ÍNDICE

TUDO O QUE PRECISA DE SABER PARA FAZER GELADOS 9

GELADOS 12

SORVETES E *SHERBETS* 58

GELADOS DE PAUZINHO 72

BOLOS GELADOS E SOBREMESAS 78

BEBIDAS 92

COBERTURAS E EXTRAS 96

ÍNDICE REMISSIVO 104

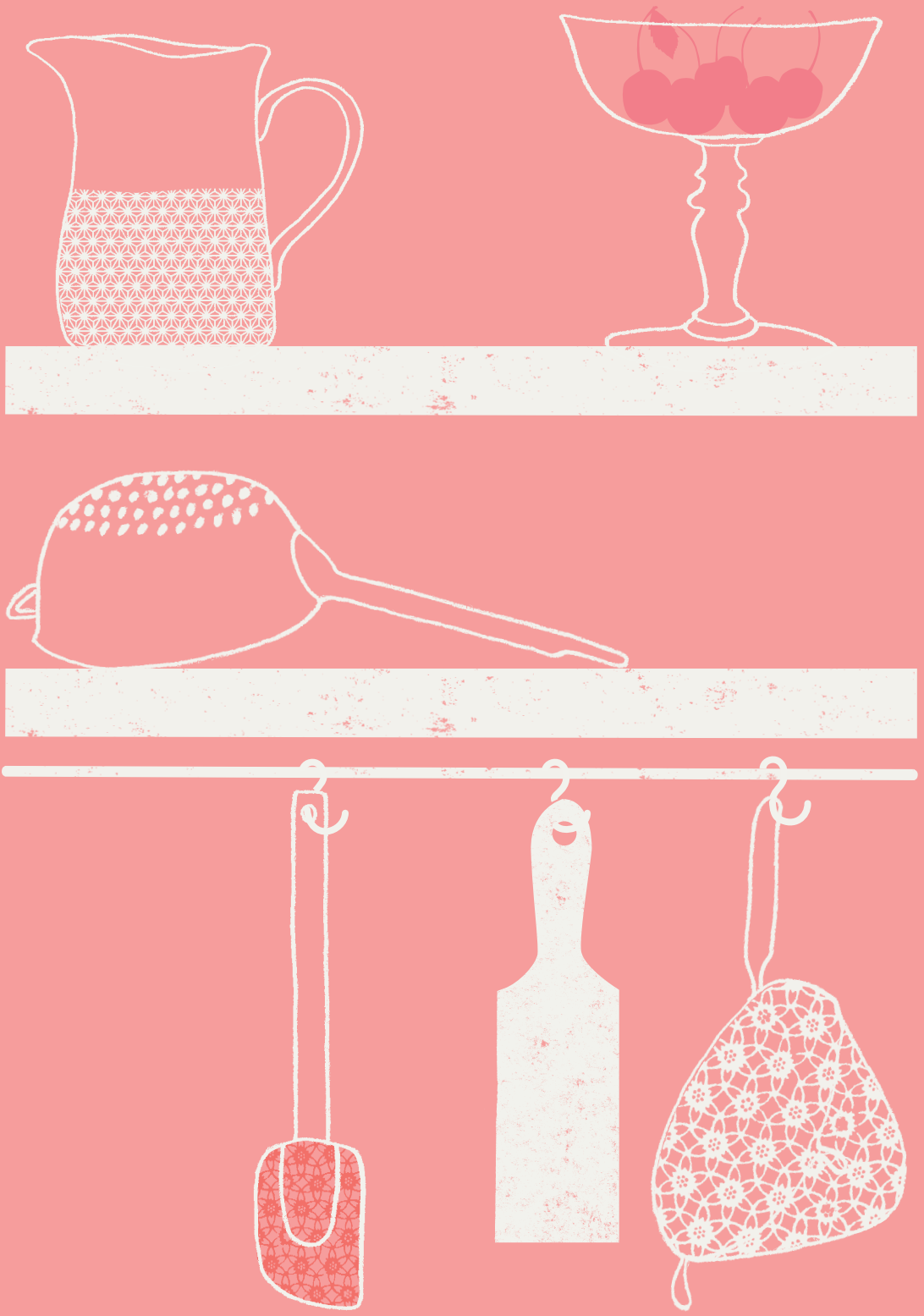
AGRADECIMENTOS 107

A AUTORA 107

Facto: os gelados são uma das melhores iguarias da vida. São bons em qualquer ocasião, em qualquer lugar, em qualquer época. Dão mais prazer ao dia a dia, são perfeitos para as festas das crianças e fazem sobremesas especiais. Cada sabor tem uma ocasião, mas por que razão há de pôr limites? Porque não servir um *affogato* num dia bem frio? Ou um refrescante sorvete de melancia num dia quente de verão? E quem se atreveria a recusar uma bola de doce de leite e semifrio de chocolate em qualquer altura do ano?

Outro facto: o melhor gelado é o caseiro. Quase posso garantir que, quando descobrir como é fácil e fantástico fazer os seus gelados, nunca mais volta a comprá-los.

Linda Lomelino



TUDO O QUE PRECISA DE SABER PARA FAZER GELADOS

TIPOS DE GELADOS

GELADO. É feito à base de laticínios. Geralmente é preparado com natas espessas, leite e gema de ovo, mas pode também levar queijo creme ou leite condensado, dependendo da receita ou da textura desejada.

SORVETE. É uma iguaria congelada refrescante com muitas variantes. Geralmente é feito com puré de fruta e um adoçante. Como não leva laticínios, é ideal para quem tem alergia ao leite ou intolerância à lactose.

***SHERBET*.** É uma combinação entre o sorvete e o gelado com base de natas. O seu perfil de sabor aproxima-se mais do sorvete — suave, leve e frutado —, mesmo levando leite ou natas.

***SEMIFREDDO* OU SEMIFRIO.** É uma sobremesa gelada italiana. Vantagem desta sobremesa: não precisa de uma máquina de gelados para a preparar.

MÉTODOS PARA FAZER GELADOS

