

# PARGO

## *Ingredientes*

---



Pargo // Cherovia // espargos // fondant batata // Tinto

### **Molho Vinho Tinto:**

650 ml vinho tinto Val Moreira  
85 ml vinho do Porto  
250 ml caldo de galinha  
250 ml caldo de Peixe  
50 ml de natas  
Q.B sal

### **Pargo:**

3 kg pargo  
Q.B azeite Santa Vitória  
Q.B sal

### **Espargos:**

200 gr espargos  
50 gr manteiga  
Q.B sal  
Q.B caldo de galinha

### **Praliné Couve Flor:**

500 gr couve flor  
200 gr manteiga  
100 gr natas  
Q.B sal

### **Fondant Batata:**

300 gr batata vermelha  
100 gr manteiga  
Q.B caldo de galinha

---

*Saborea Madeira  
Showcooking ExpoMadeira  
2022*



Sub Chef Diogo Viveiros

# FILETE DE PORCO EM SIDRA DE ALHO PARA DOMINGO EM BARBECUE

## CRUMBLE DE FARINHA DE PÊRA

### *Ingredientes*

3 filetes de porco  
200 gr alho  
5 dl sidra da Madeira  
50 gr segurelha  
2 folhas de louro  
150 gr de pêra Domingo  
250 gr batatas (semilhas)  
100 gr cebola  
50 cl natas  
5 cl de leite  
50 gr maracujá fresco  
50 gr açúcar  
1 dl azeite  
250 gr manteiga  
200 gr salsa  
100 gr farinha de bora de maçã  
100 gr flocos de aveia  
Q.B sal e pimenta

### *Método de preparar*

Marinar a carne com sidra, alho, louro e segurelha na véspera.

Confeccionar o gratin de batatas com a semilha coradas finas, leite, nata e um pouco de alho picada, sal e pimenta, cozer no forno.

Preparar um crumble com os flocos de aveia, manteiga mole, farinha de aveia e salsa, triturar, e cozer no forno.

Alourar o filete com azeite, manteiga, juntar um pouco de sidra à marinada. Deixar descansar

Cortar a pera, triturar e reservar.

Reduzir a marinada, a sidra, um pouco de açúcar, colocar na frigideira do filete para recuperar alguns sucos da carne, adicionar o maracujá, e ligar com manteiga.

No centro do prato colocar o crumble, 2 fatias do filete, com pontos de puré de pera. Regar com molho.

Sugestão de vinho:

Um bom vinho verde, ou Sidra 2021 Neto e Gautier

*Saborea Madeira  
Showcooking ExpoMadeira  
2022*



Chef Yves Gautier

# CODORNIZ EM VINHA D'ALHOS, ENDÍVIAS CONFITADAS, FEIJÃO VERDE COM ALHO E CEBOLA ROXA GRELHADA

## *Ingredientes*

---

2 kg codorniz  
1 l azeite  
1 pimento vermelho  
500 gr alho  
50 gr salsa  
500 gr feijão verde  
1 kg cebola roxa  
200 gr manteiga  
1 l vinagre de vinho  
50 gr segurelha  
50 gr orégãos  
1 vinho madeira  
200 gr limão  
450 gr endívias  
200 gr bolo de caco (4 unidades)  
1 kg batata bolota pequena

---

*Saborea Madeira  
Showcooking  
ExpoMadeira  
2022*



Chef João Petito

# BODIÃO COM AROS DE LULAS SALTEADAS EM MANTEIGA DE ALHO, PURÉ DE BATATA-DOCE E LEGUMES TORNEADOS

## *Ingredientes*

---

600 gr bodião  
5 coentros  
50 gr mel de abelhas  
50 gr orégãos frescos  
1 kg lulas  
50 gr segurelha  
2 kg de batata doce  
1 kg curgete  
1 kg cenoura  
Flor de sal  
1 kg feijão verde  
Pimenta preta  
500 gr tangerina  
100 gr alho  
Azeite virgem  
Canela  
500 gr lima  
500 gr limão  
200 ml natas  
Macieira  
50 gr salda  
200 gr manteiga

---

*Saborea Madeira  
Showcooking  
ExpoMadeira  
2022*



Chef João Petito