



EBOOK DE RECEITAS

O TEMPO JÁ FOI FEITO

40 RECEITAS QUE COMEÇAM NO BALCÃO

PRIMO PASTIFÍCIO

SOROCABA · DESDE 2010



UMA CARTA DO NICOLAS

Em 2010, Ivan foi à Itália procurar Vespas antigas. Voltou com máquinas de extrusão de bronze e cilindros de aço. A primeira loja abriu em Pinheiros num 29 de janeiro — na Itália, o dia do nhoque. Não foi planejado assim. Ficou.

Desde então o método não mudou: farinha tipo I, grano duro, água. Sem ovo, sem conservante, sem aditivo. A massa é aberta de manhã e vendida no mesmo dia.

Este livro não ensina a fazer massa. A massa nós já fizemos — junto com o molho, o recheio, o ragù de seis horas. O que sobra para você é a parte curta: a água, o sal, os três minutos, a frigideira. É pouca coisa. Feita direito, é a diferença entre uma massa boa e uma massa que a mesa lembra.

As quarenta receitas daqui começam todas no mesmo lugar: o balcão da Francisca de Queiroz. O resto você já tem em casa.

Nicolas Rodrigues

PRIMO PASTIFÍCIO



TRAFILA DE BRONZE

Toda massa lisa do Primo passa por uma trafiladora — o molde que dá o formato. A nossa é de bronze, trazida da Itália em 2010.

A trafiladora industrial é de teflon. Ela desliza, produz rápido e entrega uma massa de superfície lisa e brilhante. Bonita no pacote. O molho escorre dela.

O bronze arranha. A massa sai fosca, com uma aspereza que se vê de perto e se sente na língua. Essa aspereza é uma superfície de contato: o molho agarra em vez de escorregar para o fundo do prato.

É por isso que uma colher de molho rende mais aqui. E é por isso que a massa demora mais para sair da máquina.





SEM OVO

Existem duas escolas de massa fresca na Itália. No norte, a massa leva ovo — rica, macia, amarela. No sul, leva água e grano duro — firme, de mordida seca, feita para segurar molho e para durar.

O Primo é do sul. Farinha tipo I, sêmola de grano duro, água pura, sal. Nada além disso.

Isso tem três consequências práticas na sua cozinha:

- A massa aguenta o cozimento sem desmanchar. Você tem margem de erro.
- Congela bem — a estrutura não depende de ovo.
- O sabor é da farinha, não da gema. Por isso o molho manda no prato.





A PORÇÃO CERTA

Esta é a página mais útil do livro.

Por pessoa: 200 g de massa e 200 g de molho.

É a conta que a gente usa no balcão e a que faz a receita dar certo. Massa recheada e molho são vendidos em porções de 200 g justamente por isso.

PESSOAS	MASSA	MOLHO
1	200 g	200 g
2	400 g	400 g
4	800 g	800 g
6	1,2 kg	1,2 kg

Massa recheada enche mais que massa lisa: para quem come pouco, 150 g resolvem. Para lasanha e rondelli, conte 250 g por pessoa — vão ao forno e perdem água.

Quando sobrar dúvida, sobre massa. Massa fresca cozida esquenta bem no dia seguinte; mesa curta não tem conserto.



ÁGUA, SAL, TEMPO

Panela larga e cheia. A massa precisa de espaço para circular; panela apertada gruda.

Sal: 10 g por litro de água, jogado quando a água já está fervendo. Parece muito. É o único momento em que a massa tempera por dentro.

Nunca azeite na água. O azeite cria uma película e o molho deixa de agarrar — desfaz exatamente o que a trafilha de bronze fez.

Tempos da casa, contados a partir da água voltando a ferver:

FORMATO	FRESCO	CONGELADO
Fettuccine, tagliatelle, spaghetti	2 a 3 min	4 a 5 min
Nhoque italiano e de espinafre	sobe à superfície, +30 s	sobe à superfície, +1 min
Ravioli, cappelletti, agnolotti	3 a 4 min	5 a 6 min
Sorrentino	4 a 5 min	6 a 7 min
Pansoti, tortelloni, super ravioloni	5 a 6 min	7 a 8 min

O ponto é a mordida, não o relógio. Prove um antes de escorrer.



A ÁGUA DA MASSA

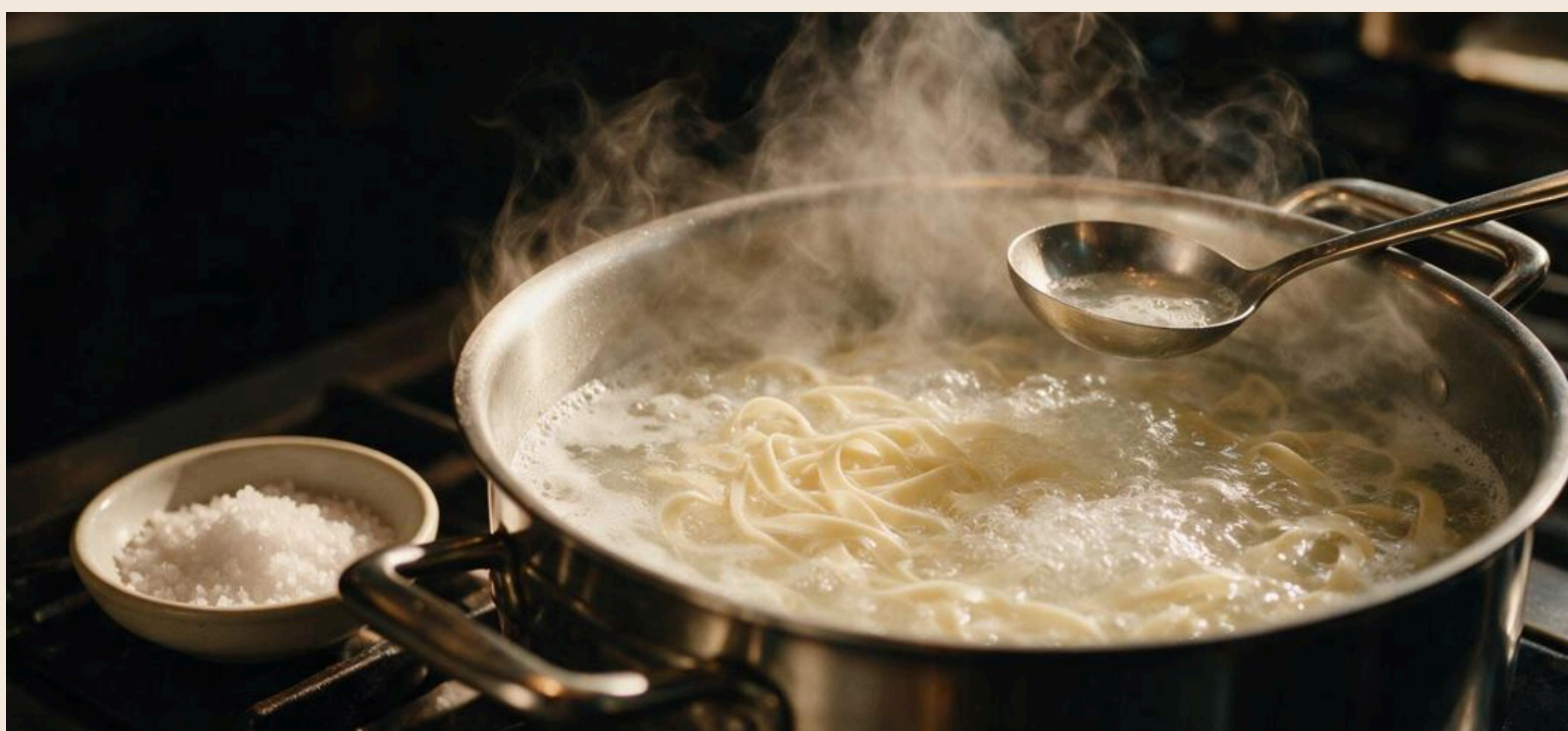
Antes de escorrer, tire uma caneca da água do cozimento. Essa é a instrução que mais muda o resultado de tudo que vem depois neste livro.

