

PIRARUCU



Sabores da Amazônia que representam oportunidades de negócios



Especialista em pequenos negócios / 0800 570 0800 / sebrae.com.br

PIRARUCU



Sabores da Amazônia que representam oportunidades de negócios



© 2016. Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas – Sebrae

Todos os direitos reservados.

A reprodução não autorizada desta publicação, no todo ou em parte, constitui violação dos direitos autorais (Lei nº 9.610/1998).

Informações e contatos

Sebrae – Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas
SGAS 604/605 . Conjunto A . Brasília-DF .

CEP: 70.200.904

Unidade de Atendimento Setorial – Agronegócios

Telefone: (61) 3348.7372

www.sebrae.com.br

Presidente do Conselho Deliberativo Nacional

Robson Braga de Andrade

Diretor-Presidente

Guilherme Afif Domingos

Diretora-Técnica

Heloisa Menezes

Diretor de Administração e Finanças

Vinicius Lages

Gerente da Unidade de Atendimento Setorial – Agronegócios

Augusto Togni

Gerente Adjunto da Unidade de Atendimento Setorial – Agronegócios

Gustavo Reis

Coordenadora Nacional de Aquicultura e Pesca

Newman Costa

Consultoria

Wermerson Soares de Araújo

Gerentes de Agronegócios e gestores do Projeto Estruturante Pirarucu da Amazônia

Sebrae/AC – Rina Costa, gestora

Sebrae/AP – Lindeti Góes Ferreira e Antonio Espírito Santo Vieira de Carvalho, gestores

Sebrae/AM – Carlos Fábio de Souza, gestor

Sebrae/PA – Priscila Hoshino, gerente; Carlos dos Reis Lisboa Júnior, gestor

Sebrae/RO – João Machado Neto, gestor

Sebrae/RR – Aldrin do Nascimento Lopes, gerente; Dryelle Vieira Oliveira, gestora

Sebrae/TO – Magvan Gomes Botelho Souza, gerente; Renato Albuquerque da Cunha, gestor

Agradecimentos aos chefs

Acre – Jaire Cunha

Amapá – Dom Garcia, Socorro Azevedo e Aline Lobo

Amazonas – Ana Cláudia da Silva , Milton Rola e Hiroya Takano

Pará – Paulo Anijar, Artur Bestene e Prazeres Quaresma

Rondônia – Fernando Von Noble e Raunei Gonzaga do Nascimento

Roraima – Kalu Brasil

Tocantins – Edilson Lima Damasceno e Expedito Melo

Convidados – Morena Leite, Vico Crocco e Simon Lau Cederholm

Fotos da Capa:

Foto do pirarucu – Jefferson Christofolletti (Embrapa Pesca e Aquicultura)

Fotos de pratos – Luciana Barbo

Impressão

Versão

Novembro 2016

Pirarucu: qualidade, eficiência e boa gestão ambiental

Desenvolvido em parceria com as unidades do Sebrae na Região Norte, o Projeto Estruturante Pirarucu da Amazônia, criado em 2008, mostra como o Sebrae Nacional, desde a última década, vem investindo na maior valorização da gestão ambiental, aliada à política pública que valoriza as características regionais, o foco na eficiência tecnológica e o acesso a novos mercados.

O projeto tem como objetivo desenvolver um filão de oportunidades com o cultivo do mais saboroso peixe de água doce com escama do mundo. Neste momento, em 2016, ao final da iniciativa, o Sebrae e os parceiros comemoram a entrega de um produto pronto para conquistar mais mercados no Brasil e no exterior.

Em oito anos, a experiência desenvolveu boas práticas. A um só tempo, criou alternativa para a preservação da fauna nativa e do meio ambiente, tecnologias apropriadas para a produção e a reprodução da espécie e culinária de qualidade assinada por chefs renomados na região e no Brasil.

Implementar uma gestão ambiental consciente exige persistência para derrubar preconceitos. Com o projeto, foi possível vencer descrenças e mostrar a viabilidade econômica

do cultivo de pirarucu em sistemas produtivos eficientes. É o que já acontece com espécies de outros países que invadem todos os dias o cardápio dos restaurantes e das mesas dos brasileiros.

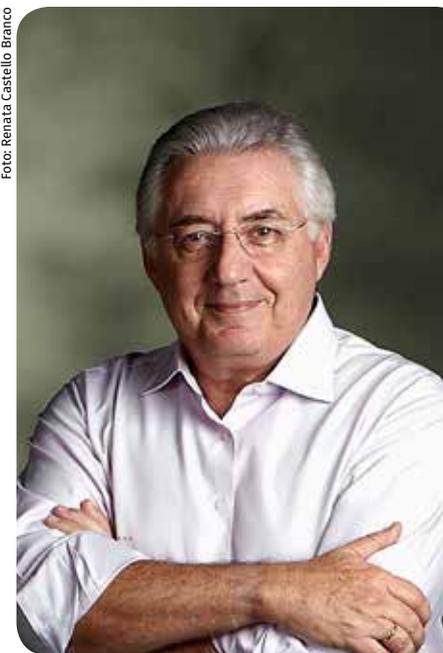
Resultado: a produção da espécie cultivada deu um salto espetacular nesse período, com polos experimentais instalados em todos os sete estados da região amazônica. Isso contribuiu ainda mais para manter os exemplares nativos livres da ameaça de extinção.

É um resultado obtido por uma rede de parceiros, a exemplo das unidades estaduais do Sebrae na Amazônia, da Embrapa Pesca e Aquicultura, da secretaria federal e das secretarias estaduais envolvidas com a valorização da piscicultura. Também foi indispensável contar com a parceria dos empreendedores que resolveram apostar no projeto.

O sabor do êxito pode ser degustado em 23 pratos reunidos nesta publicação. São receitas deliciosas, que foram elaboradas por 3 chefs convidados e 15 participantes das mostras gastronômicas Pirarucu da Amazônia, realizadas em 2014, 2015 e 2016.

Boa leitura, bons lucros e ótimo apetite.

Foto: Renata Castello Branco



Guilherme Afif Domingos,
Presidente do Sebrae Nacional

Brindando o pirarucu

* Vico Crocco, chef de cozinha

Um peixe majestoso, saboroso e brasileiro. Vermelho como o urucum, tão grande como a imensidão das águas quentes e doces em que vive.

Encontra um par para toda a vida, um encontro às vezes muito demorado assim como os nossos, mas eterno e cheio de filhos.

O pirarucu é um dos maiores peixes de água doce do mundo, cheio de histórias; até os dias de hoje, conseguido em sua maioria por extrativismo, presente na cultura do índio e das pessoas que moram na beira dos rios do norte do país.

Hoje, pelas mudanças do mundo, está ficando cada vez mais difícil encontrar essa beleza nas águas. Quando estão cuidando de suas crias, os pais ficam mais vulneráveis, mais fáceis de serem capturados pelos humanos, e seus filhotes acabam tendo de se tornar adultos mais rápido. Na maioria das vezes, não conseguem sozinhos crescer e se tornarem pais.

Hoje, programas de capacitação da produção do pirarucu nos estão nos

garantindo a sua sobrevivência e um produto de qualidade para o consumo familiar e profissional. Muitos restaurantes e seus chefs já veem o peixe com outros olhos, dando o valor merecido à sua carne e ao seu sabor.

Muitos meios de cocção, de apresentação e combinações de sabores e culturas nos trazem à mesa inúmeras formas de saborear essa maravilha nossa.

A diversidade de preparo é grande e específica em cada região do país, lindo de se ver. Um intercâmbio de experiências incrível, em que inúmeras fusões acontecem.

Assim, vamos colocando o pirarucu na mesa dos brasileiros e também no mundo-restaurantes. Nos restaurantes listados entre os melhores do mundo, assim como nos bem simples e tradicionais de cada região do nosso Brasil.

Se faz necessário, cada vez mais, focarmos no que é nosso, no nosso regional brasileiro, com tecnologia, criatividade, técnica e carinho. Vamos colocar esse lindo peixe majestoso no lugar que ele merece.

(*) Estudou na renomada escola alemã JRE Akademie e trabalhou com premiados chefs na Europa.





Foto: Luciana Barbo

Foto: Luciana Barbo



sumário

O salto da espécie cultivada	10
Características do pirarucu	12
A alta aceitação do produto	13

Acre

Medalhão de pirarucu com banana-da-terra	16
Quiche de pirarucu	18
Crepioca de pirarucu	20

Amapá

Pirarucu ao molho de tucupi	24
Brandade amazônico de pirarucu com ervas e chutney de tucupi	26
Pirarucu ao molho de coco e castanha-do-pará	28

Amazonas

Polpetone de pirarucu	32
Ceviche de pirarucu	34
Pirarucu vitória-régia	36

Pará

Pirarucu grelhado com vinagrete de frutas amarelas	40
Pirabúrguer	42
Pirarucu pai d'égua	44

Rondônia

Pirarucu fromage	48
Squares de pirarucu	50
Pirarucu pérola do Madeira	52

Roraima

Damurida	56
Pirarucu ao molho de castanha-do-pará	58
Pirarucu delícia de Roraima	60

Tocantins

Pirarucu com castanha de caju ao creme de pequi	64
Pirarucu à portuguesa	66
Gravlax	68

Chefs convidados

70



Foto: Divulgação

O salto da espécie cultivada

De 2008 a 2016, o Projeto Pirarucu da Amazônia contribuiu para o aumento de 400% na produção de criatórios

O Projeto Estruturante Pirarucu da Amazônia foi criado em 2008 e desenvolvido em duas etapas, para disseminar tecnologias e ações de mercado voltadas à produção sustentável de uma das espécies de água doce mais saborosas do mundo.

Desde então e até 2016, a experiência inédita na região e no País possibilitou aumento de 400% na produção da espécie cultivada, inclusive em Estados sem registro da atividade, a exemplo do Amazonas e do Acre.

Assim, a iniciativa reduziu a pressão sobre os estoques naturais da fauna nativa, que já esteve na lista das espécies ameaçadas de extinção.

Ao final de oito anos, a produção cultivada foi estimulada por ações nos sete Estados da Região Norte – Acre, Amazonas, Amapá, Rondônia, Roraima, Pará e Tocantins.

Outro avanço do projeto foi despertar o interesse de produtores pela atividade e atrair a atenção de chefs renomados.

Nessa segunda fase, concluída em 2016, o projeto deu prioridade ao Desenvolvimento de Produtos e Serviços para superar o desafio de tornar a atividade lucrativa.

Incluiu também iniciativas para atrair novos investimentos particulares, a fim de garantir maior e con-

Experiências em viveiros foram desenvolvidas nos sete Estados da Região Norte

tínua oferta do produto, além da conquista de novos mercados.

Houve também articulação com a Embrapa Pesca e Aquicultura, sediada em Palmas, Tocantins, e com as estruturas do governo federal ligadas ao segmento, a exemplo do extinto Ministério da Pesca e Aquicultura, que hoje é uma secretaria do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento.

Parcerias

A mobilização compreendeu parcerias com os governos estaduais e produtores da região, convidados para participar de experiências produtivas, transformando áreas de suas propriedades em verdadeiros laboratórios.

Como colaboração ao aumento e à melhoria do cultivo da espécie, as unidades do Sebrae nesses Estados desenvolveram, desde 2013, a promoção de eventos, visitas técnicas, cursos e consultorias para implantação 7 unidades de reprodução e 14 de engorda.

“Nessa segunda fase, buscamos entregar mais resultados que possam levar os empreendedores a investir e ganhar dinheiro na atividade”, destaca a coordenadora nacional do Projeto Estruturante Pirarucu da Amazônia, Newman Costa, analista da Unidade de Agronegócios do Sebrae Nacional.

Na avaliação da coordenadora, o projeto identificou que o cultivo da espécie é promissor por ser sustentável. “O pirarucu tem um aproveitamento integral, incluindo escamas para fazer artesanato e pele para bolsas e couros. Além disso, possui uma carne fascinante, que coloca seus pratos na culinária sofisticada, o chamado padrão gourmet”, acrescenta.

