

## Bolovo



Bolovo do chef Ivan Achcar, do bar Alma Esquina

**Grau de dificuldade:** Difícil

**Tempo de preparo:** Até uma hora

**Rendimento:** 12 unidades

Receita do bolovo do chef Ivan Achcar, do bar Alma Esquina

### Ingredientes

- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 xícara de leite
- pimenta branca moída a gosto
- 2 cabeças de alho, picadas
- 2 unidades cebolas picadas
- óleo para refogar a gosto
- 1kg de carne
- 1 xícara de coentro picado
- 12 unidades ovos cozidos
- farinha de rosca para empanar a gosto
- 2 unidades ovos crus batidos
- 100ml de óleo para fritar
- Pimenta-do-reino moída a gosto
- Sal a gosto

## Modo de preparo

Prepare um molho bechamel: derreta a manteiga e junte 1 xícara de farinha de trigo, deixe cozinhar um pouco e junte o leite.

Mexa vigorosamente para não embolar até que fique bem consistente como um mingau.

Tempere com sal e pimenta branca moída.

Reserve.

Doure o alho e a cebola no óleo, junte a carne e refogue até que esteja cozida, retire do fogo e junte o bechamel.

Deixe esfriar e, se ainda for necessário, adicione um pouco de farinha.

Junte o coentro picado e acerte o sal e a pimenta.

Envolva os ovos com essa massa.

Passe na farinha de rosca, no ovo batido e na farinha de rosca novamente.

Frite em imersão até que fique corado.

<http://www1.folha.uol.com.br/comida/2015/11/1702573-livro-reune-receitas-de-boteco-faca-em-casa-o-bolovo-que-nao-e-gourmet.shtml>

# Livro reúne receitas de boteco; faça em casa o 'bolovo que não é gourmet'

Bolovo do chef Ivan Achcar, do bar Alma Esquina

MAGÊ FLORES

DE SÃO PAULO

06/11/2015 02h00

"O mais importante são as histórias e emoções em torno da comida", diz o chef Ivan Achcar no comecinho do livro "Quantidades Absurdas - Histórias com Sabor, Receitas com Afeto".

O lançamento reúne receitas e relatos do chef, que comanda a cozinha do restaurante Alma e é jurado do programa "Cozinheiros em Ação", do canal GNT.

Com uma maneira de escrever quase verbal, entre exclamações em "quantidades absurdas", o chef mescla expressões coloquiais e citações de "A Fisiologia do Gosto", de Jean Anthelme Brillat-Savarin, e do "Manifesto Antropofágico", de Oswald de Andrade, para falar de gastronomia, cozinha crioula, popular e de boteco.

"Resolvi fazer um livro de culinária para trazer inspiração com histórias e referências que servissem de base para o leitor/cozinheiro pensar e, a partir de uma reflexão, alicerçar sua cozinha.

A receita acaba sendo uma coadjuvante", diz na obra.

As receitas "coadjuvantes" contam com passo a passo detalhado, dicas e também sugestão de bebida para acompanhá-las.

Em "Quantidades Absurdas" (bordão do chef), Achcar ensina, por exemplo, o preparo de um "churrasco completo de praia" –que fez um amigo gostar de peixe–, de um quibe assado –que aprendeu a fazer com o pai quando ainda não tinha força suficiente para misturar a carne– e de bolovo –com gema dura porque não é "gourmet" (confira aqui a receita do bolinho de carne recheado com ovo cozido).

"Boa comida não precisa ser gourmet.

Aliás, não é.

Quem gosta de comida boa é que pode reivindicar o adjetivo para si", diz o cozinheiro no livro.

Quantidades Absurdas - Histórias com sabor, receitas com afeto

Autor Ivan Achcar

Editora Companhia Editora Nacional

Quanto R\$ 44,90 (152 págs.)

<http://receitas.folha.com.br/receita/2933>

30 Novembro de 2015

Mkmouse