

## QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA PESSACH

### Como *Casherizar* os Utensílios de Cozinha

Do livro “Pessach um Manual” de Rav. Nilton Bonder

“Tradicionalmente, todos os utensílios de cozinha usados durante o ano precisam ser bem lavados e separados durante o Pessach. Nos dias da festa, apenas utensílios especialmente designados para Pessach ou então que tenham sido *casherizados* podem ser usados. O processo de *casherização* ou purificação do fermento é geralmente realizado mergulhando-se estes utensílios em uma panela com água fervente. O fogão deve ser limpo e sobre ele colocado papel alumínio, enquanto a mesa recebe uma toalha especial. Lembre-se que isto dá trabalho, mas se você tiver filhos, também fará parte de suas lembranças todo este preparativo”.

O processo de *casherizar* os utensílios depende de como estes são utilizados. Segundo a halachá, o chametz só pode se expulso do utensílio da mesma forma que foi absorvido pelo utensílio (kevoleo kach poletto), assim sendo, os utensílios usados normalmente para cozinhar são *casherizados* por processo similar, sendo fervidos; os usados para assar são purificados passando-os por fogo ou calor; e os que são utilizados apenas para comidas frias podem ser somente lavados.

A) Cerâmica (porcelana, peças de barro etc...) – Utensílios não podem ser *casherizados*. No entanto, um jogo de porcelana fina, que não tenha sido usado por mais de um ano, pode ser usado, se for lavado e esquentado.

B) Metal (totalmente feito de metal) – Utensílios usados no fogo, boca de fogão ou forno precisam primeiro ser completamente esfregados e limpos e depois esquentados ao máximo. Os usados para cozinhar ou comer (talheres e panelas) devem ser bem esfregados e imersos em água quente. As panelas devem ter água fervente que derrame pelas bordas. Os utensílios não devem ser usados por um período de pelo menos 24hs entre a limpeza e a imersão na água fervente. Os utensílios de metal usados para assar não podem se *casherizados*.

C) Forno – Todas as partes que entram em contato com a comida devem ser totalmente esfregadas e limpas. Então o forno deve ser aquecido ao máximo por meia hora. Os fornos com auto limpeza também precisam passar pelo mesmo processo.

D) Vidro – As autoridades discordam quanto aos métodos de *casherizar* utensílios de vidro, como copos. Uma opinião requer uma imersão em água por três dias, trocando a água cada 24h. Outra opinião requer somente limpeza completa antes de Pessach, a mão ou a máquina de lavar.

E) Máquina de lavar pratos – A máquina não deve ser usada por um período de 24h e depois ser limpa acionando-se um ciclo completo de lavagem com detergente.

F) Eletrodomésticos – se as partes que entram em contato com chametz são removíveis, podem se *casherizadas* da maneira apropriada (se for metal, siga as regras para utensílios de metal). Se as partes não são removíveis, o aparelho não pode ser *casherizado*. (Todas as partes expostas devem ser completamente limpas)

G) mesas, armários e balcões – se são usados com chametz devem se completamente limpos e cobertos e então podem ser usados.

H) Pia de Cozinha – A pia de metal pode ser *casherizada* limpando-se e jogando-se água fervente sobre ela. A pia de porcelana deve ser limpa e usada com uma grade de proteção de plástico dentro. Se a pia for de porcelana os utensílios não podem ficar imersos nela, mas só numa bacia.

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA  
PESSACH

I) Utensílios chametz – Os pratos, panelas e chametz cuja propriedade foi transferida devem ser separados, trancados ou cobertos e marcados para evitar um uso acidental.”

