



Nome da Receita: Rio e Terra: Tilápia, jerimum e maxixe em harmonia

Chef George Luis

Ingredientes:

- Manteiga Sem Sal – 200g
- Coentro – 70g
- Pimenta de Cheiro – 40g
- Jerimum Leite – 1kg
- Alho – 2 Dentes
- Cebola Branca – 100g
- Manteiga de Garrafa – 500ml
- Fubá Mimoso – 500g
- Sal e Pimenta do Reino
- Maxixe – 80g
- Cebola Roxa – 80g
- Tomate Italiano – 80g
- Limão Galego – 5 unidades
- Vinagre Vinho Branco – 100ml
- Azeite – 100ml
- Queijo Parmesão – 80g
- Filé de Tilápia – 1,5kg

Modo de Preparo:

Com a manteiga em ponto de pomada, adicione o coentro e a pimenta de cheiro bem picados. Misture com um fouet e abra plástico filme sobre uma bancada. Ponha a manteiga temperada por cima do plástico filme e enrole formando um cilindro de manteiga. Leve à geladeira por 2h para firmar a manteiga novamente. Em uma panela, refogue o alho e a cebola branca com manteiga de garrafa. Adicione 500ml de água potável, e ponha o jerimum descascado, tempere com sal e pimenta. Tampe e deixe cozinhar. Enquanto o jerimum cozinha, tempere a tilápia com sal, pimenta e o sumo de 2 limões galegos.

Reserve a tilápia marinada em geladeira. Para o vinagrete, corte a cebola roxa e o tomate em cubos bem pequenos, corte o maxixe em rodela finíssimas, preservando a integridade da casca. Em uma tigela adicione 50ml de vinagre branco, 100ml de azeite e o sumo dos limões galegos que restaram. Misture bem com o fouet até os líquidos homogeneizarem. Acerte o sal e pimenta e adicione a cebola, tomate e maxixe reservados. Guarde na geladeira. Retire o jerimum da água e amasse. Devolva para água e ligue o fogo novamente. Assim que ferver, adicione o fubá mimoso aos poucos para não empelotar e bata com um fouet. Adicione o queijo parmesão ralado e misture bem. Em uma frigideira, ponha um pouco da manteiga temperada. Assim que derreter, adicione os filés de tilápia com cuidado para não quebrarem e os frite em fogo médio.