Para preparar um gelado rico e cremoso, começo com uma base de leite ou natas e gemas de ovo previamente aquecida e engrossada ao lume. A espessura deste creme testa-se mergulhando uma colher. Ao levantar a colher, esta deve estar coberta de creme que não deverá escorrer de imediato. Uma forma rápida e simples de fazer gelado consiste em misturar os ingredientes de base sem os levar ao lume. Este método também produz gelados deliciosos, apenas um pouco menos sofisticados. É assim que faço os sorvetes, os *sherbets* e versões reduzidas de alguns gelados (como o Gelado de Baunilha Rápido e o Gelado de Chocolate Extrarrico, nas páginas **13** e **19**, respetivamente).

UTENSÍLIOS DE COZINHA

MÁQUINA DE GELADOS. Uma máquina de gelados é um investimento vantajoso — embora seja possível fazer gelados deliciosos sem uma. Acelera o processo de congelação, mas, mais importante, incorpora ar no gelado enquanto este congela, pelo que a mistura fica cremosa e macia. Note que é necessário levar a taça da máquina ao congelador durante cerca de vinte e quatro horas antes de começar a preparar o gelado. *Atalho*: se tiver espaço no congelador, guarde lá a taça. Antes de comprar uma máquina de gelados, certifique-se de que a taça cabe no seu congelador.

Dependendo do modelo da sua máquina, geralmente o gelado leva cerca de vinte a cinquenta minutos a gelar à consistência desejada. Se gostar do gelado muito macio, pode servi-lo diretamente da máquina. Eu prefiro deixá-lo solidificar durante mais duas ou três horas no congelador, para ser mais fácil moldá-lo em bolas.

CAÇAROLA. Necessária para preparar a base do gelado na maioria das receitas.

COPOS E COLHERES DE MEDIÇÃO. Um conjunto de colheres de medição inclui o equivalente a um quarto de colher de chá, meia colher de chá, uma colher de chá e uma colher de sopa. Regra geral, os copos de medição estão marcados em porções de chávena, incluindo um quarto de chávena, um terço de chávena, meia chávena, dois terços de chávena e uma chávena, assim como em mililitros. Todos os ingredientes das minhas receitas são medidos com estas unidades básicas.

PASSADOR. O passador ajuda a separar pedacinhos de ovo cozinhado e sementes das frutas da mistura de gelado.

