

# x12 betano - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: x12 betano

---

## Spaghetti aglio, olio e peperoncino (spaghetti com alho, azeite e pimenta)

Sinto que todas as famílias na Itália devem comer este, ou uma variação dele, algumas vezes por semana para o almoço. Realmente, não é possível ser mais fácil do que isso. O único detalhe a se lembrar é que o alho precisa ser ralado finamente (ou muito finamente picado) e cozido lentamente, para que o prato não tenha sabor de alho cru.

Para 2 pessoas

**225g spaghetti de qualidade**

**100ml azeite de oliva**

**2 dentes de alho**, ralado finamente

**1 pimenta longa vermelha**, picada finamente

**3 colheres de sopa de folhas de manjericão picadas finamente**

**2 colheres de sopa de parmesão ralado**

**Sal marinho**

Pangrattato (veja receita abaixo), acompanhar (opcional)

Cozinhe o spaghetti **x12 betano** água fervente salgada abundante até al dente, de acordo com as instruções no pacote.

Enquanto o spaghetti está cozinhando, aqueça o azeite de oliva **x12 betano** uma frigideira a fogo baixo e doucemente cozinhe o alho e a pimenta até que o alho fique transparente. Quando o alho e a pimenta estiverem no ponto perfeito, parem de cozinhar ainda mais removendo a frigideira do fogo e adicionando uma raspa da água fervente da massa. Reserve até que a massa esteja pronta.

Escorra a massa (reservando um pouco da água da massa) e adicione à frigideira, então misture **x12 betano** fogo baixo até ficar bem untada, adicionando quantidade suficiente de água da massa para soltar a molho.

Esparso o manjericão e o parmesão, tempere com sal e continue mexendo até bem emulsionado – a molho deve ser espessa e oleosa, e manchada com alho, pimenta e manjericão. Sirva **x12 betano** tigelas aquecidas, polvilhado com pangrattato, se usar.

## Orecchiette com cime di rapa, anchovy e pangrattato

'Embora esta molho seja simples, ela está cheia de sabor': as orecchiette, cime di rapa, anchovy e pangrattato de Andreas Papadakis. [O roulette](#)

Fazer as orecchiette é tempo-consumidor, mas também é divertido e gratificante assim que você pegar o jeito. Eu recomendo fazer apenas o suficiente para uma ou duas porções para começar, e não se preocupe se elas não ficarem perfeitas. Eu gosto de usar um pouco de farinha de centeio integral na massa porque ela é mais textural e mais rústica. E se você não tiver tempo para fazer suas próprias orecchiette, você pode naturalmente usar 225g de orecchiette seca **x12 betano** vez disso.

Embora esta molho seja simples, ela está cheia de sabor – nós sempre usamos cime de rapa (também conhecido como broccoli rabe ou folhas de nabo) quando estiver **x12 betano** temporada, mas **x12 betano** outros momentos do ano tente broccolini **x12 betano** vez disso.

Para 2 pessoas

**100g cime di rapa** (aproximadamente metade um feixe), lavado e escurrido muito bem

**60ml azeite de oliva** (¼ xícara)

**1 dente de alho**, picado finamente

**½ pimenta longa vermelha**, picada finamente

**4 filetes de anchovy** **x12 betano** **azeite de oliva** (idealmente da Sicília), escurrido

**Raladura fina de 1 pequeno limão**

**1 colher de sopa de folhas de manjeriço picado**

**2 colheres de sopa de parmesão ralado**

**Pangrattato** (veja receita abaixo), acompanhar

*Para a massa*

**100g farinha de centeio integral leve**

**40g farinha de trigo duro semolina**

**240ml água aquecida a 80°C**

Para fazer a massa na batedeira elétrica, coloque todos os ingredientes na tigela e misture com o acessório gancho por cinco a seis minutos até ficar suave e elástica. Alternativamente, você pode misturar essa massa à mão, pois é mais fácil de trabalhar do que uma massa de massa com ovos. Em um grande recipiente, misture as farinhas juntas, então faça um buraco no centro e coloque a água quente. Com uma forquilha, misture lentamente a água com as farinhas até ficar com consistência de migalha. Transfira para uma superfície de trabalho limpa e amasse até ficar elástica e suave, mas não muito macia – cerca de 10 minutos. Envolve firmemente a massa **x12 betano** filme plástico ou **x12 betano** filme alimentar reutilizável e deixe descansar por pelo menos 30 minutos. Eu acho que essa massa é melhor usada no mesmo dia **x12 betano** que é feita.