### Torta salgada de Pessach

Receita de Mira Janiuk

#### Ingredientes

6 ovos – Claras em neve

2 xícaras de água (menos um dedinho) de óleo

10 colheres de sopa de matza

1/2 cenoura

1 cebola média

Sal e pimenta a gosto

#### Para o recheio

Espinafre, ou brócolis,

2 berinjelas em cubos

1 cebola picada

1 pimentão vermelho e 1 amarelo

Sal, pimenta e orégano a gosto

3 colheres de sopa de azeite

#### Preparo



##### 1ª etapa

Misturar todos os ingredientes para o recheio e levar ao forno por 30min. Retirar do forno e acrescentar 100 g de azeitona fatiada. Reserve até esfriar



##### 2ª etapa

Colocar todos os ingredientes restantes no liquidificador. Depois de bem triturados acrescentar, na mão, as claras em neve.



##### 3ª etapa

Num pirex, untado e polvilhado com farinha de matza, colocar a metade da massa depois o recheio e cobrir com o restante da massa. Enfeitar com rodela de cebola.

Levar ao forno pré aquecido por 30 min.

### Mina de Ricota e Espinafre

Receita de Mira Janiuk

A Mina é um prato tipicamente sefaradi. A tradicional é feita com carne, porém essa é uma das variações para Pessach.

#### Ingredientes

10 matzot

2 ou 3 maços de espinafre

1/2 kg de ricota fresca

100 g. queijo ralado

100 g de margarina

200 g de creme de leite fresco

6 ovos

## QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA PESSACH

4 colheres de sopa de óleo  
1 cebola  
Sal e pimenta a gosto  
Pitada de noz moscada  
Batata inglesa

### Preparo



#### 1ª etapa

Cozinhe o espinafre e corte-o bem pequenino. Esprema a ricota (num espremedor de batata) e misture o espinafre. Acrescente 4 ovos ligeiramente batidos, o queijo, o creme de leite, a margarina, e sal, pimenta e uma pitada de noz moscada a gosto. Misture bem.



#### 2ª etapa

Pegue as matzot e molhe-as, deixando de molho aproximadamente 3 min para não amolecer. Retire-as com cuidado e coloque-as num pano de prato e enxugue-as.



#### 3ª etapa

Colocar as 4 colheres de óleo num pirex e por no forno para esquentar e só aí comece a montar o prato. Primeiro uma camada de matza depois uma de massa, depois outra de matza e assim sucessivamente.



#### 4ª etapa

Cozinhe as batatas e faça um purê, acrescente duas gemas. Bata as claras dos ovos em neve e misture o purê e depois cubra a Mina. Se quiser enfeitar, corte rodela de cebola e jogue por cima. Leve ao forno para assar.

### Bolo de Matza

Receita de Elisabete Chreem

### Ingredientes

3 copos de farinha de matza  
2 copos óleo (da marca Salada, de milho, soja e girassol não precisam de supervisão)  
3 copos de açúcar  
12 ovos  
Suco de 1 limão  
1/2 colher de café de bicarbonato  
1 vidro de geléia (kasher lepessach)  
Passas e nozes a gosto

### Preparo



#### 1ª etapa

Misture todos os ingredientes, na ordem. Unte um tabuleiro (num. 04) com óleo e leve ao forno por 20 min.



#### 2ª etapa

Abra o forno e jogue por cima açúcar cristal e deixe acabar de assar.

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA  
PESSACH

**Bolo de Castanha do Pará**

Receita de família – Belizia Helena Levy Heller

**Ingredientes**

6 claras em suspiro	3 colheres de farinha de matza
6 gemas	400g de castanha do Pará ralada
2 x de açúcar	Doce de cupuaçu ou geléia de damasco

**Preparo**



**1ª etapa**

Rala as castanhas e separa. Bate as claras em neve e vai pondo o açúcar, quando ficar em ponto de suspiro, acrescente as gemas, e os outros ingredientes.



**2ª etapa**

Acrescente, na mão, as castanhas e a farinha de matza.  
Em um tabuleiro untado com papel manteiga, colocar a massa e levar ao forno.