ESPÁTULA. Use a espátula para raspar gelado ou para misturar ingredientes. Escolha uma resistente ao calor, especialmente quando cozinhar o creme.

TAÇAS. Vai precisar de várias taças quando preparar gelados. É útil ter uma taça suficientemente grande para apoiar o passador quando coar o creme ou outra mistura. Uma taça de aço inoxidável arrefece mais depressa na altura de gelar o gelado.

INGREDIENTES

OVOS. Prefiro os ovos grandes para fazer gelados. Muitas receitas levam apenas as gemas. Reserve as claras que sobrem para fazer suspiros ou semifrio.
LEITE. Use leite gordo com 3 por cento de gordura. Quanto menor for o teor de gordura, mais elevado é o conteúdo de água e o gelado fica com mais gelo.
NATAS. Use natas com um teor de gordura de 36 a 40 por cento para obter melhores resultados.
FRUTAS E BAGAS. É preferível usar frutas e bagas da época. Devem estar maduras e macias para melhor se sentirem os seus aromas naturais. Se fizer um gelado à base de frutas com fruta verde, poderá ter de acrescentar mais açúcar para compensar. Se não for a época da fruta ou das bagas que desejar, substitua-as por frutas ou bagas congeladas. A fruta é congelada no pico da estação (e no pico da frescura), pelo que o sabor é comparável ao da fruta acabada de colher.
BAUNILHA. Nestas receitas pode usar vagens de baunilha, baunilha em pó, açúcar baunilhado e extrato de baunilha. A baunilha em pó é baunilha em vagem moída. O açúcar baunilhado é açúcar de confeiteiro aromatizado com vagens de baunilha e aroma natural de baunilha proveniente do abeto (lignina). O extrato de baunilha é preparado com vagens de baunilha imersas em álcool.
LICOR. Algumas colheres de chá de licor no gelado impedem que congele demasiado, reduzem o número de cristais de gelo e tornam o gelado incrivelmente cremoso e macio. O melhor de tudo é que o gelado descongela mais depressa quando o tira do congelador. Além do mais, o licor acrescenta sabor ao gelado.

PREPARAÇÃO DOS GELADOS

Para começar, certifique-se de que a taça da máquina de gelados esteve no congelador tempo suficiente (geralmente cerca de vinte e quatro horas) e está pronta a usar.

Os ingredientes como as avelãs torradas devem ser preparados com antecedência para arrefecerem. Ponha-os numa taça e leve-os ao frigorífico, tapados, durante pelo menos uma hora.
Leve a caçarola ou a taça (se usar uma máquina de gelados) em que vai guardar o gelado ao congelador durante pelo menos trinta minutos antes de usar. O gelado tirado de uma taça de máquina gelada derreterá numa caçarola ou taça à temperatura ambiente.
Se a receita pedir um creme base cozinhado, prepare-o na véspera à noite. Cubra a taça com película aderente e deixe-a no frigorífico durante a noite. Na manhã seguinte, a mistura estará pronta para a máquina de gelados. Este método permite que os aromas «amadureçam» e o resultado será extracremoso.
A mistura está pronta a ser transferida para a máquina de gelados quando atingir a consistência de um gelado *soft*: macia, cremosa, não muito fluida e mantendo bem a forma. O gelado é considerado sólido (e «pronto» a comer) depois de ter estado no congelador durante duas a três horas.

FAZER GELADOS SEM MÁQUINA

É muito fácil fazer gelados sem uma máquina de gelados, mas a consistência não é exatamente a mesma. A maior dificuldade em fazer sorvetes sem a máquina é que ganham gelo facilmente.
O Gelado de Chocolate Extrarrico (ver página **19**) fica igualmente delicioso sem a máquina. Os bolos gelados (ver páginas **78-91**) e os semifrios (ver páginas **55-57**) preparam-se sem uma máquina.
INSTRUÇÕES BÁSICAS. Siga as instruções das receitas e refrigere a taça com o creme base do gelado num banho de gelo ou no frigorífico até a mistura arrefecer por completo. De seguida, coloque a taça no congelador e mexa ou bata o gelado três a quatro vezes enquanto gela, aproximadamente uma vez por hora, com uma colher grande ou uma batedeira elétrica. Este processo reduz os cristais de gelo o máximo possível. Ao fim de três a quatro horas, o gelado deve estar pronto a servir.

