



BY CHEF  
FREDY  
GUERREIRO

RECEITA

## JARDIM DE CRUDITÉS

### Crudités

Maçarocas de milho baby  
Mini cenouras  
Cogumelos Honshimenji  
Espargos verdes  
Rabanetes  
Grelos de brócolos  
Micro rebentos variados

1. Para o milho, cenouras, espargos e brócolos escaldar cerca de 30 a 45 segundos em água abundante, temperada com sal, a ferver.
2. Retire para um recipiente com água e gelo para parar a cozedura imediatamente. Retire e reserve.
3. Para os cogumelos saltear numa frigideira bem quente com um fio de azeite durante 10-20 segundos, tempere com sal. Retire e reserve.
4. Os rabanetes e os micro rebentos são servidos a cru.

### Mousseline de beringela

1 beringela  
1 gema ovo  
50 g Azeite  
15 g Vinagre de jerez  
700 ml óleo de girassol  
5 g alho ralado  
Sal qb  
10 g mostarda Dijon

1. Embrulhe a beringela em papel alumínio e coloque na chama do bico do fogão diretamente e deixe queimar cerca de 1 minuto, virando  $\frac{1}{4}$  de volta de cada vez.
2. Deixe arrefecer, retire a casca queimada o mais possível e a sementes do interior se tiver.
3. Numa liquidificadora coloque a beringela, mostarda, gema de ovo e alho ralado e triture até ficar homogéneo. Verta o óleo em fio e emulsione.
4. Junte o vinagre e azeite e incorpore.
5. Ajuste os temperos.

### Terra de azeitona

400 g azeitona preta descarçada  
50 g tostas ou croutons  
1 cc boletus em pó

1. Colocar as azeitonas num tabuleiro de forno, ou desidratadora, programar a 60°C e deixar que desidratem cerca de 12 horas.
2. Triturar os croutons.
3. Triturar a azeitona desidratada.
4. Misturar o pão ralado, azeitona e pó de cogumelos.

### Finalização

Colocar um pouco da mousseline de beringela no prato, cobrir com a terra de azeitona. Dispos os legumes aleatoriamente e a gosto, na terra. Colocar os micro rebentos e servir.