

# Viagem Gastronômica

Livro: *Hibisco Roxo*, de Chimamanda Ngozi Adichie



Receita

## Arroz Jollof com Fufu

### INGREDIENTES

3 xícaras cheias de arroz branco pré-cozido, sem sal e escorrido (o arroz deve ser cozido por 10 minutos, em bastante água e, após o cozimento, lavado em água fria. A seguir, escorra e reserve)

5 colheres (sopa) de extrato de tomate

4 tomates inteiros

1 pimentão vermelho

2 pimentas vermelhas dedo-de-moça

100 ml óleo

600 ml caldo de frango

1 cebola pequena picada

1 colher (sopa) de pó de camarão seco

½ colher (chá) de tomilho

½ colher (chá) de curry em pó

1 colher (chá) de sal

1 cubo de caldo de galinha

Água, se for necessário

### MODO DE PREPARO

1. Bata no liquidificador o tomate, a pimenta e o pimentão, e reserve.
2. Refogue a cebola no óleo e, quando estiver transparente, acrescente o tomate batido e o extrato de tomate. Separe aproximadamente uma colher deste preparo e reserve.
3. Em uma panela, junte o caldo de frango e o cubo de caldo de galinha. Tempere este caldo com curry, tomilho e sal. Deixe ferver por cerca de cinco minutos e acrescente o arroz branco, cozido e escorrido. O líquido na panela deve estar na mesma altura do arroz. Tampe a panela hermeticamente e deixe cozinhar em fogo bem baixo, por até 30 minutos.
4. Ao término do tempo, verifique o cozimento do arroz e cubra-o com o que ficou reservado do molho de tomate batido. Deixe cozinhar com a panela tampada por mais cinco minutos. Após o cozimento, misture bem o arroz e acrescente o pó de camarão.

# Viagem Gastronômica

Livro: *Hibisco Roxo*, de Chimamanda Ngozi Adichie



Receita

## Bolinho de Mandioca com Inhame

---

### INGREDIENTES

1/2 kg de mandioca

200 g de inhame

100 g de queijo

1 cebola média

1 dente de alho picado

1/2 xícara (chá) de farinha de arroz

1 xícara de (chá) de farinha  
de mandioca

2 colheres (sopa) de azeite

Cheiro-verde

Sal

### MODO DE PREPARO

1. Cozinhe a mandioca e o inhame até que fiquem bem macios.
2. Bata no liquidificador a cebola, o alho, o azeite e o sal (coloque mais azeite se houver dificuldade para bater os temperos, ou um pouquinho do caldo que sobrou do cozimento). Reserve.
3. Pique o cheiro-verde e reserve.
4. Em uma tigela, amasse bem a mandioca e o inhame cozidos. Em seguida acrescente o tempero batido.
5. Continue mexendo a massa e vá acrescentando as farinhas até obter consistência de purê. Salpique com o cheiro-verde e continue mexendo.
6. Para fazer os bolinhos, encha uma colher (sopa) com a massa, faça um furo no meio e acrescente uma tirinha de queijo.
7. Vá moldando os bolinhos e passe-os em farinha de mandioca, cobrindo-os totalmente.
8. Arrume-os em uma fôrma untada e leve ao forno preaquecido. Deixe assar até dourar (por aproximadamente 20 minutos). Por fora eles ficam crocantes e, por dentro, é como um purê com queijo derretido.

# Viagem Gastronômica

Livro: *Hibisco Roxo*, de Chimamanda Ngozi Adichie



Receita

## Molho de Pimenta

### INGREDIENTES

200 g de pimenta dedo-de-moça  
(aproximadamente 28 unidades)

½ cebola

1 dente de alho grande

2 colheres (sopa) de azeite

1 xícara (chá) de vinagre de vinho branco

½ xícara (chá) de água

½ colher (sopa) de açúcar

1 colher (chá) de sal

2 folhas de louro

1 canela em rama

2 cravos-da-índia

### MODO DE PREPARO

1. Numa panela média, coloque o vinagre, a água, o açúcar, o sal, as folhas de louro, os cravos e a canela. Leve ao fogo médio e deixe cozinhar até ferver. Abaixar o fogo e deixe cozinhar por mais 2 minutos para fazer uma infusão. Transfira para uma jarra e reserve.
2. Descasque e corte a cebola em meias-luas finas. Descasque e pique fino o dente de alho. Lave, corte as pimentas ao meio e descarte o cabo e as sementes. Fatie cada metade em tiras.
3. Volte a panela ao fogo médio (não precisa lavar). Quando aquecer, regue com o azeite e junte a cebola. Tempere com uma pitada de sal e refogue por cerca de 3 minutos até murchar. Acrescente o alho e mexa por 1 minuto para perfumar. Junte a pimenta e refogue por mais 2 minutos para liberar aroma e sabor ao refogado.
4. Regue com a infusão, passando por uma peneira, misture e deixe cozinhar em fogo baixo por cerca de 10 minutos até a pimenta ficar macia. Desligue o fogo e deixe amornar antes de bater.
5. No liquidificador, bata os ingredientes cozidos (com o líquido) até triturar bem. Atenção: cuidado na hora de abrir a tampa do liquidificador. O vapor de pimenta pode arder os olhos! Sobre uma tigela, passe o molho de pimenta batido por uma peneira de malha bem fina, raspando com a colher para extrair todo o líquido e deixe esfriar completamente.
6. Transfira o conteúdo para um pote de vidro esterilizado, tampe-o e mantenha na geladeira por até 1 mês.

**OBS:** se quiser um molho mais picante, mantenha as sementes de algumas pimentas.

# Viagem Gastronômica

Livro: *Hibisco Roxo*, de Chimamanda Ngozi Adichie



Receita

## Cuscuz Doce de Tapioca com Coco

---

### INGREDIENTES

150g de farinha de tapioca granulada

250 ml de leite integral

60 ml de leite de coco

20g de coco fresco ralado

30g de açúcar refinado

30g de leite condensado  
(para a cobertura)

### MODO DE PREPARO

1. Misturar todos os ingredientes (exceto o leite condensado que será usado como cobertura).
2. Untar a fôrma com um fio de óleo vegetal, passar um pouco de água e bater bem para eliminar o excesso.
3. Enformar e refrigerar por no mínimo 6 horas.
4. Desenformar e servir, decorando com o leite condensado.

## Chá de Hibisco

---

### INGREDIENTES

1 litro de água

2 colheres (sopa) de pétalas  
de hibisco desidratado = 20g

### MODO DE PREPARO

1. Preparar o chá por meio de infusão, pois a fervura pode deixá-lo muito amargo e desagradável.
2. Coloque a água para ferver a aproximadamente 80°C (quando começar a formar bolhas). Desligue e coloque o hibisco. Tampe e deixe em infusão entre 5 e 10 minutos. Coe e está pronto para beber.