



07/2022

Receitas paulistas para comemorar o 9 de julho

Time de especialistas em alimentação da Ajinomoto do Brasil traz cinco receitas para lembrar o Dia da Revolução Constitucionalista

São Paulo, julho de 2022 - Em 1930, Getúlio Vargas derrubou o presidente eleito Washington Luís e iniciou o seu governo provisório no Brasil. Os paulistas não concordaram com as ações tomadas por Vargas, e por isso que após dois anos, em 9 de julho de 1932, uma revolta começou e durante a revolução, os paulistas uniram-se através de manifestações para acabar com o governo de Getúlio Vargas.

A Revolução está registrada nos livros de história, mas também na memória dos paulistas, e grande parte de nossas lembranças podemos relacionar com a culinária. A guerra nos anos 30 é parte da construção de São Paulo, mas o grande destaque atual do estado é a sua diversidade de culturas com influências europeias, asiáticas, do Oriente Médio e da África. Tudo se encontra aqui.

É por isso que neste 9 julho a **Ajinomoto do Brasil** propõe que olhemos para o feriado sobre outra ótica: a de pratos inventados por paulistas e que você pode fazer na sua casa com produtos da **Ajinomoto do Brasil**.

Essa lista começa com o pastel de feira, que foi criado por imigrantes do extremo oriente em Santos (SP) como uma maneira de adaptar a receita de guiozas e rolinhos-primavera aos ingredientes disponíveis no Brasil. A receita foi um sucesso e logo se espalhou por todo o país.

Essa preparação te ensina a fazer esse prato tradicional com **Tempero SAZÓN® Laranja** e trazer aquele gostinho da feira para a sua casa.

Também há o bauru que é considerado patrimônio cultural e imaterial do Estado. A comida foi inventada em 1937 por Casimiro Pinto Neto no Restaurante Ponto Chic no Largo do Paysandu, em São Paulo. Trata-se de uma receita de sanduíche originalmente com rosbife, queijo, tomate, picles e orégano. Essa preparação especial te ensina a utilizar o sabor do lagarto bovino temperado com **Tempero SAZÓN® Vermelho** e traz uma reinterpretação deliciosa desse clássico paulistano.

Outro sanduíche tradicional das festas juninas paulistas é o de pernil suíno, que também é visto em diversas lanchonetes do estado e, especialmente, no Na Lanchonete Estadão, localizada no centro da cidade, classificado com o melhor sanduíche de pernil de São Paulo. Essa receita combina o **Tempero SAZÓN® Toque de Alecrim** com o **Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO™** para trazer muito mais sabor a esse prato típico.

Presente nas festas de junho, natal e ano novo, temos o cuscuz paulista, que não tem uma origem certa, mas traz influências portuguesas, mouras e principalmente tropeiras. Você pode preparar essa receita com **VONO® Chef Sopa de Cebola** para um toque de suavidade e deixar seu cuscuz mais saboroso.

Por fim, não podia faltar a queridinha dos brasileiros: a coxinha. A sua origem é incerta e data do fim do século XIX. Acredita-se que tenha sido criada como substituto mais barato às tradicionais coxas de galinha para serem vendidas nas portas de fábricas. O **Tempero SAZÓN® Verde** auxilia na preparação do recheio, trazendo frescor e leveza no sabor. Já o **Caldo SAZÓN® Galinha** ajuda a preparar o caldo tradicional utilizado na preparação da massa dessa receita.

Conheça mais receitas no site www.saboresajinomoto.com.br e confira dicas preparadas pela equipe de especialistas em alimentação da Ajinomoto do Brasil.

Que tal aproveitar o feriado e experimentar um prato tipicamente paulista? Confira o passo a passo das receitas:

PASTEL CASEIRO – [Sabores Ajinomoto](#)

Tempo de Preparo: 50 minutos (+ 30 minutos de descanso da massa)

Rendimento: 6 Porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

2 e meia xícaras (chá) de farinha de trigo (280 g)

2 colheres (sopa) de manteiga sem sal

1 sachê de Tempero SAZÓN® Laranja

meia colher (chá) de sal

1 colher (sopa) de cachaça

meia xícara (chá) de água gelada (100 ml)

200 g de muçarela fatiada

1 tomate grande cortado em 12 fatias e ao meio

Modo de preparo:

Em uma tigela grande, coloque a farinha de trigo, a manteiga, o Tempero SAZÓN® e o sal, e mexa até virar uma farofa. Junte a cachaça, misture e acrescenta a água aos poucos, até obter uma massa homogênea. Cubra com filme-plástico e deixe descansar por 30 minutos.

