

Feijão Preto

Da Cozinha do Nelson
Imprimir

Na maior parte do Brasil, feijão e arroz é um alimento básico diário. No Sudeste do Brasil, o feijão cotidiano é o feijão marrom. Os feijões pretos são reservados para uma refeição especial de sábado, servido em muitos restaurantes no Rio de Janeiro, chamado *Feijoada*. Mas no Sul do Brasil, o feijão cotidiano é o feijão preto. Aqui estamos preparando esta versão cotidiana do prato, como costuma ser feito no Rio Grande do Sul. Em Edmonton, o melhor lugar para carnes defumadas para feijão é K & K Foodliner na Whyte Ave. Uma boa dica é pedir os ossos defumados, que são muito menos caros e têm muita carne neles. K & K também tem ótimo bacon defumado. O melhor lugar para comprar feijão preto em Edmonton é o Centro Italiano. É importante purê o feijão com um garfo em vez de usar um liquidificador ou um processador de alimentos, porque você não quer que as cascas dos grãos sejam trituradas por uma máquina.

Ingredientes:

- 1 quilo de feijão preto
- 750 gramas a 1 quilo de carne de porco defumada
- 2 folhas de louro
- 250 gramas de bacon defumado em fatias
- 1 cebola grande finamente picada
- 1/2 colher de chá de açúcar
- 2 dentes alho
- 1 colher de sopa de sal
- 1 pimenta vermelha pequena (pimenta de cheiro)
- 1/2 colheres de sopa de cominho
- Pimenta preta recém-moída
- 1/2 colheres de sopa de suco de limão

Procedimento:

1. Lavar e embeber os feijões

- Coloque os feijões pretos em uma tigela grande e cubra com água fria, usando suas mãos esfregue os feijões para lavar o pó de conservação que foi adicionado aos grãos para armazenamento.
- Derrame feijão e água em um coador de massa com furos pequenos ou filtro sobre a pia para drenar os feijões.
- Repita este processo de lavagem pelo menos duas vezes mais.
- **Método de molho rápido** Coloque os feijões em uma panela de pressão, cubra com água para que haja cerca de cinco centímetros de água acima dos feijões, cubra a panela de pressão e ajuste em fogo moderadamente alto até que ele atinja a pressão. Apague o fogo e deixe descansar por trinta minutos.

- **Método de molho regular** Coloque os feijões em uma tigela e despeje água para cobrir os feijões por cerca de cinco centímetros. Deixe de molho por pelo menos 4 horas, ou até 16 horas, à temperatura ambiente.

2. Cozinhe os feijões

- Coloque o porco defumado e as folhas de louro na panela de pressão.
- Adicione of feijão à panela.
- Adicione água para cobrir os grãos em pelo menos três centímetros.
- Cubra a panela e deixe ferver até que o vapor comece a escapar.
- Reduza o calor, mas assegure-se de que o vapor ainda está escapando da panela de pressão por todo o tempo de cozimento.
- Cozinhe sob pressão por trinta minutos.
- Você pode deixar esfriar na panela de pressão ou pode colocar a panela de pressão sob água corrente, levantando suavemente a válvula de vapor embaixo da água corrente.

3. Tempere o feijão

- Descasque o alho e esmague em uma tábua de cortar, coloque o sal sobre o alho e amasse bem para gerar uma pasta.
- Pique a pimenta de cheiro bem miudinha e misture bem com a pasta de alho.
- Misture a pimenta preta na pasta de alho e reserve.
- Corte as cebolas em pedaços muito pequenos.
- Em uma grande panela pesada (eu gosto de usar uma panela de ferro esmaltada), coloque a 1 colher de sopa de óleo de cozinha e coloque sobre um fogo moderadamente alto.
- Quando quente, adicione o bacon, cortado em tiras de 5 centímetros e cozinhe até que a gordura seja processada, mas você não quer que o bacon fique muito crocante.
- Com uma colher perfurada, remova os pedaços de bacon da panela para uma prato e reserve.
- Adicione as cebolas picadas à gordura do bacon e cozinhe até ter uma cor dourada.
- Polvilhe o açúcar sobre as cebolas e continue salteando até tomar uma cor de mogno.
- Empurre as cebolas para o lado da panela para abrir um ponto no meio.
- Coloque a pasta de alho e o cominho moído no local no centro da panela e mexa por cerca de 30 segundos — você vai sentir o aroma do alho e do cominho.
- Coloque alguma água fria na panela para diminuir a velocidade de cozimento.
- Retorne os pedaços de bacon para a panela.

4. Socando o feijão

- Despeje a maior parte do líquido e alguns dos grãos da panela de pressão na panela com as cebolas e alho, certifique-se de conter pelo menos duas xícaras de feijão cozido.
- Coloque cerca de uma xícara de feijão cozido em um prato de jantar e amasse com um garfo.
- Adicione os feijões amassados na panela com o restante do feijão.
- Repita com a segunda xícara de feijão cozido.

5. Finalize o cozimento dos grãos

- Cozinhe o feijão temperado em fogo moderado mexendo de tempos em tempos.
- Depois de cozido, desligue o fogo e adicione o suco de limão.