



# Azeite de oliva em receitas rápidas

Os egípcios consideravam o azeite de oliva como um presente dos deuses. Na Grécia, Homero o batizou de “ouro líquido” e os judeus o usavam para ungir seus reis. Alimento funcional e de

grande versatilidade, o azeite é o tema do livro *Conhecer, Amar, Cozinhar com Azeite de Oliva* (Editora Melhoramentos), de Carla Bardi. Da publicação, o Gourmet pinçou fórmulas fáceis.

## MAIONESE

Para fazer uma maionese clássica, use 2 gemas grandes, 2 colheres (chá) de mostarda Dijon, 1 colher (sopa) de suco de limão, 1 colher (sopa) de vinagre de vinho branco, 1 xícara (chá) de azeite de oliva extravirgem, sal e pimenta branca moída na hora.

Coloque as gemas, a mostarda, o suco de limão e o vinagre numa tigela média e bata para

misturar. Sempre batendo, adicione aos poucos 3 colheres (sopa) de azeite até incorporá-lo. Continue juntando o azeite em fio, batendo sempre, até que fique densa e cremosa. Tempere com sal e pimenta. Deve ser mantida na geladeira em recipiente hermeticamente fechado por 2 dias. Sirva com pães, saladas, legumes, peixes etc.

## PESTO

Para fazer um pesto tradicional, você vai precisar de 1/2 xícara (chá) de pinole levemente torrado, 2 dentes de alho descascados, 1/2 xícara (chá) de queijo parmesão ralado, 3/4 xícara (chá) de azeite de oliva extravirgem, 3 xícaras (chá) de folhas de manjericão fresco, sal e pimenta-do-reino moída na hora. No processador de alimentos, bata o pinole e o alho até obter uma pasta grossa. Adicione o queijo

e metade do azeite e bata o suficiente para misturar. Acrescente o manjericão e pulse, limpando as paredes da jarra várias vezes com um lambe-lambe, até que esteja bem picado. Junte aos poucos o azeite restante e bata até obter um molho cremoso. Tempere com sal e pimenta. Combina com massas, legumes, carneiro, queijo, sobre pão e torrada e onde mais a sua imaginação mandar.

## HOMUS MARROQUINO

Essa variação do homus tradicional, preparada no Norte do continente africano, serve de entrada ou petisco. A receita leva a pasta tahine, feita de sementes de gergelim, bastante usada na culinária do Oriente Médio e que você encontra em casas especializadas em produtos gourmet. Os ingredientes são 1 cebola cortada em oito, 1/4 xícara (chá) de água, 1 pitada de estigmas de açafrão (na falta, pode ser cúrcuma), 2 xícaras (chá) de grão-de-bico cozido (ou em conserva, escorrido), suco de 1 limão, 4 colheres (sopa) de azeite de oliva extravirgem e mais para regar, 2 dentes de alho picadinhos, 2-3 colheres (sopa) de tahine, 1/4 colher (chá) de cominho em pó, 1/4 colher (chá) de pimenta caiena (pimenta vermelha

típica da Guiana Francesa), sal e pimenta-do-reino moída na hora, mais páprica picante para polvilhar. Numa panela pequena coloque a cebola, a água e o açafrão. Cozinhe em fogo baixo até a cebola ficar macia, cerca de dez minutos. Escorra e reserve o líquido do cozimento. No processador de alimentos, coloque o grão-de-bico e a cebola com um pouco do líquido reservado. Junte o suco de limão, 1 colher (sopa) de azeite, o alho, o tahine, o cominho e a pimenta caiena. Bata até ficar uma mistura lisa. Adicione o restante do azeite. Tempere com sal e pimenta. Polvilhe páprica picante e tempere com mais azeite. Sirva com pão sírio fresco ou torrado, biscoitos salgados ou fatias de pão fresco. Excelente para acompanhar frango, especialmente grelhados.