

8160  
641.5  
SONAR e

MANUAL DE COZINHA  
Projeto 023 - CINTERFOR  
FOLHAS DE OPERAÇÃO  
FOLHAS DE INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA



SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM COMERCIAL  
DEPARTAMENTO NACIONAL  
DIVISÃO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

INFORME SOBRE A METODOLOGIA OPERACIONAL  
DE APRENDIZAGEM

(PROJETO 023 - CINTERFOR)

Rio, setembro de 1972

13229

Metodologia Operacional de Aprendizagem  
(Projeto 023 - CINTERFOR)

Edmêe Nunes Salgado  
Assessor Técnico

I) Antecedentes:

A Metodologia Operacional, designação que se pretende dar ao Método de Instrução Individual quando aplicado ao trabalho de Formação Profissional no setor terciário, tem sua origem fundamentada nas séries alemãs introduzidas no Brasil pelo engenheiro Roberto Mange.

Da experiência industrial se vem procurando adaptar a metodologia às áreas de comércio e serviços, principalmente na qualificação de mão-de-obra para ocupações que exigem, fundamentalmente, a fixação de operações básicas de trabalho.

Foi com este objetivo que o CINTERFOR lançou o Projeto 023 sobre Manuais, visando, sobretudo, sistematizar e divulgar a experiência já sedimentada em determinadas áreas de ensino.

II) Fundamentação:

O Método Operacional de Aprendizagem parte do entendimento de que a execução de qualquer trabalho operativo deve pressupor análise detalhada de todos os passos a seguir, dentro de seqüência lógica, embasada em conhecimentos específicos que conduzam a determinadas habilidades e destrezas.

Em se tratando de trabalho operativo em que se empenha matéria prima para a consecução de objetivos definidos e cuja resultante deve se aproximar o máximo possível do modelo ideal, fácil entender a necessidade de fundamentação prévia, quer dos aspectos executivos do próprio trabalho, quer dos conhecimentos relacionados que possam enriquecer a experiência a ser adquirida.

Como qualquer método ativo, a metodologia operacional exige estreita participação do aluno no processo educativo, ao mesmo tempo que apresenta nítidas características individuais. Cada aluno terá a possibilidade de iniciar e terminar a aprendizagem quando estiver preparado para tal, dependendo do interesse demonstrado, do nível de inteligência, da criatividade maior ou menor do educando e dos próprios conhecimentos e habilidades anteriormente adquiridos. De outra forma, a própria utilização do estudo dirigido reforça a participação individual maior ou menor, sem que se afastem as possibilidades de utilização das técnicas de dinâmica de grupo.

### III) Descrição do Método:

O método operacional pretende conjugar estreitamente a preparação ou fundamentação teórica com a realização de uma atividade.

As fases do método são as seguintes:

- a) estudo da tarefa
- b) Estudo das operações
- c) Demonstrações das operações pelo instrutor
- d) Execução da tarefa pelo aprendiz ou grupo de aprendizes
- e) Avaliação

Estudo da tarefa - análise detalhada do trabalho proposto na qual variados elementos são apresentados, tais como, nome exato da tarefa e suas prováveis variações; levantamento do equipamento, utensílios e material de uso; relacionamento das operações básicas para execução da tarefa; tempo previsto; informações técnicas relacionadas etc. Os estudos da tarefa conduzem o aluno às operações do trabalho onde a terminologia e os fatos específicos se completam com a classificação de tipos, princípios e critérios fornecidos pela tecnologia.

A eleição das tarefas na composição de um curso é denfidora desse curso, do tipo de clientela e até mesmo da maior ou menor complexidade do mercado de trabalho para o qual se destina aquela mão-de-obra.

Cabe ao instrutor, partindo de orientação básica, determinar novas tarefas e simplificar ou enriquecer aquelas que não se mostrarem a nível do desenvolvimento de seus alunos de tal forma que, das tarefas apresentadas, se induza toda uma política de aprendizagem racionalmente proposta.

Estudo das operações - esta fase poderá ser apenas o estudo das novas operações, se outras tarefas já tenham exigido operações idênticas. Recomenda-se especialmente o uso do estudo dirigido para que se desenvolva a concentração, a reflexão e se favoreça o exercitamento da capacidade analítica. Outras técnicas poderão ser adotadas, tais como, a leitura comentada, a discussão em grupo etc. Pretende-se nesta fase que o aluno

compreenda a mensagem que lhe está sendo oferecida e que se familiarize com o trabalho antes de sua execução. O estudo das operações, completa do com as informações tecnológicas, orienta o campo cognitivo relacionado com o trabalho proposto, favorecendo a que o aprendiz entenda, interprete e transfira com relativa habilidade.

Demonstração das operações - trabalho do instrutor objetivando apresentar a seqüência ideal do trabalho ainda como reforço de informações, antes da execução efetiva do trabalho. A demonstração se faz necessária nas operações novas, nas correções e ajustes de operações conhecidas porém mais complexas, e que exigem maior exercitamento. Na demonstração o instrutor utilizará a sala modelo ou o próprio ambiente de trabalho, podendo enriquecê-la com numerosos recursos visuais, tais como filmes, slides, álbuns seriados etc.

A demonstração, entendida como reforço de compreensão, exige do instrutor a utilização de técnica muito acurada e didaticamente perfeita, de modo a que se preparem os alunos para aplicação efetiva do conhecimento na fase seguinte.

Execução da tarefa - é a prática supervisionada de um conjunto de operações que dá origem a trabalho acabado. Dependendo de suas características, a tarefa poderá ser executada individualmente ou por um grupo de alunos. O papel do instrutor nesta fase é o de supervisor, genericamente, e de colaborador, especificamente. Como supervisor cabe-lhe o acompanhamento do trabalho de todos os alunos. Como colaborador cabe-lhe ajudar na execução de determinados passos operacionais, tecnicamente mais complexos, e que exigem correção imediata se imprecisamente realizados.

A execução da tarefa é a fase decisiva de toda a estrutura metodológica em que o aluno aplica sinteticamente, o que lhe foi dado conhecer, compreender e analisar. Logo, nesta fase se deverá detectar as ocorrências imprevistas ou insatisfatórias originárias de falhas na seqüência anterior da aprendizagem. O levantamento dessas ocorrências favorecerá a revisão judicatória do processo na perseguição dos resultados desejados.

Avaliação - é o julgamento de todo o trabalho implícito na execução da tarefa, baseado em critérios objetivos quer por parte do aluno,

quer do instrutor. Nesta fase a tarefa submetida a análise crítica deverá resistir aos indícios de imprecisão comprometedora, sem cair no exagero do perfeccionismo inatingível por executores principiantes. O uso correto de instrumentos, o manejo de máquinas e equipamentos, o comportamento do aluno ante pequenas falhas ou dúvidas e a transferência do conteúdo para a aplicação prática, devem ser observados. A indicação de causa - efeito deverá ser facilmente registrada se a aprendizagem seguir a sistemática proposta.

A sistematização de qualquer processo de aprendizagem deve ser estabelecida a partir do entendimento de que, através do caminho proposto, se obtém melhores resultados em menor tempo.

A metodologia operacional ganha significado se entendermos que:

a) parte de análise científica mediante a qual uma ocupação é decomposta de forma ordenada em todos os elementos que a constitui. A vantagem expressa está em que a metodologia força a definição objetiva de conteúdo.

b) baseia-se em operações de trabalho e proporciona informações através de seqüência lógica, enriquecida de conhecimentos paralelos e relacionados. A resultante é oferecer elementos para os estudos (Manuais) condutores da própria aprendizagem.

c) determina um perfeito encadeamento da fundamentação teórica com a execução prática de uma tarefa. Com isto ganha-se objetividade no direcionamento do esforço do aluno.

d) exige um planejamento rigoroso da atividade docente pela eleição prévia das tarefas. A metodologia desperta um certo grau de expectativa no aluno e relativa segurança operativa.

e) centraliza o papel docente no acompanhamento da aprendizagem e na avaliação da tarefa. O instrutor passa a ter mais o papel de incentivador e guia da aprendizagem do que de condutor de informações.

f) altera o sentido da programação por unidades isoladas e atende ao ritmo individual de cada aluno. Cada participante executa a operação que lhe for determinada, com a habilidade permitida pelas suas aptidões nata e pela sua maior ou menor capacidade de assimilação.

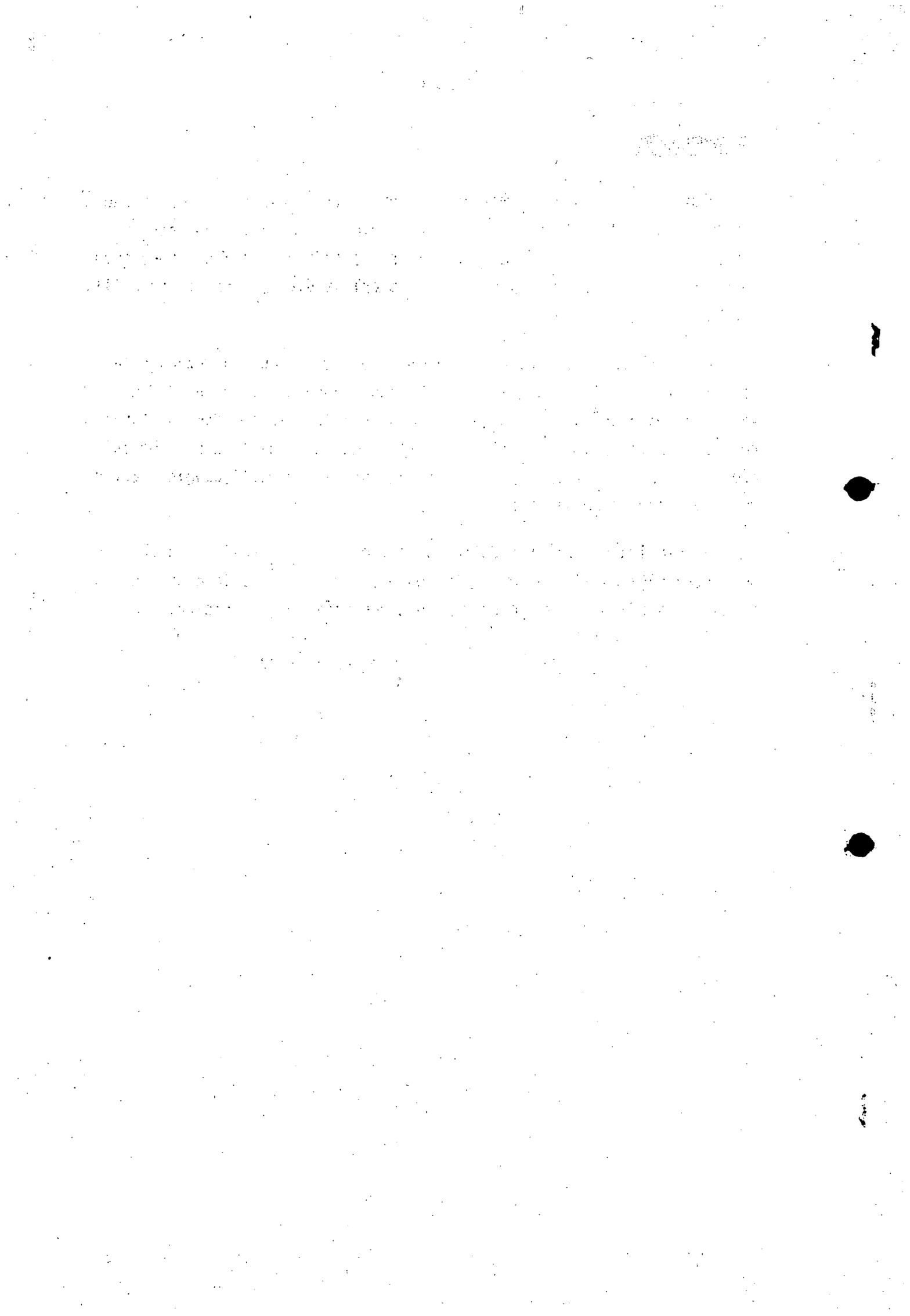
V) CONCLUSÕES:

Considerando-se que a metodologia operacional modifica determinados comportamentos didáticos e cria uma abordagem dinâmica do processo de aprendizagem, pode-se até mesmo concluir que seja ela mais um procedimento a partir do qual métodos variados e técnicas diversas podem ser utilizadas.

Em conclusão, chamamos a atenção para o fato de que na Metodologia Operacional, a eleição das operações básicas não é completa e definitiva. Novas operações poderão ser adotadas conforme as tarefas as tornarem necessárias. É este enriquecimento permanente que leva a composição dos manuais em folhas isoladas substituíveis ou modificáveis conforme as exigências do sistema. ?

A primeira experiência do SENAC, com o Manual de Cozinha, será o parâmetro para os ajustes e acertos da própria metodologia e dos novos guias de estudo que advirão seguramente nos próximos exercícios.

Rio, setembro 72



SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM COMERCIAL - SENAC;  
DEPARTAMENTO NACIONAL  
Divisão de Formação Profissional

---

TÉCNICA DE APLICAÇÃO DA  
METODOLOGIA OPERACIONAL DE APRENDIZAGEM

---

1. PREPARAÇÃO

- 1.1 Eleger, previamente, a tarefa a ser executada pelo aluno.
- 1.2 Preparar a folha de tarefa com as indicações necessárias.

2. ESTUDO DIRIGIDO

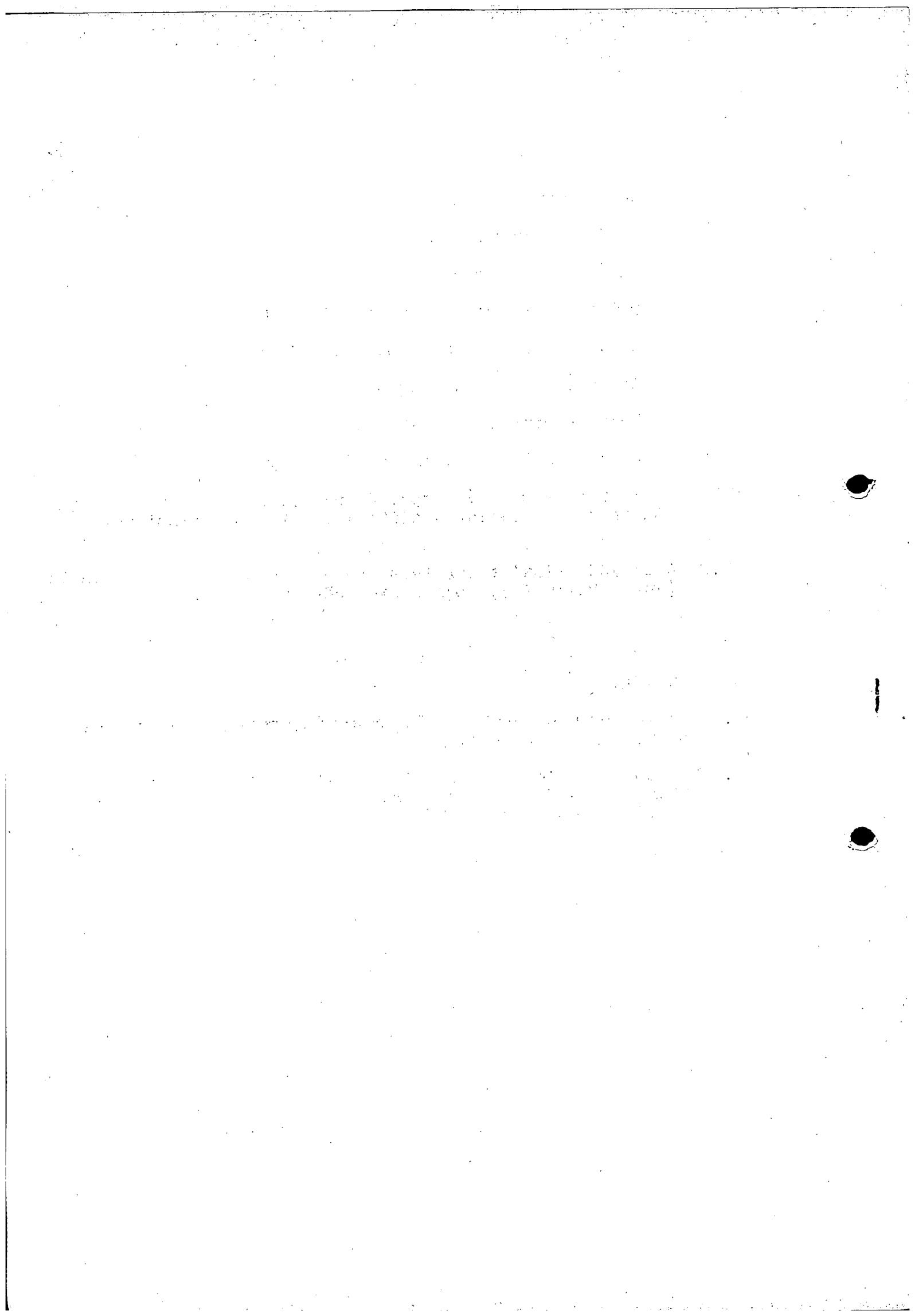
2.1 Leitura silenciosa das Folhas de Operação

- 2.1.1 Organizar grupos de, no máximo, 5 alunos que tenham a mesma tarefa a executar.
- 2.1.2 Distinguir as Folhas de Operação correspondentes a tarefa em estudo.
- 2.1.3 Promover a leitura silenciosa da Folha de Tarefa, levando-se os alunos a observar quantidades, operações no vas, cálculo de porções. Deverão ser levantados, instrumentos, materiais, terminologia, etc.
- 2.1.4 Promover a leitura silenciosa das Folhas de Operação e de Informação Tecnológica relacionadas com a operação para uma visão seqüencial do processo de execução da tarefa.

PARTICIPAÇÃO DO INSTRUTOR NESTA FASE

- Conduzir o grupo de alunos à leitura silenciosa.
- Fazê-los grifar e anotar as dúvidas e dificuldades.
- Levá-los a consulta de livros, dicionários, tabelas, etc., que se fizerem necessárias.
- Encaminhá-los a um repasse mental do tema para retenção organizada dos passos operacionais.

2.2 Discussão, em grupo, do conteúdo das Folhas de Estudo



## CONCEITOS BÁSICOS DA NOMENCLATURA

### USADA NA METODOLOGIA OPERACIONAL

#### DE APRENDIZAGEM

#### 1. Análise Ocupacional

processo mediante o qual uma ocupação determinada é decomposta em forma ordenada, em todos os elementos que a constituem.

#### 2. Tarefa

trabalho que inclui um conjunto de habilidades e conhecimentos afins de sentido unitário, com vistas a alcançar um objetivo definido.

#### 3. Operação

é uma unidade de trabalho e que constitui uma fase lógica e necessária à execução de uma tarefa.

#### CARACTERÍSTICAS CONCEITUAIS COMPLEMENTARES DE UMA OPERAÇÃO

- a) Apresenta considerável unidade de conteúdo que é relativamente constante no tempo e geograficamente
- b) é em si mesma identificável ou distinta
- c) não tem valor por si só mas, somente, quando combinada com outras operações
- d) apresenta determinada carga de conteúdo podendo ser completamente demonstrada.
- e) é divisível em elementos mais simples chamados passos
- f) constitui o objetivo fundamental do Treinamento.

4. Família de operação:

é o conjunto das operações ordenadas sob conceito de associação por afinidade.

5. Passo ou fase

é uma etapa sequencial na execução de uma operação.

6. Manual

Guias de estudo apresentados em folhas de operação e folhas de informação tecnológica e que servem para fundamentar e orientar a execução de um trabalho.

Operação manual que consiste em retirar a sujeira dos utensílios e mantê-los permanentemente preparados para utilização. Para isto, deve-se limpar os utensílios depois de usados e retocá-los antes de cada uso.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Retire restos de comida.*

2º passo *Ponha de molho.*

**OBSERVAÇÕES**

1) Utilize água quente e detergente.

2) O tempo de duração deste passo, varia conforme as características da sujeira.

3º passo *Solte a água.*

4º passo *Raspe as crostas de sujeira (fig.1).*

**OBSERVAÇÃO**

Utilize esponja de aço ou escova apropriada.

5º passo *Submerja o utensílio, em solução de detergente.*

6º passo *Lave.*

a *Esfregue com escova ou pano, sob água corrente.*

b *Lave a parte interna, e a externa do utensílio conforme figura 2.*

**OBSERVAÇÃO**

A frigideira de ferro ou de aço deve ser limpa somente com escova ou pano.

7º passo *Enxágüe.*

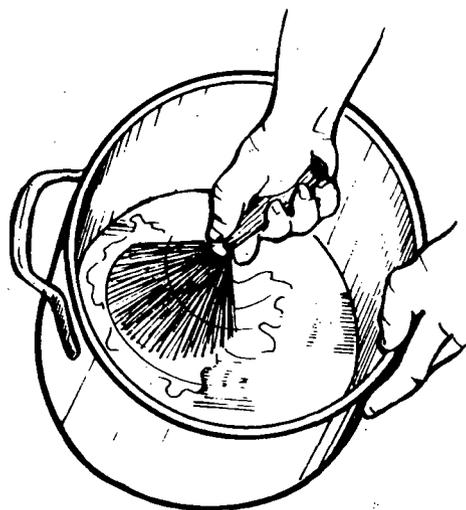


Fig.1



Fig.2

89 passo *Escorra.*

99 passo *Dê polimento.*

*CASO I - UTENSÍLIOS DE COBRE*

- a Esfregue com um pano embebido em líquido próprio ou em mistura de limão com farinha.
- b Lave e enxágüe.
- c Seque com um pano.

*CASO II - UTENSÍLIOS DE PRATA*

- a Submerja em solução de água com líquido próprio.
- b Ferva, se necessário.
- c Lave e enxágüe.
- d Seque com um pano.

**OBSERVAÇÃO**

Em caso de utensílios de outros materiais, esfregue com pano seco antes de usá-los.

109 passo *Guarde.*

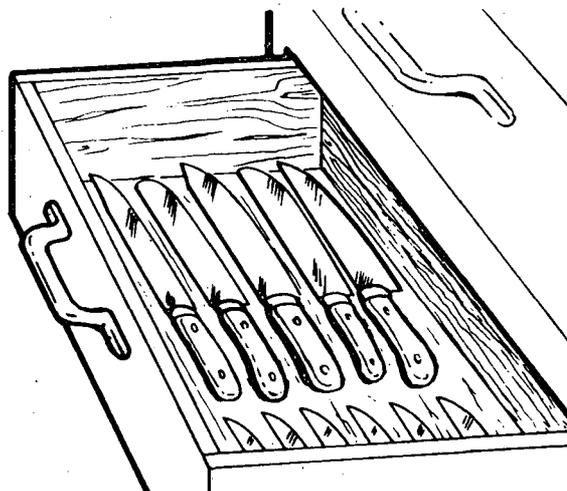
**OBSERVAÇÃO**

Todos os utensílios devem ser guardados em lugares arejados, limpos e livres de pó.

**PRECAUÇÃO**

*GUARDE OS UTENSÍLIOS DE CORTE E DE PONTA EM POSIÇÃO CORRETA (fig.3), DE FORMA A IMPEDIR ACIDENTES AO RETIRÁ-LOS DE GAVETAS E ARMÁRIOS.*

Fig.3





Operação manual que consiste em retirar a sujeira e manter limpos, em condições de uso e conservação, os equipamentos e móveis da cozinha. Deve ser realizada limpeza de manutenção, limpeza ao final da jornada de trabalho e limpeza geral em dias determinados, conforme o sistema de trabalho.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Desmonte as peças de cada equipamento.*

OBSERVAÇÃO

Excetua-se peças de conexão elétrica e outras instalações de uso delicado.

2º passo *Lave as peças.*

- a Use solução de detergente e escova.
- b Esfregue para retirar a sujeira.

3º passo *Enxágüe as peças.*

4º passo *Escorra.*

5º passo *Seque com um pano.*

6º passo *Lave a parte interna dos equipamentos.*

CASO I - FÔRNOS E SALAMANDRAS

- a Aqueça o interior até 200º C.
- b Esfregue com pano umedecido em salmoura ou com pasta própria, utilizando escova.
- c Retire a salmoura com pano úmido ou a pasta com pano seco.

CASO II - REFRIGERADORES

- a Deixe descongelar.
- b Retire o gelo.
- c Lave com água limpa.

79 passo *Lave as superfícies.*

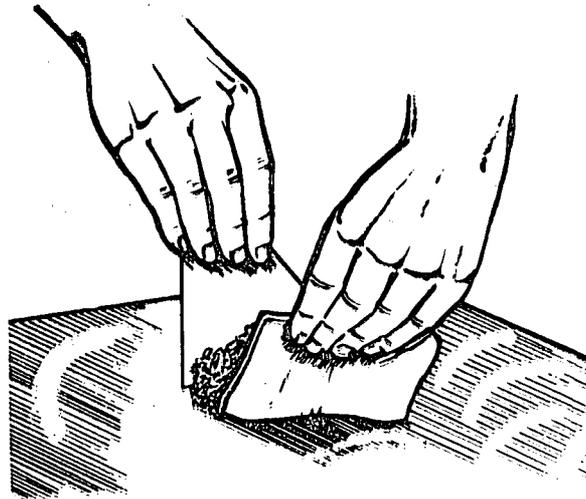
*CASO I - DE MADEIRA*

- a Raspe com escova de aço.
- b Lave com água corrente.
- c Deixe secar.

*CASO II - CHAPAS E GRELHAS*

- a Esquente a peça.
- b Retire as crostas de sujeira com a raspadeira con-  
forme figura 1.

Fig. 1



*CASO III - OUTROS METAIS*

- a Lave com água e detergente.
- b Enxágüe com água limpa.

Operação manual que consiste em separar impurezas destes alimentos deixando-os em condições de limpeza e higiene. Deve ser realizada antes de submetê-los a qualquer processo de cocção. Os alimentos em grãos, uma vez limpos, são utilizados como acompanhamentos ou em pratos especiais.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Deposite o alimento sobre a mesa de trabalho ou tabuleiro, em forma de monte.*



Fig. 1

2º passo *Cate o alimento.*

- a Separe pequenas porções do alimento (fig.1).
- b Retire os grãos que não estiverem em condições de uso, as sujeiras e os corpos estranhos.

3º passo *Lave o alimento.*

- a Deposite o alimento em água fria.
- b Mexa os grãos com as mãos para que toda a sujeira venha à tona.
- c Despeje a água suja.
- d Verta o alimento num coador.
- e Ponha o coador em baixo da torneira e deixe cair água fria sobre o alimento.

4º passo *Coloque os grãos de molho, se necessário.*

**OBSERVAÇÃO**

Geralmente este passo é realizado com leguminosas secas que serão posteriormente cozidas em água.



Operação que consiste em retirar peles ou cascas, sementes e impurezas que possam prejudicar o sabor e a aparência desses alimentos. Uma vez limpos, estes comestíveis são utilizados como ingredientes básicos, acompanhamento ou complemento de sabor.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - LIMPEZA MANUAL

1º passo *Retire as partes imprestáveis, usando faca de ofício.*

a Retire partes machucadas e podres.

b Retire as raízes de talos, os olhos e as partes floridas.

#### OBSERVAÇÃO

Retire o mínimo possível da parte carnosa dos alimentos.

2º passo *Lave o alimento.*

a Submerja-o em abundante água fria.

b Esfregue-o com as mãos.

c Mude a água repetindo o passo conforme a necessidade.

#### OBSERVAÇÕES

1) Os alimentos portadores de terra e outras impurezas aderidas deverão ser lavados com maior cuidado.

2) Procure não machucar as frutas ao lavá-las.

3º passo *Descasque o alimento.*

#### OBSERVAÇÕES

1) No caso de legumes e frutas de casca fina, use descascador (fig.1) ou raspe com faca de ofício conforme figura 2.

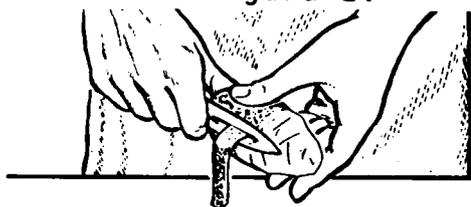


Fig.1

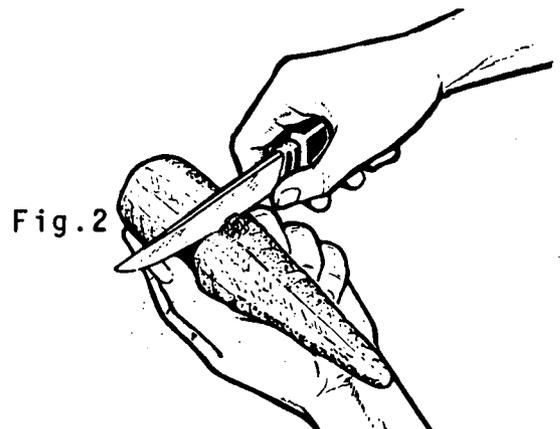


Fig.2

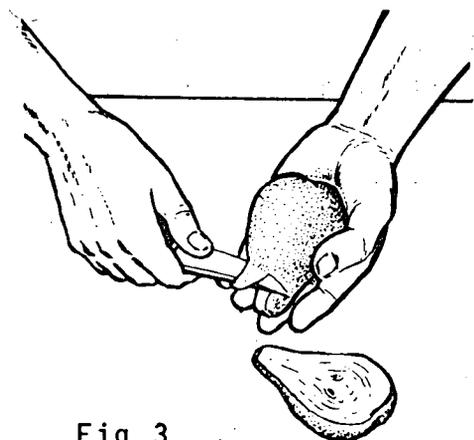


Fig. 3

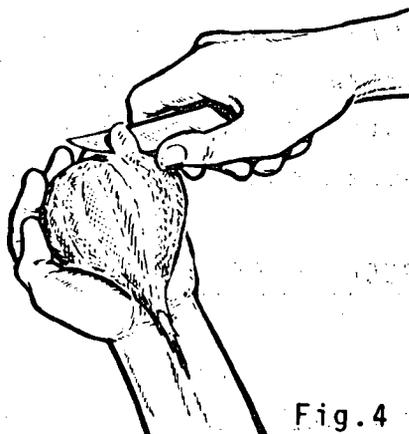


Fig. 4

2) No caso de legumes e frutas de casca grossa e legumes cozidos, retire a casca com faca de ofício conforme figura 3.

3) No caso de bulbos desprenda as cascas secas com a faca de ofício (fig.4).

4º passo *Retire as sementes, se necessário.*

a Corte o alimento em metades.

b Raspe as sementes da parte carnosa com uma colher pequena (fig.5).

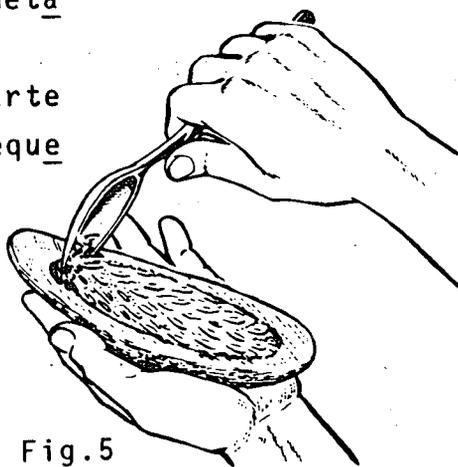


Fig. 5

**OBSERVAÇÃO**

Este passo é realizado com legumes de fruto (beringela, pepino etc.) e frutas com sementes, se a tarefa assim o exigir.

5º passo *Enxágüe o alimento, se necessário.*

**OBSERVAÇÃO**

Enxágüe somente os comestíveis que, durante a operação, se sujarem.



CASO II - LIMPEZA MECÂNICA

NOTA

Este processo é feito unicamente com raízes e tubérculos de casca fina (batata, cenoura etc.).

1º passo *Ponha a máquina em funcionamento.*

- a Certifique-se de que a comporta está fechada.
- b Abra a torneira de água.
- c Ligue a máquina.

2º passo *Coloque o alimento na máquina.*

- a Encha a máquina até o limite indicado.
- b Espere até que o alimento esteja descascado.

OBSERVAÇÃO

Procure colocar na máquina alimentos de igual tamanho para evitar desperdício.

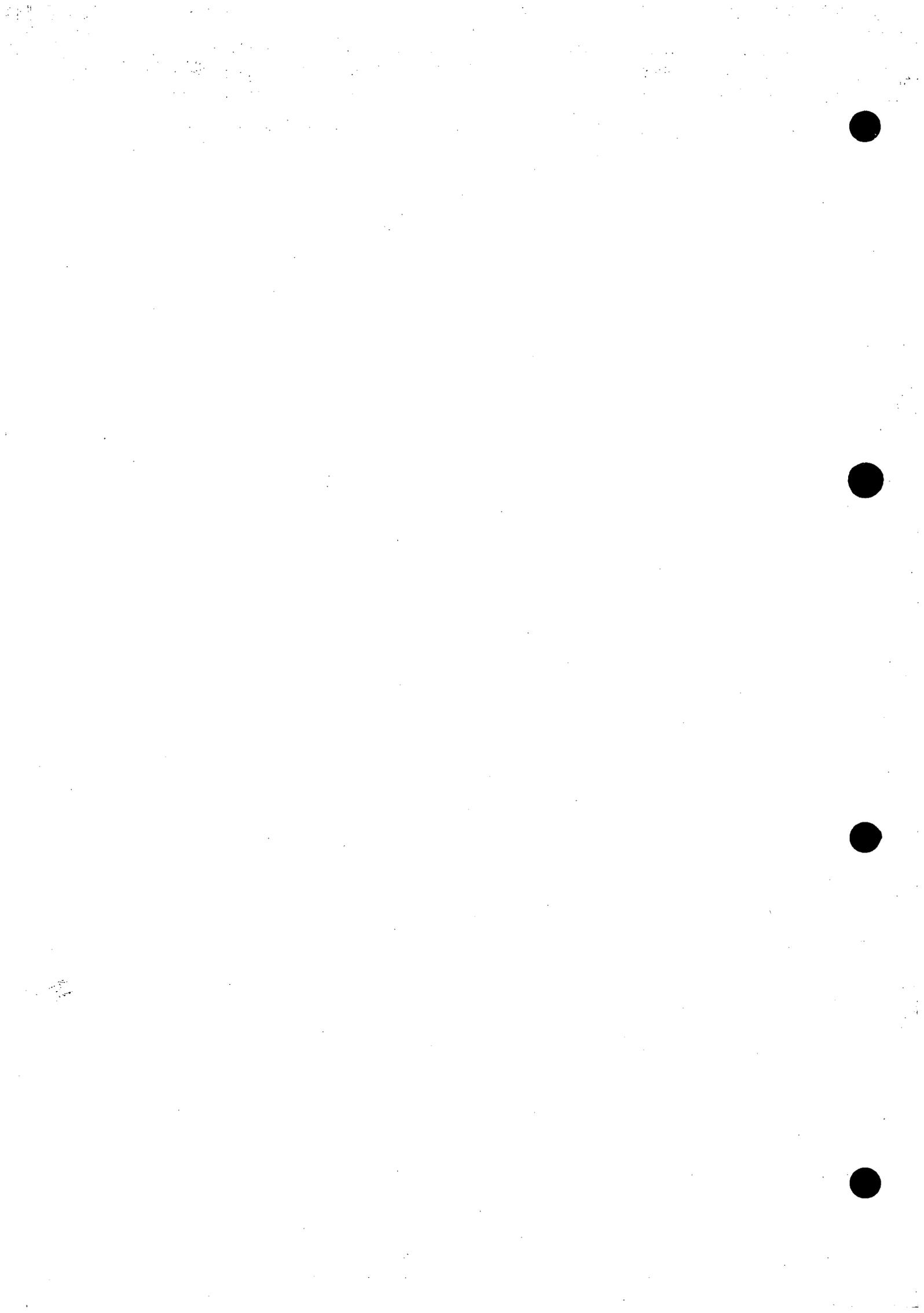
3º passo *Retire o alimento da máquina.*

- a Coloque um recipiente embaixo da comporta.
- b Abra a comporta.

4º passo *Desligue a máquina.*

5º passo *Complete a operação.*

- a Selecione o alimento que contenha restos de cascas e olhos.
- b Retire as partes imprestáveis, com a faca de ofício.





A limpeza desses alimentos consiste em separar as partes inúteis ou estragadas e retirar sementes e peles, deixando-os em perfeitas condições de uso. Podem ser utilizados crus, em saladas ou como adorno de pratos e, cozidos, como ingredientes e a acompanhamento

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Lave o alimento.*

2º passo *Retire as partes inúteis ou estragadas.*

#### OBSERVAÇÃO

Use a faca de ofício.

3º passo *Descasque o alimento, se necessário.*

#### *CASO I - Tomate*

a Faça uma incisão em forma de cruz na pele do tomate.

b Submerja-o em água fervente por alguns instantes.

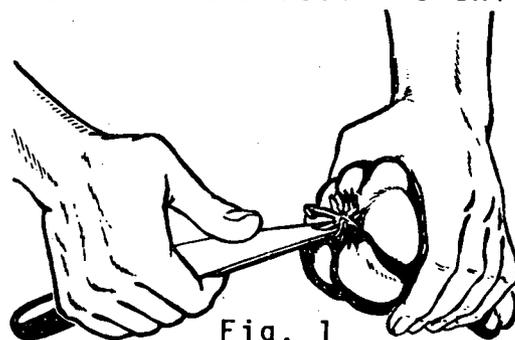
c Desprenda a pele, iniciando pela incisão.

#### *CASO II - Pimentão e similares*

a Coloque o pimentão no forno ou em fritura bem quente até que a pele forme bolhas.

#### OBSERVAÇÃO

Este passo só é executado se a tarefa assim o exigir.



4º passo *Retire a raiz do talo.*

a Corte em volta da raiz (fig.1).

b Desprenda a raiz do talo, sem tirar demasiadamente a parte carnosa.



5º passo *Retire as sementes.*

*CASO I - Tomate*

- a Corte o tomate ao meio.
- b Retire as sementes com uma colher pequena.

*CASO II - Pimentão e similares*

- a Corte o alimento ao meio.
- b Retire as sementes enxagüando o interior do alimento com água fria.

OBSERVAÇÕES

- 1) Hã casos em que as sementes dos tomates não são retiradas.
- 2) As sementes extraídas dos tomates são guardadas para uso posterior nos trabalhos da cozinha.

Operação manual que consiste em separar impurezas e partes não comestíveis e em cortar, em tamanho, próprio, o alimento. Vissa-se em certos casos colocá-los em condições de poderem ser guardados para utilização posterior.

Após a limpeza deve-se cozinhar esses legumes, a fim de que possam ser utilizados frios ou quentes em pratos variados.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Retire folhas e impurezas.*

- a Desprenda as folhas da base ou talo com a faca.
- b Retire as partes estragadas e enegrecidas.

### OBSERVAÇÃO

Da alcachofra, somente as primeiras folhas da parte externa são retiradas.

2º passo *Corte o legume.*

#### CASO I - COUVE-FLOR E SIMILARES

- a Corte o legume na base do talo (fig.1).
- b Separe-o em pequenos pedaços.

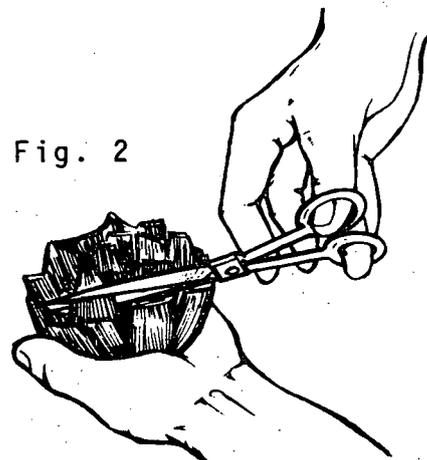
Fig.1



#### CASO II - ALCACHOFRA

- a Quebre o talo com a mão, apoiando a alcachofra na beirada da mesa.
- b Apare as folhas superiores com a faca.
- c Apare a ponta das demais folhas com a tesoura conforme figura 2.

Fig. 2



d Retire o centro com uma colher pequena (fig.3).

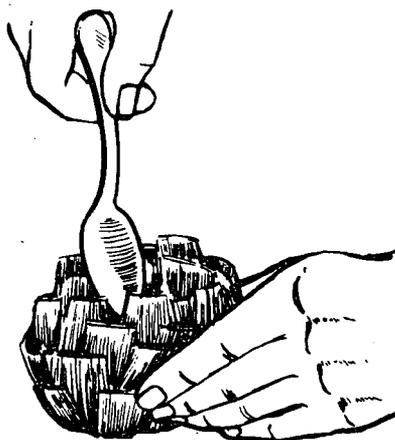


Fig.3

OBSERVAÇÕES

- 1) Corta-se o legume, se especificado na receita.
- 2) De preferência, retire o centro da alcachofra de pois do cozimento.

3º passo *Lave o legume em água fria.*

OBSERVAÇÕES

- 1) Uma vez limpos, os legumes devem ser utilizados no menor tempo possível.
- 2) Deposite-os em água fria com limão ou envolva-os em pano umedecido, em caso de demora.

Operação manual que consiste em retirar impurezas e partes estragadas dos alimentos, para obter boas condições de higiene e apresentação.

Esses alimentos são utilizados crus, em saladas e adornos ou, cozidos, como acompanhamento ou condimento.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo: *Retire os talos.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Em caso de legumes de folhas soltas, como acelga, espinafre e couve, arranque as folhas na união com o talo (fig.1).

2) Em caso de legumes de folhas fechadas, como alface e repolho, recorte ao redor do talo com a ponta da faca (fig.2).

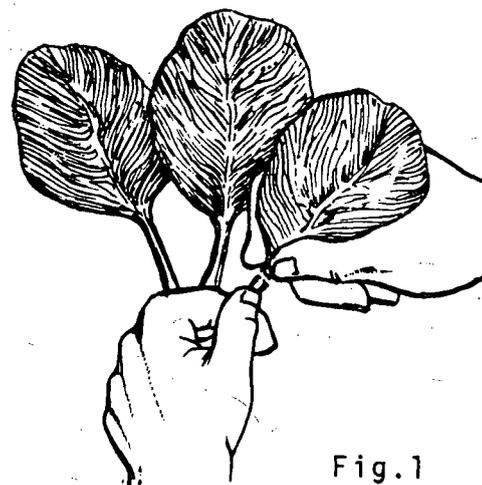


Fig.1

2º passo: *Retire as partes estragadas das folhas.*

3º passo: *Separe as folhas.*

4º passo: *Corte os legumes.*

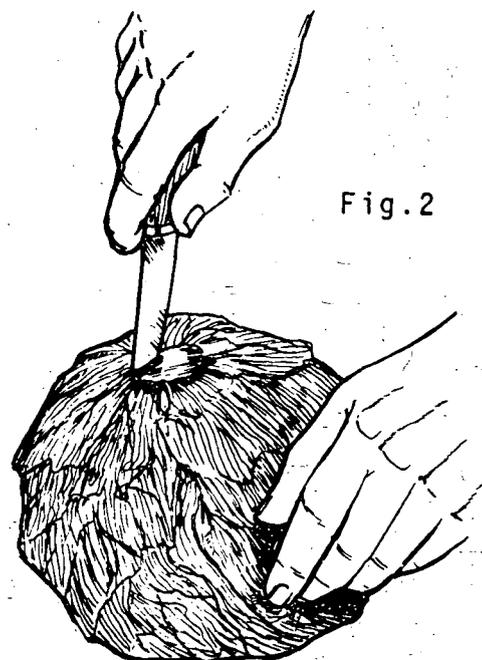


Fig.2

#### OBSERVAÇÃO

Este passo somente se executa se a tarefa o exigir.

5º passo: *Lave.*

6º passo: *Escorra.*

#### OBSERVAÇÃO

Uma vez limpos, os legumes devem ser utilizados dentro do menor tempo possível.



Operação que consiste em colocar carnes, aves, pescados, legumes, frutas etc. em solução para conservar e dar sabor específico. Utiliza-se este processo para preparar, principalmente, presuntos e conservas.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Selecione o recipiente.*

#### OBSERVAÇÃO

O recipiente deve ser de material não corrosivo, preferencialmente, de madeira, vidro ou aço inoxidável.

2º passo *Coloque no recipiente os ingredientes para preparar a salmoura ou marinada.*

3º passo *Misture os ingredientes.*

4º passo *Ferva a solução.*

5º passo *Coe a solução.*

6º passo *Deixe esfriar a solução.*

7º passo *Coloque o alimento no líquido, cobrindo-o totalmente.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Segundo a tarefa, alguns alimentos são colocados na solução fria, outros fervidos no líquido e outros colocados no líquido ainda fervente.

2) No caso de o alimento flutuar na solução, pressione-o com um peso de forma a mantê-lo submerso conforme figura 1.

8º passo *Conserve o alimento na solução por tempo determinado, de acordo com as respectivas características.*

#### OBSERVAÇÃO

Segundo as características do alimento, guarde-o sob refrigeração ou temperatura ambiental.

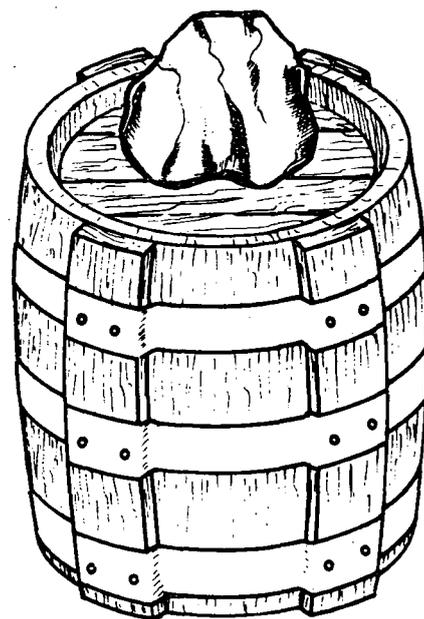


Fig.1





Operação manual que consiste em retirar partes inúteis e impu  
rezas que possam prejudicar o sabor dos alimentos preparados.  
Esses comestíveis servem de base ou acompanhamento a diversos  
pratos.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - FÍGADO

1º passo *Retire partes inúteis.*

#### OBSERVAÇÃO

Retire o fel do fígado, caso este ainda se apresen  
te na peça.

2º passo *Faça uma pequena incisão na pele, com a ponta da  
faca.*

3º passo *Levante a pele, com as mãos, retirando-a completamen  
te.*

#### CASO II - RIM

1º passo *Retire o sebo que envolve o rim.*

a *Faça uma incisão no se  
bo sem ferir a carne.*

b *Desprenda o sebo com as  
mãos.*

2º passo *Faça uma incisão no lado  
oposto do canal (fig.1).*

3º passo *Lave o rim em água fria.*



Fig.1

#### CASO III - CORAÇÃO

1º passo *Retire aderências e artérias.*

2º passo *Faça uma incisão até o centro em direção longitu  
dinal.*

3º passo *Retire a pele.*

4º passo *Lave o coração em água fria.*

CASO IV - MOELA

1º passo *Retire as aderências.*

2º passo *Corte a moela até a bol  
sa central.*

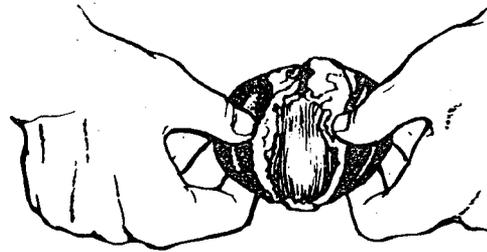


Fig.2

3º passo *Retire a bolsa interior (fig.2).*

CASO V - MIOLO

1º passo *Ponha o miolo de molho e deixe-o imerso na água  
meia hora aproximadamente.*

2º passo *Retire a pele, com as mãos.*

Operação manual que consiste em separar da carne o excesso de gordura, nervos, tendões e ossos. Com esse trabalho, eliminam-se as partes que prejudicam a boa aparência e o rendimento dos pratos preparados.

Deve-se evitar nessa operação qualquer corte que possa prejudicar a boa forma da peça.

A limpeza das carnes é feita antes de qualquer outro trabalho.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Lave a carne, se necessário.*

2º passo *Retire sebos e impurezas.*

a *Retire o sebo com a faca.*

b *Retire as partes inúteis.*

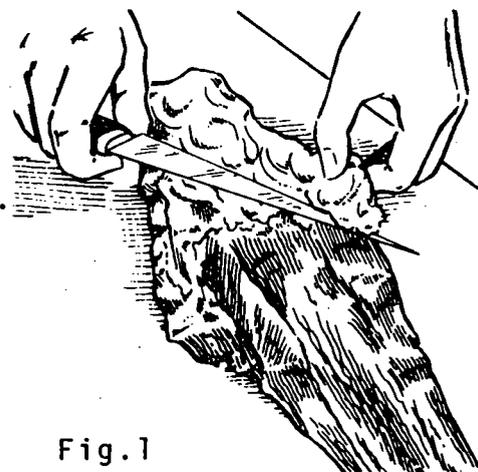


Fig.1

3º passo *Retire a gordura, com a faca (fig.1).*

### OBSERVAÇÃO

Na carne de porco, e em outras em que a receita exija, deixe uma pequena camada de gordura sobre a carne.

4º passo *Retire a pele, com as mãos ou faca pequena, conforme a necessidade (fig.2).*



Fig.2

5º passo *Retire tendões e nervos, usando a faca de açougue.*

6º passo *Retire os ossos.*

a Descubra os ossos introduzindo a faca entre os músculos.

b Desprenda a carne ao redor dos ossos usando a ponta da faca (fig.3).

c Retire os ossos.

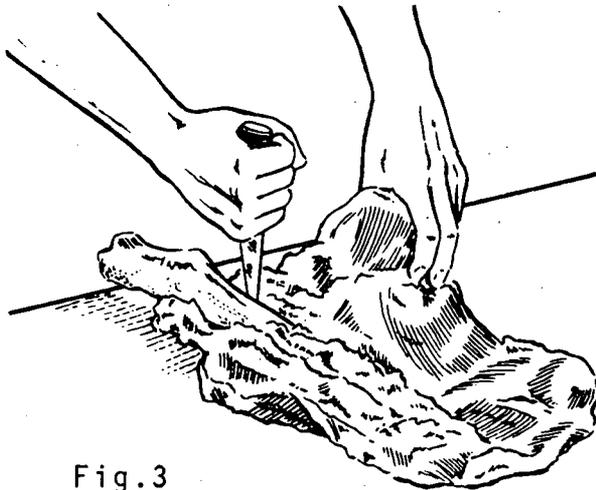


Fig.3

**OBSERVAÇÃO**

No caso da costeleta, limpa-se a ponta do osso sem retirá-lo.

**NOTA**

Na limpeza de carne de porco, a operação se completa da seguinte forma:

7º passo *Separe a pele do toucinho, com faca apropriada que deverá correr bem rente à pele (fig.4).*

8º passo *Corte o toucinho em fatias ou tiras, conforme a necessidade (fig.5).*

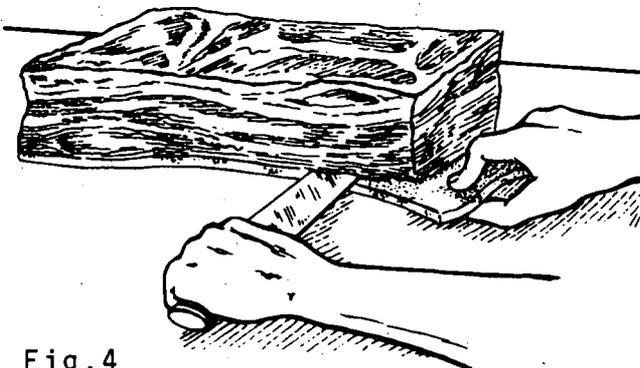


Fig.4

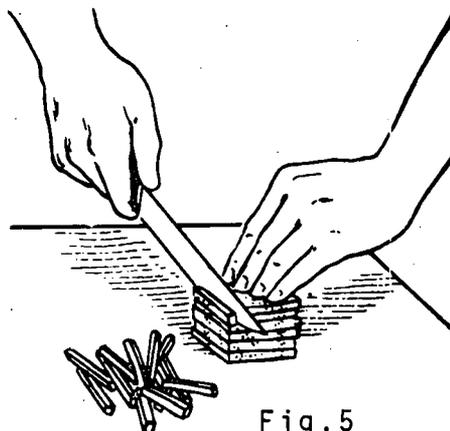


Fig.5

Operação manual que consiste em separar vísceras, nadadeiras, espinhas e cabeças desses comestíveis. Com essa operação pretende-se separar partes que prejudicam o sabor e atender a necessidade de variar as apresentações do alimento. A limpeza dos peixes deverá ser feita quando chegam à cozinha, antes de destiná-los à preparação ou conservação.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - PEIXE COMUM

1º passo *Retire as nadadeiras, com exceção da cauda.*

a Use tesoura apropriada ou faca.

b Corte junto à raiz (figs.1 e 2).

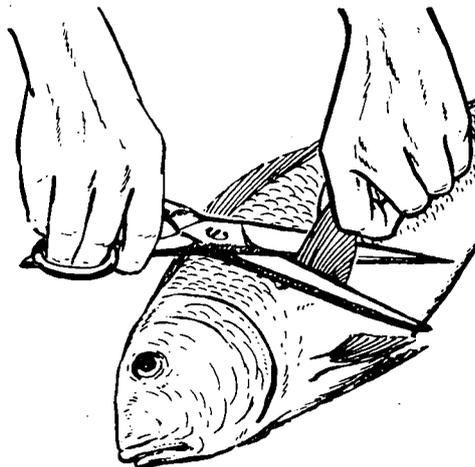


Fig.1

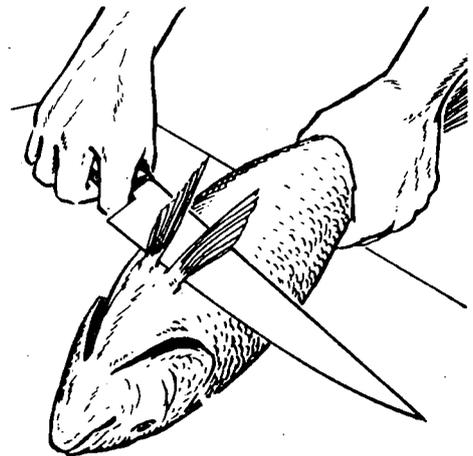


Fig.2

#### OBSERVAÇÃO

Quando os peixes são preparados "à azul" não se retiram as nadadeiras.

#### PRECAUÇÃO

EVITAR FERIR-SE COM AS PONTAS DAS NADADEIRAS. PERIGO DE INFECÇÃO.

2º passo *Retire as escamas.*

- a Segure o peixe pela cauda.
- b Raspe, com faca ou escova própria, da cauda para a ca-  
beça (fig.3).

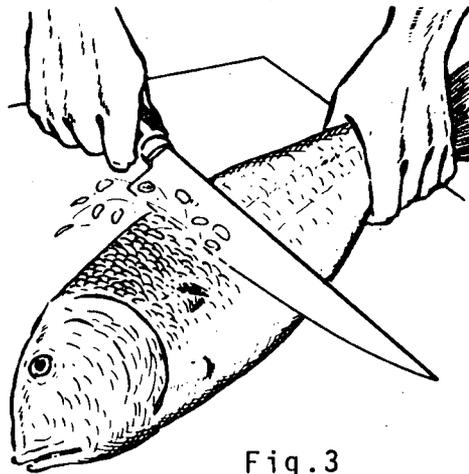


Fig.3

**OBSERVAÇÃO**

Este passo é dispensável quando os peixes destinados a filês possuírem escamas miúdas aderidas à pele.

3º passo *Abra o ventre, com faca de desossar, cortando do ânus até a cabeça (fig.4).*

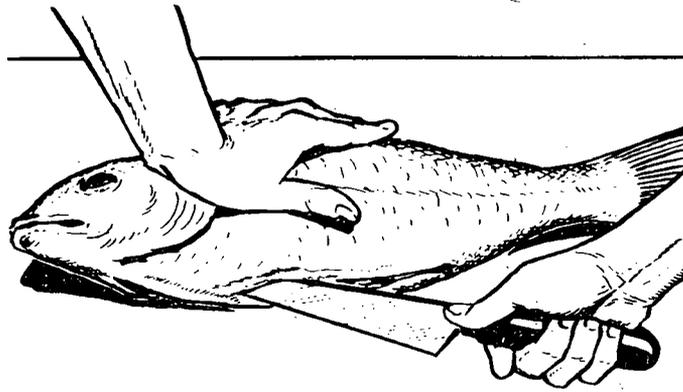


Fig.4

4º passo *Retire as vísceras.*

- a Puxe as vísceras com as mãos (fig.5).

- b Corte as tripas junto à cabeça com auxílio de faca.

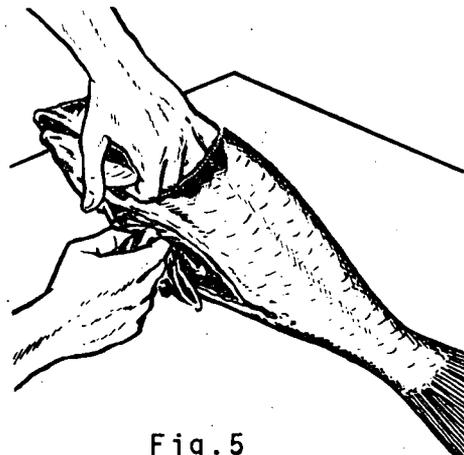


Fig.5

OBSERVAÇÕES

1) No caso dos peixes grandes deve-se retirar o fel, cuidadosamente, sem rompê-lo.

2) Quando o peixe vai ser preparado com a cabeça, retiram-se as guelras.

3) Nos peixes preparados "ã azul", as tripas são retiradas debaixo de uma leve corrente de água (fig.6) para evitar que o muco que cobre a pele se desprenda.

