

## NHOQUE DE BATATA COM PESTO DE COUVE

### 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 necessitem de higienização como frutas, folhas, legumes e vegetais

## NHOQUE DE BETERRABA COM MOLHO DE SÁLVA

### INGREDIENTES

- 1,5 kg de batata Asterix (8 unidades médias)
- 2 gemas
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- sal a gosto
- farinha de trigo para polvilhar a bancada

### MOLHO

- 3 folhas de couve
- 1 xícara de nozes
- 1 colher de chá de sal
- 1 de xícara (chá) de azeite
- Suco de ½ limão

### MODO DE PREPARO

1. Higienize e pese todos os alimentos;
2. Lave, descasque e corte as batatas em pedaços grandes, de cerca de 4 cm. Transfira para uma panela média, cubra com água e leve ao fogo alto. Assim que ferver, junte 1 ½ colher (sopa) de sal, abaixe o fogo e deixe cozinhar por 20 minutos, até ficarem macias – espete com um garfo para verificar o ponto;
3. Escorra bem a água e passe as batatas ainda quentes por um espremedor, sobre uma tigela grande;
4. Quando a batata amassada amornar o suficiente para manusear, tempere com 2 colheres (chá) de sal e acrescente ¼ de xícara (chá) da farinha de trigo. Misture bem com as mãos;
5. Junte as gemas e amasse bem. Aos poucos, adicione o restante da farinha, amassando bem com as mãos, até dar o ponto de enrolar. Para verificar o ponto, lave as mãos e modele uma bolinha; se não grudar na mão, está no ponto;

6. Leve uma panela grande com água ao fogo alto. Assim que a água ferver, misture 1 colher (sopa) de sal;
7. Enquanto a água ferve, polvilhe a bancada e uma assadeira com farinha. Para modelar os nhoques, faça um rolinho de cerca de 1 cm de diâmetro; corte em nhoques de cerca de 2 cm cada. Transfira para a assadeira polvilhada e repita o procedimento com o restante da massa;
8. Com uma escumadeira, mergulhe cerca de 20 nhoques por vez na água fervente e deixe cozinhar até subirem à superfície. Retire os nhoques com a escumadeira, escorrendo bem a água, e transfira para travessa untada com óleo. Cozinhe todos os nhoques;
9. Pese a preparação inteira e porcione.

#### MOLHO DE SÁLVIA

1. Higienize e pese todos os alimentos;
2. Bata todos os ingredientes no liquidificador até ficar um creme homogêneo;
3. Aqueça levemente para servir junto com o nhoque;
4. Pese a preparação inteira e porcione.

#### **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.