



# RECEITAS PARA Azeitar

por Marcelo Scofano



# ♥ ÍNDICE

Marcelo Scofano .....	03
Salmorejo cordobés .....	04
Espaguete com pesto .....	05
Feijão tropeiro .....	06
Canápes .....	07
Canápes II .....	08
Palmito gratinado .....	09
Remojón Andaluz .....	10
(Salada de Bacalhau e Laranja)	
Salada brasileira de palmito .....	11
Salada carioca de coração .....	12
Salada com morangos e muçarela de búfala .....	13
Salada de lentilha e atum .....	14
Salada de Páscoa .....	15
Salada de grão de bico .....	16
Salada Santa Mônica .....	17
Salpicão Zona Sul .....	18
Agradecimentos .....	19



*Receitas para Azeitar*

POR MARCELO SCOFANO

# SCOFANO



*Marcelo Scofano é Expert em Azeites e Temperos do Zona Sul. Ele é formado pelo IFAPA de Cabra e realizou curso de Chefe de Painel pelo Ministerio de Agricultura Alimentación y Medio Ambiente de España. Como consultor, trabalha na divulgação da cultura do azeite, sugere harmonizações e elabora cartas de azeites.*

*Nesse Ebook ele vai te ensinar receitas deliciosas para azeitar!*

**CLIQUE AQUI E SAIBA MAIS SOBRE  
O EXPERT MARCELO SCOFANO!**

**Zona Sul** 



# SALMOREJO cordobés



## INGREDIENTES:

- 1kg de tomate
- 200g de pão dormido
- 250ml de azeite extra virgem fresco
- 1 dente de alho
- 150g de presunto cru ou de parma



6 PORÇÕES



## MODO DE PREPARO:

Coloque as fatias de presunto cru em uma assadeira e leve ao forno a 160° por 20 minutos até que desidratem. Deixe esfriar e reserve.

Lave os tomates, corte-os em pedaços e coloque-os no liquidificador sem tirar peles ou sementes. Bata bem. Peneire se desejar.

Coloque o purê no liquidificador, acrescente o pão e o dente de alho e continue a bater. Acrescente o azeite aos poucos e, se necessário, corrija o sal. Esfarele o presunto cru, fazendo crispys.

Sirva o salmorejo frio, finalizando com o crispy de presunto e um fio de azeite.





# ESPAGUETE DE PUPUNHA com pesto de agrião



## INGREDIENTES:

- 1 pacote de espaguete de pupunha Golden Palm – 510 g
- 1 maço de agrião
- 100g de queijo parmesão ralado
- 50g de castanha de caju
- ½ dente de alho
- 80 ml de azeite extra virgem
- Sal a gosto



## MODO DE PREPARO:

Para o pesto de agrião, coloque em um processador, as folhas e alguns talos do agrião bem lavado, acrescente metade do queijo parmesão, o alho e a castanha. Ligue o aparelho e adicione o azeite em fios até obter uma mistura homogênea. Reserve.

Aqueça um pouco de água, escorra o espaguete de palmito e enxague-o com a água bem quente.

Acrescente o pesto, misture bem e finalize com o queijo ralado e um fio de azeite extra virgem.



6 PORÇÕES





# FELJÃO tropeiro



## INGREDIENTES:

- 1 vidro de feijão mulato em conserva
- 150g de farofa temperada
- 150g de carne seca desfiada Vapsa
- 150g de couve manteiga bem fininha
- 2 dentes de alho picado
- Sal e pimenta do reino moído na hora
- 40ml de azeite extra virgem intenso



6 PORÇÕES



## MODO DE PREPARO:

Refogue a carne com 20 ml de azeite e os dentes de alho em uma frigideira até que ela fique crocante. Reserve.

Escorra e lave o feijão da conserva e coloque-o em uma tigela. Acrescente a carne seca refogada, a farofa e mexa delicadamente. Adicione a couve manteiga e continue a misturar.

Corrija o tempero com sal e pimenta, atento às proporções.

Finalize com um fio de azeite extra virgem.





# CANAPÉS

## BASE

Fatias de rustiguetes, fatias de Santa Mônica e torradas sem sabor em pacote.