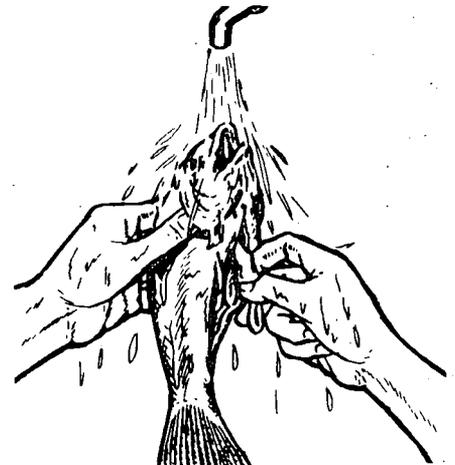


Fig.6

5º passo *Corte a cabeça (fig.7), quando a tarefa assim o exigir.*

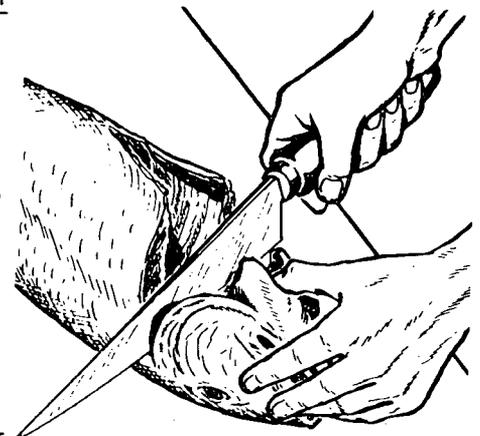


Fig.7

6º passo *Desosse o peixe, se necessário.*

- a Utilize faca de desossar.
- b Corte no sentido do comprimento e em ambos os lados da espinha dorsal conforme figura 8.
- c Corte sobre as espinhas, suavemente, até separar a carne.

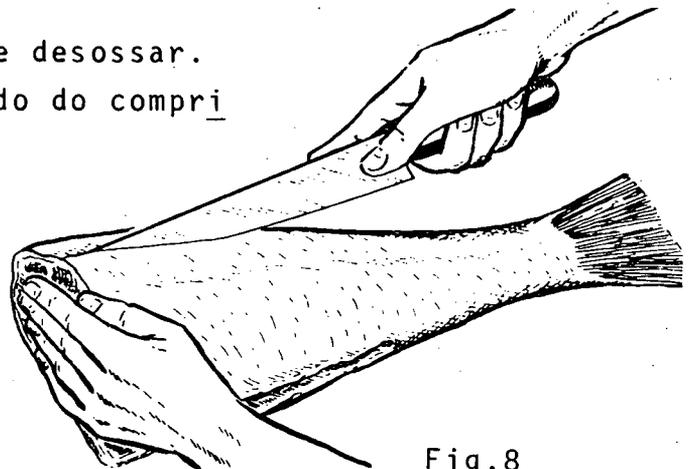


Fig.8

OBSERVAÇÕES

1) Este passo se realiza apenas quando o peixe é cortado para preparar filês.

2) Certas espécies de peixes apresentam uma estria, no centro do filê, que deve ser retirada.

7º passo *Retire a pele, se necessário.*

- a Segure pela ponta do filê.
- b Retire a pele deslizando uma faca apropriada, rente à pele (fig.9).

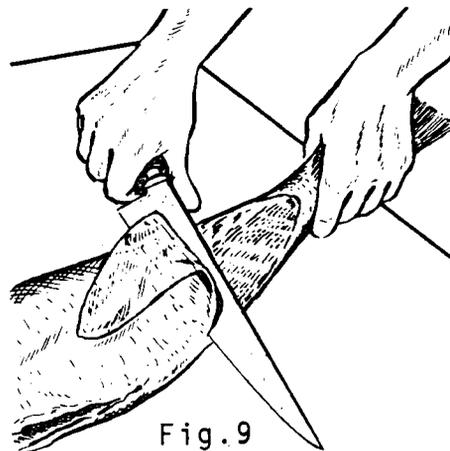


Fig.9

#### OBSERVAÇÃO

Este passo é realizado apenas quando o peixe é cortado para preparar filês.

8º passo *Lave o peixe, com abundante água fria.*

#### CASO II - PEIXE ACHATADO

1º passo *Retire a pele.*

- a Segure o peixe pela cauda.
- b Levante a pele da ponta da cauda com uma faca.
- c Retire a pele puxando da cauda para a cabeça com as mãos e use faca, se necessário (fig.10).

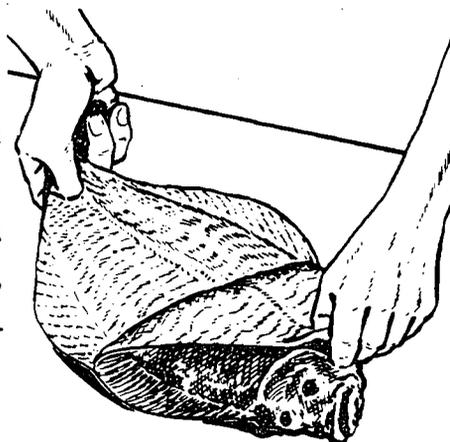


Fig.10

#### OBSERVAÇÕES

- 1) Desprenda primeiramente a pele da parte superior (escura) do peixe.
- 2) A pele da parte inferior (clara) poderá ou não ser retirada, conforme a tarefa.

2º passo *Retire as vísceras.*

a Faça um corte do ânus até a cabeça ao longo do ventre (fig.11).

b Recorte as vísceras na união com a cabeça.

3º passo *Corte a cabeça, se necessário.*

4º passo *Separe os filês, se necessário.*

a Faça um corte na estria central do peixe.

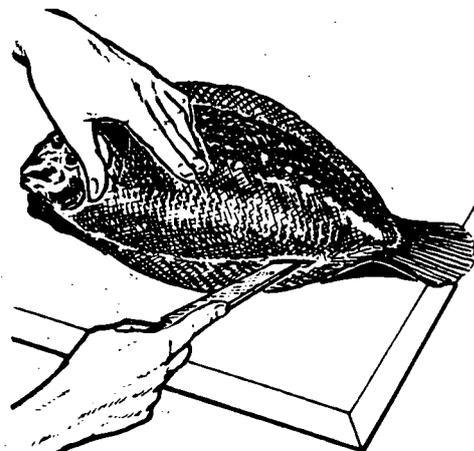


Fig.11

b Desprenda com a ponta da faca os 4 filês do centro, da espinha para fora (fig.12).

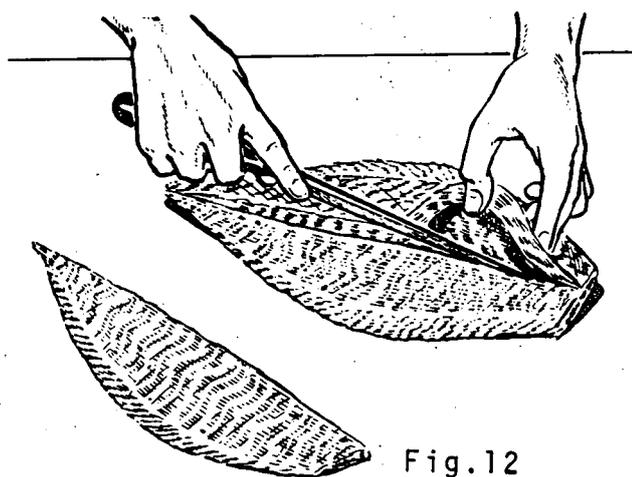


Fig.12

**OBSERVAÇÃO**

Evite deixar carne junto à cabeça e às espinhas.

5º passo *Lave em água fria.*



Operação que consiste em separar da concha a parte comestível e, em seguida, retirar as barbas aderidas ao molusco. Essa operação permite uma apresentação satisfatória dos moluscos para emprego em guarnições ou para utilização simples.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Lave o molusco.*

- a Use água corrente fria.
- b Esfregue a concha com uma escova (fig.1) ou raspe-a com a faca.

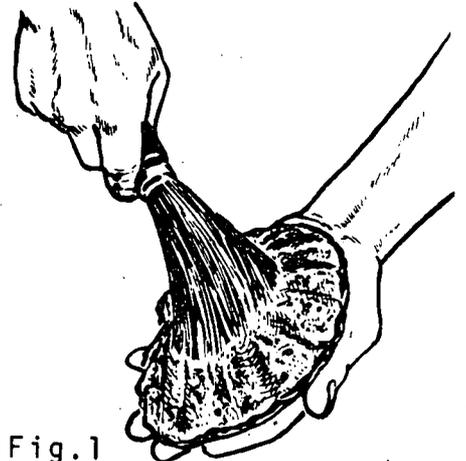


Fig.1

2º passo *Abra e separe as conchas.*

*CASO I - OSTRAS*

- a Introduza a ponta da faca na união das conchas conforme figura 2.

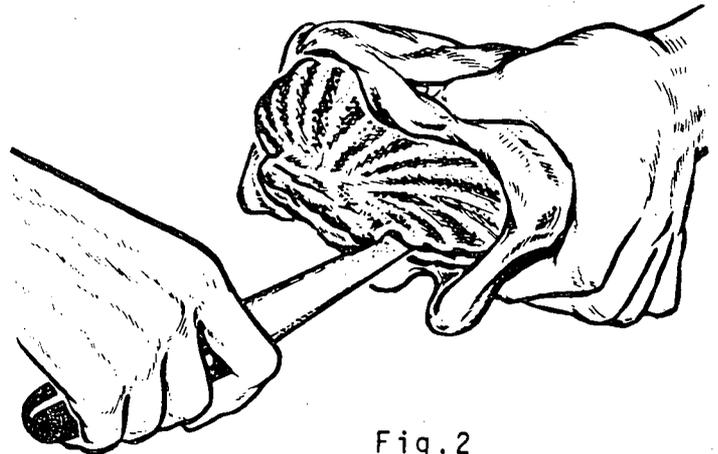


Fig.2

**PRECAUÇÃO**

*PROTEJA A MÃO QUE SEGURA A OSTRA, PARA EVITAR QUE A PONTA DA FACA CAUSE FERIMENTOS.*

- b Abra a concha.



CASO II - MEXILHÕES E SIMILARES.

- a Coloque o mexilhão em um recipiente.
- b Guise o molusco usando vinho branco e condimentos.

OBSERVAÇÕES

- 1) Os moluscos abertos antes do tratamento e aqueles que não se abrem durante a cocção devem ser retirados.
- 2) As ostras comidas cruas são apresentadas na concha com o próprio caldo, sem outro trabalho de preparação.

3º passo *Retire a carne da concha, com a ponta da faca.*

4º passo *Retire as barbas, com as mãos.*

5º passo *Guarde o molusco, sob refrigeração.*

OBSERVAÇÕES

- 1) Em caso de ostras e outros moluscos crus, guarde-os em seu próprio suco ou em água salgada quando retirados da concha.
- 2) Em caso de mexilhões e similares, mantenha-os cobertos com o líquido em que foram guisados.



Operação manual que consiste em retirar as partes inúteis e as impurezas e cortar os crustáceos de modo a lhes dar forma e apresentação adequadas.

Os crustáceos são utilizados em pratos frios ou quentes das mais variadas formas.

Segundo a tarefa, alguns dos passos podem ser feitos antes ou depois de um trabalho de cocção.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO A - CAMARÕES, LAGOSTINS E SIMILARES

1º passo *Lave o crustáceo em água fria.*

#### PRECAUÇÃO

*EVITE FERIR-SE NAS PROTUBERÂNCIAS E FERRÕES, POIS HÁ PERIGO DE INFECÇÃO.*

2º passo *Cozinhe o crustáceo, conforme a receita.*

3º passo *Descasque o crustáceo.*

a *Separe o corpo da cauda com as mãos.*

b *Descasque a cauda.*

c *Retire a "tripa" da cauda.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Segundo os casos, este passo pode ser realizado antes da cocção.

2) As cascas poderão ser utilizadas na confecção de manteigas compostas.

CASO B - LAGOSTAS E SIMILARES APRESENTADAS INTEIRAS

1º passo *Lave o crustáceo.*

2º passo *Amarre-o sobre uma tábua.*

- a *Estenda-o completamente sobre a tábua.*
- b *Amarre-o firmemente com barbante (fig.1).*

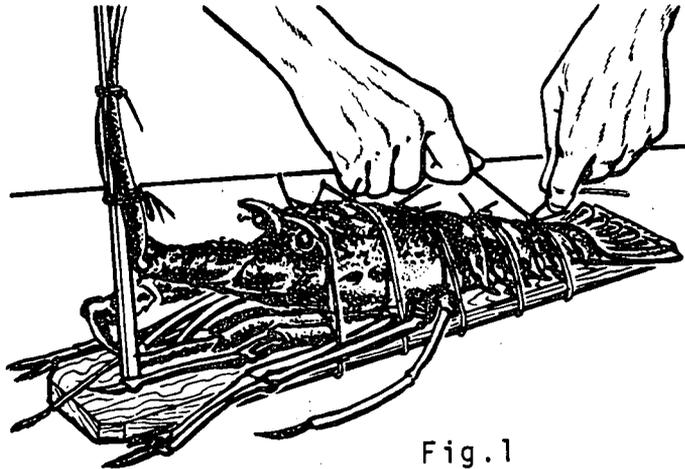


Fig.1

3º passo *Cozinhe o crustáceo, conforme a receita.*

4º passo *Retire o barbante.*

5º passo *Retire a carne da cauda.*

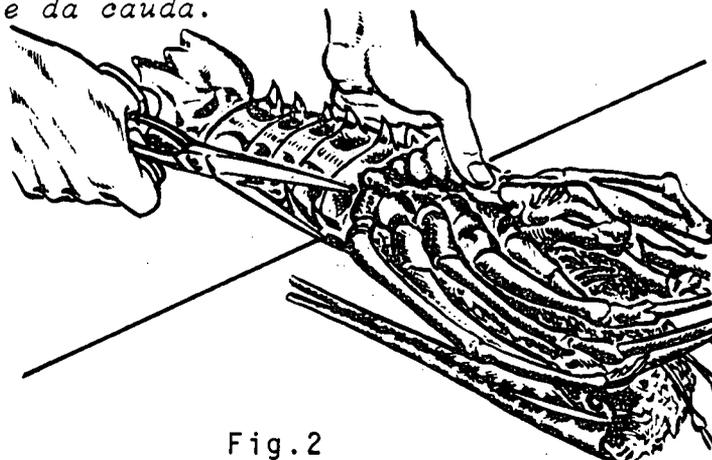


Fig.2

- a *Abra a parte inferior da cauda com uma tesoura conforme figura 2.*
- b *Retire a casca inferior da cauda.*
- c *Retire a carne cuidadosamente sem fracioná-la.*

6º passo *Retire o coral do corpo, com uma pequena colher.*

**OBSERVAÇÃO**

Conserve o coral em recipiente para uso posterior.

7º passo *Limpe o interior do crustáceo.*

8º passo *Desprenda as pinças do corpo, se necessário.*

9º passo *Quebre as pinças com um golpe de faca (fig.3), se necessário.*

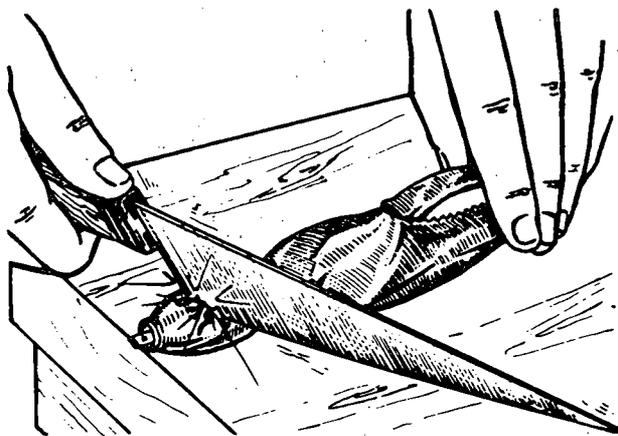


Fig.3

**OBSERVAÇÃO**

Procure não desmanchar a carne do interior da pinça.

10º passo *Retire a carne da pinça, se necessário.*

- a Retire os fragmentos da casca.
- b Retire a carne cuidadosamente sem rompê-la.
- c Retire a cartilagem dentro da carne.

**NOTA**

Os passos 8º, 9º e 10º somente se realizam se a receita assim o exigir.

## CASO C - LAGOSTA E SIMILARES APRESENTADOS EM METADE

- 1º passo *Lave o crustáceo.*
- 2º passo *Cozinhe o crustáceo, se a receita o exigir.*
- 3º passo *Divida o crustáceo em metades ao comprimento, conforme figura 4.*

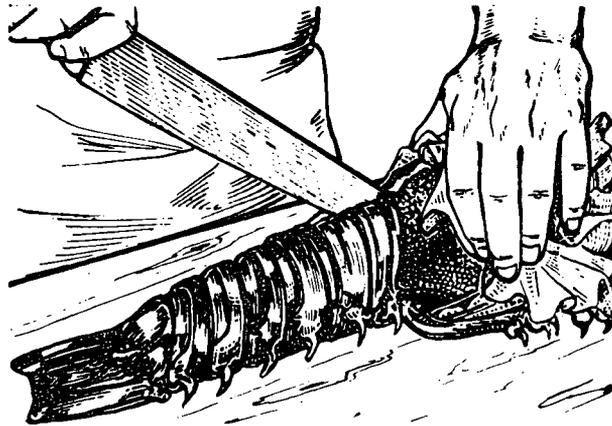


Fig.4

- 4º passo *Retire as partes não comestíveis.*
- a *Retire a tripa da cauda.*
  - b *Retire a bolsa de areia.*

**PRECAUÇÃO**

*NA MANIPULAÇÃO DE LAGOSTAS E SIMILARES PROTEJA AS MÃOS COM UM PANO PARA EVITAR FERIMENTOS.*

Operação manual que consiste em retirar as partes não comestíveis, reservar os miúdos e, às vèzes, cortar e armar as aves.

O trabalho de corte deve ser feito de forma adequada à confecção de determinados pratos, além de se procurar dar melhor apresentação ao alimento. Geralmente, as aves chegam à cozinha abatidas e em estado de limpeza inicial.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

19 passo *Retire as vísceras.*

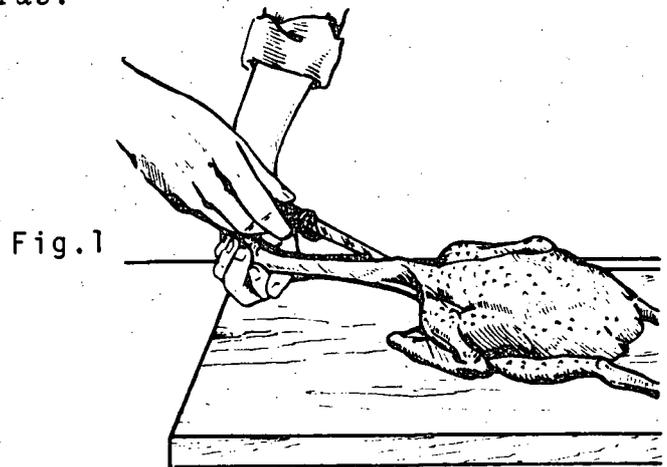


Fig.1

- a Faça uma incisão na parte superior do pescoço com o formato da figura 1.
- b Introduza pela incisão do pescoço o dedo indicador e descole o esôfago e pulmões.
- c Faça uma incisão no ânus (fig.2).

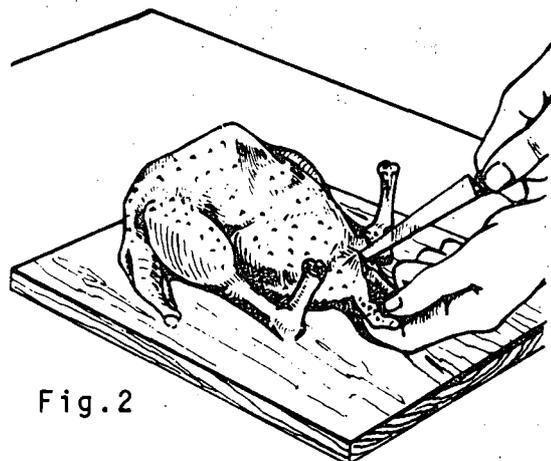


Fig.2

- d Introduza os dedos indicador e médio deslocando as vísceras.

e Puxe as vísceras pela incisão inferior e corte os intestinos rente ao corpo da ave (fig.3).

OBSERVAÇÕES

- 1) Puxe as vísceras com cuidado para não abrir o fel.
- 2) Em certos casos, antes de iniciar o passo 1º, deve-se flambar a ave com álcool.

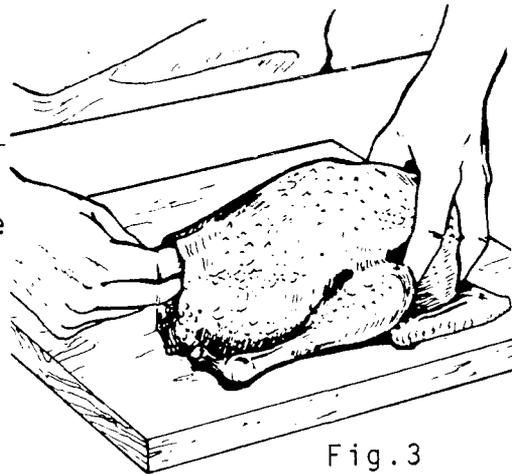


Fig.3

2º passo *Separe o pescoço.*

- a Use faca adequada.
- b Corte na junção da espinha dorsal (fig.4).

OBSERVAÇÃO

A pele que foi desligada do pescoço não deve ser cortada.

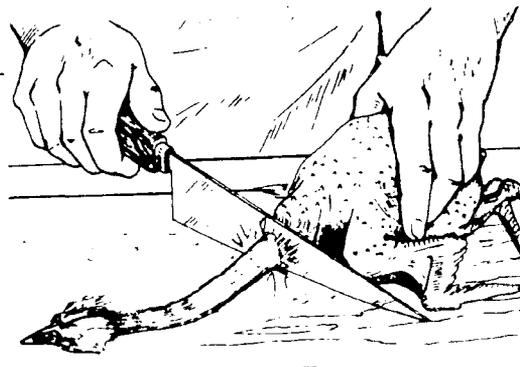


Fig.4

3º passo *Separe a cabeça do pescoço.*

Fig.5

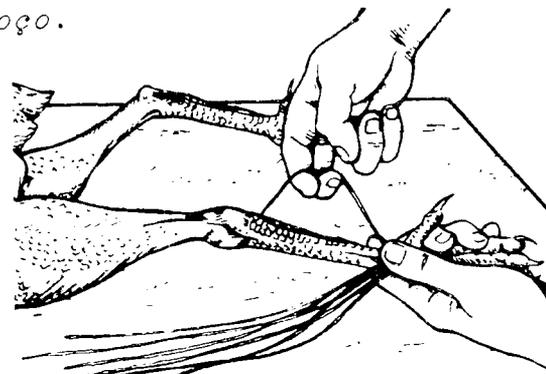
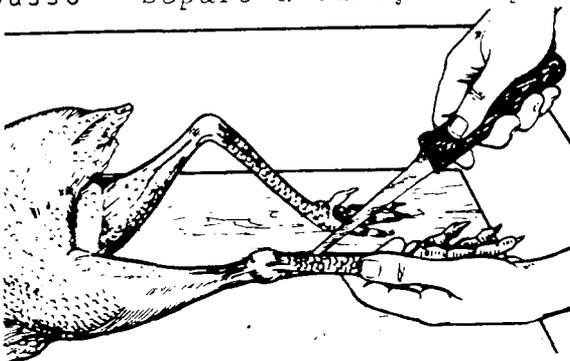


Fig.6

4º passo *Retire os nervos das pernas.*

- a Faça uma incisão desde os dedos até a junção com a coxa (figs.5 e 6).
- b Puxe os sete nervos de cada perna, um por um.

OBSERVAÇÃO

Este passo é mais indicado para os perus.

5º passo *Separe as pernas das coxas, cortando aproximadamente 1 cm abaixo da junção da perna com a coxa.*

OBSERVAÇÃO

No caso de grelhados, corta-se na junta.

6º passo *Lave a ave.*

a Coloque-a sob a ação de água fria.

b Esfregue com as mãos a parte interna e externa.

7º passo *Arme a ave para assar ou cozinhar.*

a Apanhe agulha e barbante.

b Introduza a agulha de uma asa a outra, por dentro do frango (fig.7).

c Introduza a agulha novamente de uma coxa a outra na junção da coxa com a entrecoxa (fig.8).

d Ligue as duas pontas, fazendo um nó (fig.9).

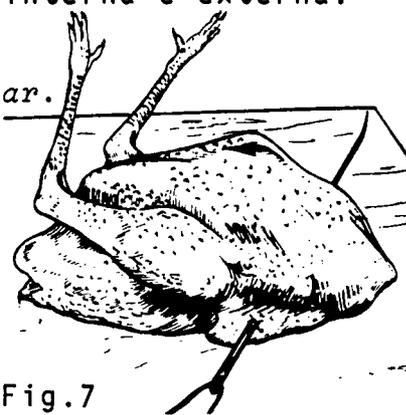


Fig.7

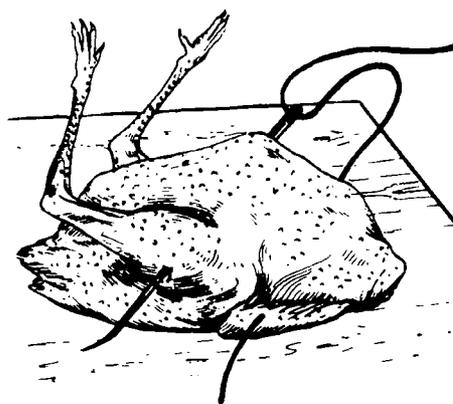


Fig.8

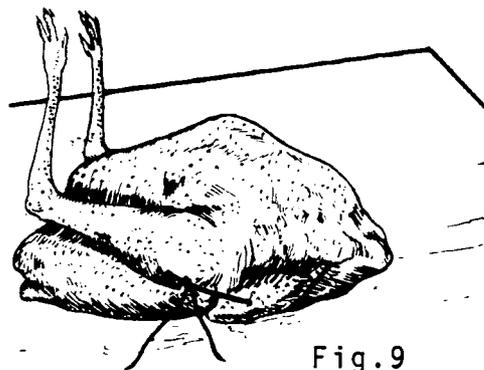


Fig.9

e Faça nova operação de ligamento na ponta superior das duas coxas, voltando a agulha por dentro, rente a espinha dorsal (fig.10).



Fig.10

OBSERVAÇÃO

Pode-se, também, armar a ave colocando-a de peito para cima e cruzando o barbante por fora entre as coxas, voltando até as asas e cruzando novamente (figuras 11, 12, 13, 14 e 15).

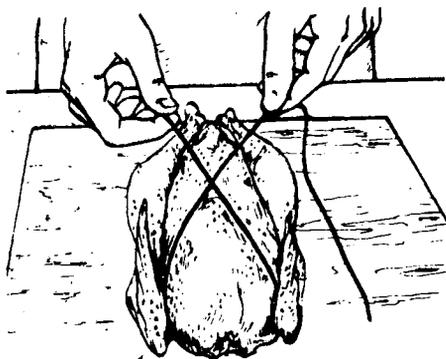


Fig.11

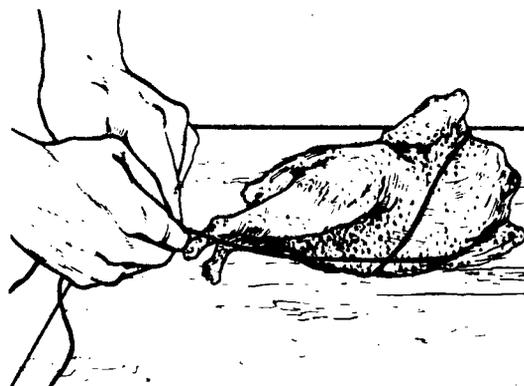


Fig.12

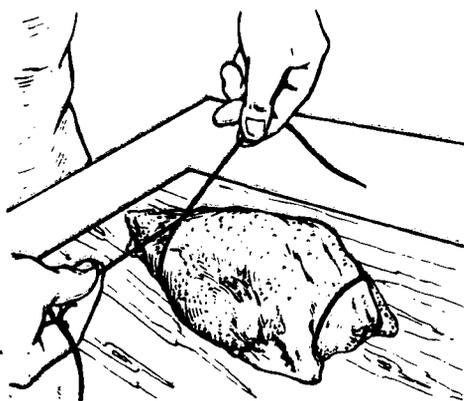


Fig.13

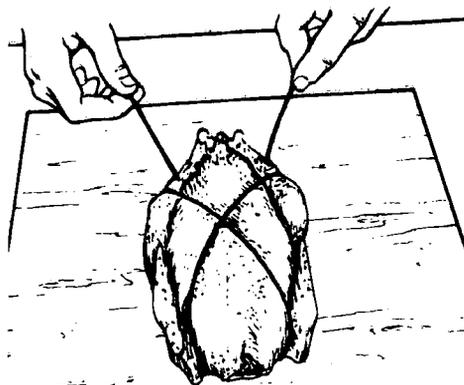


Fig.14

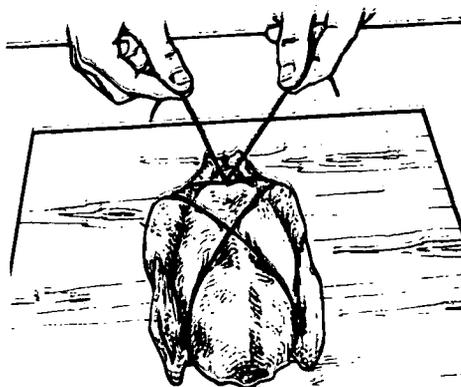


Fig.15

8º passo Corte a ave, para prepara-  
ções específicas.

CASO I - PARA METADES E QUARTOS

a Corte a ave no sentido do comprimento ao lado da espinha e no centro do esterno (figs.16 e 17).

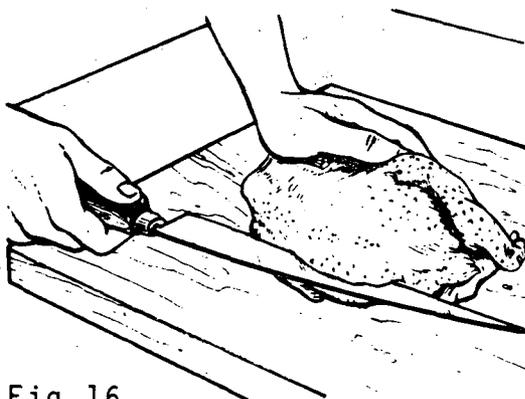


Fig.16

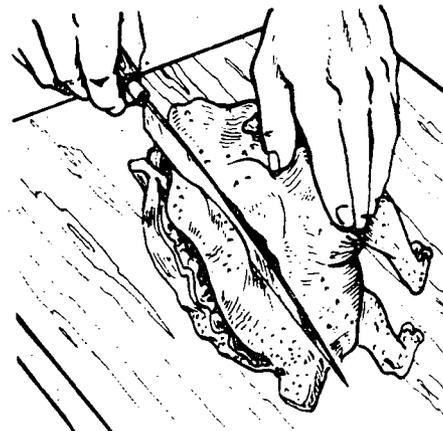


Fig.17

b Retire a espinha dorsal da metade em que ficou ligada (fig.18).



Fig.18

c Separe a coxa do peito, pela junção natural.

CASO II - PARA PREPARAÇÃO INTEIRA

a Retire a espinha dorsal cortando do pescoço até o rabo, de ambos os lados conforme figura 19.

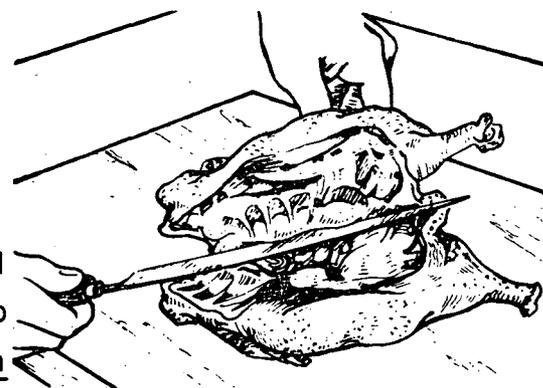


Fig.19

b Abra a ave.

CASO III - PARA PREPARAÇÃO "à la Crapaudine"

- a Coloque o frango com o peito para cima.  
b Separe o peito passando a faca da ponta do esterno até a raiz das asas (figs. 20 e 21).

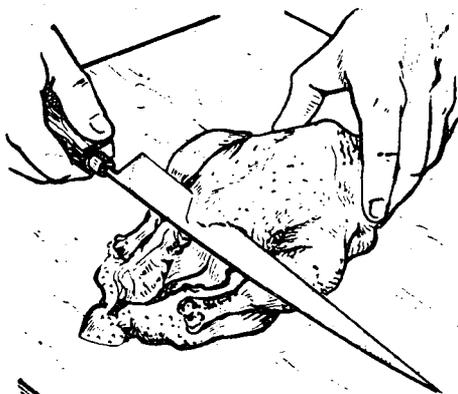


Fig.20

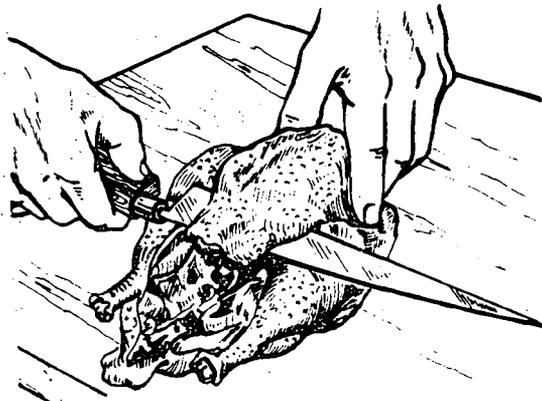


Fig.21

- c Dobre o peito para a frente (figs. 22 e 23).

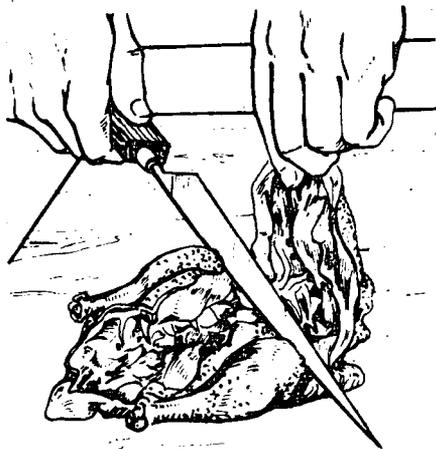


Fig.22

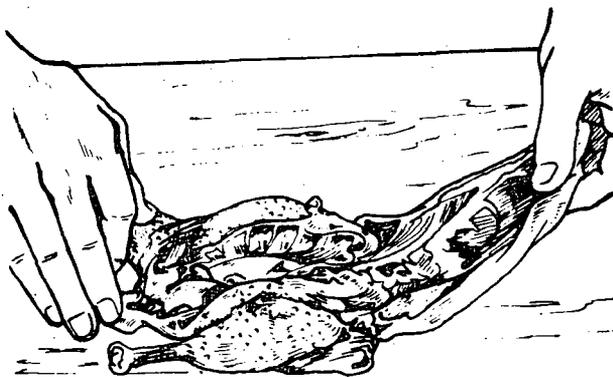


Fig.23

- d Abra o peito retirando o osso (fig.24).



Fig.24



Fig.25

- e Vire a ave (fig.25).

**OBSERVAÇÃO**

Nos casos I;II e III para grelhados, golpeia-se suavemente a ave com a batedeira de bife deixando espessura uniforme.

*CASO IV - PARA "SUPREMO"*

a Introduza a faca por um dos lados do frango ao longo do osso do peito, até a raiz da asa (fig.26).

b Separe a carne dos ossos, com o auxílio da faca conforme figura 27.

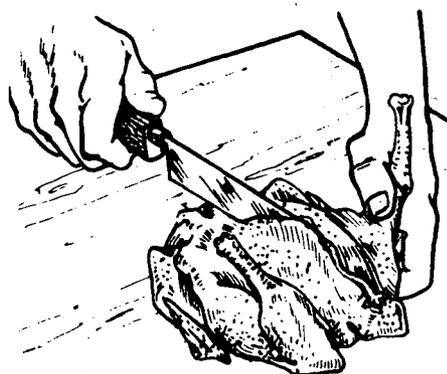


Fig.26

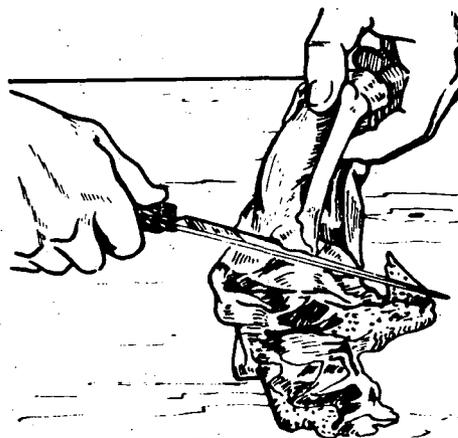


Fig.27

c Retire a pele.

d Repita o passo do outro lado.

**OBSERVAÇÃO**

No trabalho de corte, as asas, às vezes, são retiradas.



Operação manual que consiste em envolver carnes, aves, legumes, peixes e outros comestíveis em uma crosta de massa. O empanado impede a saída de substâncias do alimento e protege-o do contato direto com a gordura.

O principal objetivo do empanado é recobrir os alimentos que possuem pouco amido de uma camada que favoreça sua fritura. Os processos mais comuns de empanar são: *à milanesa*, *à inglesa*, *à dorê* e *à orly*.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Unte o alimento, no caso de empanados à inglesa, usando manteiga derretida.*

2º passo *Passe na farinha de trigo (fig. 1).*

**OBSERVAÇÃO**

Este passo se executa nos empanados *à milanesa*, *à dorê* e na fritura simples do peixe.

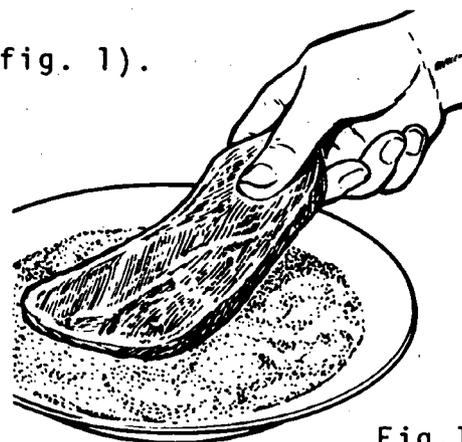


Fig.1

3º passo *Passe em ovos batidos.*

- a Bata os ovos rapidamente.
- b Passe o comestível nos ovos.

**OBSERVAÇÃO**

Este passo se executa nos empanados *à milanesa* e *à dorê*.

4º passo *Passe na farinha de rosca.*

**OBSERVAÇÃO**

Este passo se executa nos empanados *à milanesa* e *à inglesa*.

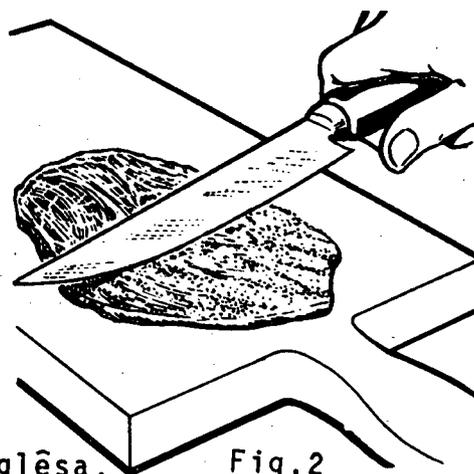


Fig.2

5º passo *Fixe a cobertura, com as mãos ou com a lâmina da faca, amassando suavemente (fig. 2).*



Operação manual que consiste em dar formas específicas às variadas massas usadas na cozinha.

O trabalho de modelar também permite melhor apresentação de determinados alimentos, tanto ao prepará-los como ao decorá-los.

Modelam-se massas na confecção de empanadas, bolinhos, croquetes, "risolis", nhoques etc.

Usam-se também massas de manteiga composta, de maionese, de batata e outros, para decoração de pratos.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - MANUAL

1º passo *Divida a massa em pequenos pedaços.*

#### OBSERVAÇÃO

A massa é preparada conforme a receita.

2º passo *Forme bolinhas da massa.*

a Polvilhe farinha de trigo ou use gordura líquida nas mãos.

b Tome um pedaço da massa

c Faça movimentos giratorios com as mãos (fig.1),

ou em cima de uma superfície lisa, para a preparação de duas bolinhas de uma vez.



Fig.1

3º passo *Modele a massa.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Para rodelas, achate levemente a bolinha de massa já preparada (fig.2) e apare as bordas, se necessário.

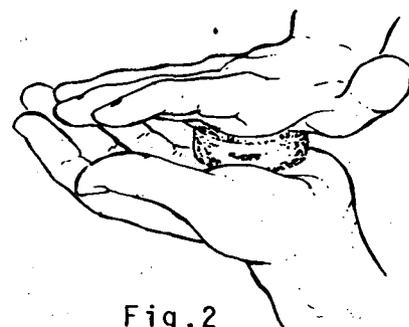


Fig.2

2) Para cilindros, alongue a bolinha inicial fazendo um movimento de vai-vém com as mãos (fig.3).

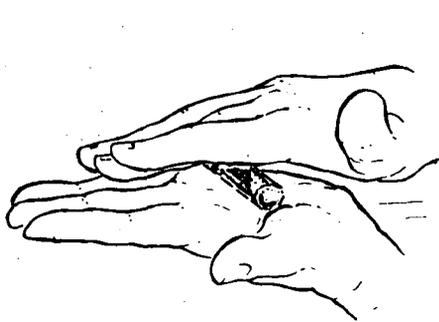


Fig.3



Fig.4

3) Para recheios, forme com a bolinha inicial a forminha (fig.4) e utilize outra bolinha de massa para cobrir a forma (fig.5). Cobri-se a forminha após a colocação do recheio.



Fig.5

CASO II - COM ROLO DE CONFEITEIRO

1º passo *Retire um pedaço de massa.*

OBSERVAÇÃO

A quantidade varia conforme as necessidades.

2º passo *Abra a massa.*

a Polvilhe a mesa e a massa com farinha de trigo.

b Movimente o rolo abrindo a massa na espessura desejada, conforme figura 6.

c Modele a massa.

d Corte a massa.

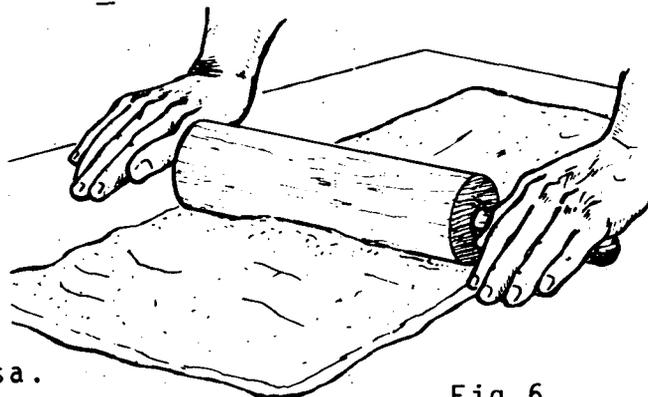


Fig.6

OBSERVAÇÃO

Quando a massa receber recheio, cortá-la somente de pois de recheada (figs.7 e 8).

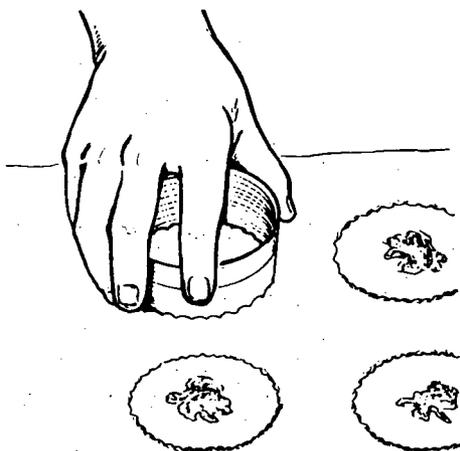


Fig.7

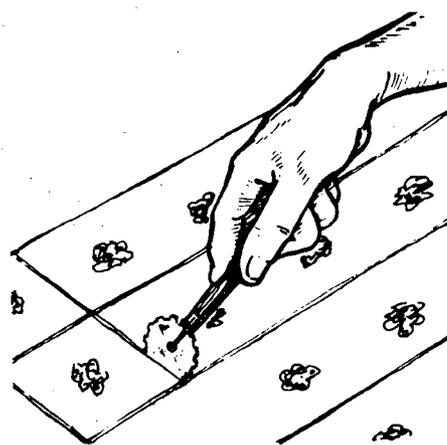


Fig.8

CASO III - COM MÁQUINA DE CILINDRO

- 1º passo *Coloque o pedaço de massa entre os cilindros.*
- 2º passo *Repita a operação até a massa ficar bem elástica.*
- 3º passo *Gradue os cilindros até ficar na espessura desejada.*

OBSERVAÇÃO

A massa deve ser polvilhada de farinha de trigo antes de cada passagem nos cilindros.

CASO IV - COM SACO DE CONFEITEIRO

- 1º passo *Coloque no saco o bico apropriado.*

OBSERVAÇÕES

1) O modelo do bico será escolhido de acordo com as necessidades decorativas.

2) O saco de confeiteiro pode ser de lona, plástico ou papel, sendo que neste último caso geralmente não se usa o bico.

2º passo *Encha o saco com a massa.*

**OBSERVAÇÃO**

Não encha o saco do confeiteiro além de 2/3 com forme figura 9.

3º passo *Feche o saco na parte superior, dando uma volta na parte livre do saco (fig.10).*

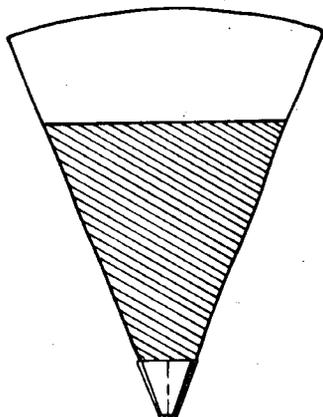


Fig. 9

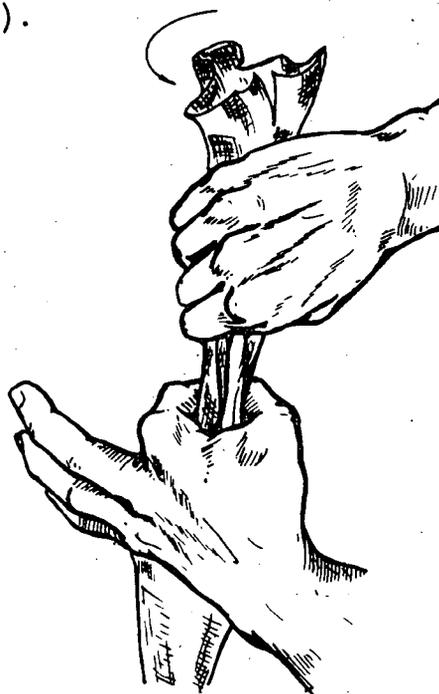


Fig. 10

4º passo *Modele a massa, se a tarefa o exigir (fig.11).*



Fig. 11



Operação manual que consiste em combinar diferentes comestíveis para conseguir novo sabor.

Combinam-se alimentos crus ou cozidos, tais como, frutas, latifícios e outros. Por este processo chega-se aos molhos, saladas, purês, massas para recheios, pasta e similares a serem utilizados em pratos frios ou quentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - POR MISTURA

1º passo *Prepare os alimentos, usando recipiente adequado.*

#### OBSERVAÇÃO

Os alimentos poderão ser cozidos ou crus.

2º passo *Corte os alimentos, de acordo com a tarefa.*

3º passo *Misture os alimentos básicos com o complemento de sabor.*

a Use colher grande.

b Misture cuidadosamente para não machucar os alimentos.

#### OBSERVAÇÃO

Os complementos de sabor são os molhos, a manteiga e os cremes, condimentos e aromatizantes.

#### CASO II - POR COMPOSIÇÃO

1º passo *Amasse o alimento, usando peneira ou liquidificador.*

2º passo *Coloque o alimento principal em recipiente adequado.*

#### OBSERVAÇÃO

Não use mais de 2/3 do recipiente.

3º passo *Prepare os ingredientes complementares, usando batedor de arame (fig.1) ou amasse com as mãos, conforme a tarefa.*

**OBSERVAÇÃO**

Em certos casos, o alimento complementar, ao ser batido, deve ficar espumoso.

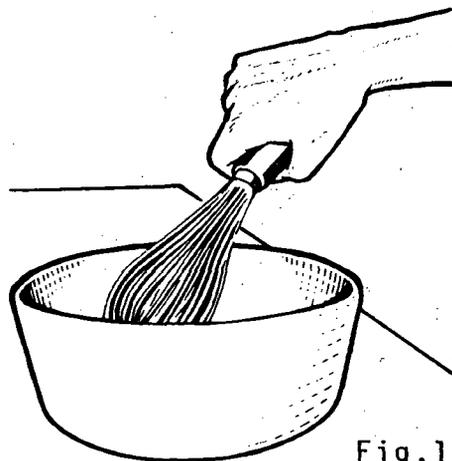


Fig.1

4º passo *Junte os ingredientes complementares ao principal.*

a Use a colher de pau conforme figura 2.

b Misture levemente.

**OBSERVAÇÕES**

1) Em casos de purês quentes e "patês", bata ou amasse vigorosamente.

2) Nas massas de carnes cruas, juntam-se os líquidos pouco a pouco.

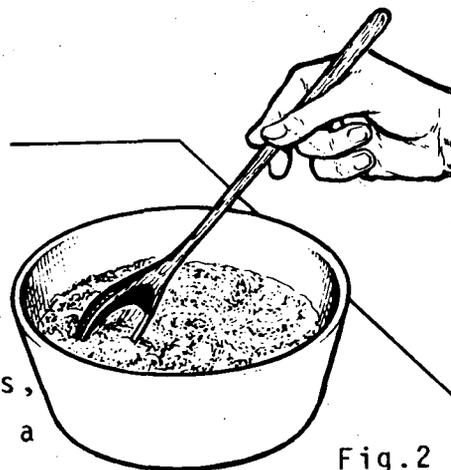


Fig.2

5º passo *Coloque na forma, se necessário.*

**OBSERVAÇÃO**

Conforme a tarefa, a forma é untada ou forrada.

6º passo *Leve ao forno ou geladeira.*

7º passo *Desenforme.*

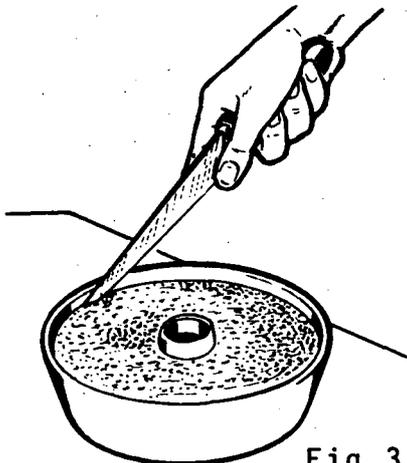


Fig.3



Fig.4

a Passe a ponta da faca entre o alimento e a forma conforme figura 3.

b Coloque um recipiente plano sobre a forma (figs.4 e 5).

c Vire-os juntos (figs.6 e 7) Fig.5

d Retire a forma (fig.8).

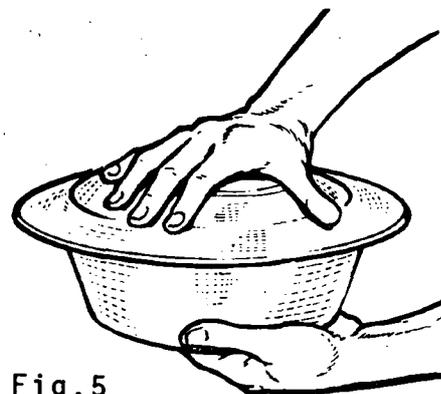


Fig.6

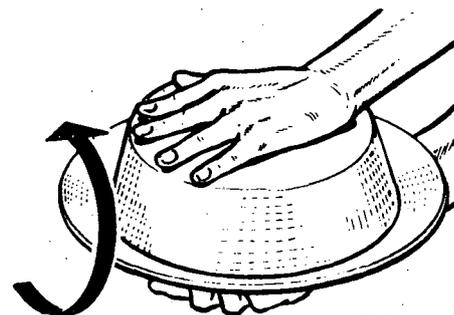


Fig.7

OBSERVAÇÕES

1) Nem todos os alimentos são desenformados.

2) Nos alimentos que vão à geladeira, antes de desenformá-los deve-se mergulhar a forma durante um instante em água quente.

3) No caso do alimento não sair com facilidade, golpeie, suavemente, a base da forma.



Fig.8



Operação que deve ser realizada com machadinha ou serra de aço para reduzir o tamanho dos ossos. Uma vez picados, os ossos são mais fáceis de manipular e sua cocção é mais rápida.

Os ossos de gado, aves, caça e, também, espinhas de peixes grandes picam-se e formam, junto com restos de carne, verduras, temperos e água, a base para fundos e caldos.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Pique os ossos.*

#### *CASO I - COM MACHADINHA*

- a Coloque os ossos sobre o talho; segure os ossos grandes com uma das mãos.
- b Pique com a ponta da machadinha (fig.1).

#### *CASO II - COM SERRA*

- a Gradue o guia de corte da serra.
- b "Corte" os ossos em pedaços.

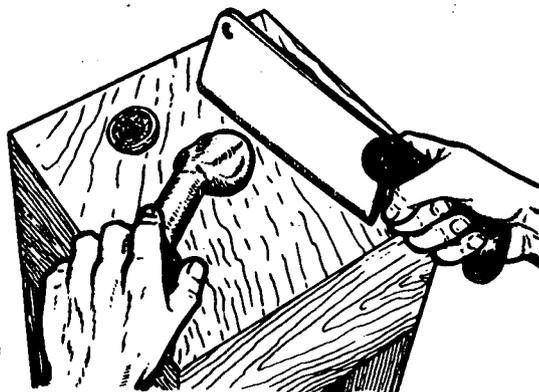


Fig. 1

#### PRECAUÇÕES

- 1) PERIGO DE CORTE! SEGURE FIRMEMENTE OS INSTRUMENTOS DE TRABALHO.
- 2) CUIDADO COM AS FARPAS DOS OSSOS! PROTEJA OS OLHOS E AS MÃOS.

2º passo *Separe a medula dos ossos.*

- a Quebre os ossos com a parte posterior da machadinha.
- b Retire a medula sem esmigalhá-la.

3º passo *Lave os ossos em água fria e deixe escorrer a água.*



Operação que consiste em reduzir o tamanho do comestível e dar-lhe formas diversas, conforme as necessidades de sua utilização. O corte favorece o cozimento e a apresentação do alimento que se destina a acompanhamento, ingrediente, base e até mesmo condimento de pratos frios ou quentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - CORTE EM FATIAS COM FACA

1º passo Coloque o alimento para o corte, utilizando tábua de cozinha.

2º passo Corrija a forma, recortando as partes irregulares conforme figura 1.

3º passo Corte em fatias (fig.2).

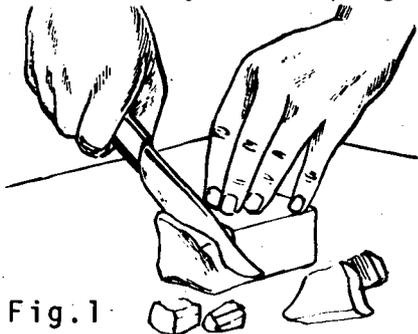


Fig.1

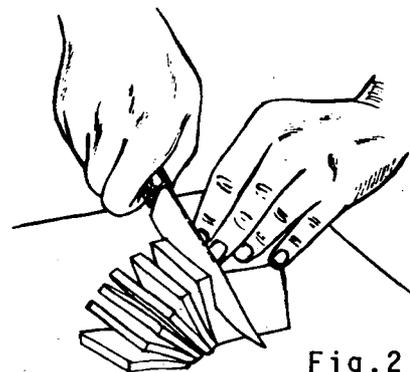


Fig.2

#### OBSERVAÇÕES

1) A correção do alimento para a forma retangular ou quadrada, apenas se faz quando se pretendem outros cortes.

2) A largura da fatia também varia de acordo com as necessidades dos demais cortes.

3) Efeitos especiais para adornos se obtêm cortando em fatias com uma faca de fio estriado conforme figura 3.