Tabela - Produção de Pirarucu no Brasil (quilogramas)

Brasil e Unidades da Federação	Ano		
	2013	2014	2015
Brasil	2.300.994	11.762.850	8.386.708
Rondônia	1.955.660	11.129.744	7.688.795
Pará	33.800	136.800	172.584
Amazonas	0	125.000	103.000
Tocantins	0	93.550	97.785
Bahia	77.490	78.280	86.200
Acre	48.188	36.095	82.748
Mato Grosso	3.272	57.774	61.870
Goiás	71.500	43.000	42.203
Maranhão	16.300	32.350	32.968
Paraná	75.000	8.000	8.000
Espírito Santo	6.100	9.270	4.720
Amapá	3.004	3.492	4.482
Paraíba	400	450	500
Minas Gerais	10.000	8.500	300
Piauí	0	250	278
Sergipe	280	295	250
Alagoas	0	0	25
Roraima	0	0	0
Ceará	0	0	0
Rio Grande do Norte	0	0	0
Pernambuco	0	0	0
Rio de Janeiro	0	0	0
São Paulo	0	0	0
Santa Catarina	0	0	0
Rio Grande do Sul	0	0	0
Mato Grosso do Sul	0	0	0
Distrito Federal	0	0	0

Fonte: IBGE - Pesquisa Pecuária Municipal (Tabulado por Alexandre Aires de Freitas)

Características do pirarucu

Nomes populares

O peixe de água doce chamado pirarucu é conhecido popularmente como arapaima ou peixe piroscá.

Nome científico

Arapaima gigas

Distribuição geográfica

Sua espécie é distribuída na Bacia Amazônica, na parte setentrional da América do Sul. Embora autóctone nas Bacias do Amazonas e do Araguaia-Tocantins, muitos exemplares já foram levados para outras partes do Brasil e do mundo. Hoje, pode ser encontrado até mesmo em países distantes como a China. No Brasil, a espécie já é produzida em cativeiro em diferentes regiões do País.

Habitat

O pirarucu é um peixe que habita águas rasas dos rios e lagos e se adapta bem a criatórios montados em tanque escavado.

Alimentação

É um peixe omnívoro, alimentando-se de peixes, apesar de também comer caramujos, camarões de água doce, cágados, cobras, anfíbios, caranguejos, seixos e areia, entre outros. Quando jovem, alimenta-se de plâncton, que mais tarde, é com-



Foto: Jefferson Cristofolatti

plementado com peixes. Na criação em cativeiro, alimenta-se de rações apropriadas.

Aspectos gerais

O peixe pirarucu é o maior peixe de escamas de água doce do Brasil e um dos maiores do mundo. Possui corpo em forma cilíndrica, cabeça achatada e mandíbulas salientes. Seus olhos são amarelados e de pupila azulada, um tanto salientes. Sua coloração é marrom-esverdeada, escura no dorso e avermelhada nos flancos, sendo a intensidade variável de acordo com o tamanho do indivíduo e com o tipo de água em que vive. É uma espécie que tem respiração acessória, utilizando-se do oxigênio dissolvido na água, mas principalmente do ar e, por isso, tem que subir frequentemente à superfície d'água.

Devido à sua excelente carne, já foi considerado “o bacalhau brasileiro”. Agora, o marketing do produto destaca a espécie como “Pirarucu da Amazônia”.

A alta aceitação do produto

Pesquisa do Sebrae aponta que o pirarucu caiu no gosto de 95% dos consumidores e de 100% dos especialistas em culinária

O sabor da carne do pirarucu já caiu no gosto de consumidores e especialistas em culinária pelo Brasil e também no exterior, onde desponta com forte potencial para conquistar novos mercados.

Atinge 95% em aceitação do produto por consumidores nos supermercados de capitais de cinco estados das regiões Norte, Nordeste e Sul e do Distrito Federal, no Centro-Oeste.

Essa marca foi registrada em pesquisa promovida pelo Sebrae Nacional no âmbito do Projeto Estruturante Pirarucu da Amazônia em cidades onde o produto passou a ser comercializado.

Além de Brasília, o estudo de mercado sobre a aceitação e potencial de venda do pirarucu foi realizado em cinco capitais (PA, PE, SP, RJ e PR).

Palavra dos chefs

O Sebrae também fez pesquisa junto a restaurantes para medir a aceitação do projeto na categoria de especialistas. Os resultados do levantamento são animadores: aprovação total dos chefs (abreviação do termo francês “chef de cuisine”, que designa os especialistas em culinária nos restau-



Foto: Divulgação

Pesquisa envolveu degustação do produto

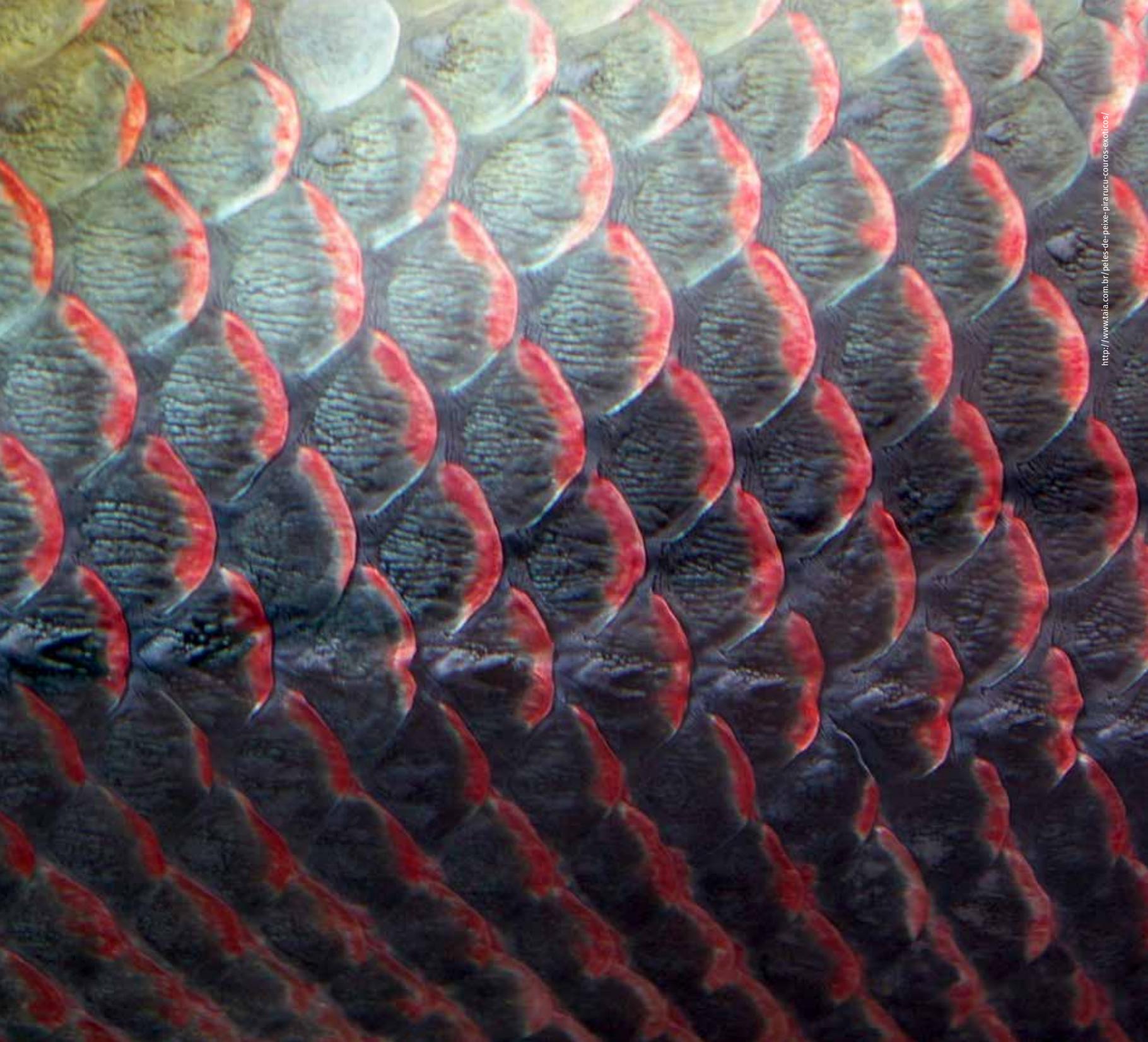
rantes e hotéis) e compra de pequenas quantidades com frequência.

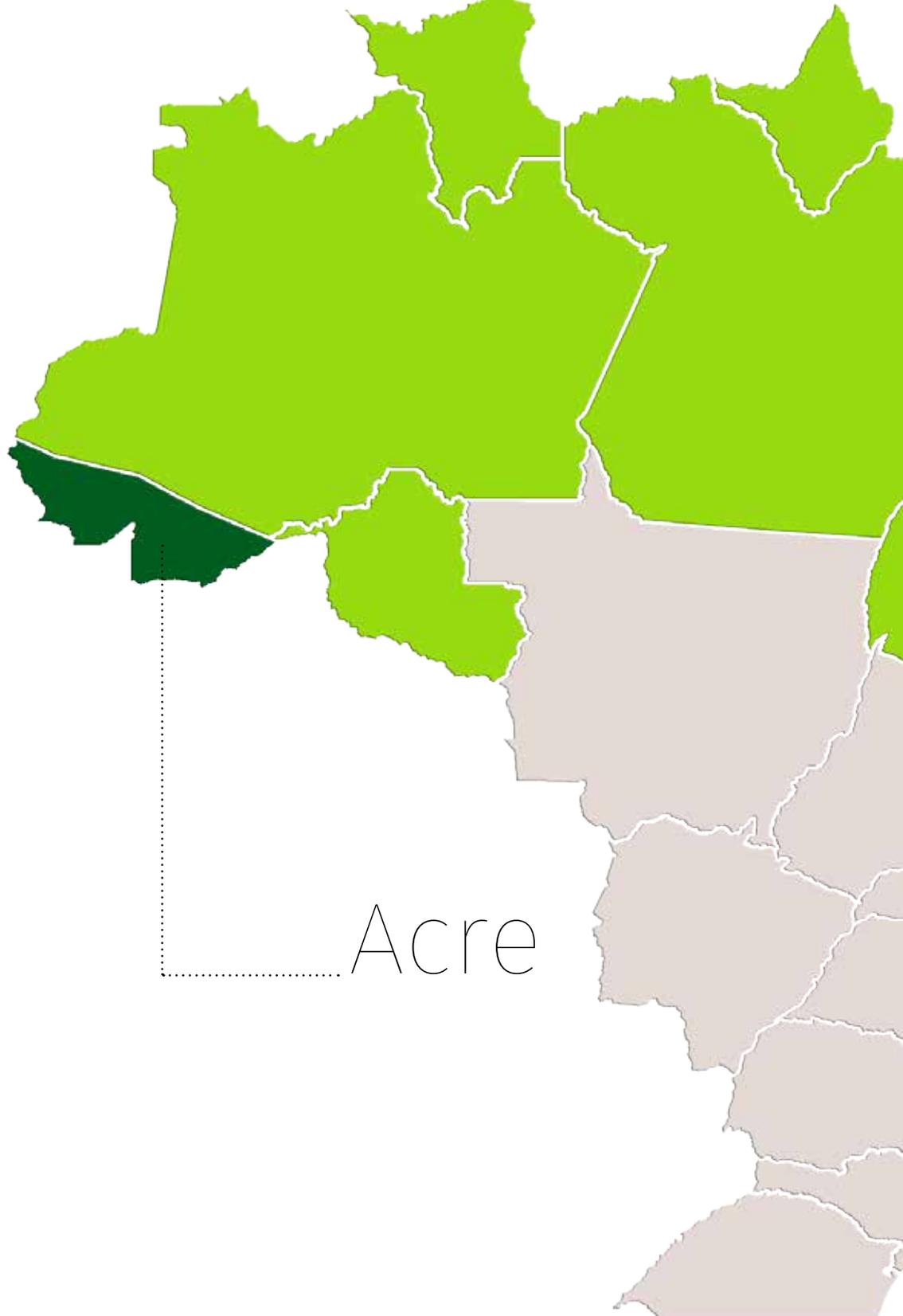
O consumo dessa espécie diferenciada que habita águas das bacias Amazônica e Araguaia-Tocantins, no coração do Brasil, desperta, desde 2011, o interesse de mercados consumidores como China, Estados Unidos e Alemanha, que passaram a conhecer o produto depois de missões técnicas internacionais promovidas pelo Sebrae.