**3ª etapa**

Dividir o bolo em duas partes e rechear.  
Pode cobrir todo o bolo com o próprio recheio ou com suspiro. Enfeite com a castanha ralada

**Gefilte Fish**

Receita de Mira Janiuk

Este prato não pode faltar numa mesa Askenazim, seja no *Shabat* ou em qualquer outra festividade. *Gefilte* significa “recheado”. Originalmente a carne fresca de peixe era usada para rechear a pele de peixe. O Lúcio e a carpa, peixes da região da Polônia, Litânia e Ucrânia e que tinham que ser retiradas com muita habilidade, pois no final o prato tinha que apresentar o peixe inteiro com cabeça e rabo. Esse prato foi se modificando com os tempos.

Hoje, significa o recheio de carne picada de peixe transformadas em bolas e cozidas em caldo de peixe. A Historia nos conta que no leste Europeu, era muito difícil comprar peixe fresco, além de ser muito caro em face da pobreza dos imigrantes judeus. As mulheres então usavam de sua criatividade e habilidade aprendendo a retirar a carne de peixe adicionando cebola picada, temperos, ovos pão ou farinha de *Matzá* e criaram dessa forma uma maneira de toda a família provar desta iguaria pelo menos no *Shabat*. Na Polônia eram adocicados, na Lituânia eram mais apimentados, os russos preferem sem açúcar, seja como for, a cenoura, e o *chrain* não podiam faltar, dando mais sabor a esse prato.

**Ingredientes**



**1ª etapa**

**Caldo**

Cabeça e espinhas do peixe  
Cebola crua e cebola frita  
Sal e pimenta a gosto  
Aipo cortado em pedaços (opcional)  
Cenoura cortada  
Açúcar

## QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA PESSACH

Numa grande panela levar os ingredientes do caldo e deixar ferver. Tampe a panela e reduza o fogo. Quando estiver pronto coar. Reserve.

### **2ª etapa**

#### **Peixe (Bolinhas)**

2 kg de filés de peixe (carpa, cherne, linguado, pescada ou tainha) e 1 peixe de carne branca  
3 ovos inteiros  
3 cebolas trituradas  
2 cebolas picadas e fritas (tem que ficar clarinha) – metade nos bolinhos e a outra metade no caldo  
1 xícara de farinha de Matza (+ ou -)  
Sal e pimenta a gosto  
Cenoura cortada em rodela  
1 colher de sopa de açúcar (+ ou -)

#### **Preparo**

Moer os filés de peixe juntando a cebola triturada e as fritas, os ovos, sal, pimenta e o açúcar misturar bem e aos poucos misturar a farinha de matzá até ficar homogênea e consistente.

Umedecer as mãos e moldar bolas do tamanho de um ovo (elas vão crescer quando cozinharem) e no formado ovalado (é o mais tradicional).

Mergulhar as bolas no caldo, uma a uma e em fogo lento deixá-las cozinhadas junto com as rodela de cenoura. Cozimento em torno de 1 h.

Esperar esfriar (algumas receitas dizem que no próprio caldo) e depois arrumar as bolinhas em um prato decorando no topo com uma rodela de cenoura e o caldo (coado) no prato.

O caldo deve gelatinar assim que for colocado na geladeira. Caso isso não aconteça, dissolver um pacote de gelatina de algas misturando bem. O caldo deve ficar com a consistência de um *Aspic*.

É imprescindível servir com *Chraim*

### **Chraim**

Receita de Mira Janiuk e testada na aula de 17/04/05 na CJB

Deve ser servido gelado. É uma pasta picante com sabor penetrante de raiz-forte e aroma especial. A raiz-forte não é fácil de ser encontrada, mas na época de Pessach as casas especializadas costumam colocá-las em lugar de destaque.

#### **Ingredientes**

100 g de raiz-forte  
2 beterrabas  
2 colheres de chá de açúcar  
Sal  
2 colheres de caldo de beterraba (+ ou -)  
1/2 xícara de vinagre.

#### **Preparo**

### **1ª etapa**

Lavar, despelar e ralar um pedaço de raiz forte.