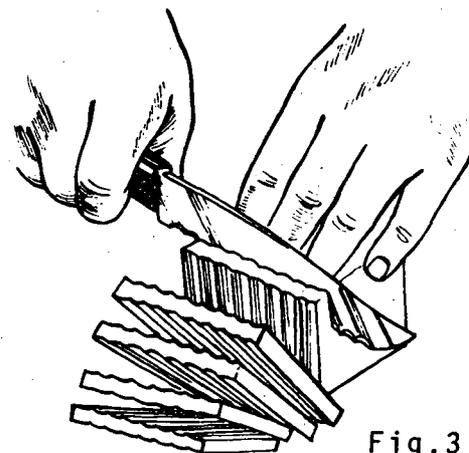


Fig.3

4º passo *Corte as fatias em tiras.*

OBSERVAÇÕES

- 1) O corte em tiras bem finas é chamado "Juliana" conforme figura 4.
- 2) O corte em tiras grossas vai do tipo palito ao "Point-Neuf", tiras grossas, (fig.5):

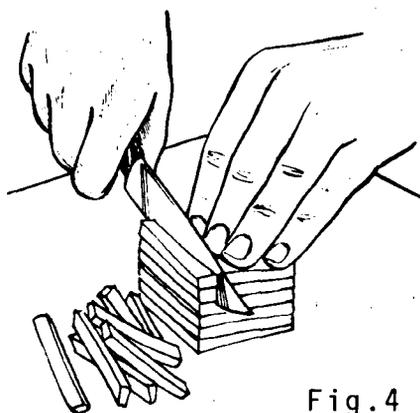


Fig.4

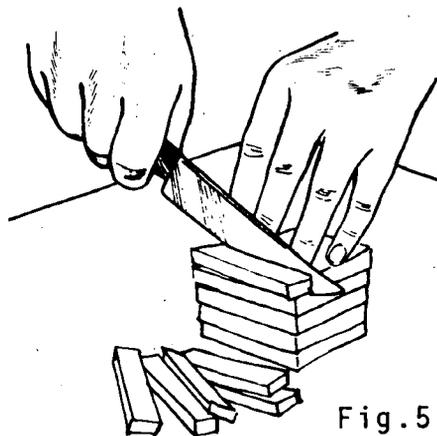


Fig.5

5º passo *Corte as tiras transversalmente em dados.*

OBSERVAÇÕES

- 1) O corte das julianas dá a "Brunoise" (fig.6).
- 2) O corte do palito dá a "Printanière" (fig.7).
- 3) Os cortes intermediários do palito ao "Point Neuf" dão a "Macedoine" (fig.8).
- 4) O corte do palito em pedacinhos finos dá a "paysanne".

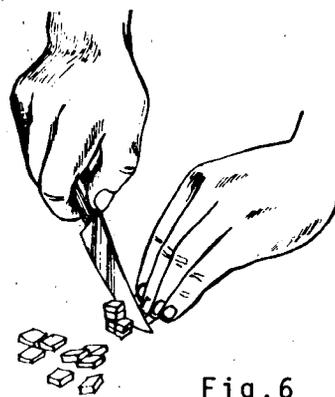


Fig.6

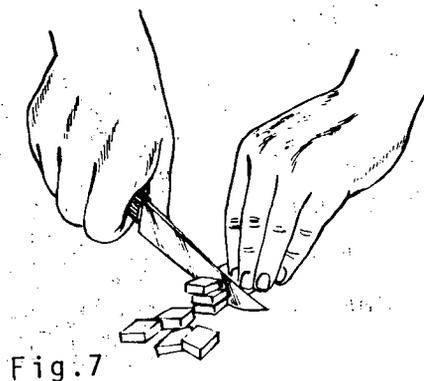


Fig.7

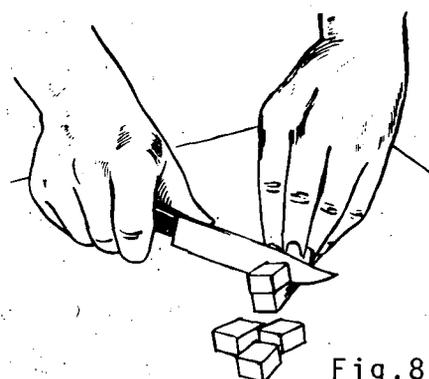


Fig.8

6º passo *Pique miúdo, utilizando faca grande de cozinha ou meia-lua.*

*CASO II - CORTE EM GOMOS COM FACA*

1º passo *Coloque o comestível sobre a tábua.*

2º passo *Corte o comestível ao meio conforme figura 9.*

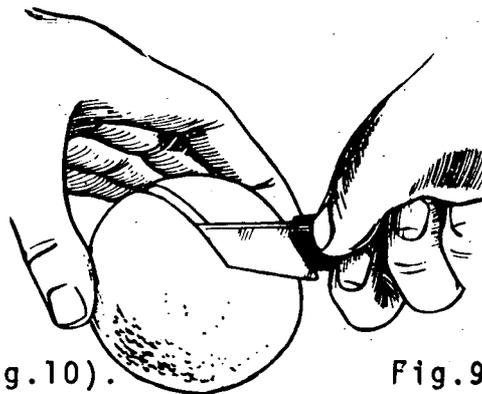


Fig.9

**OBSERVAÇÃO**

Em casos de alimentos com pridos, corta-se em pedaços antes de partir ao meio (fig.10).

3º passo *Divida cada metade em quartos ou sextos, sempre em sentido longitudinal (fig.11).*

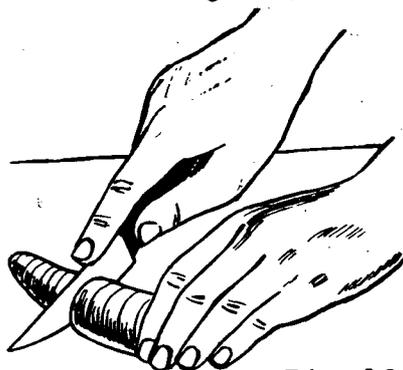


Fig.10

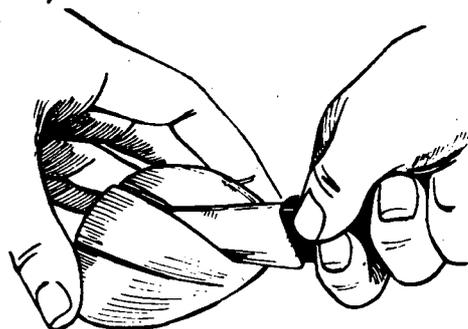


Fig.11

**OBSERVAÇÃO**

O corte em gomos pode ser aproveitado para o corte em triângulos ou pedaços irregulares.

*CASO III - CORTE COM MANDOLIN*

1º passo *Regule o aparelho conforme o corte desejado.*

2º passo *Segure a plaina apoiando na mesa em sentido inclinado.*

3º passo *Passe o legume pela faca da plaina (fig.12).*

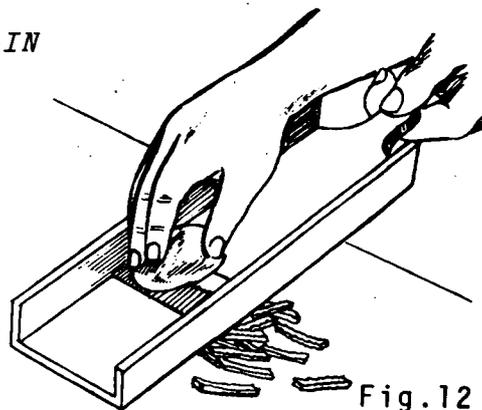


Fig.12

**PRECAUÇÃO**

*MANIPULE COM CUIDADO PARA NÃO CORTAR OS DEDOS.*



Operação que consiste em reduzir o tamanho dos comestíveis e dar-lhes formas diversas conforme as necessidades de sua utilização. Favorece o cozimento e a apresentação do alimento que se destina a acompanhamento, ingrediente, base e até mesmo a condimento de pratos frios ou quentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Prepare a máquina ou aparelho.*

a Arme-a corretamente.

b Gradue a espessura do corte.

#### PRECAUÇÃO

*OBSERVE TODAS AS MEDIDAS DE SEGURANÇA PARA FUNCIONAMENTO E MONTAGEM ESPECÍFICOS DE CADA MÁQUINA.*

2º passo *Prepare o alimento.*

#### OBSERVAÇÃO

Para moer, liquidificar e ralar, corte o alimento em pedaços, a fim de que possa ser introduzido na garganta de alimentação da máquina.

3º passo *Coloque o alimento na máquina.*

4º passo *Ponha a máquina em funcionamento.*

5º passo *Corte o alimento.*

#### CASO I - MÁQUINA DE CORTAR

a Ligue a máquina.

b Movimente o carro da máquina passando o alimento pela lâmina (fig.1).

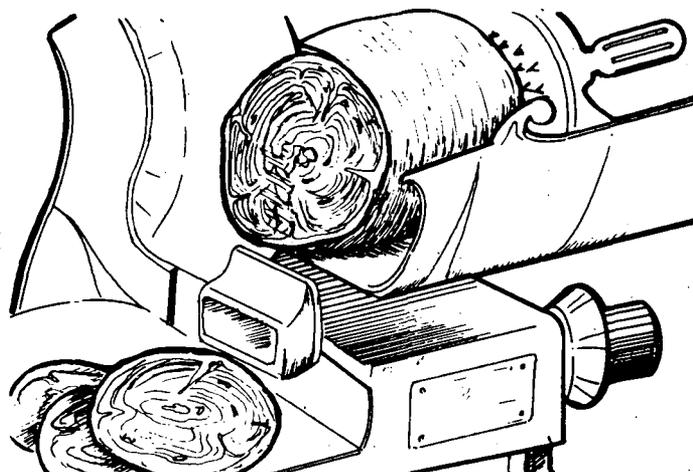
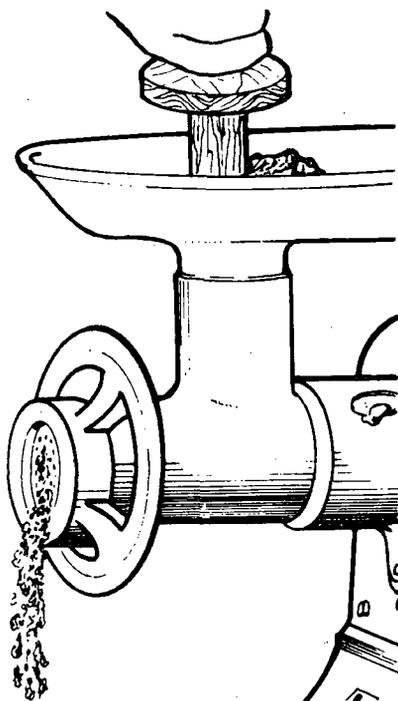


Fig.1

CASO II - MÁQUINA DE MOER E RALAR

- a Introduza o alimento, fazendo ligeira pressão.
- b Alimente a máquina continuamente (fig.2).

Fig.2



CASO III - LIQUIDIFICADOR

- a Ligue o liquidificador.
- b Adicione suficiente líquido para que o alimento possa revolver-se nas lâminas, por si sō (fig.3).

PRECAUÇÃO

CUIDADO PARA NÃO INTRODUIR OS DEDOS OU OBJETOS Duros NO MECANISMO DE CORTE.

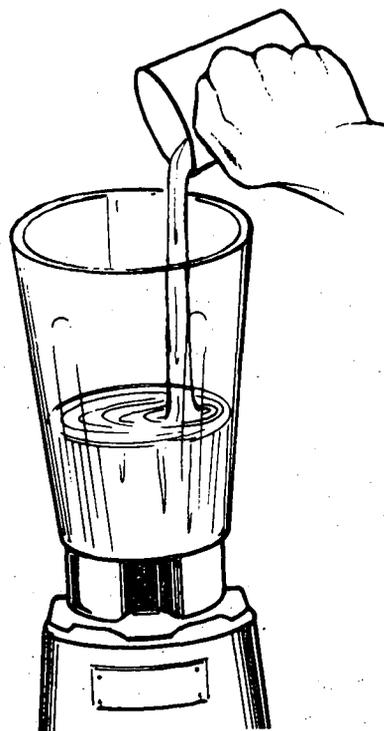


Fig.3

Operação manual que consiste em dar a esses alimentos forma de terminada, para obter melhor apresentação individual e, inclusive, no conjunto das guarnições.

O tornear é praticado geralmente em alimentos crus, com objetivos estéticos. No caso de alguns produtos que se cozinham de pois de torneados, como por exemplo batatas, obtém-se um cozimento mais uniforme.

Existem várias maneiras de tornear legumes e frutas. As mais usadas são os cortes em flores, estriado de cogumelos, formação de cestas e bolas de batatas e similares.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - CORTE EM FLORES

#### OBSERVAÇÃO

O corte em flores pratica-se principalmente com rabanetes, cebolas pequenas, cenouras, nabos e outros.

1º passo *Limpar o alimento.*

- a Lave em água fria.
- b Corte as raízes e o caule.
- c Descasque o legume.

#### OBSERVAÇÃO

Os rabanetes não são descascados.

2º passo *Corte em pétalas de flores.*

#### A - CEBOLAS E SIMILARES

- a Faça incisões na carne com a ponta da faca de ofício desde o caule até as raízes conforme figura 1.

- b Corte ao redor da cebola.

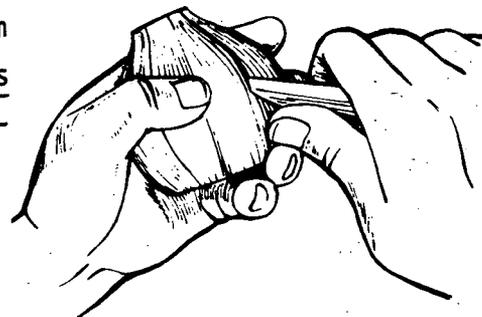


Fig.1

*B - RABANETES, NABOS E OUTROS LEGUMES DE RAIZ OU TUBÉRCULOS.*

Corte o legume formando esquinas internas sem todavia desprender a parte externa.

#### OBSERVAÇÕES

1) Segundo o tamanho do alimento separe de 3 a 5 pétalas (fig.2).

2) Corte com a ponta da faca, desde os caules até a raiz (fig.3).

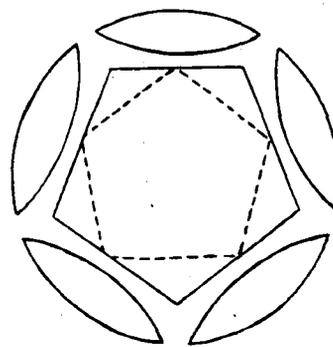


Fig.2

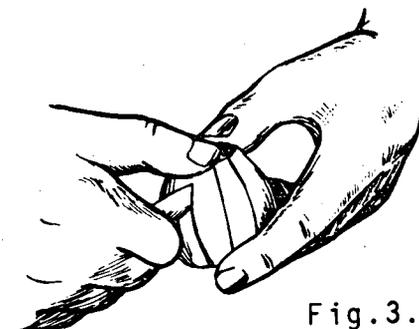


Fig.3.

3º passo *Corte as pétalas interiores da flor.*

#### OBSERVAÇÃO

1) Separe as esquinas do centro do legume produzidas pelo corte anterior.

2) Esse passo não é executado no caso das cebolas.

4º passo *Coloque os legumes em água gelada.*

#### OBSERVAÇÃO

Para que as pétalas se abram é necessário manter os legumes em água durante várias horas.

#### CASO II - ESTRIAR LEGUMES E FRUTAS

#### OBSERVAÇÃO

Este caso se pratica principalmente com champignons e eventualmente com frutas cítricas.

1º passo *Retire toda a sujeira aderente.*

2º passo *Torneie o alimento.*

A Com faca de ofício (sõmente champignons).

a Introduza a ponta da faca uns 2mm na cabeça do legume.

b Estrie com a faca ao longo fazendo o movimento de cima para baixo (fig.4).

c Repita a ação ao redor da cabeça do champignon.

B Com faca de estriar (champignons e frutas cítricas).

a Introduza a ponta cortante na cabeça ou casca do alimento.

b Desprenda as tiras do alimento.

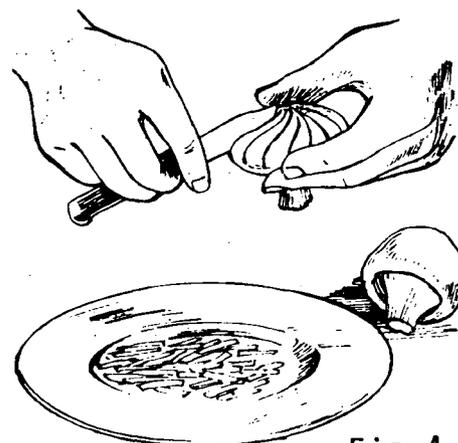


Fig.4

3º passo *Lave o alimento.*

#### OBSERVAÇÃO

As frutas cítricas são lavadas em caso de extrema necessidade.

#### CASO III - DAR FORMAS DE CESTAS EM FRUTAS, OVOS DUROS E TOMATES

#### OBSERVAÇÃO

Este caso se pratica com frutas cítricas, melão, maçã, melancia e similares; ovos duros e tomates.

1º passo *Prepare a base.*

a Corte um pequeno pedaço da casca.

b Coloque a faca perpendicular ou paralelamente ao eixo do alimento

## OBSERVAÇÕES

1) Pretendendo cesta mais alta que larga pratique o corte na extremidade oposta à base do talo (perpendicular ao eixo).

2) Pretendendo cesta mais larga que alta, pratique o corte paralelamente ao eixo do lado menos estético.

2º passo *Marque a forma da cesta, assinalando com a ponta da faca.*

## OBSERVAÇÃO

Considere a altura e a largura da alça na previsão dos trabalhos posteriores.

3º passo *Prepare a cesta.*

a Corte com a faca de ofício as partes assinaladas anteriormente.

b Separe as peças.

4º passo *Retire o âmago da peça.*

5º passo *Decore a cesta.*

a Faça estrias na casca.

b Denteie ou apare as bordas da cesta (fig.5) e alça.

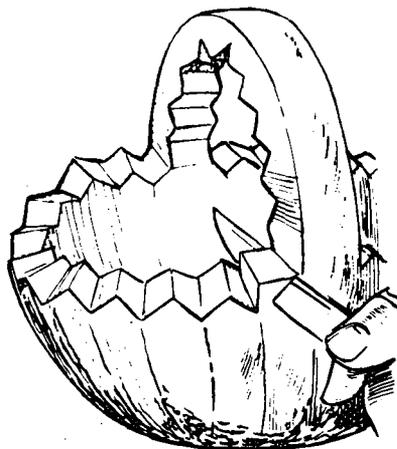


Fig.5

CASO IV - TORNEAR TUBÉRCULOS E RAIZES

1º passo *Descasque o legume.*

2º passo *Corte o alimento.*

OBSERVAÇÕES

- 1) Os legumes compridos são cortados em pedaços.
- 2) Tubérculos muito grandes podem ser cortados em me<sub>t</sub>ades, segundo as necessidades.

3º passo *Torneie o alimento.*

a Coloque o alimento entre o polegar e o indicador no sentido longitudinal.



Fig.6

b Corte as esquinas ao redor de ponta a ponta conforme figura 6.

OBSERVAÇÃO

De acordo com a tarefa estes alimentos são torneados em forma de bolinhas, dente de alho e de azeitonas.

CASO V - TORNEAR EM BOLINHAS E OVÓIDES

1º passo *Acondicionar o alimento para tornear.*

A Melões e similares.

a Limpe a fruta.

b Corte o alimento ao meio.

c Retire as sementes.

B Legumes e outras frutas.  
Descasque o alimento.

29 passo *Moldeie com a colher de legumes.*

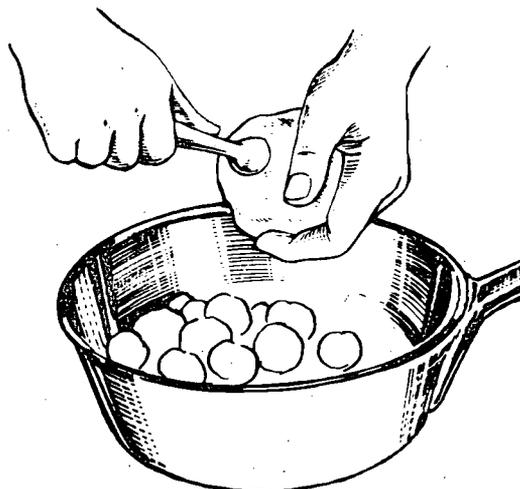


Fig. 7

a Introduza a colher na polpa dos alimentos, fazendo pressão com o dedo polegar (fig.7).

b Vire a colher dentro do alimento da direita para esquerda e vice-versa.

c Retire a bolinha torneada.

#### OBSERVAÇÃO

Em caso de torneare em bolinhas, colocar o lado cortante da colher em cima do legume, introduzi-la, fazendo o movimento de alavanca para cima. Quando se moldeiam ovóides movimente a colher para a direita e para a esquerda levando-a até o centro.

#### PRECAUÇÃO

PERIGO DE CORTAR-SE! EM QUALQUER CASO UTILIZE AS MÃOS. CUIDADO PARA EVITAR O DESLIZAMENTO DA FACA SOBRE OS DEDOS.

Operação manual que consiste em introduzir toucinho e outros alimentos cortados, em peças de carne de gado, aves, peixes e outros. Esta operação tem por objetivo melhorar o sabor e a aparência das carnes por meio da adição de gordura, elementos de sabor e cor, tais como cenouras, pepinos em vinagre, trufas, salsicharia etc. Geralmente, são lardeadas carnes magras assadas em peças grandes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Corte o alimento para lardear em fatias.*

2º passo *Corte as fatias em tiras ou palitos.*

### OBSERVAÇÕES

1) O comprimento do alimento deve corresponder ao tamanho da peça que vai ser lardeada.

2) A grossura deve ser de 4mm para lardear com agulha e de 6 a 12mm, quando se for lardear com faca.

3º passo *Coloque a peça a lardear sobre a mesa.*

### OBSERVAÇÕES

1) A carne já deve estar limpa.

2) O lado de melhor aspecto deve ficar para cima.

4º passo *Lardeie a carne.*

### CASO I - LARDEAR COM AGULHA

a Perfure a carne com a agulha, seguindo a direção das estrias (fig. 1, A e B).

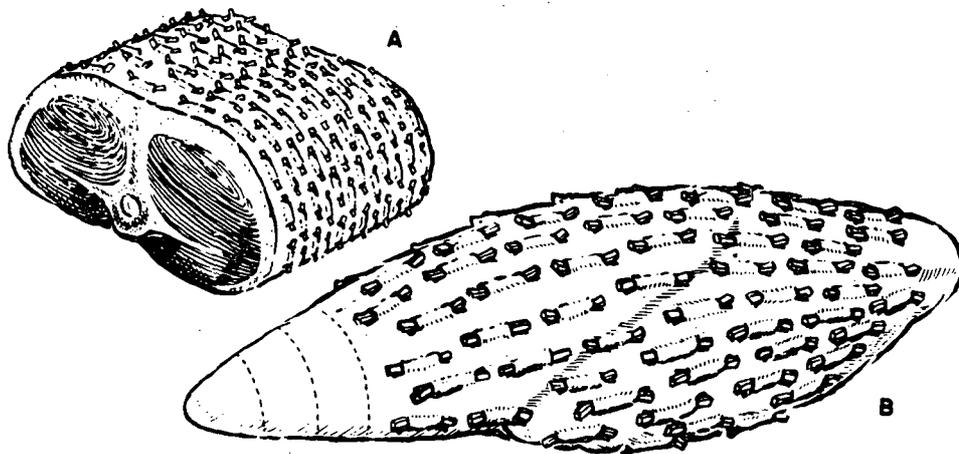


Fig. 1

b Introduza na carne as tiras com a agulha(fig.2).

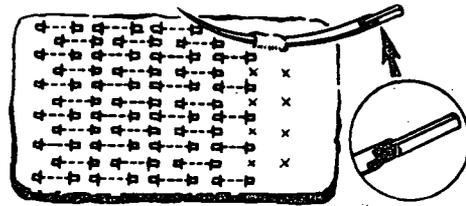


Fig. 2

*CASO II - LARDEAR COM FACA DE DESOSSAR*

a Introduza a faca na carne, seguindo a direção das estrias (fig.3).



Fig. 3

b Introduza as tiras na cavidade deixada pela faca.

**OBSERVAÇÃO**

As tiras são introduzidas na carne de forma intercalada.

Operação manual que consiste em introduzir determinadas substâncias em cavidades naturais ou feitas a propósito em determinados alimentos. Os alimentos se recheiam para modificar ou completar seu sabor e aparência.

Como recheios utilizam-se em geral saladas compostas, preparadas em pratos frios, e massa de carnes moídas, "ragûs" e purês para pratos quentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### *CASO I - RECHEAR PEÇAS DE CARNE, AVES, PESCADOS, COZIDAS COM O RECHEIO*

1º passo *Introduza o recheio na cavidade do alimento que se vai recheiar.*

#### OBSERVAÇÕES

- 1) Evite deixar bolhas de ar no recheio.
- 2) Utilize uma colher para recheios semi-sólidos.
- 3) Use saco e bico de confeiteiro para recheios moles (fig.1).

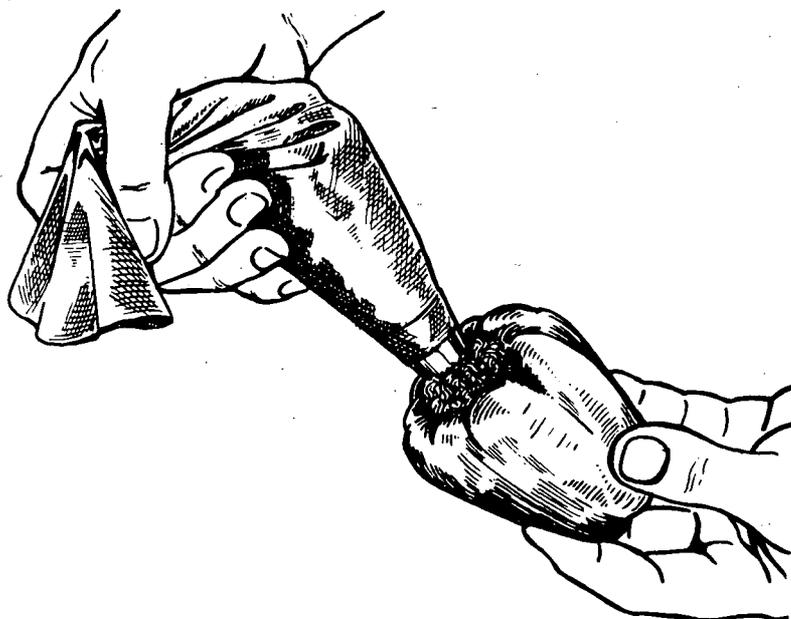


Fig. 1

2º passo *Limpe a cavidade do alimento de todo vestígio do recheio.*

3º passo *Feche a cavidade.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Utilize agulha e linha para fechar carnes e aves.
- 2) Amarre com linha os pescados inteiros.

4º passo *Distribua o recheio fazendo suave pressão sobre o alimento.*

**CASO II - RECHEAR BIFES**

1º passo *Aplaine bem o bife.*

2º passo *Coloque o recheio sobre o bife.*



Fig. 2

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Espalhe o recheio quando mole.
- 2) Coloque o recheio sólido no centro do bife(fig.2).

3º passo *Enrole o bife firmemente.*

4º passo *Feche o rolo.*

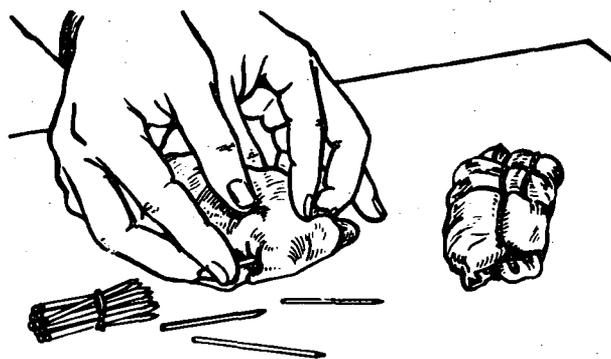


Fig. 3

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Utilize palitos ou pinças para bifos pequenos conforme figura 3.
- 2) Amarre com barbante os rolos maiores.

## CASO III - RECHEAR ALIMENTOS SEM FECHÁ-LOS

1º passo *Coloque o recheio.*

- a Encha a cavidade sem deixar bolsas de ar.
- b Cubra sobressaindo a cavidade com o recheio.

## OBSERVAÇÕES

- 1) Utilize colher ou espátula para recheios semi-sólidos.
- 2) Use saco de confeiteiro para recheios moles.

2º passo *Alise o recheio, com espátula (fig. 4).*



Fig. 4

## OBSERVAÇÃO

Em geral, os recheios colocados com o saco de confeiteiro não necessitam ser alisados.

3º passo *Guarneça o alimento segundo especificações da receita.*



## CASO IV - RECHEAR MASSAS

1º passo *Abra a massa.*

  a Estire a massa na espessura exigida na receita.

  b Recorte a massa dando-lhe forma regular.

2º passo *Marque a massa.*

  a Determine os cortes e lugares em que se colocará o recheio.

  b Assinale as divisões com régua ou corta-pastas.

3º passo *Coloque o recheio desejado, deixando suficiente espaço na massa para cobri-lo a seguir.*

4º passo *Pincele a massa ao redor, utilizando ovos batidos e brocha.*

5º passo *Cubra o recheio.*

  a Vire uma parte da massa sobre o recheio.

  b Aperte a tampa sobre a base.

6º passo *Corte a massa.*

  a Utilize o canto de um prato ou outro instrumento de corte.

  b Corte as unidades.



Operação que consiste em dividir com facas ou serra mecânica de açougueiro, peças de carne maiores ou menores, em porções individuais.

Pretende-se com isto obter o máximo aproveitamento, facilitar a cocção e a apresentação de peças maiores, dando-lhes as características de tamanho e peso exigidos pelas receitas. As carnes são cortadas cruas, com ou sem osso e se preparam geralmente por um método de cocção para servi-las principalmente como base de pratos fortes quentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Coloque a peça de carne sobre a mesa, com o lado externo para cima.*

#### OBSERVAÇÃO

O tampo da mesa deve ser de madeira.

2º passo *Acerte o lado do corte.*

a Apare carnes e tendões desprendidos.

b Faça um corte vertical em sentido contrário às estrias da carne, em uma das pontas da peça.

#### OBSERVAÇÃO

Torna-se desnecessário acertar a peça caso a carne tenha de ser cortada em pedaços muito pequenos.

3º passo *Corte em fatias.*

#### CASO I - COM SERRA DE AÇOUGUEIRO (fig.1)

a Gradue a guia de corte.

b Coloque a peça sobre a mesa da serra, com o lado do corte pressionando a guia.

c Execute o corte.

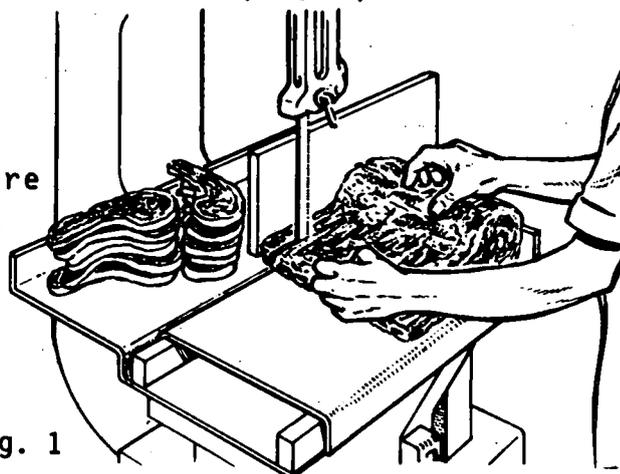


Fig. 1

CASO II - COM FACA

- a Corte paralelamente ao lado do corte.
- b Corte fatias simples de chuletas e peças grandes, conforme figura 2, A e B.
- c Corte fatias duplas (escalopes) de carnes desossada de pouca grossura (fig. 3).

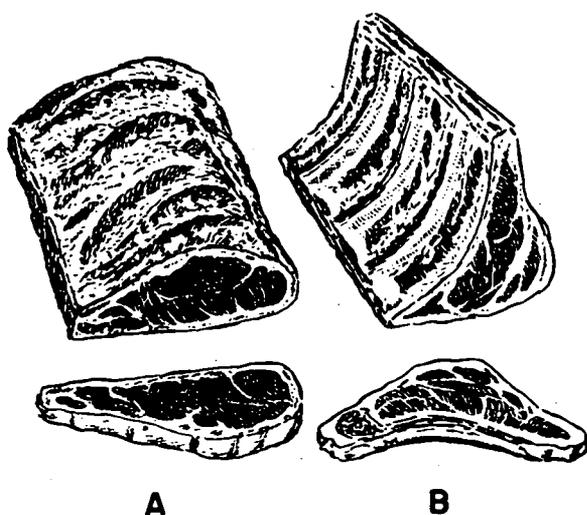


Fig. 2

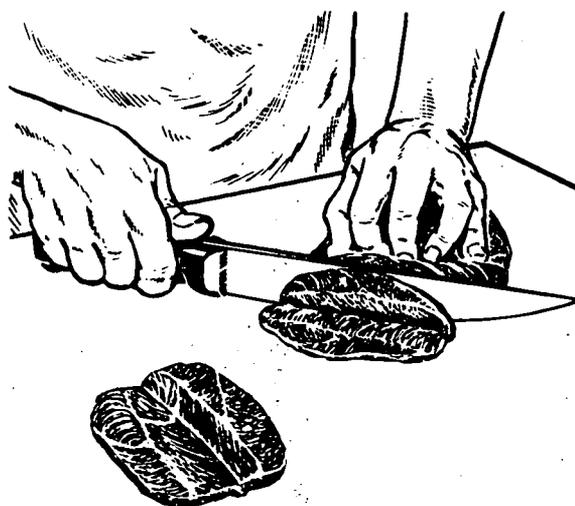


Fig. 3

OBSERVAÇÕES

- 1) Carnes com osso deve-se cortar o osso quando usamos serra mecânica e ao redor do mesmo quando usamos faca.
- 2) Quando o corte for em fatias, estas devem ser pesadas uma a uma à medida que vão sendo cortadas.

4º passo *Corte dados e quadrados.*

- a Divida as fatias.
- b Corte na espessura e tamanho exigidos pela receita.



OBSERVAÇÃO

Este passo sō se realiza quando a receita exigir pe-  
ças pequenas (ragu, moída, brochetes...).

5º passo *Achate à carne com a batedeira.*

OBSERVAÇÃO

Mantenha grossura uniforme

6º passo *Faça pequenos cortes nas bordas da carne e corte to-  
dos os tendões.*

OBSERVAÇÕES

- 1) Utilize somente a ponta da faca.
- 2) Os passos 5º e 6º sō se realizam quando as car-  
nes se destinam a ragu, que nesse caso devem ser  
moídas.





Operação manual que consiste em dividir em cortes primários os quartos traseiros de gado vacum (boi, vaca, vitela), porcino (porco, porco do mato, javali), laníferos (carneiro, ovelha e cordeiro), caprino (bode, cabra e cabrito), assim como caça maior.

Esses cortes preparam-se para serem processados inteiros, assados, estufados, ao espeto, à grelha... ou serem cortados em porções individuais.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Coloque as peças sobre a mesa, com o lado interior para cima.*

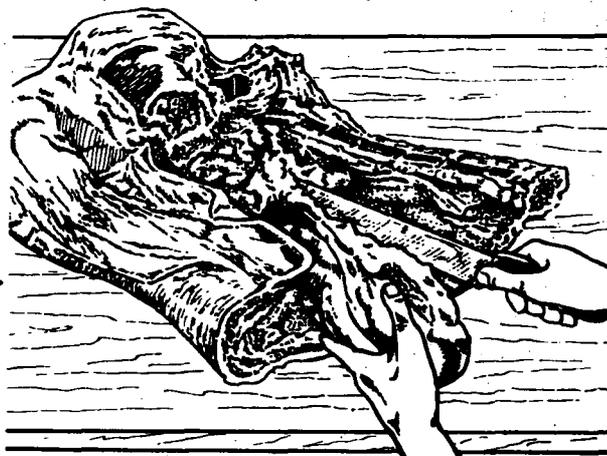
#### OBSERVAÇÃO

Use base de madeira.

2º passo *Desprenda o rim usando faca média (fig.1).*

a Puxe com as mãos.

b Separe o rim da gordura que o envolve.



3º passo *Separe o lombo.*

a Corte a ponta do lombo.

b Raspe sobre os ossos entre as membranas, sem atingir a carne.

c Desprenda da ponta à cabeça.

Fig. 1

#### OBSERVAÇÃO

O lombo é desprendido com toda a gordura que o envolve.

#### PRECAUÇÃO

PERIGO DE CORTAR AS MÃOS. GUIE A FACA COM FIRMEZA, SEM DESVIOS; TRABALHE SOMENTE COM FACAS BEM AFIADAS.

4º passo *Apare a peça, usando faca média (fig.2).*

**OBSERVAÇÃO**

Faça um corte curvo desde a ponta da carne com a machadinha (A) até a 12ª costela (B) passando nas pontas de to das as costelas inferiores.

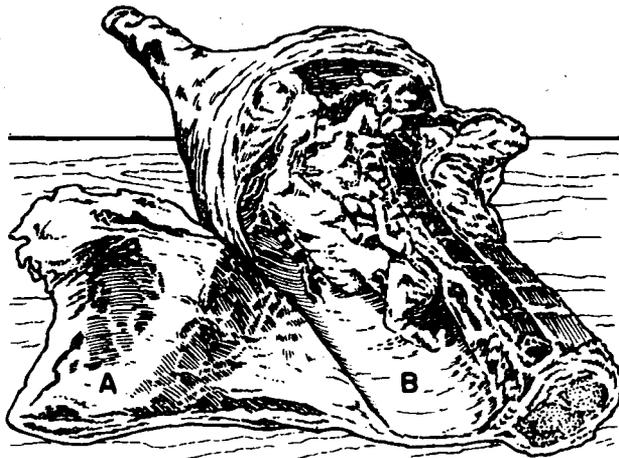


Fig. 2

5º passo *Assinale a separação com a ponta da faca.*

**OBSERVAÇÃO**

O corte deve começar entre a terceira e quarta vértebras (fig.3A) contadas desde o arco (fig.3B) que forma a espinha e passar à frente da parte visível da pelvis (fig.3C).

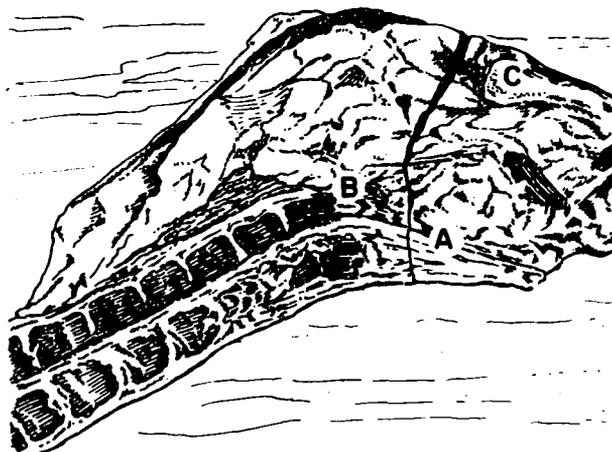


Fig. 3

6º passo *Separe o lombo seguindo a linha de corte marcado.*

a Pique com a machadinha através dos ossos.

b Corte com a faca, num corte reto e vertical.

Operação manual que consiste em dar a esse corte primário condições para o processamento posterior.

A alcatra dupla "steak-house" é preparada inteira ou dividida no sentido do comprimento em costelas, desossada ou com osso, apresentada em cortes individuais ou em bistecas. Qualquer que seja a apresentação ou método de cocção que se utilize, obtém-se um prato da melhor qualidade com um pouco de esmero na sua confecção.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### CASO I - CORTE CRIOULO

1º passo *Divida a alcatra dupla em duas metades iguais, longitudinalmente, com a serra.*

#### OBSERVAÇÕES

1) A alcatra dupla não se divide se for preparada como "sela".

2) As alcatras de caça e gado muito pequenos são cortadas, às vezes, em tacos e costela duplas, sem dividir a peça.

2º passo *Coloque a alcatra com o lado interno para cima, sobre a mesa.*

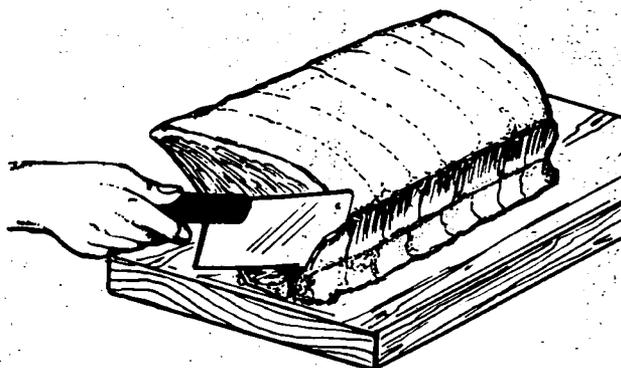
3º passo *Retire o filé mignon.*

4º passo *Rebaixe o pente.*

a Separe o pente do contra-filé com a faca.

b Rebaixe o pente com a machadinha (fig.1).

Fig. 1



5º passo *Corte as vértebras.*

a Coloque a alcatra em pê.

b Corte as vértebras com a ponta da machadinha.

OBSERVAÇÃO

Nestas condições a alcatra está pronta para ser as sada inteira ou cortada em costelas.

6º passo *Desosse o contrafilê, com a faca apropriada.*

a Raspe a carne do pente.

b Desosse as vértebras.

c Faça uma incisão na membrana das costelas.

d Retire a carne do esqueleto puxando-a fortemente.

OBSERVAÇÕES

1) Em peças maiores ou de animais velhos para sepa rar a carne das costelas não basta puxá-la; nesse caso deve-se desossá-la com faca (fig.2).

2) As alcatras de reses são comumente desossadas.

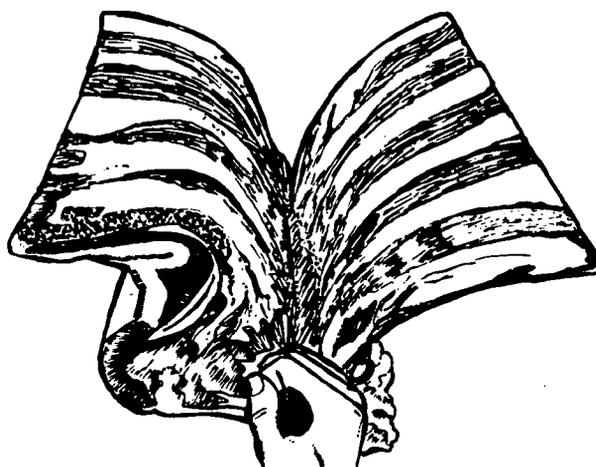


Fig. 2

CASO II - CORTE AMERICANO

1º passo *Divida a alcatra dupla.*

2º passo *Corte a alcatra em "steaks" com serra elétrica.*

a Corte em fatias na espessura adequada.

b Corte desde a costeleta até a ponta do traseiro.

OBSERVAÇÕES

- 1) A posição do corte é sempre perpendicular à vértebra.
- 2) Com o corte indicado obtêm-se sucessivamente os "steaks" indicados na figura 3.

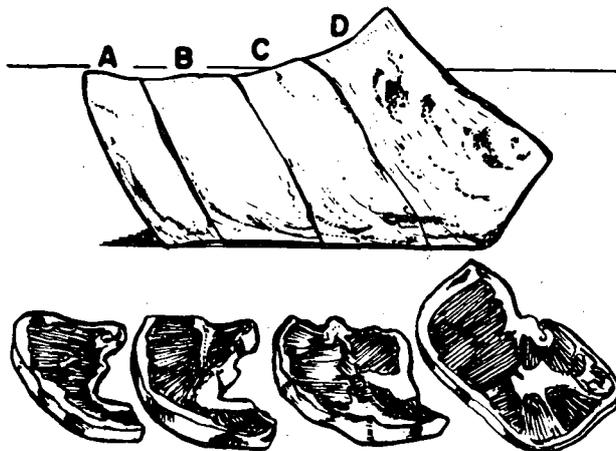


Fig. 3

A - "Club-steak" nas 1as. vértebras lombares e nas demais peças que incluam a 13a. costela.

B - "T-bone steak" na rês ou costela redonda, que compreende o contrafilê com a ponta do filê mignon nos demais animais.

C - "Porter-house steak" na rês, peça maior que o "T-bone steak" e que se corta com o coração do filê mignon.

D - "Sirboin" e "pin-bone sirboin steak" na rês, se compõem de filê mignon e ponta do traseiro. O osso da peça é o il<sup>h</sup>aço.



Operação manual que consiste em dividir em cortes menores as pernas de gado bovino, suino e caprino, assim como a corça e o cervo. Estes cortes se fazem para separar diferentes tipos de carne com o objetivo de conseguir a máxima qualidade e economia na preparação.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### *CASO I - CORTE CRIOULO*

1º passo *Coloque a peça sobre uma mesa com o lado interno para cima.*

2º passo *Limpe o osso do quadril, desprendendo a carne e gordura do interior da pelvis.*

3º passo *Separe a pelvis com faca de desossar (fig.1).*

a Cave entre o osso e a carne.

b Separe o osso.

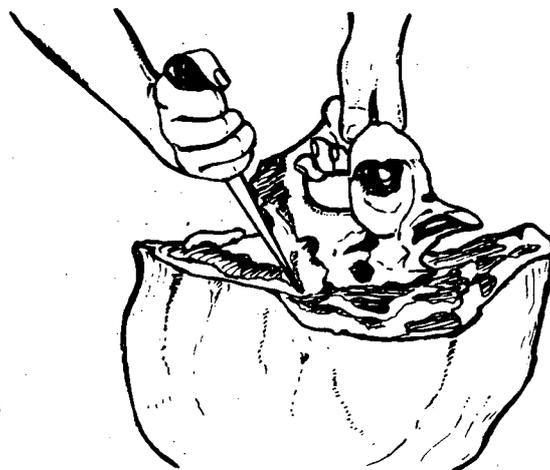


Fig. 1

4º passo *Desprenda a parte inferior da perna.*

a Corte o tendão que une a base do tibia com o restante da peça.

b Desprenda a carne da parte superior pela membrana, na junção tibia-fêmur.

c Retire a parte inferior da perna com um corte reto através da junção.

#### **OBSERVAÇÃO**

Em alguns animais a parte inferior da perna chama-se jarrete.

59 passo *Abra a parte superior da perna (fig.2).*

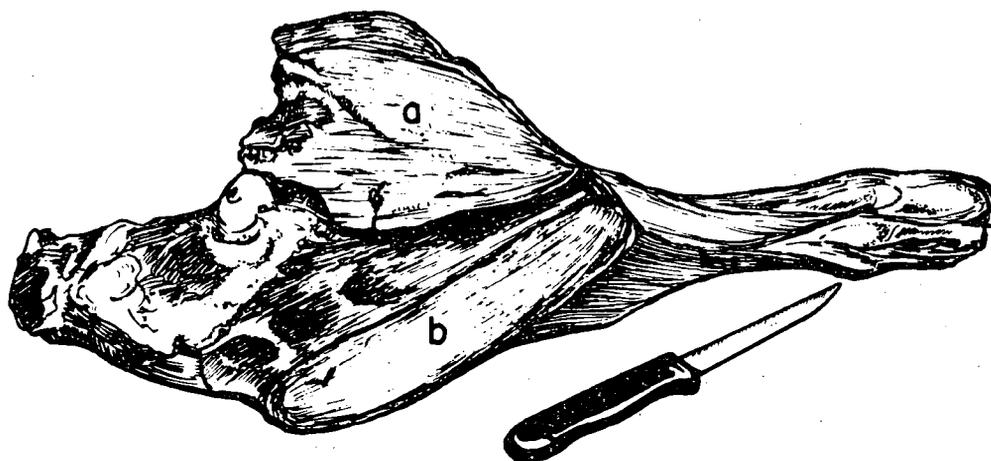


Fig. 2

- a Introduza a ponta da faca pela membrana separando a chã de fora da chã de dentro.
- b Corte por esta separação até que chegue ao osso fêmur.
- c Desprenda a chã de fora (a) do lagarto (b).

69 passo *Separe a chã de fora, desprendendo-o na união natural com o patinho.*

79 passo *Desprenda o osso da peça, desossando-a por completo.*

89 passo *Separe o patinho, cortando pela união natural.*

**OBSERVAÇÃO**

A rótula (o osso ligado ao patinho) ajuda a manter a forma do patinho; geralmente não se separa este osso até que a carne seja dividida.

99 passo *Desprenda o lagarto redondo, cortando pela união natural.*



10º passo *Corte a ponta do traseiro, usando faca grande.*

OBSERVAÇÃO

O corte deve ser reto e perpendicular ao lagarto.

11º passo *Separe o lagarto da chã.*

12º passo *Prepare a parte inferior da perna.*

OBSERVAÇÕES

1) Para desossar a peça retire o tibia e o perônio.

2) Para preparar o osso buco corte a peça em rodelas, usando serra elétrica ou de mão.

3) Segundo o tipo e tamanho do animal, podem-se omitir passos se convém obter cortes maiores.

4) Às vezes pernas de animais pequenos destinados a serem processados inteiros se desossam e amarram (enrolam) sem serem subdivididos.

CASO II - CORTE AMERICANO

1º passo *Separe a ponta do traseiro (fig.3), usando a serra.*

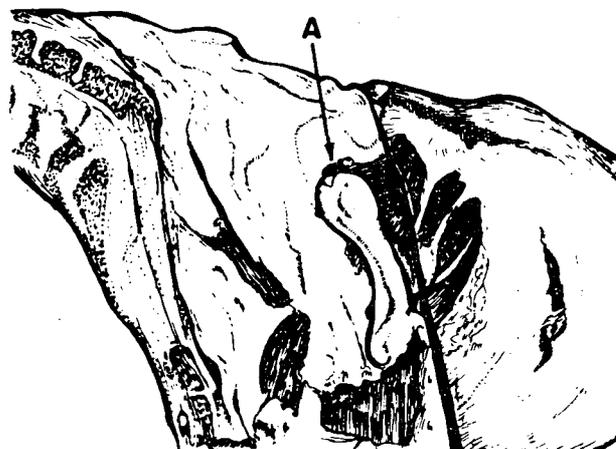


Fig. 3

OBSERVAÇÃO

Faça um corte vertical e perpendicular ao fêmur, 2 cm atrás da parte visível do osso pélvico (A).

29 passo *Desosse a ponta do traseiro.*

OBSERVAÇÕES

- 1) No corte para retalho fixe a peça com barbante ou espetos de metal.
- 2) A ponta do traseiro que se obtem no corte americano compreende parte de lagarto e chã de dentro. Esta peça é conhecida também como "rump".
- 3) A peça corta-se também, com ou sem osso, em "steaks" e se presta para preparações rápidas.

30 passo *Marque o patinho (fig.4).*

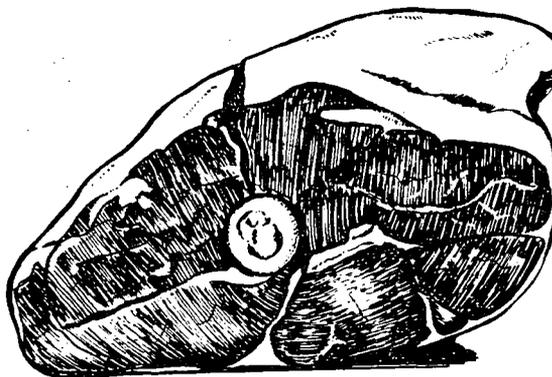


Fig. 4

- a Faça um corte perpendicular ao longo do fêmur, entre o patinho e a chã de fora.
- b Vire a peça.
- c Repita o corte do patinho ao lagarto.

40 passo *Coloque a peça sobre sua superfície de corte.*

50 passo *Desprenda o patinho.*

- a Solte a rótula do osso da perna.

- b Arranque o patinho do resto da perna.



Fig. 5



OBSERVAÇÃO

Desejando obter "steaks" redondos completos,omite-se este passo (especialmente em peças pequenas).

6º passo *Separe a chã de dentro ou "round" (fig.6).*

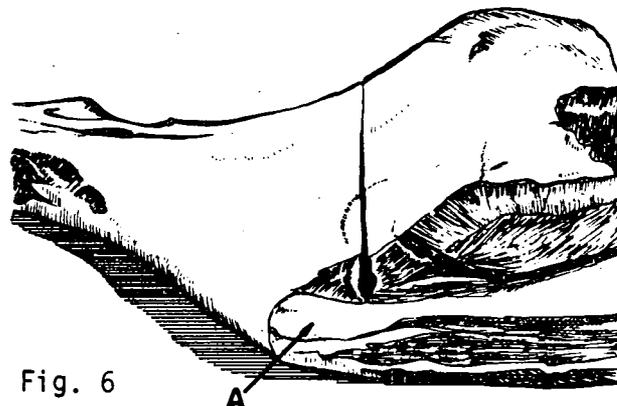


Fig. 6

- a Faça um corte paralelo na separação do "rump", 3 cm abaixo da rótula (A).
- b Corte o osso com a serra.

OBSERVAÇÕES

- 1) Esta peça compreende a chã e o lagarto do corte crioulo.
- 2) Desejando-se obter "steaks" redondos completos, os passos 6º e 7º se omitem (especialmente em peças pequenas).

7º passo *Corte o colchão em "steaks", utilizando serra elétrica.*

OBSERVAÇÃO

Corte fatias paralelamente a superfície do corte.

8º passo *Divida os "steaks" da chã de dentro, cortando através do osso, até a chã de fora.*

OBSERVAÇÕES

- 1) Nos "steaks" divididos de chã de dentro, também denominados "round steaks", chama-se corte superior ou "top round" a peça que leva a chã de fora.
- 2) Os passos 8º e 9º somente se executam quando se requer "steaks".

9º passo *Desosse a chã de dentro.*

10º passo *Divida a chã de dentro, separando-a da chã de fora (fig.7).*

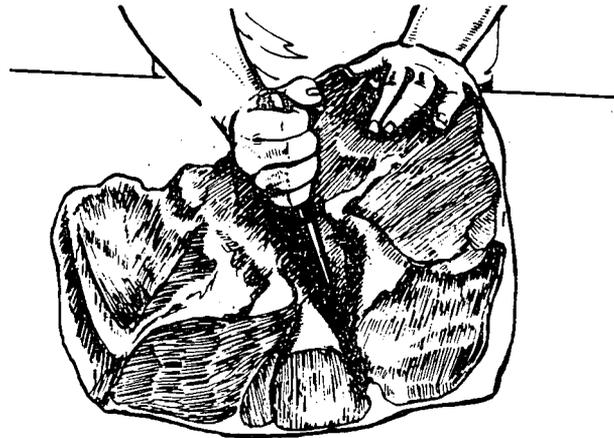


Fig. 7

**OBSERVAÇÃO**

Estes cortes se processam inteiros ou se cortam em "steaks" que se prestam para cocções lentas.

11º passo *Separe a carne superior do jarrete (fig.8).*



Fig. 8



Operação que consiste em cortar esse animais em peças de tamanho uniforme, que são classificados segundo suas características.

Os roedores submetidos a esses procedimentos chegam à cozinha já abatidos, depelados e sem as vísceras. Os cortes obtidos se assam, braseam, fritam e cozinham de outras maneiras, para serem servidos como base de pratos geralmente típicos de cozinhas regionais ou de "especialidades".

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Separe os miúdos, desprendendo-os com as mãos (fig.1).*

2º passo *Lave o animal com água fria.*

3º passo *Seque imediatamente com um pano.*

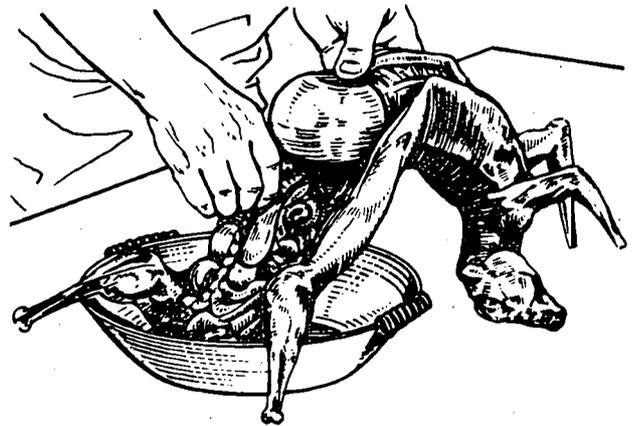


Fig. 1

4º passo *Separe a cabeça.*

### OBSERVAÇÕES

- 1) Use uma faca grande.
- 2) Corte exatamente entre as vértebras cervical e dorsal.

5º passo *Desprenda as pernas dianteiras.*

### OBSERVAÇÕES

- 1) Use faca de desossar.
- 2) Corte na junção natural com o corpo.

6º passo *Divida as pernas dianteiras em 2 ou 4 pedaços.*

7º passo *Desprenda as pernas traseiras do lombo.*

OBSERVAÇÕES

1) Use faca grande ou serra.

2) Corte aproximadamente entre as vértebras dorsais e sacras (fig.2).

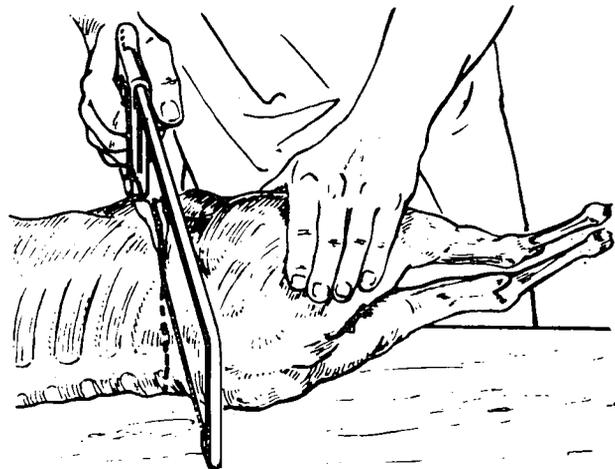


Fig. 2

8º passo *Separe as pernas traseiras cortando no centro do pelvis (fig. 3).*

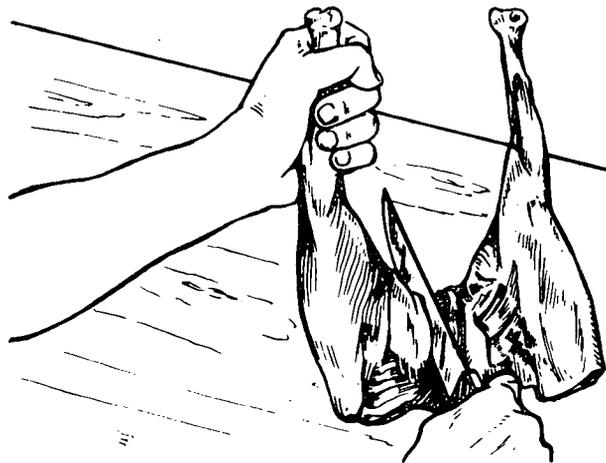


Fig. 3

9º passo *Divida as pernas traseiras em "steaks" ou ragu.*

OBSERVAÇÃO

As pernas traseiras de roedores grandes (exemplo da capivara) podem ser desossadas ou receber o mesmo tratamento que as de bovino.

