



A ciência da culinária 2# – Experimento de macarrão


Algumas semanas atrás experimentei seguir a receita do [macarrão](#)  caseiro. E para minha surpresa ficou um dos macarrões mais gostosos que já comi.

O experimento desta vez é um delicioso macarrão caseiro, simples de fazer.

O macarrão é uma massa, ou pasta, feita de trigo (em algumas receitas podemos usar outros ingredientes, como batata no caso do gnocque, ou “*nhoc*”). O molho pode ser diverso: branco, vermelho, rosé etc. Eu fiz com molho vermelho, pois adoro comer [tomates](#) . É uma massa rica em carboidratos (que foram descritos na [primeira postagem desta série](#)).

Veremos que, dependendo da forma com que fizer o corte do macarrão, ele também poderá servir de base para fazer uma deliciosa lasanha (ou lasagna). [.meuadsense] **Receita do macarrão**

A receita é simples. Para cada 100 gramas de farinha de trigo (use o copo medidor), utilize um ovo. A medida em gramas de farinha pode ser usada para pensar na quantidade de pessoas que irão comer (porção). Por exemplo: três pessoas, podemos fazer cerca de 300 gramas, e por isso usaremos 3 ovos.

Faça com a farinha um monte com um furo no meio (como se fosse fazer argamassa de cimento ). Coloque no meio da farinha os ovos e o sal (a gosto; mas não exagere; sal em demasia faz mal). Misture e sove a massa a vontade.

Em casa utilizei a princípio uma bacia grande e depois passei para uma mesa de granito, salpicada de farinha. No início a massa parece que desandou, pois gruda nos dedos e parece que

não vai ficar legal. Apenas continue sovando a massa. Num determinado momento ela vai ficar bem homogênea. Se precisar adicione, aos poucos, um **um pouquinho de farinha** (não exagere, senão a massa ficará muito seca).

Faça algumas bolas com a massa e deixe-a descansar. De preferência coloque cada bola em uma sacolinha de alimentos, ou coloque em vasilhas de micro-ondas. No macarrão que fiz, 30 minutos foram suficientes, mas algumas pessoas preferem deixar bem mais tempo, quase uma ou duas horas.

Após isto, você abrirá as massas e fará o corte. Use uma máquina de cilindro para fazer o trabalho. **Mas, se você for igual a mim (sem a máquina)** faça o seguinte procedimento: salpique farinha numa superfície lisa. No meu caso usei a mesa de granito. Abra com um rolo em cima desta superfície e faça bastante força para deixar o mais fino possível.

Após ficar uma placa fina, você tem duas opções: 1) regulariza as plaquinhas de macarrão e com ela você poderá fazer lasanhas ou 2) corte tirinhas com uma boa faca, como se fossem talharim (tagliarini).

No meu caso, fiz o talharim. A massa que sobrar pode ser guardada na geladeira, **mas recomendo não fazer isso**: uma massa bem fresca é uma delícia (isso é de âmbito pessoal).

Agora é só cozinhar.

Cozinhar a massa

A massa cozinha como um *nhoc*. Coloque uma panela com água, deixe ficar fervendo, adicione um pouco de óleo e sal (se preferir, com cuidado para não salgar a massa) e coloque as tiras de massa na panela. Quando a massa boiar é porque está cozida (assim como um *nhoc* boia quando cozido).

Coloque ao molho.

[.meuadsense] **0 molho**

O molho é extremamente pessoal: faça o que você estiver com mais vontade de comer. Fiz o vermelho.

Utilize tomate, picote-o bem, bata no liquidificador, tempere com que achar melhor (temperei com orégano e um pouquinho de alecrim).

Doure alguns pedacinhos de cebola em cubos pequenos na manteiga ou azeite. refogue um pouco do *macarrão* e adicione os tomates liquidificados. Se quiser pode encorpar mais com extrato de tomate já fabricado. Pode adicionar também algum tipo de carne, ou milho, ou palmito ou tudo se for desejar.

O meu foi mais simples: tomate, um pouco de água (muito pouco), os temperos e deixei ferver.

Pronto, vai o macarrão ao molho. Agora é só servir.

A esposa e o filho amaram o macarrão.

Resultado da experiência? Uma refeição muito gostosa, acima do macarrão industrializado que estamos acostumados a comer.

Li vários sites com receitas para fazer macarrão em casa. Dois em especial me ajudaram a aprender o básico desta receita: [A dadivosa](#) e o [Tudo gostoso](#).

P.S.: Parabéns Brasília.

Arnaldo Vasconcellos