Vantagens

De acordo com o estudo de mercado, a excelente aceitação do produto deve-se, entre outras, às seguintes vantagens: alto rendimento de filé sem espinha (até 55%) e carne clara, magra, tenra e sabor suave, não suscetível ao “gosto de barro”.

Para os produtores, a espécie oferece os seguintes atrativos: o rápido crescimento, superando 10 kg no primeiro ano; a respiração não depende do oxigênio na água; aceita ração balanceada; e bom desempenho na produção intensiva.





Acre

Medalhão de pirarucu com banana-da-terra

Essas receitas foram apresentadas nas Mostras Gastronômicas Pirarucu da Amazônia de 2014, 2015 e 2016

2014

Ingredientes

- 120g de pirarucu
- 1 dente de alho
- 1 banana-da-terra
- Azeite a gosto
- 1g de pimenta-do-reino
- Sal a gosto
- 500ml de óleo
- 6 palitos de dente

Modo de preparo

Tempere o pirarucu com alho, azeite, pimenta-do-reino e sal. Reserve.

Descasque a banana e corte-a em lascas compridas. Enrole-as no peixe como se fosse fazer um medalhão (em vez do bacon, é usada uma banana). Prenda o produto com o palito de dente. Reserve.

Em uma frigideira, adicione o óleo e deixe-o ficar bem quente. Adicione o peixe e deixe fritar até dourar. Sirva em seguida.



AUTOR

Receita de **Jaire Cunha**, do JB Grill.

Endereço: Avenida Nações Unidas, 1452, Bosque, Rio Branco (AC).

Telefone: (68) 3226-3591.

www.jbgrill.com.br



Foto: Carol Gherardi

Quiche de pirarucu

2015

Ingredientes

- Massa
- 1kg de trigo
- 500g manteiga
- 3 ovos
- 100g de açúcar

Recheio

- 500g de pirarucu fresco
- 1 pimentão verde
- 1 pimentão vermelho
- 1 pimentão amarelo
- 1 cenoura
- 1 cebola branca
- 1 cebola roxa
- 1 gengibre
- 2 rodelas de abacaxi
- 2 laranjas
- 1 limão
- 100ml de vinagre
- 50g de açúcar mascavo

Modo de preparo

Em um recipiente, junte a farinha de trigo, a manteiga, os ovos e o açúcar. Misture-os até obter uma consistência macia que não grude na mão. Distribua em formas pequenas e leve ao forno pré-aquecido a 180 graus. Deixe assar por 15 minutos.

Corte o peixe em tirinhas, adicione o vinagre e os sucos do limão e da laranja. Deixe marinando por 20 minutos dentro da geladeira. Corte os legumes em tirinhas. Numa frigideira, adicione o azeite e o açúcar e refogue os legumes. Reserve. Adicione o peixe escorrido e misture bem.

Recheie a massa já assada e sirva como entrada.

Rendimento: 30 porções



AUTOR

Receita de **Jaire Cunha**, do JB Grill.
Endereço: Avenida Nações Unidas, 1452, Bosque, Rio Branco (AC).
Telefone: (68) 3226-3591
www.jbgrill.com.br

Foto: Luciana Barbo



Crepioca de pirarucu

2016

Ingredientes

- 150g de pirarucu fresco
- 180g de sal grosso
- 30g de batata
- 30g de cenoura
- 15g de pimentão verde
- 15g de pimentão amarelo
- 15g de pimentão vermelho
- 1 colher de sopa de azeitona
- 3 colher de sopa de azeite
- 60ml de leite de coco
- 1 cebola de cabeça
- 5 palha de cebolinha
- 1 ovo
- 150g de goma de tapioca
- 50g de castanha triturada
- 1 maço de jambu picado
- Sal a gosto
- Folhas verdes a gosto.

Modo de preparo

Em um escorredor, disponha o pirarucu e cubra com o sal grosso. Leve à geladeira por duas horas para desidratar. Em seguida, dessalgue o peixe em uma panela com água. Desfie o pirarucu e refogue com alho, azeite, todas as verduras cozidas em cubos e, por último, acrescente o leite de coco.

Em uma tigela, misture o ovo, a castanha, a goma, o jambu e uma pitada de sal. Asse a massa numa frigideira com uma concha por vez. Reserve.

Disponha a massa no meio do prato, coloque o pirarucu como recheio e dobreas laterais. Por último, decore o prato com folhas verdes.

Rendimento: 4 porções

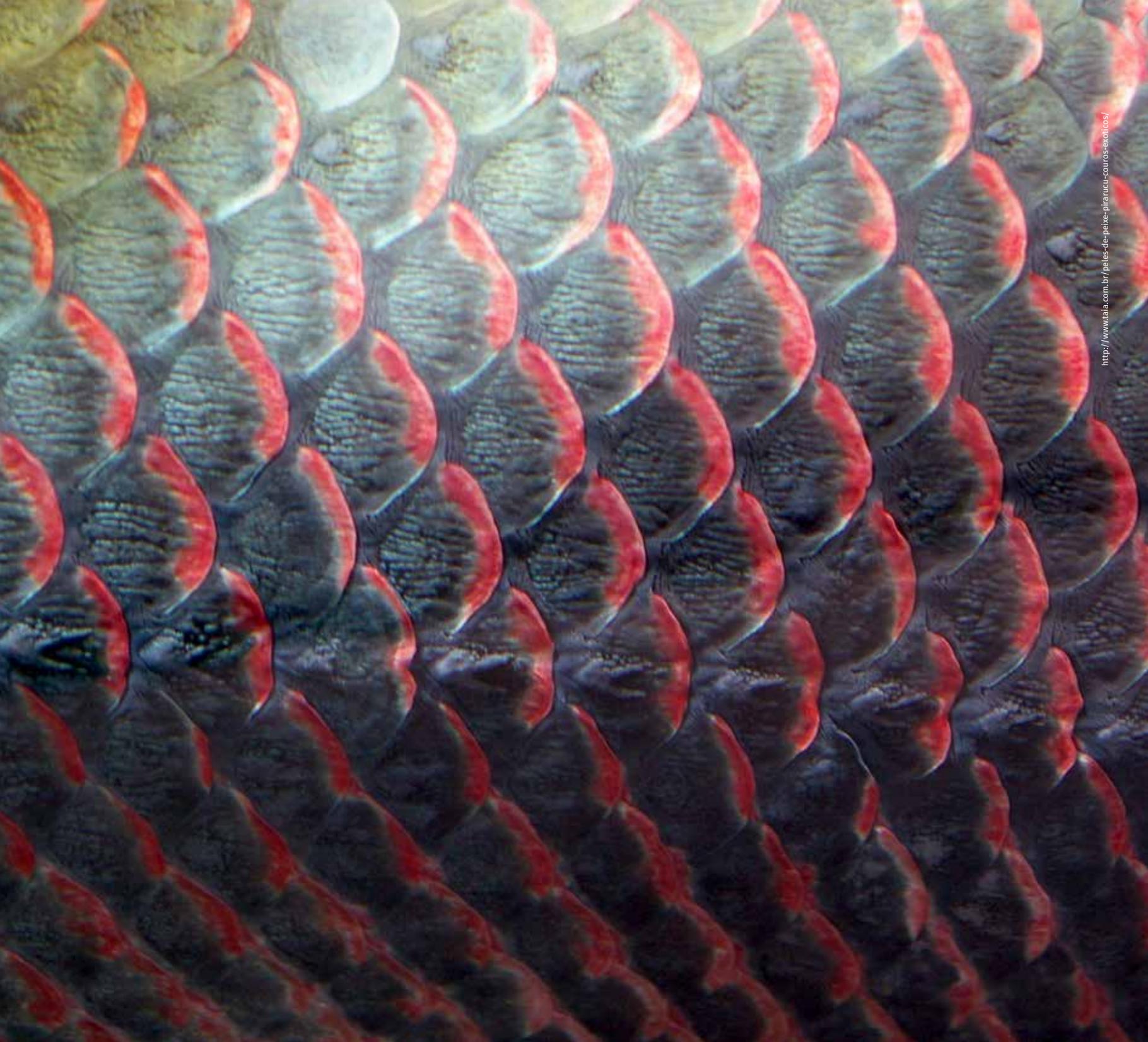




Foto: Luciana Barbo

AUTOR

Receita de **Jaire Cunha**, do JB Grill.
Endereço: Avenida Nações Unidas, 1452,
Bosque, Rio Branco (AC).
Telefone: **(68) 3226-3591**
www.jbgrill.com.br





Amapá

Pirarucu ao molho de tucupi

Essas receitas foram apresentadas nas Mostras Gastronômicas Pirarucu da Amazônia de 2014, 2015 e 2016

2014

Ingredientes

- 400g de posta de pirarucu fresco
- 1 limão médio
- 1 laranja
- Pasta de alho
- 1 pitada de colorau
- Farinha de trigo
- 3 dentes de alho descascado
- Pimenta-do-reino a gosto
- Castanhas-do-pará torradas
- 50ml de azeite
- 500g de jambu cozido
- 1 litro de tucupi temperado
- 1 colher de sopa de maisena
- 4 maços de jambu
- 1 colher de açúcar
- 1 pitada de sal Ajinomoto
- Chicória, alfavaca e cheiro-verde a gosto
- 2 bananas-da-terra
- 250g de manteiga
- 1 cebola média
- 300g farinha de mandioca amarela

Modo de preparo

Corte o filé de pirarucu em postas de 4 cm x 8cm. Lave rapidamente com limão e escorra. Tempere com a laranja, um pouco da pasta de alho, uma pitada de pimenta-do-reino e uma pitada de colorau. Reserve.

Em uma panela, coloque o tucupi para ferver, acrescente o sal ajinomoto, o açúcar, a chicória, a alfavaca e os dentes de alho. Deixe ferver por 10 minutos e acrescente o jambu pré-cozido. Deixe em fogo brando por mais 5 minutos e acrescente um pouco de maisena já diluída em tucupi. Deixe reduzir até ficar cremoso.

Em uma panela já aquecida com o azeite, frite as postas de peixe passadas em um pouco de farinha de trigo de cada lado. Deixe dourar e reserve em papel toalha

para retirar o excesso de azeite.

Aqueça uma panela e derreta a manteiga. Acrescente a cebola picada, uma pitada de sal e deixe dourar. Em seguida, junte a farinha de mandioca e mexa até que fique crocante.

Em outra frigideira, aqueça um pouco da manteiga e frite a banana-da-terra cortada em cubos. Depois que dourar, misture na farofa.

Acomode as postas de pirarucu no prato e regue com a redução de tucupi. Acrescente as castanhas torradas em cima do peixe. Disponha um pouco da farofa em meia-lua. Decore com jambu e cheiro-verde picado.





Foto: Carol Gherardi

AUTOR

Receita do chef **Dom Garcia**, do Kítanda Café Bistrô.
Endereço: R. Jovino Dinoá, 2613D - Central, Macapá (AP).
Telefone: 99160-6744 / 99126-5151
www.facebook.com/pg/KitandaCafe

Brandade amazônico de pirarucu com ervas e chutney de tucupi

2015

Ingredientes

- 1kg de pirarucu fresco
- Azeite extravirgem a gosto
- Cebolas picadas a gosto
- Alho picado a gosto
- 600g de batata cozida
- 1 maço de jambu cozido
- Chicória a gosto
- Manjerição a gosto
- Cheiro-verde a gosto
- Cebolinha a gosto
- 1 garrafa de leite de coco

Para o chutney

- 1 litro de tucupi cozido com alho e chicória
- 6 colheres de sopa de açúcar
- 2 cebolas picadas
- 3 dentes de alho picados bem pequenos
- Pimenta-de-cheiro ou dedo-de-moça
- 2 colheres de gengibre picado bem pequeno
- 100ml de vinho branco
- 1 tablete de caldo de legumes
- 5 flores de jambu cozidas
- Castanhas-do-Pará

Modo de Preparo

Tempere o pirarucu com azeite, pimenta-do-reino, sal e ervas. Reserve 400g para os croutons de pirarucu. Coloque o azeite e o alho picado na caçarola, e depois a cebola picada. Deixe dourar e em seguida coloque o pirarucu. Refogue o peixe e deixe-o cozinhar por alguns minutos. Retire do fogo e deixe esfriar. Bata no processador para desfiar e misture ao purê de batatas. Acrescente o leite de coco, as ervas todas picadas e acerte o sal. Reserve.