GELADOS

GELADO DE BAUNILHA RÁPIDO

É impossível um gelado ser mais fácil — esta receita é muito simples e o gelado de baunilha é incrivelmente saboroso. Precisa de mais inspiração? Experimente-o com alguns dos extras sugeridos na página 17.

DÁ 500 ML

⅔ de chávena de leite
6 colheres de sopa de açúcar granulado
1 chávena de natas espessas
½ colher de chá de baunilha em pó
1 colher de chá de extrato de baunilha ou de vodca (facultativo)

1. Bata o leite e o açúcar numa taça até o açúcar dissolver. Junte as natas, a baunilha em pó e, se desejar, o extrato de baunilha ou a vodca e misture.

2. Processe os ingredientes na máquina de gelados; quando o gelado estiver pronto, transfira-o para uma taça refrigerada. Leve ao congelador durante 2-3 horas antes de servir.

GELADO DE BAUNILHA EXTRARRICO

Para que este gelado fique particularmente cremoso e saboroso, adicione uma colher de extrato de baunilha. Se não tiver extrato à mão, substitua-o por vodca. Pode alterar o aroma tentando um dos extras da próxima receita.

DÁ 2 1/2 CHÁVENAS

1/2 vagem de baunilha
3/4 de chávena de leite
6 colheres de sopa de açúcar granulado
pitada de sal
3 gemas grandes
1 1/4 chávenas de natas espessas
1 colher de chá de extrato de baunilha ou de vodca (facultativo)

1. Abra a vagem de baunilha ao meio e raspe as sementes de uma das metades (guarde a outra metade para outra receita).
2. Misture o leite, o açúcar, o sal, as sementes de baunilha e a vagem de baunilha numa caçarola e aqueça a mistura até levantar fervura. Tire a caçarola do lume e tape-a com a tampa; deixe arrefecer na bancada durante 30 minutos.
3. Bata ligeiramente as gemas numa taça pequena.
4. Reaqueça a mistura de leite e deite-a lentamente sobre as gemas, batendo sempre. Volte a introduzir a mistura de leite e ovos na caçarola e leve ao lume, mexendo sempre até a mistura engrossar.
5. Deite as natas numa taça e coloque um passador sobre a taça. Coe o preparado de leite aquecido e misture com as natas. Junte o extrato de baunilha ou a vodca, se desejar. Cubra a taça com película aderente e leve ao frigorífico, de preferência de um dia para o outro. Pode também colocar a taça no congelador durante menos tempo para arrefecer a mistura mais depressa.
6. Processe a mistura na máquina de gelados; quando o gelado estiver pronto, transfira-o para uma taça refrigerada. Leve ao congelador durante 2-3 horas antes de servir.

Ver a receita do Molho de Cereja na página 102. ⟶

GELADOS DE BAUNILHA AROMATIZADOS

Tanto a receita do Gelado de Baunilha Rápido como a do Gelado de Baunilha Extrarrico são bases perfeitas para adicionar diferentes aromas. Seguem-se algumas sugestões.

STRACCIATELLA

*1 receita de gelado de baunilha (ver páginas **13** e **15**)*
100 g de chocolate negro (70% cacau)
ou de chocolate de leite

1. Prepare o gelado de baunilha segundo as instruções. Derreta o chocolate em banho-maria ou no micro-ondas. Quando o gelado estiver quase pronto, espalhe o chocolate num fio muito fino diretamente na máquina de gelados enquanto esta está em movimento. Deixe trabalhar um pouco mais até o gelado estar pronto.
2. Se não estiver a usar uma máquina de gelados, espalhe o chocolate num fio muito fino sobre o gelado meio congelado. À medida que for mexendo o gelado, o chocolate partir-se-á em pedacinhos.

GELADO DE CHOCOLATE E CARAMELO

*1 receita de gelado de baunilha (ver páginas **13** e **15**)*
150 g de chocolate com recheio de caramelo cortado em pedacinhos

1. Prepare o gelado de baunilha segundo as instruções.
2. Quando o gelado estiver quase pronto, junte os pedacinhos de chocolate com caramelo. Deixe a máquina em movimento um pouco mais até o gelado estar pronto.