10º passo *Abra o tórax.*

a Abra o esterno em todo seu comprimento.

b Corte desde a fralda até a raiz do pescoço através de todas as costelas (fig. 4).

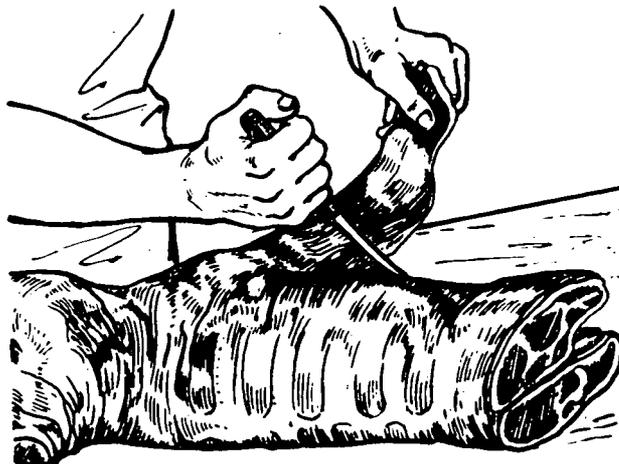


Fig. 4

11º passo *Pique o tórax para ragu.*

12º passo *Corte o lombo entre as costelas, perpendicularmente ao eixo da espinha.*

**OBSERVAÇÃO**

Use faca grande ou serra.





Operação manual que consiste em cortar com faca peixes inteiros ou em pedaços, em porções individuais. Os peixes são cortados em rodelas, filês, dados ou outra forma, com o fim de obter maior aproveitamento da peça, facilitar o cozimento e apresentá-la no peso e características exigidas pela receita.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Coloque a peça com a barriga para baixo sobre a mesa de trabalho.*

#### OBSERVAÇÃO

Use topo de madeira especial para peixes.

2º passo *Corte o peixe em porções.*

#### *CASO I - PESCADOS INTEIROS, LONGOS, COM ESPINHA*

a Corte rodelas da parte central de espessura uniforme (fig.1).

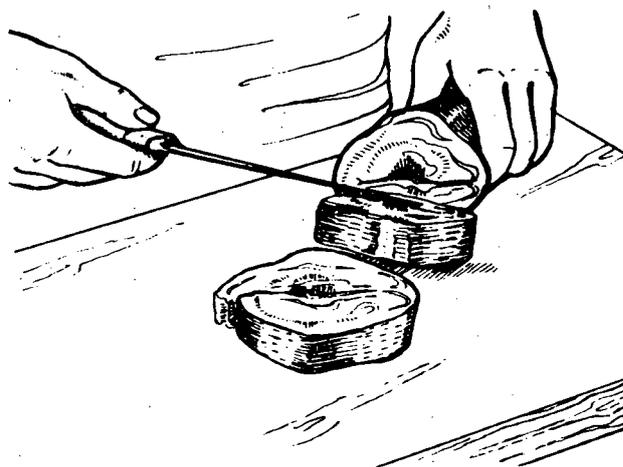


Fig. 1

b Corte pedaços do rabo de comprimento uniforme.

c Retire a pele dos pedaços do rabo.

#### OBSERVAÇÃO

Utilize faca de trinchar.

*CASO II - PEIXES EM FILÉS*

Corte em sentido transversal a espinha, com a faca de filetear em posição oblíqua (fig.2).



Fig. 2

3º passo *Acerte as porções com um batedor sem dentes.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Evite amassar a carne.
- 2) Este passo é dispensado quando se pretende cortar os filés em pedaços menores.

4º passo *Corte o peixe em pedaços miúdos.*

**NOTA:**

Este passo somente se executa se a tarefa o exigir.

- a Corte o peixe em filés ou tiras.
- b Corte as tiras em dados.

**OBSERVAÇÕES**

- 1) A forma e tamanho do corte são determinados pela receita.
- 2) Para cortar em peças miúdas utiliza-se quase exclusivamente filés.

Operação manual que se realiza para separar da carne a tinta, impurezas e partes não aproveitáveis desses alimentos e, ao mesmo tempo, dar os cortes necessários para poder utilizá-los. Na preparação desses moluscos pretende-se melhorar o aspecto e sabor, diminuir o tempo de cozimento e aproveitar ao máximo o produto.

Esses alimentos se processam (menos os polvos tenros) por cozimento em água, às vezes recheados. São utilizados para diferentes entradas e pratos fortes, quentes, nos quais os moluscos constituem o ingrediente básico.

#### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Extraia a bolsa de tinta, retirando-a com as mãos, conforme figura 1.*

#### OBSERVAÇÃO

Proceda cuidadosamente para não rompê-la.

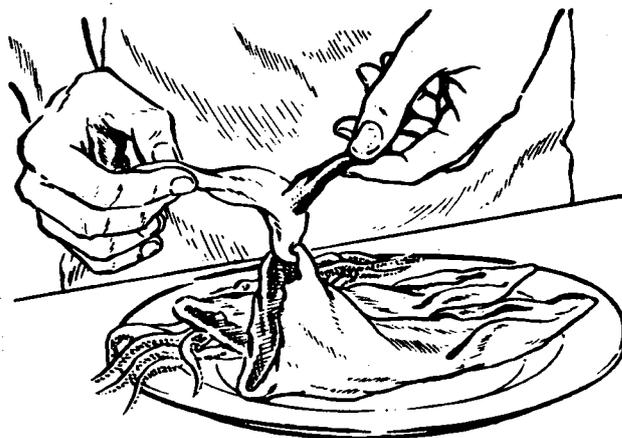


Fig. 1

2º passo *Separe em partes com faca de ofício.*

a Corte nas ligações naturais.

b Desprenda do corpo sucessivamente a cabeça, as bolsas e as tripas.

- 3º passo *Retire os olhos com as mãos e limpe a cavidade raspando com a ponta da faca.*
- 4º passo *Separe a bolinha dura da cabeça do animal.*
- 5º passo *Desprenda do corpo o osso transparente, utilizando as mãos (fig. 2).*

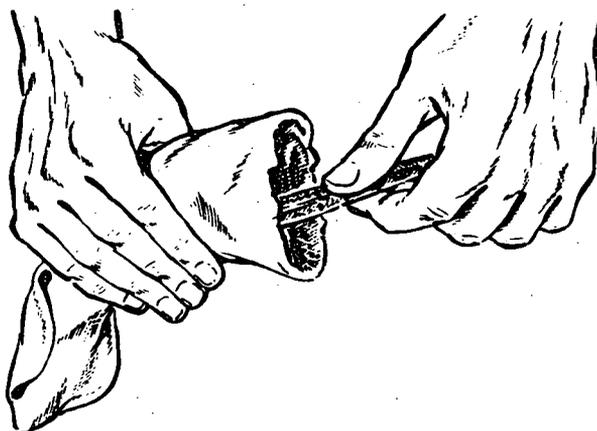


Fig. 2

#### OBSERVAÇÃO

A bolinha, os olhos, o espadão (osso transparente) e as tripas jogam-se fora. A carne e a tinta são comestíveis.

- 6º passo *Lave o molusco.*

- a Use água fria e esfregue com as mãos.
- b Troque a água várias vezes.
- c Desprenda o tecido que cobre a carne.

#### OBSERVAÇÕES

- 1) A carne deve ficar branca e translúcida.
- 2) Nas cavidades ao redor dos olhos (ventosas) acumulam-se impurezas que devem ser lavadas cuidadosamente.
- 3) O tecido (pele) separado da carne tem utilidade posterior na preparação do molusco.

- 7º passo *Corte o molusco em pedaços, em forma de tiras ou anéis, segundo a receita.*



Operação que consiste em processar comestíveis pela ação do calor transmitido através de água ou caldo. Os alimentos são cozidos com a finalidade de tornar mais fácil sua ingestão e também para lhes dar características de sabor, consistência e aspecto determinados.

O cozimento em líquidos é aplicável a quase todos os alimentos. Nesse tipo de processamento distinguem-se três modalidades: ferver, branquear e escalfar. Todo comestível fervido ou escalfado deixa resíduos nos líquidos, que se denomina de caldo. Os caldos geralmente possuem grande valor nutritivo e são indispensáveis na preparação da maioria dos molhos e sopas.

#### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Ponha o líquido para ferver.*

a Encha apenas 3/4 partes do recipiente.

b Coloque o recipiente sobre o fogo máximo.

2º passo *Condimente, de acordo com a receita.*

3º passo *Coloque o alimento a ser fervido.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Se o cozimento se destina a obtenção de um bom caldo, o alimento é introduzido no líquido frio.

2) Para branquear e cozer massas, use bastante água (proporção 5:1).

3) Nos demais casos o líquido apenas deve cobrir o alimento.

4º passo *Deixe cozinhar o alimento.*

#### OBSERVAÇÕES

1) A intensidade da fervura usada nos três métodos é em geral a seguinte:

a ferver (cozinhar em água) em ebulição lenta;

b branquear (escaldar) e ferver massas - fervura vigorosa a fogo máximo.

c escalfar (pochê) - mantenha o líquido em ponto de ebulição mas sem chegar a ferver.

2) alimentos como massas e outros, procure evitar que grudem entre si, mexendo durante a cocção.

5º passo *Retire a espuma (fig.1).*



Fig. 1

6º passo *Verifique o ponto de cocção.*

7º passo *Retire o alimento do caldo.*

CASO I - PEÇAS INTEIRAS DE CARNES, AVES, PEIXES, OVOS

a Retire cuidadosamente com a espumadeira.

CASO II - COMESTÍVEIS "SOLTOS" (MASSAS, CEREAIS, LEGUMES PICADOS)

a Verta o alimento sobre o coador.

CASO III - CALDOS OBTIDOS POR FERVURA DE ALIMENTOS NÃO COMESTÍVEIS

a Transfira o caldo para outro recipiente.

b Use concha.



8º passo *Deixe esfriar o alimento.*

*CASO I - CARNES, AVES, PEIXES, LEGUMES (FERVIDOS OU ESCALFADOS)*

a Deixe esfriar em temperatura ambiente.

b Cubra com etamine ou papel alumínio.

*CASO II - COMESTÍVEIS BRANQUEADOS, OVOS ESCALFADOS, MASSAS E CEREAIS FERVIDOS*

Coloque embaixo de jato de água fria.

#### OBSERVAÇÕES

1) Segundo especificação da receita, alguns alimentos fervidos ou escalfados devem esfriar no próprio caldo onde ferveram.

2) Certos casos poderão exigir a eliminação ou alteração da ordem de passos dessa operação.



Operação que consiste em processar comestíveis por ação do calor transmitido exclusivamente por vapor de água. Os alimentos cozinham-se ao vapor com a finalidade de tornar mais fácil sua ingestão e orientar suas características de sabor, consistência e aspecto para um gosto determinado. Processam-se ao vapor todas as carnes, aves, peixes, frutas e legumes de elevado teor de água. Esse método de cocção é muito rápido e os alimentos sofrem perda mínima de valores nutritivos, razão pela qual é muito usado nas cozinhas e hospitais.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Prepare equipamento de cocção.*

#### *CASO I - FORNO A VAPOR ("Steamer")*

- a Verifique o funcionamento do equipamento.
- b Verifique as válvulas de controle.

#### *CASO II - PANELA DE PRESSÃO*

- a Coloque o fundo falso.
- b Encha de água até o fundo falso.
- c Verifique o acoplamento da tampa e o funcionamento da válvula de segurança.

2º passo *Coloque o alimento que vai ser cozinhado.*

#### *CASO I - FORNO A VAPOR*

- a Coloque o alimento numa vasilha dentro do forno conforme figura 1.
- b Feche hermeticamente as portas do forno.
- c Abra a entrada do vapor.

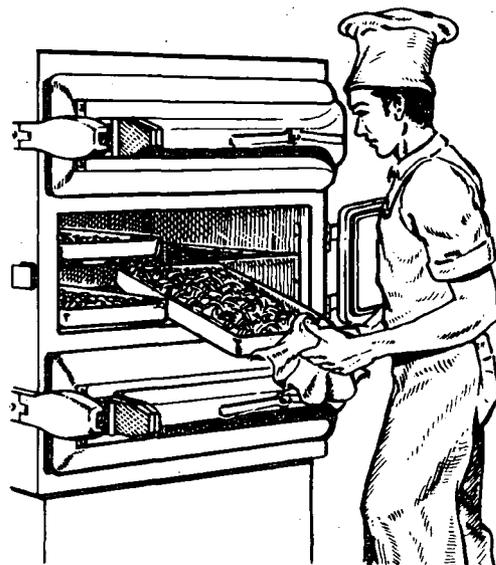


Fig. 1



## CASO II - PANELA DE PRESSÃO

a Ponha o alimento sobre o fundo falso.

b Feche a tampa hermeticamente.

c Leve o recipiente ao fogo.

## OBSERVAÇÃO

Comestíveis soltos como legumes cortados em pedaços pequenos e outros, são cozinhados dentro de um saco de pano ou recipiente perfurado.

3º passo *Deixe cozinhar o alimento.*

## OBSERVAÇÃO

Em forno a vapor automático, regule o tempo de cocção com o mecanismo interruptor do relógio.

4º passo *Retire o alimento.*

a Desligue a fonte de calor e espere um minuto.

b Retire o comestível do recipiente.

## PRECAUÇÃO

PERIGO DE QUEIMADURAS PELO VAPOR ! NÃO ABRA AS COM-  
PORTAS DO FORNO OU TAMPAS DAS PANELAS, ENQUANTO AS  
MESMAS CONSERVAREM PRESSÃO.

5º passo *Deixe esfriar o alimento.*



Operação que consiste em processar comestíveis pela ação do calor, transmitido pela irradiação de um metal quente. Os alimentos são gratinados ou tostados para formar uma crosta que envolve o alimento dando-lhe aspecto e gosto especiais. Distinguem-se três tipos de gratinados; gratinado completo, que envolve um processo de cocção total; gratinado ligeiro ou tostado, em que se faz apenas uma capa no alimento e abrilhantado, em que se procura formar uma película brilhante envolvendo o alimento. Os comestíveis assim processados são geralmente produtos semi-elaborados ou composição de alimentos.

#### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Prepare o equipamento para gratinar.*

##### OBSERVAÇÕES

- 1) Verifique o perfeito funcionamento do equipamento.
- 2) Deixe esquentar o equipamento.

2º passo *Introduza o alimento no equipamento e gradue a intensidade do calor.*

3º passo *Deixe cozinhar.*

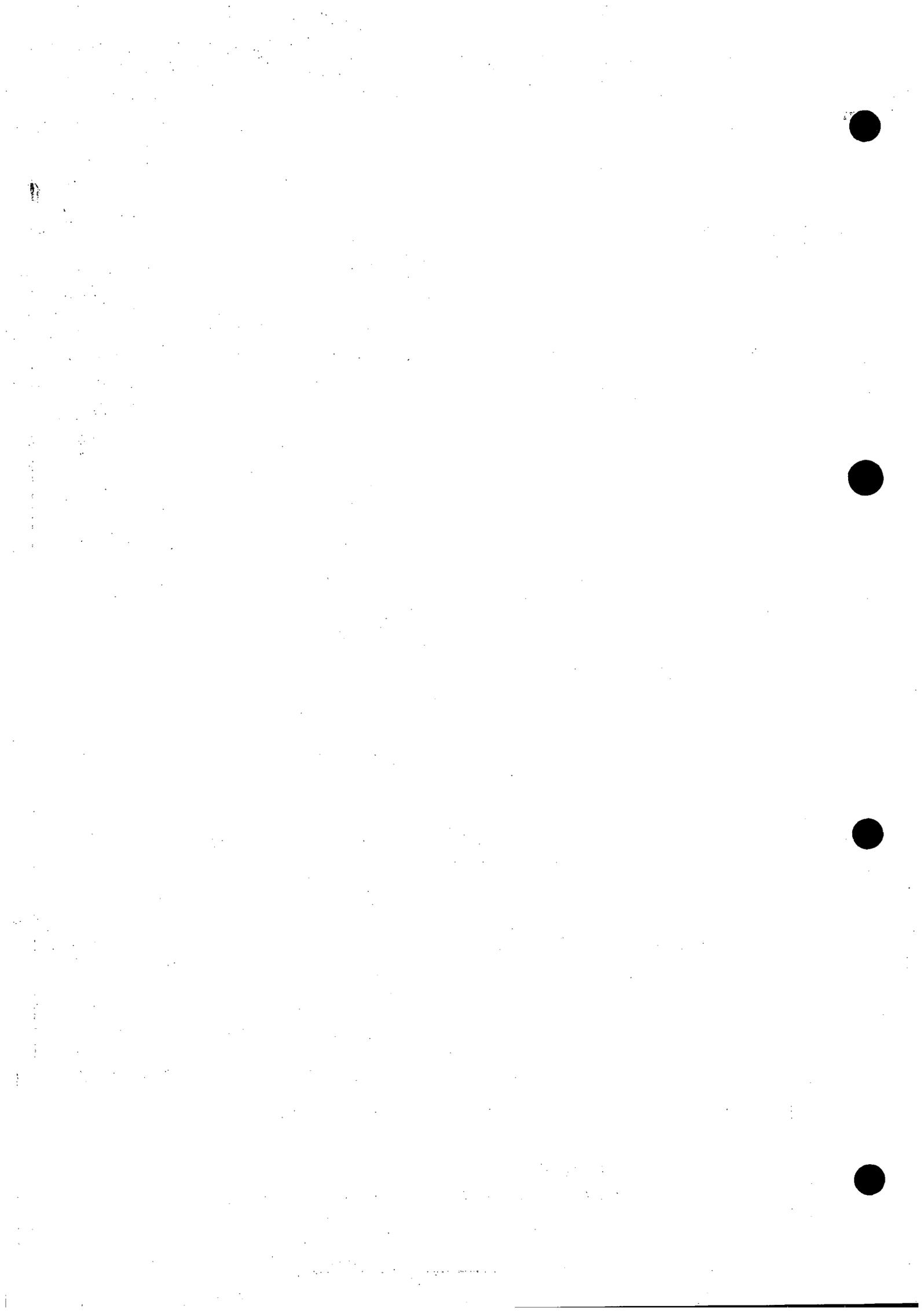
##### OBSERVAÇÃO

Ajuste o tempo e a temperatura durante a cocção.

4º passo *Retire o alimento do equipamento.*

##### PRECAUÇÃO

**PERIGO DE QUEIMADURAS! NÃO INTRODUZA A MÃO NA CÂMARA DE COCÇÃO.**





Operação que consiste em processar comestíveis pela ação do calor aplicado, no caso da chapa, por transmissão direta dum metal quente ou, no caso da grelha, por exposição direta ao fogo.

Os comestíveis assim processados mudam de sabor, aspecto e consistência de forma muito particular. Estes processos são especialmente indicados para carnes, aves, peixes e outros alimentos crus que, no entanto, devem ser tenros e convenientemente fracionados. Algumas massas de ovo e farinha, como "waffles", panquecas e omeletes, também podem ser assados na chapa.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Condicione o equipamento.*

#### *CASO I - EQUIPAMENTOS ELÉTRICOS OU A GÁS*

- a Aqueça previamente o equipamento.
- b Gradue a temperatura.

#### *CASO II - EQUIPAMENTOS A CARVÃO VEGETAL*

- a Coloque o carvão embaixo da grelha.
- b Acenda o carvão.
- c Espere até que o carvão se transforme em brasa.

#### OBSERVAÇÃO

As brasas devem ficar aproximadamente 15cm mais abaixo da grelha.

2º passo *Engordure a grelha ou chapa.*

- a Use um pincel.
- b Passe uma camada fina.

3º passo *Passe gordura no alimento.*

#### OBSERVAÇÃO

A gordura usada nos passos 2º e 3º, tem por objetivo evitar que o alimento grude no metal do equipamento e não deve atuar como condutora de calor.



4º passo *Coloque o alimento sobre a chapa ou grelha quentes.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) No caso de "steaks" coloque-o com as mãos.
- 2) No caso de massa use a concha.

**PRECAUÇÃO**

*PERIGO DE QUEIMADURAS. NÃO TOQUE NO METAL NEM SE ASSUSTE SE A GORDURA CREPITAR. REALIZE O TRABALHO DE FORMA RÁPIDA E PRECISA.*

5º passo *Deixe cozinhar o alimento.*

- a Asse de um lado com fogo máximo.
- b Vire o alimento com espumadeira ou garfo.
- c Ajuste a temperatura.
- d Termine de cozinhar.

**OBSERVAÇÃO**

*Não espete o alimento para evitar perda de suco.*

6º passo *Verifique o ponto de cocção.*

7º passo *Retire o alimento do fogo.*

**OBSERVAÇÃO**

*Como todos os alimentos que se processam por cocção rápida, os assados devem ser servidos imediatamente para evitar perda de sabor.*



Operação que consiste em processar comestíveis pela ação do calor transmitido por uma gordura. Os alimentos processados por este método de cocção rápida modificam o sabor, consistência e aspecto, adquirem uma crosta suave e um núcleo tenro e úmido.

Preparam-se assim todos os tipos de carnes tenras, legumes, frutas, massas e outros alimentos geralmente submetidos a uma cocção prévia.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Derrame a gordura na frigideira em camada fina cobrindo o fundo do recipiente.*

2º passo *Leve a frigideira ao fogo máximo.*

#### OBSERVAÇÃO

Espere a gordura ficar bem quente.

3º passo *Coloque o alimento na frigideira.*

a *Incline a frigideira.*

b *Coloque o alimento na parte não coberta pela gordura (fig.1).*

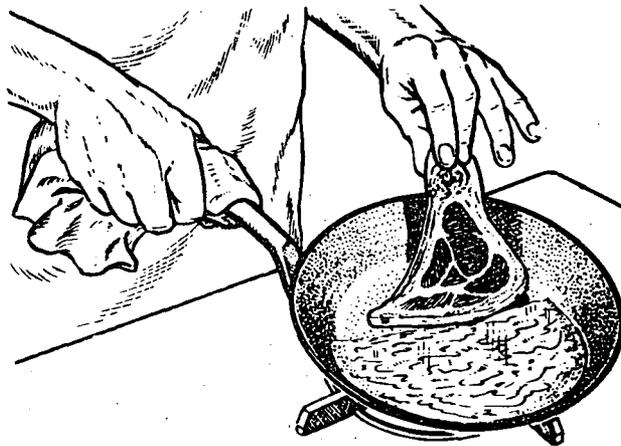


Fig. 1

#### OBSERVAÇÃO

No caso de alimentos em fatias grandes (por exemplo escalopes) coloque o lado de melhor aspecto para baixo.

#### PRECAUÇÃO

**PERIGO DE QUEIMADURAS! SEGRE A FRIGIDEIRA UNICAMENTE COM AJUDA DUM PANO. CUIDADO COM OS RESPINGOS DE GORDURA QUENTE.**



4º passo *Doure o alimento em fogo máximo até o comestível tomar cor.*

**OBSERVAÇÃO**

Este passo não se realiza para saltear alguns alimentos e receitas específicas (por exemplo massas e verduras).

5º passo *Vire o comestível.*

a Agite a frigideira.

b Use espátula e garfo.

6º passo *Termine de frigar o alimento.*

a Modere o fogo.

b Verifique o ponto de cocção.

7º passo *Retire o alimento do fogo.*

**OBSERVAÇÃO**

Todos os alimentos que se processam por cocção rápida, sejam salteados, reogados ou frigidados, devem ser servidos imediatamente.

Operação que consiste em submeter comestíveis à ação do calor aplicado por um banho de gordura quente. Os alimentos submetidos a esse método de cocção rápida mudam de aspecto e sabor, revestindo-se de uma crosta externa impregnada de gordura, enquanto a parte interna permanece amolecida.

Fritam-se desta maneira todos os tipos de alimentos crus, tenros e, também, os prē-cozidos ou semi-elaborados. Em alguns casos os comestíveis são empanados antes da fritura para facilitar a formação da crosta.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Aqueça a gordura, utilizando fritador ou frigideira e fogão.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Em equipamentos com termostato gradue a temperatura desejada.

2) Utilize gordura limpa e em quantidade suficiente para que o alimento possa flutuar nela.

2º passo *Coloque o comestível numa cesta para fritar.*

a Escorra.

b Não sobrecarregue a cesta com o comestível.

#### OBSERVAÇÃO

Peças grandes e ovos não necessitam de cesta.

3º passo *Imerja o alimento na gordura quente.*

#### OBSERVAÇÃO

Introduza lentamente para evitar que a gordura espume em demasia (fig.1).



Fig. 1



OPERAÇÃO: FRITAR  
(banho de óleo)

REFER.:FO.36/CP 2/2

COD. LOCAL:

CINTERFOR

1ª Edição  
1971

### PRECAUÇÕES

*PERIGO DE QUEIMADURAS. NÃO PONHA A MÃO SOBRE A GORDURA FERVENTE.*

*PERIGO DE INCÊNDIO. A GORDURA QUE ESPUMA PARA FORA DO RECIPIENTE PODE INCENDIAR-SE SOBRE O FOGÃO.*

4º passo *Deixe fritar.*

a Mexa lentamente o alimento na gordura quente.

b Vire com espumadeira as peças maiores.

c Espere até que o alimento esteja ao ponto.

d Verifique o ponto de cocção.

5º passo *Retire o alimento da fritura.*

### OBSERVAÇÕES

1) Deixe escorrer a gordura.

2) Como todos os alimentos que se submetem a cocção rápida, as frituras devem ser servidas imediatamente para que conservem sabor e aspecto.



COZINHEIRO  
CIUO: 5-31.30

Operação que consiste em processar comestíveis pela ação do calor transmitido por ar e, às vezes gordura quente.

Os alimentos processados por este método, mudam o sabor e o aspecto; adquirem uma crosta envolvendo o alimento e a parte interna cozinha no próprio suco. Algumas vezes, os alimentos são cobertos por massa ou papel de alumínio a modo de crosta falsa. Levam-se ao forno principalmente peças grandes de carne tenra, aves e peixes inteiros, legumes e frutas cruas ou pré-cozidas, assim como massas de pastelaria e padaria.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Esquente previamente o forno.*

#### OBSERVAÇÕES

- 1) Gradue o termostato.
- 2) Espere o forno atingir a temperatura desejada.

2º passo *Prepare o recipiente que vai levar ao forno.*

#### CASO I - ASSADOS DE COZINHA

a Derrame gordura na frigideira.

#### CASO II - BISCOITOS

a Cubra o interior do molde com papel.

#### CASO III - MASSAS

a Usando pincel passe uma camada fina de gordura sobre o molde.

b Polvilhe farinha se a receita assim o exigir.

3º passo *Doure o alimento em fogo máximo.*

a Esquente a gordura no fogo.

b Refogue o comestível por todos os lados.

#### OBSERVAÇÃO

Este passo é realizado apenas com algumas carnes, aves ou legumes, caso o exija a receita.

4º passo *Introduza o comestível no forno pré-aquecido.*

OBSERVAÇÕES

1) Carnes e aves colocam-se no forno com o lado de melhor aspecto para baixo.

2) Segundo especificações, algumas vezes as carnes são assadas sobre ossos picados ou um fundo falso de grelha colocado na assadeira (fig. 1).

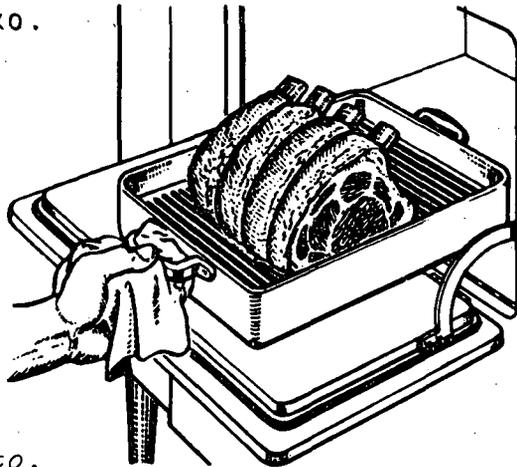


Fig. 1

5º passo *Deixe cozinhar o alimento.*

CASO I - ASSADOS DE COZINHA

- a Regue freqüentemente a peça com o molho que se forma no fundo.
- b Vire o comestível para que cozinhe uniformemente.

CASO II - PASTELARIA, PADARIA (excetuando massas à base de ovos)

- a Cozinhe com o forno hermeticamente fechado.
- b Abra o forno o menos possível.
- c Injete vapor se a receita o especificar.

CASO III - MASSAS DE OVOS (merengue-suspiro)

- a Ponha no forno com a ventilação aberta.

6º passo *Verifique o ponto de cocção, utilizando agulha, tato ou um termômetro.*

7º passo *Retire o alimento do forno.*

8º passo *Deixe repousar o alimento.*

- a Deixe na temperatura ambiente.
- b Espere 15 minutos antes de cortar ou espetar.

OBSERVAÇÃO

A pressão exercida pelos sucos internos contra a crosta diminui com o repouso; se cortar o alimento antes do repouso, perdem-se os sucos e o alimento fica seco.



Operação que consiste em processar comestíveis pela ação do calor. A cocção se realiza em duas etapas; o alimento cozinha em calor seco na gordura, no início, e acaba de cozinhar em calor úmido transmitido pela evaporação de um líquido colocado no fundo. Este é um método de cocção lenta aplicável principalmente a carnes, aves e mariscos de consistência dura e legumes. Além de cozinhar o alimento, obtem-se um subproduto que serve de molho para acompanhar a própria carne.

Guisar, estufar e brasear são três métodos diferentes com processos de execução muito semelhantes. Guisado se aplica a alimentos fracionados miúdos, utilizando-se pouca gordura e muito líquido. Para estufar e brasear peças maiores os alimentos são levados à cocção em recipientes semi-herméticos. No estufado a base da cocção cabe ao vapor e, no braseado, além do vapor, a gordura e ao líquido.

#### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Aqueça a gordura em caçarola com tampa.*

2º passo *Salteie o alimento.*

*CASO I - CARNES, AVES...*

*Doure uniformemente com fogo máximo.*

*CASO II - LEGUMES*

  a *Salteie sem que o alimento tome cor.*

  b *Processe com os temperos que a receita exigir (sem o sal).*

3º passo *Retire a peça.*

  a *Retire-a com espumadeira.*

  b *Coloque-a em outro recipiente.*

4º passo *Refogue a "mirepoix".*

  a *Utilize a gordura onde preparou a peça.*

  b *Doure ligeiramente.*

  c *Tempere com especiarias.*



5º passo *Junte o alimento com a "mirepoix", no recipiente onde está o tempero.*

6º passo *Flambe o comestível.*

#### OBSERVAÇÃO

Os passos 3º ao 6º são aplicáveis somente a carnes, aves e mariscos, quando a receita o exigir.

7º passo *Adicione os condimentos líquidos.*

8º passo *Adicione o líquido.*

#### CASO I - GUI SADOS

- a Use caldo, água ou fundo claro segundo a receita.
- b Cubra o alimento.

#### CASO II - ESTUFADO E BRASEADO

- a Use fundo ferrugem.
- b Cubra o alimento até o meio.

9º passo *Ponha o líquido a ferver e mexa para evitar que o alimento grude.*

10º passo *Leve o produto ao forno pré-aquecido.*

#### OBSERVAÇÕES

- 1) Tampe o recipiente.
- 2) Em caso de emergência pode-se cozinhar no fogão.

11º passo *Deixe cozinhar lentamente em fogo moderado.*

- a Mexa de vez em quando.
- b Regue frequentemente com o molho ou fundo.

12º passo *Verifique o ponto de cocção.*

13º passo *Retire o alimento do fogo.*

Operação que consiste em eliminar com o auxílio de claras de ovos, os restos sólidos de alimentos que enturvam os caldos e não podem ser eliminados ao passar pelo coador. Os caldos clarificados têm melhor aparência (cristalinos), sabor mais pronunciado e maior valor nutritivo. São clarificados principalmente caldos de carne e de aves para servi-los como consomês.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Passe na máquina de moer os alimentos sólidos, com a chapa de abertura grande.*

**OBSERVAÇÃO**

Os ingredientes sólidos geralmente se compoem de carne, tendões, miúdos e legumes de raiz e bulbo.

2º passo *Ponha os ingredientes numa panela.*

3º passo *Adicione clara de ovo.*

**OBSERVAÇÃO**

Os caldos salgados exigem maior quantidade de clara que os insossos.

4º passo *Adicione os condimentos, excetuando o sal.*

5º passo *Amasse a mistura com a mão (fig. 1).*

6º passo *Adicione caldo frio.*

**OBSERVAÇÃO**

Use aproximadamente 1/4 do volume da mistura.

7º passo *Verta caldo quente sobre a mistura.*

a Despeje concha a concha.

b Misture com a mão.

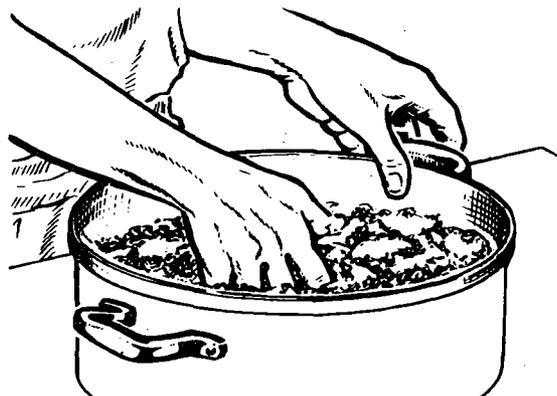


Fig. 1

**OBSERVAÇÃO**

Adicione caldo quente na temperatura máxima que a mão puder resistir.

**PRECAUÇÃO**

*PERIGO DE QUEIMADURAS! NÃO DERRAME O CALDO DIRETAMENTE SOBRE A MÃO.*

8º passo *Leve a mistura ao fogo.*

**OBSERVAÇÃO**

Mantenha fogo moderado.

9º passo *Verta o resto do caldo quente.*  
a Mexa cuidadosamente o fundo do recipiente.

b Use a pã de madeira.

10º passo *Deixe ferver.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Modere o fogo para uma ebulição lenta.
- 2) A ebulição forte ou a agitação excessiva ao misturá-lo, pode destruir o clarificante.

11º passo *Retire o caldo do fogo e espere até o clarificante depositar-se no fundo.*

12º passo *Coe o caldo.*

a Use etamine e concha.

b Verta com cuidado.



Fig. 2



Operação que consiste em engrossar fundos ou caldos concentra-  
dos para transformá-los em molhos ou sopas. Uma vez engrossa-  
dos, os fundos e caldos apresentam melhor aspecto e mais con-  
sistência.

Esta operação, geralmente, pode ser realizada em duas praças  
diferentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Componha a liga.*

#### *CASO I - ROUX*

- a Derreta a gordura.
- b Adicione a farinha.
- c Torre a mistura uniformemente ao grau de calor es-  
pecificado na receita.
- d Prepare o roux na panela onde vai ligar o molho.

#### *CASO II - LIGA DE LÍQUIDOS (água, leite, vinho e ou- tros)*

- a Misture vigorosamente a farinha e/ou fécula com o  
líquido.
- b Passe a mistura pelo coador.
- c Utilize panela, batedor de arame e coador fino.

#### *CASO III - MANTEIGA - FARINHA*

- a Trabalhe a manteiga com a farinha.
- b Obtenha uma mistura homogênea.

2º passo *Ponha a ferver o fundo ou caldo que quiser engros-  
sar até fervura máxima.*

3º passo *Adicione a liga ao líquido.*

- a Junte pouco a pouco.
- b Bata vigorosamente com batedor de arame.



### OBSERVAÇÃO

Adicione sempre ligas frias e líquidos quentes, ou líquidos frios a ligas quentes (roux).

4º passo *Ferva o molho.*

- a Leve a mistura a ponto de ebulição.
- b Mexa constantemente.
- c Modere o fogo.
- d Deixe ferver lentamente.

### OBSERVAÇÃO

Os molhos e sopas ligados por este processo deixam-se ferver até desaparecer o gosto da farinha crua.

5º passo *Retire do fogo.*

6º passo *Coe o alimento em etamine.*

7º passo *Leve ao fogo novamente e deixe romper a fervura.*

8º passo *Retire do fogo.*

9º passo *Prepare a "liga fina".*

- a Misture os ingredientes.
- b Use panela e batedor.

10º passo *Adicione a "liga fina" ao molho ou sopa.*

- a Derrame pouco a pouco.
- b Mexa constantemente.

### OBSERVAÇÕES

1) As ligas finas são empregadas unicamente para melhorar cremes e "voloutês".

2) Uma vez adicionada a "liga fina", o líquido não deve ferver novamente.

Operação que consiste em ligar fundos gordurosos ( óleos, manteiga) com gemas e temperos e/ou guarnições. Os produtos obtidos com este processo são molhos das famílias holandês, quando quentes, ou maionese, quando frios. Esses molhos, conhecidos como "frios", são utilizados como acompanhamento, tempero, liga, revestimento etc, compondo um sem número de pratos frios e quentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Misture bem a gema.*

#### OBSERVAÇÃO

Use vasilha e batedor de arame inoxidável.

2º passo *Condimente.*

a Adicione todos os condimentos (fig.1).

b Misture bem.

3º passo *Bata a mistura.*



Fig. 1

#### CASO I - MOLHOS QUENTES (HOLANDES, "BEARNÊS")

a Bata vigorosamente.

b Trabalhe sobre um recipiente contendo água quente ( $\pm 70^{\circ}$ ).

c A mistura deve ficar morna, de forma uniforme, sem coalhar.

#### PRECAUÇÃO

PERIGO DE QUEIMADURAS. NA PREPARAÇÃO DE MOLHOS QUENTES PROTEJA AS MÃOS DO VAPOR QUE ESCAPA ENTRE O RECIPIENTE COM ÁGUA E A VASILHA.

CASO II - MOLHOS FRIOS (MAIONESE)

a Bata uniformemente toda a massa.

4º passo *Adicione a gordura con*  
*forme figura 2.*

a Junte pouco a pou  
co.

b Bata sem interrup  
ção.

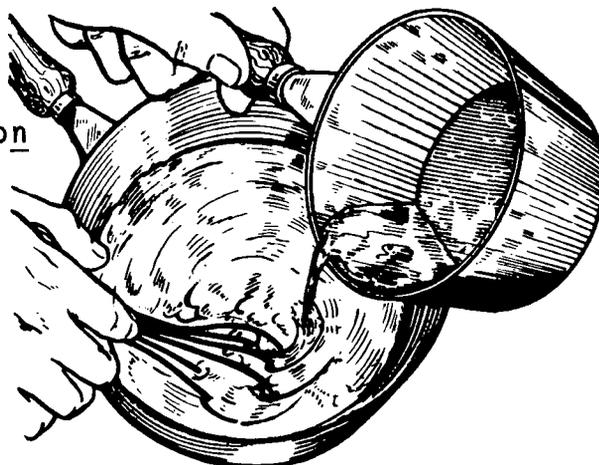


Fig. 2

OBSERVAÇÕES

- 1) O excesso na adição de óleo corta o molho.
- 2) Use gordura quente nos molhos quentes e fria (temperatura ambiente) nos molhos frios.

5º passo *Retire o molho do calor.*

6º passo *Componha o molho.*

a Misture os demais ingredientes com o molho.

b Trabalhe com batedor de arame.

7º passo *Dê a consistência desejada.*

a Adicione água pouco a pouco.

b Misture sem interrupção.

OBSERVAÇÃO

Molhos emulsionados que tendem a talhar, podem ser recuperados adicionando água fervente no caso de molhos frios e água gelada nos molhos quentes.

8º passo *Guarde o molho.*

OBSERVAÇÕES

- 1) Conserve molhos frios em temperatura de 8 a 10°C.
- 2) Utilize os molhos quentes imediatamente.



Operação que se realiza manualmente ou com a ajuda de amassadeira.

Consiste na mistura de farinha de trigo e similares com outros produtos alimentícios para convertê-los em massas homogêneas, que se utilizam em confecções do tipo pastelaria e pastas italianas.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Peneire a farinha de trigo.*

2º passo *Forme um monte com a farinha de trigo.*

#### *CASO I - OPERAÇÃO MANUAL*

a Coloque a farinha sobre mesa de mármore, aço inoxidável ou madeira.

b Junte a farinha no centro.

#### *CASO II - OPERAÇÃO MECÂNICA*

a Fixe o recipiente da máquina.

b Despeje a farinha de trigo.

3º passo *Adicione os demais ingredientes da massa.*

a Coloque os condimentos e misture-os com a farinha de trigo.

b Faça uma cavidade no centro da farinha de trigo.

c Adicione os ingredientes sólidos em pequenos pedaços.

d Junte os componentes líquidos (fig.1).

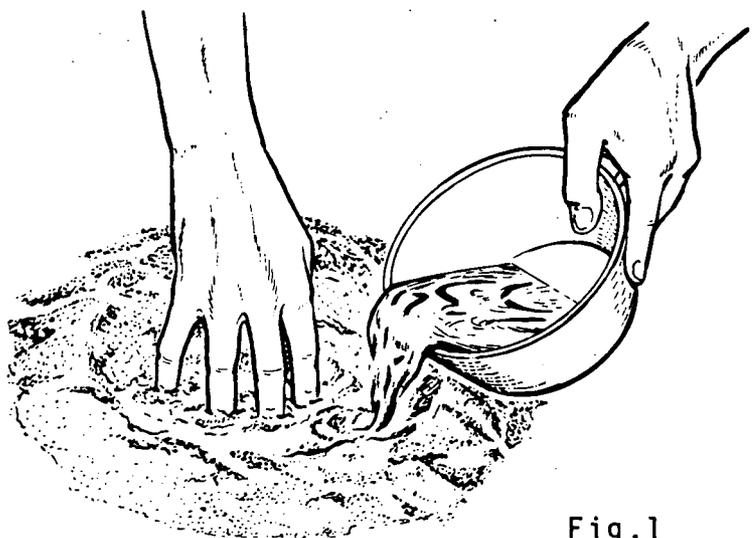


Fig.1



OBSERVAÇÕES

1) É mais fácil adicionar a farinha de trigo que líquidos às massas preparadas, reserve um pouco de farinha para adicioná-la depois, caso necessário.

2) As massas fortes e elásticas preparam-se sempre com farinhas fortes.

3) Quando se prepara massa de levedura, é necessário dissolver o fermento em água.

4º passo *Trabalhe a massa.*

*CASO I - PREPARAÇÃO MANUAL*

a Misture os ingredientes líquidos com a farinha de trigo

b Acrescente toda a farinha de trigo, pouco a pouco.

c Trabalhe a massa com a palma das mãos, até que ela se torne homogênea.

*CASO II - PREPARAÇÃO MECÂNICA*

a Coloque o gancho na máquina.

b Aproxime o recipiente lentamente.

c Ponha em funcionamento o motor, em velocidade mínima.

d Deixe funcionar a máquina até que a massa adquira a consistência uniforme desejada.



## OBSERVAÇÕES

1) Se a massa se apresenta mole, adicione farinha de trigo durante o amassamento.

2) Durante a preparação da massa devem-se acrescentar todos os ingredientes; a mesa de trabalho ou o recipiente devem ficar limpos e a massa desprender-se deles facilmente.

5º passo *Forme uma bola com a massa.*

a Espalhe farinha de trigo sobre a mesa.

b Modele a massa com a palma das mãos em forma de bola.

6º passo *Deixe repousar a massa.*

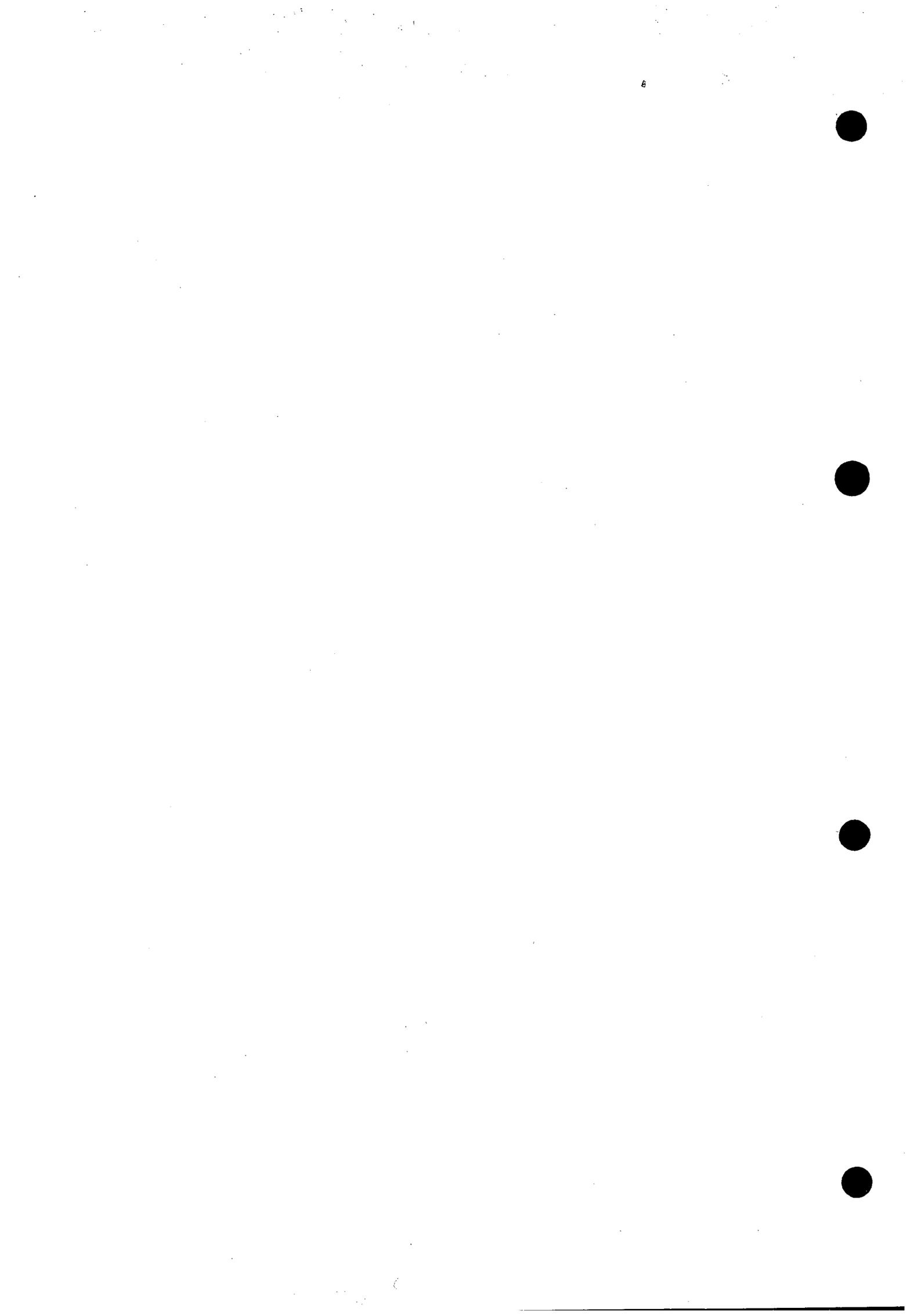
a Cubra a massa com pano úmido.

b Coloque-a em lugar fresco.

## OBSERVAÇÕES

1) No caso da massa de fermento deve-se cobri-la com um pano seco e deixá-la repousar em temperatura ambiente.

2) As massas de fermento aumentam de volume durante o repouso; segundo as indicações da tarefa, é possível que essas massas sejam modeladas antes do repouso.





Operação que consiste em misturar ingredientes para obter massa, seguindo um processo especial. Utiliza-se essa massa para fazer pastéis, empanados, salgadinhos, crostas para recheios e outras preparações.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Amasse a gordura.*

- a Utilize gordura sólida.
- b Trabalhe sobre mesa de mármore.
- c Amasse com o rolo ou as palmas das mãos.

2º passo *Forme um bloco com a gordura.*

**OBSERVAÇÃO**

O bloco deve ter a forma de ladrilho(fig.1).

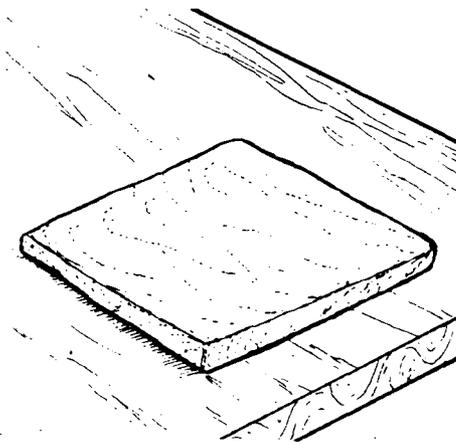


Fig.1

3º passo *Prepare massa elástica.*

- a Misture farinha de trigo, água e sal.
- b Dê-lhe a forma de bola.

4º passo *Faça uma incisão na massa em forma de cruz.*

**OBSERVAÇÃO**

A incisão deve ir até a metade da massa(fig.2).

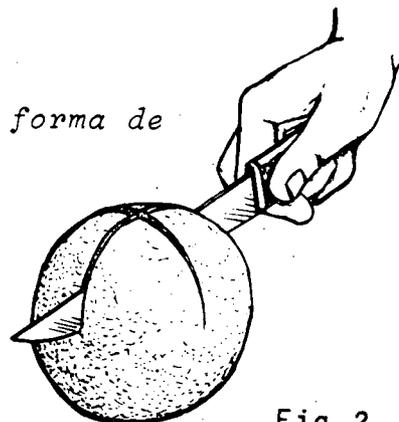


Fig.2

5º passo *Estenda a massa.*

a Polvilhe a mesa com farinha.

b Abra a massa com as mãos, a partir do centro da incisão (figs. 3 e 4).

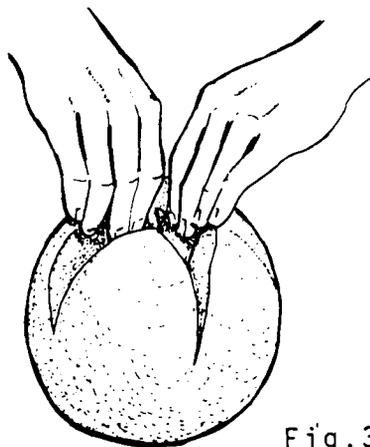


Fig.3

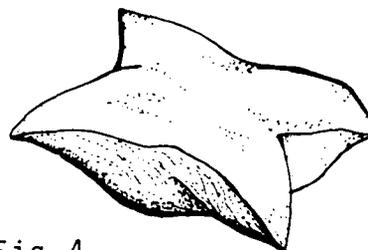


Fig.4

c Estique as pontas da massa com movimentos de dentro para fora.

OBSERVAÇÃO

1) A massa deve ficar em forma de cruz (fig.5).

2) O centro da massa deve ficar mais grosso que as extremidades.

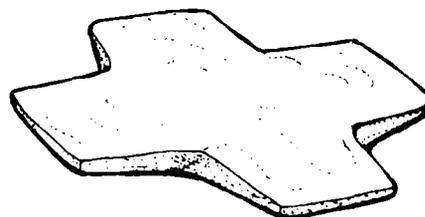


Fig.5

6º passo *Envolva o bloco de gordura com a massa.*

a Coloque a manteiga no centro da massa (fig.6).

b Dobre as extremidades sobre o bloco de gordura conforme figura 7.

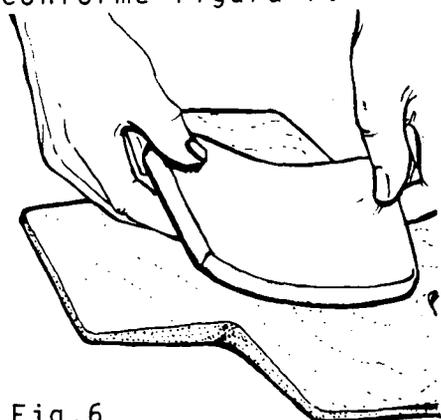


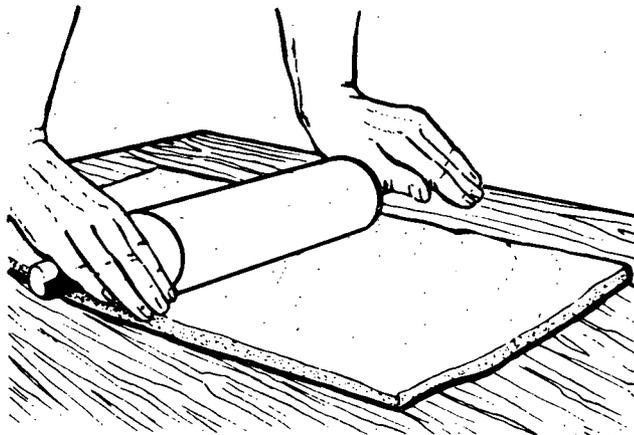
Fig.6



c Vire a massa de modo que as dobras fiquem em baixo.

7º passo *Estique a massa até que ela fique com 3cm de espesura (fig.8).*

Fig.8



OBSERVAÇÃO

Evite que a gordura saia de dentro da massa.

8º passo *Retire o excesso de farinha com escova própria com forme figura 9.*

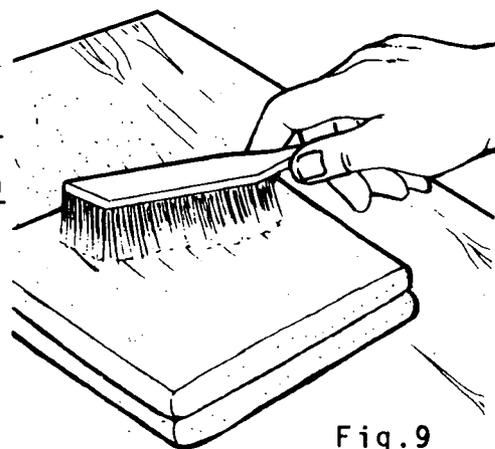


Fig.9

9º passo *Dê uma volta simples na massa.*

a *Dobre 1/3 da massa até o centro (fig.10).*

b *Dobre o outro terço sobre o primeiro (fig.11).*



Fig.10



Fig.11

10º passo *Deixe repousar a massa.*

- a Envolva em pano úmido.
- b Coloque no refrigerador por 30 minutos.

11º passo *Dê uma volta dupla na massa.*

- a Estique a massa até que atinja a espessura de 2 a 3cm.
- b Dobre 1/4 da massa de cada lado até o centro com forme figura 12.
- c Dobre as duas metades (figs.13 e 14).

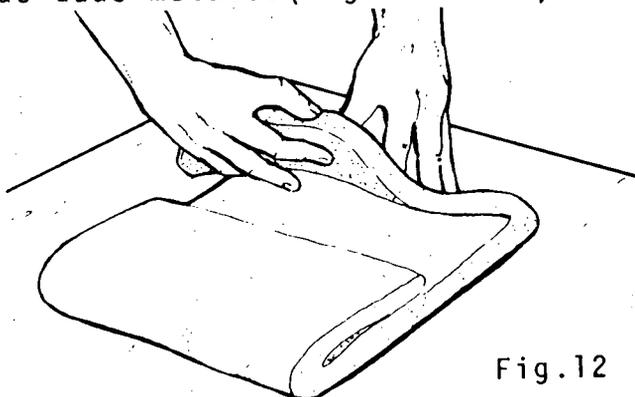


Fig.12

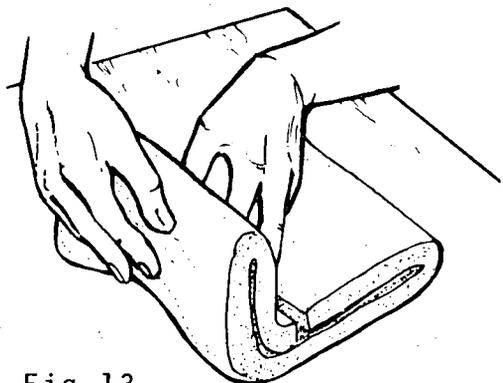


Fig.13

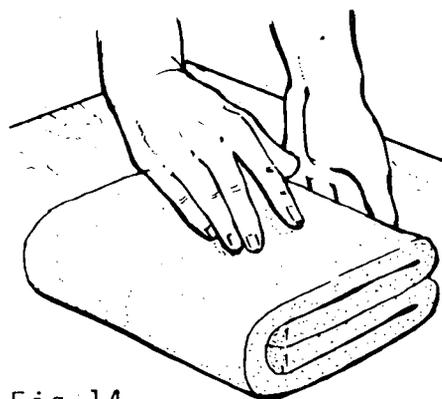


Fig.14

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Repita uma vez os passos 9, 10 e 11.
- 2) Para recordar quantas voltas foram dadas, faça pontos com os dedos, indicando cada uma.

12º passo *Guarde.*

- a Conserve a massa em refrigerador.
- b Envolva-a em pano úmido.

**OBSERVAÇÃO**

Antes do emprego da massa é obrigatório dar uma volta simples.

Operação que consiste em arrumar corretamente os elementos que compõem os sanduÍCHes, canapês e similares.

