As Voluptuosas Receitas de Miss Dahl

fotografias de Jan Baldwin

casadasletras

Para Jamie, em cuja mesa gostaria de envelhecer. Com todo o meu amor.

ISBN 9789895558933

© Sophie Dahl, 2009
Director de Arte: Patrick Bubge
Fotografia: Jan Baldwin
Design: Susie Theodorou

Direitos reservados para Portugal
CASA DAS LETRAS
uma marca da Oficina do Livro – Sociedade Editorial, Lda.
uma empresa do grupo LeYa
Rua Cidade de Córdova, 2
2610-038 Alfragide
Tel.: 21 041 74 10, Fax: 21 471 77 37
E-mail: info@casadasletras.leya.com
www.casadasletras.leya.com

Tradução: Maria do Carmo Romão
Revisão: Casa das Letras
Adaptação da capa: Maria Manuel Lacerda

Índice

Introdução viii

Outono 1
- Pequenos-almoços 17
- Almoços 33
- Jantares 51

Inverno 67
- Pequenos-almoços 81
- Almoços 95
- Jantares 109

Primavera 129
- Pequenos-almoços 147
- Almoços 161
- Jantares 175

Verão 193
- Pequenos-almoços 203
- Almoços 217
- Jantares 231

Sobremesas 243

Agradecimentos 271

Índice geral 273

Notas da cozinheira

Quem me dera aprender a pesar em gramas e quilogramas — talvez um dia consiga. Tendo vivido tanto tempo nos Estados Unidos que estou habituada a cozinhar usando as medidas americanas de chávenas, barras de manteiga, etc., porém, este livro foi inteligentemente adaptado para os leitores não terem de o fazer.

Todas as medidas em colheres são rasas, a menos que o contrário seja especificado.

Toda a pimenta é moída na altura; utilizo também sal marinho de boa qualidade, tal como o Maldon.

Ovos/Laticínios/Caldos/Aves: sempre que possível tente usar produtos orgânicos e naturais. Se estiver grávida evite os ovos crus ou mal cozinhados e os queijos não pasteurizados. Costumo usar caldo acabado de preparar ou *bouillon* de legumes (*Marigold Swiss Vegetable Bouillon Powder* é muito bom).

Citrinos: para usar o melhor, compre citrinos não encerados.

TABELA DAS TEMPERATURAS DO FORNO

Os tempos são para os fornos convencionais e também para os de ventilação assistida. Porém deve guiar-se pelas temperaturas e tempos indicados no forno: conheça as temperaturas do seu, já que os fornos individuais variam um pouco.

110ºC	90°C va	225ºF	Gás ¼	180ºC	160°C va	350ºF	Gás 4
130ºC	110°C va	250ºF	Gás ½	190ºC	170°C va	375ºF	Gás 5
140ºC	120°C va	275ºF	Gás 1	200ºC	180°C va	400ºF	Gás 6
150ºC	130°C va	300ºF	Gás 2	220ºC	200°C va	425ºF	Gás 7
170ºC	150°C va	325ºF	Gás 3	230ºC	210°C va	450ºF	Gás 8

(va = ventilação assistida)

Introdução

A segunda palavra que pronunciei na minha linguagem de bebé foi qualquer coisa parecida com «caramelo», o que deveria ter alertado os meus pais para o que se seguiria. Enquanto criança, a comida ocupava os meus pensamentos, tanto acordada como a dormir. Tinha pesadelos pegajosos acerca de homens terríveis feitos com o puré-de-batata da escola, vestindo *collants* às riscas, que me perseguiam dentro de florestas frondosas.

Um sonho de que eu gostava muito era uma nuvem feita de *trifle*, uma suave e borbulhante nascente de chocolate ou uma fonte brotando os interditos *Sprite* e *Cherry Coke*. As minhas bonecas davam os chás mais elegantes de Londres e eu mantinha uma restrita lista de convidados, de modo que a única pessoa que, de facto, beneficiava desses chás era eu. O meu primeiro (e único) coelho recebeu o nome do meu então pequeno-almoço preferido, panquecas. O *Panqueca* era bruto e realizou um ato sexual pouco natural sobre o *Xarope de Bordo*, seu colega de gaiola, um porquinho-da-índia dócil e pestanudo. O choque matou imediatamente o *Xarope de Bordo* e o *Panqueca* foi banido para o campo, onde viveu o resto dos seus dias em desonra e isolado. Parecia injusto que estes estranhos pecadilhos fossem recompensados com saudáveis coelhas do campo e erva fresca, mas o *karma* interveio e o *Panqueca* teve um fim terrível às garras de uma raposa esfomeada.