GELADO DE BANANA

*1 receita de gelado de baunilha (ver páginas **13** e **15**)*
3 bananas maduras
1 colher de sopa de sumo de limão

1. Prepare o gelado de baunilha segundo as instruções.
2. Antes de bater o gelado, esmague as bananas com o sumo de limão e junte à mistura do gelado.
3. Processe na máquina de gelados até estar pronto.

GELADO DE MARACUJÁ

*1 receita de gelado de baunilha (ver páginas **13** e **15**)*
3 maracujás

1. Prepare o gelado de baunilha segundo as instruções.
2. Retire a polpa dos maracujás com uma colher e junte à mistura do gelado. Coe a mistura com um passador para eliminar as sementes, se desejar.
3. Processe na máquina de gelados até estar pronto.

GELADO DE *COOKIES AND CREAM*

*1 receita de gelado de baunilha (ver páginas **13** e **15**)*
10 bolachas Oreo, *esmagadas*

1. Prepare o gelado de baunilha segundo as instruções.
2. Quando o gelado estiver quase pronto, junte as bolachas *Oreo* em pedacinhos. Deixe a máquina em movimento um pouco mais até o gelado estar pronto.

GELADO DE AÇÚCAR MASCAVADO

*1 receita de gelado de baunilha, omitindo o açúcar granulado (ver páginas **13** e **15**)*
6 colheres de sopa de açúcar mascavado

1. Prepare o gelado de baunilha segundo as instruções, mas substitua o açúcar granulado por açúcar mascavado.
2. Processe na máquina de gelados até estar pronto.

GELADO DE CHOCOLATE EXTRARRICO

Foi este gelado que me convenceu a preparar os meus próprios gelados em casa — e até cheguei a fazê-lo sem uma máquina de gelados. O Kahlúa, *ou outro licor de café, pode ser omitido, mas a sua inclusão torna o gelado mais macio e evita a formação de cristais de gelo.*

DÁ 500 ML

1 1/4 chávenas de natas espessas
2 colheres de sopa de cacau
100 g de chocolate negro (70% cacau) cortado em pedacinhos
1 colher de sopa de Kahlúa *(licor de café)*
3 gemas grandes
2/3 de chávena de leite
1/4 de chávena de açúcar granulado
pitada de sal

1. Numa caçarola, leve ao lume metade das natas (pouco mais que 1/2 chávena) com o cacau. Use um batedor de varas para ajudar a dissolver o cacau. Aqueça apenas até levantar fervura.

2. Tire a caçarola do lume, junte o chocolate em pedacinhos e mexa até o chocolate derreter. Deite a mistura de chocolate numa taça e misture as restantes natas e o *Kahlúa*. Coloque um passador sobre a taça e reserve.

3. Bata ligeiramente as gemas numa taça pequena.

4. Numa caçarola, aqueça o leite, o açúcar e o sal até levantar fervura. Junte a mistura de leite às gemas lentamente, mexendo sempre. Volte a introduzir a mistura de ovo/leite na caçarola e aqueça, mexendo sempre, até o preparado engrossar. Deite no passador, coe e junte à mistura de chocolate. Mexa bem.

5. Cubra a taça com película aderente e leve ao frigorífico até arrefecer por completo, de preferência de um dia para o outro. Também pode levar a taça ao congelador para acelerar o arrefecimento.

6. Processe na máquina de gelados até estar pronto. Transfira o gelado para uma taça refrigerada e coloque no congelador durante 2-3 horas antes de servir.

GELADO DE CHOCOLATE RÁPIDO

Como o nome sugere, este gelado é rápido e fácil, sem perder qualquer sabor ou textura.

DÁ 500 ML

1/3 de chávena de cacau
6 colheres de sopa de açúcar granulado
3/4 de chávena de leite
3/4 de chávena de natas espessas
1 colher de sopa de Kahlúa *(licor de café) ou de* Baileys Irish Cream *(facultativo)*

1. Misture o açúcar e o cacau numa taça. Junte o leite e bata até o açúcar dissolver. Misture as natas e, se desejar, o *Kahlúa* ou o *Baileys*.

2. Processe na máquina de gelados até estar pronto e de seguida transfira-o para uma taça refrigerada. Coloque no congelador durante 2-3 horas antes de servir.