Com essa operação prepara-se um prato comestível formado por outros alimentos elaborados, de sabor e apresentação diferente dos de seus componentes.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Escolha as fatias de pão.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Para sanduÍche (utilizam-se de 2 a 3 fatias de pão de forma (fig.1), cortadas transversalmente ou pãezinhos cortados horizontalmente em metade.

2) Os canapês se preparam em fatias finas de pão de forma, cortadas longitudinalmente, ou de pães de outra massa, segundo receita (fig.2).

3) Se a receita assim exigir, o pão pode ser previamente tostado.

4) Outros sanduÍCHes, como "toast" e "cachapas" preparam-se com porções de pão especial.

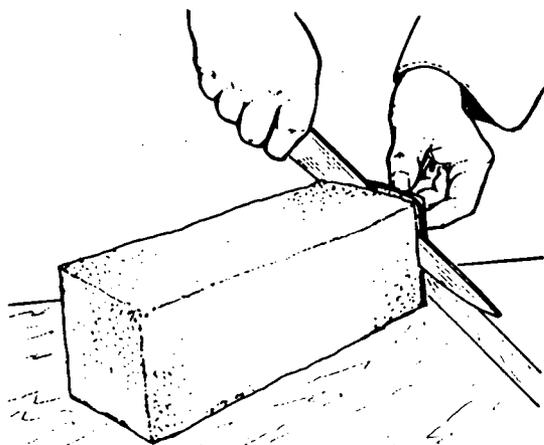


Fig. 1

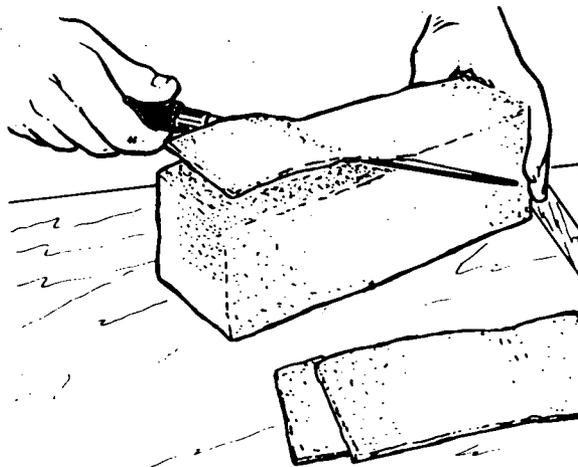


Fig. 2

2º passo *Prepare a untadura, amassando-a até que fique amolecida.*

3º passo *Unte o pão.*

- a Use espátula pequena.
- b Coloque uma camada uniforme, com a espessura exigida pela receita(fig.3).
- c Ponha a untadura na parte de cima das fatias de pão para sanduíches abertos ou canapê, e na parte interna para os outros tipos de sanduíches duplos ou triplos.



Fig. 3

**OBSERVAÇÃO**

Alguns tipos de sanduíches são tostados com a untadura.

4º passo *Coloque o recheio.*

- a Recheie toda a superfície de uma das fatias de pão o mais uniformemente possível(fig.4).
- b Coloque o recheio sobre a untadura na ordem especificado pela receita.

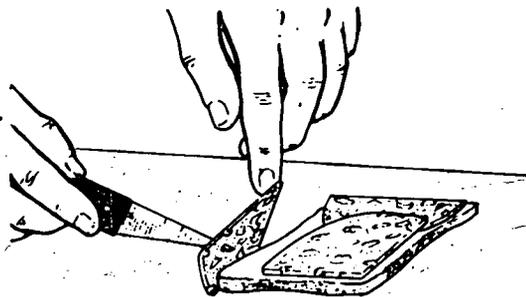


Fig. 4

5º passo *Feche o sanduíche.*

- a Coloque a segunda fatia de pão sobre o recheio com a parte untada para baixo(fig.5).
- b Pressione suavemente com uma espátula.

**OBSERVAÇÃO**

Este passo só se executa com sanduíches duplos.



Fig. 5

6º passo *Coloque o recheio seguinte como nos passos 4º e 5º.*

**OBSERVAÇÃO**

Este passo sã se executa na preparação de sanduiches triplos.

7º passo *Alinhe o comestível.*

a Alinhe as bordas do sanduiche.

b Corte as crostas laterais.

8º passo *Corte o sanduiche.*

**CASO I - SANDUÍCHES DUPLOS OU TRIPLOS**

a Fixe o sanduiche com palitos.

b Corte com faca serrilhada (fig.6).

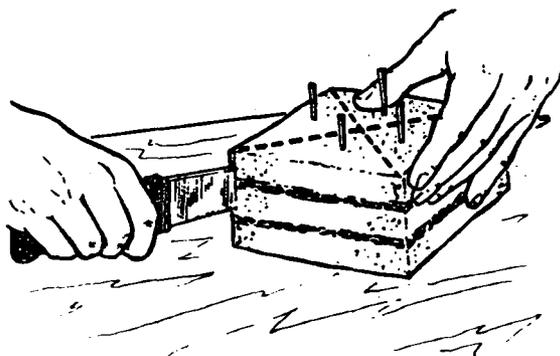


Fig. 6

**CASO II - CANAPÉ E SANDUICHE ABERTOS**

a Divida em pedaços pequenos.

**OBSERVAÇÃO**

A forma e o tamanho no qual se cortam estes comestíveis é determinada pela receita.

9º passo *Decore o prato.*



Operação que consiste em preparar massa de ovos batidos, em gordura, por meio de calor. Os ovos assim preparados adquirem paladar e apresentação específicos.

Omeletes e ovos mexidos são a base de muitos pratos. Usam-se principalmente no café da manhã e como entradas. Ademais apresentam-se estes alimentos como guarnição e acompanhamento de carnes, sanduíches, legumes e outros pratos.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### *CASO I - OMELETE FRANCESA E OVOS MEXIDOS*

1º passo *Quebre os ovos.*

2º passo *Bata os ovos, misturando as claras com as gemas, sem formar espuma.*

#### OBSERVAÇÕES

- 1) Use vasilhame redondo e batedor de arame.
- 2) Adicione leite se é para ovos mexidos.

3º passo *Tempere a massa.*

4º passo *Adicione os ingredientes especificados na receita.*

5º passo *Aqueça a gordura em frigideira especial para omeletes.*

#### OBSERVAÇÃO

Use fogo forte.

6º passo *Despeje a massa de ovos na frigideira (fig.1)..*

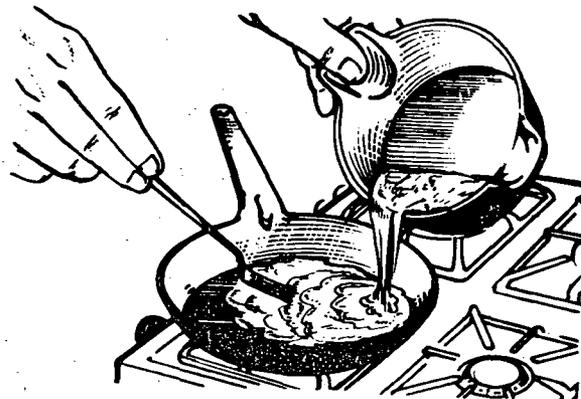


Fig. 1

7º passo *Cozinhe a massa.*

a Mexa constantemente para evitar a formação de grumos (fig.2).

b Revolva os ovos trabalhando com a frigideira inclinada.

c Espere que a massa tome uma consistência cremosa e um pouco espessa.



Fig. 2

8º passo *Desprenda a massa deixando descansar a frigideira alguns instantes em cima do fogo até que se forme uma fina crosta.*

#### OBSERVAÇÃO

A crosta não deve corar.

9º passo *Enrole a massa.*

a Utilize espátula ou garfo (fig.3).

b Forme um rolo como se fora um charuto grande.

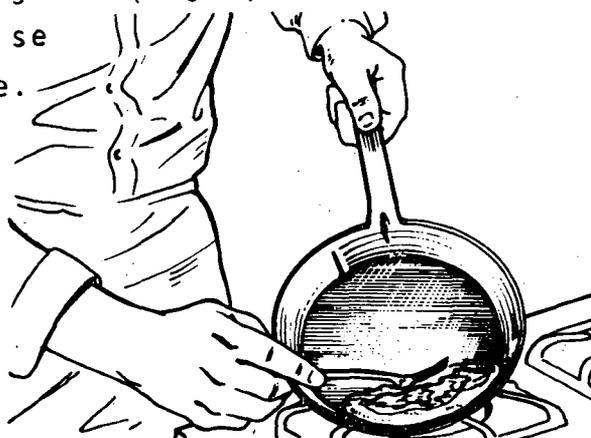


Fig. 3

#### OBSERVAÇÃO

Este passo somente se executa na preparação de omeletes.

10º passo *Apresente os ovos mexidos ou a omelete em recipiente de serviço pré-aquecido (fig.4).*

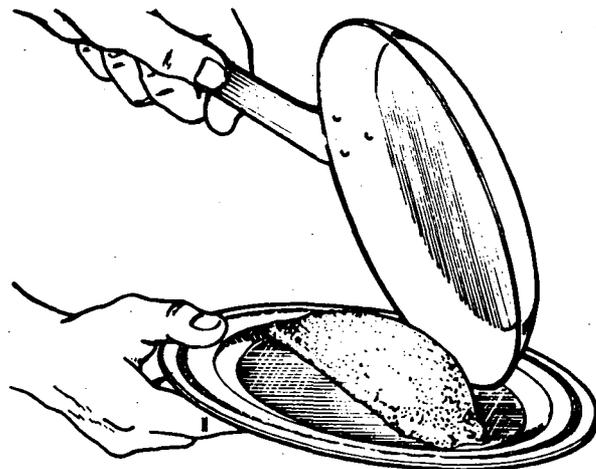


Fig. 4

OBSERVAÇÕES

- 1) Os ovos mexidos servem-se com o lado cremoso para cima.
- 2) As omeletes devem tomar um pouco de cor e são servidas com o lado mais apresentável à vista.

11º passo *Recheie a omelete.*

a Abra a omelete fazendo um corte longitudinal no centro do alimento.

b Coloque o recheio (fig.5).

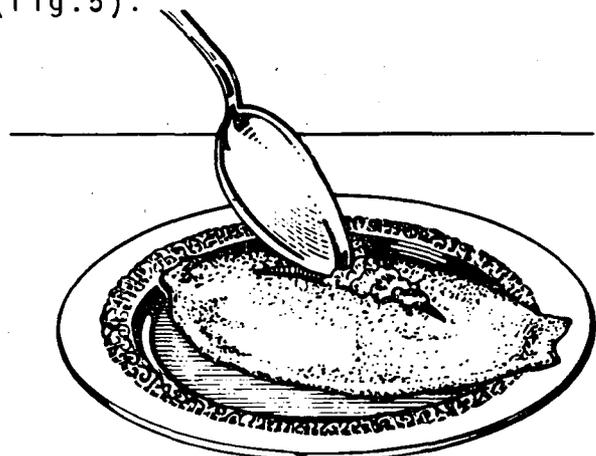


Fig. 5

OBSERVAÇÕES

- 1) Este passo só é executado se a receita o exigir.
- 2) Uma vez preparados, esses alimentos devem ser servidos de imediato e muito quentes, para evitar a perda de sabor, consistência e apresentação.



OPERAÇÃO: PREPARAR OMELETES E OVOS  
MEXIDOS

REFER.:FO.45/CP 4/5

COD. LOCAL:

CINTERFOR  
1ª Edição  
1971

CASO II - OMELETES ESPANHOLAS

1º passo *Quebre os ovos.*

2º passo *Bata os ovos, até ficarem espumosos.*

OBSERVAÇÃO

Use recipiente redondo e batedor de arame.

3º passo *Tempere a massa.*

4º passo *Aqueça a gordura em frigideira especial para omeletes.*

OBSERVAÇÃO

Conforme o número de porções utiliza-se frigideira de tamanho adequado.

5º passo *Salteie as batatas deixando corar bem.*

OBSERVAÇÕES

1) Utilize batatas cruas ou cozidas cortadas em fatias ou rodelas.

2) Em certos casos adiciona-se também cebola à omelete.

6º passo *Despeje a massa de ovos sobre as batatas.*

7º passo *Deixe cozinhar a mistura até que o ovo forme uma crosta de cor dourada.*

OBSERVAÇÃO

Use fogo moderado.

89 passo *Revire a omelete.*

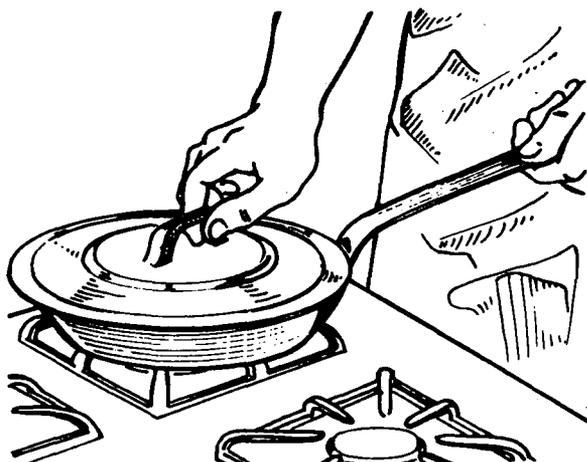


Fig. 6

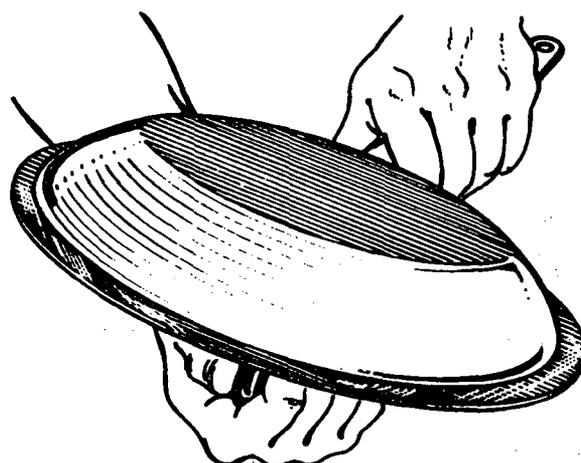


Fig. 7

- a Coloque uma tampa sobre a frigideira (fig.6).
- b Vire a frigideira segurando a tampa (fig.7).
- c Retire a frigideira de cima da tampa.
- d Recoloque a omelete na frigideira fazendo-a deslizar sobre a tampa (fig.8).



Fig. 8

**PRECAUÇÃO**

*PERIGO DE QUEIMADURAS AO VIRAR A FRIGIDEIRA.*

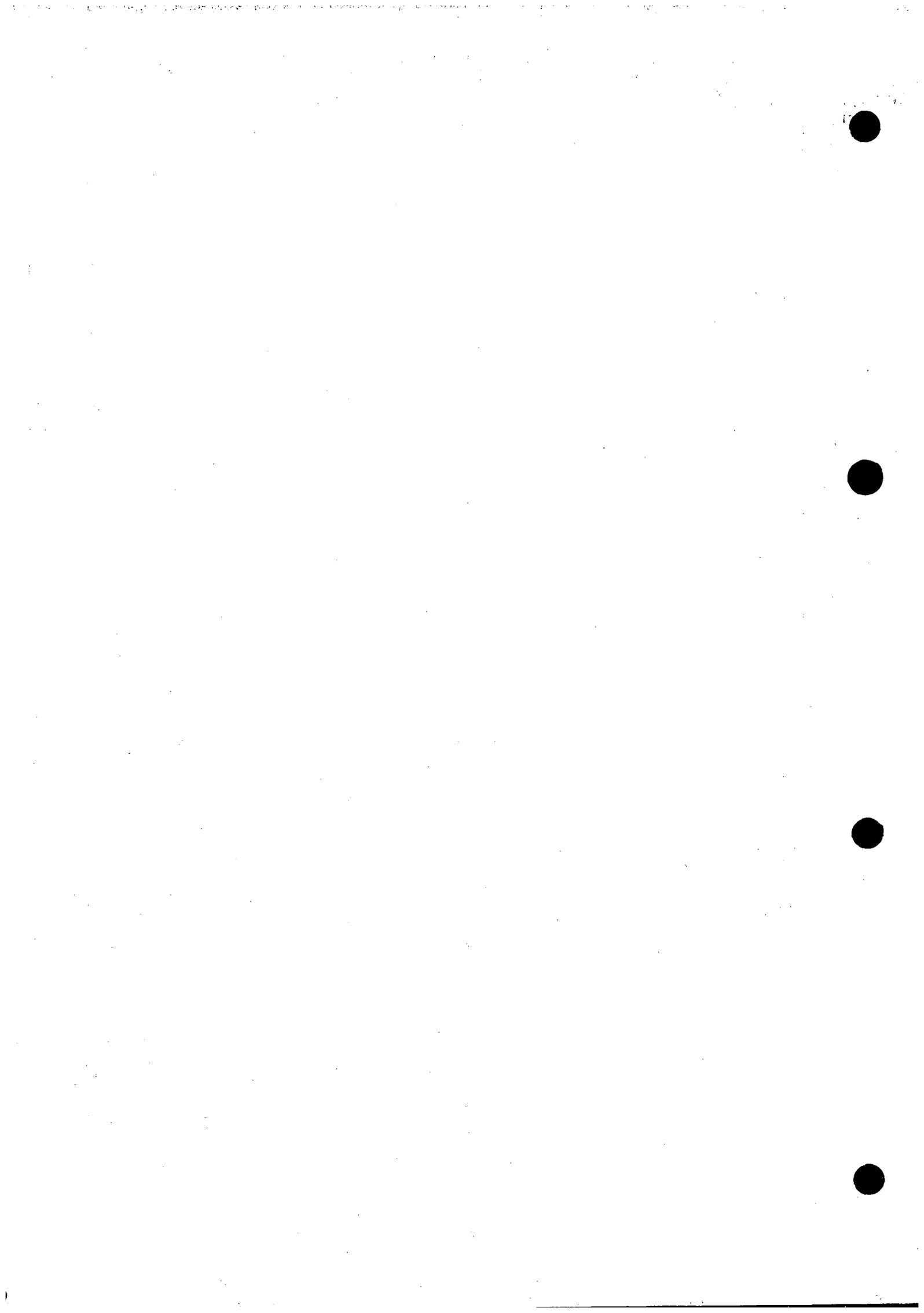
99 passo *Deixe corar o outro lado da omelete.*

109 passo *Apresente a omelete.*

- a Coloque-a sobre um prato pré-aquecido.
- b Adorne-a.

**OBSERVAÇÃO**

As omeletes espanholas são servidas quentes ou frias.



Operação que consiste, com finalidade decorativa, em cobrir alimentos preparados com fundos, molhos, gelatinas e outros. Esta operação é praticada com quase todos os pratos quentes que se servem com molho quente de acompanhamento, e como adorno e tempero de pratos frios, tais como saladas compostas, "mousses" e peças de assados frios.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

*CASO I - COBRIR, NAPEAR E ABRILHANTAR*

1º passo *Coloque o alimento sobre uma grelha.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) O lado mais apresentável deve ser colocado para cima.
- 2) Coloque uma travessa debaixo da grelha.
- 3) Este passo somente se faz com alimentos frios onde o líquido deve apenas cobrir o alimento.

2º passo *Amorne o líquido.*

a Eleve-o à temperatura adequada.

b Verifique a consistência (fig.1).

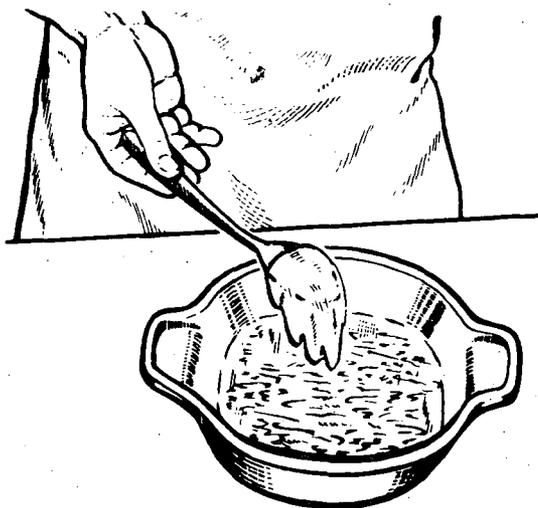


Fig. 1

3º passo *Cubra o alimento.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Em caso de molhos e caldos use concha ou colher com capacidade certa para cobrir a peça (fig.2).

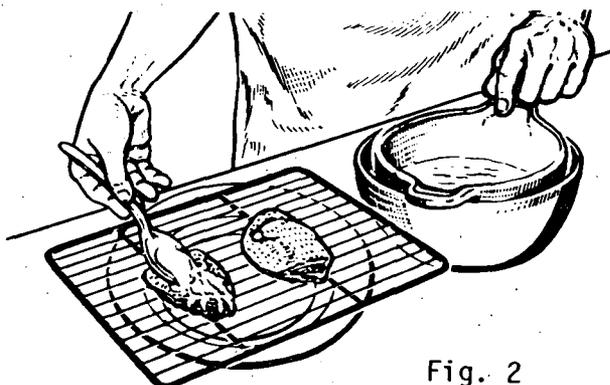


Fig. 2

2) Em caso de gelatinas use uma trincha suave conforme figura 3 e pincele rapidamente.

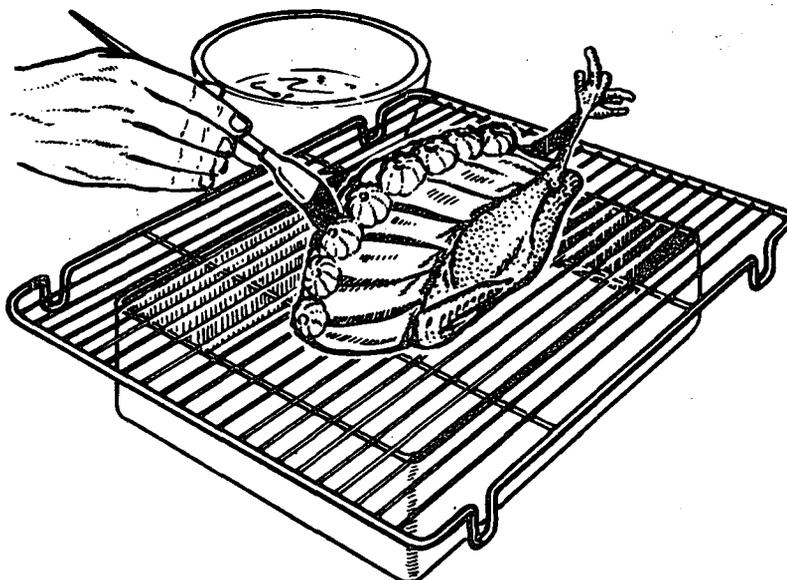


Fig. 3

4º passo *Deixe escorrer.*

*CASO II - COBRIR E ABRILHANTAR POR IMERSÃO*

1º passo *Prepare os utensílios.*

**OBSERVAÇÃO**

Coloque uma grelha com travessa.

2º passo *Amorne o líquido.*

3º passo *Prenda o alimento usando garfo, espeto ou pinças.*

4º passo *Submerja o alimento do líquido (fig.4) e aguarde uns instantes.*



Fig. 4

5º passo *Retire o alimento do líquido e deixe escorrer ligeiramente.*

6º passo *Seque sobre a grelha(fig.5).*

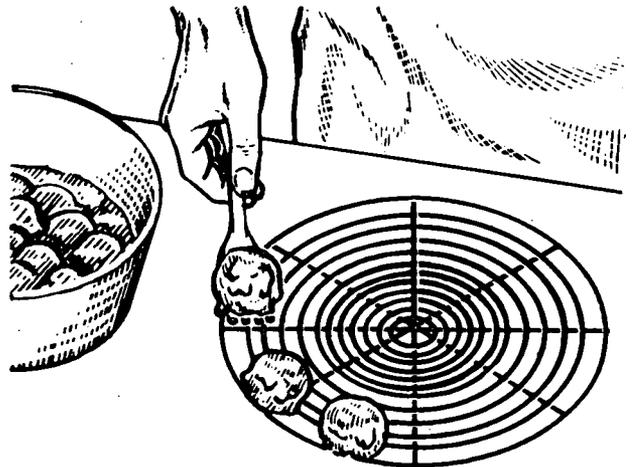


Fig. 5

7º passo *Retire o alimento da grelha e retire as "gotas pingadas".*

CASO III - REVESTIMENTO INTERIOR DE FORMAS COM GELATINAS

1º passo *Selecione a forma.*

OBSERVAÇÃO

A forma deve estar limpa, seca e sem gordura.

2º passo *Amorne o líquido.*

3º passo *Encha a forma com o líquido.*

4º passo *Esfrie líquido.*

a Submerja o recipiente em água gelada até a altura desejada para o revestimento.

b Verifique a espessura do revestimento com o dedo.

5º passo *Esvasie a forma e deixe escorrer sobre uma grelha.*

6º passo *Prenda cuidadosamente os elementos de decoração nas paredes e no fundo do revestimento.*

79 passo *Recheie a forma.*

a Coloque cuidadosamente o recheio sem romper a ca  
pa de aspic(fig.6).

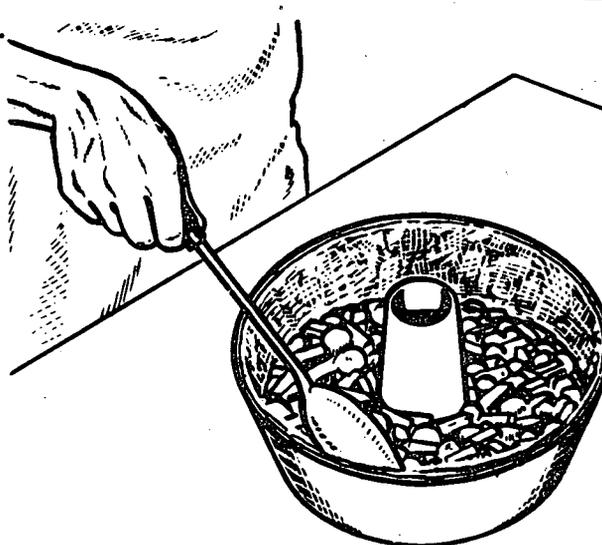


Fig. 6

b Encha a forma sem deixar bolsas de ar.

89 passo *Feche a forma com gelatina.*

99 passo *Deixe descansar.*

a Coloque a forma no refrigerador por várias horas.

b Não congele.

109 passo *Desenforme o aspic colocando a forma um instante em*  
*água quente.*

**OBSERVAÇÃO**

A água não deve penetrar na forma.

119 passo *Vire a forma rapidamente(fig.7).*

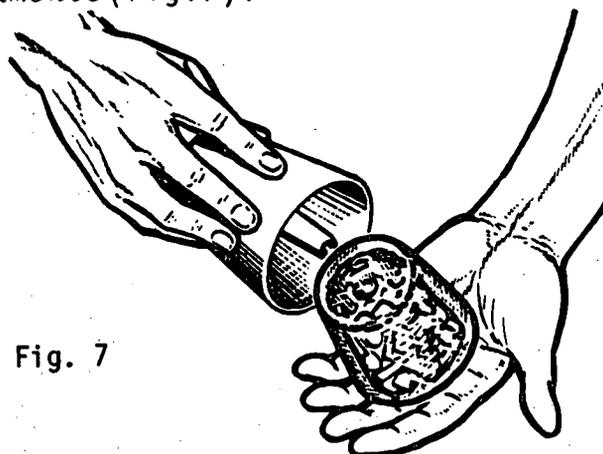


Fig. 7

Operação manual que consiste em arrumar esteticamente alimentos cortados em fatias, com a finalidade de apresentá-los de forma mais atraente ao comensal.

Esta operação é praticada preferentemente com carnes, peixes, mariscos, legumes e queijos que se servem frios ou quentes.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Corte o comestível em fatias no tamanho e grossura exigidos pela receita.*

2º passo *Coloque as fatias sobre uma bandeja.*

a *Arrume-as na medida que as for cortando.*

b *Arrume-as de forma ordenada e simétrica.*

**OBSERVAÇÕES**

1) Os alimentos quentes se colocam diretamente sobre a travessa ou prato onde serão servidos.

2) Os comestíveis frios ou aqueles que serão servidos frios são colocados sobre uma bandeja (mise en place).

3º passo *Dobre as fatias (fig.1).*

*CASO I - FORME "ROLOS"*

*CASO II - FORME "ESCADAS"*

*CASO III - FORME "CONES"*

*CASO IV - FORME "FLORES"*

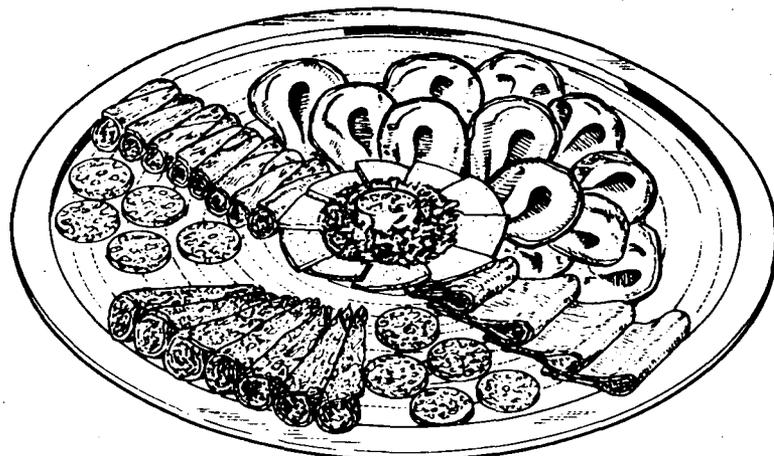


Fig. 1



OPERAÇÃO: APRESENTAR COMESTÍVEIS EM  
FATIAS

REFER.: FO.47/CP 2/2

COD. LOCAL:

CINTERFOR

1ª Edição

1971

OBSERVAÇÃO

Dobre as fatias de modo que a parte que vai ficar  
à vista seja a de melhor aspecto.

4º passo *Coloque as fatias dobradas.*

a Apresente-as sobre a travessa onde as vai servir.

b Ponha o lado mais apresentável para cima.

c Acomode-as de forma que não possam desdobrar-se.

OBSERVAÇÃO

Dentre outros são empregados os seguintes recur-  
sos para evitar o desdobramento:

- Recheiar canudos e flores com um acompanhamento.
- Colar as juntas com aspic ou um molho de acompa-  
nhamento.
- Colocar as fatias sobre sua base de salada.
- Acavalar uma fatia na outra.

Operação manual que consiste em colocar iguarias que compõem um prato de forma estética sobre o material de serviço, com a finalidade de torná-los atrativos aos olhos do comensal.

Esta operação se pratica com todos os comestíveis que se servem da cozinha para o consumo.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

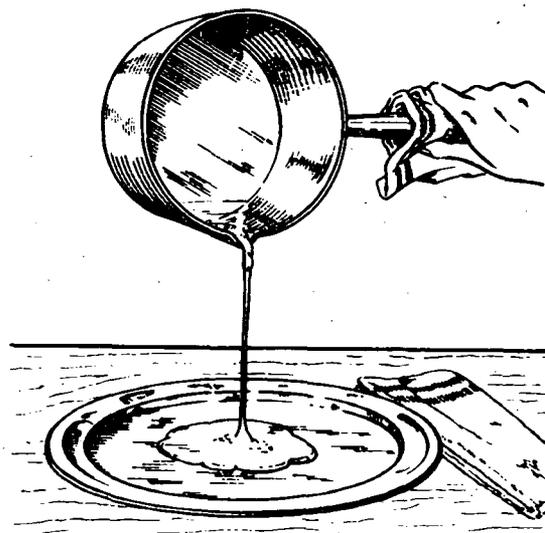
1º passo *Condicione o material de serviço.*

- a Verifique e retoque a limpeza dos utensílios.
- b Aqueça ou esfrie previamente o utensílio, segundo o caso.

### OBSERVAÇÃO

Todo alimento quente serve-se sobre material de serviço pré-aquecido; pratos e travessas que se utilizam para servir comida fria devem estar bem frios.

2º passo *Forme o espelho do prato, revestindo o fundo com uma camada fina de gelatina ou molho (fig.1).*



3º passo *Coloque o centro.*

Fig. 1

### OBSERVAÇÕES

- 1) Segundo a simetria ou assimetria que se quiser dar ao prato, o centro coloca-se no meio ou de um dos lados do prato.
- 2) Os alimentos não devem ser colocados sobre a borda ou virada do prato ou travessa.

4º passo *Monte o acompanhamento.*

- a Utilize ferramenta apropriada.
- b Coloque sempre pequenos montes (nunca espalhe o produto).
- c Modele grãos e purês com uma concha ou molde.

#### OBSERVAÇÕES

- 1) Em pratos quentes, serve-se o acompanhamento sobre os 2/4 superiores do prato ou nas divisões destinadas para este fim, se houver (fig.2).
- 2) Evite manchar o resto da travessa.

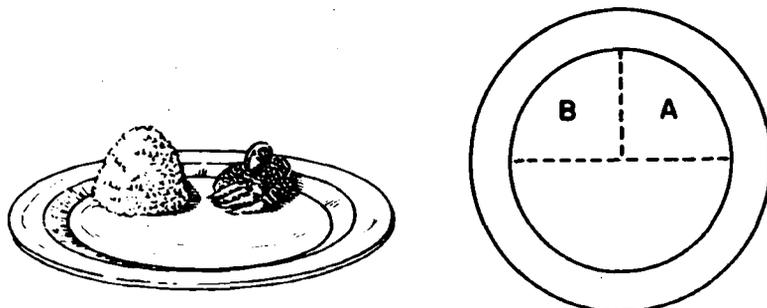


Fig. 2

5º passo *Apresente o ingrediente principal.*

- a Coloque-o sempre com o lado mais apresentável para cima e na direção do comensal.
- b Use pinças, garfo ou espátula para servir carnes, aves, peixes...
- c Transfira peças delicadas com a espumadeira ou as mãos.

6º passo *Napee com molho.*

- a Cubra somente o ingrediente a que se destina o molho de acompanhamento.
- b Utilize concha graduada justamente com a capacidade necessária.

7º passo *Enfeite o prato.*

- a Coloque o enfeite.
- b Guarneça cobrindo a parte menos bonita do prato.

#### OBSERVAÇÃO

Segundo o tipo de prato que se vai apresentar e as especificações da receita, alguns dos passos do 2º ao 6º poderão ser suprimidos.

Operação manual que se executa para dividir em porções peças de carnes tais como lombo, filet mignon, pã, peito, carrê,... Geralmente as carnes que assim se cortam são assados e braseados de boi (fig.1) porco (fig.2), roast beef (fig.3), alcatra dupla (fig.4), que se servem sem osso.

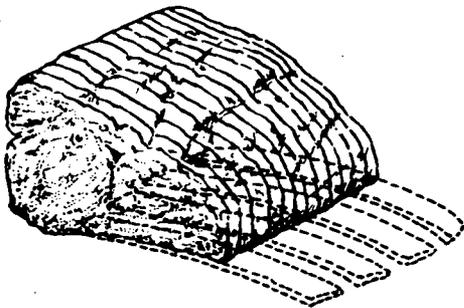


Fig. 1

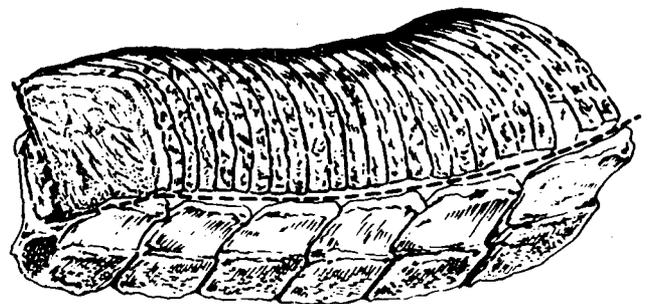


Fig. 2

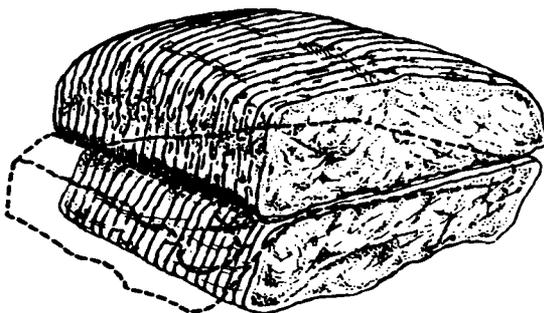


Fig. 3

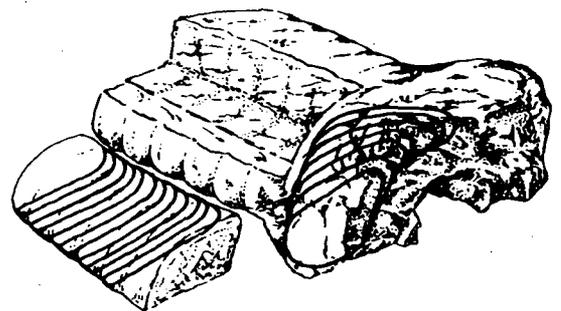


Fig. 4

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Retire a amarradura.*

- a Corte o barbante.
- b Retire palitos e espetos.

2º passo *Prepare a carne para cortar.*

- a Apare a peça de carne.
- b Coloque-a sobre uma tábua com ranhura de escoamento.

3º passo *Faça o corte inicial utilizando um trinchante longo ou faca elétrica.*

- a Corte uma das pontas da peça.
- b Corte transversalmente às fibras da carne.

### OBSERVAÇÃO

Conserve a ponta recortada para os degustadores desta peça.

4º passo *Desosse a peça operando com a faca entre osso e carne (fig.5).*

OBSERVAÇÃO

1) Utilize trinchante curto ou faca para desossar.

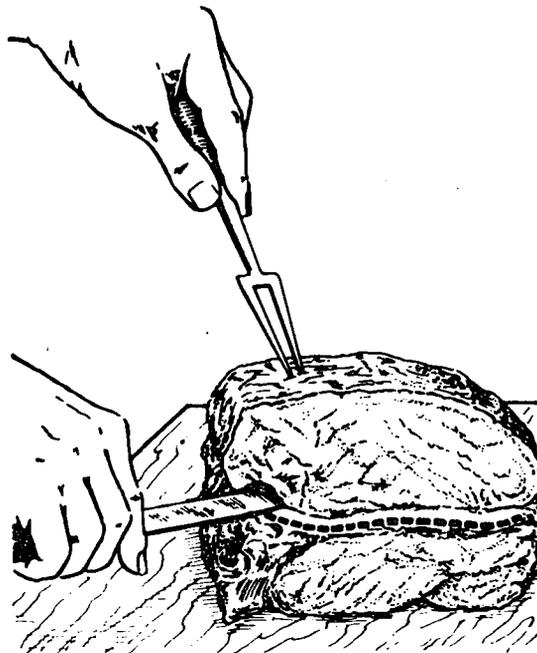


Fig. 5

2) Procure deixar a menor quantidade de carne junto aos ossos.

5º passo *Trinche a carne.*

- a Segure com um garfo sem furar a carne.
- b Corte as fatias paralelamente ao corte inicial.

OBSERVAÇÃO

- 1) Utilize um trinchante longo ou faca elétrica.
- 2) A espessura das fatias é especificada nas receitas; aquelas cortadas demasiadamente finas podem desfibrar a carne.

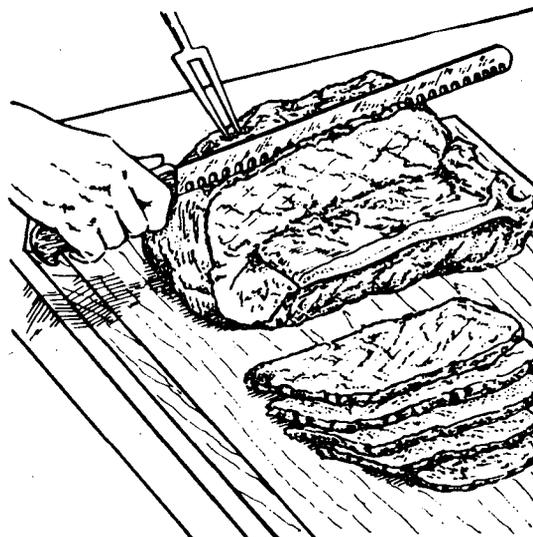


Fig. 6



Operação manual que consiste em fracionar em porções a carne de pernil não desossada, assada, curada ou processada de outra maneira. As pernas que assim se trinham são geralmente de porco, vitela, carneiro ou cordeiro, e se servem frias ou quentes. Deve-se trincar momentos antes de servir, muitas vezes no próprio salão, frente ao cliente.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Coloque o pernil sobre uma mesa com o lado externo (carnoso) para cima.*

#### OBSERVAÇÃO

Utilize tábua de madeira com ranhura.

2º passo *Separe a pelvis, utilizando faca de desossar.*

#### OBSERVAÇÃO

Procure não desfiar a carne.

3º passo *Coloque o pernil na posição de corte, com o lado mais carnoso para cima.*

#### OBSERVAÇÕES

1) Utilize base para pernis ou tábua de madeira com ranhura.

2) A base é indispensável para trincar corretamente pernis muito grandes (presuntos); se não dispuser da mesma, utilize um molde circular para bolo ou uma caçarola com o diâmetro apropriado.

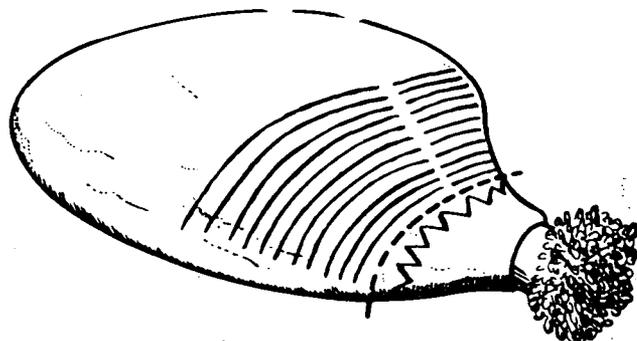
3) A tábua de madeira utiliza-se preferentemente para trincar pernis pequenos, especialmente quentes.

4º passo *Assinale o começo do corte.*

a Faça uma incisão profunda até o fêmur (fig.1).

b Corte perpendicular ao fêmur.

Fig. 1



5º passo *Desprenda a pele do toucinho do pernil, utilizando faca curta.*

- a Deixe 1-2 cm de toucinho junto à carne.
- b Termine o corte no jarrête com uma incisão em "zig-zag".

**OBSERVAÇÃO**

Este passo somente se faz com presuntos e pernis de porco preparados com a pele.

6º passo *Dê polimento na extremidade do jarrête.*

**OBSERVAÇÃO**

Coloque um papelote.

7º passo *Prepare um guia de corte.*

- a Corte uma peça em forma de cunha (fig.2).
- b Guie a faca em posição oblíqua na direção do corte feito no 4º passo.
- c Separe a rótula.

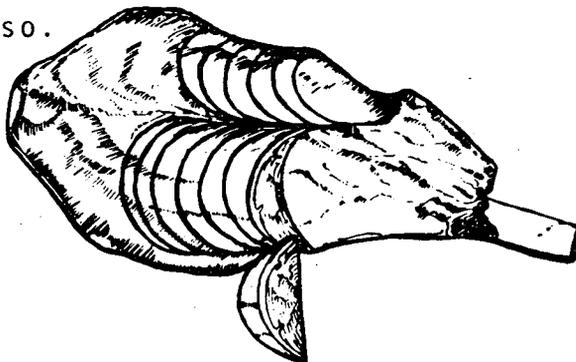


Fig. 2

8º passo *Trinche o pernil (fig.3).*

- a Utilize trinchantes de corte ondulado.
- b Corte em fatias paralelamente à cara do corte.
- c Corte do lado direito e esquerdo do fêmur.

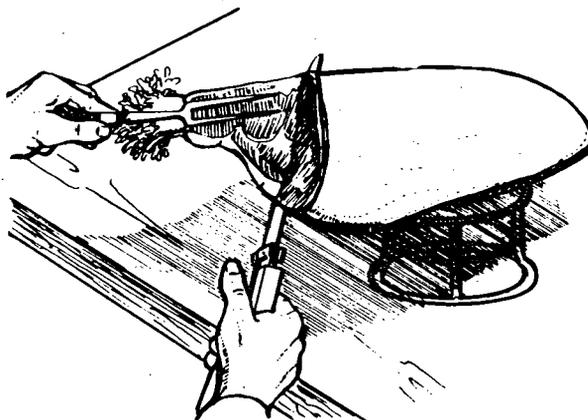


Fig. 3

**OBSERVAÇÃO**

Pode-se trincar primeiro um lado (fig.4a) e depois o outro (fig.4b), ou alternadamente uma fatia de um lado e de outro (fig.5). O primeiro método se emprega geralmente quando são trinchados pernis quentes, pequenos, ou quando se trincha a peça inteira de uma vez sô; o segundo é mais popular quando se trincha "por solicitação".

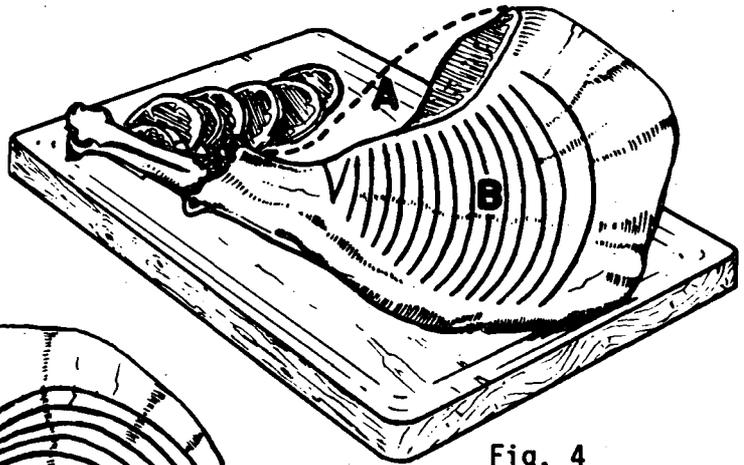


Fig. 4

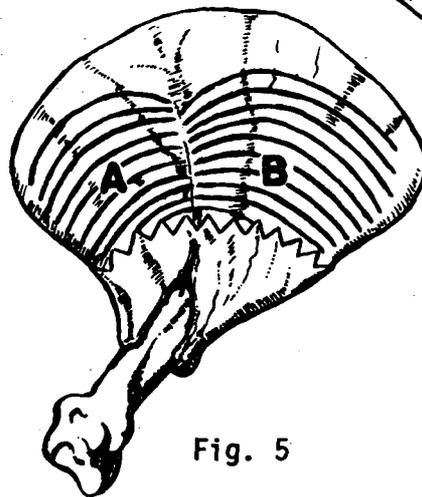


Fig. 5

**PRECAUÇÃO**

*PERIGO DE CORTAR-SE. NESTA OPERAÇÃO GUIA-SE A FACA QUASE EXCLUSIVAMENTE NO SENTIDO DO CORPO; CUIDE PARA NÃO DESLIZÁ-LA COM FORÇA.*



Operação manual que consiste em fracionar aves anteriormente preparadas.

As aves normalmente trinchadas são: frangos, perus, patos, co<sub>o</sub>rnas e similares, assadas, cozidas ou processadas de qualquer outra forma. O ato de trincar é realizado pouco antes de servir, podendo ser realizado no próprio salão, diante do comensal.

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Corte o barbante.*

#### OBSERVAÇÃO

Procure não desmanchar a pele da ave.

2º passo *Separe o osso em forma de "Y".*

3º passo *Coloque a ave para trincar, com o peito para cima.*

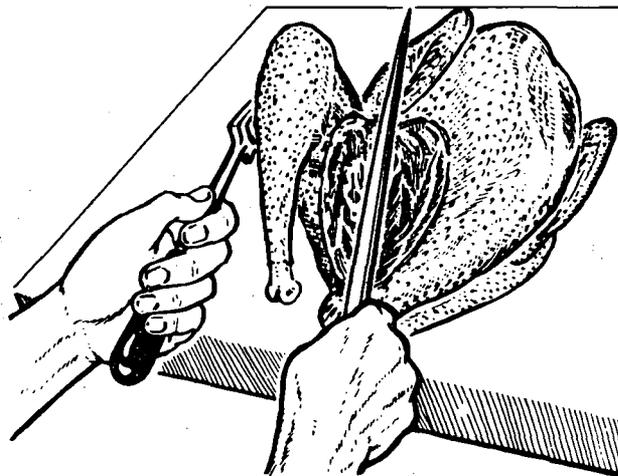
#### OBSERVAÇÃO

Use tábua de madeira com ranhuras.

4º passo *Separe a coxa.*

a Segure a coxa com o garfo (fig.1).

b Separe a coxa com trinchante para aves.



5º passo *Trinche as coxas.*

#### OBSERVAÇÃO

Divida em 2 ou 3 pedaços, segundo o tamanho.

6º passo *Trinche o peito.*

Fig. 1

*CASO I - AVES PEQUENAS*

- a Segure o peito com o garfo.
- b Corte ao longo do esterno e espinha (fig.2).
- c Recorte as costelas.
- d Divida o peito com um corte oblíquo do centro para a asa.

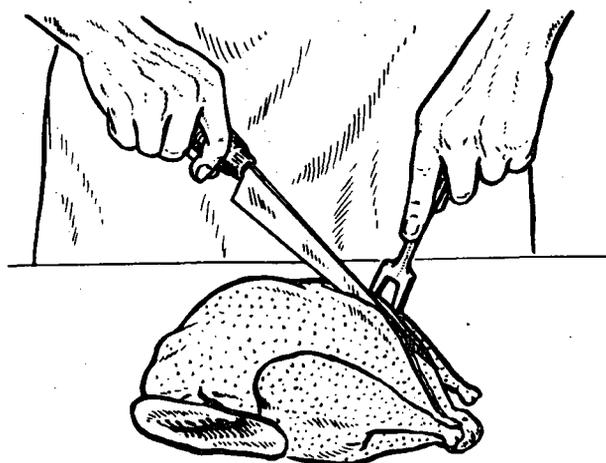


Fig. 2

*CASO II - AVES GRANDES*

- a Segure a ave com o garfo.
- b Corte as asas na junção com o peito.
- c Corte o peito em fatias.

**OBSERVAÇÕES**

Para trincar o peito de aves grandes utilizam-se três modalidades:

- a Frangos, perus, galinhas... Corta-se do esterno para baixo (fig.3).

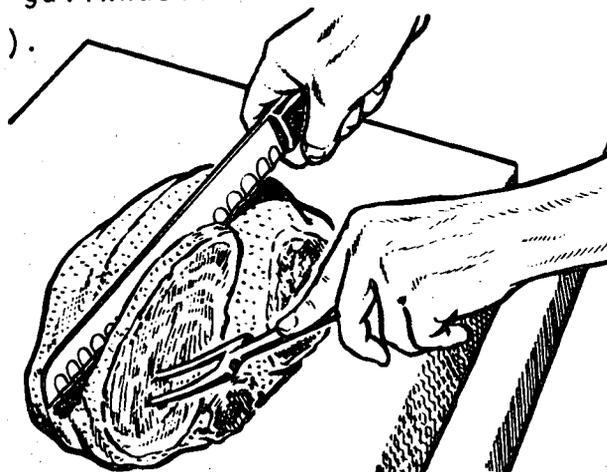


Fig. 3

b Gansos: Corta-se em fatias do início da asa para o esterno (fig.4).

c Patos: trincha-se paralelamente ao esterno em cortes verticais para obter "agulhas" (fig.5).

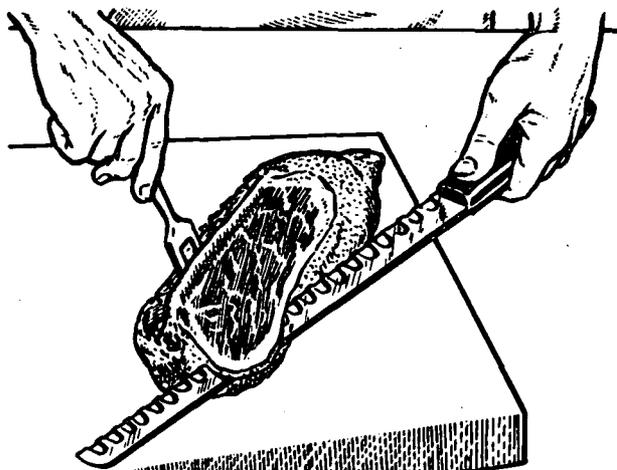


Fig. 4

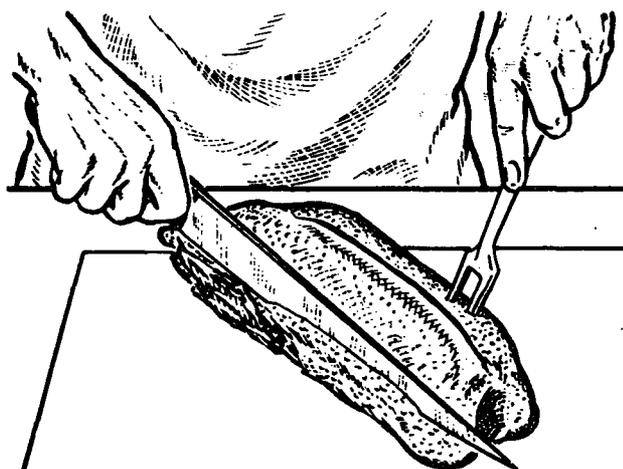


Fig. 5

7º passo *Apresente a ave.*

a Componha a ave de forma a restituir-lhe a forma original.

b Sirva imediatamente.



Operação manual que consiste em fracionar peixes em porções e filês. Esta operação é praticada com peixes preparados inteiros para serem servidos frios ou quentes, sem espinhas.

O ato de trinchar peixes realiza-se momentos antes de servi-los, algumas vezes sobre um "gueridõn" ou mesa auxiliar, diante do comensal.

PROCESSO DE EXECUÇÃO

1º passo *Coloque o peixe em posição de trinchar.*

a Retire cuidadosamente o peixe do recipiente com forme figura 1 usando garfo e colher.

b Coloque-o de lado sobre uma travessa prē-aquecida.



Fig. 1

2º passo *Separe as nadadeiras das costas e ventre com garfo e colher, se necessário (fig.2).*

**OBSERVAÇÃO**

Procure não desmanchar a carne do peixe.

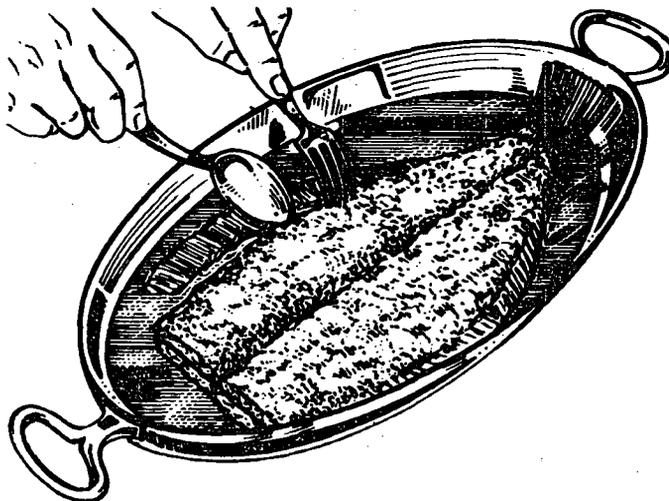


Fig. 2

3º passo *Retire os filês superiores.*

**CASO I - PEIXES FUSIFORMES**

a Introduza o garfo pela espinha dorsal bem junto à cabeça.

b Introduza a faca de peixe junto ao garfo.

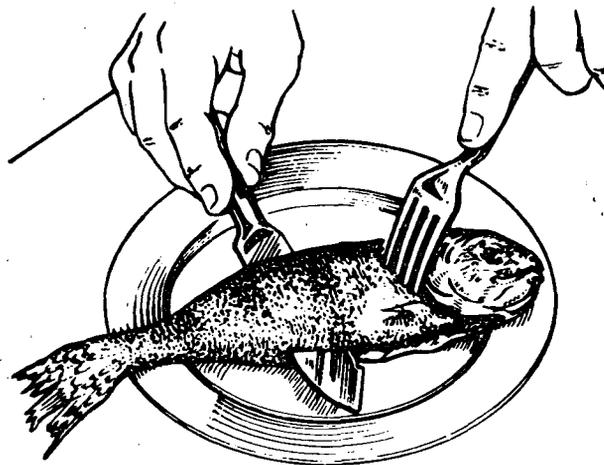


Fig. 3

c Deslize a faca sobre a espinha na direção da cauda (fig.3).

d Coloque o filê sobre o prato onde vai servir, com auxílio de faca e garfo.

CASO II - PEIXES CHATOS

- a Desprenda os filês ao longo da espinha dorsal.
- b Segure o peixe com o garfo espetado entre as espinhas.
- c Separe os filês com uma colher (fig.4) e coloque-os sobre um prato.

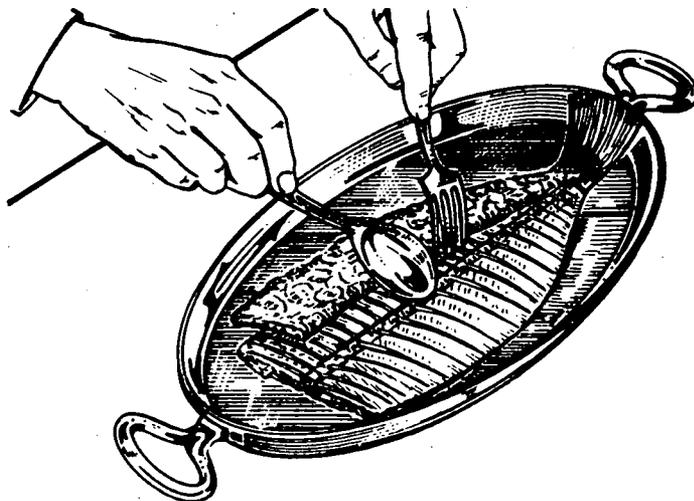


Fig. 4

4º passo *Separe a cabeça e a espinha central.*

- a Espete a cabeça por baixo das guelras.
- b Introduza a faca por baixo da espinha dorsal, junto à cabeça.
- c Levante a cabeça e deslize a faca em direção à cauda (fig.5).