*OBS: a montagem é feita na ordem em que os ingredientes são descritos no título.*

- Base + queijo brie + cebola caramelizada ou geleia de damasco ou geleia de pimenta + galinho de tomilho + azeite especial ou premium, não muito intenso!
- Base + creme de ricota + 1/2 tomate datterino em conserva amarelo e 1/2 vermelho ou tomate cereja, cortado pela metade + folhinha de manjericão + azeite especial ou premium
- Base + bruschetta de pimentão ou de alcachofra Cinquina + azeitona preta fatiada + azeite extra virgem
- Base + bruschetta de azeitona preta Cinquina + uma fatia de mussarelinha + folha de manjericão + azeite extra virgem especial ou premium



8 PORÇÕES





# CANAPÉS II

## BASE

Torradas redondas, de preferência.

*OBS: a montagem é feita na ordem em que os ingredientes são descritos no título.*

- Base + pesto genovês + parmesão ralado + azeite especial ou premium.
- Base + pesto genovês + 1/2 tomate cereja ou datterino em conserva + folhinha de manjeriçã + azeite especial ou premium.
- Base + pesto genovês + mussarelinha + folhinha de manjeriçã + azeite especial ou premium.

Sugiro usar o azeite Sitá ou Antica Azienda ou Fiorentini Frutatto

## NO COPINHO

Docinho italo-brasileiro para harmonizar com o azeite de limão.

- 1/2 colher de chá de doce de leite cremoso + 1 mussarelinha + um fio de azeite de limão
- Um cubinho de goiabada + 1 mussarelinha + um fio de azeite de limão

## ESPETINHOS

- Morango em corte longitudinal (em pé) + mussarelinha no mesmo corte + folha de manjeriçã + balsâmico + azeite especial ou premium. Tomate cereja + mussarelinha + manjeriçã + balsâmico e azeite especial ou premium.

Sugiro usar como balsâmico o De Nigris, pode ser spray, Due Vittorie, La Boníssima ou Lambrusco; como azeite o Terra de Bari, Antica Azienda ou Fiorentini Frutatto.



8 PORÇÕES







# PALMITO gratinado



## INGREDIENTES:

- 300g de palmito pupunha inteiro ou Golden
- 300g de mussarela fatiada
- 300g de presunto cozido fatiado
- 1 vidro de molho San Frediano 4 queijos
- 50g de queijo parmesão ralado
- Orégano seco



## MODO DE PREPARO:

Enrole cada palmito inteiro em uma fatia de mussarela e uma fatia de presunto e coloque em uma travessa refratária ou assadeira, posicionando-os lado a lado.

Após completar a assadeira, espalhe sobre os palmitos enrolados o molho Quatro Queijos uniformemente.

Polvilhe o queijo ralado e o orégano por cima e leve ao forno para gratinar.

Sirva finalizando com um fio de azeite extra virgem.



6 PORÇÕES





# REMOJÓN ANDALUZ

## salada de bacalhau e laranja



### INGREDIENTES:

- 500g de lombo de bacalhau dessalgado
- 3 laranjas seletas
- ½ cebola roxa
- 100g de azeitona preta sem caroço
- 2 ovos cozidos
- 100ml de azeite de oliva extra virgem
- Sal e pimenta do reino moída na hora



### MODO DE PREPARO:

Dessalgue o bacalhau por uma noite, colocando-o de molho em água fria e troque essa água por ao menos 4 vezes.

Escalde o bacalhau em água fervendo por 5 minutos, tire as espinhas e desfie-o em lascas. Reserve. Cozinhe os ovos por 10 minutos e não deixe passar para que a gema não escureça. Descasque-os e reserve. Despele as laranjas totalmente e corte-as em pedaços ou em rodelas. Reserve. Corte a cebola em juliana ou bem picada. Reserve.

Para montar a salada, se colocam os ingredientes da seguinte forma: laranja, cebola, o bacalhau, as azeitonas e ovos cortados em rodelas. Regue generosamente com azeite extra virgem de boa qualidade. Acrescente o sal e a pimenta a gosto.