Transfira para uma superfície lisa e enfarinhada e, como auxílio de um rolo, abra a massa até a espessura de 1 mm.

Corte a massa em 12 retângulos de 12 x 18 cm e disponha parte de queijo e do tomate no centro de cada um deles. Dobre-os ao meio e feche as laterais com o auxílio de um garfo. Frite em imersão, em óleo não muito quente, por 3 minutos de cada lado, ou até dourarem.

Escorra em papel toalha e sirva em seguida.

Dica:

Se preferir, você pode assar os pastéis no forno, porém a textura e aparência não ficarão exatamente como na receita original (frito). Para isso, disponha os pastéis feitos em uma assadeira grande, untada, pincele uma gema sobre eles e leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 20 minutos, ou até dourar. Retire do forno e sirva em seguida.

BAURU – [Sabores Ajinomoto](#)

Tempo de Preparo: 01 hora (+ 13 horas de geladeira)

Rendimento: 8 Porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

1 peça pequena de lagarto bovino (800 g)

2 sachês de Tempero SAZÓN® Vermelho

1 pitada de sal

2 colheres (sopa) de óleo

8 pães tipo francês, cortados ao meio no sentido de comprimento

2 tomates médios, em rodelas

1 xícara (chá) de água (200 ml)

15 fatias de muçarela

15 fatias de queijo prato

Modo de preparo:

Em uma tigela média, coloque o lagarto, o Tempero SAZÓN® e o sal, e misture. Cubra com filme-plástico e leve à geladeira por 1 hora, para tomar gosto.

Em uma panela grande, coloque o óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a carne e frite por 12 minutos, virando de todos os lados, ou até estarem dourados.

Retire da panela, disponha em uma tigela e cubra com filme-plástico. Leve à geladeira por 12 horas, para a carne firmar. Corte em fatias finas e reserve no caldo da carne formado na tigela.

Em uma frigideira grande e funda, coloque a água e leve ao fogo médio para aquecer. Junte as fatias de queijos, aos poucos, e misture por 30 segundos, ou até formar um creme denso de queijos.

Retire do fogo, com cuidado e disponha sobre os pães e feche com a outra metade do pão. Sirva logo em seguida.

Dica:

o queijo pode ser derretido em uma frigideira com borda ou em uma panela. Derreter o queijo com água, fará com que a preparação fique mais uniforme e o queijo mais cremoso, sem mudar o sabor. Deste modo, ele irá escorrer e preencher o lanche.

SANDUÍCHE DE PERNIL – [Sabores Ajinomoto](#)

Tempo de Preparo: 15 minutos

Rendimento: 8 Porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®

1 cebola grande cortada em rodela

4 tomates médios, sem pele e sem sementes, cortados em cubos (600 g)

1 pimentão verde pequeno, cortado em tiras finas

500 g de pernil suíno já cozido e desfiado

2 sachês de Tempero SAZÓN® Toque de Alecrim

1 pitada de sal

1 xícara (chá) de polpa de tomate (200 ml)

meia xícara (chá) de água (100 ml)

8 pães tipo francês cortados ao meio

Modo de preparo:

Em uma panela média, coloque o Azeite TERRANO® e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a cebola e refogue por 3 minutos ou até dourar. Acrescente o tomate, o pimentão, o pernil, o Tempero SAZÓN® e o sal, e refogue em fogo baixo por 5 minutos, mexendo de vez em quando até o tomate começar a desmanchar. Adicione a polpa de tomate e a água, e deixe cozinhar por mais 5 minutos.

Retire do fogo, recheie os pães e sirva em seguida.

CUSCUZ PAULISTA – [Sabores Ajinomoto](#)

Tempo de Preparo: 30 minutos

Rendimento: 8 Porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de óleo

meio pimentão vermelho médio picado (80 g)

2 latas de sardinha, escorridas (170 g)

1 lata de milho-verde, escorrido (200 g)

2 colheres (sopa) de salsa picada

1 xícara (chá) de polpa de tomate (100 ml)

2 xícaras (chá) de água (400 ml)

1 envelope de VONO® Chef Sopa de Cebola

1 e meia xícara (chá) de farinha de milho (160 g)

1 tomate pequeno cortado em rodela (130 g)

1 ovo cozido, em rodela

Modo de preparo:

Em uma panela grande, coloque o óleo e leve ao fogo médio para aquecer. Junte o pimentão, e refogue por 3 minutos, ou até murchar. Acrescente a sardinha, o milho, a salsa, a polpa de tomate, a água e a VONO®, e cozinhe por mais 10 minutos, ou até ferver.

Adicione, de uma só vez, a farinha de milho e mexa vigorosamente, por 2 minutos, ou até secar e desprender do fundo da panela.