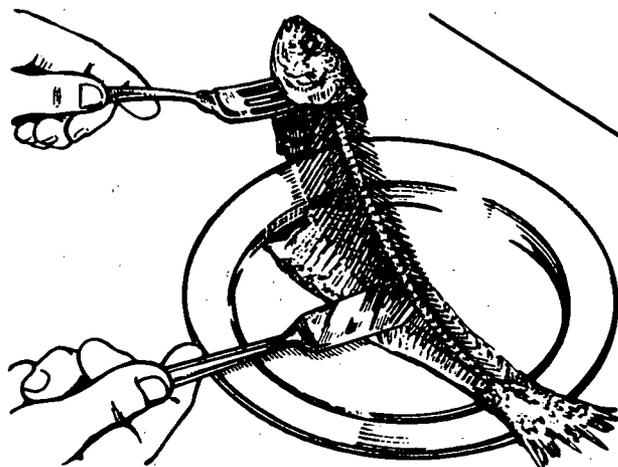


Fig. 5

OBSERVAÇÃO

Em certos casos os peixes já se apresentam sem a cabeça.

5º passo *Coloque os filês inferiores sobre um prato.*

**OBSERVAÇÃO**

A pele deve ficar virada para cima e a parte mais carnuda (junto à cabeça) sempre para a direita.

6º passo *Separe a pele desprendendo-a da cabeça até a cauda.*

**OBSERVAÇÃO**

Todas as partes não comestíveis (cabeça, espinha, pele, nadadeiras...) vão sendo recolhidas em recipiente separado.

7º passo *Trinche os filês, fazendo cortes retos e perpendiculares (figs.6 e 7).*

**OBSERVAÇÃO**

- 1) Utilize faca bem afiada e pã de peixe.
- 2) Procure não desmanchar o peixe.
- 3) Somente são trinchados os filês de peixe cujo tamanho seja maior do que uma porção.

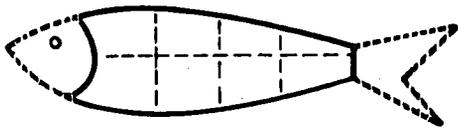


Fig. 6

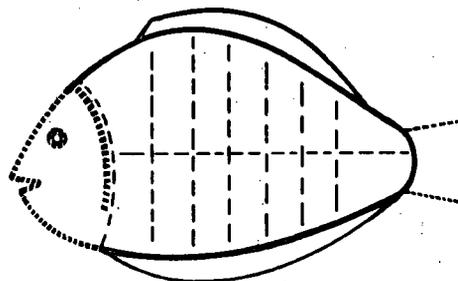


Fig. 7

Operação que consiste em desprender da carapaça a carne dos crustáceos e dividi-la. Essa operação realiza-se principalmente quando o crustáceo é apresentado na sua própria concha. Para tanto é importante tomar cuidado com o aspecto e conservação da carapaça.

Os crustáceos cortados desta maneira são as lagostas e outros de cauda longa, que são geralmente servidos frios "à Bela Vista".

### PROCESSO DE EXECUÇÃO

#### *CASO I - APRESENTAÇÃO DO CRUSTÁCEO INTEIRO*

- 1º passo *Separe a cauda do corpo com a faca de desossar.*
- a *Transpasse a membrana que une a cauda ao corpo.*
  - b *Desprenda a cauda com a mão.*

#### **PRECAUÇÃO**

*AS PONTAS DA CARAPAÇA PODEM PROVOCAR FERIDAS DOLOROSAS. PROTEJA AS MÃOS SEGURANDO ESSES CRUSTÁCEOS COM UM PANO DE COZINHA.*

- 2º passo *Retire a membrana da parte inferior da cauda cortando-a com tesoura na ligação com a parte superior conforme figura 1.*

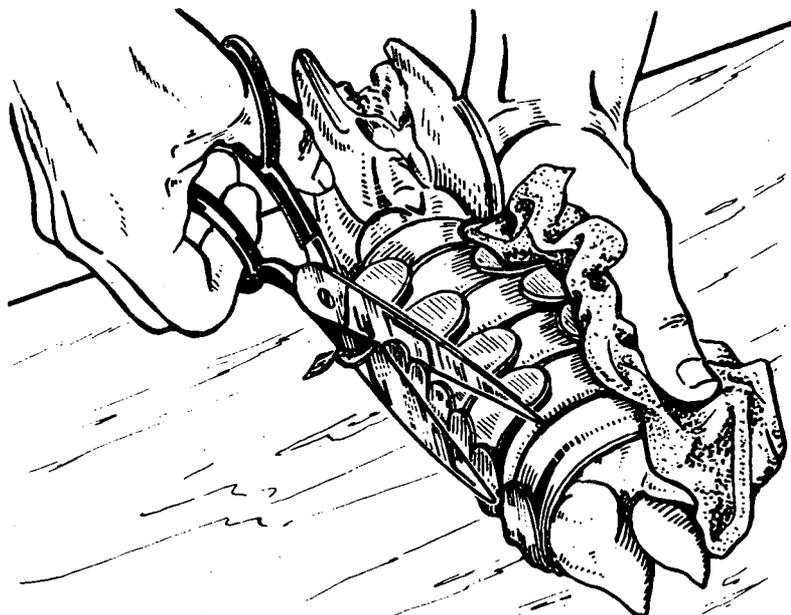


Fig. 1

3º passo *Retire a carne da cauda.*

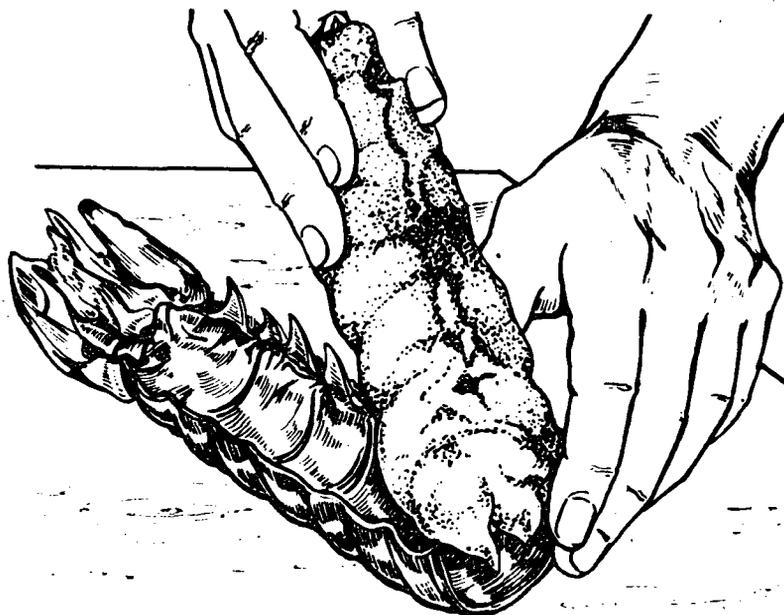


Fig. 2

4º passo *Corte a carne com faca de trinchar.*

**OBSERVAÇÕES**

- 1) Corte fatias de 3 a 6mm de espessura, obliquamente, no sentido da cauda (fig.3).
- 2) Corte em fatias a partir da ponta.

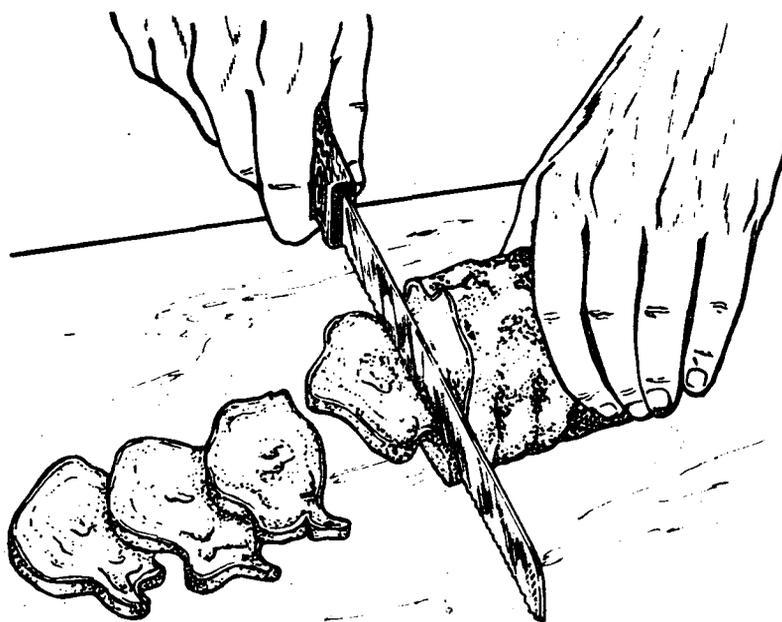


Fig. 3

5º passo *Escorra as fatias sobre uma grelha de arame.*

6º passo *Retire o intestino com a ajuda de uma agulha.*

7º passo *Abra as pinças no caso do lavagante.*

a *Retire as pinças.*

b *Quebre cuidadosamente a carapaça das pinças com o talão da faca (fig.4).*

c *Retire a carne das pinças.*

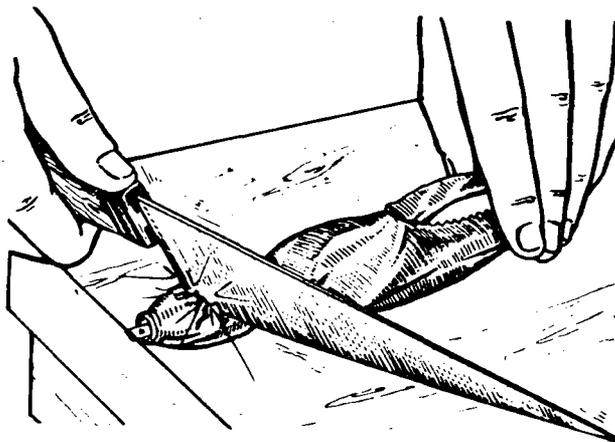


Fig. 4

8º passo *Limpe a carapaça do corpo.*

a *Esvazie o corpo com a ajuda de uma colhersinha.*

b *Separe o coral num recipiente a parte.*

#### CASO II - APRESENTAÇÃO EM METADES

1º passo *Espete a ponta da faca no dorso do crustáceo, utilizando a faca grande.*

#### OBSERVAÇÃO

*Prenda fortemente o corpo com a mão.*

#### PRECAUÇÃO

*PERIGO DE CORTAR-SE. NÃO DEIXE DESLISAR A FACA.*

2º passo *Divida o crustáceo em duas metades iguais, com a faca.*

a Corte através da carne e carapaça.

b Divida em todo o comprimento (fig.5).

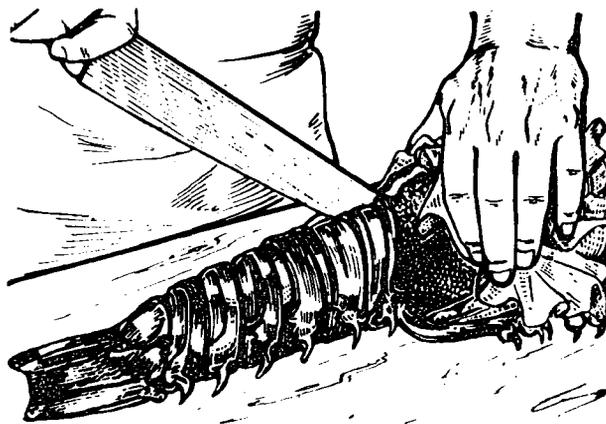


Fig. 5

3º passo *Separe as metades.*

4º passo *Retire o intestino ao longo da cauda (fig.6).*

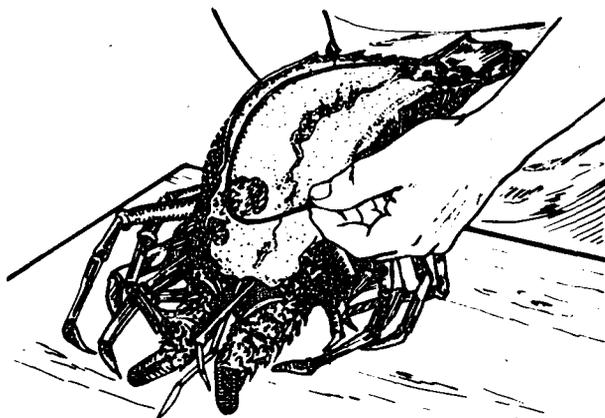


Fig. 6

5º passo *Desprenda a carne.*

6º passo *Corte as duas metades.*

7º passo *Abra as pinças, no caso do lavagante.*

a Retire as pinças.

b Quebre a carapaça com o talão da faca.

c Retire a carne das pinças.

d Escorra a carne.

8º passo *Limpe a carapaça para uso posterior.*

**OBSERVAÇÃO**

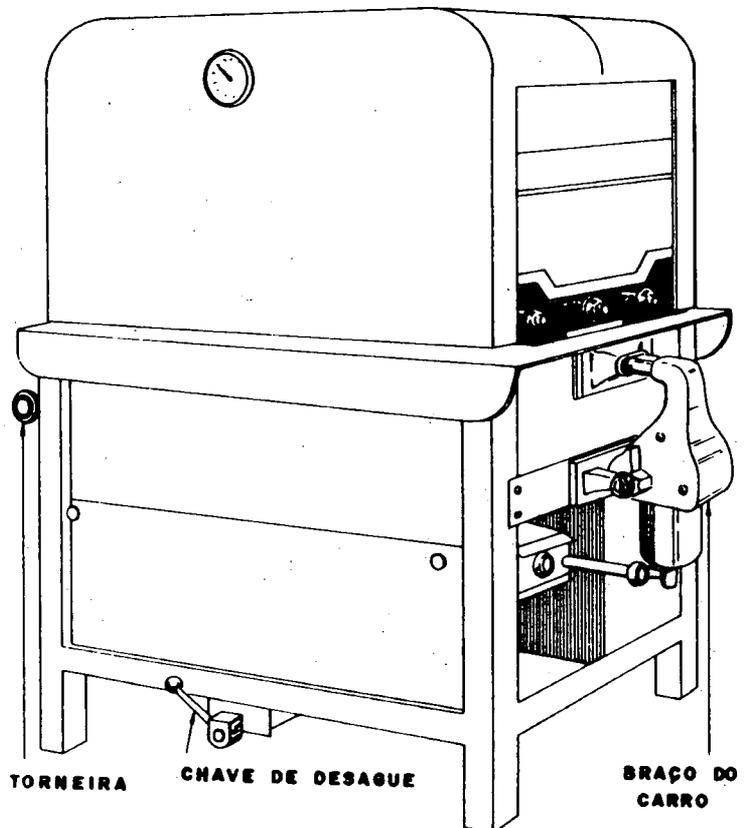
Conserve o coral em um recipiente a parte.

Os materiais e equipamentos de limpeza servem para remover a sujeira dos equipamentos de trabalho e manter o ambiente da cozinha em condições de higiene e salubridade. Sua função, combinada ou não com a força física, é a de ajudar a remover a sujeira, geralmente pelo processo de fricção.

## TIPOS

### MÁQUINAS DE LAVAR

#### Características



São construídas em aço inoxidável em diversos tamanhos e capacidade e utilizadas para lavar, enxugar e às vezes esterilizar louças, talheres e copos conforme a figura.

A lavagem é realizada com jatos de água quente, detergentes, espalhados por braços giratórios que atingem toda a superfície a ser lavada.

O enxágue é feito independentemente com água quente

para remover os resíduos de sabão e esterilizar o utensílio.

As máquinas de lavar podem ser aquecidas a gás, a vapor ou eletricamente. As aquecidas a vapor dispõem de esterilização suplementar.

Partes principais (fig.2)

- a Tanque de água para lavagem e enxágüe.
- b Braços giratórios.
- c Bomba de recirculação de água.
- d Mesa lateral com corredeiras para as caixas.
- e Torneiras de controle.

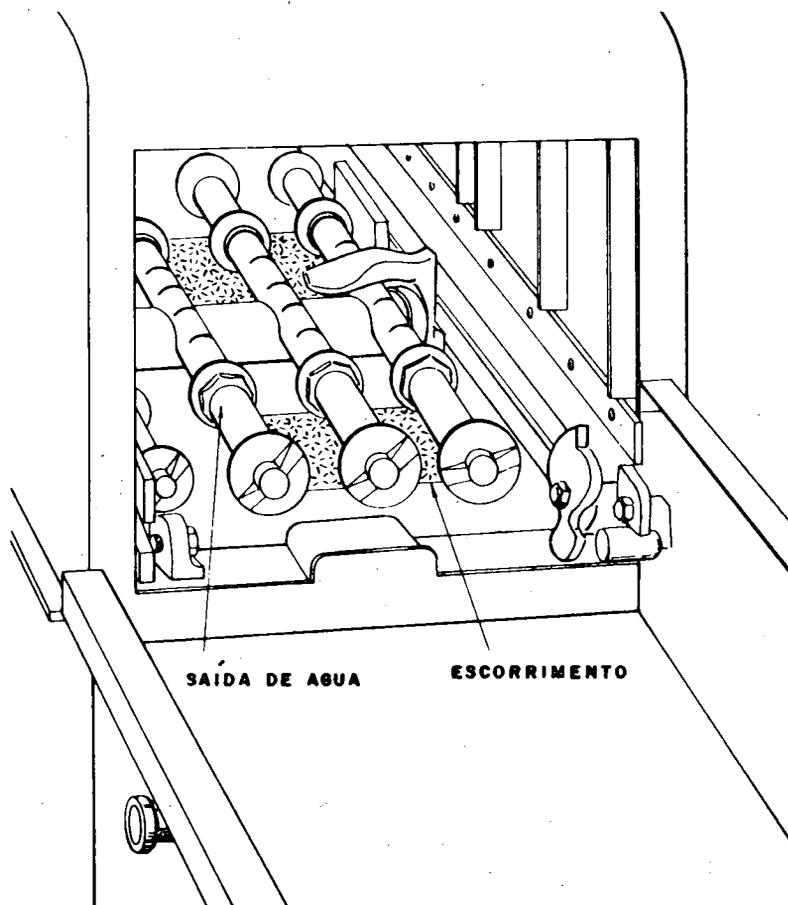


Fig.2

Hã máquinas automãticas e semi-automãticas,ãs quais são adaptados instrumentos de controle termostatos (controle de temperatura), termômetros (indicação de temperatura), interruptores (controle de tempo de lavagem) e misturadores de detergente e água.



#### Usos

As máquinas lavam apenas sujeira superficial, sendo necessário remoção preliminar dos resíduos maiores e verificação posterior do trabalho para comprovar o estado de limpeza perfeito.

Para lavagem, a temperatura mínima corresponde a 60°C e, para esterilização, 83°C.

#### TANQUES E PIAS DE LAVAGEM

Construídos de aço inoxidável, são utilizados para a lavagem manual dos diversos utensílios da cozinha. As pias podem ser simples, duplas ou triplas, providas de ralo de fechamento diretamente ligados à caixa de gordura. Lateralmente, as pias dispõem de escorredeiras.

As torneiras, geralmente, são providas de braços giratórios e válvulas de controle de água quente e fria.

Nas pias e tanques para panelas mergulham-se os utensílios para lavagem e esfrega-se com diversos apetrechos de limpeza. Quando as pias são triplas utiliza-se uma para a lavagem inicial, outra para água com detergente e a terceira para o enxágue em água limpa e quente.

#### TRITURADORES DE RESÍDUOS

São equipamentos metálicos utilizados para moer restos de comida e demais detritos que são eliminados pelo sistema de esgoto.

Estes equipamentos vêm geralmente embutidos em mesa de trabalho ou nas pias e tanques.

As partes principais são:

- a Alimentação de água.
- b Mecanismo de trituração.
- c Motor para acionar o mecanismo.



O controle dos trituradores é feito por meio de interruptores e dependendo de cada tipo podem dispor de maiores ou menores recursos de regulagem.

A utilidade dos trituradores é a de evitar a acumulação de desperdícios de fácil decomposição na cozinha.

#### UTENSÍLIOS DE LIMPEZA

Existem vários tipos e tamanhos dos diversos materiais de limpeza. Os principais são: escovas, vassouras, raspadeiras, esfregão, rodo, baldes, esponjas e panos de limpeza.

#### Escovas e vassouras

Escovas com cerdas de aço - utiliza-se para esfregar superfícies de ferro fundido e cepo de cozinha. Escovas pequenas com cerdas de fibras ou produtos sintéticos suaves - utilizam-se para limpeza de pequenos recipientes.

Escovas com cerdas sintéticas ou de fibra dura de tamanho médio e grande - destinam-se à limpeza e lavagem de paredes, equipamentos e recipientes grandes.

Escovas de fibra sintética para lavar vasos possuem um cabo sobre a ponta do qual ficam as cerdas em forma de coroa. Servem para lavar o interior dos objetos de cristais e outros recipientes cilíndricos estreitos.

Vassouras de fibra dura ou cerda sintética - utilizam-se para limpar pisos.

#### Raspadeiras

São geralmente fabricadas de aço e se utilizam para limpar chapas, fundo e paredes de panelas.

#### Esfregão e Rodo

São utilizados para lavagem e secagem dos pisos. Contêm um cabo como da vassoura comum (esfregão), sendo que, em lugar das cerdas, possuem material



absorvente ou uma lâmina de borracha (rôdo).

#### Baldes

Feitos de metal ou plástico. Servem para conduzir água limpa ou com detergentes. Nos baldes também se recolhe a água suja dos panos de esfregão.

#### Esponjas

De aço ou espuma de borracha servem para tirar manchas e incrustações em utensílios de metal. As esponjas de aço arranham ligeiramente os metais, dando-lhes brilho. Não se deve usá-las em materiais de aço inoxidável.

As esponjas de borracha são usadas para limpar superfícies de material leve tais como plástico e louças.

#### Panos de limpeza

Utilizados para limpar ou lavar com água e sabão superfícies que não necessitem de limpeza forte. Há panos de cozinha destinados a secar superfícies lavadas.

#### OBSERVAÇÃO

Para facilitar o transporte dos instrumentos de limpeza pode-se fazer uso de um carrinho ao qual são incorporados vários utensílios antes descritos.

#### MANUTENÇÃO

Todos os materiais de limpeza devem ser guardados em bom estado e manipulados cuidadosamente, a fim de prolongar seu tempo de uso.

Os equipamentos mecânicos devem ser revisados periodicamente por técnico especializado e os defeitos comunicados, imediatamente, ao superior.

As máquinas de lavar, pias e tanques devem ser limpos, pelo menos, após cada etapa de trabalho. A limpeza geral é feita uma vez por semana.



INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:

MATERIAIS E EQUIPAMENTOS DE LIMPEZA

REFER.: FIT.001

6/6

COD. LOCAL:

CINTERFOR

18 Edição

1970

Verificar periodicamente a máquina de lavar, conexões das pias e tanques e as caixas de gordura.

#### PRECAUÇÕES

- 1) VERIFICAR AS CONEXÕES ELÉTRICAS DA MÁQUINA DE LAVAR PARA EVITAR CURTO CIRCUITO.
- 2) NÃO MOLHAR AS INSTALAÇÕES ELÉTRICAS.
- 3) NOS EQUIPAMENTOS DE GÁS, CERTIFICAR-SE DE QUE AS CHAVES ESTÃO APAGADAS E OS PILOTOS ACESOS, CASO EXISTAM.



São produtos que dissolvem e ajudam a remover gorduras e outros resíduos de equipamentos, utensílios e do ambiente de trabalho.

Esses produtos são utilizados conjuntamente com materiais e equipamentos próprios tendo como veículo geralmente a água.

Os produtos de limpeza são composições químicas industrializadas e muitas vezes corrosivos e venenosos.

#### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

*Sabões* preparados em forma líquida, sólida e em pó. São produtos próprios para dissolver gorduras. Empregam-se dissolvidos em água e exigem enxaguadura perfeita a fim de não prejudicar o sabor dos alimentos.

*Detergentes* são produtos sintéticos com características e usos similares aos sabões. São produtos concentrados em dosagens mais ou menos fortes e, geralmente, venenosos.

*Limpa-Fornos* detergentes em pasta ou líquidos e altamente concentrados. São empregados sem misturar com água, em superfícies metálicas que apresentam incrustações de gordura queimada. Não devem ser utilizados em utensílios em contato com o alimento. Aplicam-se com escovas ou esponjas. Deixa-se que o produto atue sobre o metal e depois remove-se com água.

*Limpadores desoxigenantes* são misturas líquidas ou em pó utilizadas para remover manchas de oxidação que cobrem os metais mantendo-os limpos e brilhantes.

Além dos produtos comerciais, estes limpadores podem ser preparados na cozinha, à base de ácidos (suco de limão e vinagre) e farinha. Faz-se uma pasta e aplica-se esfregando sobre os metais com a ajuda de um pano.



*Salmoura* é uma solução concentrada de sal e água utilizada em lugar de limpa-fornos. Aplica-se, geralmente, sobre metais quentes, esfrega-se com escova e remove-se com água limpa. A salmoura não sendo venenosa pode ser utilizada em chapas e grelhas que entram em contato com alimentos.

*Pedra-pome* produto natural ou sintético que serve para tirar manchas a seco ou com pouca água, de metais oxidados ou remover incrustações não gordurosas.

*Sapólio* produto industrializado resultante da mistura de sabão com areia fina e que serve para dar brilho e retirar pequenas sujeiras dos utensílios de cozinha. Usa-se esfregando sobre os metais com a ajuda de esponja ou pano.

*Lixas* de granulidade média e fina, são usadas para limpeza das partes externas de fornos, facas de aço inoxidáveis e outras superfícies de ferro sujeitas à oxidação.

*Alcool* é usado em baixa concentração para complementar a limpeza com o duplo objetivo de esterilizar os recipientes e dar brilho nos pratos e copos. Nesse caso deve ser aplicado com o auxílio de pano de copa.

*Soda-cáustica* altamente corrosiva e venenosa é usada dissolvida em água para limpeza dos queimados dos fogões e das caixas de gordura. Os queimados dos fogões são fervidos adicionando-se uma porção de soda-cáustica. A proporção é de 400g de soda-cáustica para este serviço.

*Querosene* usado para limpeza da coifa onde se alojam gorduras e detritos voláteis absorvidos pelos exaustores.

#### PRECAUÇÕES DE USO

Todos os produtos de limpeza devem ser removidos completamente com água antes de se usar o recipiente. Há perigo, em caso de limpeza incompleta, de



envenenamento e mau sabor.

Alguns produtos à base de ácidos podem atacar as mãos, que devem ser protegidas com luvas. É desaconselhável o uso de determinados produtos na existência de qualquer ferimento.

Recomenda-se estudar as instruções de uso dos fabricantes de cada produto de limpeza.

#### ARMAZENAMENTO

Cuidados especiais devem ser tomados na guarda destes materiais:

- a Devem ser afastados dos comestíveis.
- b Não se deve misturar os produtos.
- c Devem ser conservados em lugares secos e ventilalados.



São utensílios que servem para receber os alimentos utilizados na cozinha.

Segundo o material de que são feitos servem para preparar, esquentar e conservar alimentos.

Os recipientes de cozinha são feitos de metais (aço inoxidável, alumínio, ferro, cobre...) madeira, plástico, cerâmica e vidro.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### *RECIPIENTES PARA COCÇÃO*

*Caçarolas* são todos os recipientes usados na cozinha para a cocção dos alimentos. São fabricados em aço inoxidável, alumínio, cobre, ferro fundido e ferro esmaltado, não sendo contudo aconselhável na cozinha recipientes de todos os materiais indicados. As caçarolas variam de tamanho e formato e podem conter de 2 a 30 litros sendo mais altas ou mais largas conforme a necessidade de uso. As caçarolas servem para cozinhar, guisar, estufar etc., os alimentos. A escolha dos tipos e tamanhos é feita segundo a necessidade do serviço. Pelo menos dois tipos de caçarolas são encontrados na cozinha:

a Caçarolas com 2 asas, de capacidade variada conforme figura 1a.

b Caçarolas cônicas com cabo, cuja capacidade geralmente vai de 1 a 5 litros (fig. 1b).

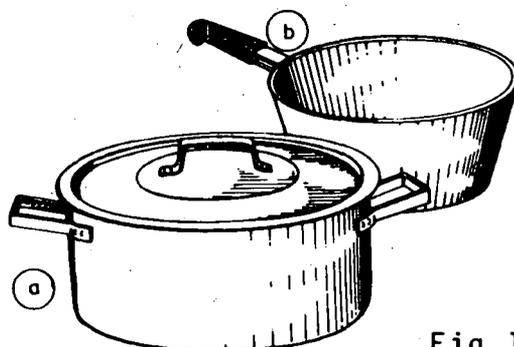


Fig. 1

*Caldeirões* são recipientes de forma cilíndrica, dotados de duas asas e feitos geralmente de alumínio. Outros materiais como cobre e ferro fundidos poderão ser utilizados na confecção dos caldeirões. Os caldeirões se destinam aos mesmos trabalhos da caçarola, com a diferença de que sua capacidade permite preparação de maior quantidade de alimentos, variando de 5 a 100 litros (fig. 2).

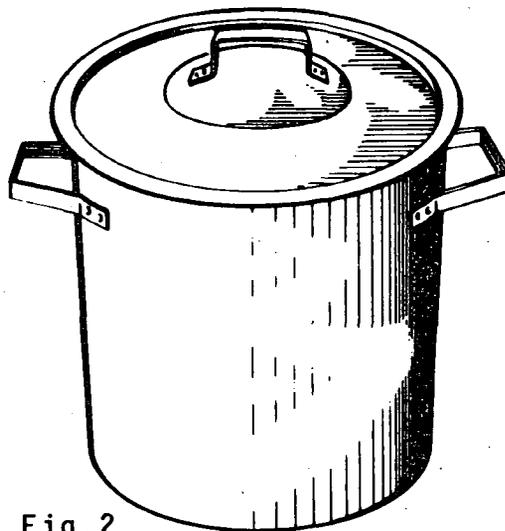


Fig.2

*Panelas de tipo braseiro* são recipientes de base retangular, altos, feitos de aço inoxidável, cobre ou alumínio. Primitivamente, por falta de forno, destinavam-se a colocação de brasas em cima da tampa para favorecer a distribuição do calor. Nessas preparam-se carnes e aves nos trabalhos em que se requer calor estável durante o cozimento, com um mínimo de evaporação. Para tanto, a tampa deve ser bem ajustada. Esses recipientes também são úteis para ferver ou escalfar carnes (fig. 3).

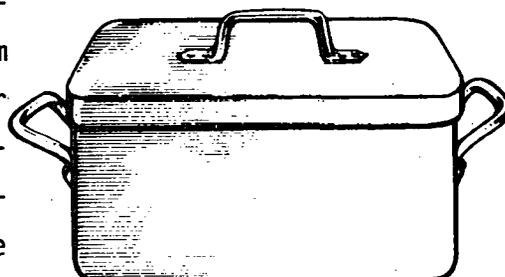


Fig.3

*Frigideiras* recipientes de aço ou eventualmente de alumínio grosso ou cobre, de base redonda com as bordas baixas e que se utilizam para saltear alimentos e preparação de fritadas e "omeletes" diversos. De acordo com a utilização as frigideiras destinadas a saltear, as "sauteuses", possuem borda

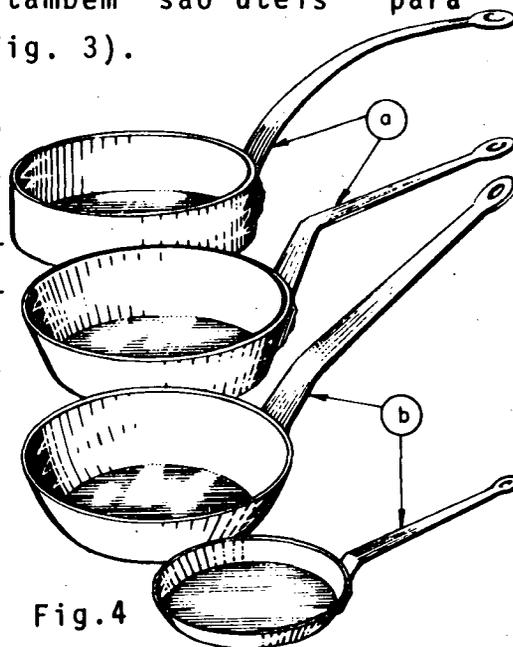


Fig.4

inclinada ou vertical (fig. 4a) enquanto que as frigideiras para fritadas e "omeletes" têm a borda mais curva (fig. 4b). Cada "sauteuse" deve se destinar a trabalhos específicos (saltear carnes, vegetais ou pescados) para não provocar mistura de sabores. As frigideiras, de preferência, não devem ser lavadas mas somente limpas com um pano seco e sal.

*Assadeiras* são peças geralmente de base retangular ou oval com borda de 5 a 10 cm de altura. São feitas de alumínio grosso ou ferro e se utilizam para assar ao forno carnes, aves e pescados grandes. Também se utilizam para fritar e tostar ingredientes de alguns dos fundos de cozinha. Deve-se se

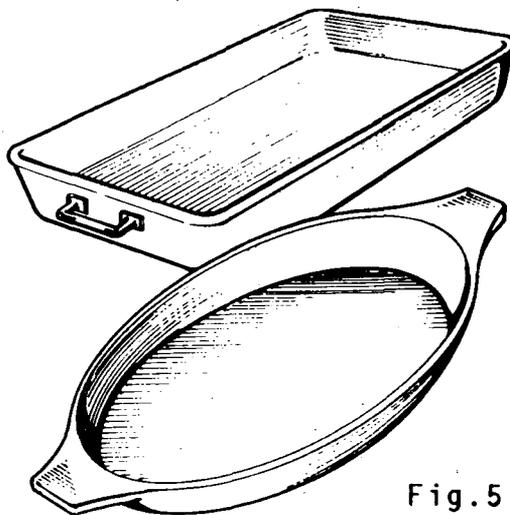


Fig. 5

lecionar o tamanho da assadeira de acordo com as dimensões do comestível que vai ser assado, evitando-se a presença de áreas não ocupadas pelo alimento. As assadeiras mais leves e de bordas mais baixas destinam-se a cozinhar massas e servem de banho-maria conforme figura 5 .

#### RECIPIENTES PARA CONSERVAÇÃO

Para conservação e armazenamento dos alimentos crus ou cozidos em refrigeradores ou congeladores, usa-se grande variedade de recipiente. Geralmente são fabricados de material não oxidável, de preferência plástico, aço inoxidável e vidro refratário. Para aproveitamento de espaço, geralmente estes recipientes são de base retangular ou quadrada. No armazenamento em geladeiras deve-se ter o cuidado de não juntá-los, a fim de que a circulação de ar seja perfeita.

*Travessas rasas* têm forma de bandeja e são geralmente feitas de metal, plástico moderno ou vidro refratário. Utilizam-se principalmente para conservar alimentos sob refrigeração permitindo melhor resfriamento devido à forma (fig. 6).

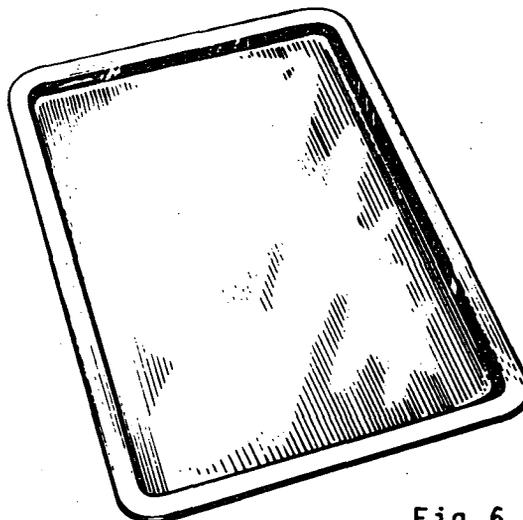


Fig. 6

*Travessas fundas* de base retangular são fabricadas em diversos tamanhos geralmente em ferro esmaltado, alumínio e aço inoxidável. Servem para armazenar e conservar peças grandes de carne (rosbife, lombo etc.), a carne para "mise en place", frangos crus e cozidos e outros alimentos líquidos conforme figura 7.

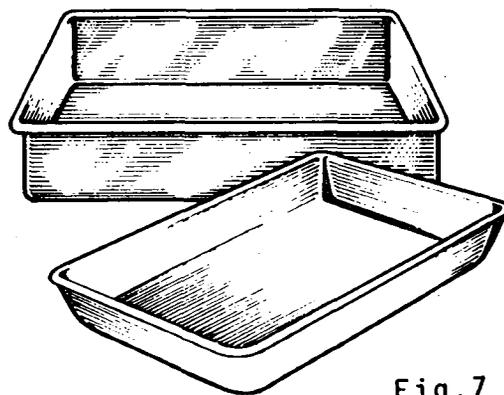


Fig. 7

*Cestas* de material inoxidável são fabricadas em diversos tamanhos. Utilizam-se para armazenar, em refrigeradores, alimentos frescos não líquidos que requerem boa circulação de ar tais como vegetais e frutas e outros comestíveis semipreparados conforme figura 8.

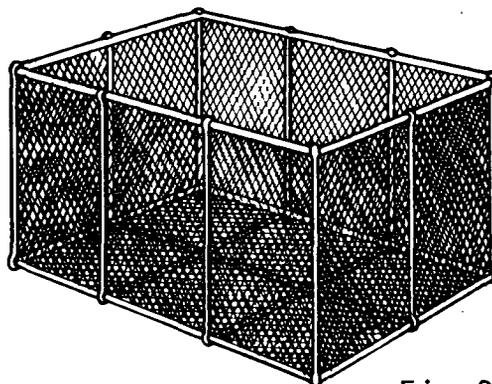


Fig. 8



*MANUTENÇÃO E CONDIÇÕES DE USO*

É necessário manter os recipientes sempre limpos e não expô-los ao fogo direto, sem alimentos. No caso de recipientes não refratários evitar levá-los ao fogo. Golpes com objetos cortantes ou ponteados podem danificá-los. As frigideiras novas, de aço, devem ser tratadas com óleo bem quente antes da primeira utilização.

**PRECAUÇÕES**

*RECIPIENTES DE METAL CORROSIVO COMO COBRE, ESTANHO, ALUMÍNIO ETC.: NÃO DEVEM SER USADOS PARA A CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS ÁCIDOS E DE SALMOURA. HÁ PERIGO, NO CASO DE USO INADEQUADO, DE ENVENENAMENTO DO ALIMENTO.*



São utensílios em diversas formas para manipular alimentos. Utilizam-se para receber, transportar, medir, coar etc. As ferramentas são feitas de materiais tais como: metais, fibras, telas, madeiras e outros.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

*Garfos de cozinha* possuem duas pontas afastadas, finas e retas. São de diferentes tamanhos e utilizados para virar carnes durante o processo de cocção e para ajudar a trinchar alimentos. Garfos com pontas muito curtas, curvas e grossas não são recomendáveis na cozinha pois ferem demasiadamente as carnes ao espetá-las (fig.1).

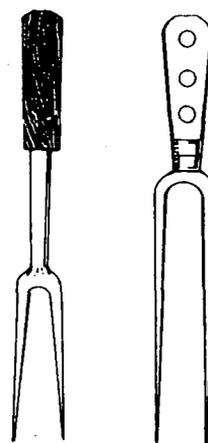
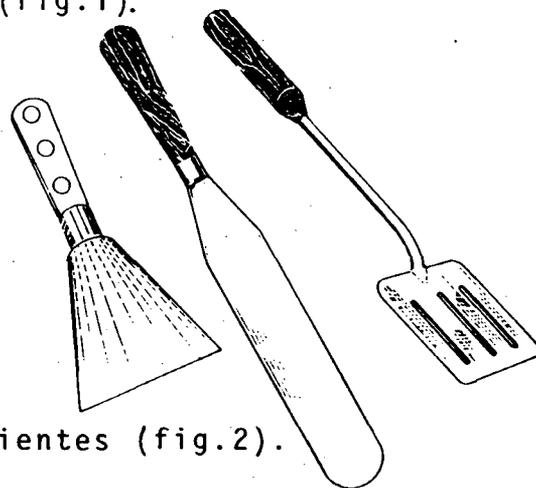


Fig.1

*Espátula* as espátulas são um tipo de faca sem fio. São feitas geralmente de aço inoxidável em diferentes tamanhos e utilizadas para virar panquecas e fritadas, desprender comestíveis das frigideiras e de outros recipientes (fig.2).



*Escumadeira* utilizam-se as escumadeiras para retirar a espuma e os ingredientes dos caldos de cozinha. A escumadeira é de metal, ligeiramente côncava e perfurada, medindo de dez a quinze centímetros de diâmetro. O cabo é do mesmo material conforme figura 3.

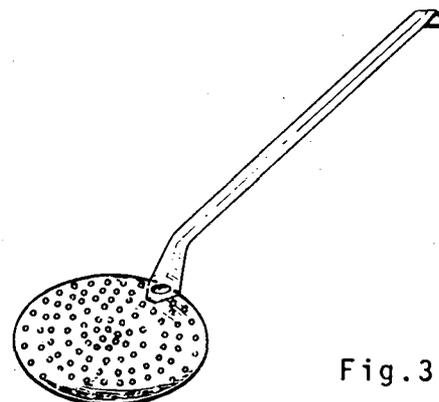


Fig.3

*Colher de Arame* a forma dessas colheres é mais ou menos idêntica à da escumadeira. A concha, entretanto, é feita de arame trançado em formas muito variadas - a longadas e redondas. Servem para retirar comestíveis de líquidos e frituras em geral (fig.4).

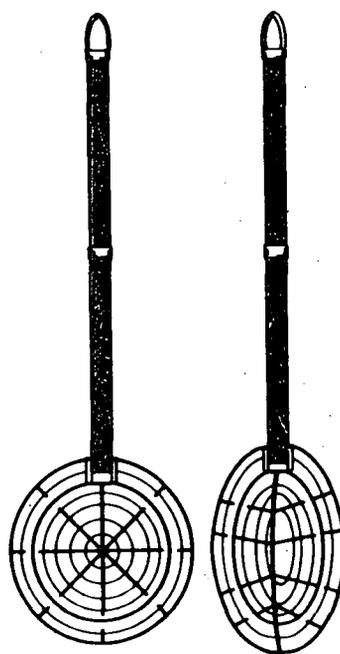


Fig.4

*Coador em forma de caçarola* é feito de alumínio, aço inoxidável, ou outro material e se utiliza para separar produtos fervidos de água ou de caldo. Também se utiliza para escorrer certos alimentos após a lavagem (fig.5).

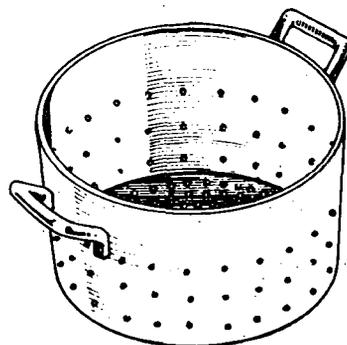


Fig.5

*Coador "Chinoir"* Utiliza-se para passar sopas, cremes e molhos. Geralmente é feito de aço ou de arame fino (fig. 6).

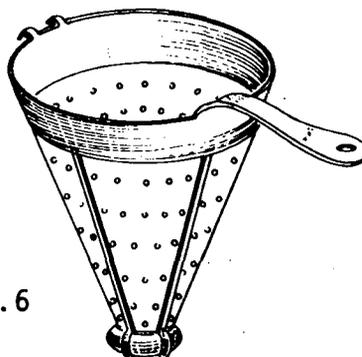


Fig.6

*Espátula e Colher de Madeira* são feitas de madeira dura e especial. Os tamanhos variam entre 20cm e

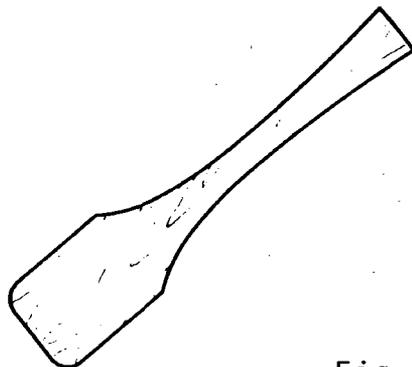


Fig.7

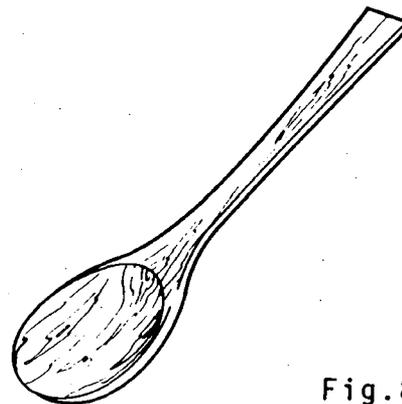


Fig.8

1,5m e se utilizam para misturar comestíveis em recipientes. As espátulas são planas e as colheres côncavas na parte mais larga (figs.7 e 8).

*Conchas* são utilizadas para transportar, tirar porções de caldos, molhos e fundos. Feitas tradicional-

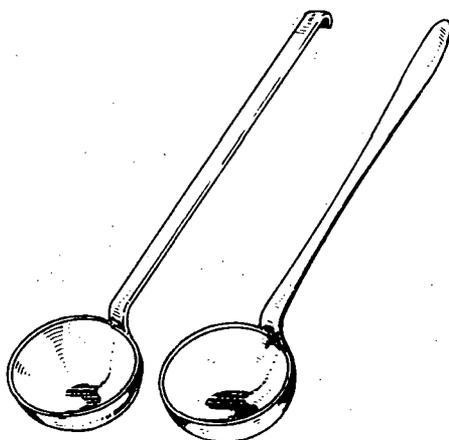


Fig.9

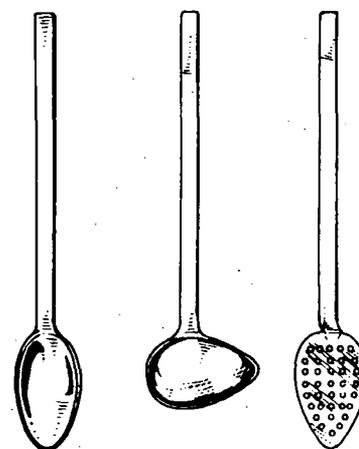


Fig.10

mente de metal (alumínio ou aço inoxidável), têm a forma de uma semi-esfera da qual se prolonga um cabo do mesmo metal. As conchas são fabricadas em diferentes tamanhos podendo variar sua capacidade de 1/4 a 1 litro (fig.9). As conchas ovaladas e que apresentam uma ponta servem para cobrir de molho os alimentos (fig.10).

*Batedores de Arame* são feitos de arame flexível que saem de um cabo onde estão presos. Utilizam-se para bater ovos, cremes, molhos e para fazer massas espumosas e também misturar comestíveis líquidos conforme figura 11.

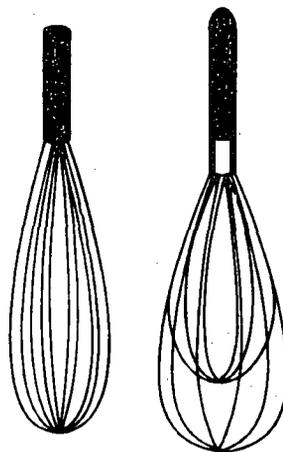


Fig.11

*Batedor de Bife*

Utiliza-se para achatar carnes cruas previamente cortadas. É feito geralmente de madeira, aço ou alumínio possuindo cabo do mesmo material (fig.12).

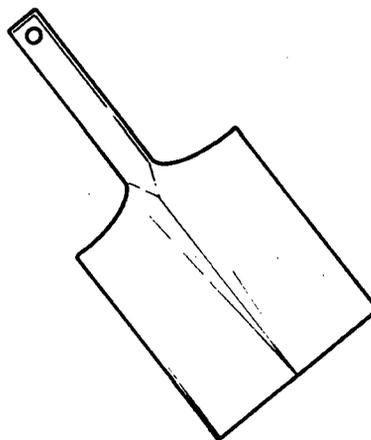


Fig.12

*Pás* Utilizam-se para virar alimentos da chapa ou frigideira. Têm a forma quadrada ou retangular e são feitas de metal mais ou menos flexível (fig.13).

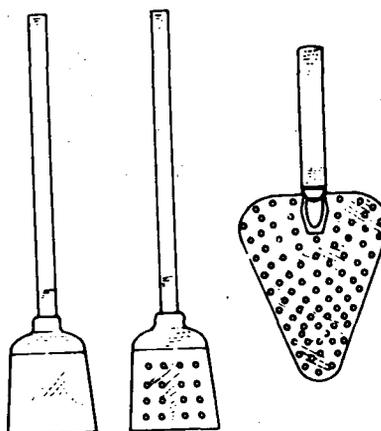


Fig.13

*Passador de purê* existem vários tipos e tamanhos de prensas para purês. Os mais utilizados compõem-se de um recipiente onde se adapta uma tela de metal por onde os alimentos são passados sobre pressão (peneira). Outro tipo menos usado nas grandes cozinhas é o de uma prensa constituída de uma folha de metal com pequenas perfurações e de um pistão que aperta os comestíveis conforme figura 14.

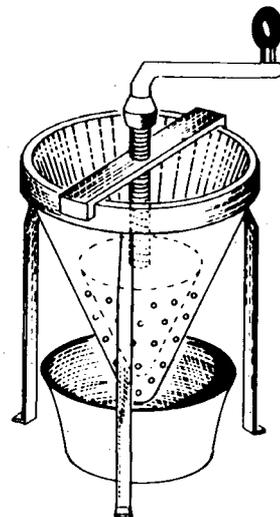


Fig.14

*Socadores* o mais usado é o socador de tipo "champignon". É uma peça feita geralmente de madeira, com a parte inferior a-baulada e um cabo do mesmo material (fig.15). É usado para passar pelo crivo purês de todos os tipos. Há outros tipos de socadores como o de feijão e alho. O de feijão é um pedaço de madeira de 60 a 80cm com uma das extremidades mais dilatada. O de alho é peça pequena feita de madeira ou metal acompanhada de um pilão.



Fig.15

*Peneira* consiste de um anel de madeira, plástico ou metal onde se prende uma rêde fina de arame plástico, fibra ou crina. A peneira serve para passar farinhas, legumes e carnes cozidas para fazer purês ou pastas, neste últi-

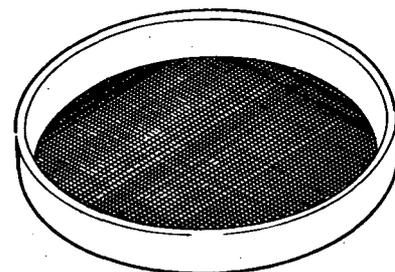


Fig.16



mo caso com auxílio de socador (fig.16).

#### MANUTENÇÃO E LIMPEZA

Os recipientes de qualquer tipo ou de qualquer destinação devem ser conservados limpos e secos. Nunca utilizá-los para trabalhos diferentes aos que se destinam.

*Utensílios de metal e madeira* lavar com detergente e sabão e secar. Há casos de utensílios de madeira, como o cepo, que não é necessário lavar.

#### CONDIÇÕES DE USO

Os recipientes de cozinha devem ser utilizados somente após comprovada sua limpeza e quando se apresentem em bom estado de conservação.

São todas as ferramentas usadas na cozinha para as diversas operações de cortar, triturar, armar, picar e afilar. Há grande variedade de ferramentas dos tipos indicados que, todavia, nem sempre são usadas em todas as cozinhas e por todos os profissionais.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

*Faca grande de cozinha* é a faca mais comprida da cozinha. Tem a lâmina larga que termina em pontafina. Sua forma é geralmente do tipo alemão ( $\pm 35$ cm), com o dorso reforçado até o cabo. Serve para reduzir a pequenas porções carnes preparadas com osso, aves, peixes etc.

*Faca para trinchar* possui mais ou menos 40 cm de comprimento e se utiliza principalmente para cortar peças grandes de carne assada com osso e para trinchar aves. Esta faca possui duas utilidades porque serve de machadinha e de faca verdadeiramente. A lâmina é fina e dura (fig.1).

*Facas grandes e médias para carnes* são todas as facas de açougue (para carne crua) que servem para separar peças grandes e limpar carnes. Essas facas geralmente têm a lâmina lisa e rígida e o dorso reforçado. Algumas possuem lâminas flexíveis e curvas (tipo sarracênico). As facas de açougue são exclusivamente usadas

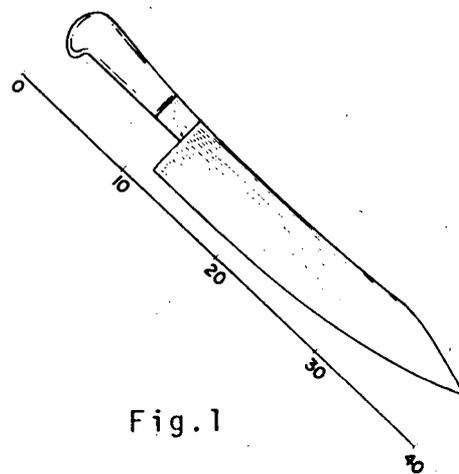


Fig.1

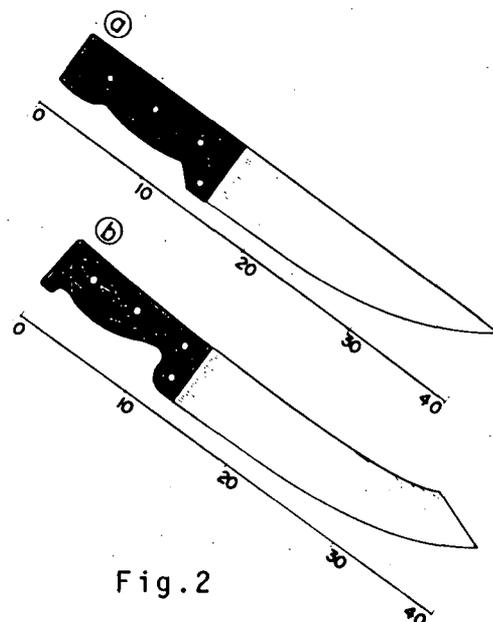


Fig.2

para cortes de carne crua (fig.2 a e b).

*Faca para desossar* é um tipo pequeno de faca de açougue de lâmina dura e com o dorso reforçado. Trabalha-se segurando-a como um punhal e serve para desossar carnes. A lâmina é lisa e pode ser flexível. A faca de desossar não é usada para carnes preparadas (fig.3).

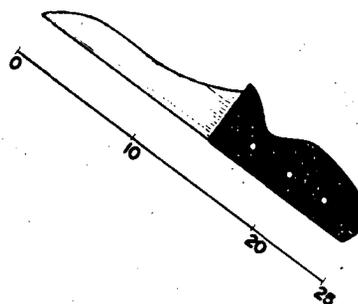


Fig.3

*Facas para filetear* podem ser maiores ou menores variando de 15 a 35cm. O tipo maior é o de lâmina comprida, flexível e estreita, do tipo francês, com a ponta arredondada (fig.4 a). A do tipo menor tem a ponta muito fina e serve para cortar rosbife, carnes assadas e outros frios, além de ser usada para retirar filês de peixes tipo linguado conforme figura 4 b.

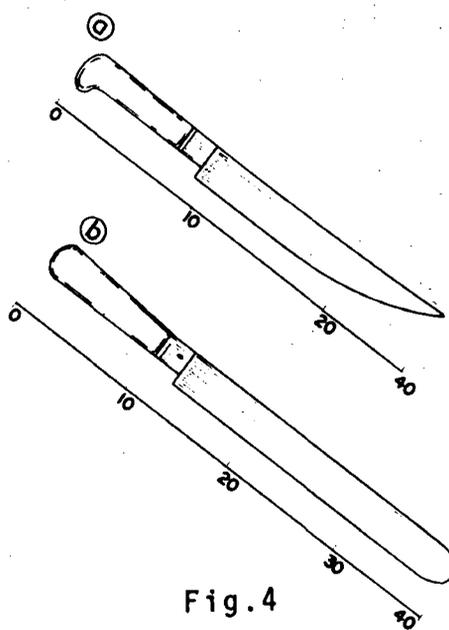


Fig.4

#### FACAS PARA LEGUMES E FRUTAS

Podem ser grandes, médias ou pequenas. São utilizadas para cortar legumes em diferentes formas. Têm a lâmina semi-flexível e lisa e o dorso estreito. Podem ser do tipo americano, francês ou alemão variando de 8 a 35cm. Servem para cortar e

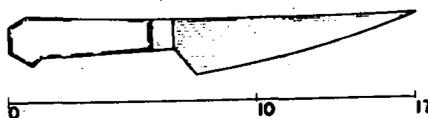


Fig.5

tornear frutas e legumes. A faca menor denomina-se também faca de ofício conforme figura 5.

*Faca para descascar legumes* faca de lâmina fina e aberta no meio em sentido longitudinal. Há um tipo dessas facas que possui lâmina ponteaguda e afilada para tirar os "olhos" dos legumes (fig.6).

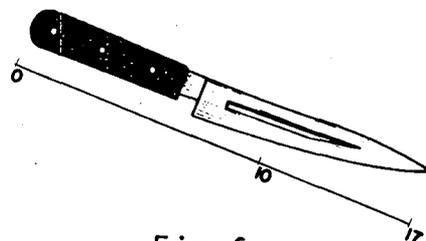


Fig.6

*Faca para descascar frutas cítricas e tomates* do mesmo tipo das facas pequenas de cortar legumes, apenas diferindo das primeiras porque possui a lâmina em forma de serra de aço inoxidável.