4 PORÇÕES





# SALADA BRASILEIRA de palmito



## INGREDIENTES:

- 300g de palmito pupunha em fatias
- 1 lata de ervilha
- 1 lata de milho verde
- ½ bandeja de tomate cereja cortados
- 100g de azeitona preta
- 30ml de azeite extra virgem verde leve ou maduro
- 1 colher de vinagre balsâmico branco De Nigris
- Sal e pimenta do reino branca moídos na hora



## MODO DE PREPARO:

Em um tigela grande, coloque os palmitos e acrescente a ervilha e o milho verde.

Misture delicadamente e acrescente os tomates, a azeitona, o azeite e o vinagre.

Corrija o tempero com sal e pimenta branca e sirva finalizando com um fio de azeite.



6 PORÇÕES





# SALADA CARIOCA

## de coração



### INGREDIENTES:

- 2 pacotes de carne seca desfiada Vapza
- ½ vidro de palmito picado Golden Palm
- ½ vidro de pimentão em conserva cortado
- 1 vidro de mix de azeitona sem caroço Madama Oliva
- 1 vidro de feijão branco Cidacos
- 2 colheres de sopa de pimenta biquinho amarela
- 1 colher de chá de fumaça líquida
- 4 colheres de sopa de azeite extra virgem de frutado intenso
- Mix de pimenta e sal
- Mix de ervas de Provence Kotanyi



### MODO DE PREPARO:

Abra os dois pacotes de carne seca, escorra o líquido e coloque em uma tigela grande.

Faça o mesmo com o feijão branco, com metade do palmito, o pimentão e o mix de azeitonas. Acrescente esses ingredientes à carne seca e misture delicadamente, adicionando aos poucos a pimenta biquinho, a fumaça líquida e o azeite.

Tempere a gosto com sal, pimenta e ervas.

Coloque na geladeira 15 minutos antes de servir, sempre finalizando com um fio de azeite extra virgem.



12 PORÇÕES





# SALADA de morango e muçarela de búfala



## INGREDIENTES:

### Para o molho

- 4 colheres de sopa de azeite extra virgem
- 1 colher de sopa de geléia de morango
- 1 colher de sopa de vinagre balsâmico
- Flor de sal

### Para a salada

- Mix de folhas verdes
- 1 pacote de 250 g de mussarela de búfala pequena
- 200g de nozes picadas ou amêndoas em lascas
- 10 morangos médios
- 10 tomates cerejas



## MODO DE PREPARO:

Misture bem os ingredientes do molho até emulsioná-los totalmente. Reserve.

Higienize as folhas, seque bem, rasgue-as com as mãos e reserve. Corte os tomates ao meio, os morangos em três partes e reserve. Corte também ao meio as mussarelas pequenas, se forem mussarelas médias corte em três. Em uma saladeira, coloque primeiro as folhas, misturando-as bem, acrescente os tomates, os morangos e as mussarelinhas, continue misturando delicadamente e polvilhe as nozes ou as amêndoas por cima.

Acrescente o molho, após servir no prato individualmente ao gosto de cada um e finalize ainda com um fio de azeite e flor de sal se desejar.



6 PORÇÕES





# SALADA de lentilha e atum



## INGREDIENTES:

- 1 lata (265g) de lentilha Bonduelle
- 120g de tomate cereja cortado
- 1 lata de atum natural
- ½ vidro de alho Madama Oliva
- 60ml de azeite extra virgem Alonso Koroneiki
- 100g de azeitona verde fatiada ou s/caroço
- Mix de ervas da Provence Kotanyi
- Sal e pimenta do reino moída Kotanyi



## MODO DE PREPARO:

Coloque a lentilha em uma peneira e lave em água corrente, até que saia toda o líquido da conserva e reserve.

Retire metade do alho da conserva e deixe escorrer o óleo.

Em uma saladeira, misture a lentilha, o alho em conserva, o atum, a azeitona, o tomate, regue com azeite extra virgem, corrija o tempero com sal, pimenta e ervas e misture suavemente.

Sirva imediatamente, acompanhada de uma fatia de pão.