Aquela água turva é amido dissolvido. Amido é o que liga gordura e líquido — é o que transforma molho e massa em uma coisa só, em vez de duas coisas empilhadas no prato.

O gesto, sempre igual:

1. Aqueça o molho numa frigideira larga, nunca no prato nem no micro-ondas. 2. Escorra a massa 30 segundos antes do ponto e passe direto para a frigideira. 3. Junte meia concha da água do cozimento. 4. Mexa em fogo médio por 30 a 60 segundos, sacudindo a frigideira.

O molho engrossa, brilha e cola na massa. Se secar demais, mais um fio de água. Só então o prato.





QUE MOLHO PARA QUAL MASSA

A regra vale para os nove molhos do balcão.

Massa lisa (fettuccine, tagliatelle, spaghetti) — segura molho de textura fina e gordurosa: pesto, besciamella leve, molho de queijos, pomodoro leve. A superfície de bronze faz o trabalho.

Massa recheada (ravioli, sorrentino, cappelletti, agnolotti, pansoti, tortelloni, super ravioloni) — pede molho discreto. O recheio já é o sabor principal; molho pesado abafa. Pomodoro leve, besciamella, manteiga com a água da massa. Funghi e pesto entram quando o recheio é neutro.

Nhoque — batata e farinha absorvem muito. Aguenta molho encorpado: bolonhesa, tomatada, funghi, queijos.

Forno (lasanha, rondelli, romanito) — molho abundante e líquido. No forno a massa bebe. Molho curto sai ressecado.

Regra curta: quanto mais recheio, mais leve o molho.



CONGELAR SEM CULPA

Massa fresca congela bem. O erro não é congelar — é descongelar.

Como congelar: espalhe as peças separadas numa bandeja, sem encostar, e leve ao freezer por uma hora. Depois junte tudo num saco. Congeladas antes de se tocarem, elas não viram bloco.

Como cozinhar: direto do freezer para a água fervendo. Sem descongelar, sem geladeira, sem micro-ondas. Massa descongelada solta água, murcha e abre no cozimento.

Quanto tempo: os tempos da tabela da página 5, mais 2 minutos.

Molho congela igual, em porções de 200 g. Lasanha e rondelli vão do freezer ao forno, cobertos com papel-alumínio, 180 °C, 50 minutos — e mais 10 destampados para gratinar.

Validade no freezer: 3 meses para massa, 2 meses para molho.

SUMÁRIO

ANTES DE COMEÇAR

Uma carta do Nicolas	01
Trafila de bronze	02
Sem ovo	03
A porção certa	04
Água, sal, tempo	05
A água da massa	06
Que molho para qual massa	07
Congelar sem culpa	08

1 • A SEMANA EM QUINZE MINUTOS

Fettuccine ao pomodoro leve	13
Spaghetti ao pesto	14
Tagliatelle ao funghi	15
Fettuccine à bolonhesa	16
Spaghetti à tomatada com sardella	17
Tagliatelle ao molho de queijos	18
Massa integral ao pomodoro integral	19

2 · AS RECHEADAS

Ravioli de ricota e nozes na manteiga	21
Ravioli de carne ao pomodoro leve	22
Ravioli de espinafre ao pesto	23
Ravioli de mussarela de búfala à tomatada leve	24
Cappelletti de carne no brodo	25
Cappelletti de queijos ao molho de queijos	26
Sorrentino de queijos à tomatada	27
Sorrentino de gorgonzola com pera na manteiga	28
Sorrentino de brie e damasco na manteiga	29
Agnolotti de cream cheese e limão siciliano	30
Pansoti de gorgonzola com nozes	31
Tortelloni de prosciutto cruado e figos turcos	32
Super ravioloni de brie e pera	33

3 · NHOQUES

Nhoque italiano ao pomodoro leve	35
Nhoque de espinafre na manteiga e parmesão	36
Nhoque italiano à bolonhesa	37
Romanito de mussarela gratinado no pomodoro	38
Romanito de brie ao funghi	39

4 • FORNO E TRAVESSA

Lasanha à bolonhesa	41
Lasanha de queijos	42
Lasanha vegetariana	43
Lasanha de frango	44
Rondelli de presunto e queijo gratinado	45
Rondelli de rúcula com tomates secos	46
Rondelli de frango ao molho de queijos	47

5 • A MESA COMPLETA

A tábua de antepastos	49
Caponata com crostini	50
Berinjela Tio Carmelo no pão da casa	51
Burrata com tomatada leve	52
Cannoli e café	53

6 • DOMINGO GRANDE

Polpettone recheado com fettuccine	55
Almôndegas com spaghetti à bolonhesa	56
Brisket defumado com tagliatelle à tomatada	57



Capítulo 1

A SEMANA EM QUINZE MINUTOS

Massa lisa e um molho do balcão. Da panela à mesa antes de a mesa ficar pronta.

