

ASSOCIAÇÃO DA CASA DE MACAU - SÃO PAULO
CONFRARIA DA GASTRONOMIA MACAENSE

<http://casademacau.com.br/gastronomia.php>

Rolando Maria da Luz
Confrade Representante da ACM-SP



*** SABORES DE MACAU ***
Aula: 26 de Julho de 2015

BEBINCA DE NABO

"LÓ PAK KOU"

por Isabel Batalha Airosa

Faz parte da ementa gastronômica do Ano Novo Chinês. Bebinca de Nabo é conhecido em chinês como Ló Pak Kou e muito apreciado entre os macaenses. É um pudim salgado, tendo como base a farinha do arroz e o nabo ralado. É servido em restaurantes chineses de "dim sum", preparado em porções individuais e servidos em pratos pequenos.

BEBINCA DE NABO DA BELINHA
"Ló Pak Kou"

2 nabos pequenos
3 unidades de chouriço chinês
1/3 de xícara de camarão seco
5 unidades de cogumelos secos Tong-Kú
150g de arroz cru
Alho, óleo, cebolinha, sal e pimenta-do-reino, maisena, Ajinomoto, água

INSTRUÇÕES:

NABOS - Descascar e ralar os nabos. Fazer um refogado com 2 dentes de alho amassados em pouco óleo. Cozinhar por uns 10 minutos com 2/3 de uma xícara de água.

Refogar os três ingredientes abaixo junto com um pouco de cebolinha picada:

- **CHOURIÇOS** - Cortar em cubos pequenos.
- **CAMARÃO SECO** - Deixar de molho por uns 15 minutos. Escorrer e cortar em pedaços pequenos.
- **COGUMELOS SECOS** - Após lavar e deixar de molho em água fervente por 30 minutos, escorrer e cortar em pedaços pequenos.

ARROZ CRÚ – Deixar de molho se preferir. Bater no liquidificador com sal e pimenta, uma colher de sopa de maisena, uma pitada de Ajinomoto e duas xícaras de água..

MODO DE PREPARAR:

1. Misturar todos os ingredientes com a massa batida (do arroz).
2. Untar com óleo uma forma tamanho médio.
3. Cozinhar em banho-maria por aproximadamente 1 hora em fogo médio. Após este período testar com um pauzinho (fai chi) para conferir se a bebinca está cozida. Deverá sair transparente. Se o pauzinho sair esbranquiçado, deverá cozinhar mais um pouco.
4. Obs. No meio do cozimento, colocar um fio de óleo por cima.
5. Depois de pronto decorar com gergelim e cebolinha cortada em rodelas finas.