

# GAZtronomia



## AS DELÍCIAS DA ESTAÇÃO

**Com as temperaturas baixando, os principais restaurantes de Santa Cruz do Sul inovam em seus cardápios com sugestões repletas de sabor e criatividade. E no clima da Páscoa, as sobremesas à base de chocolate estão em alta.**

# NO CLIMA DA Páscoa

Os preparativos começaram há mais de um mês, mas se intensificaram nos últimos dias. Depois de um período de restrições em razão da pandemia, a Páscoa de 2022 deve ser uma das mais doces de todas, tanto em variedade de opções quanto em volume de negócios.

Nas casas especializadas e supermercados, a variedade de produtos impressiona. Desde os tradicionais ovos e coelhos, passando pelas trufas, bombons e barras ou ainda diante das cestas personalizadas, os clientes encontram de tudo um pouco. Como sempre, as atenções se voltaram aos produtos destinados para o público infantil. Mas também cresceram as opções destinadas a atender aqueles que possuem alguma particularidade alimentar.

Em Santa Cruz do Sul um dos locais onde é possível conferir essa diversidade é a loja da Cacau Show, que tem sido bastante procurada tanto na unidade do Shopping Santa Cruz quanto na loja da Tenente Coronel Brito. Além dos brinquedos, também estão em alta os chamados presentes úteis, como os ovos que vêm acompanhados de pantufas ou gorros de personagens infantis. Neste ano, entraram na lista os produtos lançados pela marca em parceria com serviços de streaming inspirados em séries famosas.

Mas a gama de novidades é grande, ressalta Graziela Gasperi, que assumiu a franquia em setembro do ano passado ao lado da mãe e sócia, Matilde, e do marido, Bruno Laurindo. Conforme Graziela, o chocolate é um presente que tem grande aceitação em todos os públicos. Com a variedade de opções, fica fácil agradar até mesmo aqueles que têm alguma restrição alimentar. Entre os mais procurados estão os ovos com recheio banoffee, que leva banana, doce de leite e biscoito e o mil-folhas avelã. E há ainda a chamada linha funcional, com itens zero açúcar, veganosa e sem glúten. Além de ser uma tradição que se renova a cada ano, nesta Páscoa, as perspectivas são ainda mais animadoras em razão da volta das celebrações em família.

Além dos sabores tradicionais, ovos feitos de chocolate agora chegam com recheios inspirados em sobremesas clássicas e com versões mais saudáveis.



Fotos: Divulgação/GS

## AO COMPRAR

Na hora da compra, o consumidor deve ficar atento à quantidade mínima de cacau e tomar cuidado com a pureza do produto. Um a cada três chocolates vendidos no Brasil não possui o percentual mínimo de cacau exigido pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), que é de pelo menos 25%. Muitos não chegam nem a 5%. Outra questão que merece atenção são os chocolates light e diet. Um produto light tem 25% menos nutrientes, já o diet não tem nenhum nutriente.

## Na medida certa

O chocolate é rico em flavonoides, que têm efeito anti-inflamatório e antioxidante, protegendo as células contra os efeitos dos radicais livres produzidos pelo organismo. O consumo também aumenta a função do óxido nítrico no nosso corpo, que reduz a pressão arterial e aumenta o fluxo vascular. "Tudo isso contribui para evitar a aterosclerose, que é a inflamação causada pelo acúmulo de gorduras, colesterol e outras substâncias nas paredes das artérias e dentro delas", explica Claudio Tinoco Mesquita, professor associado de Medicina da Universidade Federal Fluminense e coordenador do setor de Medicina Nuclear do Hospital Pró-Cardíaco, do Rio de Janeiro.

Mas o grande problema do chocolate são as calorias, pois, para que ele seja mais palatável, são acrescentados açúcar,

leite e gordura em algumas formulações. Isso pode levar à obesidade se consumido em excesso, ampliando as chances de doenças do coração.

O mais adequado para reduzir os riscos é ingerir 45 gramas por semana, segundo artigo publicado no *British Medical Journal*, que avaliou 14 publicações sobre o assunto e estipulou uma meta válida, de modo a equilibrar benefício e quantidade.

Estudos também mostram que quanto maior é o percentual de cacau, maiores são os benefícios. "O mais saudável é o chocolate preto e mais amargo possível. O chocolate branco tem mais gordura e o amargo possui menos açúcar", orienta Mesquita. Segundo o médico, nenhum deles precisa ser evitado.

**A Páscoa que todo mundo ama.**

Cacau Show

Todo mundo sabe mas a gente fala mesmo assim: Páscoa é na Cacau Show.