7 RECEITAS

FETTUCCINE AO POMODORO LEVE

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



O prato mais simples do livro e o que mais denuncia técnica. Aqui o molho não cobre a massa: gruda nela.

DO BALCÃO

- 400 g de fettuccine
- 400 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- parmesão ralado na hora
- folhas de manjerição

MODO DE FAZER

- 1 Ponha a água para ferver. Quando estiver fervendo, 10 g de sal por litro.
- 2 Aqueça o pomodoro leve numa frigideira larga, fogo baixo, enquanto a massa cozinha.
- 3 Cozinhe o fettuccine por 2 a 3 minutos. Tire uma caneca da água antes de escorrer.
- 4 Passe a massa direto para a frigideira com meia concha da  gua. Mexa 40 segundos em fogo médio.
- 5 Fora do fogo, um fio de azeite e o manjeriço. Parmesão na mesa, não na panela.

NOTA Se o molho ficar mais espesso que creme de leite,   água a menos. Um fio de cada vez.

SPAGHETTI AO PESTO

RENDE

2

TEMPO

8 MIN



Pesto não vai ao fogo. Calor mata o manjericão e separa o azeite. Quem aquece o pesto é a massa.

DO BALCÃO

- 400 g de spaghetti
- 400 g de pesto

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Ponha o pesto numa tigela larga — a tigela, não a frigideira.
- 2 Cozinhe o spaghetti por 2 a 3 minutos em água bem salgada.
- 3 Antes de escorrer, junte duas colheres da água do cozimento ao pesto e misture até virar creme.
- 4 Escorra a massa e passe para a tigela. Misture por 30 segundos.
- 5 Parmesão por cima, na hora de servir.

NOTA Sobrou pesto? Cubra com um dedo de azeite antes de guardar. O manjericão escurece no contato com o ar.

TAGLIATELLE AO FUNGHI

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



O molho mais caro do balcão pede a massa mais larga. Superfície grande, molho encorpado.

DO BALCÃO

- 400 g de tagliatelle
- 400 g de molho funghi

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- manteiga
- pimenta-do-reino moída na hora
- salsinha

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o funghi em frigideira larga, fogo baixo, com uma colher de manteiga.
- 2 Cozinhe o tagliatelle por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 3 Passe a massa para a frigideira com meia concha da água. Mexa 1 minuto — o tagliatelle é largo e demora mais para se cobrir.
- 4 Pimenta moída na hora e salsinha picada grossa.

NOTA Sem parmesão aqui. O funghi já tem fundo salgado e o queijo cobre o cogumelo.

FETTUCCHINE À BOLONHESA

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



O ragù ficou seis horas em fogo baixo. Não estrague nos últimos dois minutos.

DO BALCÃO

- 400 g de fettuccine
- 400 g de molho bolonhesa

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- manteiga
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça a bolonhesa em frigideira larga, fogo baixo, tampada. Molho de carne respinga e resseca no fogo alto.
- 2 Cozinhe o fettuccine por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 3 Junte a massa ao molho com meia concha da água e uma colher de manteiga.
- 4 Mexa 1 minuto. A manteiga é o que dá o brilho.

NOTA Bolonhesa de verdade não é molho de tomate com carne: é carne com tomate. Se parecer seca na panela, está certa — é a água da massa que abre.

SPAGHETTI À TOMATADA COM SARDELLA

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



A sardella é o antepasto mais forte do balcão. Uma colher muda o prato inteiro.

DO BALCÃO

- 400 g de spaghetti
- 400 g de tomatada
- 1 colher de sopa de sardella

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- salsinha

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça a tomatada em frigideira larga.
- 2 Junte a colher de sardella e dissolva no molho. Prove antes de pensar em sal — ela já é salgada.
- 3 Cozinhe o spaghetti por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 4 Passe a massa para a frigideira com meia concha da água e mexa 40 segundos.
- 5 Azeite fora do fogo e salsinha.

NOTA Comece com uma colher. A sardella cresce no prato depois de servida.

TAGLIATELLE AO MOLHO DE QUEIJOS

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Molho de queijo separa quando ferve. Fogo baixo do começo ao fim.

DO BALCÃO

- 400 g de tagliatelle
- 400 g de molho de queijos

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- pimenta-do-reino moída na hora
- noz-moscada

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o molho de queijos em fogo baixo, mexendo. Nunca deixe levantar fervura.
- 2 Cozinhe o tagliatelle por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 3 Passe a massa para o molho com meia concha da água. Mexa 40 segundos.
- 4 Pimenta moída na hora, generosa, e um raspão de noz-moscada.

NOTA Talhou? Fogo desligado, uma colher da água do cozimento e mexa firme. Volta.