Retire do fogo, transfira para uma fôrma redonda de furo central (19 cm de diâmetro), untada e decorada com as rodela de tomate e de ovo, e deixe amornar. Desenforme e sirva em seguida.

COXINHA DE FRANGO – [Sabores Ajinomoto](#)

Tempo de Preparo: 01 hora

Rendimento: 15 Porções

Elaboração: Sabores Ajinomoto

Ingredientes:

Recheio

1,5 litro de água

1 peito de frango grande, sem pele e sem osso (500 g)

2 colheres (sopa) de óleo

1 cebola média picada (150 g)

1 dente de alho picado

2 colheres (sopa) de extrato de tomate

2 sachês de Tempero SAZÓN® Verde

2 pitadas de sal

2 colheres (sopa) de salsa picada

Massa

1 litro da água do cozimento do frango

2 sachês de Caldo SAZÓN® Galinha

meia xícara (chá) de óleo (100 ml)

4 e meia xícaras (chá) de farinha de trigo (500 g)

1 e meia xícara (chá) de farinha de rosca (210 g)

Modo de preparo:

Faça o recheio: em uma panela de pressão, coloque a água e o frango, tampe e deixe cozinhar em fogo médio, por 20 minutos, após o início da fervura. Retire do fogo, espere a pressão ceder e abra a panela. Escorra, reservando 1,2 litro do caldo do cozimento, espere esfriar e desfie o frango.

Em uma panela média, coloque o óleo e leve ao fogo médio para aquecer. Junte a cebola e o alho, e refogue por 3 minutos, ou até dourarem levemente. Adicione o frango desfiado, o extrato de tomate, o Tempero SAZÓN® e o sal, e refogue por 5 minutos. Junte 1 xícara (chá) do caldo do cozimento reservado (200 ml) e deixe ferver por 2 minutos, ou até obter um recheio úmido. Retire do fogo, acrescente a salsa e misture. Deixe esfriar.

Prepare a massa: em uma panela grande, coloque o caldo reservado restante, o Caldo SAZÓN® e o óleo, e leve ao fogo médio para aquecer. Junte a farinha de trigo de uma única vez e cozinhe, mexendo vigorosamente, ou até soltar do fundo da panela. Retire do fogo e deixe esfriar.

Divida a massa em 45 esferas, abra-as entre a palma das mãos e distribua um pouco do recheio. Modele em formato de coxinhas, passe-as na água e na farinha de rosca.

Frite-as aos poucos, em imersão, em óleo quente, por 4 a 5 minutos, ou até ficarem douradas. Escorra e sirva em seguida.

Sobre a Ajinomoto do Brasil

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto é uma multinacional japonesa e referência mundial em aminoácidos. A empresa oferece produtos de qualidade tanto para o consumidor como insumos para as indústrias alimentícia, cosmética, esportiva, farmacêutica, de nutrição animal e agronegócios. Atualmente, a unidade brasileira é a terceira mais importante do Grupo Ajinomoto fora do Japão, atrás apenas da Tailândia e dos Estados Unidos. A linha de produtos da empresa voltada ao consumidor é composta pelo tempero umami AJI-NO-MOTO®, AJI-SAL®, Tempero SAZÓN®, Caldo SAZÓN®, SAZÓN® Tempera & Prepara, RECEITA DE CASA™, HONDASHI® e SABOR A MI®, além das sopas individuais VONO® e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e FIT Zero Açúcar, o azeite de oliva extra virgem TERRANO® e o azeite de oliva tipo único TERRANO®, o SATIS!® Molho Shoyu, além de aminoVITAL® GOLD e aminoVITAL® GOLD DRINK MIX, produtos compostos por nove aminoácidos essenciais para a recuperação de atletas e entusiastas do esporte. No Brasil, a companhia também atua no segmento de food service (alimentação fora do lar). Com quatro unidades fabris, localizadas no estado de São Paulo, nas cidades de Limeira, Laranjal Paulista, Valparaíso e Pederneiras, e sede administrativa na capital, emprega cerca de 3 mil funcionários e atende tanto ao mercado interno como ao externo. O Grupo Ajinomoto obteve faturamento global

de US\$ 10,2 bilhões e nacional de R\$ 3 bilhões no ano fiscal de 2021. Atualmente, está presente em 36 países, possui 120 fábricas e cerca de 33 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL

Race Comunicação

imprensa.ajinomoto@agenciarace.com.br

Eldra La Fonte – Cel.: (11) 99462-5903

Milene Rolan – Cel.: (11) 99246-5780

Michele Colombo – Cel: (11) 98278-1091

Wilson Barros – Cel.: (11) 99607-1746