Para o chutney de tucupi, refogue o alho e a cebola no azeite. Reserve. Coloque o açúcar na caçarola e deixe derreter e formar um caramelo bem claro. Acrescente a

cebola, o vinho, o tucupi, o caldo de carne, o gengibre, a flor de jambu desmanchada e a pimenta. Acerte o sal e deixe reduzir.

Para os cubos de pirarucu, pique os 400g que foram reservados em cubinhos pequenos. Coloque em uma frigideira com azeite e grelhe até ficar dourado.

Fatie as castanhas finamente. Toste na frigideira de teflon.

Em uma taça de vidro, de martini ou de sobremesa, coloque no fundo uma porção de chutney quente, seguida de uma porção do brandade também quente, os croutons de pirarucu e as escamas de castanha. Decore com gotas de chutney e sirva.





Foto: Luciana Barbo

AUTOR

Receita de **Socorro Azevedo**, do restaurante Divina Arte.
Endereço: Rua Odilardo Silva , 1574, Macapá (AP).
Telefone: (96) 3222-1877
www.facebook.com/divinaarte.brasil

Pirarucu ao molho de coco e castanha-do-pará

2016

Ingredientes

- 50g de pirarucu fresco
- 200ml de leite de coco fresco
- 100ml de leite de castanha-do-pará fresco
- Sal
- Azeite
- 1 colher (chá) de cheiro-verde picado
- ½ colher (sopa) de pimentão vermelho picado
- ½ colher (sopa) de pimentão amarelo picado
- 1 colher (sopa) de cebola picada
- 3 dentes de alho
- Suco de 1 limão
- 1 ½ colher (sopa) de creme de leite fresco
- 1 colher (sopa) de banana-da-terra
- ½ xícara de castanha-do-pará
- ½ xícara de farinha de mandioca
- 2 colheres (sopa) de manteiga clarificada (ghee) com ervas
- 1 colher (chá) de dendê
- Brotos de coentro e beterraba e flores comestíveis

Modo de preparo

Tempere o pirarucu com alho, sal e limão e deixe marinando na geladeira por 30 minutos. Em uma panela, coloque meia colher (sopa) de cebola, um dente de alho picado, cheiro-verde, os pimentões, azeite e refogue. Em seguida, adicione o dendê, o leite de coco e de castanha e o creme de leite. Ajuste o sal e deixe ferver em fogo baixo por aproximadamente 10 minutos.

Enquanto isso, em uma frigideira, coloque meia colher (sopa) de cebola, a manteiga ghee com ervas e a farinha de mandioca. Em fogo médio, mexa a farinha até que fique crocante. Ajuste o sal e reserve.

Em outra frigideira, torra a castanha-do-pará já triturada, em fogo baixo. Em se-

guida, acrescente a farinha de mandioca e reserve.

Corte a banana-da-terra em cubos pequenos, grelhe em fogo baixo e reserve. Grelhe o pirarucu com um fio de azeite.

Bata o molho de leite de coco e castanha no liquidificador até obter uma mistura homogênea.

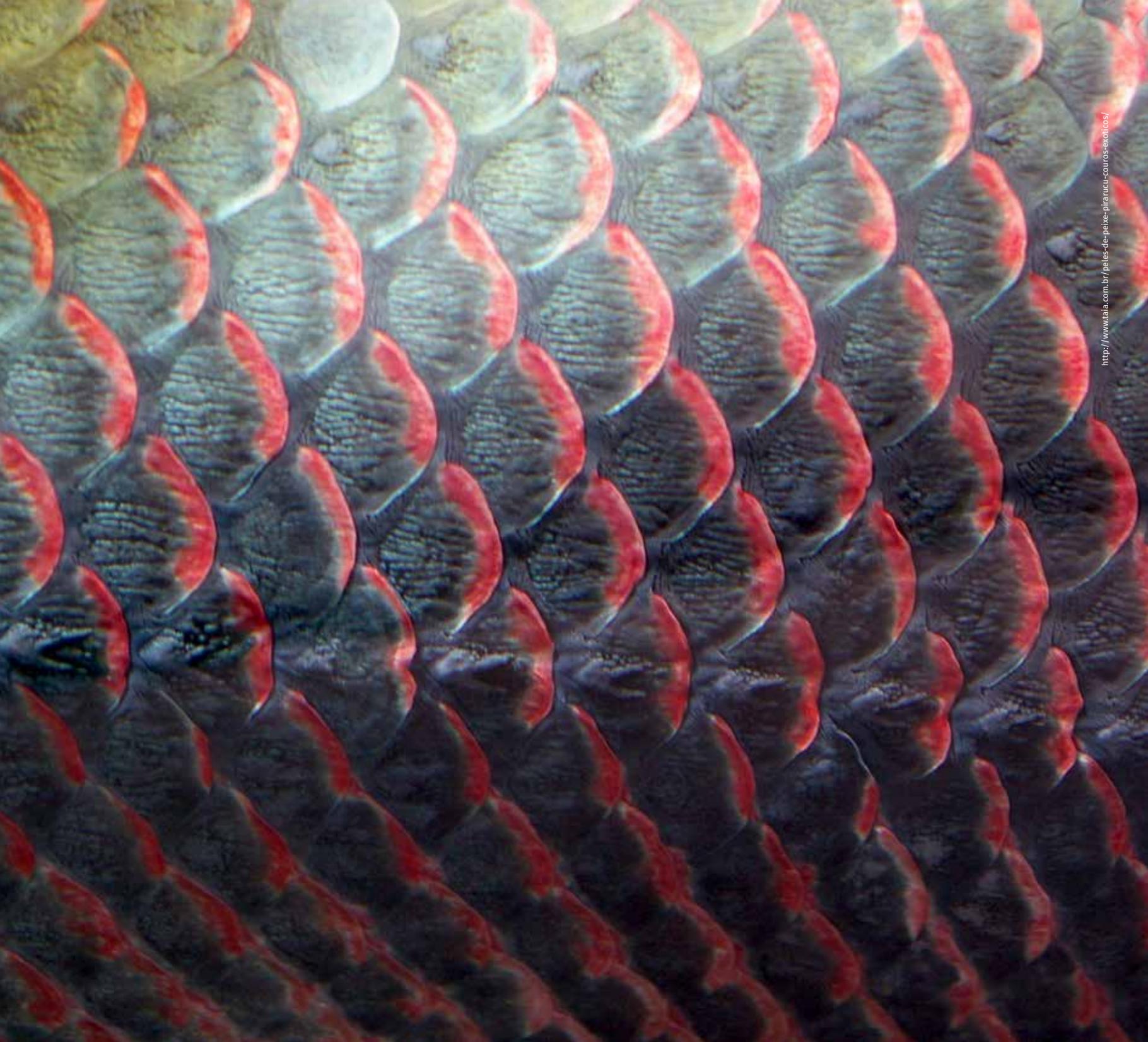
Em um prato raso coloque primeiramente uma colher desse molho, em seguida o pirarucu grelhado no centro. Cubra o peixe com os cubinhos de banana-da-terra grelhada. Ao lado do molho coloque uma colher de farinha de castanha-do-pará e finalize o prato com os brotos de flores comestíveis.

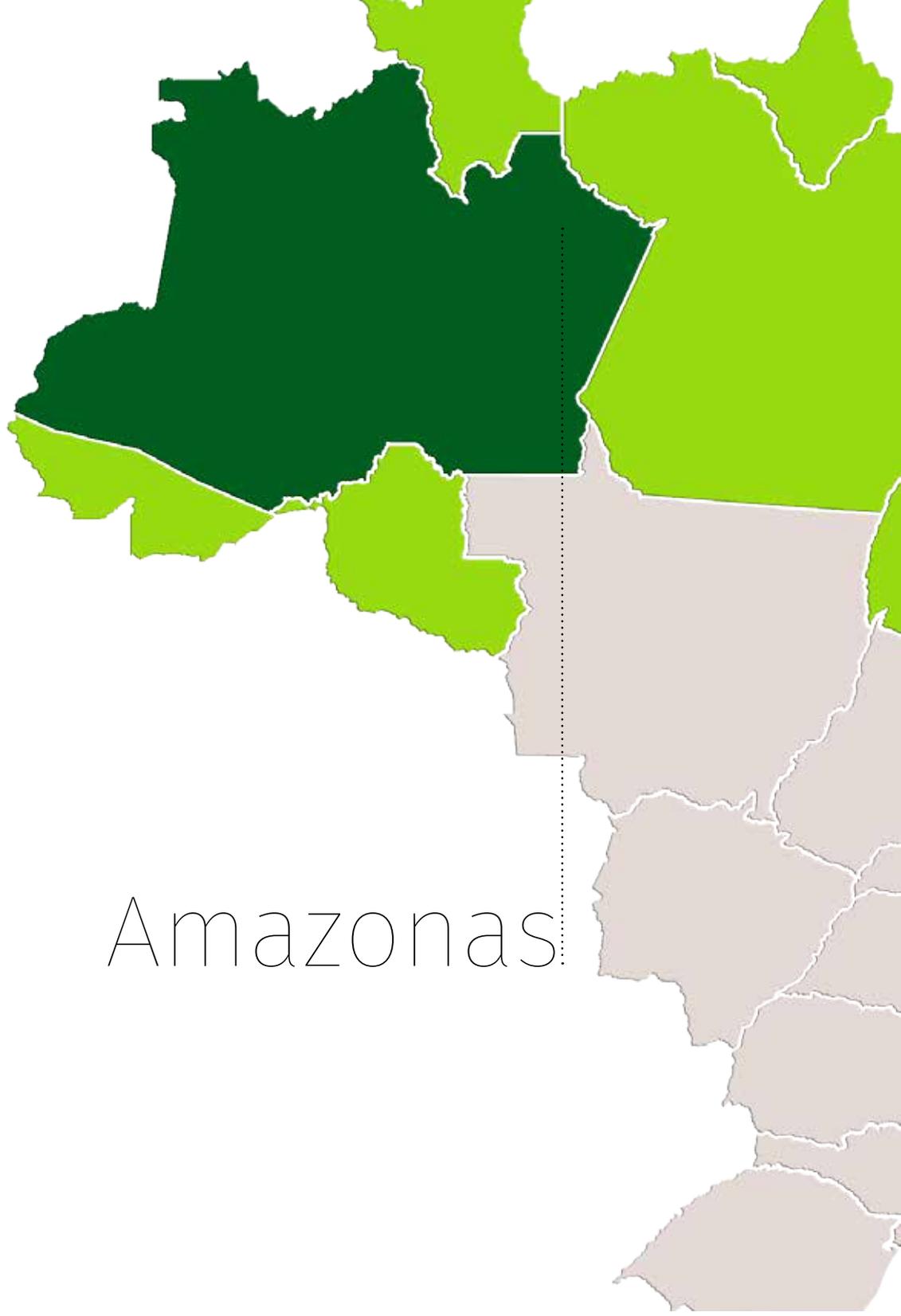
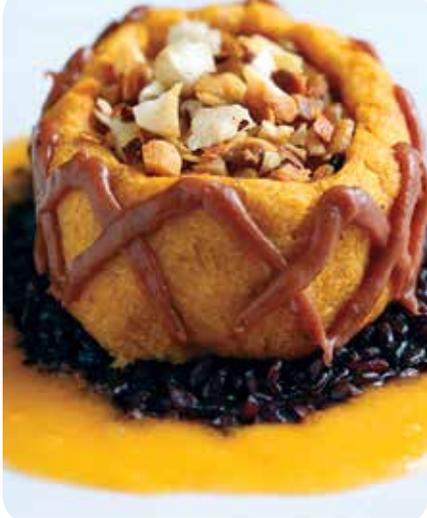




AUTOR

Receita da chef **Aline Lobo**, do Delícia Saudável Bistrô.
Endereço: Av. Mendonça Furtado, 804^a, Central, Macapá (AP).
Telefone: (96) 3222-0556
www.facebook.com/bisxtrodeliciasaudavel





Amazonas.