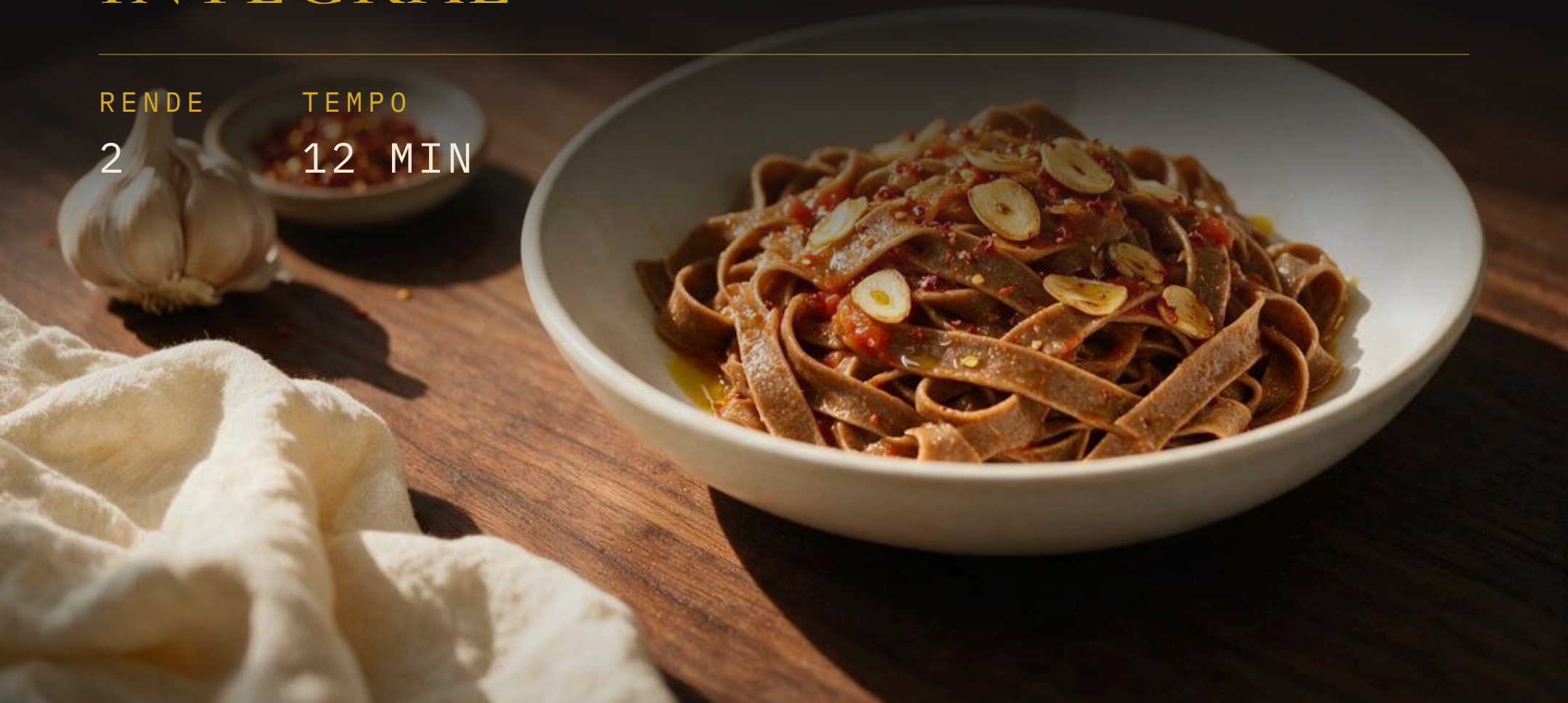
MASSA INTEGRAL AO POMODORO INTEGRAL

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



A versão integral da casa é mais firme e mais seca. Pede mais água na finalização.

DO BALCÃO

- 400 g de massa integral
- 400 g de pomodoro integral

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- 1 dente de alho
- pimenta calabresa em flocos

MODO DE FAZER

- 1 Doure o alho fatiado em azeite, fogo baixo, até ficar louro — não marrom.
- 2 Junte o pomodoro integral e os flocos de pimenta. Deixe apurar 3 minutos.
- 3 Cozinhe a massa integral por 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 4 Passe para a frigideira com uma concha cheia da água — a integral bebe mais que a comum.
- 5 Mexa 1 minuto até o molho encorpar.

NOTA Alho queimado amarga o prato inteiro e não tem correção. Se passar do ponto, jogue fora e comece de novo. São 30 segundos.



Capítulo 2

AS RECHEADAS

O recheio é o prato. O molho está ali para acompanhar, não para competir.

13 RECEITAS

RAVIOLI DE RICOTA E NOZES NA MANTEIGA

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Nenhum molho. Manteiga, a água da massa e parmesão — a finalização mais antiga que existe.

DO BALCÃO

– 400 g de ravioli de ricota e nozes

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- parmesão ralado na hora
- nozes picadas
- sálvia ou pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Derreta a manteiga em frigideira larga, fogo baixo, até espumar. Se tiver sálvia, jogue as folhas agora.
- 2 Cozinhe o ravioli por 3 a 4 minutos. Ele sobe quando está perto do ponto.
- 3 Tire o ravioli da água com escumadeira, direto para a frigideira. Não escorra em peneira — massa recheada arrebenta.
- 4 Junte meia concha da água e sacuda a frigideira por 30 segundos, até a manteiga virar creme.
- 5 Parmesão e nozes picadas por cima.

NOTA Escumadeira, sempre, para toda massa recheada deste capítulo.

RAVIOLI DE CARNE AO POMODORO LEVE

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Recheio de carne com molho de tomate leve: o tomate corta a gordura, não a cobre.

DO BALCÃO

- 400 g de ravioli de carne
- 400 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- manjericão
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o pomodoro leve em frigideira larga, fogo baixo.
- 2 Cozinhe o ravioli por 3 a 4 minutos.
- 3 Passe com escumadeira para a frigideira, com meia concha da água.
- 4 Sacuda 30 segundos, sem mexer com colher — colher rasga.
- 5 Azeite fora do fogo, manjericão e parmesão.

NOTA Molho encorpado aqui abafa o recheio. Se só tiver bolonhesa em casa, dilua com água da massa até ficar leve.

RAVIOLI DE ESPINAFRE AO PESTO

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Verde com verde. O espinafre está na massa e no recheio; o pesto fecha.

DO BALCÃO

- 400 g de ravioli de espinafre
- 200 g de pesto

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Ponha o pesto numa tigela larga com duas colheres da água do cozimento. Misture até virar creme.
- 2 Cozinhe o ravioli por 3 a 4 minutos.
- 3 Passe com escumadeira para a tigela e misture com cuidado.
- 4 Parmesão na mesa.

NOTA Meia porção de molho basta. Pesto é concentrado e o recheio já tem sal.

RAVIOLI DE MUSSARELA DE BÚFALA À TOMATADA LEVE

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Búfala com tomate. A combinação mais previsível da Itália e a que menos falha.

DO BALCÃO

- 400 g de ravioli de mussarela de búfala 100%
- 400 g de tomatada leve

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- manjerição

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça a tomatada leve em frigideira larga.
- 2 Cozinhe o ravioli por 3 a 4 minutos.
- 3 Passe com escumadeira, com meia concha da água, e sacuda 30 segundos.
- 4 Azeite e manjeriço rasgado com a mão — faca escurece a folha.

NOTA Sem parmesão. A búfala   delicada e o parmesão passa por cima dela.

CAPPELLETTI DE CARNE NO BRODO

RENDE

2

TEMPO

15 MIN



Em Bolonha e Modena, cappelletti se come em caldo, não em molho. É o prato de inverno da casa.