Cozinhar as beterrabas com o açúcar, deixar esfriar e picá-las

## QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA PESSACH

### 2ª etapa

Triturar tudo no processador, provando o sal.

Esse modo é o mais apreciado, porque a raiz-forte fica fortemente avermelhada.

Deve ser conservado em geladeira num pote de vidro bem tampado para não perder o aroma.

### **Knaidlach**

Belizia Helena Levy Heller – Receita de Donna Waichman Z”L

Knaidlach são uns bolinhos feitos de Matzá, muito apreciado por ser considerado um prato muito nutritivo e faz parte indispensável no cardápio de Pessach

### **Ingredientes**

1 copo de farinha de matzá

1 copo de água fervendo

1 pitada de sal

2 colheres de sopa de óleo ou gordura de galinha

2 ovos

Pimenta do reino e/ou noz moscada a gosto

### **Preparo**

#### 1ª etapa

Colocar numa vasilha farinha de Matzá com a água fervendo e o sal. Misture bem até a farinha absorver toda a água e deixe esfriar.

Bater as claras em neve. Reserve

#### 2ª etapa

Acrescente o óleo ou a gordura de galinha, as gemas, a pimenta e as claras em neve. (Não se assustem!) Misture bem até ficar uma massa homogênea. Deixar na geladeira por mais ou menos 1h. A massa seca um pouquinho e facilita para fazer as bolinhas

Com as mãos umedecidas fazer as bolinhas. Elas aumentam quando cozidas.

#### 3ª etapa

Uma hora antes de servir colocá-las no caldo e deixar cozinhar. As bolinhas afundam, quando elas emergirem está pronto.

### **Caldo Vegetal básico**

Receita do livro: “Receitas Judaicas, 5000 anos de tradição”

4 colheres de sopa de óleo de girassol

3 cebolas grandes picadas

3 dentes de alho

2 cenouras grandes picadas

4 caules de aipo grandes picados

2 alhos-poro (aparte branca) picados

1 bouquet garni (com 6 ramos de salsa e 3 tomilhos e 1 folha de louro pequena)

4 grãos de pimenta

1 colher de sopa de sal grosso

verduras adicionais (espinafre, nabos, brócolis, couve flor etc..)

## QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA PESSACH

### **Preparo**

Esquentar o óleo em fogo médio e refogar as cebolas até ficarem transparentes. Acrescentar o restante das verduras mexendo sem parar, e cobrir com água fria. Deixar ferver e incorporar os ingredientes restantes reduzindo o fogo no Máximo. Tampar a panela e cozinhar cerca de 45 min. ou 1 hora até as verduras estejam bem macias.

Escorrer bem as verduras para extrair o máximo de caldo.

Este caldo conserva-se bem na geladeira por 2 a 3 dias e de 2 a 3 meses no congelador.

### **Charosset Sefaradi *Marroquina Paraense***

Belizia Helena Levy Heller – Receita de Cotta Levy

Charosset é uma pasta simbólica como se fosse uma argamassa para simbolizar o barro do qual eram feitos os tijolos para construir as pirâmides dos faraós, pelos escravos judeus. O vinho é adicionado para representar o sangue do sacrifício do pessach.

Existem inúmeras variações de Charosset. Os Iemenitas incluem cravos e pimenta em pó enquanto os judeus do Leste Europeu utilizam a canela. Existem receitas israelenses com bananas misturadas com frutos secos, mas basicamente o Charosset deve ter uma cor semelhante ao barro.

### **Ingredientes**

Tâmaras secas e sem caroço (+ ou – 300g)

Nozes (1 xícara)

Uva passa moscatel (200g)

Amêndoas (1/2 xícara)

Castanha do Pará (1 xícara)

Vinho tinto doce Kasher le Pessach (+ ou – 1 copo)

\* Essas quantidades são aproximadas. Acrescente-as a gosto

### **Preparo**

Triturar (melhor moer) todos os ingredientes. Deve-se acrescentá-los aos poucos, pois como a receita não tem quantidades, vale aí o “sentimento” culinário. Por fim acrescente um pouco de vinho.