Polpetone de pirarucu

Essas receitas foram apresentadas nas Mostras Gastronômicas Pirarucu da Amazônia de 2014, 2015 e 2016

2014

Ingredientes

- 60g de pirarucu seco dessalgado
- 30g de batata portuguesa cozida
- 1 gema
- 5g de farinha de rosca
- 2 colheres de sopa de azeite
- 10g de coentro
- 2 pimentas-de-cheiro
- ¼ de cebola média
- 1 dente de alho em pasta
- 1 colher de chá rasa de colorau
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 3 bananas-pacová maduras
- Castanha-do-pará

Modo de preparo

Primeiramente, faça a redução da pororoca de banana-pacová, que deve ser preparada horas antes de servir. Descasque 2 bananas e forre o fundo de uma panela com a casca de uma das bananas, deixando a parte externa para cima. Acrescente as bananas cortadas em 3 partes, junte 2 litros de água e cubra a água com a casca da outra banana, com a parte externa para baixo. Deixe cozinhar por 2 horas em fogo baixo até as bananas ficarem escuras (essa é a pororoca).

Triture as bananas com a água do cozimento no liquidificador. Em uma panela, caramelize o açúcar e adicione a banana triturada. Cozinhe a mistura em fogo baixo até o ponto de doce de banana; deixe esfriar e mantenha na geladeira.

Faça uma pasta no liquidificador acrescentando a cebola, pimenta-de-cheiro. Separe. Em uma panela, frite o alho no azeite. Acrescente o colorau e em seguida

a pasta. Acrescente o pirarucu dessalgado e refogue.

Depois de frio, acrescente a batata cozida e amassada, a gema, coentro picado e a farinha de rosca. Monte o polpetone com as mãos de dentro para fora, no formato da Arena da Amazônia.

Recheie com purê da banana-pacová e despeje a castanha picada em cima do polpetone. Pincele a lateral do polpetone com azeite. Leve ao forno pré-aquecido numa assadeira também pincelada com azeite. Deixe por 10 minutos, em fogo médio.

Em um prato acrescente uma colher de arroz negro no meio e espalhe arroz de coentro para as laterais, abrindo espaço para colocar o polpetone assado. Adicione pirão ao redor do arroz negro. Faça os traços da Arena Amazônica no polpetone com a redução da pororoca na bisnaga.

Porções: 2 porções





Foto: Carol Gherardi

AUTOR
Receita de **Ana Claudia da Silva**, Bar n'Food
Manaus/AM
Telefone 92 98408-8308

Ceviche de pirarucu

2015

Ingredientes

- 1kg de barriga de pirarucu
- Suco de três limões
- 1 cebola roxa
- 1 colher de chá de açúcar
- Coentro picadinho a gosto
- Tomate cereja (opcional)
- Banana frita (opcional)
- Jambu a gosto
- Sal a gosto

Modo de preparo

Corte o peixe em cubos pequenos. Corte a cebola ao meio, longitudinalmente, e depois em tiras fininhas. Pique o coentro e talos de jambu cru. Refogue as folhas de jambu rapidamente com um fio de azeite.

Coloque o peixe num recipiente redondo (bowl) e tempere com o suco dos limões. Em seguida, junte todos os ingredientes e misture. Ajuste o sal e sirva imediatamente. Se quiser, acrescente tomatinhos cereja e rodela frita de banana.





AUTOR

Receita do chef **Milton Rola**, do restaurante Peixaria Estória de Pescador
Rua José de Arimatheia, Quadra M, Número 2, Conjunto Adrianópolis
Manaus/AM
Telefone: (92) 3634-3758
www.facebook.com/pescadoram

Pirarucu vitória-régia

2016

Ingredientes

- 200g de pirarucu fresco
- 5 pedaços de cebola cortados em triângulo (2,5cm de lado)
- 5 pedaços de tomate cortados em triângulo (2,5cm de lado)
- 5 pedaços de pimentão vermelho cortados em triângulo (2,5cm de lado)
- 5 pedaços de pimentão verde cortados em triângulo (2,5cm de lado)
- 5 pedaços de pimentão amarelo cortados em triângulo (2,5cm de lado)
- Pimenta murupi fatiada bem miúda a gosto
- 6 pedaços de abacaxi cortado em quadradinhos de aproximadamente 1,5cm
- 10 rodelas finas do pecíolo da vitória-régia
- 2 colheres de amido de milho
- 1 clara de ovo

Para o molho vermelho

- 1 copo de suco de laranja
- 50g de abacaxi fatiado
- 50g de extrato de tomate
- 30ml de vinagre branco
- 50g de açúcar
- 1 colher de chá de sal
- Amido de milho para engrossar (aproximadamente 1 colher de chá)

Modo de preparo:

Corte o peixe em tiras finas. Misture o amido de milho com a clara de ovo, formado uma massa rala. Passe o peixe nessa massa bem fina e frite em óleo bem quente. Coloque para escorrer. Reserve.

Faça o molho vermelho. Leve todos os ingredientes ao fogo por aproxima-

mente 10 minutos. Depoiscoe e leve o líquido coado ao fogo e coloque o amido de milho para dar corpo.

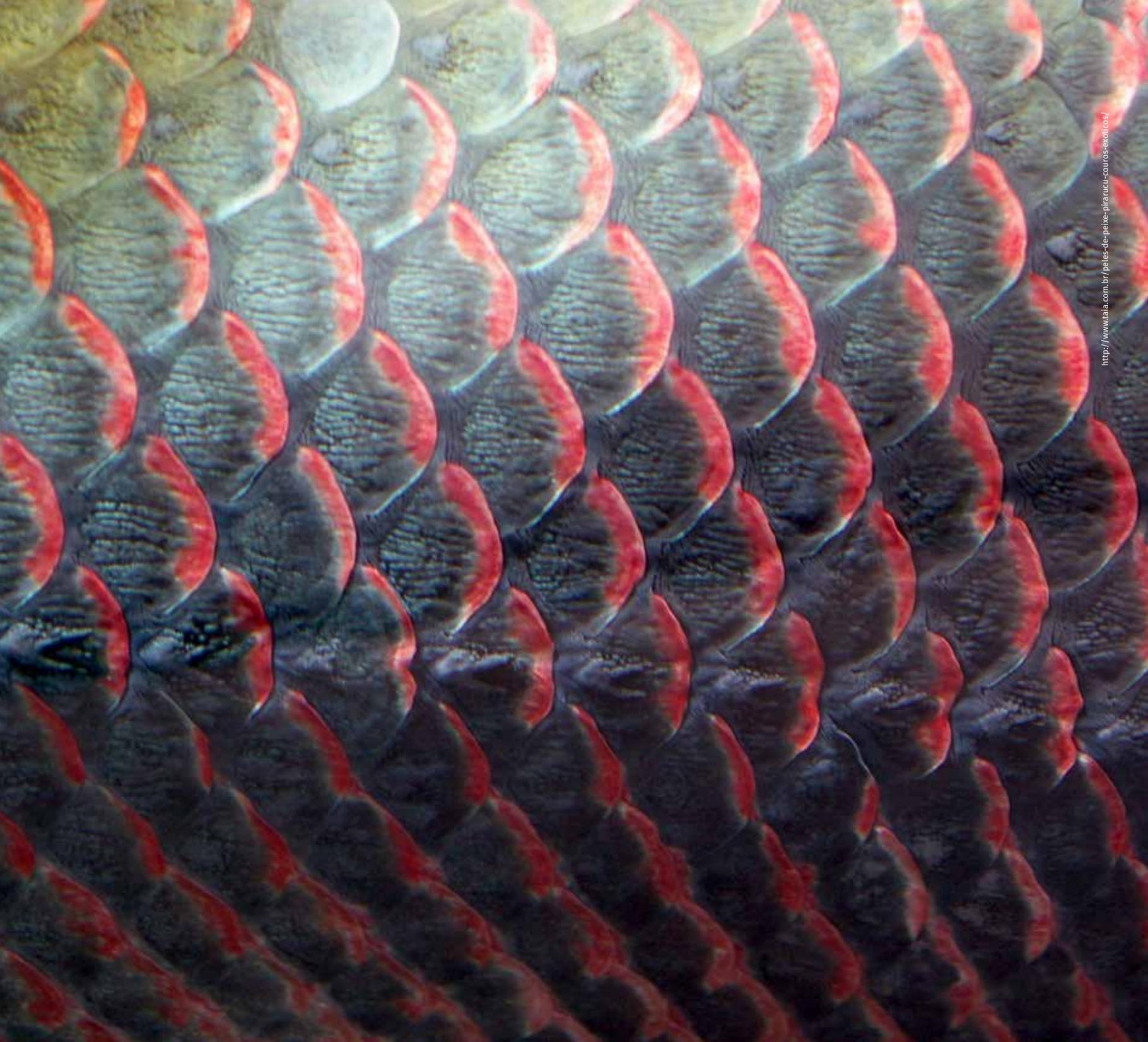
Coloque os legumes e peixe no molho e deixe cozinhar por 2 minutos.



AUTOR

Receita de **Hiroya Takano**, do restaurante Shin Suzuran.
Endereço: Rua João Valério, 762, Conjunto Vieiralves - Nossa Senhora das Graças
Manaus/AM
Telefones: (92) 3584-4429 e 3584-4532
www.suzuran.com.br







Pará

Pirarucu grelhado com vinagrete de frutas amarelas

2014

Ingredientes

- 440g de filé de pirarucu de cativeiro
- 400g de farinha branca fina
- 200g de manteiga
- 1 colher (sobremesa) de semente de urucum seca
- 2 maracujás com as sementes
- 2 cebolas roxas
- 2 tomates
- 1 manga graúda e firme
- 1 maço de cheiro-verde
- Sal, pimenta-do-reino, óleo de castanha-do-pará e azeite a gosto

Modo de preparo

Molhe o filé do pirarucu com o óleo da castanha e deixe por aproximadamente 5 minutos. Tempere o peixe e grelhe-o no óleo de castanha.

Reduza lentamente o maracujá com as sementes e deixe esfriar.

Para o vinagrete, corte a manga, o tomate e a cebola roxa em cubinhos. Pique o cheiro-verde, misture com os demais ingredientes e finalize com o azeite e sal.

Para a farofa, clarifique a manteiga com as sementes de urucum. Torre a farinha numa frigideira separada. Junte a manteiga e a farinha na frigideira até virar uma farofa.

Rendimento: 4 porções



AUTOR

Receita de **Paulo Anijar**, do Santa Chicória Espaço Gastronômico.

Endereço: Rua Diogo Moia, 1046

Belém/PA

Telefone: (91) 3347-9899

www.santachicoria.com.br

Pirabúrguer

2015

Ingredientes

- Pão brioche de macaxeira
- Manteiga
- 1kg de pirarucu fresco em cubos médios
- 1 banana comprida
- 3 pães amanhecidos e processados
- 3 colheres de sopa de dendê
- 2 dentes de alho picados
- 2 pimentinhas-verdes picadas
- 1 cebola pequena picada
- Talos de cebolinha picados
- Folhas de coentro picadas
- 1 folha de chicória picada
- Pimenta-branca a gosto
- Sal a gosto
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 ovo
- 1 xícara de farinha Panko
- Óleo de girassol para fritar
- 200ml de leite de coco
- 100ml de leite integral
- 50g de manteiga
- 25g de farinha de trigo
- Noz-moscada a gosto
- Sal a gosto
- 1 pimentão amarelo fatiado fino
- 1 pimentão vermelho fatiado fino
- 1 pimentão verde fatiado fino
- 100ml de vinagre de alho
- 100g de açúcar

Modo de preparo

Asse a banana em brasa ou forno até que a casca se abra, amasse e reserve.

Enquanto a banana assa, refogue a cebola no dendê por 2 minutos, em fogo médio. Em seguida, acrescente o alho, o talo de cheiro-verde, a pimentinha-verde, a chicória e a pimenta-branca. Deixe por 5 minutos. Junte o pirarucu e refogue com os temperos por 5 minutos. Desligue o fogo e deixe esfriar.

Depois de frio, acrescente as folhas de cheiro-verde e a banana amassada. Faça uma massa homogênea com as mãos e dê o ponto com farinha de pão. Acerte o sal.

Modele os hambúrgueres e passe-os na farinha de trigo, no ovo e na farinha Panko. Leve pra fritar em óleo de girassol a 130°C. Escorra sobre o papel toalha e reserve.