DO BALCÃO

- 300 g de cappelletti de carne

DA SUA COZINHA

- 1,5 L de caldo de carne ou de galinha
- parmesão ralado na hora
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Leve o caldo à fervura branda numa panela funda. Prove o sal.
- 2 Cozinhe o cappelletti dentro do próprio caldo, 3 a 4 minutos.
- 3 Sirva em prato fundo, com bastante caldo.
- 4 Parmesão e pimenta moída na hora, na mesa.

NOTA Aqui a porção cai para 150 g por pessoa: o caldo enche. E não use a água do cozimento — o caldo já é o líquido.

CAPPELLETTI DE QUEIJOS AO MOLHO DE QUEIJOS

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Queijo com queijo só funciona com contraste. A pimenta é obrigatória, não é enfeite.

DO BALCÃO

- 400 g de cappelletti de queijos
- 400 g de molho de queijos

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- pimenta-do-reino moída na hora
- noz-moscada
- raspas de limão-siciliano

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o molho de queijos em fogo baixo, sem ferver.
- 2 Cozinhe o cappelletti por 3 a 4 minutos.
- 3 Passe com escumadeira, com meia concha da água, e sacuda 30 segundos.
- 4 Pimenta moída na hora, noz-moscada e raspas de limão-siciliano por cima.

NOTA As raspas não são detalhe. Sem acidez, o prato fica pesado na terceira garfada.

SORRENTINO DE QUEIJOS À TOMATADA

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



O sorrentino é largo e chato: recebe molho bem e cozinha mais devagar que o ravioli.

DO BALCÃO

- 400 g de sorrentino de queijos
- 400 g de tomatada

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- manjerição
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça a tomatada em frigideira larga.
- 2 Cozinhe o sorrentino por 4 a 5 minutos, em fogo médio — fervura forte abre a borda.
- 3 Passe com escumadeira, com meia concha da água. Sacuda 30 segundos.
- 4 Azeite, manjerição e parmesão.

NOTA Panela larga e água com sobra. Sorrentino empilhado gruda um no outro.

SORRENTINO DE GORGONZOLA COM PERA NA MANTEIGA

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



Gorgonzola e pera já são doce e sal no mesmo recheio. Qualquer molho aqui é excesso.

DO BALCÃO

- 400 g de sorrentino de gorgonzola com pera

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- nozes picadas
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Derreta a manteiga em fogo baixo até espumar.
- 2 Cozinhe o sorrentino por 4 a 5 minutos.
- 3 Passe com escumadeira para a manteiga, com meia concha da água. Sacuda até virar creme.
- 4 Nozes picadas e pimenta moída na hora.

NOTA Sem parmesão e sem molho. O gorgonzola é o sal do prato.

SORRENTINO DE BRIE E DAMASCO NA MANTEIGA

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



O recheio mais doce do balcão. Pede sal e crocância por fora.

DO BALCÃO

- 400 g de sorrentino de brie e damasco

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- amêndoas laminadas
- alecrim
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Toste as amêndoas na frigideira seca, 1 minuto, e reserve.
- 2 Derreta a manteiga com um ramo de alecrim, fogo baixo.
- 3 Cozinhe o sorrentino por 4 a 5 minutos.
- 4 Passe com escumadeira para a manteiga, com meia concha da água, e sacuda 30 segundos.
- 5 Amêndoas por cima e pimenta moída na hora.

NOTA Prato de entrada, não de prato cheio. 150 g por pessoa bastam.

AGNOLOTTI DE CREAM CHEESE E LIMÃO SICILIANO

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



Recheio ácido e leve. O molho tem que ser mais leve ainda.

DO BALCÃO

- 400 g de agnolotti de cream cheese e limão siciliano
- 200 g de besciamella leve

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- manteiga
- raspas e suco de meio limão-siciliano
- cebolinha

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça a besciamella leve com uma colher de manteiga, fogo baixo.
- 2 Cozinhe o agnolotti por 3 a 4 minutos.
- 3 Passe com escumadeira, com meia concha da água. Sacuda 30 segundos.
- 4 Fora do fogo, o suco do limão e as raspas. Cebolinha por cima.

NOTA O suco entra sempre fora do fogo. No calor, ele talha a besciamella.

PANSOTI DE GORGONZOLA COM NOZES

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



Na Ligúria o pansoti se come com molho de nozes. A casa recheia de gorgonzola; as nozes vêm por cima.

DO BALCÃO

- 400 g de pansoti de gorgonzola

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- nozes picadas
- creme de leite fresco (opcional)
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Derreta a manteiga em fogo baixo com metade das nozes picadas. Deixe tostar 1 minuto.
- 2 Cozinhe o pansoti por 5 a 6 minutos — é grande e a borda é grossa.
- 3 Passe com escumadeira, com meia concha da água. Sacuda até encorpar.
- 4 Resto das nozes e pimenta moída na hora.

NOTA Para uma versão mais cheia, duas colheres de creme de leite fresco na manteiga, antes da massa.

TORTELLONI DE PROSCIUTTO CRUDO E FIGOS TURCOS

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



O recheio mais caro da vitrine. Manteiga, parmesão e nada mais.

DO BALCÃO

- 400 g de tortelloni de prosciutto crudo e figos turcos

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- parmesão ralado na hora
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Derreta a manteiga em fogo baixo até espumar e começar a cheirar a avelã.
- 2 Cozinhe o tortelloni por 5 a 6 minutos.
- 3 Passe com escumadeira, com meia concha da água. Sacuda 30 segundos.
- 4 Parmesão e pimenta moída na hora.

NOTA Manteiga na cor de avelã, não marrom. Passou disso, queimou.

SUPER RAVIOLONI DE BRIE E PERA

RENDE

2

TEMPO

14 MIN



Uma peça por garfada. Três ou quatro por pessoa fecham um prato.

DO BALCÃO

- 400 g de super ravioloni de brie e pera

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- sálvia
- nozes picadas
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Derreta a manteiga com as folhas de sálvia, fogo baixo, até a folha ficar crocante.
- 2 Cozinhe o super ravioloni por 5 a 6 minutos, fogo médio. Fervura forte rompe peça grande.
- 3 Retire com escumadeira, um a um, direto para a frigideira.
- 4 Meia concha da água e sacuda 30 segundos.
- 5 Nozes, sálvia frita por cima e pimenta moída na hora.