Cuidado para a massa não virar uma pasta muito mole. Tem que ficar no ponto de ser enrolada em bolinhas.

### **Charosset**

Receita de Margrit de La Reza

### **Ingredientes** (quantidade a gosto)

Maçã ralada com casca

Amêndoas e nozes

Tâmaras

Passas

Damasco seco

1 colher de chá de Canela

Raspa e suco de 1 limão

## QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA PESSACH

### Preparo

#### 1ª etapa

Deixe de molho no vinho as passas de um dia para o outro.

As maçãs são raladas em ralo grosso com casca e devem estar bem firmes. As nozes e amêndoas devem ser picadas no processador tomando o cuidado para não virar farinha.

Cortar as tâmaras e damasco cortar bem miudinho.

#### 2ª etapa

Colocar as maçãs raladas num recipiente e misturar a raspa do limão junto com o suco.

Ir misturando os ingredientes e acrescentar o vinho para dar a liga.

Se quiser que fique uma massa mais homogênea triturar tudo no processador.

## Nhoque de berinjela (ou kasher le pessach ou da bóbe italiana)

Receita de Ricardo Przemyslaw Pessoa

### Ingredientes:

1 kg de berinjela

1 kg de farinha de matsá (matse-mel)

1 l d'água morna

3 ovos

### Preparo

Como se vê, é uma receita normal de nhoque, onde se troca a farinha de trigo pela matse-mel, com alguns cuidados porque é uma farinha mais rústica: por exemplo, a quantidade de água e ovos pode variar até dar uma boa liga. O que importa é que a proporção de berinjela e farinha seja 1:1.

#### 1ª etapa

Agora, mais importante mesmo, e sempre que lida com berinjela, é tirar o seu amargo. Para isto, o macete básico é pegar as berinjelas, cortar-lhes os bicos e deixá-las prensadas de véspera (deixe dormir com um peso em cima), para escorrer o sumo. (Eu, pessoalmente, não refogo, mas nada contra uma ídiche mame que queira incrementar com temperos).

#### 2ª etapa

No dia seguinte, pique as berinjelas e cozinhe até ficarem bem macias. Deixe arrefecer até ficar morna.

Misture com a farinha e os ovos, usando água morna pra facilitar a homogeneização da massa. (Esta homogeneização é mais difícil que no caso do trigo refinado, e só se consegue direito usando um processador (em partes se a quantidade exigir); na verdade, para um bom resultado, recomendo duas passadas no processador).

#### 3ª etapa

Depois é enrolar em 'salsichas' e cortar em nhoques.

Cozinhar em água até ficar no ponto.

**ATENÇÃO:** Eles não 'sobem' como os nhoques normais de trigo, pois são mais pesados. Provar, então.

#### 4ª etapa

É um molho de tomate normal, 'al sugo' para os mais sofisticados, em que se despela o tomate e retiram-se as sementes, é claro, e se cozinha com um bom pé inteiro de manjeriço pra dar o gosto; e depois se o retira pra não ficar feio.



QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA  
PESSACH

Paralelamente, de outro pé de manjeriço, fresco, lava-se bem, e, deixa-se secar ao vento, e depois se retira as folhas que irão cruas para o prato (poucas, é só decorativo) pra dar um toque de coisa fresca, afinal é Pessach, quando estas ervas são bem-vindas

BOA SORTE NO SEDER! GUT YOM-TOV!

GUTN PESSACH!

**Ricardo**

### **Kugel (Kiguel) de Legumes para Pessach**

Receita de Mira Janiuk

*Kugel* vem do alemão e significa “bola, esfera”. Na Alsácia e na Áustria tornou-se um bolo famoso e conhecido como *Kugellhopf* que por sua vez foram se transformando até se tornarem os famosos doces *Babá* e *Savarim*.