6 PORÇÕES





# SALADA DE PÁSCOA

## especial Zona Sul



### INGREDIENTES:

- 1 vidro de conserva de grão de bicos da Cidacos
- 1 bandeja de tomate cereja cortado em metades
- 800g de bacalhau dessalgado
- 2 colheres de sopa de alho em conserva Madama Oliva
- 60ml de azeite extra virgem de boa intensidade
- 100g de azeitona fatiada ou s/caroço
- ½ maço de salsinha picada
- 2 colheres de sopa de balsâmico branco De Nigris
- Sal e pimenta do reino branca moída na hora



### MODO DE PREPARO:

Em uma panela grande ferva o bacalhau por 5 minutos, deixe esfriar e desfie-o em lascas.

Coloque o grão de bico em uma peneira e lave em água corrente, até que saia toda o líquido da conserva e reserve.

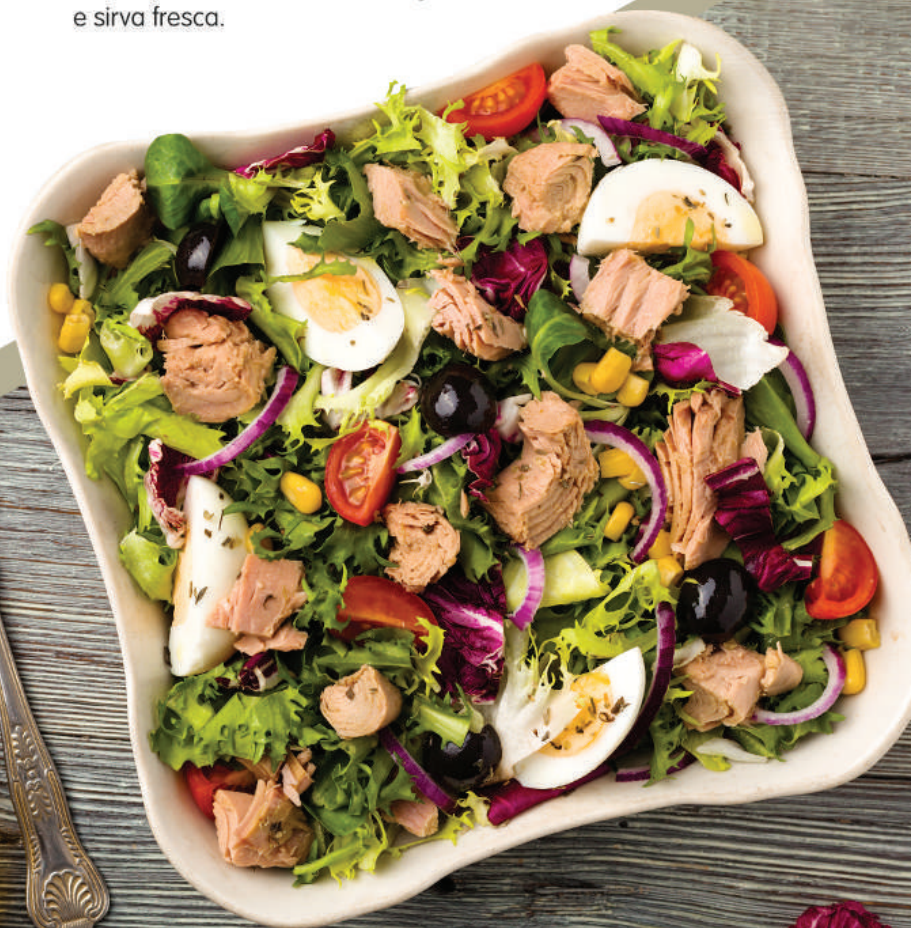
Lave os tomates cereja e corte-os pela metade. Retire duas colheres de sopa do alho em conserva e deixe escorrer bem o óleo.

Em uma saladeira, misture o grão de bico, o alho em conserva, a azeitona, o tomate, a salsinha picada, regue com azeite extra virgem, acrescente o balsâmico branco, corrija o tempero com sal, pimenta e misture bem. Acrescente as lascas de bacalhau e continue a misturar delicadamente, até que esteja homogênea.

Deixe descansar uma hora na geladeira e sirva fresca.



6 PORÇÕES





# SALADA rústica grão de bico



## INGREDIENTES:

- 1 vidro de grão de bico Cidacos
- 1 vidro de pimentão vermelho Cidacos
- 1 dente de alho picado
- 60ml de azeite extra virgem de frutado médio
- 200g de bacon cortado em cubos
- 200g de azeitona preta fatiada
- Mix de ervas da Provence Kotanyi
- Sal e pimenta do reino moída na hora Kotanyi



## MODO DE PREPARO:

Coloque o grão de bico em uma peneira e lave em água corrente, até que saia toda o líquido da conserva e reserve.