Aproveite

# UM SABOR QUE aquece

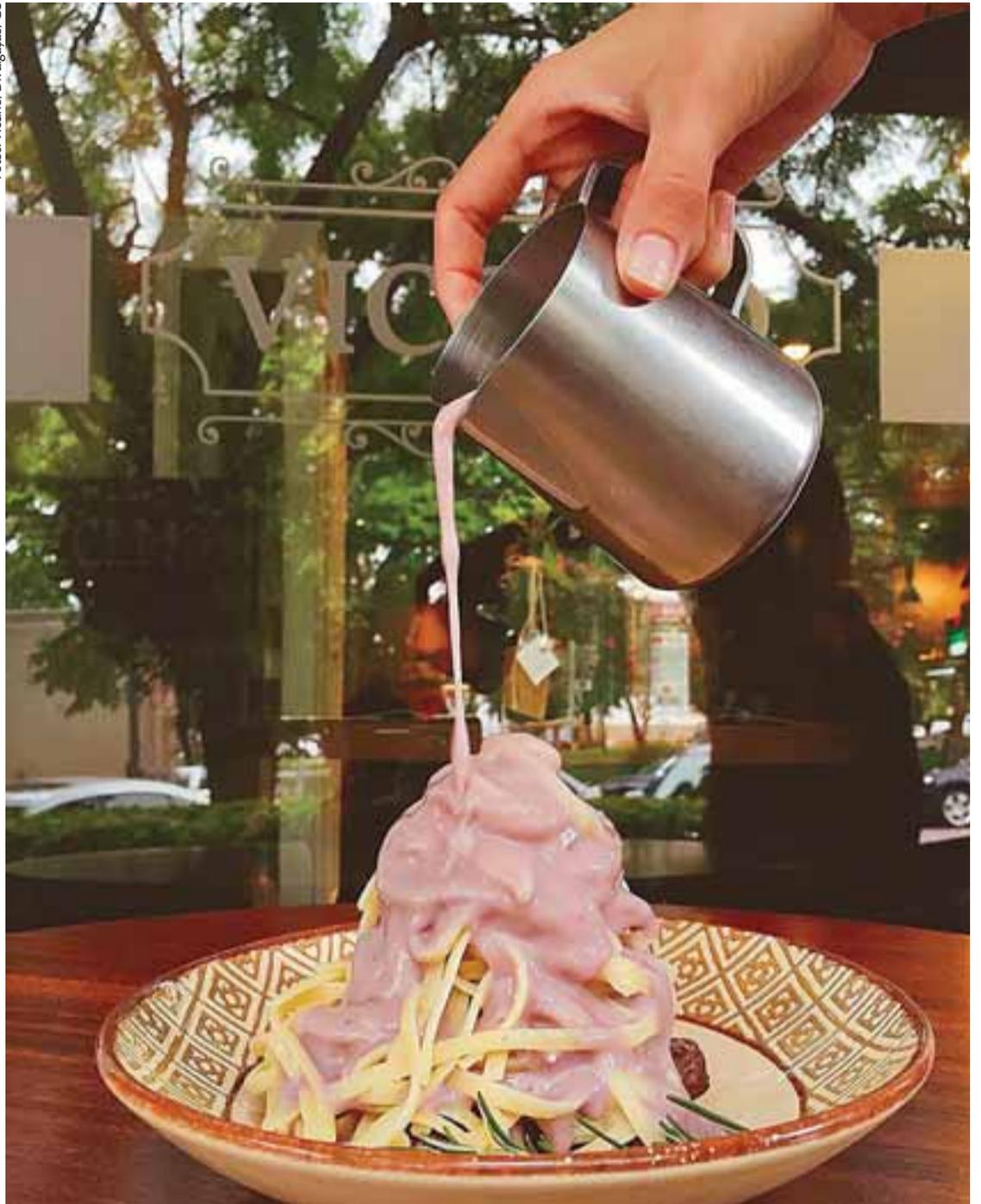
A chegada do outono com suas temperaturas mais amenas desperta o desejo de consumir pratos mais encorpados. Um dos clássicos dessa época e também do inverno é a massa. Acompanhada de um bom molho e, para quem gosta, de uma bela taça de vinho, é sucesso garantido.

Com inspiração italiana, a massa **Cacio e Pepe**, do Restaurante Viccino, é uma das muitas sugestões para saborear nesta temporada. Segundo a chef de cozinha e proprietária da casa, Caroline Guerra Limana, quando o restaurante foi inaugurado em 2020, a massa era preparada da forma clássica, como no país de origem, apenas com queijo e pimenta. Mas, percebendo que o paladar do clientes não

estava acostumado com essa apresentação, ela criou o Molho Especial de Roma, que tem uma receita própria e repleta de sabor. Desde então, a massa se tornou a queridinha do público.

Prestes a completar dois anos em Santa Cruz do Sul, o local tem como proposta oferecer verdadeiras experiências gastronômicas aos clientes, inclusive com uma variada carta de vinhos nacionais e importados. Com serviço à la carte, o cardápio para almoços e jantares dispõe de opções de entradas, saladas, filés, pastas, risotos e sopas, além de pratos kids. Entre as sobremesas, as clássicas italianas Tiramisu, Cannoli e Panna Cotta fazem sucesso. E à tarde, no serviço de cafeteria, é possível saborear cafés especiais, chás, sanduíches quentes e frios, salgados e doces.