Para o bechamel de coco, coloque numa pa-

nela manteiga e farinha de trigo. Ligue o fogo médio e deixe dourar, sempre mexendo. Acrescente aos pouco o leite e o leite de coco já misturados. Misture até que fique com a textura de um creme suave. Finalize com sal e noz-moscada. Reserve. Dica: se o sabor estiver muito intenso e/ou o molho ficar muito grosso, acrescente água.

Para o picles de pimentões, dissolva o açúcar no vinagre e leve ao fogo até levantar fervura. Junte os pimentões e envolva-os nessa mistura por 3 minutos. Tampe a panela e desligue o fogo. Deixe esfriar.

Abra os pães, passe manteiga na parte inferior e leve para a chapa quente por 20 segundos. Sobre a fatia de baixo coloque o hambúrguer e, sobre ele, o molho de coco e o picles. Sirva aberto com a fatia de cima ao lado.





AUTOR

Receita de **Artur Bestene**, do Old School Rock Bar.
Endereço: Av. Almirante Wandenkolk, 1074 - Umarizal
Belém/PA
Telefone (91) 3347-9400
www.facebook.com/Old-School-Rock-Bar-195865673917523/

Pirarucu pai d'égua

2016

Ingredientes

- 100g de filé de pirarucu
- 250g de castanha-do-pará
- 1 xícara de coentro
- 2 folhas de chicória
- 6 galhos de jambu
- 2 ramos de cebolinha
- 1 xícara de azeite extravirgem
- 1 cebola picada
- 1 dente de alho picado
- 2 folhas de alfavaca
- 1 pimentinha-verde
- 40g de farinha
- Sal a gosto
- 1 cebola picada
- 1 dente de alho picado
- 6 galhos de jambu
- 50g de castanha-do-pará
- 1 pitada de sal
- Farinha de mandioca
- Coentro
- Cebola
- Pedacos de pirarucu frito
- 1 pitada de sal
- Azeite de oliva
- Leite de castanha-do-pará

Modo de preparo

Para o leite de castanha, bata no liquidificador meio litro de castanha-do-pará fresca em 750ml de água. Coe e reserve o leite.

Bata no liquidificador o jambu, cebola, castanha-do-pará, azeite, alho e uma pitada de sal. Reserve.

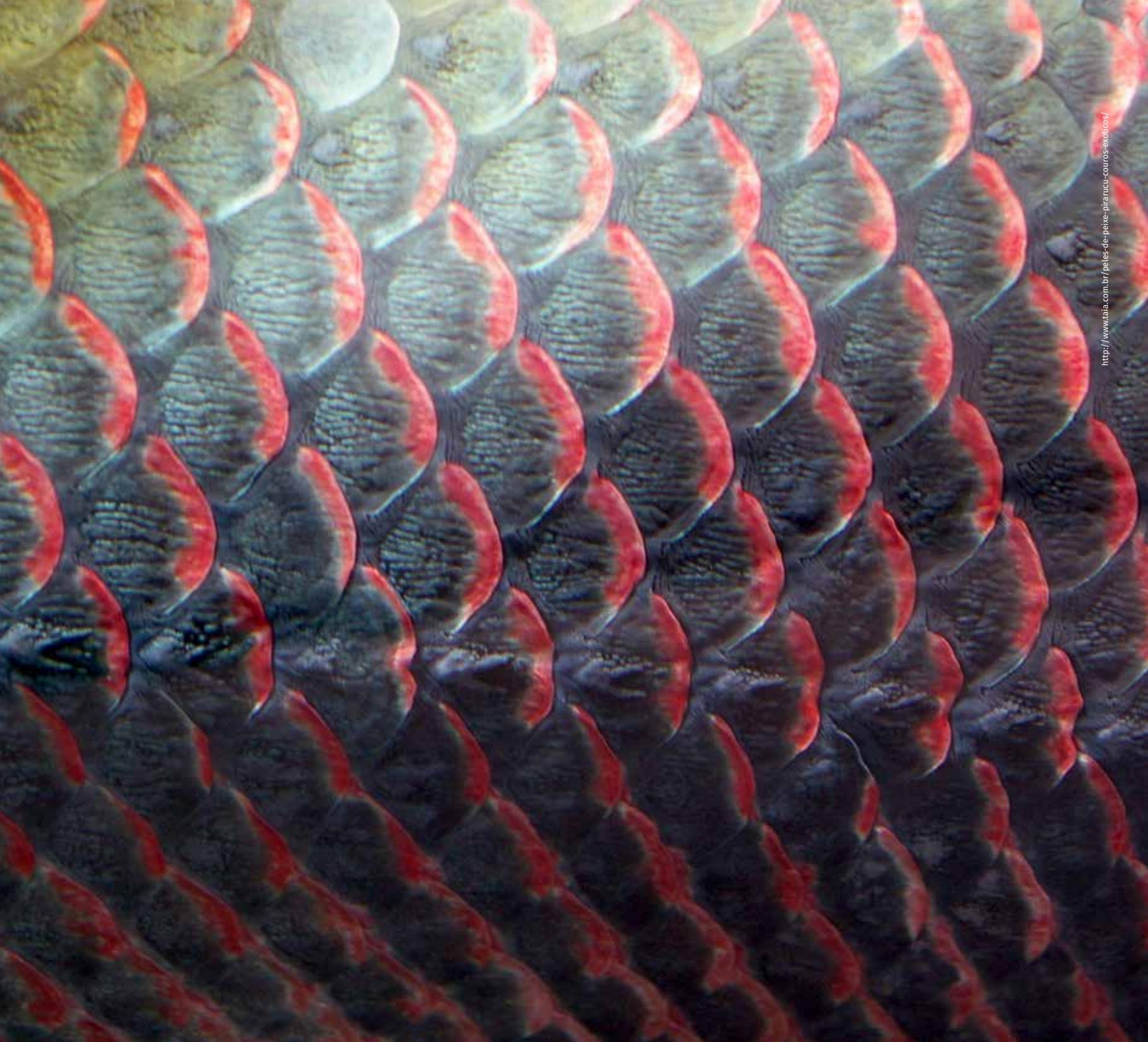
Refogue numa panela cebola, pimentinha-verde, chicória e alfavaca. Acrescente o pirarucu fresco já temperado com alho, sal e limão. Adicione o leite de castanha-do-pará e cozinhe por 10 minutos. Em uma frigideira, frite pedaços de pirarucu até ficar crocantes. Retire e corte ou desfie em pedaços pequenos. Reserve. Na mesma frigideira, misture a farinha de mandioca com coentro, cebola, sal, azeite e acrescente os pedaços de pirarucu fritos anteriormente.

Disponha o molho de jambu no meio do prato. Posicione o pirarucu em cima, o molho de castanha por cima e a farofa ao lado. Decore com ramos de alecrim, tomate-cereja e folhas de jambu. Sirva quente!



AUTOR

Receita de **Prazeres Quaresma**, do restaurante Saldosa Maloca.
Endereço: Ilha do Combu, margem esquerda do Rio Guamã s/n,
Belém / PA
Telefones: (91) 99982-3396 e (91) 98148-8396.
www.saldosamaloca.com.br





Rondônia

Pirarucu fromage

Essas receitas foram apresentadas nas Mostras Gastronômicas Pirarucu da Amazônia de 2014, 2015 e 2016

2014

Ingredientes

- 500g de filé de pirarucu baby fresco
- 30g de cogumelo shiitake desidratado
- 50g de manteiga sem sal
- 30g de castanha-do-pará triturada
- 50ml de saquê culinário
- 300ml de suco de limão Tahiti
- 300ml de vinagre de álcool
- 100ml de azeite extravirgem
- 1 colher (sopa) de leite integral
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (café) de glutamato monossódico
- 1 colher (café) de wasabi em pó
- 1 colher (café) de hondashi
- 3 banana-da-terra
- 2 talos de cebolinha-verde
- 1 cebola branca finamente fatiada

Modo de preparo

Em uma tigela rasa, misture o suco de limão com o glutamato monossódico, uma pitada de hondashi e sal a gosto. Envolve o filé de pirarucu com o tempero e deixe marinar.

Na hora de servir, aqueça 1/3 do azeite em uma frigideira antiaderente e grelhe o peixe ao fogo baixo, selando todos os lados, até dourar. Finalize a cocção ao forno e reserve aquecido.

Em uma frigideira antiaderente, aqueça o açúcar até levantar fervura e acrescente as cebolas; cozinhe com cuidado para não queimar.

Em uma panela antiaderente, coloque a manteiga, refogue o cogumelo e finalize com o saquê. Retire do fogo e reserve

aquecido. Na mesma panela, coloque um pouco de azeite, frite as rodela de banana-da-terra, retire do fogo e reserve aquecido.

Por final, derreta o creme de queijo (requeijão) ao fogo baixo, sem deixar ferver. Acrescente o wasabi diluído no leite e as castanhas-do-pará. Reserve.

Para a montagem, em um prato de servir, disponha uma generosa porção do creme de castanhas na diagonal. Coloque no centro, as rodela de banana, as cebolas caramelizadas e o filé de pirarucu. Acrescente mais uma porção de creme de castanhas e os cogumelos shiitake sobre o peixe. Decore com a cebolinha e sirva em seguida.

Rendimento: 4 porções



AUTOR

Receita de **Fernando Von Noble**, do Noblyaki Oriental Bistô & Bar.

Endereço: Avenida Guaporé, 2448,

Cacoal/RO

Telefone: (69) 3443-1733

www.facebook.com/Noblyaki

Foto: Carol Gherardi



Squares de pirarucu

2015

Ingredientes

- 15 fatias de pão de forma
- 300g de ricota ou queijo minas fresco ou coalhada seca, amassados e temperados com sal e pimenta-do-reino a gosto
- 300g de filé de pirarucu fresco marinado e em fatias
- 50g de geleia de morangos
- 10 limões tahiti
- Pimenta dedo-de-moça a gosto
- Castanhas trituradas a gosto
- Tirinhas finas da casca de 6 limões grandes

Modo de preparo

Torre as fatias de pão e corte as cascas. Forre as fatias com a pasta de queijo. Cubra com o filé de pirarucu de cativeiro marinado no limão e corte cada fatia em quatro quadrados. Finalize com a mistura de geleia, castanhas e pimenta. Enfeite com as tirinhas de casca de limão.

Rendimento: 15 porções



AUTOR

Receita de **Fernando Von Noble**, do Noblyaki Oriental Bistô & Bar.
Endereço: Avenida Guaporé, 2448,
Cacoal/RO
Telefone: (69) 3443-1733
www.facebook.com/Noblyaki

Pirarucu pérola do Madeira

2016

Ingredientes

- 400g de pirarucu fresco cortado em cubos grandes
- 2 limões
- 3 dentes de alho
- Pimenta-do-reino branca
- 4 colheres (sopa) de azeite
- 1 colher (chá) de páprica
- Sal
- 100g de castanhas do Brasil
- 500ml de água natural
- 10g de esferas de tapioca
- 5 unidades de castanhas do Brasil cortadas grosseiramente
- 3 sementes de alcaparras amassadas
- pimenta biquinho
- cebolinha

Modo de preparo

Tempere o peixe com limão, alho, pimenta-do-reino branca, páprica e sal. Sele numa frigideira com um fio de azeite. Reserve.

Para o leite de castanha, coloque as castanhas e a água num liquidificador e triture bem. Coe em uma peneira para extrair o leite. Reserve uma colher de sopa rasa da castanha que foi usada na extração do leite da castanha. Em uma panela, leve o leite e a castanha ao fogo alto, com uma pitada de sal a gosto e, para realçar o sabor, acrescente 3 sementes de alca-

parras amassadas. Mexa sempre até engrossar. Reserve.

Deixe de molho em água filtrada por 5 minutos as esferas de tapioca e as castanhas cortadas. Coe a leve ao forno quente a 200 graus, por 5 minutos

Em uma travessa disponha o pirarucu, regue com o leite da castanha preparado, salpique por cima as esferas de tapioca e as castanhas assadas. Decore com pimenta biquinho e cebolinha. Pimenta biquinho e cebolinha são elementos decorativos, então é o tanto que a pessoa quiser.