*Faca para retirar polpas* é uma faca pequena, estreita, curva e inoxidável, cuja característica principal é a de retirar a polpa das frutas cítricas.

*Mandolin* tem a forma de um retângulo de madeira eventualmente com um pé de metal que o mantém inclinado no ângulo ideal para o trabalho. No centro da tábua atravessam uma ou duas aberturas nas quais estão instaladas as lâminas. As lâminas são lisas ou frisas e com dispositivos de regulagem para corte mais grosso ou mais fino. O mandolim se utiliza principalmente para cortar legumes tais como batatas, cenouras cruas ou cozidas para fazer batata soufflé etc. conforme figura 7.

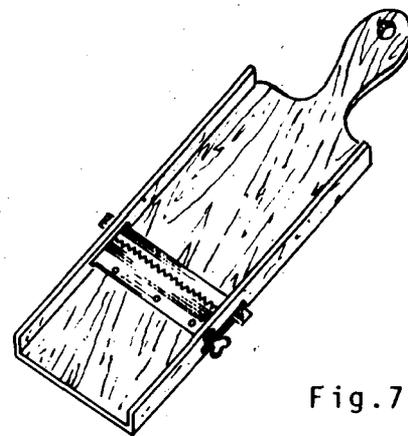


Fig.7

*Facas para corte ornamentais* há vários tipos de facas para esses cortes, que se diferenciam das facas comuns pela forma da lâmina e tipo de corte.

O corte pode ser em ziguezague ou ondulado (fig.8a) e a lâmina pode ser reta, curva ou circular. Utilizam-se essas facas para dar forma decorativa às guarnições e adornos de pratos.

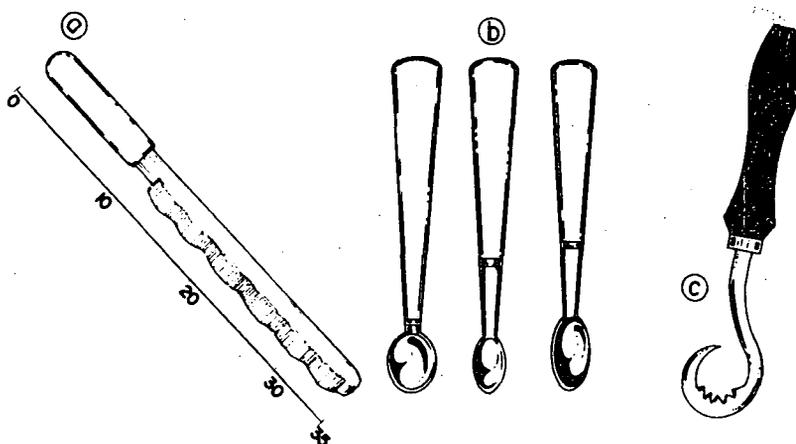


Fig.8

Hã facas decorativas que funcionam como moldes para se obter formas esféricas e amêndoas (fig.8b). Outras são utilizadas para formar rolinhos de manteiga (fig.8c). Estas têm a forma de um ponto de interrogação e a lâmina raspando a manteiga gelada forma rolinhos decorativos.

*Cortador de batatas "à la francesa"* é um instrumento útil para conseguir corte rápido e uniforme de batatas e dar-lhes a forma de palito, quadrado e alongadas. Existem vários tipos e modelos de cortadores de batatas. A parte cortante é uma tela composta de várias lâminas delgadas de metal, que ao serem pressionadas contra as batatas as cortam na forma que se deseja (fig.9).

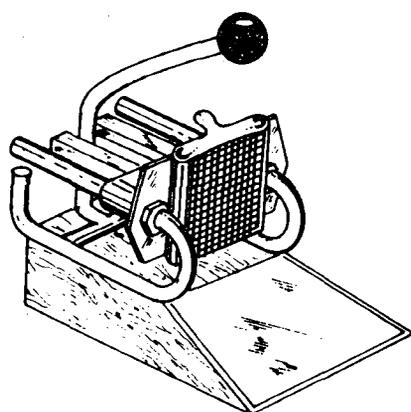


Fig.9

*Meia-lua* é um tipo de faca utilizada para picar alguns legumes e misturar condimentos e vegetais. Hã meias-luas de uma, duas ou três lâminas, sendo estas curvas e duras (fig.10). As lâminas são distanciadas de 1 a 3cm. O corte se exe-

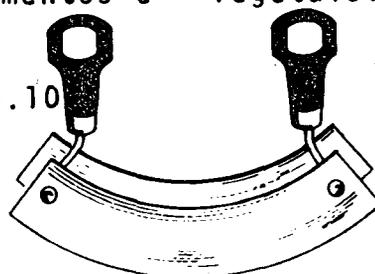


Fig.10

cuta fazendo um movimento de balanço com leve pressão sobre o instrumento.

*OUTROS INSTRUMENTOS DE CORTE*

*Faca para cortar pão* é uma faca comprida e larga, semi-flexível e com o dorso estreito. A ponta pode ser fina e a lâmina de serra conforme figura 11.

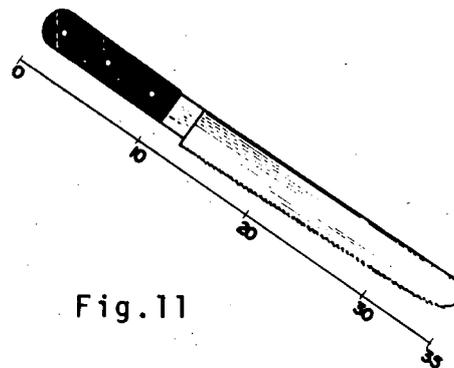


Fig.11

*Cortador de ovos* Utilizam-se para cortar ovos cozidos e descascados. São fabricados em dois tipos, um para cortar os ovos em rodela no sentido do comprimento ou largura (fig.12a) e outro para cortar em seis, meias-luas. O corte é feito por fios de arame de aço inoxidável (fig.12b).

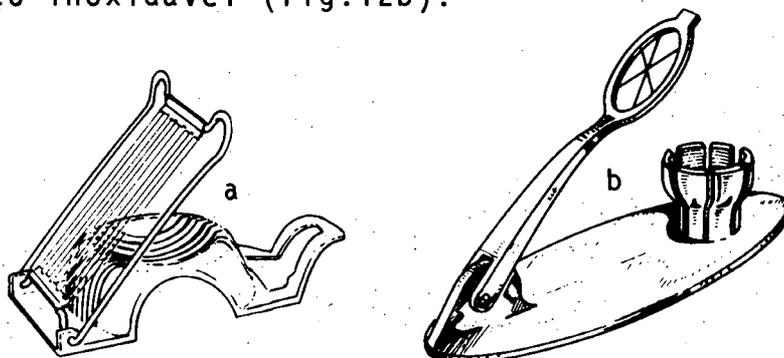


Fig.12

*Machadinhas* servem para picar ossos e separar costelas. Possuem lâmina larga e dura com o dorso reforçado. Há um tipo mais pesado de lâmina mais grossa

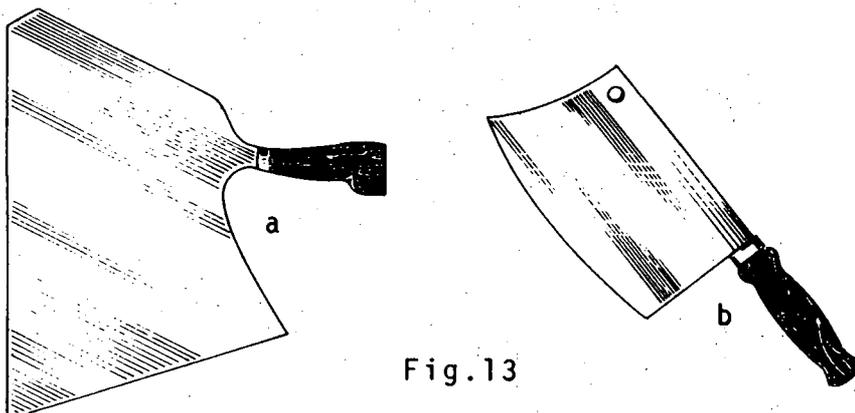


Fig.13

sa e a parte do corte reta (fig.13a). Os tipos mais leves são de cabo arredondado e ondulado para maior segurança com as mãos (fig.13b).

*Serra* lâmina de aço dentado que se prende a uma armação própria de metal. Serve para cortar ossos e car-

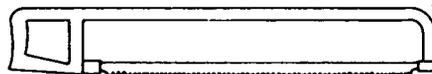


Fig.14

nes congeladas. Em alguns cortes de carnes com osso deve-se preferir a serra à machadinha para não estilhaçar o osso e executar um corte mais reto e exato (fig.14).

*Amolador e afilador* o amolador é uma pedra em forma de disco que funciona sob tração mecânica ou uma pedra simples onde se movimenta a faca. O afilador é uma peça de aço delgada e arredondada de 30 a 50cm de comprimento.

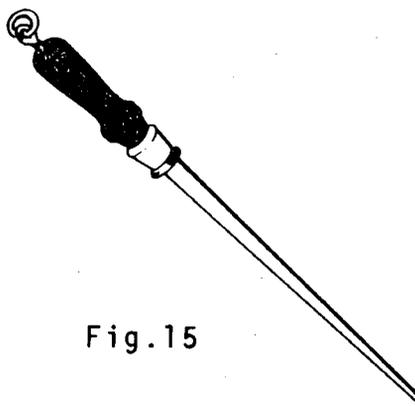


Fig.15

A ponta da barra é magnetizada e o cabo é de osso ou de madeira (fig.15).

*Agulhas para lardear* Utilizam-se para introduzir tiras de toucinho e outros alimentos em carnes. Existem dois tipos: umas são de 15

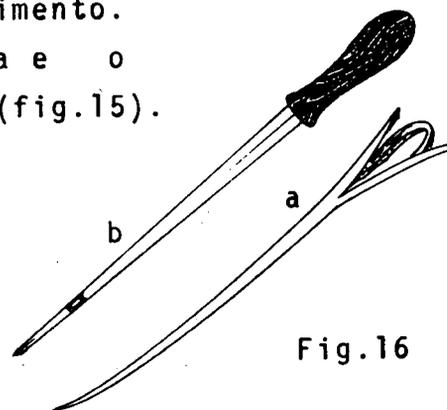


Fig.16

a 20cm de comprimento, aproximadamente, e feitas de latão. A ponta é fina e às vezes com pequena curva. A parte de trás termina em forma cônica e é aberta no sentido do comprimento. Esta parte pressiona um pedaço do alimento e o conduz para o interior da carne saindo apenas a agulha (fig.16a). Outras, para peças maiores de carne, têm a forma de um cano delgado cortado no meio no sentido vertical, com cabo

e ponta na outra extremidade (fig.16b).

*Agulhas para cozer* são metálicas e de ponta fina, geralmente retas e com aproximadamente 20cm de comprimento. Possuem orifício como as agulhas comuns por onde se introduz um barbante fino. Servem para armar aves e fechar aberturas de recheios.

*Tesouras* geralmente de aço inoxidável são usadas na cozinha para os trabalhos de aparar barbatanas de peixes e crustáceos além de serem empregadas para trinchar frangos. As tesouras usadas para peixes e crustáceos são do tipo comum (fig.17a) e para frango são dotadas de molas entre os dois braços (fig.17b).

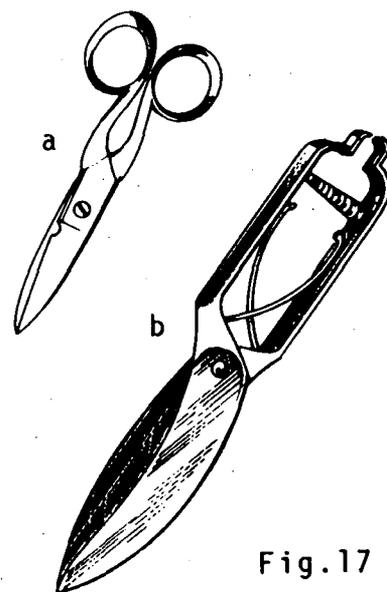


Fig.17

*Abridores de lata* há vários tipos de abridores de lata. Os mais comuns são constituídos de uma lâmina forte de aço que sob pressão corta a folha. Os tipos maiores são presos à mesa ou parede e constituídos de um dispositivo ajustável que prende a lata e de uma manivela que a movimentava passando-a na lâmina (fig.18).

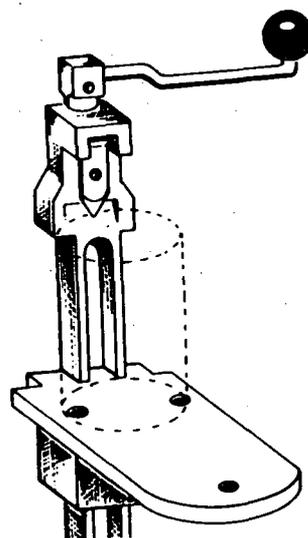


Fig.18



### MANUTENÇÃO E LIMPEZA

Não se deve lavá-los com água fervente nem expô-los ao calor. Lavá-los com água fria ou morna, tendo-se o cuidado de remover resíduos na junção da lâmina com o cabo. A ponta deve ser protegida com cortiça.

### CONDIÇÕES DE USO

Os instrumentos de corte devem ser usados exclusivamente sobre uma tábua ou topo de madeira. Devem estar limpos e sem corrosões como bem amolados antes do uso. Durante o trabalho convém fazer o uso do "fusil" para manter o fio da faca.

### PRECAUÇÕES

*GUARDAR FACAS E INSTRUMENTOS PONTEAGUDOS DE MODO A SE PODER APANHÁ-LOS PELO CABO SEM RISCOS. NUNCA DEIXÁ-LOS ENTRE OUTROS UTENSÍLIOS OU COBERTOS DE ALIMENTOS. OS INSTRUMENTOS DE PONTA E DE CORTE DEVEM SER PASSADOS PARA AS MÃOS DE OUTROS DANDO-LHES O CABO E MANTENDO-OS PRESOS PELA LÂMINA COM O LADO CORTANTE PARA FORA DOS DEDOS.*



São equipamentos sem funcionamento próprio, utilizados para guardar as mercadorias e possibilitar a preparação dos alimentos, sobre eles, na cozinha.

Os móveis de cozinha são feitos geralmente de estrutura metálica ou de alvenaria e recobertos de materiais diversos. Podem ter incorporados, prateleiras superpostas internas e gavetas.

Os móveis de maior uso são mesas e prateleiras.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### *MESAS DE TRABALHO*

Compõem-se de uma superfície lisa e horizontal montada sobre uma estrutura de base. Podem ser de aço inoxidável, mármore, marmorite e outros materiais. As mesas de mármore são usadas para trabalhos de frios e pastelaria e as com topo de madeira principalmente para os trabalhos de panificação. Algumas mesas da cozinha têm gavetas para ferramentas e condimentos e prateleiras para colocar recipiente ou outros utensílios. Em cima da mesa pode-se adaptar ganchos para pendurar utensílios.

As mesas são instaladas de acordo com as necessidades de trabalho. Algumas são utilizadas para instalação de equipamentos.

#### *PRATELEIRAS*

Podem estar adaptadas às mesas, como já indicamos, ou às paredes. São de estrutura metálica, de alvenaria ou de madeira, não sendo aconselháveis as últimas.

As prateleiras podem ser graduáveis em altura e feitas em superfície lisa ou de grade. Sua colocação na cozinha é perto das áreas de preparação, lavagem de utensílios ou depósitos de câmaras frias.



#### *BALCÕES*

De características similares às mesas de trabalho, os balcões são feitos geralmente de metal e vêm ocasionalmente com equipamentos de conservação como banhos-maria quentes ou frios, gabinetes quentes, descansadores de pratos etc. Os balcões são instalados geralmente como separadores entre a cozinha e a área dos garçons ou copa.

#### *CARROS-ESTANTES*

São mesas de trabalho e prateleiras de tamanho reduzido e providos de rodas. Apenas as grandes cozinhas dispõem deste móvel. Servem para transportar dentro da cozinha o material usado e mercadorias necessárias em diferentes lugares.

#### *OUTROS MÓVEIS*

Além dos móveis indicados, a cozinha pode dispor de móveis complementares - mesa e cadeira para o chefe e mesa de refeição dos cozinheiros.

#### **MANUTENÇÃO E LIMPEZA**

Os móveis de aço inoxidável, mármore e outros materiais são lavados com água e detergente e enxugados com pano. Os móveis de madeira para cortar carnes devem ser raspados com escova de aço, sem usar água.

#### **CONDIÇÕES DE USO**

As mesas devem ser limpas ao final de cada serviço. As prateleiras devem ser periodicamente lavadas e limpas conforme o material de que são feitas.

#### **OBSERVAÇÃO**

A moderna concepção higiênica desaconselha o uso de móveis com base de madeira.

São equipamentos acionados manual ou mecânicamente para executar certos trabalhos (cortar, bater, ralar etc.), em alimentos crus ou cozidos. Geralmente são metálicos e adaptados a um motor ou manivela que movimenta diferentes peças sobre um eixo.

## TIPOS E CARACTERÍSTICAS

### MOEDOR DE CARNE

#### *Uso e constituição*

Utiliza-se para triturar e moer todas as classes de alimento moles, tais como carnes desossadas não con-



Fig.1

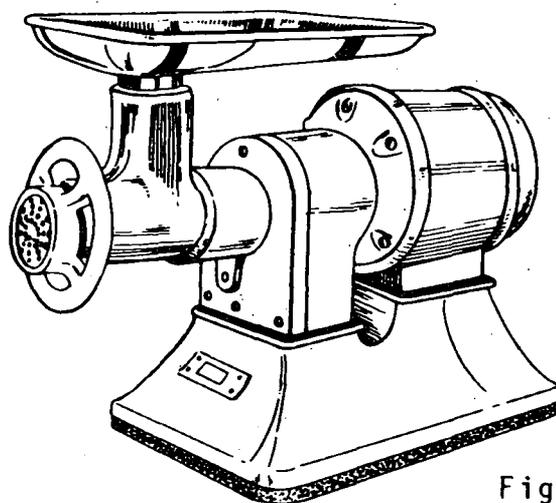


Fig.2

geladas e legumes variados. O moedor de carne compõe-se de um corpo de ferro fundido em forma de L, ao qual é adaptado um eixo tipo caracol, que acionado empurra a carne para as lâminas cortantes, compostas de um disco fixado por uma rosca a saída do instrumento. Conforme as necessidades de corte utiliza-se o disco apropriado, de furos maiores ou menores. Há moedores elétricos que dispõem de motor próprio e outros que são adaptados a motores de outras peças conforme figura 1 e 2.

#### *Manutenção e limpeza*

Lavar após cada uso, lubrificar periodicamente os eixos e não introduzir alimentos duros para corte.

As peças de corte devem ser lavadas primeiramente com água fria.

#### TRITURADORES (Cutter)

##### Uso e constituição

Servem para transformar em pasta toda classe de alimentos crus, especialmente carnes (fig. 3). Compõem-se de:

- a bacia do cutter que é um prato de ferro fundido em forma redonda com o fundo levantado no centro e as bordas altas. Esse prato gira lentamente sobre o eixo.
- b base que se compõe de um mecanismo acionado pela unidade motriz. A base também é de ferro.
- c unidade motriz é a força que movimenta o eixo das lâminas e o eixo do prato.
- d as lâminas de aço fino (geralmente 4) trabalham em forma circular dentro do prato.
- e tampa que cobre 2/3 do prato na parte onde trabalham as lâminas.

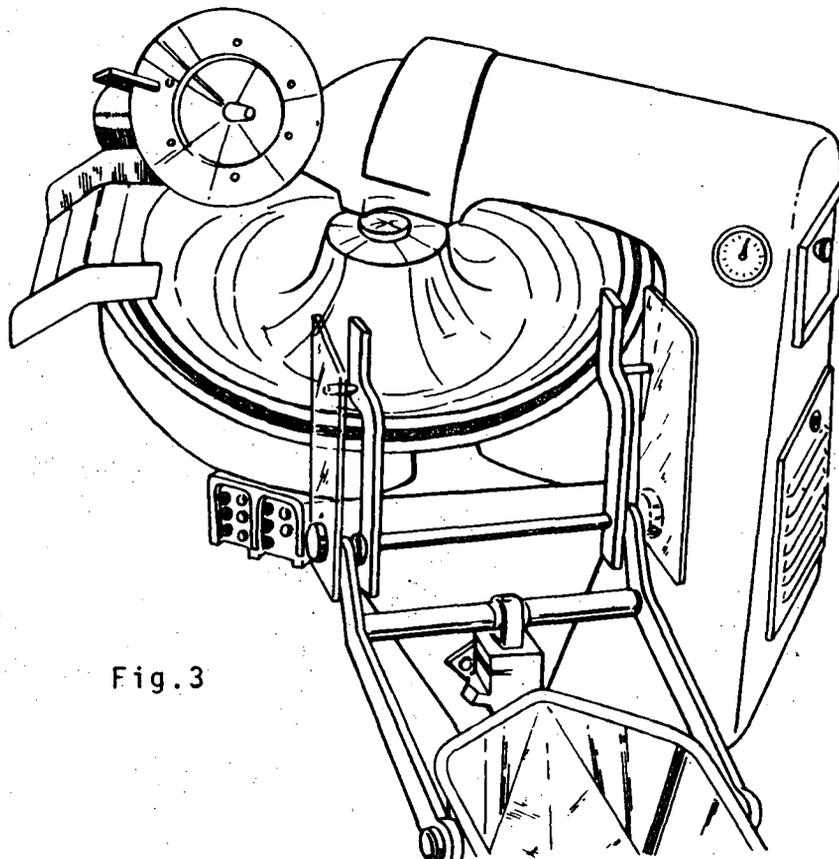


Fig. 3

Colocados os alimentos na trituradora eles giram com o prato e são cortados pelas lâminas. O trabalho de reduzir a pasta os alimentos é proporcional ao tempo de funcionamento.

*Manutenção e limpeza*

Desmontar e lavar todo o equipamento mecânico, após cada uso. Não introduzir produtos duros, afiar e ajustar as facas muito bem antes do trabalho.

**PRECAUÇÃO**

AO OPERAR A MÁQUINA NÃO SE DEVE INTRODUIZIR AS MÃOS SOB A TAMPA.

HÁ GRANDE PERIGO DE CORTE DOS DEDOS.

*CORTADOR DE FRIOS*

*Uso e constituição*

Máquina utilizada para cortar alimentos semiduros, em fatias uniformes. Compõe-se de uma lâmina circular giratória, que corta os alimentos quando estes são mecânicamente empurrados até ela.

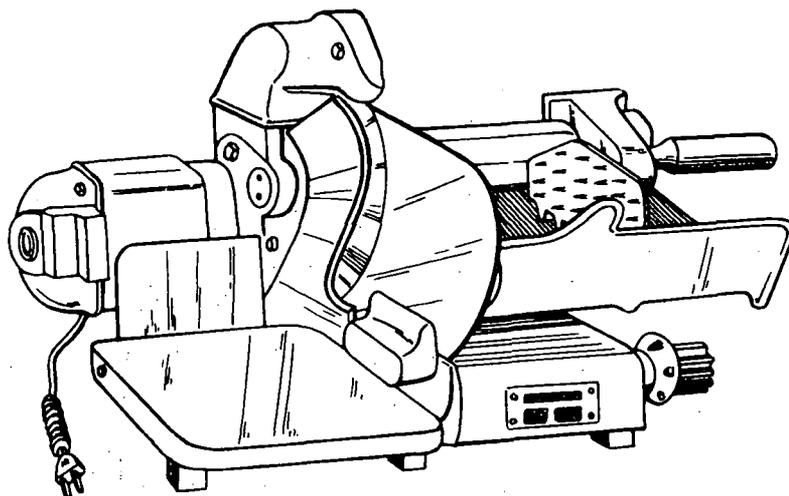


Fig.4

O alimento a ser cortado é depositado em carro montado sobre trilhos e preso por peça dentada. A espessura das fatias é graduada por um dispositivo lateral.

O movimento da lâmina é produzido por um motor elétrico ou manual. Há máquinas totalmente automáticas

em que todos os movimentos são feitos mecânicamente conforme figura 4.

#### *Manutenção e limpeza.*

Limpar a máquina depois de cada uso, desmontando as peças mais simples para um trabalho mais completo. As lâminas devem ser afiadas e os eixos e trilhos periodicamente lubrificados.

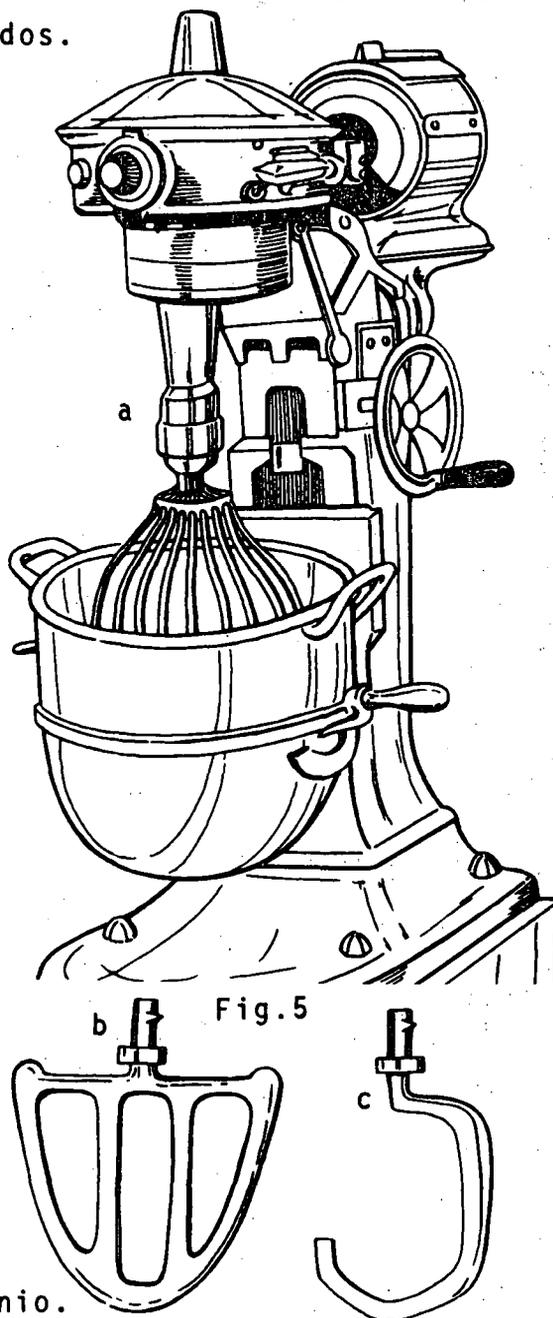
#### *BATEDEIRA*

##### *Uso e constituição*

Utiliza-se para misturar ou amassar diferentes alimentos, preparar molhos frios, cremes, massas de cozinha, pastas etc. Existem diferentes tipos e tamanhos de batedeiras sendo que todas elas têm um recipiente no qual se depositam os alimentos e um braço mecânico movimentado por força motriz (fig.5a). Mediante velocidade regulável do braço e dependendo da forma do equipamento adaptado, se pode fazer diferentes trabalhos com os alimentos. Os braços adaptáveis são feitos de arame ou alumínio.

Os tipos de braços mais comuns são:

- a batedor, que se compõe de um conjunto de arames cruzados;
- b misturador, que tem a forma de uma pá aberta (fig.5b).
- c amassador, que tem a forma de gancho (fig.5c)



*Manutenção e limpeza*

Devem ser lavadas após cada uso, utilizando-se água e detergente. Não se deve introduzir produtos duros na batedeira para não forçar o motor. Deve-se estabelecer relação adequada da velocidade ao tipo do braço adaptado.

*SERRA MECÂNICA*

*Uso e constituição*

É usada nas grandes cozinhas para cortar peças de osso e carne congelada e permite um corte uniforme e reto, mesmo que a carne esteja atravessada por tendões e ossos (caso do T-Bone Steak, osso buco, costelas etc.). O aparelho se compõe de uma base na qual se adapta uma unidade motora, que movimenta uma serra de cinta. Corta-se os alimentos sobre uma mesa móvel passando-os sobre a serra. A espessura do corte é graduável por guias laterais à mesa.

*Manutenção e limpeza*

Lavar após o uso a mesa móvel e o interior dos protetores da serra. Não se deve introduzir materiais duros estranhos à cozinha, ou exercer pressão demasiada sobre a mesa.

*DESCASCADOR DE BATATAS*

*Uso e constituição*

O descascador de batatas utiliza-se também para outros tubérculos e raízes. Tem a forma de um cilindro de metal, com uma abertura superior por onde se introduz o alimento (fig. 6). O fundo do recipiente é ligeiramente ondulado e gira ao entrar em funcionamento. A superfície

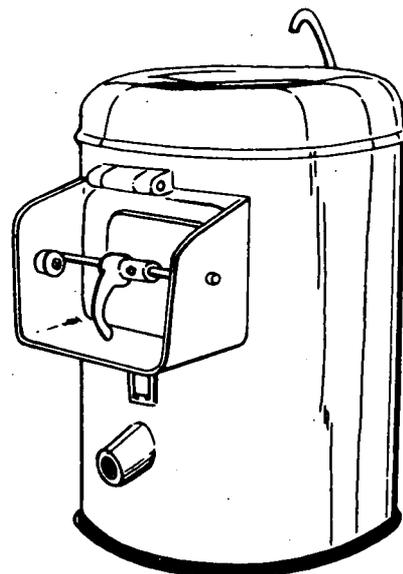


Fig.6



interior é áspera e revestida de um material tipo lixa.

Os produtos postos na máquina são descascados pela fricção do disco e ao mesmo tempo lavados com água introduzida por um conduto. Os mexilhões podem tam bem ser limpos pelo trabalho dessas máquinas.

#### *Manutenção e limpeza*

Lavar com água e escova o interior do equipamento e não introduzir na máquina alimentos duros. Deve-se controlar o tempo de funcionamento da máquina para não descascar em demasia.

#### *CORTADORES DE LEGUMES*

##### *Uso e constituição*

São instrumentos usados para cortar legumes, tais como batata, repolho, cenoura, nabo e cebola, em diferentes formas. Segundo o acessório usado na máquina obtêm-se cortes à juliana, em fatias finas e grossas e em pedaços miúdos. Compõe-se esta máquina de um corpo de alumínio fundido com uma abertura superior para introduzir os alimentos. No interior da máquina funciona um disco em lâminas ajustáveis e movimentadas mecânicamente. As lâminas podem ser lisas ou onduladas para cortes ornamentais.

Estas máquinas podem ser diferentes tamanhos e funcionar como equipamentos individuais ou serem adaptados a outros. Na máquina há discos próprios para ralar.

##### *Manutenção e limpeza.*

Desmontar e lavar o equipamento após cada uso. Não introduzir produtos duros que prejudiquem as lâminas ou o ralador.

##### *Precaução*

Não iniciar qualquer trabalho sem fechar a abertura com a tampa apropriada.

*BALANÇAS*

*Uso e Constituição*

Existem vários tipos de balanças de funcionamento mecânico adequado para a cozinha. O cozinheiro utiliza as balanças principalmente para o controle das mercadorias chegadas à cozinha, preparação de receitas e para cumprir as tabelas de peso (fig. 7). As balanças devem ser perfeitamente niveladas para o registro exato do peso.

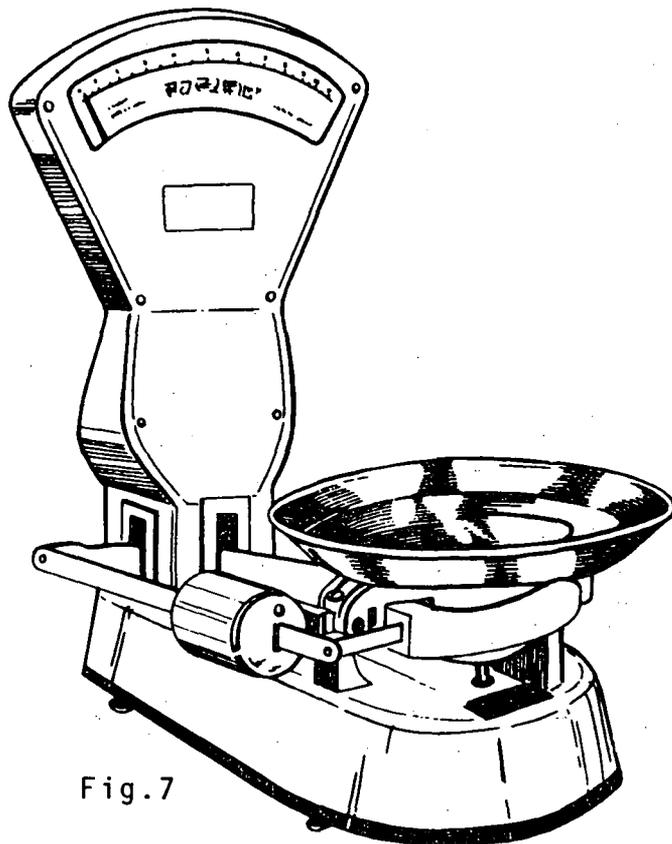


Fig.7

*Manutenção e limpeza*

Ao final de cada dia de trabalho a balança deve ser objeto de limpeza total, usando-se pano molhado. Não se deve deixar qualquer alimento sobre os pratos da balança.

*LIQUIDIFICADOR*

*Uso e constituição*

Compõe-se de um recipiente de vidro ou metal em forma de copo com uma rosca numa das extremidades. Nesta rosca, adapta-se um fundo de metal com lâminas que, em alta velocidade, trituram e liquidificam os alimentos

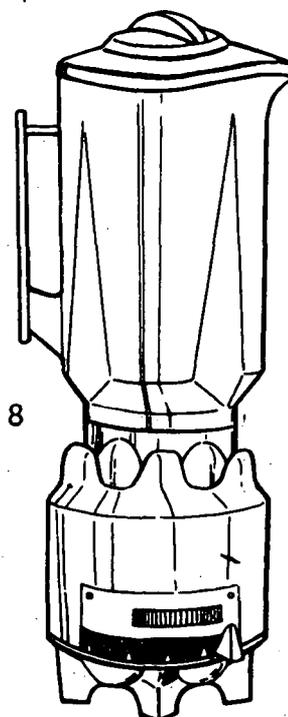


Fig.8

postos no copo (fig. 8). A base do liquidificador contém um motor elétrico que aciona as lâminas. A velocidade com que giram as lâminas pode ser graduada para se obter produtos triturados em diferentes espessuras ou totalmente liquefeitos.

#### *Manutenção e limpeza*

O recipiente de metal ou vidro deve ser lavado após cada uso. Preferencialmente cada praça da cozinha deve ter seu aparelho próprio. Deve-se cuidar para que a velocidade não seja superior à indicada para cada alimento a fim de não forçar o motor. Em nenhum caso o motor deve ficar demais aquecido.

#### *ESPRESSOR DE FRUTAS*

##### *Características e usos.*

O espressor de frutas se utiliza para retirar o suco de frutas cítricas. As frutas são cortadas ao meio e colocadas sobre uma peça de metal, semi-esférica, de tamanho variável e dotada de estrias. Ao apertar a fruta, obtém-se o suco que desliza até o recipiente colocado em baixo do espressor. As frutas podem ser ainda espremidas mecânicamente por meio de alavancas ou por um motor que faz girar a peça de metal semi-esférica (figs. 9 e 10).

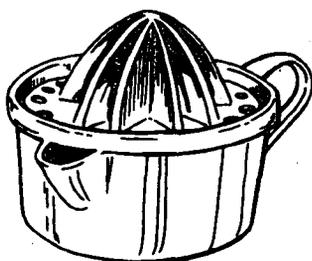


Fig.9

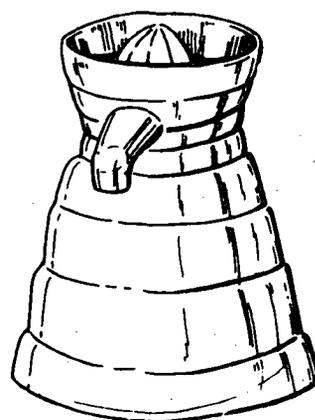
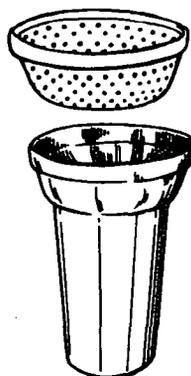


Fig.10



### CONDIÇÕES DE USO

Os equipamentos de preparação têm por objeto facilitar os trabalhos de tratamento dos alimentos. Para seu funcionamento devem ser observadas as normas de higiene e segurança. São equipamentos perfeitamente limpos, montados corretamente e operados com todo o cuidado necessário podem render o trabalho que se espera.

### PRECAUÇÕES

*EMBORA OS EQUIPAMENTOS DISPONHAM DE DISPOSITIVOS DE SEGURANÇA, DEVE-SE SEMPRE TOMAR PRECAUÇÕES DURANTE A SUA MANIPULAÇÃO.*

- a Verificar se os fios e tomadas elétricas estão em bom estado para evitar choques.*
- b Cuidar da montagem das peças para perfeito funcionamento.*
- c Observar as instruções para introduzir os comestíveis nas partes móveis e nunca introduzir as mãos.*
- d Não trabalhar com roupas largas e soltas que possam prender-se às peças móveis da máquina.*





São equipamentos de aço ou de outros materiais em forma de móveis providos de queimadores e outras fontes de calor alimentadas a gás, eletricidade, carvão, óleo ou lenha. Servem para preparar, pelo calor, os alimentos ou para mantê-los quentes.

#### PRINCÍPIOS GERAIS DE FUNCIONAMENTO

A fonte de calor está geralmente na parte interior do aparelho sobre o qual se processam os alimentos. O calor é transmitido ao alimento de duas maneiras:

a por contato direto ou irradiação de um condutor metálico instalado sobre a fonte de calor, como por exemplo a chapa ou grelha;

b por um transmissor auxiliar como a água, vapor d'água, gordura, ar quente...

Os queimadores são dispositivos que transformam em energia calorífica o querosene, o gás e outros combustíveis. No caso da eletricidade o calor é originado por irradiação de metais através de resistências. Os equipamentos de cocção exigem manutenção e limpeza permanente, especialmente dos queimadores.

a *Queimadores a gás* - necessitam graduação e regulação permanente. Os recipientes não podem ser colocados diretamente sobre os bicos.

b *Resistência elétricas* - as conexões devem estar em perfeito estado de conservação e funcionamento e deve-se evitar derramar líquidos sobre a chapa.

c *Queimadores a óleo cru* - limpá-los com muita frequência para evitar obstruções nas conexões e no bico de injeção. Não molhá-los.

d *Fogões a carvão e lenha* - retirar as cinzas e fuligem e não arranhar os revestimentos refratários.

## TIPOS E CARACTERÍSTICAS

### BLOCO DE COZINHA OU UNIDADE DE COZÇÃO

Dã-se o nome de bloco de cozinha ou unidade de cocção ao conjunto de equipamentos unidos em um sō bloco. Quase todos os equipamentos de cocção podem ser incorporados ao bloco de cozinha.

O bloco de cozinha geralmente se localiza no centro da área de trabalho.

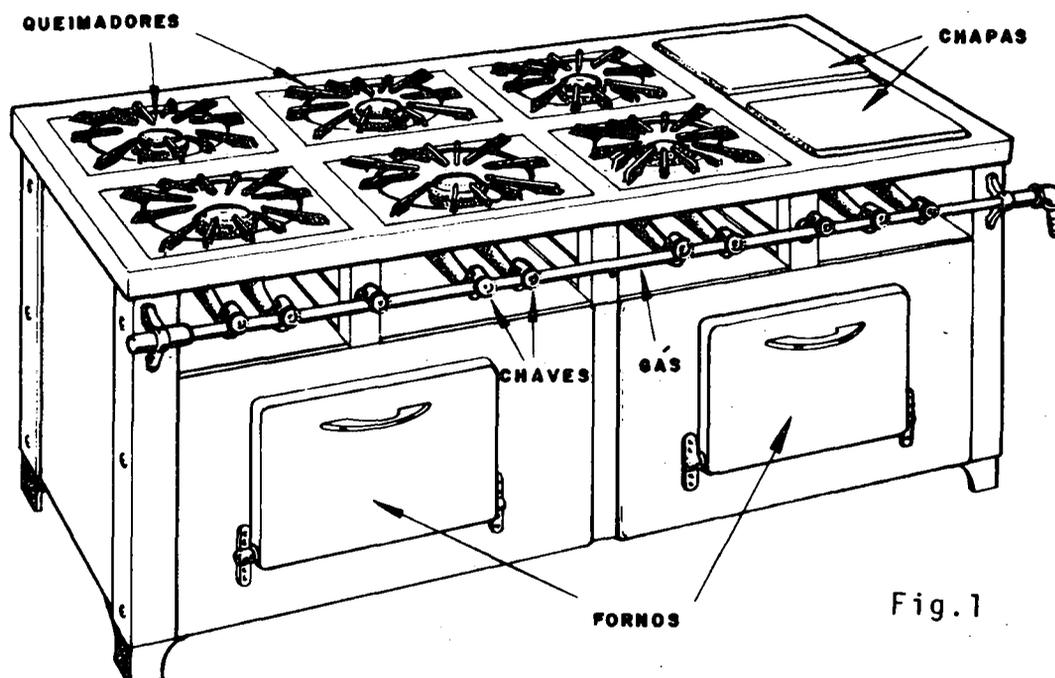


Fig.1

*Fogão central (fig. 1).*

O fogão central é um dos equipamentos de cocção mais importantes da cozinha comercial. Nele são preparados os mais diversos comestíveis. Compõe-se de uma base, sobre a qual são instaladas as zonas de calor. Podem ser abertos (a gás) e cobertos de chapas lisas de aço que servem de condutores de calor produzido por queimadores, fogões ou resistências localizadas. A regulagem da temperatura nas zonas de calor se faz geralmente por chaves, termostatos interruptores. Somente nos fogões de carvão e lenha, a temperatura se ajusta mediante controle de

ventilação. É importante que os recipientes a serem usados sobre os fogões resistam à chama direta do fogo e se ajustem ao tamanho do fogão. As zonas de calor cobertas requerem mais tempo para aquecer do que as abertas e os recipientes devem ter um fundo totalmente liso para evitar a perda de calor.

*Localização* o fogão central se instala no centro da área de cocção sendo geralmente o elemento básico do bloco de cozinha.

*Limpeza* lavado com água, sabão e limpa-fornos geralmente após cada etapa de trabalho.

*Banho-Maria* (fig. 2).

*Utiliza-se* para manter quente os alimentos para o serviço. Os alimentos postos em "banho-maria" de-

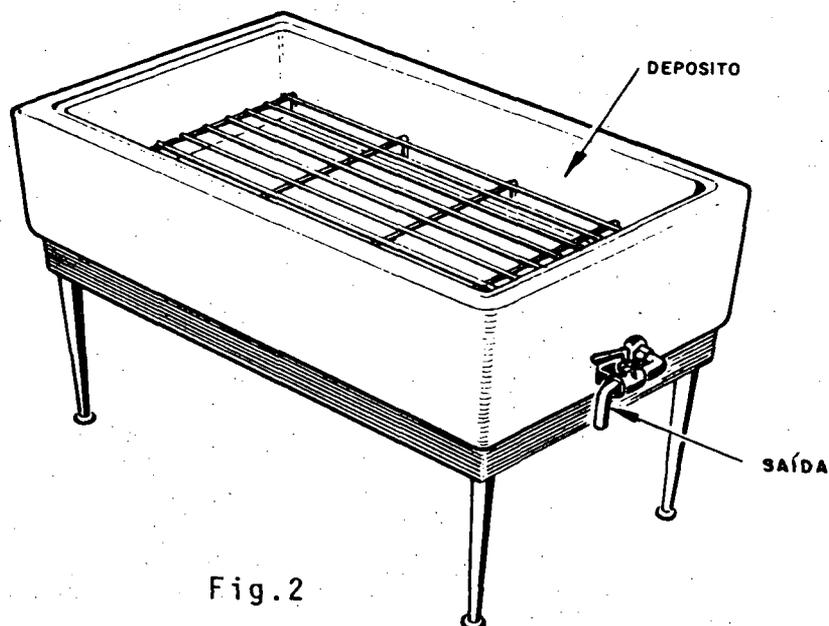


Fig.2

vem ser depositados em recipientes mais altos e estreitos.

O "banho-maria" é um recipiente grande de metal instalado em uma base. Por baixo é aquecido por unidades de calor que podem ser queimadores a gás, serpentinas elétricas ou vapor.



No fundo do "banho-maria" é instalado uma grelha de aço que evita o contato direto dos recipientes com a fonte de calor. Existem dois tipos de "banho-maria": uns necessitam de água como condutora do calor para manter a temperatura dos alimentos e outros operam com calor seco.

*Localização* geralmente incorporado ao bloco de cozinha. Há casos de restaurantes populares em que o "banho-maria" é localizado na mesa de despacho.

*Limpeza* lavado após cada etapa de serviço.

#### *Grelhas e chapas*

São peças onde se preparam os comestíveis diretamente sobre as zonas de calor. Assar e frigar são os métodos de cocção mais praticados sobre estes equipamentos. Geralmente o gás ou a eletricidade alimentam as unidades de calor instaladas debaixo das próprias chapas e grelhas. Nesse caso a temperatura é regulada com chaves de controle e interruptores térmicos. As cozinhas tipo churrascaria empregam também o carvão vegetal como fonte de calor, que dá um gosto particular aos alimentos. As chapas dispõem de um recipiente receptor de gorduras excedentes.

*Localização* incorporado ao bloco de cozinha pode, todavia, ser instalada separadamente.

*Limpeza* raspar a chapa e grelha depois de cada uso, com raspadeira ou escova metálica.

#### OBSERVAÇÃO

Durante os trabalhos não misturar as áreas de preparação como o caso das carnes com os peixes.

*Fritadeira* (fig. 3).

Nas fritadeiras são preparados todos os alimentos fritos em banho de óleo, tais como pescados, legumes e outros. A fritadeira possui recipiente para o óleo, que varia de 10 a 20 litros de capacidade, e, serpentinas que funcionam com gás ou eletricidade como unidade de calor, instaladas dentro ou debaixo do recipiente. A temperatura do banho de óleo é regulável mediante termostatos variando a graduação de 90°C a 220°C. Em algumas fritadeiras o recipiente prolonga-se em funil com válvula de escape. Ao final de cada jornada de trabalho, o óleo deve ser filtrado para melhor conservação.

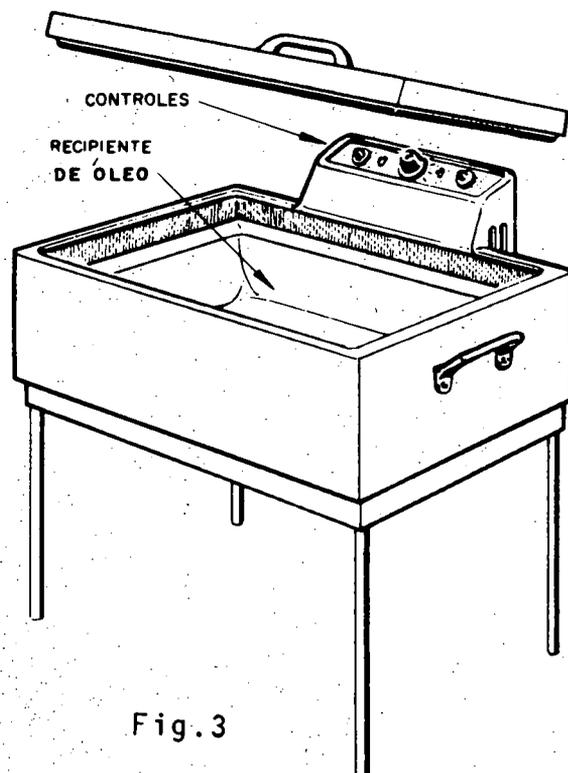


Fig.3

*Fritadeira de pressão* também chamada "a la broaster" é um tipo especial de fritadeira que vem provida de tampa hermética, mecanismo de relógio e dispositivo para expulsar automaticamente o alimento da fritadeira. Na cocção "a la broaster" os alimentos são processados simultaneamente pela ação da gordura quente e vapor d'água.

*Localização* a fritadeira é, em geral, incorporada ao bloco da cozinha, podendo também ser instalada separadamente.

*Limpeza* retirar a gordura e filtrá-la. Lavar o recipiente com água e detergente, enxaguar e secar.

#### OBSERVAÇÃO

Para evitar que os detergentes usados na limpeza quebrem a força da gordura, as fritadeiras devem ser muito bem enxaguadas.

*Frigideiras Basculantes* (fig. 4).

Equipamento muito útil nas cozinhas. Nelas se processam comestíveis nas mais diversas formas - assados, fritos, estufados etc. A frigideira é um instrumento redondo ou retangular com fundo chato e bordas altas, que descansa sobre duas colunas. Possui dispositivo que permite mudar da posição horizontal para a vertical para seu esvaziamento. As unidades de calor são incorporadas debaixo da frigideira

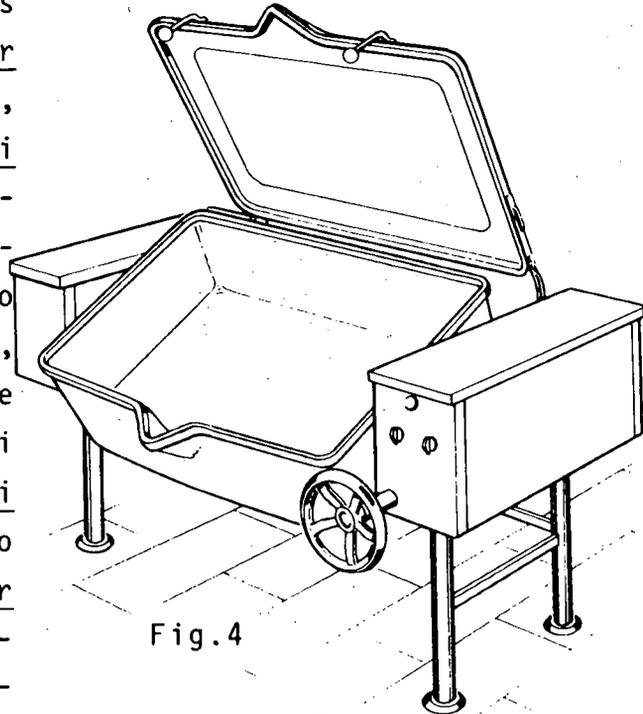


Fig.4

e sua alimentação geralmente é a eletricidade. A temperatura da unidade de calor é regulável por meio de interruptores térmicos.

*Localização* pode ser incorporada ao bloco de cozinha ou funcionar independentemente.

*Limpeza* lava-se com sabão, detergente e escova de fibra. Para desprender as crostas de alimentos utiliza-se escova ou esponja de aço em frigideira de ferro, e para as demais usa-se deixá-las de molho com detergente. Não se deve aquecê-las sem líquido.

#### FORNO DE COZINHA

*Utiliza-se* o forno para assar, estufar, guisar e cozinhar em "banho-maria". O calor emitido pelo forno age sobre os alimentos de maneira uniforme. A temperatura dos fornos é regulada por termostatos. As

unidades de calor vêm in-  
corporadas ao forno e  
consistem geralmente em  
queimadores a gás ou re-  
sistência elétricas. De  
menor uso na cozinha são  
fornos a lenha, a carvão  
e a óleo cru. Nos fogões  
a gás o calor é produzi-  
do por baixo e nos la-  
dos. Nos fogões a eletri-  
cidade a fonte de calor  
é situada embaixo e em  
cima. No interior do for-  
no são colocados trilhos  
em diferentes alturas  
nos quais se introduzem  
grelhas ou tabuleiros  
com os alimentos.

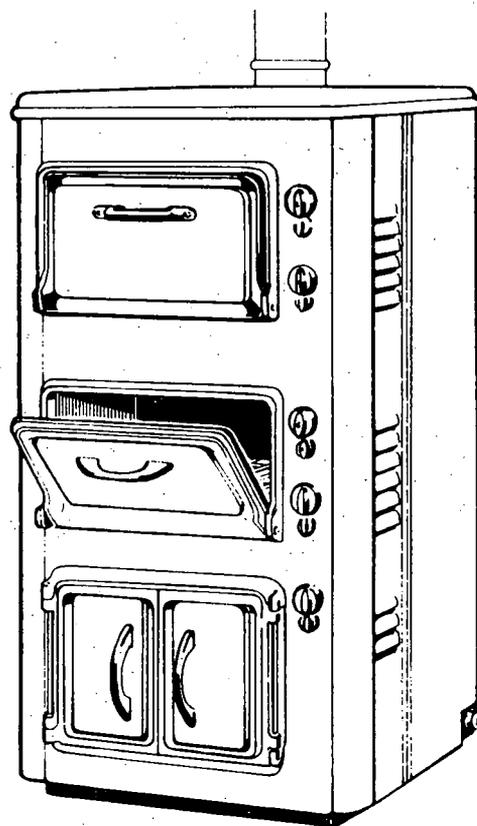


Fig.5

*Localização* são incorporados ao bloco de cozinha  
geralmente na parte de baixo dos fogões formando  
uma só peça. Podem também constituir-se uma unida-  
de separada (fig. 5).

*Limpeza* os queimadores a gás devem ser periodicamen-  
te desmontados e escovados. O interior do forno lim-  
pa-se com limpa-fornos.

#### *CALDEIRÃO AUTOCLAVE (fig. 6)*

*Características* nos caldeirões autoclaves preparam-  
se alimentos em grande quantidade, cozinhando-os em  
líquido ou a vapor. O corpo é constituído de aço  
de parede dupla por onde circula o vapor. O reves-

timento exterior é de material isolante térmico coberto por painéis de aço esmaltado. Dispõe de tampa hermética provida de válvulas de segurança. A fonte de calor é o vapor produzido em caldeira incorporada ou não ao caldeirão. Para a alimentação do caldeirão existe torneira giratória e para o escoamento existe outra torneira localizada na parte inferior. O caldeirão autoclave dispõe ainda de válvula de escape para o vapor.

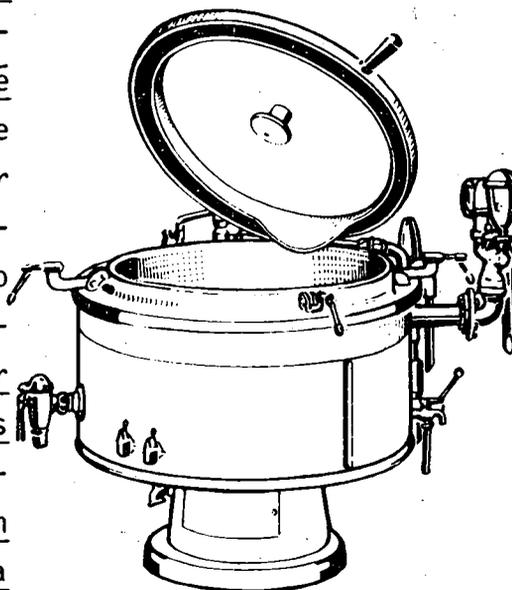


Fig.6

*Localização* situa-se paralelamente ao bloco central ou num dos lados da cozinha.

*Limpeza e Manutenção* lavar apenas com água e detergente. Não se deve arranhar as paredes do recipiente com objetos pontiagudos. A qualquer defeito comprovado no funcionamento providenciar uma verificação imediata por pessoal especializado.

*SALAMANDRA* (fig. 7)

Na salamandra gratinam-se os alimentos, que recebem calor por irradiação unicamente da parte superior. A unidade de calor pode ser

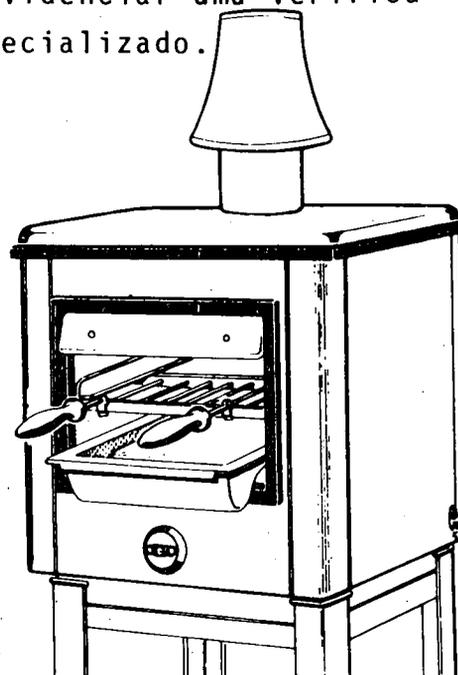


Fig.7

de gás ou eletricidade, e os alimentos são colocados sob grelha ajustável à altura desejada.

*Localização*

A salamandra pode ser incorporada ao bloco de cozinha ou funcionar como unidade independente sobre uma mesa junto ao balcão de despacho.

*Limpeza e Manutenção*

Limpar a grelha, paredes e o fundo da salamandra com limpa-forno. No caso de salamandra a gás, desmontar periodicamente os queimadores e escová-los.