Orelhas pequenas... como dar forma às orecchiette.

Para dar forma às orecchiette, corte uma pequena porção de massa – cerca de 50g é um bom tamanho – e role **x12 betano** um log com cerca de 1cm de largura, então corte **x12 betano** nuggets de 1cm. Em uma superfície de trabalho levemente polvilhada com farinha, use um `python` faca de refeição para pressionar **x12 betano** cima de cada nugget de massa, empurrando para longe de si e mantendo a pressão consistente – a massa deve se enrolar **x12 betano** torno do faca. Solte suavemente a massa do faca, empurrando o polegar do lado de dentro e virando a orecchiette para dentro, então reserve **x12 betano** uma superfície polvilhada com semolina. Repita até que todas as orecchiette sejam feitas, então deixe secar enquanto começa a molho.

Para preparar o cime di rapa, retire e descarte os extremos madeireiros, então espesse as hastes finamente. Mantenha as folhas e floretes **x12 betano** pedaços grandes.

Coloque uma frigideira grande a fogo médio-baixo, adicione o azeite de oliva e doucemente cozinhe o alho, pimenta e anchovies por um a dois minutos. Adicione o cime di rapa e cozinhe por dois a três minutos, ou até ficar apenas tenro, então remova do fogo e adicione uma raspa de água para parar a cozimento e evitar que queime.

Inscreva-se em [Salvo para mais tarde](#)

Pegue o melhor do que há de divertido com a newsletter de estilo de vida e cultura do Guardian Australia com as últimas tendências, dicas e conteúdo pop

**Aviso de Privacidade: As newsletters podem conter informações sobre caridade, anúncios online e conteúdo financiado por terceiros. Para mais informações, consulte nossa Política de Privacidade. Usamos o reCaptcha da Google para proteger nosso site e o Aviso de Privacidade e Termos de Serviço da Google se aplicam.**

depois da promoção de [newsletter](#)

Cozinhe a orecchiette **x12 betano** água fervente, salgada abundante até al dente, quatro a cinco minutos, dependendo do tempo de secagem da massa. Escorra a massa (reservando alguma da água da massa) e adicione à frigideira, juntamente com a raladura de limão, manjeriço e

parmesão. Misture tudo junto **x12 betano** fogo baixo até o azeite e queijo ter emulsionado, adicionando um pouco da água da massa reservada, se necessário. Sirva **x12 betano** tigelas aquecidas, com uma boa quantidade de pangrattato por cima.

## Pangrattato

Não seja tentado pular os panko grandes e absorventes – eles fazem toda a diferença – e se a **x12 betano** molho de massa contiver anchovies **x12 betano** conserva **x12 betano** óleo, você também pode substituir algum do azeite com óleo do frasco. O pangrattato mantém-se bem, geralmente faço uma grande partida e guardo-o **x12 betano** um frasco para usar durante a semana – pode ser polvilhado por cima de quase qualquer massa.

Faz ``

## Fale conosco: envie suas dúvidas, críticas ou sugestões

Nós da Equipe Xinhua estamos sempre abertos a receber feedback de nossos leitores. Se você tiver alguma dúvida, crítica ou sugestão, por favor, entre **x12 betano** contato conosco através dos seguintes canais:

### Telefone

0086-10-8805-0795

### E-mail

[portuguesexinhuanet.com](http://portuguesexinhuanet.com)

---

#### Informações do documento:

Autor: [symphonyinn.com](http://symphonyinn.com)

Assunto: x12 betano

Palavras-chave: **x12 betano** - [symphonyinn.com](http://symphonyinn.com)

Data de lançamento de: 2024-08-28