



S

SABORES

RECEITAS

## Os olhos também comem

*A chefe Isabelle Alexandre mostra como transformar uns banais camarões num prato surpreendente*

FOTOGRAFIAS  
E COORDENAÇÃO  
DE JORGE SIMÃO

**A**quilo que distingue um bom chefe de uma pessoa normal é que "um bom chefe pode pegar numa banana e fazer uma coisa incrível", enquanto para o comum dos mortais "uma banana é só uma banana". Para demonstrar esta teoria, Isabelle Alexandre, actual chefe do restaurante AdLib, no Hotel Sofitel de

Lisboa, pegou num produto que os portugueses adoram "ao natural" e transformou-o num prato surpreendente aos olhos e ao palato. O que é que uma pessoa normal faz com uma caixa de camarão congelado? Coze o marisco. O que é que Isabelle faz? De uma forma resumida, pega no mesmo cama-

rão, envolve-o numa massa parecida com cabelos de anjo, frita o marisco e depois leva-o ao forno. Quando o prato chega à mesa, o cliente é surpreendido primeiro pelo aparato e só depois pelo paladar.

Para a chefe do AdLib, hoje em dia, "já não se valoriza a quantidade. Agora, 30% de um prato é visual e o restante é qualidade".



**ISABELLE ALEXANDRE:** "JÁ NÃO SE VALORIZA A QUANTIDADE. AGORA, 30% DE UM PRATO É VISUAL E O RESTANTE É QUALIDADE"



prato é visual e o restante é qualidade". Esta regra aplica-se mais aos profissionais de cozinha, mas também pode ser empregada em casa, nem que seja de vez em quando. E, nesse caso, a massa parecida com cabelos de anjo que a chefe usa na receita publicada nesta edição é ótima, porque permite criar pratos atraentes e ao mesmo tempo crocantes. A dita massa chama-se kadaif e é usada na Grécia, na Turquia e nalguns países do Médio Oriente em sobremesas e em pratos

de carne. Actualmente, há muitos chefes que utilizam esta massa de trigo para envolver alimentos, que fritam ou tostam no forno depois de pincelados com manteiga. Além desta utilidade, Isabelle Alexandre descobriu que a kadaif também é muito boa seca e ralada para panar frango e peixe. Segundo ela, "é mais crocante do que o pão". Fica a sugestão. A kadaif encontra-se à venda no El Corte Inglés, na zona das massas frescas. ■

TERESA RESENDE  
unica@expresso.imprensa.pt