NOTA Sirva as peças lado a lado no prato, sem empilhar. Empilhado, o brie escorre todo para o fundo.



Capítulo 3

NHOQUES

Batata e farinha bebem molho. É o único capítulo em que o molho pode ser o mais forte do balcão.

5 RECEITAS

NHOQUE ITALIANO AO POMODORO LEVE

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



O nhoque avisa quando está pronto: ele sobe. A partir dali, conte 30 segundos.

DO BALCÃO

- 400 g de nhoque italiano
- 400 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- manjericão
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o pomodoro leve em frigideira larga.
- 2 Cozinhe o nhoque em água fervendo salgada. Assim que subir à superfície, conte 30 segundos e retire com escumadeira.
- 3 Passe direto para a frigideira com meia concha da água. Sacuda 30 segundos.
- 4 Azeite, manjericão e parmesão.

NOTA Nhoque que fica na água depois de subir vira purê. Escumadeira ao lado da panela, sempre.

NHOQUE DE ESPINAFRE NA MANTEIGA E PARMESÃO

RENDE

2

TEMPO

10 MIN



O verde vem do espinafre na própria hidratação da massa, não de corante. Por isso a cor sobrevive à água.

DO BALCÃO

- 400 g de nhoque de espinafre

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- 3 colheres de manteiga
- parmesão ralado na hora
- noz-moscada
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Derreta a manteiga em fogo baixo até espumar.
- 2 Cozinhe o nhoque. Assim que subir, 30 segundos e retire com escumadeira.
- 3 Passe para a manteiga com meia concha da água. Sacuda até formar creme.
- 4 Parmesão generoso, um raspão de noz-moscada e pimenta moída na hora.

NOTA Aqui o parmesão faz parte do molho, não do acabamento: metade na frigideira, metade na mesa.

NHOQUE ITALIANO À BOLONHESA

RENDE

2

TEMPO

12 MIN



O prato de domingo mais pedido do balcão. Molho encorpado, massa que segura.

DO BALCÃO

- 400 g de nhoque italiano
- 400 g de molho bolonhesa

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- manteiga
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça a bolonhesa tampada, fogo baixo, com uma colher de manteiga.
- 2 Cozinhe o nhoque. Assim que subir, 30 segundos e escumadeira.
- 3 Junte ao molho com meia concha da água. Sacuda 30 segundos.
- 4 Parmesão na mesa.

NOTA Dia 29 é dia de nhoque na Itália: moeda embaixo do prato, sorte no mês. A primeira loja do Primo abriu num 29 de janeiro.

ROMANITO DE MUSSARELA GRATINADO NO POMODORO

RENDE

2

TEMPO

35 MIN



O romanito não vai à água. É bolinha recheada de queijo, e vai ao forno dentro do molho.

DO BALCÃO

- 400 g de romanito de mussarela
- 400 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- azeite
- manjerição
- 100 g de mussarela ralada
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o forno a 200 °C.
- 2 Espalhe o pomodoro leve no fundo de uma travessa, cobrindo bem.
- 3 Acomode os romanitos por cima, lado a lado, sem empilhar.
- 4 Cubra com a mussarela ralada e o parmesão. Fio de azeite.
- 5 Forno por 25 a 30 minutos, até gratinar nas bordas.
- 6 Manjerição fora do forno.

NOTA Molho generoso no fundo. O romanito bebe no forno, e travessa seca queima embaixo.

ROMANITO DE BRIE AO FUNGHI

RENDE

2

TEMPO

35 MIN



Os dois itens mais caros do balcão no mesmo prato. Vale para mesa de data.

DO BALCÃO

- 400 g de romanito de brie
- 400 g de molho funghi

DA SUA COZINHA

- manteiga
- tomilho
- pimenta-do-reino
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 200 °C.
- 2 Espalhe o funghi no fundo da travessa com uma colher de manteiga em pedacinhos.
- 3 Acomode os romanitos lado a lado. Tomilho por cima.
- 4 Parmesão, sem exagero — o brie já derrete e cobre.
- 5 Forno por 25 a 30 minutos.
- 6 Pimenta moída na hora, fora do forno.

NOTA Sem mussarela extra aqui. Dois queijos que derretem viram uma coisa só e o brie some.



Capítulo 4

FORNO E TRAVESSA

Aqui a massa já vem montada. O que você controla é o forno — e o forno é onde a maioria erra.

7 RECEITAS

LASANHA À BOLONHESA

RENDE

4

TEMPO

45 MIN



Lasanha ressecada não é culpa do forno. É molho de menos.

DO BALCÃO

- 1 kg de lasanha à bolonhesa
- 200 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- 100 g de mussarela ralada
- parmesão ralado na hora
- azeite
- manjericão

MODO DE FAZER

- 1 Aqueça o forno a 180 °C.
- 2 Espalhe o pomodoro leve por cima da lasanha, cobrindo as bordas e os cantos — é ali que resseca.
- 3 Cubra com papel-alumínio, sem encostar no queijo.
- 4 Forno por 30 minutos coberta.
- 5 Tire o alumínio, jogue a mussarela e o parmesão e volte por 10 a 15 minutos, até gratinar.
- 6 Descanse 10 minutos antes de cortar. Manjericão e azeite na hora de servir.

NOTA Os 10 minutos de descanso não são preciosismo: lasanha cortada quente desmonta no prato.

LASANHA DE QUEIJOS

RENDE

4

TEMPO

45 MIN



Quatro queijos pedem uma acidez para não empachar. É o único lugar deste livro em que o tomate entra por cima.

DO BALCÃO

- 1 kg de lasanha de queijos
- 200 g de tomatada leve

DA SUA COZINHA

- parmesão ralado na hora
- pimenta-do-reino
- noz-moscada
- orégano fresco

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 180 °C.
- 2 Espalhe a tomatada leve em colheradas espaçadas por cima — manchas, não cobertura.
- 3 Cubra com alumínio e leve por 30 minutos.
- 4 Destampe, parmesão por cima, mais 10 a 15 minutos para gratinar.
- 5 Pimenta moída na hora, noz-moscada e orégano fora do forno.
- 6 Descanse 10 minutos.

NOTA Fogo alto no fim faz o queijo soltar gordura e boiar. 180 °C do começo ao fim.

LASANHA VEGETARIANA

RENDE

4

TEMPO

45 MIN



A que mais solta água no forno. Destampada mais cedo.

