200°C e asse por mais 30 minutos ou até dourar
- Retire do forno e deixe a ave descansar por 15 minutos antes de fatiar

mirepoix. “É uma mistura de partes iguais de cebola, cenoura e salsão, disposta no fundo da forma junto com um pouco de água e vinho branco. O peru é colocado para assar sobre esse

preparo”, explica o chef. “Durante o cozimento, a água e o vinho evaporam, ajudando a aromatizar a carne. Ao final, essa mistura, junto com os sucos que se desprendem da ave, pode

ser transformada em um delicioso molho para acompanhar o prato”, sugere.

O cozinheiro também dá dicas de quais ingredientes utilizar para temperar o peru: “Uma excelente

forma de temperar é colocar ingredientes aromáticos na cavidade da ave, como sálvia, alecrim, manjeriço e até uma laranja ou limão siciliano. Isso confere um sabor único”, garante.