

SOPA SECA DE AMÊIJOAS COM ESPARGOS VERDES E BRANCOS



Revista
Fev. | Mar. 10

Fotos: Renato Costa
Chef: Renato Costa

OS INGREDIENTES

Amêijoas • pão • ovos • leite • espargos verdes e brancos • espinafres • alface • coentros • chalota • alho • azeite • azeite de avelã • sal • gelatina • agar-agar

PREPARAÇÃO

Sopa seca: Retire a pele exterior dos espargos verdes e brancos • Separe as pontas • Faça um refogado com azeite e algumas rodellas de chalota • Junte o corpo dos espargos previamente cortados • Tempere • Deixe suar um pouco • Retire do lume • Escalde espinafres e coentros • Junte aos espargos e faça um puré • Coe num passador chinês • Junte um ovo batido • Leve ao forno a 160°C numa chávina tapada em banho-maria com água fria durante 40 minutos • Retire a sopa logo que fique seca • Reserve até servir na chávina

Lâmina de leite apimentada: Junte o leite gordo com agar agar e sal • Ferva • Adicione a gelatina • Coe • Espalhe o leite num tabuleiro • Por cima, disponha o gel de alface colorido em cima do leite • Reserve no frio

Amêijoas: Refogue a chalota num fio de gordura de azeite • Adicione as amêijoas • Tape o sauté • Deixe abrir as amêijoas do lume e no fim adicione os coentros

Ovo escalfado a baixa temperatura: Escalfe o ovo em água a uma temperatura de 65°C durante 25 minutos

Espargos em vácuo: Tempere os espargos com azeite e sal • Embale em vácuo • Coza-os em água a ferver durante 3 minutos **Espargos salteado:** Num sauté, salteie os espargos em azeite • Retire-os do lume e tempere com flor de sal

Pão crocante: Desfaça uma fatia de pão em pequenas migalhas • Salteie-as num sauté com um fio de azeite e dois dentes de alho

APRESENTAÇÃO

Coloque em cima da chávina da sopa seca o ovo escalfado • Tempere-o com azeite de avelã e sal • Em cima de um prato com o fundo negro, coloque a ponta dos espargos, as lâminas de leite, os espargos, as amêijoas e as migalhas crocantes de pão • Aromatize com coentros

ALMANCIL: Av. 5 de Outubro 271 • Almancil • Tel.: 289 351 440

GALÉ: Sítio Vale do Rabelho • Guia • Albufeira • Tel.: 289 583 950

WWW.APOLONIA.COM

Ápolónia
SUPERMERCADOS