



Como preparar um steak tartare perfeito? Chef dá 5 dicas para chegar ao sabor ideal

Textura, sabor e equilíbrio. Foi atrás dessas características que o chef Abdias Aquino conduziu a sua primeira aula ao vivo, no espaço Cooking Show da Casa Flora, na Anuga Select Brazil, a principal feira da indústria de alimentos e bebidas da América Latina. O profissional apresentou ao público dicas práticas valiosas para o preparo de um steak tartare perfeito em casa.

Ingredientes:

- 1kg de *filet mignon limpo*;
- 40g de *mostarda Dijon Reine de Dijon*;
- 40g de *mostrada L'ancienne Reine de Dijon*;
- 80g de *azeite extravirgem Ybarra*;
- 60g de *alcaparras Flora*;
- 120g de *cebola roxa*;
- 20g de *molho inglês Istambul*;
- 5g de *raspas de limão siciliano*;
- 30g de *cebolinha*;
- 10g de *pimenta fresca*;
- 12g de *sal*;
- 4g de *pimento do reino*.

O modo de preparo apresentado foi simples, mas com a sabedoria de quem está há mais de uma década na área. A seguir, as dicas:

1 - Priorize pedaços minúsculos

Aquino iniciou a aula ensinando uma técnica especial para o corte da carne em cubos minúsculos: fatiar, primeiramente, em bifos finos. “O mais fino possível”, destacou.

(((INSERIR FOTO)))

2 - Garanta a uniformidade nos tamanhos

Cortar os demais ingredientes na mesma proporção também é outra dica importante. Segundo o chef, a uniformidade garante uma melhor distribuição dos sabores e uma textura mais agradável ao paladar, evitando que um ingrediente se sobressaia ao outro.

3 - Adicione os ingredientes aos poucos

O especialista explicou que não adianta adicionar grandes quantidades de um ingrediente só por gostar dele, afinal o gosto do todo pode ser alterado por outro item e isso influenciará na intensidade do conjunto. O ideal é construir o prato gradualmente, respeitando o equilíbrio entre acidez, gordura e frescor.

4 - Prove tudo

Os únicos que ficam para o final são o sal e a pimenta - à gosto. Da mesma forma, o ajuste da acidez e da gordura pode ser feito neste momento também, com azeite e raspas de limão à vontade. Apesar da atenção estar, em especial, no *gran finale*, é importante se atentar à prova de cada adição de ingrediente para manter o equilíbrio do prato.

(((INSERIR FOTO)))

5 - Não tema o novo

O chef finaliza dizendo que a receita pode ganhar novas formas com a criatividade e gosto de cada um. Um peixe de mar, por exemplo, pode ser harmonizado com temperos asiáticos. “Arriscar é legal e pode render uma grande descoberta. A arte da cozinha é essa: fazer alquimia com os sabores que a gente conhece”, reforça.

Esse e outros painéis realizados no espaço Cooking Show da Casa Flora somam-se às mais de 205 horas de conteúdos ministradas por especialistas durante o evento realizado de 7 a 9 de abril no Distrito Anhembi.

Sobre a Anuga Select Brazil

A Anuga Select Brazil é o principal ponto de encontro da indústria de alimentos e bebidas na América Latina. Um espaço onde marcas, compradores e especialistas nacionais e internacionais se conectam para gerar negócios, explorar tendências, descobrir inovações e fortalecer relações estratégicas. Com rodadas de negócios qualificadas, conteúdo relevante e visibilidade global, o evento transforma oportunidades em resultados concretos, posicionando as marcas no centro do mercado e do futuro do setor.

Em 2025, a Anuga Select Brazil - que este ano chega à sua 7ª edição - contou com expositores de 38 países, visitantes de mais de 65 nações e cerca de 2650 reuniões de negócios, que geraram R\$ 89 milhões em oportunidades comerciais.