AUTOR

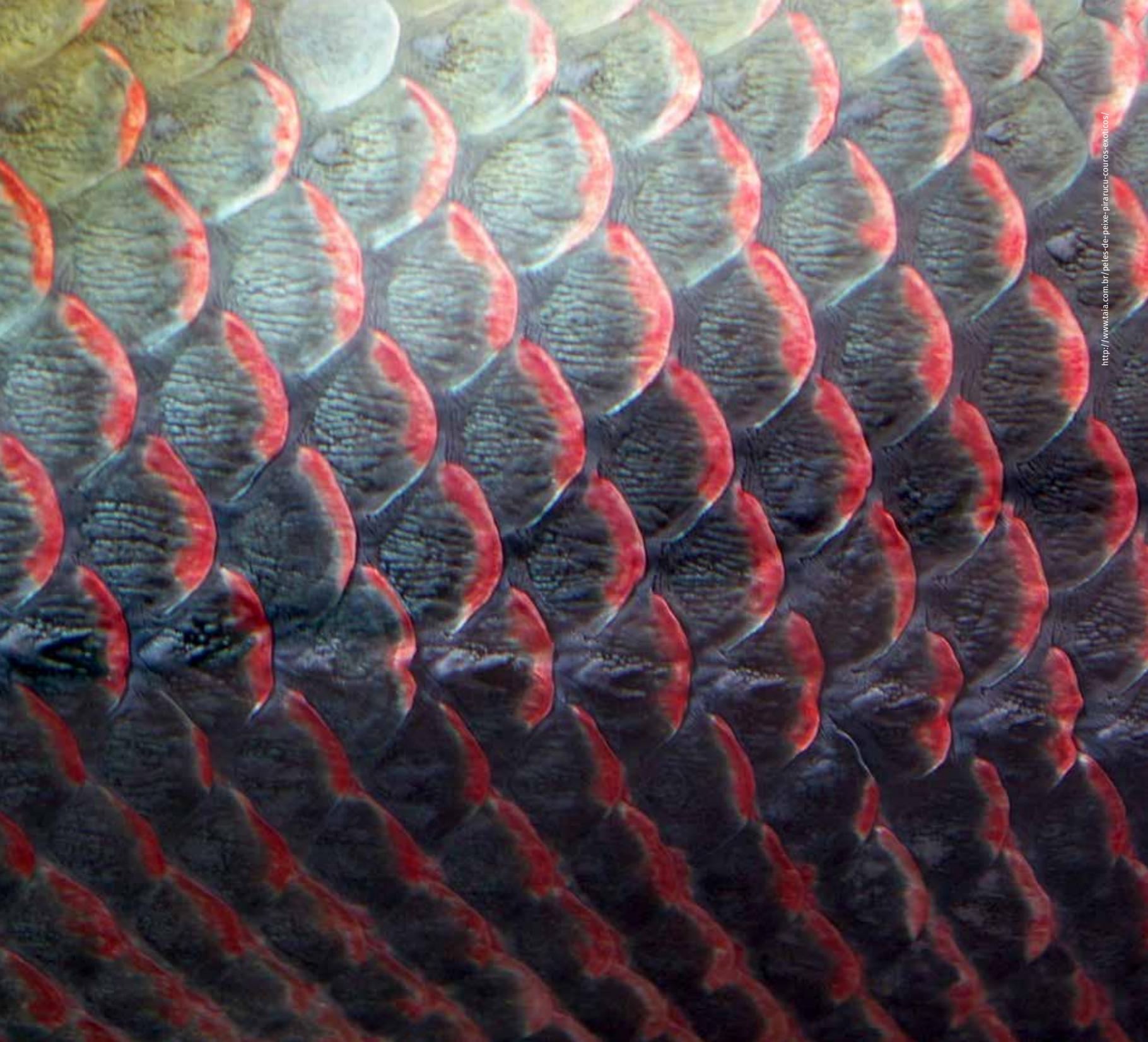
Receita de **Raunei Gonzaga do Nascimento**, do restaurante Emporium.

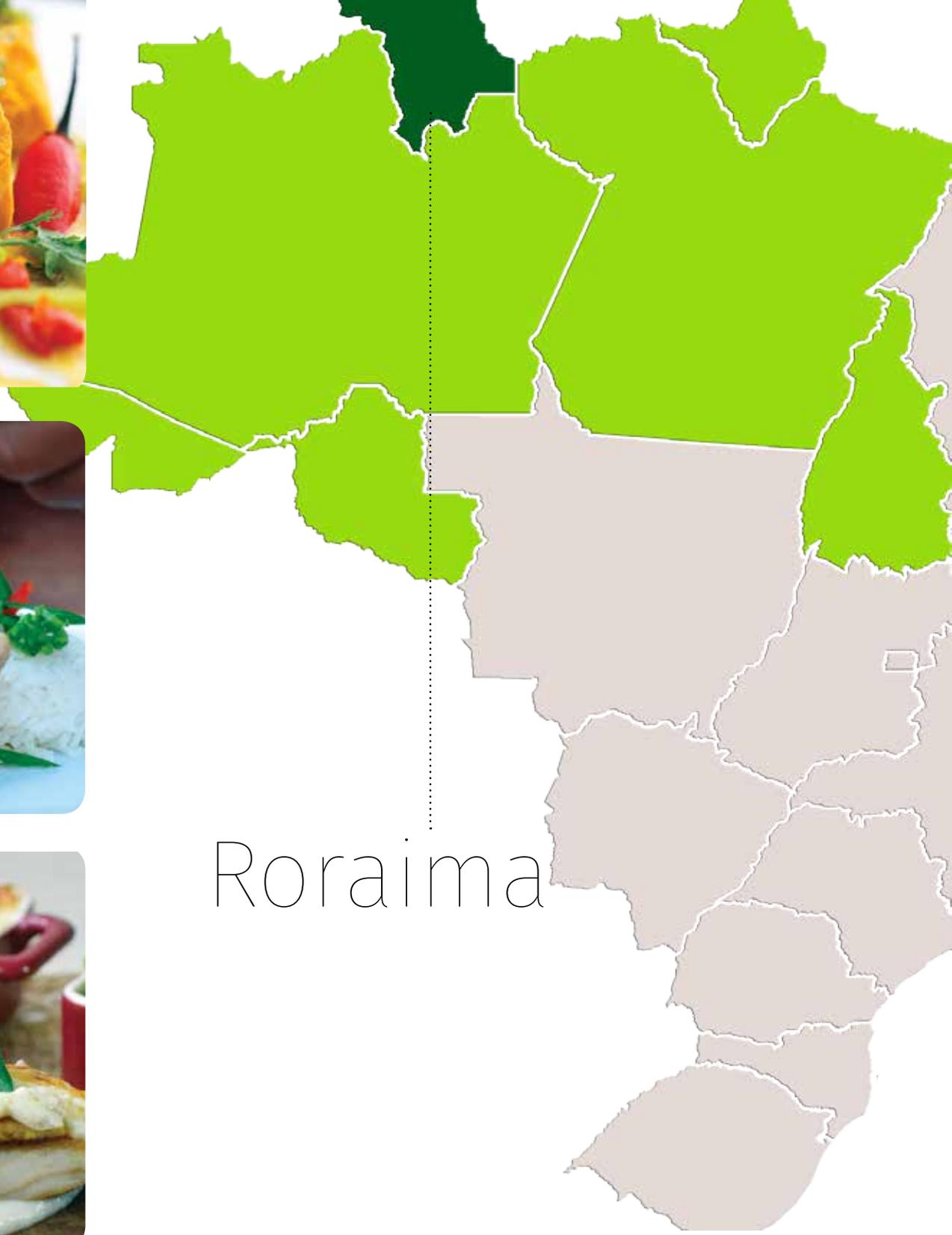
Endereço: Avenida Presidente Dutra, 3366, Caiari,
Porto Velho/RO

Telefone: (69) 3221-2665

www.facebook.com/emporiumrestauranteechoperia

Foto: Luciana Barbo





Roraima

Damurida

Essas receitas foram apresentadas nas Mostras Gastronômicas Pirarucu da Amazônia de 2014, 2015 e 2016

2014

Ingredientes

- 3kg de filé de pirarucu
- 2 litros de tucupi amarelo
- 4 tomates grandes
- 10 pimentas-de-cheiro
- 2 pimentões amarelos
- 3 cebolas grandes
- 1 cabeça de alho grande
- 4 maços de cheiro-verde composto por cebolinha e coentro
- 250ml de azeite extravirgem
- Sal a gosto
- 6 limões grandes
- 100g de pimenta-murupi
- 100g de pimenta-malagueta
- 100g de pimenta olho de peixe

Modo de preparo

Corte o filé de pirarucu em pedaços de 6 centímetros e deixe-os de molho na água com limão por 10 minutos. Escorra e lave em água corrente. Tempere com sal e alho.

Em uma panela de barro, coloque o tucupi para ferver com metade dos ingredientes. Depois de meia hora de fervura, sele o peixe. Junte na panela de barro e deixe cozinhar por três minutos. O molho de pimenta e o beiju são opções para resservir. Não fazem parte do preparo.

Rendimento: 10 porções





Foto: Carol Gherardi

AUTOR

Receita de **Dona Kalu**, chef consultora e instrutora de intercâmbio da culinária indígena.
Boa Vista/RR
Telefone: (95) 99112-8655.

Pirarucu ao molho de castanha do Pará

2015

Ingredientes

- 3kg de filé de pirarucu
- 250ml de azeite extravirgem
- 4 maços de cheiro-verde compostos por coentro e cebolinha
- 2 pimentões amarelos
- 2 pimentões vermelhos
- 3 cebolas grandes
- 4 tomates grandes
- 6 limões grandes
- 1kg de castanhas-do-pará

Modo de preparo

Coloque o peixe de molho na água com limão por alguns minutos. Em seguida, lave-o em água corrente. Corte em pedaços médios, com cerca de 3cm de espessura, e tempere com sal, azeite e alho. Reserve.

Prepare o leite de castanha, batendo as castanhas-do-pará no liquidificador com um litro de água quente. Coe duas vezes e reserve.

Numa panela de barro grande, distribua parte das verduras picadas. Regue com parte do leite de castanha. Em seguida, distribua uma camada de pedaços de peixe. Repita a ordem de montagem, terminando com as verduras e o leite de castanha.

Leve a panela ao fogo. Depois de levantar fervura, deixe cozinhar por mais 5 minutos. Desligue o fogo e sirva com arroz branco, vinagrete e salada de repolho, alface e rúcula. Essa é uma opção de como servir. Fazem parte do preparo.



AUTOR

Receita de **Dona Kalu**, chef consultora e instrutora de intercâmbio da culinária indígena.
Boa Vista/RR
Telefone: (95) 99112-8655.



Pirarucu delícia de Poraíma

2016

Ingredientes

- 2kg de lombo de pirarucu
- Azeite extravirgem
- 500ml de óleo de soja ou girassol
- 400g de farinha de trigo
- 400ml de leite integral
- 6 bananas compridas (Pacová) maduras
- 100g de manteiga com sal
- 1 garrafas de molho de alho
- Sal
- 2 limões
- 400g de queijo mozzarella em fatias
- 10g de queijo parmesão ralado

Modo de preparo

Lave o peixe com água e limão. Corte em pedaços de 8 cm x 5 cm. Tempere com sal e molho de alho. Sele numa chapa ou frigideira com azeite. Reserve.

Numa panela, faça um molho bechamel, juntando a farinha e a manteiga até ficar ligeiramente dourado. Adicione leite e misture até ficar cremoso, mas não muito grosso. Tempere com sal. Reserve.

Corte a banana em fatias compridas. Frite em óleo bem quente. Escorra em papel toalha. Reserve.

Forre o fundo de uma assadeira de vidro com o molho bechamel. Distribua os pedaços de peixe em cima do molho. Cubra com as bananas fritas, adicione uma camada de queijo mozzarella fatiado. Em seguida, adicione outra camada de peixe e cubra com o molho bechamel e mais uma camada de queijo mozzarella. Finalize com queijo parmesão. Leve ao forno para gratinar. Retire quando estiver dourado.

Sirva acompanhado de arroz branco, farofa e salada verde.



AUTOR

Receita de **Dona Kalu**, chef consultora e instrutora de intercâmbio da culinária indígena.

Boa Vista/RR

Telefone: (95) 99112-8655.