DO BALCÃO

- 1 kg de lasanha vegetariana
- 200 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- 100 g de mussarela ralada
- azeite
- manjerição
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 180 °C.
- 2 Cubra com o pomodoro leve, com atenção às bordas.
- 3 Alumínio por cima, 25 minutos.
- 4 Destampe, mussarela por cima, mais 15 a 20 minutos — o tempo maior destampada é o que evapora a água do legume.
- 5 Descanse 10 minutos. Azeite, manjerição e pimenta na hora de servir.

NOTA Se ainda houver líquido na travessa, incline e escorra antes de cortar.

LASANHA DE FRANGO

RENDE

4

TEMPO

45 MIN



Frango resseca antes de qualquer outro recheio. Coberta o tempo todo, menos no fim.

DO BALCÃO

- 1 kg de lasanha de frango
- 200 g de besciamella leve

DA SUA COZINHA

- 100 g de mussarela ralada
- parmesão ralado na hora
- noz-moscada
- salsinha

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 180 °C.
- 2 Espalhe a besciamella leve por cima, cobrindo tudo. Raspão de noz-moscada.
- 3 Alumínio, 35 minutos.
- 4 Destampe, mussarela e parmesão, mais 10 minutos.
- 5 Descanse 10 minutos. Salsinha picada por cima.

NOTA Besciamella no lugar do tomate aqui. O tomate puxa o frango para baixo; o creme sustenta.

RONDELLI DE PRESUNTO E QUEIJO GRATINADO

RENDE

3

TEMPO

40 MIN



O rondelli vem em rolos. Em pé, gratina por cima e mantém o recheio; deitado, escorre.

DO BALCÃO

- 750 g de rondelli de presunto e queijo
- 400 g de besciamella leve

DA SUA COZINHA

- 100 g de mussarela ralada
- parmesão ralado na hora
- noz-moscada
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 180 °C.
- 2 Espalhe metade da besciamella no fundo da travessa.
- 3 Acomode os rolos em pé, lado a lado, encostados.
- 4 Cubra com o resto da besciamella, sem deixar borda de massa exposta — massa seca no forno endurece.
- 5 Alumínio, 25 minutos. Destampe, queijos por cima, mais 10 a 15 minutos.
- 6 Noz-moscada e pimenta moída na hora.

NOTA Travessa do tamanho certo. Rolos folgados tombam e o recheio vaza.

RONDELLI DE RÚCULA COM TOMATES SECOS

RENDE

3

TEMPO

40

MIN



Recheio amargo e ácido. Molho de tomate por cima seria acidez em cima de acidez.

DO BALCÃO

- 750 g de rondelli de rúcula com tomates secos
- 400 g de besciamella leve

DA SUA COZINHA

- parmesão ralado na hora
- azeite
- pimenta-do-reino
- rúcula fresca

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 180 °C.
- 2 Besciamella no fundo, rolos em pé, resto da besciamella por cima cobrindo tudo.
- 3 Alumínio, 25 minutos. Destampe, parmesão, mais 10 a 15 minutos.
- 4 Fora do forno: folhas de rúcula fresca, azeite e pimenta moída na hora.

NOTA A rúcula fresca entra crua, depois do forno. Assada, ela só amarga.

RONDELLI DE FRANGO AO MOLHO DE QUEIJOS

RENDE 3
TEMPO 40 MIN



Frango e queijo é a combinação mais direta do balcão. Vale para mesa com criança.

DO BALCÃO

- 750 g de rondelli de frango
- 400 g de molho de queijos

DA SUA COZINHA

- 100 g de mussarela ralada
- salsinha
- pimenta-do-reino

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 180 °C.
- 2 Metade do molho de queijos no fundo, rolos em pé, resto por cima cobrindo.
- 3 Alumínio, 25 minutos.
- 4 Destampe, mussarela, mais 10 a 15 minutos até dourar em manchas.
- 5 Salsinha e pimenta moída na hora.

NOTA Se o molho de queijos estiver muito espesso ao sair da geladeira, dilua com duas colheres de leite antes de montar.



Capítulo 5

A MESA COMPLETA

O que vem antes da massa e o que vem depois.
Nada disso precisa de fogo.

5 RECEITAS

A TÁBUA DE ANTEPASTOS

RENDE

4

TEMPO

10 MIN



Não é receita. É montagem — e montagem tem ordem.

DO BALCÃO

- 1 kit de antepasto
- crostini
- torrada Primo
- pão italiano da casa

DA SUA COZINHA

- azeite
- pimenta-do-reino
- folhas frescas

MODO DE FAZER

- 1 Tire os antepastos da geladeira 20 minutos antes. Gelado, o azeite fica opaco e o sabor fecha.
- 2 Coloque os antepastos em tigelas pequenas separadas, nunca direto na tábua — eles se misturam e um domina o outro.
- 3 Distribua as tigelas na tábua e preencha os vazios com o crostini e a torrada.
- 4 Corte o pão italiano em fatias grossas, na hora.
- 5 Fio de azeite e pimenta moída na hora sobre os antepastos, não sobre o pão.

NOTA Pão fatiado com antecedência resseca em 15 minutos. Corte à mesa.

CAPONATA COM CROSTINI

RENDE

4

TEMPO

5 MIN



A caponata siciliana é agri-doce e melhora fora da geladeira. É a entrada mais fácil que existe.

DO BALCÃO

- 300 g de caponata
- crostini

DA SUA COZINHA

- azeite
- manjericão
- raspas de limão-siciliano

MODO DE FAZER

- 1 Deixe a caponata fora da geladeira por 20 minutos.
- 2 Solte com um garfo e passe para uma tigela funda.
- 3 Azeite por cima, manjericão rasgado e raspas de limão.
- 4 Crostini ao lado, nunca por baixo — encharca.

NOTA Sobrou? A caponata vira molho: uma concha numa frigideira com a água da massa cobre 200 g de spaghetti.

BERINJELA TIO CARMELO NO PÃO DA CASA

RENDE

4

TEMPO

5 MIN



O antepasto de nome próprio da casa. Come-se com pão e mais nada.