A culinária judaica transformou essa receita em algo salgado. Existem varias receitas de *Kugel* como o *Lokshen Kugel* (pudim de macarrão), *Kugel de Batata*, *Kugel de Fígado de Galinha*, além do *Kugel de Arroz* que é um pudim doce com passas e maçãs.

#### **Ingredientes**

##### **Massa**

6 ovos  
2 xícaras de água  
1 xícara de óleo (quase cheia)  
10 colheres de sopa de farinha de matza  
Sal e pimenta a gosto  
1 cebola  
1 cenoura

##### **Recheio**

1 brócolis (previamente cozido)  
1 tomate picado  
1 cebola bem batidinha  
sal e pimenta a gosto  
orégano

#### **Preparo**



##### **1ª etapa**

No liquidificador bater as gemas, água, óleo, cebola, cenoura, sal, pimenta, e a farinha de matza. Liquidificar bem



##### **2ª etapa**

Em uma vasilha à parte, bater as claras em neve e acrescentar a massa misturando-a bem



##### **3ª etapa**

Misturar bem os temperos e reservar.

Untar um pirex com óleo e colocar metade da massa, em seguida colocar o recheio e cobrir com o restante da massa. Leve ao forno pré-aquecido.

Obs: pode ser feita com qualquer legume, abobrinha, berinjela assada etc.

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA  
PESSACH

**Kugel Salgado com Banana, Nozes e Passas**

Receita experimentada e recomendada por Mira Janiuk

**Ingredientes**

4 xícaras de Farfel  
4 ovos inteiros  
1 cebola ralada  
1/2 xícara de óleo (ou gordura de galinha)  
1/2 xícara de açúcar  
1/2 xícara de passas (deixadas de molho)  
1/2 xícara de nozes moídas  
6 bananas prata picada  
sal e pimenta a gosto

**Preparo**

Umedeça com um pouco d'água o farfel e coloque sal a gosto. Frite a cebola no óleo ou gordura de galinha. Untar um tabuleiro com óleo e coloque todos os ingredientes previamente misturados. Leve ao forno para assar.

Indicado para acompanhamento

**Farfel**

Receita do livro Cozinha Judaica – 5000 anos de história e gastronomia

*Farfel* é uma massa de “macarrão” cortado em quadradinhos de aproximadamente 1 cm. Em *Idiche* a palavra para pasta italiana é *Lokshen*, derivada do polonês *Lokszyn*, pois a massa foi para a Polônia devido à presença de italianos nas cortes reais, além da influência de Marco Pólo que viveu muitos anos na corte imperial da China. O *farfel* pode ser encontrado ao natural ou torrado uma vez que quase ninguém mais prepara em casa.

**Ingredientes**

2 xícaras de Farfel, tostada ou simples  
sal  
2 xícaras de cebola picada  
3 colheres de sopa de manteiga  
1 xícara de cogumelos picados (opcional)  
Pimenta preta recém moída

**Preparo**

Ferver o Farfel em grande quantidade de água com sal, por cerca de 10 min, escorrer. Enquanto isso, fritar as cebolas na manteiga bem devagar e mexendo sem parar até ficar macia, mas não escura. Acrescentar os cogumelos e cozinhá-los por mais 7 min. Acrescentar o farfel e temperar com sal e pimenta a gosto.

Para acompanhar aves ou carnes

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA  
PESSACH

**Biscoito de Cebola**

Receita experimentada e recomendada por Mira Janiuk

**Ingredientes**

3/4 de copo de óleo

2 gemas

sal

1 cebola ralada no ralo grosso

Farinha de Matza peneirada

Fécula de batata em partes iguais

(para uma massa bem macia + ou – 2 xícaras)

**Preparo**

Misturar os ingredientes até ficar uma massa bem macia. Fazer bolinhas e achatá-las.

Levar ao forno em tabuleiro untado e peneirado.