Fotos: Viccino/Divulgação/GS



## Para saber

Caroline é formada em Gastronomia pela Unisc desde 2020. Fez estágio de seis meses na França e é pós-graduada em Gestão em Gastronomia. Atualmente está fazendo o curso de sommelier, o qual deve ser concluído em setembro deste ano. Esteve à frente da cozinha do restaurante por um ano, desde sua inauguração, em maio de 2020. Com o tempo, como veio a oportunidade de tornar-se sócia do empreendimento e posteriormente fazer sua aquisição total, Caroline deixou a cozinha para cuidar da parte administrativa. Agora ela prepara novidades para o público. Na próxima sexta-feira, dia 22, acontece a reinauguração do restaurante, que, além de um novo nome, terá seu cardápio aprimorado. "Vamos manter a essência, muitos de nossos pratos já estão no gosto dos clientes. Mas traremos outras opções bem interessantes também", afirma a chef, que espera dedicar-se integralmente à cozinha em breve, pois, segundo diz, "é lá que está meu coração".

A Europa a um prato de distância de você,  
no coração de Santa Cruz do Sul.

**VICCINO**  
CAFFÈ, CUCINA I VINO  
★★★★★

  @viccinosantacruz

 Rua Borges de Medeiros 534, SCS. Reserva e informações:  (51) 3056.4007  (51) 99969.8110

## Risoto de aspargos

### Ingredientes

- 1 cebola pequena picada
- 1 dente de alho picado
- 200 gramas de Arroz Rei Arthur Carnaroli
- 80 ml de vinho branco seco
- 1 litro de caldo de legumes
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 200 gramas de aspargos frescos picados
- 80 gramas queijo parmesão ralado
- Azeite a gosto
- Sal e pimenta-do-reino a gosto.



### Preparo

Lave e seque os aspargos. Corte a ponta dos aspargos e reserve. Descarte a parte mais dura do talo e corte o restante em rodelas. Em uma panela, adicione um fio de azeite, deixe aquecer e refogue com a cebola e o alho, tempere com uma pitada de sal e refogue até ficar transparente. Acrescente as rodelas de aspargos e refogue por dois minutos.

Em seguida, adicione o arroz e sele bem o grão por alguns minutos. Adicione o vinho branco seco, misture até evaporar. Acrescente uma concha do caldo, e deixe absorver mexendo de vez em quando até secar. Vá adicionando gradualmente o caldo, concha a concha, mexendo sempre a cada adição. Esse processo deve demorar cerca de dez minutos. Adicione as pontas dos aspargos e mais um pouco de caldo, seguindo com o processo até o risoto estar no ponto (o grão deve estar cozido mas ainda durinho no centro, ficando al dente). Corrija o tempero com sal e pimenta-do-reino. Desligue o fogo, adicione uma última concha de caldo, a manteiga e o queijo parmesão ralado. Misture bem e sirva em seguida. Rende duas porções.

## Biscoito de chocolate e coco

### Ingredientes

- 1 xícara (chá) mais um quarto de margarina
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) mais dois terços de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1/3 xícara (chá) de cacau em pó
- 1 pitada de sal
- 1 xícara (chá) de chocolate em pó
- 2 xícaras (chá) de coco ralado desidratado
- Um quarto de xícara (chá) de água fervente
- 1 colher (chá) de café solúvel dissolvido em 2 colheres (chá) de água fervente



### Preparo

Numa tigela, coloque a margarina e o açúcar. Bata até obter um creme fofo. Reserve. Em outra tigela, peneire juntos a farinha, o fermento, o cacau, o sal e o chocolate em pó. Adicione o coco e misture bem. Numa xícara, misture a água e o café solúvel preparado. Junte um terço dos ingredientes secos preparados à mistura de margarina. Bata na batedeira, até ficar homogêneo. Junte um terço da água misturada com o café e bata novamente, alternando até terminar de bater toda a mistura. Deixe a massa descansar na geladeira durante 15 minutos. Passado esse tempo, pegue porções de massa e forme bolinhas do tamanho de uma noz. Arrume as bolinhas em círculos no prato giratório do microondas, deixando um espaço de cinco centímetros entre elas. Asse em potência alta durante três minutos.

## Mousse de chocolate

### Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 1 colher (sopa) de manteiga ou margarina
- 1 lata de creme de leite sem soro
- 3 claras batidas em neve
- Chocolate meio amargo picado para decorar



### Preparo

Numa panela, coloque o leite condensado, o chocolate em pó e a manteiga ou margarina. Misture bem, leve ao fogo e cozinhe, mexendo sempre, até aparecer o fundo da panela. Retire do fogo, espere esfriar um pouco e acrescente o creme de leite sem o soro. Misture até ficar bem homogêneo. Acrescente as claras em neve, misturando delicadamente. Coloque tudo numa tigela, ou em recipientes individuais e leve à geladeira. Na hora de servir, decore com o chocolate picado.

Agora a Linha Rei Arthur conta com o **Arroz Carnaroli**. Ele é o favorito dos italianos para o preparo de risotos cremosos, realçando o sabor dos temperos. **Experimente!**

ARROZ TIPO 1  
CLASSE LONGO  
PESO LÍQUIDO 1kg

ideal para Risotos

arrozreiarthur @arrozreiarthur