Tocantins

Pirarucu com castanha de caju ao creme de pequi

Essas receitas foram apresentadas nas Mostras Gastronômicas Pirarucu da Amazônia de 2014, 2015 e 2016

2014

Ingredientes

- 250g de pirarucu
- 100g de castanha de caju triturada
- 10g de creme de pequi
- 100ml de azeite de coco de babaçu
- 100g de queijo coalho
- 5 maços de alho-poró
- 1 litro de vinho branco seco
- 500g de creme de leite fresco
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- Ervas frescas da região
- Suco de limões
- 150g de farinha de trigo
- 2 litros de caldo de legumes

Modo de preparo

Corte de filé de pirarucu ao meio sem separar as partes. Tempere com sal, pimenta e suco de limão. Recheie com queijo coalho, a castanha, as ervas e 10g de creme de pequi. Junte as duas partes do peixe, passe na farinha de trigo e grelhe no azeite de coco de babaçu. Reserve.

Para o molho, corte alho-poró em fatias finas, refogue em panela com duas colheres de sopa de manteiga. Em seguida, junte 2 litros de caldo de legumes e o vinho branco. Cozinhe por 15 minutos em fogo brando. Retire do fogo e bata no liquidificador até formar um creme.

Retorne a panela ao fogo com o creme, acrescente o creme de leite e o creme de pequi a gosto. Ajustar o sabor do vinho e deixar o álcool dessa bebida evaporar. Desligue o fogo e sirva o creme sobre o pirarucu.



AUTOR

Receita de **Edilson Lima Damasceno**, do Mumbuca Bar & Restaurante.
Endereço: 402 Sul Avenida Lo 9, Lote 20,
Palmas/TO
Telefone: (63) 3225-0291.
www.facebook.com/restaurantemumbuca/

Pirarucu à portuguesa

2015

Ingredientes

- 200g de pirarucu fresco
- 200g de grão-de-bico
- 120g de espinafre
- 1 dente de alho
- 30g de cebola
- 30ml de azeite
- Salsinha a gosto
- 80g de tomate cereja
- 30ml de aceto balsâmico
- 20 batatas bolinha
- Broa de milho
- Cebola confitada
- 20 camarões

Modo de preparo

Cozinhe o grão-de-bico com sal. Amasse para que vire um purê firme. Reserve.

Refogue o espinafre no azeite e no alho. Reserve.

Asse o pirarucu e em seguida desmante-o em lascas. Reserve.

Cozinhe 20 batatas bolinha e em seguida asse-as com alho azeite, louro e alecrim. Reserve.

Grelhe os camarões temperados. Reserve.

Monte o prato em camadas com a ajuda de um aro, adicionando o purê de grão-de-bico, o espinafre refogado, o pirarucu em lascas, a cebola confitada e a broa de milho. Acompanhe com os camarões grelhados e as batatas assadas.

Rendimento: 4 porções





AUTOR

Receita de **Edilson Lima Damasceno**, do Mumbuca Bar & Restaurante.

Endereço: 402 Sul Avenida Lo 9, Lote 20, Palmas (TO).

Palmas/TO

Telefone: (63) 3225-0291.

www.facebook.com/restaurantemumbuca/

Ingredientes

- 500g de filé de manta de pirarucu
- 150g de sal grosso
- 50g de açúcar mascavo
- 10g de pimenta-branca
- Raspas de casca de laranja
- Raspas de casca de limão siciliano
- Folha de coentro
- 50g de castanha de caju
- 1 pote de creme de leite fresco
- Suco de 1 limão siciliano
- 20g de açúcar

Modo de Preparo

Marine o peixe com o açúcar, sal, coentro, raspa da laranja, raspas e rodela de limão siciliano por 24 horas. Depois desse tempo, verifique o sal e, se necessário, deixe em água por alguns instantes para dessalgar. Seque e reserve.

Faça o creme azedo, batendo o creme de leite em ponto de chantili. Junte o suco e as raspas de um limão e o açúcar.

Corte o pirarucu em lâminas, como um sashimi. Faça um rolinho com duas fatias, deixando espaço no meio. Recheie com o creme azedo e decore com castanhas de caju carameladas e trituradas e com uma folha de coentro.





AUTOR

Receita de **Exedito Melo**, do restaurante Quadra Contemporânea
Endereço: 103 Sul Rua SO 11, lote 01,
Palmas/TO
Telefone: (063) 3225-0809
www.qcrestaurante.com.br

Chefs convidados



Vico Crocco



Morena Leite

Fotos: Letícia Remião

Moqueca de pirarucu com arroz de castanhas-de-caju, palmito-pupunha e banana-da-terra com farofa de beiju

Ingredientes

Peixe

- 600g peixe limpo
- Suco de 3 limões (galego, tahiti e siciliano) a gosto
- 2 embalagens para cozimento a vácuo
- 50ml de azeite extravirgem
- Sal e pimenta do reino a gosto

Farofa de beiju

- 200g de beiju de tapioca
- 100g de manteiga
- 160ml de azeite extravirgem
- Sal a gosto
- 2 colheres de sopa de cebola picadinha
- 1 dente de alho picadinho
- 4 colheres de salsinha picadinha

Arroz de castanha-de-caju

- 80g de castanha-de-caju
- 6 colheres de sopa de salsinha bem picadinha
- 280g de arroz branco cozido
- 2 colheres de sopa de azeite extravirgem

- 1 dente de alho picadinho
- 3 colheres de sopa de cebola picadinha
- Sal a gosto

Molho de moqueca

- 1 colher de sopa de azeite extravirgem
- 1 colher de sopa de azeite dendê de qualidade
- 400ml de leite de coco fresco
- 4 dentes de alho picadinho
- 1 cebola media picada
- 4 colheres de mix pimentão vermelho e amarelo picados em cubos pequenos
- 100g de palmito-pupunha fresco e picado em cubos pequenos
- 100g de banana-da-terra madura e picada em cubos pequenos
- 180g de tomate Débora em cubos pequenos
- 1/2 colher de sopa de gengibre picadinho
- 1/2 colher de sopa de pimenta dedo-de-moça picadinha
- Folhas de coentro (para decorar)

Modo de preparo:

Para o peixe, porcione-o em pedaços de 150g cada. Tempere com sal e pimenta-do-reino e marine no suco dos limões. Embale a vácuo. Cozinhe a 50 graus por 15 a 20 minutos dependendo da espessura do peixe. Reserve até a hora de servir. Quando essa hora chegar, sele o peixe em frigideira antiaderente até ficar dourado dos dois lados. Corte cada pedaço ao meio e monte o prato.

Para a farofa, pincele manteiga nos beijus e leve para assar por 10 minutos ou até dourar. Deixe esfriar e bata no processador. Numa frigideira, coloque o azeite e doure o alho, acrescente a cebola e deixe suar. Junte na frigideira o beiju processado, o sal e a salsinha.

Para o arroz, doure o alho e a cebola no azeite, acrescente o arroz branco cozido, as castanhas-de-caju picadas grosseiramente e a salsinha picada.

Para o molho de moqueca, doure o alho no azeite e, assim que pegar cor, adicione a cebola. Logo em seguida, junte o mix de pimentão, gengibre e pimenta dedo-de-moça. Deixe dourar e adicione o azeite de dendê, o palmito e o tomate. Deixe dourar e adicione o leite de coco. Para finalizar, adicione os cubos de banana. Deixe ferver. Desligue o fogo e misture raspas dos limões e um pouco do suco para dar frescor.

Em prato fundo, sirva o arroz de um lado e complete o outro lado com a moqueca. Posicione o pirarucu dourado e cortado ao meio. Finalize temperando com raspas de limão, sal e pimenta. Adicione a farofa em um montinho em um canto. Decore com coentro.

Rendimento: 4 porções

Receita de **Vico Crocco e Morena Leite**, do restaurante Capim Santo.
Endereço: Shopping Village Mall,
Rio de Janeiro/RJ
Telefone: (21) 3252-2528 | Whatsapp: (21) 98061-0051
www.restaurantecapimsanto.com.br

Foto: Tomás Rangel



Chefs convidados



Simon Lau Cederholm,
chef de cozinha
dinamarquês
apaixonado pelo Brasil

Pirarucu defumado com molho holandês de tucupi, quiabo grelhado e farofa goiana crocante

Ingredientes

- 1 lombo de pirarucu, limpo e sem pele (500g)
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 2 colheres de sopa de sal
- 1 porção de molho holandaise de tucupi
- 12 quiabos grelhados
- 4 colheres de sopa de farofa
- 12 quiabos
- Azeite
- 4 colheres de sopa de farinha de mandioca goiana
- 1 colher cheia de manteiga
- 1 flor de jambu para decorara
- Sal.
- 4 gemas de ovo
- 1 litro de tucupi reduzido a 100ml
- De 250g a 300g de manteiga
- flor de jambu

Modo de preparo

Para a defumação de pirarucu em casa, sem uso de equipamento especial, você vai precisar de uma panela velha com tampa, uma bandeja redonda que caiba dentro da panela, uma grelha que caiba dentro da panela, papel laminado e serragem de goiabeira.

Limpe bem o lombo de pirarucu, retirando as partes escuras e as eventuais películas. Deite-o em cima de papel laminado. Passe uma fina camada de uma mistura de sal e açúcar em cada lado e embrulhe o peixe com o papel laminado. Deixe salgar na geladeira por 12 horas. Após esse tempo, lave o peixe e seque-o muito bem com um pano limpo.

Espalhe uma camada de 2 cm de serragem de goiabeira no fundo de uma panela.

Faça três bolinhas de papel laminado com diâmetro de uns 8 cm e coloque-as por cima da serra-gem (para criar distância) e ponha uma bandeja de metal por cima. Faça mais 3 bolinhas de papel alumínio e coloque-as em cima da bandeja e, por cima delas, uma grelha de metal. Coloque a panela bem tampada no fogo médio e, quando começar a sair fumaça, a defumação pode iniciar-se.

Coloque os pedaços de lombo de pirarucu cortados em formato de medalhão sobre a grelha na panela e deixe defumar por 10 a 15 minutos. Retire quando o peixe ficar com uma cor meio alaranjada.

Grelhe os quiabos rapidamente numa frigideira com azeite até que peguem cor e fiquem macios.

Esquente a farinha na manteiga numa frigideira e deixe virar uma farofa super crocante.

Para o molho holandaise, derreta a manteiga e reduza o tucupi até que comece a engrossar. Coloque o tucupi em banho-maria e adicione as gemas de ovos, batendo em batedeira ou fuet até que a mistura cresça. Atenção, pois o fogo deve estar bem baixo para não cozinhar as gemas. Quando ficar com uma consistência cremosa, vá acrescentando a manteiga aos poucos, até que o molho fique cremoso e areado. Esse molho deve ser servido em seguida, pois não pode ser requentado.

Na hora de servir, coloque um medalhão de pirarucu em cada prato e os quiabos como um leque saindo do medalhão. Disponha a farofa ao lado e o molho ao final. Decore com uma flor de jambu.



Foto: Luciana Barbo

Sebrae no Acre

Rua Rio Grande do Sul, 109 / Centro
Rio Branco/AC
CEP: 69900-092
Telefone: (68) 3216-2100

Sebrae no Amapá

Av. Ernestino Borges, 740 / Laguinho
Macapá/AP
CEP: 68908-198
Telefone: (96) 3312-2845

Sebrae no Amazonas

Av. Leonardo Malcher, 924 / Centro
Manaus/AM
CEP: 69010-170
Telefone: (92) 2121-4900

Sebrae no Pará

Rua Municipalidade, 1461 / Reduto
Belém/PA
CEP: 66050-350
Telefone: (91) 3181-9000

Sebrae em Rondônia

Avenida Campos Sales, 3.421 / Olaria
Porto Velho/RO
CEP: 76801-281
Telefone: (69) 3217-3800

Sebrae em Roraima

Avenida Major Williams, 680 / São Pedro
Boa Vista/RR
CEP: 69306-705
Telefone: (95) 2121-8000

Sebrae no Tocantins

102 Norte, Av. LO-4, Lote 01 / Plano Diretor Norte
Palmas/TO
CEP: 77006-006
Telefone: (63) 3219-3302



Foto: Heitor Mota

Embrapa

www.embrapa.br

SEBRAE

0800 570 0800 – sebrae.com.br