

# FEIJOADA MACAENSE

Por Natércia Luz Silva

## Ingredientes:

500 g feijão jalo, rajado, bolinha, etc.  
700 g costelinha fresca  
3 linguiças ou chouriços defumados a gosto  
3 pés de porco salgado ou fresco ou a carne salgada de sua preferência  
200g bacon defumado  
½ copo de vinho branco seco  
3 cebolas médias picadas  
10 dentes de alho picado  
4 colheres sopa de colorau  
190g de extrato de tomate "Elefante" (em copo)  
1 colher (sopa) pinga  
Folhas de louro  
Cravo moído

## Modo de preparo:

Molho de tomate - Esquentar o azeite ou óleo em uma panela funda e fritar o bacon. Quando estiver levemente crocante, juntar 2 cebolas e 5 dentes de alho, fritando ligeiramente. Acrescentar depois o colorau, extrato de tomate, pinga, 2 folhas de louro e uma pitada de cravo em pó. Refogar levemente. Acrescentar as linguiças cortadas em pedaços grandes e 4 copos de água. Deixar cozinhando em fogo brando até o molho se concentrar. Acrescente as carnes salgadas, cortadas em pedaços e deixe apurar mais um pouco. Retire as linguiças e corte-as em rodela. Reserve.

Costela de porco - Cortar a costela em pedaços e retirar toda a gordura e os nervos. Colocar em uma vasilha e acrescentar os temperos: 5 dentes de alho picado, 1 cebola picada, 2 colheres de sopa de colorau, 2 folhas de louro, 1 pitada de cravo em pó, ½ copo de vinho branco seco, sal (pouco) e pimenta do reino a gosto. Colocar na geladeira e deixar marinando de um dia para o outro. Retirar a carne da marinada e deixar no escurador para secar bem. Refogar então a carne no azeite ou óleo até pegar cor. Adicionar então a parte líquida da marinada. Deixar abrir fervura e acrescentar 2 conchas do molho de tomate e cozinhar no fogo brando, acrescentando um pouco de água quente na medida do necessário, até a carne estar macia. Reserve.

Carne salgada e linguiças - As carnes salgadas depois de lavadas e limpas, devem ficar de molho em água fria, renovada cerca de 3 vezes, por um período não inferior a 12 horas. Retire a carne da água após este período. Ferva as carnes salgadas em peças inteiras, água cobrindo a carne, durante mais ou menos 10 minutos em fogo forte e jogue a água fora. Cozinhar em panela de pressão (pés) com a quantidade suficiente de água por cerca de 30 minutos ou até atingir o ponto desejado. Jogue a água fora. Corte as carnes em pedaços. Reserve.

Feijão - Deixar de molho por 12 horas aproximadamente. Cozinhar, sem tempero, em panela de pressão por cerca de 2 ½ a 3 minutos, dependendo do feijão, tempo a contar após fervura. Desligar e abafar por 20 minutos. Se ainda estiver duro, cozinhe mais um pouco, sem pressão, até amolecer.

Repolho ou "pak Choi" chinês - Escaldar rapidamente, escorrer e reservar.

Finalização - Distribuir o repolho ou o "pak Choi" no fundo de uma panela grande. Acrescentar, alternando azeite, molho de tomate, carne salgada, costelinha de porco, feijão e as linguiças fatiadas. Se precisar, acrescentar aos poucos o caldo do cozimento do feijão. Deixar levantar fervura em fogo médio. Se não estiver salgado, acrescente ½ pedaço de K-Norr de carne, dissolvido em água quente.

**Obs.** A feijoada ficará melhor se utilizar somente carnes frescas no seu preparo. Se utilizar pés e orelhas frescas, estes deverão ser inicialmente postos de molho em água fria com ½ copo de vinagre por cerca de 3 horas.