



WORKSHOP

Bacalhau da Noruega 2025

FICHAS TÉCNICAS

Heaven Delhaye | Chef dos restaurantes
D'Heaven, Heaven Cucina, Nonna per Heaven

Bacalhau Confit com Vinagrete de Feijão Manteiguinha de Santarém e pure de cebola e alho negro.

Bacalhau Confit

- 800 g de lombo de bacalhau dessalgado (em postas altas, 180–200 g cada)
- 800 ml de azeite extravirgem suave (pode misturar com 20% de óleo de girassol para equilibrar)
- 6 dentes de alho inteiros e levemente amassados
- 2 ramos de tomilho fresco
- 2 folhas de louro
- 1 pimenta dedo-de-moça cortada ao meio
- Raspas de 1 limão-siciliano
- Pimenta-do-reino em grãos (a gosto)

Modo de Preparo

Pré-aqueça o azeite: Coloque o azeite em uma panela funda, adicione o alho, o tomilho, o louro e a pimenta. Aqueça em fogo baixíssimo até atingir cerca de 80 °C (sem fritar — o azeite não deve borbulhar). Coloque as postas de bacalhau no azeite quente, certificando-se de que fiquem totalmente submersas. Cozinhe por 25 a 30 minutos, mantendo a temperatura constante (entre 75 °C e 85 °C). Desligue o fogo, adicione as raspas de limão e deixe o bacalhau descansar 10 minutos dentro do azeite.

Feijão Manteiguinha de Santarém

- 500 g de feijão manteiguinha de Santarém
- 1 cebola média inteira, cortada ao meio
- 2 dentes de alho amassados (com casca)
- 1 folha de louro
- 1 fio generoso de azeite de oliva
- Sal grosso (adicionar só no final pra não endurecer o grão!)

Modo de Preparo

Lave bem o feijão. Deixe de molho em bastante água fria por 4 a 6 horas (ou até 8 se quiser). Isso já vai amolecer o grão e reduzir bastante o tempo de cozimento. Escorra a água do molho. Coloque o feijão em uma panela larga e funda, cubra com água fria nova, uns 3 a 4 dedos acima dos grãos. Adicione a cenoura, a cebola, o alho, o louro e um fio de azeite. Leve ao fogo médio-baixo e cozinhe sem tampa. Conforme formar espuma, vá retirando com uma escumadeira para deixar o caldo limpo. Controle do ponto, o feijão manteiguinha cozinha rápido: em 25 a 35 minutos já deve estar macio, mas inteiro.

Prove alguns grãos: eles devem estar cremosos por dentro, mas sem abrir.

Pure de cebola e alho negro

- 4 cebolas em julienne
- 100 mls de azeite
- Folhas de tomilho fresco
- 50 g de alho negro

Modo de Preparo

Numa frigideira doure a cebola junto com o azeite e as folhas de tomilho em fogo médio alto por 30 minutos para ele caramelizar lentamente e soltar sua doçura natural.

Pra finalizar bata na Thermomix junto com o alho negro.

Vinagrete de Feijão Manteiguinha

- 1 xícara (chá) de feijão manteiguinha de Santarém cozido al dente
- ½ cebola roxa em cubinhos pequenos
- 50 g de azeitonas pretas picadas
- 50 g de azeitonas verdes picadas
- 1 tomate sem semente em cubinhos
- 1 colher (sopa) de salsinha fresca picada
- 6 colheres (sopa) de azeite extravirgem
- 1 pimenta jalapeno sem as sementes picada
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de Preparo

Num bowl misture todos os ingredientes.

Prove e ajuste os temperos

Emulsão de laranja e limão (para finalização)

- 150 ml de suco de laranja fresco (coado)
- 1 colher (chá) de raspas de laranja (sem a parte branca)
- 80 ml de azeite de oliva extravirgem
- Suco de 1 limão taiti
- 2 colheres (chá) de mostarda Dijon (ajuda a estabilizar a emulsão)
- 1 colher (chá) de mel
- Sal e pimenta branca a gosto

Modo de Preparo

Reduza o suco de laranja em fogo baixo até ficar mais concentrado (aprox. 100 ml). Deixe esfriar. No liquidificador ou Thermomix, bata o suco reduzido, o suco de limão, a mostarda, o mel, sal e a pimenta. Com o motor em velocidade média, vá emulsionando aos poucos com o azeite em fio fino, até atingir textura cremosa e estável. Ajuste o tempero e finalize com as raspas de laranja. Coloque em uma bisnaga de cozinha.

MONTAGEM

Na base do prato coloque o pure de cebola e alho negro, por cima a posta de bacalhau confit, ao redor coloque a vinagrete de feijão Manteguinha e finalize com a emulsão de laranja com limão e folhas orgânicas.

Mini Torta de Bacalhau cremoso e borda crocante

Caldo do Cozimento

- 800 g de lascas de bacalhau
- 2 litros de água filtrada
- 4 dentes de alho amassados
- 1 cebola cortado em 4
- Mix de ervas (2 folhas de louro , talos de salsinha, 3 raízes de coentro)

Torta de bacalhau

- 2 batatas asterix
- 1 Couve Flor
- 1 Cebola em brunoise
- 4 dentes de alho picados
- Folha de tomilho fresco
- 80g de Espinafres
- 200 mls de creme de leite
- 100 mls de leite de coco
- 8 Folhas de Massa filo
- 1 Fio de azeite
- 200 g de queijo gruyere
- 100 g de queijo parmesão

Modo de Preparo

Para o caldo: em uma panela média, coloque a água, o alho, a cebola, as ervas e a pimenta. Aqueça até quase ferver (cerca de 85 °C). Não deixe ferver, para evitar que o peixe se desfaça demais. Adicione as lascas de bacalhau e cozinhe por aproximadamente 3 a 5 minutos, dependendo da espessura. O ponto ideal é quando o bacalhau começa a lascar facilmente com um garfo, mas ainda está suculento. Retire as postas com uma escumadeira, coloque por cima do papel toalha para secar e deixe descansar alguns minutos. Desfie em lascas grandes, retirando pele e espinhas.

Na mesma água coloque a batata para cozinhar cortada em pedaços junto com a couve flor e deixe cozinhar até macio.

A batata passe pelo espremedor de purê.

Na Thermomix bata primeiro a couve flor até ficar cremosa junto com o creme de leite fresco. Entre com a batata e o leite de coco e bata por 1 minuto só até misturar bem ficando cremoso.

Numa frigideira com um fio de azeite doure a cebola junto com as folhas de tomilho, dourado entre com o alho e as lascas de bacalhau, entre com as folhas de espinafre e deixe até murchar. Misture agora o purê.

Com um pincel de cozinha passe azeite nas folhas de massa filo e coloque 3 unidades sobrepostas nas panelinhas deixando a lateral elevadas, leve ao forno a 150 graus por 8 minutos até começar a dourar a massa, retire e recheie com o bacalhau, finalize com queijo gruyere e parmesão e volte ao forno até gratinar e dourar.

Finalize com um mix de ervas frescas picadas por cima.