Em uma frigideira, coloque o bacon cortado em cubos e frite-os até que fiquem crocantes. Reserve.

Corte os pimentões Cidaco em pequenas tiras e reserve. Em uma saladeira, misture o grão de bico, os pimentões e o alho bem picado.

Acrescente o azeite em fios e continue misturando. Em seguida, acrescente as azeitonas, o bacon, o mix de ervas, pimenta e sal.

Sirva imediatamente, finalizando com um fio de azeite Zuelo Intenso



6 PORÇÕES







# SALADA

## Santa Mônica



### INGREDIENTES:

- 2kg bacalhau dessalgado
- 2 unidades romã média
- 2 unidades vidro de grão de bico em conserva
- 150g azeitonas pretas s/caroço
- 2 unidades maço de agrião fresco
- 1 unidade cebola roxa
- 150ml azeite extra virgem verde médio ou intenso
- 20ml balsâmico branco 45 %
- Sal a gosto
- Pimenta do reino branca a gosto moída na hora



### MODO DE PREPARO:

Em uma panela grande ferva o bacalhau por 5 minutos, escorra, deixe esfriar e faça lascas grandes e médias.

Corte a romã e separe suas sementes. Reserve. Escorra as azeitonas, o grão de bico e lave este bem. Higienize o agrião e retire os talos grossos.

Em uma tigela grande coloque o bacalhau em lascas, as azeitonas, o grão de bico, regue com azeite e misture muito delicadamente. Acerte o sal e a pimenta.

Adicione a cebola cortada em juliana, as folhas de agrião e os grãos de romã e misture novamente, sempre de maneira delicada.

Finalize com um fio de azeite de frutado verde intenso ou médio.



50 DEGUSTAÇÕES





# SALPICÃO

## Zona Sul



### INGREDIENTES:

- 2 pacotes de frango desfiado Vapza
- 1 lata de milho Bonduelle
- 1 lata de ervilha Bonduelle
- 1 cenoura ralada
- 1 talo de alho poró
- 1 vidro de mix azeitona sem caroço Madama Oliva
- 150ml de creme de leite fresco ou iogurte natural
- Ervas de Provence Kotanyi moída na hora
- Pimenta do reino Kotanyi moída na hora
- Sal Kotanyi moído na hora 1 pacote de batata palha
- 60 ml de azeite extra virgem



### MODO DE PREPARO:

Rale a cenoura inteira em um ralo grosso e reserve. Corte o alho poró em rodela bem finas e reserve.

Em um recipiente adequado, coloque o frango desfiado, acrescente as conservas de azeitona, ervilha e milho e misture bem.

Acrescente o azeite em fios, o creme de leite ou iogurte e continue misturando. Adicione a cenoura, o alho poró e tempere com ervas, pimenta e sal. Adicione mais azeite, se necessário e misture até que tudo se homogenize.

Coloque em uma travessa e finalize com batata palha em toda a superfície superior. Coloque na geladeira por 30 minutos e sirva com um fio de azeite extra virgem.



12 PORÇÕES





# AGRADECIMENTOS

*Agradecemos a todos os Consultores que colaboraram para a criação das receitas presentes nesse ebook, juntamente com o nosso Expert de Azeites e Temperos, Marcelo Scofano.*

*À eles, o nosso agradecimento!*





 [zonasul.com.br](https://zonasul.com.br)

 [zonasulsupermercado](https://www.instagram.com/zonasulsupermercado)

 [zonasulsupermercado](https://www.facebook.com/zonasulsupermercado)

 [Gastronomiacarioca](https://open.spotify.com/playlist/37i9dQZF1DWW8UJ8U8U8U8)

 [Zona Sul Supermercado](https://www.youtube.com/channel/UCZonaSulSupermercado)

 [zonasulsupermercado](https://www.tiktok.com/@zonasulsupermercado)

 [Gastronomiacarioca](https://open.spotify.com/playlist/37i9dQZF1DWW8UJ8U8U8U8)