MACARRÃO AO MOLHO BECHAMEL

**Orientações iniciais:**

* Leia ATENTAMENTE **toda** a receita antes de iniciar qualquer procedimento e planejem a divisão das tarefas para otimizar o tempo
* Higienize todos os alimentos que necessitarem de higienização como frutas, folhas, legumes e vegetais

| MACARRÃO AO MOLHO BECHAMEL  INGREDIENTES   * 500 g de macarrão parafuso * 4 xícaras (chá) de leite gelado * 3 colher (sopa) de farinha de trigo * 3 colher (sopa) de manteiga sem sal * 1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado fino * 1 pitada de noz-moscada ralada na hora * Sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto * Lascas de queijo parmesão a gosto para servir  MODO DE PREPARO  1. Numa panela média, leve a manteiga para derreter em fogo médio. Junte a farinha e mexa vigorosamente com um batedor de arame por 2 minutos — essa mistura, chamada de **roux**, vai engrossar o molho. 2. Adicione todo o leite de uma só vez, misturando bem com o batedor para dissolver os gruminhos de farinha. Aumente o fogo e mexa sem parar até ferver. 3. Assim que ferver, abaixe o fogo e deixe cozinhar por cerca de 10 minutos, mexendo de vez em quando com uma espátula de silicone, até formar um molho mais espesso. Truque: se o molho empelotar, bata no liquidificador e volte para a panela. Enquanto isso, cozinhe o macarrão. 4. Leve uma panela média com 4 a 5 litros de água ao fogo alto. Quando ferver, misture 2 colheres (sopa) de sal e adicione o macarrão. Deixe cozinhar pelo tempo indicado na embalagem, ou até ficar al dente — mexa de vez em quando para soltar os fios e o macarrão cozinhar por igual. 5. Assim que o molho bechamel tiver engrossado, desligue o fogo e tempere com sal e noz-moscada a gosto. Misture o queijo parmesão ralado e reserve. 6. Escorra a água e transfira o macarrão cozido para a panela com o molho. Misture delicadamente e sirva a seguir com lascas de queijo parmesão. |
| --- |

**Orientações finais:**

* Toda a louça (utensílios e equipamentos) utilizados em aula devem ser lavados e guardados nos locais onde foram retirados.
* As bancadas devem ser higienizadas com água e sabão e álcool.
* Os aventais recebidos devem ser devolvidos ao laboratório no final da aula.