

DEMOVERSION

enofilia

Vinho & Bem-Estar

Por: Dra. Valéria Patrocínio

A compatibilização Vinho/ Comida
2ª parte

De forma mais empírica, segue uma relação de combinações aconselháveis:

Entradas e Saladas

Saladas com vinagre> água
Carpaccio> tinto leve
Ostras> Chablis, Sancerre
Salmão defumado> Riesling, Pouilly Fumé
Salmão fresco> Chardonnay, Riesling
Presunto e embutidos> Beaujolais
Mortadela> Lambrusco seco
Presunto cru> Jerez fino

Peixes e Frutos do Mar

Bacalhau> Branco amadeirado ou tinto verde (Portugal)
Lulas> Sauvignon Blanc (e outros brancos secos)
Truta> Brancos secos leves
Peixes leves> Brancos secos leves
Peixes com creme de leite> Brancos secos médios ou encorpados (Chardonnays do Novo Mundo)
Sushi/sashimi> Champagne brut

Aves

Pato> Tinto encorpado
Pato com laranja> Branco aromático
Perdiz recheada> Borgonha tinto
Coq-au-vin> Tinto encorpado (Borgonha tinto, no prato e no copo)

Massas

Pizza e massas com molho> Chianti, tinto leve ou médio vermelho
Massas com frutos do mar> branco suave

Carnes

Coelho> Tinto médio
Cordeiro> Bordeaux tinto
Caça> Borgonha tinto
Fondue bourguignone> Tinto médio
Fígado> Tinto leve, jovem (Beaujolais)
Vitela> Branco médio ou tinto leve
Cassoulet> Cahors, Vacqueiras
Porco> Branco suave ou tinto leve
Steak au poivre> Syrah

Queijos

Fondue de queijo> Riesling, branco seco
Roquefort, Stilton, Gorgonzola> Porto ou branco doce
De cabra> Branco seco, Sancerre, Sauvignon Blanc
Camembert, Brie> Merlot

Sobremesas

Chocolate> Banyuls, Porto
Tortas (frutas)> Branco suave
Cheesecake, cremes> Branco doce

DEMO VERSION

Crème brûlée> Sauternes
Nozes> Porto Vintage ou Tauny

Fonte: www.amigasdovinho.com.br

Matéria Científica

Vinho aumenta os ácidos graxos Omega-3

Aos já conhecidos efeitos protetores do vinho, acrescenta-se o aumento dos ácidos graxos Omega-3, essenciais e indispensáveis para o bom funcionamento cardiovascular. Assim afirma a recente pesquisa realizada através do Projeto "Ciência, Vinho e Saúde", iniciado em 1977, pela Faculdade de Ciências Biológicas da Universidade Pontifícia do Chile. O estudo demonstra que o consumo de vinho, associado à dieta mediterrânea, ajuda a aumentar os ácidos graxos Omega-3 no sangue. Mesmo o vinho não contendo esses ácidos essenciais, seus antioxidantes atuam sobre eles no tubo digestivo e nos tecidos (devido aos ácidos graxos Omega-3 se oxidarem com facilidade).

Fonte: Laboratório de Nutrición Molecular - Facultad de Ciências Biológicas - Pontifícia Universidad Católica de Chile

Texto extraído da revista La Semana Vitivinícola - Revista Técnica de Interes Permanente nº 3069, de 04/06/05.

Sugestão de leitura

1000 Segredos dos Vinhos - O Guia Essencial para os Amantes de Vinho
Hammond, Carolyn

Em "1000 Segredos dos Vinhos" você aprenderá a comprar a garrafa de vinho perfeita; pedir vinho em restaurantes; harmonizar comida e vinho; quando beber um tipo de vinho; compreender os rótulos ou escolher a garrafa de vinho adequada para qualquer ocasião. Além disso, ficará por dentro de como degustar e servir um vinho como um profissional, detectando, inclusive, os vinhos defeituosos.

Vinho sugerido

Masi Passo Doble Malbec Corvina 2006 (Masi Tupungato)

Produtor: Masi Tupungato (Agrícola Masi) - País: Argentina

Região: Mendoza - Safra: 2006

Tipo: Tinto - Volume: 750 ml

Masi Passo Doble é um vinho argentino diferente de todos os que você já provou. Este delicioso tinto é elaborado por Masi - o rei do Amarone e o grande mestre da passificação de uvas - utilizando a uva Malbec, a mais emblemática do país, cortada com a italiana Corvina, da região do Veneto. Para Jancis Robinson, ele é "extraordinário" e "great value", "um vinho único, com um final de boca mais seco e sofisticado do que a maioria dos vinhos argentinos". Excelente relação qualidade/preço!