

Para mais tarde

Ao fazer em casa estas conservas, você cria rapidinho tira-gostos variados ou incrementa lanches e grelhados – além de aproveitar produtos sazonais por mais tempo

CONSULTORIA ANA LUIZA TRAJANO TEXTO BEATRIZ KOCH FOTOS BRUNO GERALDI PRODUÇÃO FLORISE OLIVEIRA

1 CONSERVA DE FRUTOS DO MAR PRONTO EM 1 HORA RENDE 2,5 QUILOS

Sal e pimenta-do-reino moída a gosto

- 1 quilo de polvo limpo
- 1 quilo de lula em anéis
- 1½ xícara de azeite
- 6 pimentões vermelhos
- 2 punhados de coentro picado
- 10 dentes de alho picadinhos
- 3 colheres (sopa) de mostarda escura
- Suco de 4 limões
- 2 colheres (sopa) de mel
- 1/2 xícara de vinagre

Em uma panela grande com água e sal, cozinhe o polvo em fogo médio por 40 minutos ou até ficar macio, mas ainda tenro. Escorra. Corte em pequenos pedaços e reserve. Em uma frigideira, refogue a lula, temperada com uma pitada de sal e um pouco de azeite, em fogo médio, por cinco minutos. Reserve. Em uma assadeira, leve os pimentões ao forno preaquecido a 220°C até que a pele fique preta. Retire do forno e deixe amornar. Remova a pele e as sementes e corte os pimentões em tiras. Em uma tigela, junte o pimentão, o polvo e a lula cozidos e misture. Tempere com o azeite restante e os demais ingredientes e transfira para um vidro de conserva. Dura até uma semana na geladeira. Acompanha bem torradas, como aperitivo, saladas e grelhados.

2 CONSERVA DE BATATA-BOLINHA PRONTO EM 20 MINUTOS + TEMPO DE GELADEIRA RENDE 1,3 QUILO

- 1 quilo de batata-bolinha cozida com casca
- 2 cebolas
- 3 dentes de alho
- 2 pimentões verdes
- 4 tomates verdes sem sementes
- 1 maço de salsinha
- 1 xícara de azeite
- 1/2 xícara de vinagre
- Sal e pimenta-do-reino moída a gosto

Em uma tigela, fure as batatinhas já cozidas com um garfo. Triture ou pique as cebolas, o alho, os pimentões, os tomates e a salsinha. Junte às batatas e acrescente os demais ingredientes. Cubra com filme plástico e deixe curtindo na geladeira de um dia para o outro. Sirva gelada. Dura até cinco dias. Combina com churrasco e carne de panela.

3 CONSERVA DE TOMATE ASSADO PRONTO EM 1 HORA RENDE 700 GRAMAS

- 700 gramas de tomate débora em rodela
- 2 xícaras de azeite
- 1½ xícara de vinagre

- 1 pitada de açúcar
- Sal, pimenta-do-reino moída e orégano a gosto

Com uma colher de chá, retire as sementes dos tomates. Em uma assadeira forrada com papel-alumínio e pincelada com azeite, disponha as rodela de tomate. Regue com apenas um fio de azeite e de vinagre e tempere com os demais ingredientes. Asse em forno preaquecido a 200°C por 50 minutos ou até ficarem cozidos e murchos, sem deixar queimar. Transfira para um vidro de conserva e cubra com o azeite e o vinagre restantes. Use para incrementar o recheio de sanduíches e para temperar salada verde.

4 CONSERVA DE LEGUMES PRONTO EM 15 MINUTOS + TEMPO DE DESCANSO RENDE 400 GRAMAS

- 1/2 garrafa (375 mililitros) de vinagre de maçã
- 1½ xícara de açúcar
- 1/2 pepino japonês em rodela
- 1/2 cenoura em rodela
- 1/2 nabo em rodela
- 1/2 xícara (chá) de couve-flor em buquês
- 1 pitada de sal

Em uma panela, ferva, em fogo médio, o vinagre com 1½ xícara de água e o açúcar, sem mexer. Desligue o fogo. Acrescente os legumes e tempere com sal. Espere esfriar. Transfira para um pote de vidro e deixe curtir em temperatura ambiente por pelo menos 48 horas antes de servir.

Produção visual Lorena Baroni Bósio • Produção culinária Janaina Resende (Estúdio Fuê) • Tábua de mármore, Tylfi Home; potes, Imeltron

De pupunha
Receita em
claudia.com.br

De maxixe
Receita em
claudia.com.br

A conserva de pimentas pode ser feita com azeite, vinagre ou cachaça (como esta, que ensinamos em claudia.com.br). "O que vai determinar sua picância é o tempo curtindo", diz Ana Luiza Trajano. A dica é pingar gotas do caldinho de feijão