

AEG



Cogumelo Eryngii com dashi de liquens

by Chef Freddy Guerreiro

Tendências de Sabor **Umami**





Com o forno SteamCrisp é possível desidratar alimentos a baixa temperatura. Ou assar alimentos com vapor suave, para destacar a sensação de Umami, enquanto se mantém a humidade natural e o sabor original de cada ingrediente. A crosta? Essa fica crocante e com um tom dourado profundo.

O Umami está presente em ingredientes como carne, cogumelos, tomates, algas, produtos fermentados como queijo, anchovas, presunto, molho de soja e tantos outros. Potenciar a sensação de Umami na cozinha depende da escolha dos ingredientes certos e da forma como são cozinhados.

A sensação que o nosso paladar reconhece como Umami, pode-se descrever como um salgado, robusto, complexo e que normalmente está associado ao delicioso. Esta sensação deve-se à presença de aminoácidos que despoletam no nosso cérebro gatilhos que nos remetem para comer algo delicioso e nos faz ansiar por mais.

Óleo de Kombu

Ingredientes

- 10g alga kombu
- 100g óleo de amendoim

Preparação

1. Aquecer o forno a 190°C selecionando o programa de vapor suave (25% de vapor/75% calor).
2. Colocar alga kombu cortada em pedaços no forno durante 15min.
3. Aquecer o óleo de amendoim e adicionar as algas.
4. Triturar, coar e reservar.



Cogumelo Eryngii

Ingredientes

- 1 cogumelo Eryngii
- 50g molho de soja
- 15g vinagre de arroz
- 50g mirin
- Sal qb
- Katsuo bushi qb
- Óleo de kombu

Preparação

1. Num tacho, levar a soja, o mirin e o vinagre de arroz a levantar fervura e reduzir ligeiramente. Juntar katsuo bushi e deixar infusional 10min. Coar e reservar.
2. Cortar o cogumelo ao meio longitudinalmente e cortar superficialmente em quadrado. Temperar com sal.
3. Numa frigideira bem quente com um fio de óleo de kombu, marcar com o lado dos cortes para baixo.
4. Virar, juntar e pincelar a parte de cima com a soja reduzida.
5. Voltar novamente e caramelizar.

Dashi e liquens

Ingredientes

- 10g cogumelos shitake desidratados
- 10g alga kombu
- Sal qb
- Liquens (opcional)

Preparação

1. Regenerar os cogumelos shitake demolhando-os em água pelo menos duas horas. Aquecer o líquido com a alga kombu e os liquens, imediatamente antes de levantar fervura desligar e deixar infusional.
2. Coar, reservando os cogumelos para outra preparação.
3. Temperar com sal e molho de soja.

Finalização

Colocar o cogumelo num prato fundo, verter algum do caldo em volta. Colocar umas gotas de óleo de kombu.



Forno SteamCrisp

Vapor 25% Assados suculentos por dentro, crocantes por fora.
Sonda térmica Bem passado. Médio. Mal passado. Ao seu gosto.
Capacidade e ventilador XL Cozedura em 3 níveis em simultâneo.

Sabor a outro nível