Mantive sempre uma relação apaixonada com a comida; apaixonada porque a amava cegamente, ou a via, como a sua própria entidade, cheia de problemas. Nesse tempo, pensava eu, a comida era uma amiga fiel ou um pecado, raramente se

situava num meio-termo. Nos imperdoáveis e traiçoeiros dias de hoje, comer como pecado é um conceito mais pertinente que nunca. Cedo me apercebi que tinha nascido consciente da alimentação, na época errada. Ter-me-ia sentido muito mais confortável na corte de Henrique VIII, onde o interesse que mostrava pela comida teria sido incentivado e elogiado. Mas, na minha Londres dos anos oitenta, fui simplesmente causa de riso para a família, com as minhas idas mal-humoradas ao nutricionista e dietas de arroz integral. O estranho é que era razoavelmente magra, com uma enorme cara de lua cheia, mas perpetuamente esfomeada como um pássaro bebé. Aos sete anos fiquei gorducha e com ar infeliz e existem algumas fotografias minhas em que pareço uma velha resmungona (tinha um fraquinho por batom cor de coral e chapéus) sempre com uma enorme sanduíche na boca.

Cresci rodeada de amantes de comida; os meus pais, Tessa e Julian, eram cozinheiros inatos e os meus avós de ambos os lados eram famosos pelas suas mesas abundantes. As minhas primeiras recordações em relação à comida têm a ver com a minha avó paterna Gee-Gee (uma ex-corista, com metro e meio de perna, olhos redondos e azuis e uma permanente no cabelo louro) que vivia na costa do Sussex, numa casa rodeada por um sussurrante arvoredo. O meu pai e eu partíamos de Londres, de carro, viagem que para uma criança parecia durar décadas, mas a monotonia era esquecida, assim que Gee-Gee abria a porta e éramos envolvidos, primeiro pelo cheiro de um assado qualquer e, logo a seguir, por ela. Estes almoços incorporavam geralmente um assado com molho, pudim Yorkshire, batatas assadas, cherovias, couve-flor gratinada e, sem dúvida alguma, sobremesas: tarte de melaço com um pouco de nata para lhe dar elegância e acentuar o açúcar; *crumbles* incríveis nadando num espesso molho de baunilha. Em casa da Gee-Gee, todos os dias havia chá com scones feitos em casa, bolo de gengibre e a sua melhor porcelana. Entendia tudo nesta vida, exceto três coisas:

1. Porque é que alguém, mais especificamente eu, se quereria tornar vegetariano.
2. Porque era difícil a fome limitar-se a três vezes por dia, com uma pequena transigência para o lanche, desprovida do desejo de comer entre as refeições.

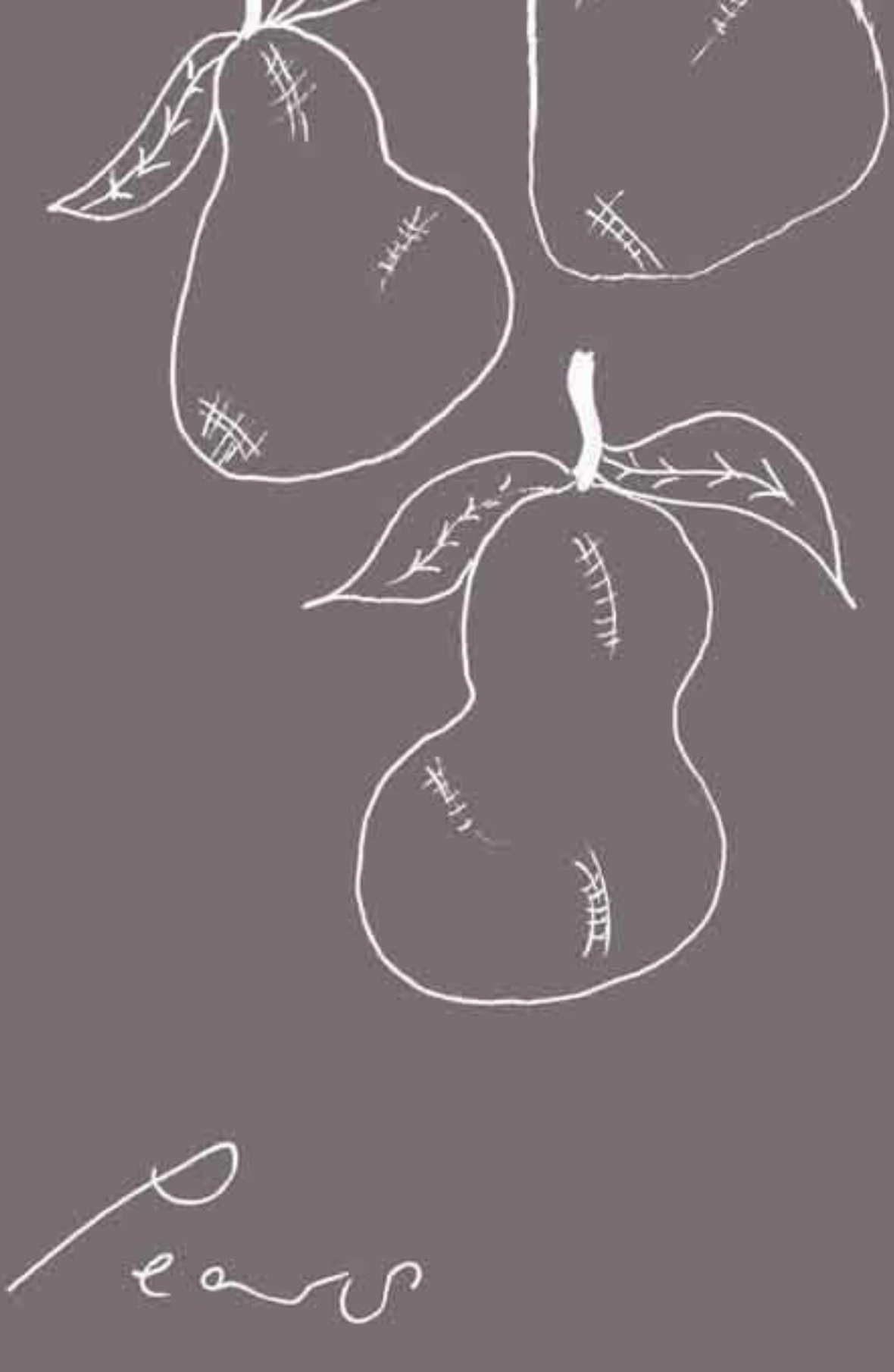
3. A atração que uma adolescente de dezasseis anos sentia por sombra de olhos de cores violentas. («Pareces uma velha dona de bar» dizia, torcendo o nariz às minhas pálpebras verdes pena de pavão.)