DO BALCÃO

- 300 g de berinjela Tio Carmelo
- pão italiano da casa

DA SUA COZINHA

- azeite
- orégano fresco

MODO DE FAZER

- 1 Berinjela fora da geladeira por 20 minutos.
- 2 Corte o pão em fatias grossas e aqueça na frigideira seca, 30 segundos de cada lado. Sem azeite na frigideira.
- 3 Sirva a berinjela em tigela, com azeite e orégano por cima.
- 4 Monte na hora de comer, fatia por fatia.

NOTA Frigideira seca, não torradeira. A torradeira resseca; a frigideira aquece e mantém o miolo macio.

BURRATA COM TOMATADA LEVE

RENDE

2

TEMPO

5 MIN



A burrata inteira, aberta na mesa. É o prato mais caro e o mais rápido do livro.

DO BALCÃO

- 1 burrata
- 200 g de tomatada leve
- torrada Primo

DA SUA COZINHA

- azeite
- manjerição
- pimenta-do-reino
- flor de sal

MODO DE FAZER

- 1 Tire a burrata da geladeira 30 minutos antes. Fria, ela não escorre — e escorrer é o ponto.
- 2 Espalhe a tomatada leve, em temperatura ambiente, no fundo de um prato raso.
- 3 Ponha a burrata inteira no centro. Não corte.
- 4 Azeite generoso, flor de sal, pimenta moída na hora e manjerição.
- 5 Abra na mesa, com a faca, na frente de quem vai comer.

NOTA A tomatada tem que estar em temperatura ambiente. Quente, derrete a burrata; gelada, endurece o creme.

CANNOLI E CAFÉ

RENDE

4

TEMPO

5 MIN



Fecha a mesa. O cannoli é siciliano e tem uma regra só: crocante.

DO BALCÃO

– 4 cannoli

DA SUA COZINHA

- café
- raspas de limão-siciliano ou chocolate amargo ralado

MODO DE FAZER

- 1 Tire os cannoli da geladeira na hora de servir, não antes.
- 2 Raspas de limão ou chocolate amargo por cima.
- 3 Café passado na hora, sem açúcar na mesa — quem quiser, pede.

NOTA Cannoli montado espera pouco: a casquinha começa a amolecer com o recheio. Sirva no mesmo dia.



Capítulo 6

DOMINGO GRANDE

Massa e carne na mesma travessa. Três pratos para mesa cheia.

3 RECEITAS

POLPETTONE RECHEADO COM FETTUCCINE

RENDE

4

TEMPO

40 MIN



O polpettone vem recheado de queijo. Ele vai ao forno; a massa espera.

DO BALCÃO

- 2 polpettones recheados
- 800 g de fettuccine
- 800 g de pomodoro leve

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- manjerição
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Forno a 200 °C. Ponha os polpettones numa travessa com metade do pomodoro leve no fundo.
- 2 Forno por 25 a 30 minutos, até o queijo aparecer nas rachaduras.
- 3 Nos últimos 10 minutos, ponha a água para ferver e aqueça o resto do pomodoro numa frigideira larga.
- 4 Cozinhe o fettuccine por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 5 Passe a massa para a frigideira com meia concha da água e mexa 40 segundos.
- 6 Sirva a massa no prato e o polpettone por cima, com o molho da travessa.

NOTA O molho que sobrou na travessa do forno é o melhor do prato. Raspe o fundo com a colher.

ALMÔNDEGAS COM SPAGHETTI À BOLONHESA

RENDE

4

TEMPO

35 MIN



As almôndegas terminam de cozinhar dentro do molho. É ali que elas pegam sabor.

DO BALCÃO

- 800 g de almôndegas
- 800 g de spaghetti
- 800 g de molho bolonhesa

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- manjerição
- parmesão ralado na hora

MODO DE FAZER

- 1 Doure as almôndegas numa frigideira funda com azeite, em fogo médio, girando até corar por fora. Elas ainda não estão cozidas por dentro.
- 2 Junte a bolonhesa, tampe e deixe em fogo baixo por 20 minutos, mexendo de vez em quando.
- 3 Ponha a água para ferver e cozinhe o spaghetti por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 4 Tire as almôndegas do molho e reserve. Passe a massa para o molho com meia concha da água e mexa 40 segundos.
- 5 Devolva as almôndegas por cima. Manjerição e parmesão na mesa.

NOTA Massa e almôndega juntas na frigideira desmancham a almôndega. Tire, misture a massa, devolva por cima.

BRISKET DEFUMADO COM TAGLIATELLE À TOMATADA

RENDE

4

TEMPO

25 MIN



O brisket já vem defumado e cozido. Aqui ele só encontra o molho.

DO BALCÃO

- 400 g de brisket defumado
- 800 g de tagliatelle
- 800 g de tomatada

DA SUA COZINHA

- sal grosso
- azeite
- cebola roxa
- pimenta-do-reino
- salsinha

MODO DE FAZER

- 1 Desfie ou fatie o brisket grosso, contra as fibras.
- 2 Aqueça a tomatada em frigideira larga. Junte o brisket e deixe 10 minutos em fogo baixo — o tempo de o defumado passar para o molho.
- 3 Cozinhe o tagliatelle por 2 a 3 minutos. Reserve uma caneca da água.
- 4 Passe a massa para a frigideira com meia concha da água. Mexa 1 minuto.
- 5 Cebola roxa em fatias finas, salsinha e pimenta moída na hora.

NOTA Sem parmesão. Defumado e queijo curado brigam, e o defumado ganha.

FECHAMENTO

A SUA VEZ

Quarenta receitas e nenhuma delas leva mais de quarenta minutos, porque a parte longa já estava feita quando você chegou no balcão. A massa descansou de manhã. O ragù ficou seis horas no fogo. A trafila de bronze é de 2010.

O que ficou para você foi a água, o sal, os três minutos e a frigideira. É a parte curta — e é a única que acontece na sua casa, com a sua mesa posta.

Se cozinhar alguma daqui, marca a gente:
@primo.sorocaba.



Primo Pastifício · Massas frescas todos os dias, desde 2010.

R. Prof. Francisca de Queiroz, 159 – Vila Independência,
Sorocaba/SP

(15) 3318-1212 · pastificioprimo.com.br · [@primosorocaba](https://www.instagram.com/primosorocaba)
Ter-sáb 9h-21h · dom 9h-15h

Eleito a melhor rotisseria de São Paulo pela Folha de S.Paulo em 2013 e pela
Veja em 2013 e 2014. A melhor pra levar pra casa, Folha de S.Paulo, 2019.