A Gee-Gee era maravilhosa: ensinou-me a fazer bolos sem grande confusão. Assisti à alegria que retirava do facto de alimentar aqueles que amava e levei comigo essa alegria para a idade adulta, qual tatuagem, para fazer pequenos-almoços indolentes, almoços de Domingo, jantares para o verão de São Martinho e chás para os dias de chuva, gozando o simples prazer que é cozinhar para as pessoas de quem gosto.

Este livro é uma completa homenagem à minha família e ao legado culinário que me deixaram: a Gee-Gee, a minha avó materna Patricia, de Knoxville, Tenessee, com a sua paixão por *grits*[1], couves-galegas e tarte de limão; a Roald, o meu avô norueguês, grande apreciador de chocolate, *borsht*[2] e vinho de Borgonha; a Felicity, sua segunda mulher que, na ausência dele, continua a manter na mesa o mesmo espírito e nível; as minhas tias e o meu tio, todos eles bons cozinheiros; a minha mãe e o meu pai, os meus irmãos e a minha irmã, todos, individualmente e em conjunto, porque foram as minhas grandes influências.

Não sou grande autoridade na maior parte dos assuntos, mas sinto-me qualificada para falar de comida. Cozinhei muito. Noutros tempos fui tanto um modelo gorducho de Rubens como uma criatura diáfana. O peso e «como» mantê-lo parece preocupar muita gente e porque perdi algum publicamente, as pessoas sentem-se à vontade para me fazer perguntas a esse respeito. Tive conversas com desconhecidos no supermercado, em aviões e na fila para a casa de banho. Podia falar sem parar acerca de alimentos, receitas, corpos e da razão porque as pessoas tanto se preocupam com isto. Sentei-me para jantar junto de académicos eruditos, preparando-me para conversas que certamente incluiriam assuntos como física, de que eu nada percebia, para ser logo interrogada em tom sub-reptício: «Como se emagrece?» Nessa fase sorrio e digo: «Pois bem, tudo começou assim…»

[1] Espécie de milho esmagado. (*N. da T.*)
[2] Sopa preparada com vegetais, entre ele a beterraba, que lhe dá uma cor avermelhada. (*N. da T.*)



outono

PEQUENOS-ALMOÇOS

Ovos escalfados sobre champignons e queijo de cabra
Pudim de arroz com puré de pera
Omelete de cebolas vermelhas caramelizadas e queijo Red Leicester
Granola torrada
Pequeno-almoço do músico (pão caseiro com presunto de Parma)
Panquecas indianas de batata-doce
Ramequins de bacalhau assado

ALMOÇOS

Salada de espinafres e agrião com queijo de cabra
Sopa de cebola francesa
Salada de lulas com pimentos assados e molho de coentros
Ovos escalfados com acelgas
Espetadas de frango e queijo halloumi com cantarelos
Sopa de espinafres com cevada
Risoto de trigo-sarraceno com cogumelos silvestres

JANTARES

Sopa camponesa
Frango domingueiro assado com guarnição
Paris Mash
Robalo em molho de estragão e cogumelos silvestres
Legumes com tofu
Beringela parmigiana
Salmão grelhado com cebolas no forno