*PANELAS BASCULANTES (fig. 8).*

Instalam-se geralmente em baterias de duas a quatro panelas onde se preparam alimentos cozidos. As panelas são de aço inoxidável providas de bico para verter os alimentos e duplo fundo semi-esférico no qual circula vapor d'água como fonte de calor. As pane-

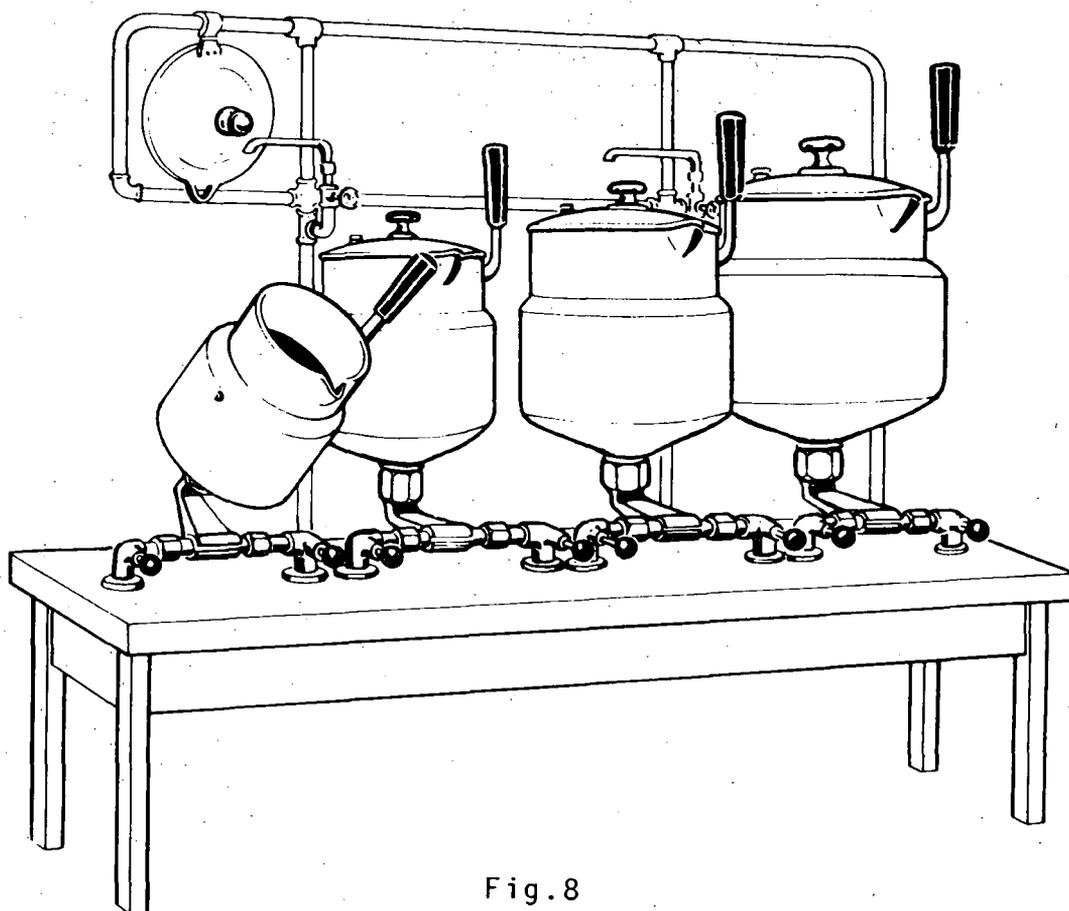


Fig.8



las vêm providas de mecanismo basculante. A alimentação do vapor se faz através de uma caldeira central ou por outra pequena unidade (elétrica ou de gás) incorporada a uma base.

*Localização*

Podem ser colocadas paralelamente ao bloco central ou num dos lados da cozinha.

*Limpeza e Manutenção*

Lavar apenas com água e detergente. Não se deve ar ranhar as paredes do recipiente.

*ASSADOR GIRATÓRIO*

No assador giratório preparam-se carnes e aves assadas "a la broche". Peças grandes de carnes, aves inteiras e carnes mistas fracionadas são presas em gar ras de aço, que por sua vez se introduzem em supor tes apropriados. Esses suportes giram lentamente so bre seu próprio eixo. A unidade de calor pode ser colocada em baixo ou atrás. A fonte de calor pode ser a gás, eletricidade, carvão ou lenha sendo os dois últimos os que melhor sabor produzem nos alimen tos. Em baixo do giratório há um vasilhame que reco lhe a gordura que deverá ser aproveitada para regar os alimentos.

*Localização*

Separado do bloco de cozinha.

*Limpeza e Manutenção*

Lavar com água e detergente. As paredes internas devem ser esfregadas com esponja de aço.

*TOSTADOR DE PÃO (fig. 9)*

O uso do tosta-  
dor se limita  
a torrar fatias  
delgadas de pão.  
É uma caixa de  
metal com uma  
unidade de ca-  
lor de resistên-  
cias elétricas.

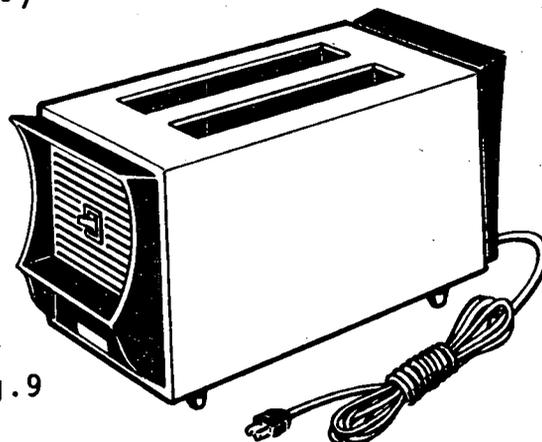


Fig.9

O tempo de funcionamento é regulável variando de 5 a 30 segundos.

*Limpeza*

Retirar com freqüência as partículas que se desprendem do pão. Passar pano úmido. Evitar o contato da água com as partes internas.

**PRECAUÇÕES**

*HÁ PERIGO DE EXPLOÇÃO NOS EQUIPAMENTOS A GÁS. AS CHAVES DE CONTROLE SOMENTE DEVERÃO SER ABERTAS QUANDO OS PILÔTOS ESTIVEREM ACESOS. SE AO ABRIR AS CHAVES DE CONTROLE AS CHAMAS NÃO SE PRODUZIREM DE IMEDIATO, FECHÁ-LAS E PEDIR REVISÃO DO EQUIPAMENTO.*

*OS QUEIMADORES A ÓLEO QUE NÃO SE ACENDEREM AUTOMATICAMENTE PODEM APRESENTAR OBSTRUÇÕES NO SISTEMA DE COMBUSTÃO OU FULIGEM NOS ELÉTRODOS. DEVE-SE DESLIGAR O EQUIPAMENTO DE IMEDIATO E SOLICITAR REVISÃO TÉCNICA.*

*NÃO SE DEVE AVIVAR FOGOS DE CARVÃO OU LENHA DERRAMANDO COMBUSTÍVEIS LÍQUIDOS SOBRE ELES.*

*HÁ PERIGO DE CHOQUE DE CORRENTE ELÉTRICA! NÃO LIQUE EQUIPAMENTOS ELÉTRICOS CUJAS CONEXÕES ESTIVEREM UMIDOS OU DANIFICADOS.*

*HÁ PERIGO DE EXPLOÇÃO DOS EQUIPAMENTOS A VAPOR! ASSEGURE-SE DO BOM FUNCIONAMENTO E LIMPEZA DAS VÁLVULAS DE SEGURANÇA.*



São móveis ou conjuntos de câmaras ligadas a um sistema de refrigeração. Servem para conservação de alimentos pela ação do frio. Há dois tipos principais de refrigeradores: as geladeiras que operam em temperaturas de  $0^{\circ}\text{C}$  a  $12^{\circ}\text{C}$  e os congeladores cuja temperatura de operação é abaixo de  $0^{\circ}\text{C}$ .

### PRINCÍPIOS DE REFRIGERAÇÃO

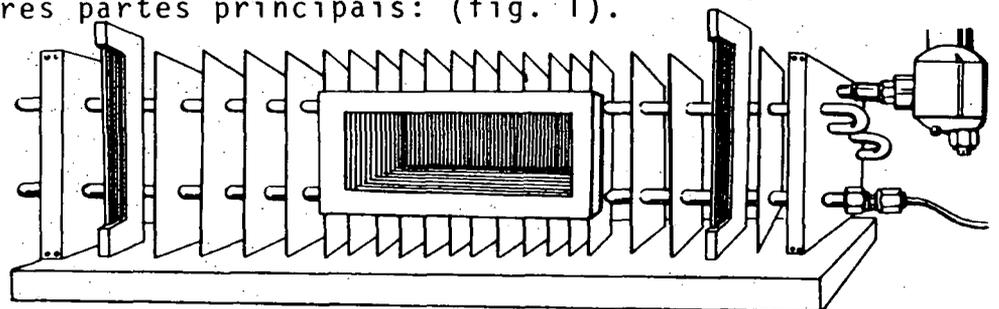
Para se esfriar qualquer alimento é necessário extrair o calor nele contido. Há duas formas de extrair o calor dos alimentos;

a *Ação direta* pô-los em contato com um corpo mais frio.

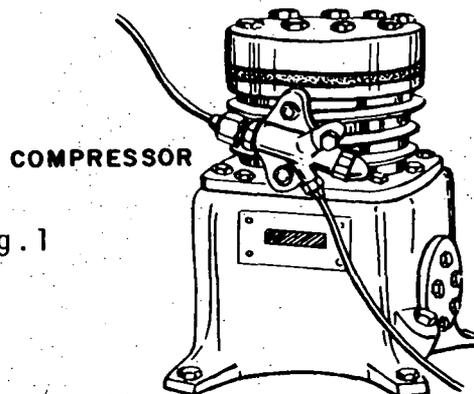
b *Ação indireta* fazer circular em serpentinas, por compressão, gases que absorvem o calor do ambiente.

Empregam-se na cozinha ambos os meios: colocam-se os comestíveis sobre gelo ou se utiliza um equipamento mecânico de refrigeração. Este último processo, mais prático e eficiente, evita que os alimentos se umedeçam e alterem suas características de sabor, em contato com outro corpo.

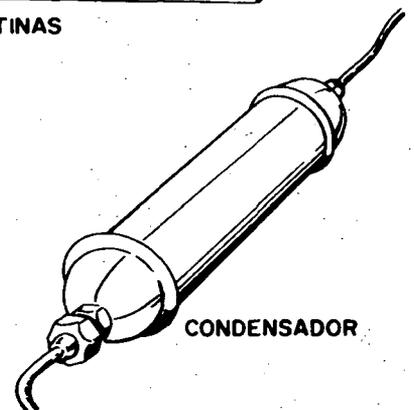
O equipamento mecânico de refrigeração compõe-se de três partes principais: (fig. 1).



SERPENTINAS



COMPRESSOR



CONDENSADOR

Fig. 1



*O compressor, ligado a um eletromotor*

*O condensador*

*As serpentinas*

O compressor e o condensador são instalados sempre fora dos recintos onde se guardam os alimentos e têm a função de manter a refrigeração que absorve o calor dos mesmos.

### CUIDADOS COM O EQUIPAMENTO DE REFRIGERAÇÃO

A manutenção do equipamento eletromecânico é da competência de técnicos especializados. Ao cozinheiro cabe o cuidado de conservá-lo, evitando ferir as serpentinas. Para que o equipamento funcione bem, deve-se descongelá-lo periodicamente, de 2 em 2 ou de 3 em 3 dias, dependendo do maior ou menor calor do ambiente.

Qualquer defeito percebido, indicado pelo ruído ou pela observação, deve ser imediatamente levado ao conhecimento do superior.

### CONDIÇÕES DE USO DE REFRIGERADORES E CONGELADORES

Os equipamentos devem ser colocados em funcionamento e sã depois de terem alcançado a temperatura desejada, estarão em condições de receber alimentos.

Para controlar a temperatura usa-se termômetro. Os alimentos colocados no equipamento devem estar em temperatura ambiente. Nunca introduzĩ-los quentes no refrigerador porque os vapores desprendidos dos alimentos quentes cobrem de gelo as serpentinas, diminuindo o frio, prejudicando o resfriamento e transmitindo cheiros de uns a outros alimentos. Os alimentos de cheiro forte devem ser colocados separadamente.

Os refrigeradores devem ser abertos o menos possível, para evitar que o ar externo de temperatura mais elevada do que o interno, penetre no equipamento, prejudicando a conservação dos alimentos e produzindo uma sobrecarga no equipamento eletromecânico.

a Equipamentos em que os alimentos se esfriam no gelo os alimentos são colocados envolvidos em gelo ou entre camadas de gelo. Quando os alimentos vêm envolvidos em impermeáveis pode-se adicionar sal ao gelo para se obter maior resfriamento. Para evitar que o gelo se derreta demasiadamente rápido pode-se colocar, às vezes, o alimento com gelo dentro de refrigeradores ou câmaras, sobre escorredeiras para que o gelo derretido seja eliminado.

b Equipamento com resfriamento mecânico Os equipamentos dispõem de paredes isolantes para evitar que a temperatura interna se misture com a externa. O funcionamento é à base de ciclagem que pode ser regulada pelo termômetro. O trabalho de descongelamento pode ser feito por dispositivos especiais.

### CÂMARAS FRIAS (fig.2)

#### Características

As câmaras frias servem para armazenar alimentos a baixa temperatura. As câmaras podem classificar-se pela temperatura que produzem em:

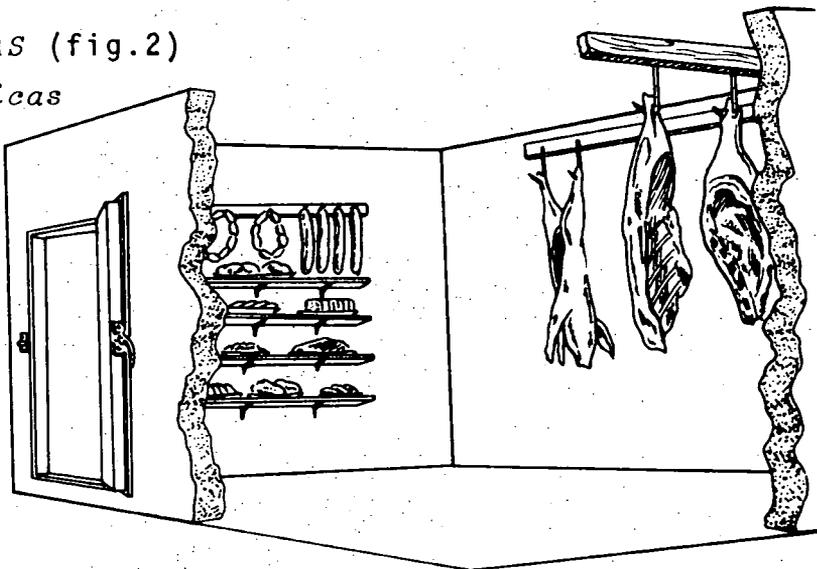
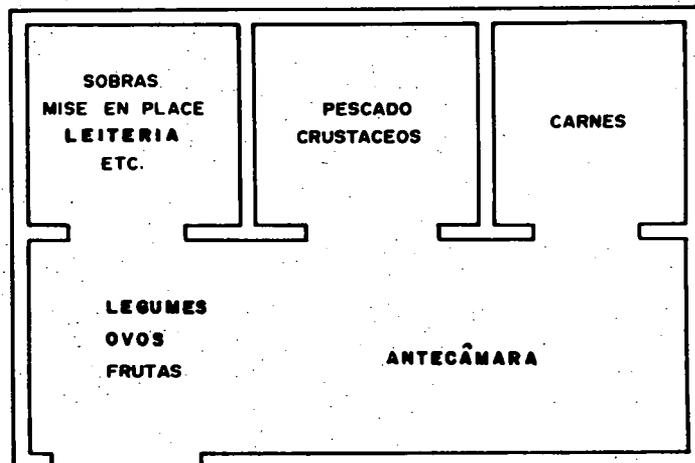


Fig.2

a câmaras refrig  
radoras

b câmaras congela  
doras





Nas câmaras refrigeradoras a temperatura varia entre  $1^{\circ}$  e  $8^{\circ}\text{C}$ , e é regulável conforme o tipo de alimento.

Nas câmaras congeladoras produzem-se temperaturas inferiores a  $0^{\circ}$ , variáveis de  $-5^{\circ}$  a  $-20^{\circ}\text{C}$ , para a conservação dos alimentos por um prazo maior.

As câmaras frias compõem-se de um compartimento grande, hermeticamente fechado, dotado de prateleiras de mármore ou marmosite e de grelhas de aço. Para evitar que o ar externo penetre na câmara é comum a presença de uma antecâmara. É recomendável que as câmaras frias sejam constituídas em conjunto e divididas em seções isoladas. As mais próximas da porta são as de temperatura mais alta. Cada um dos recintos dispõe de sua própria fonte de resfriamento.

*Localização* Devem ser colocadas o mais longe possível da fonte de calor.

*Limpeza* Todas as paredes devem ser lavadas com água e sabão. Enxaguar com água morna e deixar secar. Antes de lavar o equipamento deve-se desligá-lo, abrir as portas, retirar os alimentos e transferi-los para outra câmara. Todo o gelo deve ser removido das serpentinas e paredes.

#### GELADEIRAS (fig. 3)

*Características* Idênticas em sua forma às câmaras, diferenciando, apenas, pelo tamanho. Também podem classificar-se em:

a Refrigeradores (de  $1^{\circ}$  a  $8^{\circ}$ )

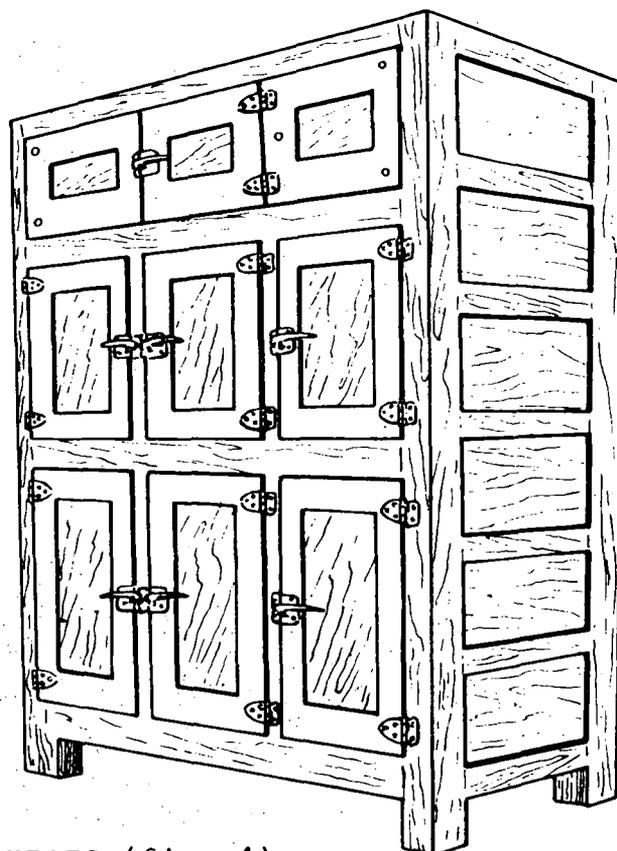
b Congeladores verticais (abaixo de  $0^{\circ}$ )

Os alimentos são colocados no interior das geladeiras, ao alcance das mãos. Geralmente dispõem de 2 a 6 portas e são construídas de metal revestido de aço inoxidável. O interior dispõe de grelhas ajustáveis para a colocação dos alimentos.

*Localização*

São localizadas próximas da área de conservação. Para o "mise-en-place" diário utilizam-se pequenas geladeiras próximas das áreas de trabalho.

Fig.3



*Limpeza*

A mesma indicada para as câmaras.

*CONGELADORES HORIZONTAIS (fig. 4)*

*Características* têm as características de um cofre de metal cuja tampa se abre no sentido de baixo pa-

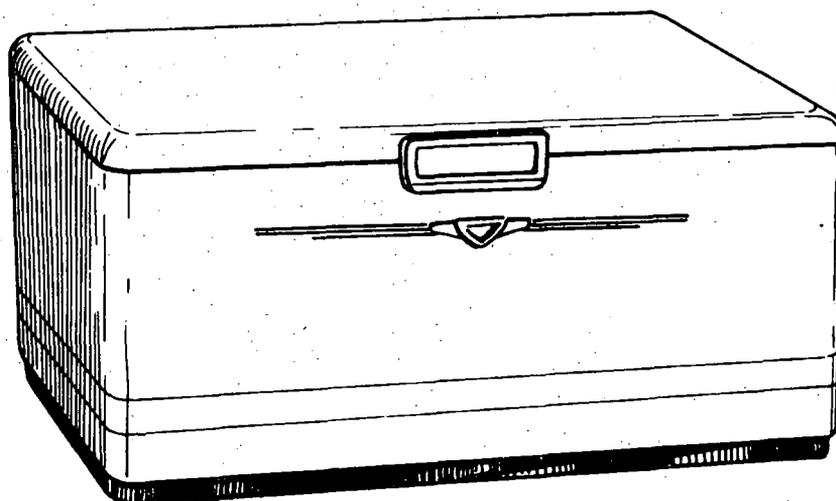


Fig.4

ra cima, o que dificulta a renovação do ar no seu interior. A unidade de refrigeração é colocada ao redor das paredes. Servem para armazenar por muito tempo diferentes produtos.

*Localização e Limpeza* As mesmas indicadas para os outros tipos.

**REFRIGERADORES TIPO BALCÃO (fig. 5)**

*Características* São refrigeradores dotados ou não de vidros para exposição das mercadorias (tipo vitrina). As portas são corrediças para facilitar o serviço e aproveitamento de espaço. O funcionamento é o mesmo das geladeiras.

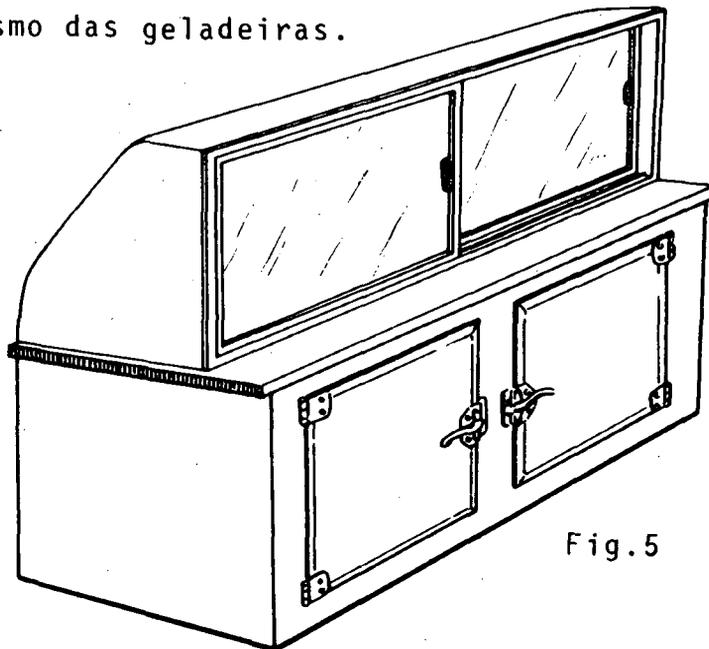


Fig. 5

*Localização* O de tipo vitrina é instalado nos próprios restaurantes, para despertar a atenção do freguês e oferecer-lhe oportunidades de escolha. O outro tipo, geralmente de madeira, é usado em cozinhas menores.

*Limpeza.* Como nos demais equipamentos.

**REFRIGERADORES DE LANCHONETES**

É um tipo de geladeira com altura de mesa. Tem portas na frente e compartimentos para colocação de recipientes.

*Localização e Limpeza* Não são equipamentos da grande cozinha. Geralmente servem para casa de lanches e refeições ligeiras. A limpeza é idêntica à dos demais equipamentos.

São todas as peças nas quais o profissional apresenta os comestíveis preparados. São as seguintes as peças de serviço: pratos, taças, tigelas, travessas, sopeiras, legumeiras, molheiras, panelas de barro, saladeira, material refratário de vidro ou louça para alimentos quentes, e cristais para bebidas, coquetéis etc.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### *Pratos rasos (grandes)*

Para servir os pratos principais. São fabricados geralmente em cerâmica ou porcelana conforme figura 1a.

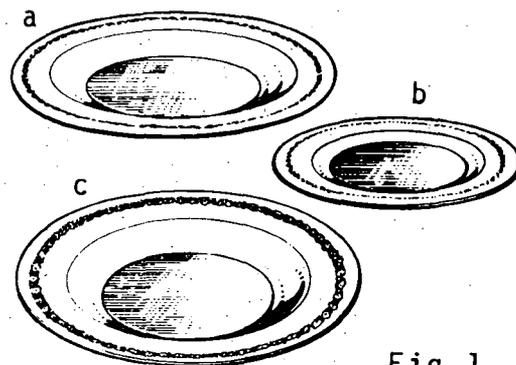


Fig.1

#### *Pratos de sobremesa*

Para servir sobremesas variadas. São do mesmo tipo que os acima indicados mas de tamanho pouco menor conforme figura 1b.

#### *Pratos fundos*

Utilizam-se para o serviço de sopas e similares. É um prato côncavo e com capacidade aproximada de 1/4 de litro (fig.1c).

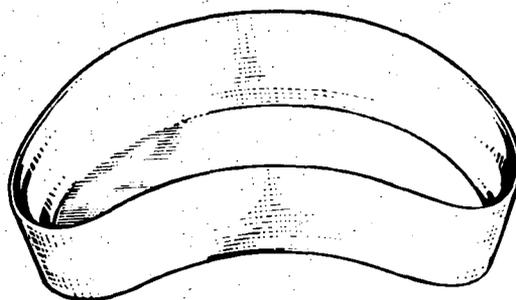


Fig.2

#### *Pratos de salada*

Utilizam-se pratos de sobremesa ou taças de cristal, assim como também pratos especiais em forma de meia-lua (fig.2).

*Taças*

Fabricadas em louça, com duas asas, servem para alimentos líquidos, quentes ou frios. São apresentadas sobre pires (fig.3).

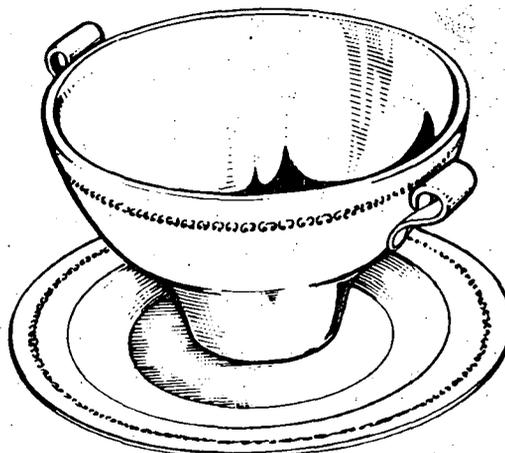


Fig.3

*Sopeiras*

De prata, aço inoxidável ou louça servem para apresentar as sopas antes de servi-las nos pratos (fig.4).

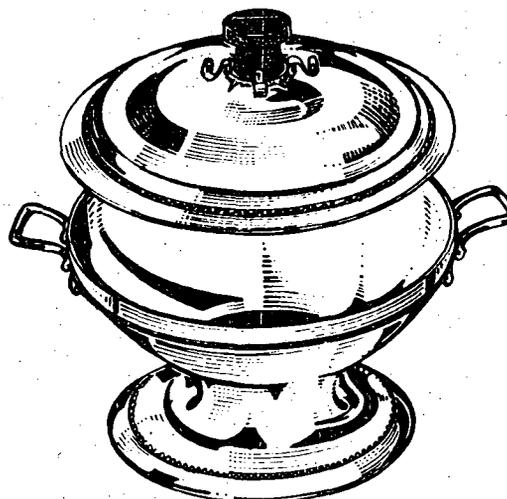


Fig.4

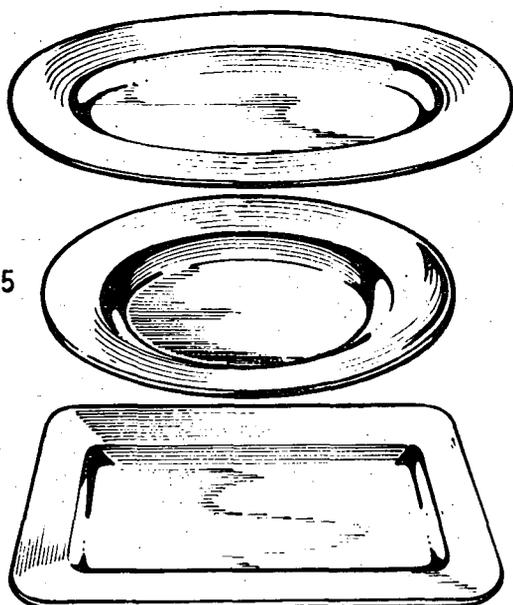


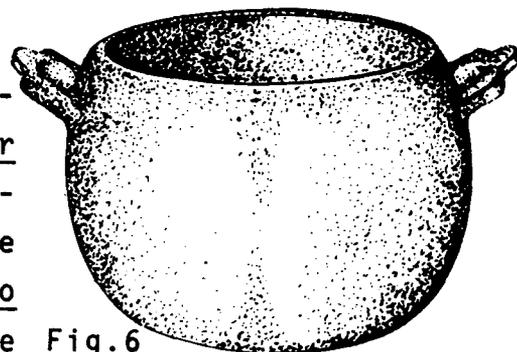
Fig.5

*Travessas (fig.5).*

Têm a forma oval, redonda ou retangular. Servem para servir os alimentos à mesa. São fabricadas em aço inoxidável, prata ou louça, sendo este último tipo muito pouco usado. Há travessas com divisórias para serviços em que o cardápio é servido a um só tempo.

*Panelas de barro*

Usadas para o serviço de líquidos ou sólidos, particularmente, pratos típicos regionais. São usados geralmente para serviço individual e sobre pratos de base. Dispõe de dois pequenos suportes laterais ou orelhas (fig.6).



*Molheiras*

Pequeno utensílio em forma côncava e alongada onde se apresentam os molhos de acompanhamento dos diversos pratos frios ou quentes (fig.7).



Fig.7

*Recipientes refratários*

Fig.8

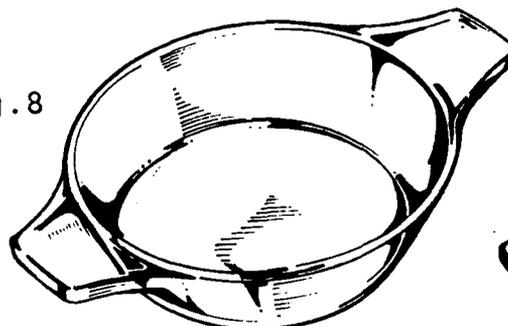
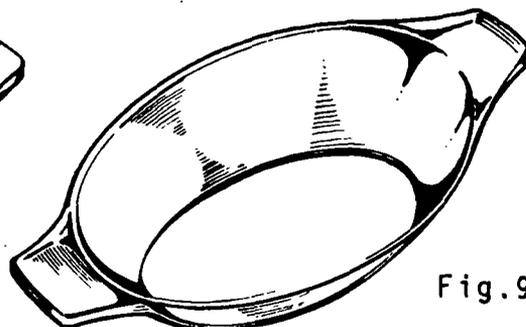


Fig.9



De várias formas e tamanhos, fabricados em vidro ou louça refratária ao calor e utilizados para servir à mesa, pratos gratinados e soufflês (fig. 8 e 9).

*Taças para coquetéis*

De cristal ou prata, são utilizadas para servir alimentos frios, tipo coquetel, sobre gelo. A taça é composta de duas partes: a base contém o gelo picado e recipiente que contém o alimento conforme figura 10.

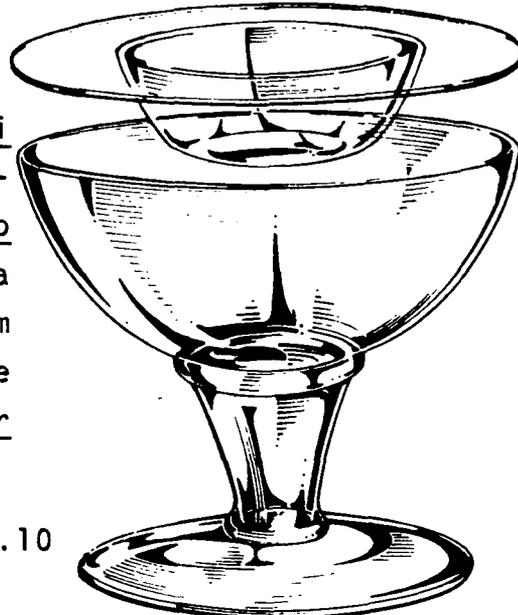


Fig.10

*Estreladeiras*

Pequeno recipiente de aço inoxidável ou louça refratária onde são servidos ovos estrelados ou alimentos flambados.

*Conservação e Limpeza*

Os utensílios de serviço devem ser submetidos à lavagem com água quente e detergente e enxaguados em pias ou máquinas especiais.

Não usar esponja de aço ou material similar. Os pratos e louças em geral, antes do serviço, devem ser esterilizados com álcool.

São comestíveis de origem vegetal utilizados geralmente como acompanhamento ou elemento de ligação de pratos, apresentando-se em estado natural ou transformados industrialmente em farinhas ou sêmolas.

Os grãos secos, que se usam em forma natural, chegam à cozinha geralmente beneficiados, isto é, sem casca e sem partes não comestíveis.

No beneficiamento desses alimentos, perde-se grande parte do seu valor nutritivo pela retirada de uma película que cobre a polpa. Farinha integral ou grão integral são os produtos descascados nos quais se conservaram estas películas.

#### PRINCIPAIS PRODUTOS

*Trigo* (fig. 1) cereal cujo cultivo se faz no mundo inteiro, especialmente nas regiões de clima temperado. Seu uso remonta à antiguidade. Na cozinha utiliza-se principalmente em forma de farinha. Existem dois tipos fundamentais: mole e duro. A farinha feita de trigo mole é utilizada principalmente para ligação de molhos e sopas e nas massas de pastelaria. A farinha de trigo dura é mais branca que a anterior, sendo especial para massas de levedura e pastificados.



Fig.1

*Milho* (fig. 2) originário da América do Sul é cultivado em clima temperado ou quente. Quando verde, preparam-se as espigas inteiras ou debulhadas como acompanhamento ou ingrediente de diversos pra-

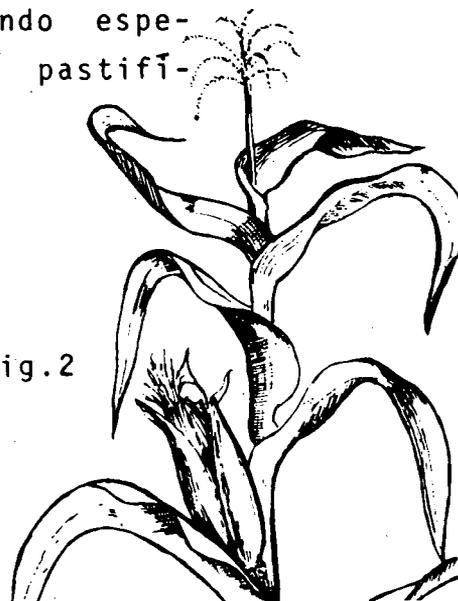


Fig.2

tos. O milho seco se utiliza triturado como farinha e constitui a base de massas apresentadas sob a forma de bolos, polentas e pratos regionais de diversos países do mundo. Um subproduto, é o "cornflakes" que é o milho achatado e tostado.

*Centeio* (fig. 3) É proveniente de climas frios, utilizado principalmente na panificação. Para a cozinha tem valor apenas como farinha em certos pratos regionais.



Fig.3



Fig.4

*Aveia* (fig. 4) cereal de clima temperado, utilizado na cozinha quase exclusivamente em forma de flocos ou farinha para sopas e mingaus que levam o seu nome.

*Cevada* - tem aplicação muito restrita na cozinha. Usa-se quando transformada em farinha ou em sêmola, para bolos tipo panquecas (blinis) e em pratos regionais.

*Arroz* (fig. 5) originário da Ásia, cresce em climas subtropicais. É um alimento dos mais importantes e básicos no mundo. Utiliza-se em grãos como ingrediente principal ou acompanhamento na cozinha



Fig.5

internacional e regional em sopas, entradas, saladas, pratos fortes e sobremesas. Como farinha, finamente moída, é elemento de ligação, tendo como característica principal o fato de não turbar a mistura e dar brilho à ligação.

*Feijão* - leguminosa que cresce em quase todos os climas. Existem diferentes tipos: roxo, preto, pintado, branco, amarelo etc. São consumidas as sementes extraídas de vagens e recobertas com uma película. Geralmente as sementes chegam secas à cozinha e são cozidas em água e, eventualmente, guisadas e passadas como purês. Os feijões são utilizados em sopas como legume de acompanhamento, ingrediente de pratos quentes ou frios e como saladas. O feijão tem grande importância nas cozinhas regionais, sobretudo na latino-americana, onde são usados em pratos típicos: feijoada, pabelloni criolles etc.

*Ervilha* (fig. 6) é um grão obtido da vagem da ervilha cultivada em hortas. Prepara-se fresca e tenra ou seca. O grão fresco cozinha-se com a pele que envolve a polpa e os secos sem o envoltório da polpa. Há um tipo de ervilha que pode ser preparada inclusive com a vagem em estado natural. A ervilha fresca é utilizada como acompanhamento em saladas, sopas e cremes, inteira ou em forma de purês. As sopas, os cremes e os purês são geralmente de ervilhas secas que podem ser de dois tipos: verde e amarela.



Fig. 6

*Grão-de-Bico* grão de vagem, originário da Ásia e da Europa. O grão-de-bico é preparado seco, cozido em água e, às vezes, convertido em purê. É uti



lizado em sopa e como ingrediente de guisados.

*Lentilha* - planta rasteira da família das leguminosas. Comem-se as sementes cozidas em água e às vezes, em guisados e sopas. Como acompanhamento são usadas em forma de grão ou purê. Alimento muito nutritivo, de uso bastante difundido na cozinha europeia.

*Soja* - leguminosa muito nutritiva, utilizada na cozinha, em geral através de seus subprodutos. A farinha de soja e o óleo têm grande importância na alimentação. O molho de soja é muito apreciado como condimento adicional.

#### SUBPRODUTOS

*Farinha* - É a substância finamente moída obtida dos grãos dos cereais. A farinha de cereais tem características próprias para ligação e se utiliza na cozinha para confeccionar massas e engrossar molhos, sopas, pudins e preparados similares. Segundo a capacidade de ligação as farinhas podem ser fortes e suaves.

*Sêmola* - é o grão moído grosseiramente. Utiliza-se para massas de cozinha e ingredientes de sopas.

*Fécula* - é um subproduto extraído de cereais e legumes de raiz ou tubérculos. É um pó de amido que se obtém pela trituração a seco, mediante processo industrial que elimina algumas substâncias, entre elas a água. É insolúvel na água e engrossa a partir de 60°C. As féculas mais conhecidas na cozinha são: milho, batata, arroz, araruta, mandioca (polvilho) e sagu.

As féculas são utilizadas para engrossar sopas, mo



lhos, cremes, pudins etc., deixando os alimentos brilhosos e quase transparentes. Além desses subprodutos, extraem-se dos grãos outros produtos como glicose, óleos, álcool, "corn flakes" e similares.

#### CONDIÇÕES DE USO

Antes de preparar qualquer um dos alimentos estudados deve-se separar as impurezas. Os grãos inteiros, antes do cozimento, devem ser colocados de molho em água fria para favorecer a operação posterior.

#### CONSERVAÇÃO

a Frescos são conservados sob refrigeração com ou sem o invólucro natural.

b Secos em forma natural ou de subprodutos são conservados até por vários meses em temperatura ambiental, em lugares ventilados. Devem ser protegidos contra poeira e bichos.

#### RECONHECIMENTO DE QUALIDADE E BOM ESTADO

a Frescos devem ter cor intensa e polpa rugosa. A pele que cobre a polpa das sementes deve ser firme e lisa.

b Secos os grãos devem ser bem secos, sem cheiro e ter a polpa perfeita. Quando apresentam pó é indicativo da presença de bichos. Os grãos triturados (farinhas) devem ser de cor uniforme, sem mistura de detritos ou pequenos parasitas.



Com este nome genérico designamos na cozinha todos os vegetais, excluindo-se cereais e leguminosas, assim como ervas aromáticas.

Os legumes comestíveis são muito importantes na alimentação do homem pois contêm substâncias indispensáveis ao desenvolvimento e crescimento do corpo humano.

São empregados na confecção de sopas, pratos fortes, saladas, acompanhamentos e até sobremesas.

#### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

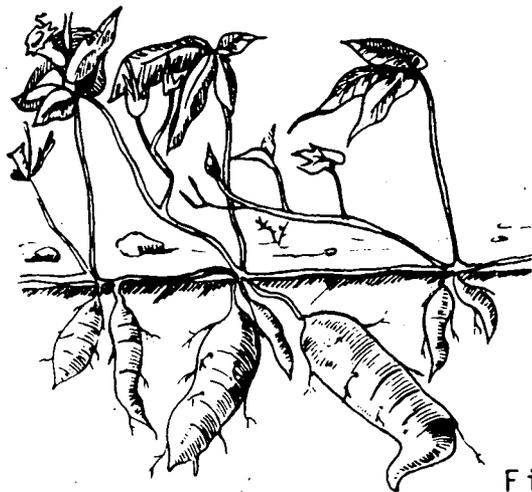


Fig.1



Fig.2

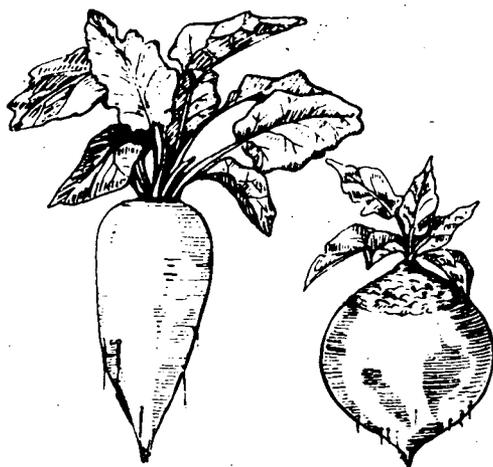


Fig.3

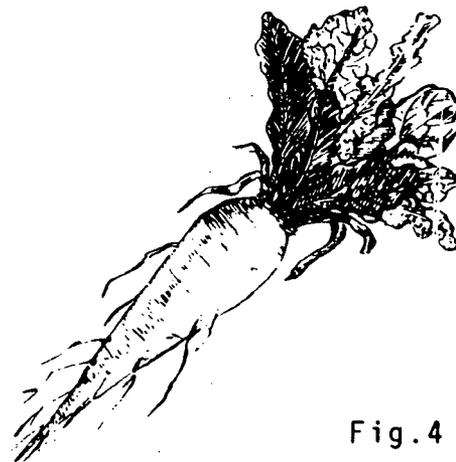


Fig.4

#### *Legumes de raiz e tubérculos*

Crescem, geralmente, debaixo ou à flor da terra. As partes comestíveis são a própria raiz ou o tubérculo sem a parte florida. Por questão de estética e

de sabor, retira-se a pele que os envolve. As variedades de maior uso na cozinha são: batata (fig.1), cenoura (fig.2), beterraba (fig.3), nabo, aipo tipo tubérculo (fig.4), rabanete (fig.5), mandioca, inhame e outros.

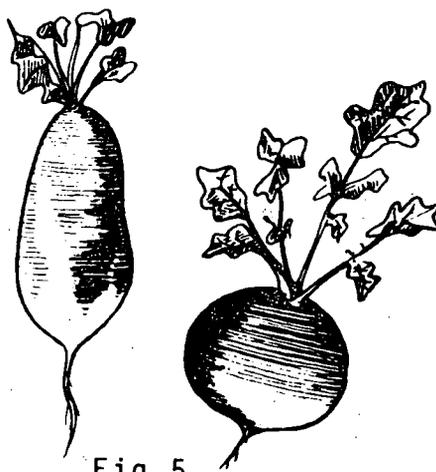


Fig.5

#### *Legumes de bulbo*

Crescem à flor da terra e como trepadeira. As folhas externas dos bulbos formam a capa protetora do vegetal e são geralmente secas. As folhas externas, em alguns casos, são utilizadas para dar coloração a certos pratos. Esses legumes têm grande importância na cozinha, como ingredientes aromáticos e componentes de sopas, molhos, acompanhamentos e saladas. São servidos frios ou quentes, crus ou sob processo de cozimento. As variedades mais conhecidas são: Cebola (fig.6), alho (fig.7), alho porrô (fig.8) e echalote (tipo de cebola suave).

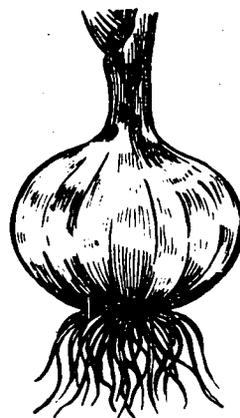


Fig.6



Fig.7

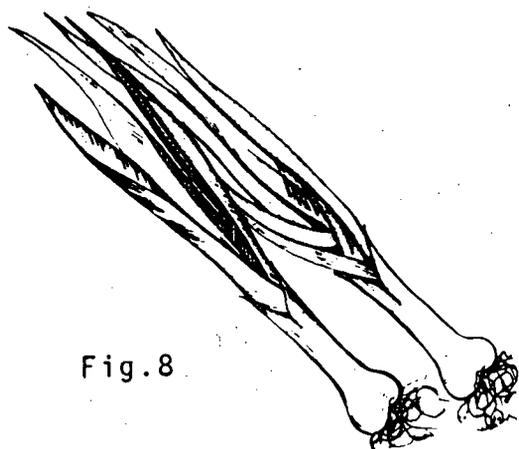


Fig.8

*Legumes de fruto*

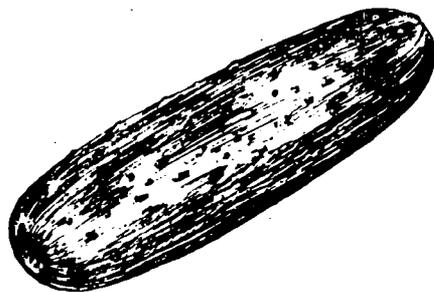


Fig.9



Fig.10

Crescem em forma de trepadeira ou ã flor da terra.

Compõem-se esses legumes de flor, fruto, folhas e talos. Os frutos dos legumes são as partes que chegam ã cozinha. A polpa é a principal parte comestível.



Fig.11

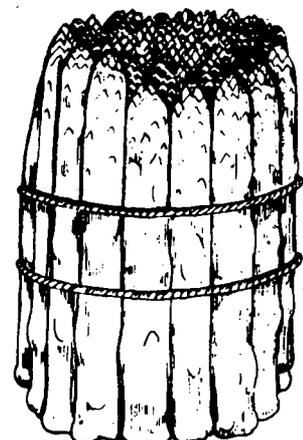
Possuem geralmente sementes e uma pele ou casca. Nos legumes mais tenros a pele ou casca pode ser comida enquanto que, nas espécies mais maduras, são retiradas. Alguns legumes deste tipo são comidos com sementes, como á beringela e a abobriinha; e outros, as sementes são obrigatoriamente retiradas, como é o caso da abóbora e do chuchu.

Os principais legumes de frutos são:tomate, pimentão, pepino (fig. 9), abóbora, beringela, chuchu (fig. 10),quiabo (fig. 11),etc.

*Legumes de talo*

Compõem-se de talo e raiz. A parte comestível, o talo, é recoberta por uma camada exterior não aproveitada (pele), sendo, a parte mais fina a ponta.

Fig.12



Constituem uma importante família de vegetais utilizados na cozinha. São preparados cozidos em água e servidos inteiros ou em pedaços, em pratos frios ou quentes.

As variedades mais conhecidas são: aspargo (fig. 12) palmito, aipo tipo rosácea (fig. 13), cardo e funcho.



Fig. 13

*Legumes de flor*



Fig. 14



Fig. 15

Crescem destacados da terra e a parte comestível principal são os botões ou fundos. As folhas tenras e talos de pequenos ramos podem também ser utilizados. São preparados geralmente cozidos e utilizados em sopas, purês, entradas ou acompanhamentos e servidos inteiros ou em pedaços, frios ou quentes. As partes não comestíveis da couve-flor e brócolos são os talos grossos e as folhas grandes, sendo que em casos especiais as folhas maiores também são aproveitáveis.

Nas alcachofras deve-se separar as sementes ligadas ao fundo, as folhas secas e pontas murchas. Apenas o fundo ou base é comestível. A alcachofra é servida somente com o fundo ou base (onde se prendem as folhas) ou o fundo e as folhas tenras (tipo coração).

As variedades mais usadas de legumes de flores são: couve-flor (fig.14), alcachofra (fig.15) e brócolos.

*Legumes de fôlhas*



Fig.16



Fig.17

São produtos de horta e compostos de raiz, talo e folhas. As partes comestíveis, são as folhas e, nas espécies mais tenras, também o talo. Distinguem-se basicamente dois tipos: a os de folhas ligadas a um talo central: o repolho (fig.16), alface (fig.17), o almeirão, couve de bruxelas, endívia e outros.



Fig.18

b os de folhas separadas, ligadas a talos mais ou menos independentes: espinafre, acelga (fig. 18) e agrião (fig. 19).

Fig.19

Os legumes de folhas recebem vários tipos de preparação e podem ser servidos crus ou cozidos, em saladas, purês ou recheados.



### *Cogumelos*

Podem ser considerados legumes por apresentarem características similares aos anteriormente descritos. Crescem em estado silvestre, nos bosques, ou são cultivados. Compõem-se de talo, cabeça e raiz. Há grande variedade de cogumelos venenosos e não venenosos.

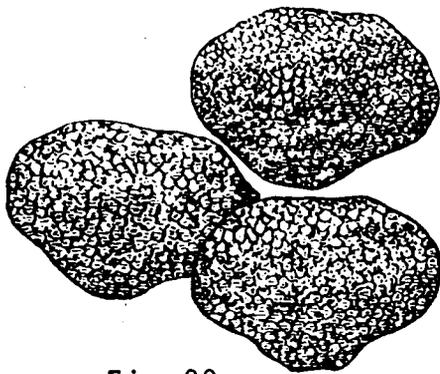


Fig.20

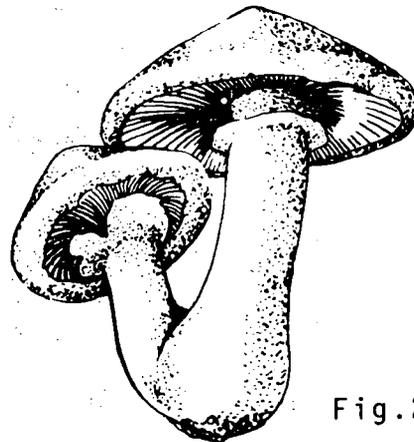


Fig.21

As espécies a serem usadas são apenas aquelas bem conhecidas, de preferência as cultivadas. Com exceção da raiz, são comestíveis o talo e a cabeça. Por questão de estética retiram-se, às vezes, as sementes localizadas debaixo da cabeça, e a pele que a cobre.

As variedades mais conhecidas são: trufa (fig. 20) e champignons. (fig. 21)

Preparam-se como ingredientes de sopas e molhos e como guarnição.



### CONSERVAÇÃO

As raízes, tubérculos e bulbos conservam-se, sem se rem limpos, em temperatura ambiental. Os legumes de folhas, principalmente, devem ser conservados em invólucros para não perderem a umidade.

Na utilização dos legumes estocados, estabelecer uma troca com os mais antigos, mantendo os recém-chegados sob refrigeração.

Os cogumelos devem ser conservados à temperatura de 2°C.

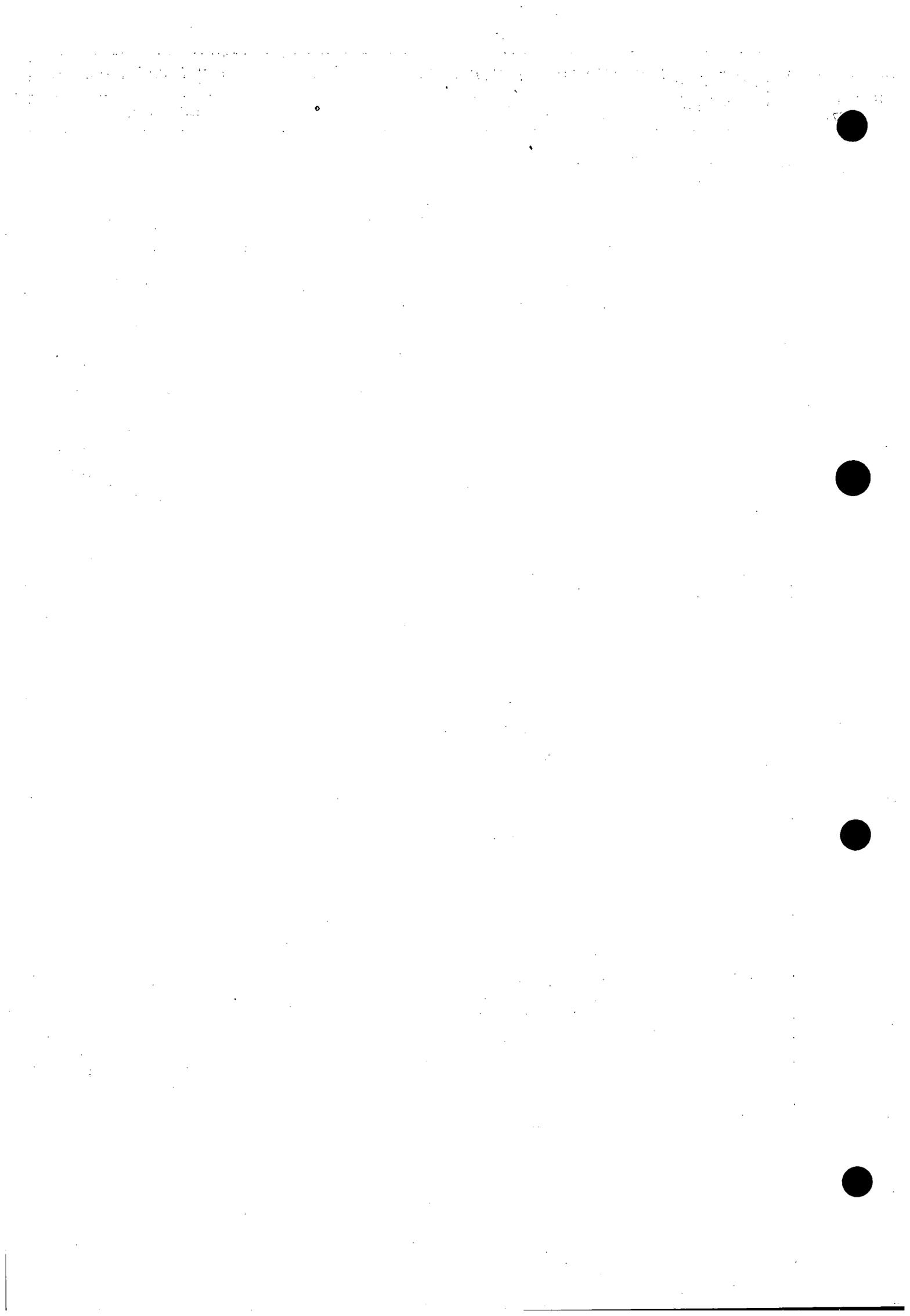
#### *Reconhecimento da qualidade e bom estado*

São qualidades básicas para identificação do estado dos legumes:

- a firmeza das folhas e frutos
- b cor intensa
- c raízes e talos são
- d sem impurezas em excesso
- e umidade normal

#### *CONDIÇÕES DE USO*

Deve-se examinar a qualidade, lavar os legumes em água fria e retirar as impurezas.



Consideram-se frutas as partes comestíveis de plantas cultivadas ou silvestres, usadas tradicionalmente como sobremesa. Na cozinha moderna, as frutas são usadas como entradas e, às vezes, como componentes de molhos e acompanhamentos.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### *FRUTAS CÍTRICAS*

São também conhecidas como frutas ácidas. Têm a parte carnuda ou intumescida, envolta por uma casca e apresentam gomos. As sementes não são comestíveis. Essas frutas são comidas cruas, descascadas, podendo-se extrair delas o suco. A casca é porosa e contém óleo aromático que se pode aproveitar ralando, ou esfregando-lhe torrões de açúcar em pregados para dar aroma e sabor.

Os tipos mais conhecidos são: laranja (fig. 1), tangerina, limão (fig. 2) e "grape fruit".

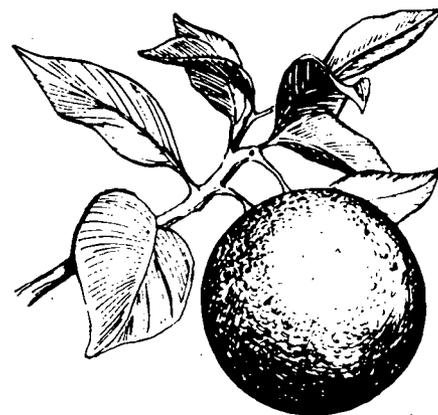


Fig.1

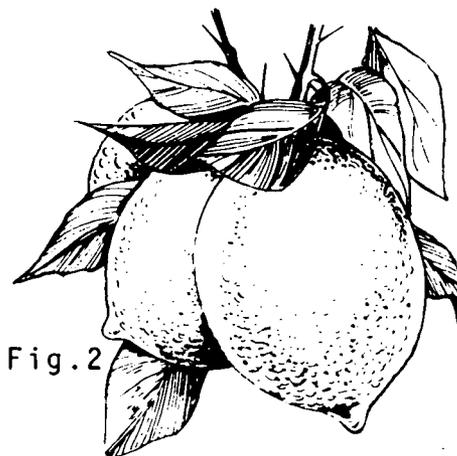


Fig.2

#### *FRUTAS COM CAROÇO*



Fig.3

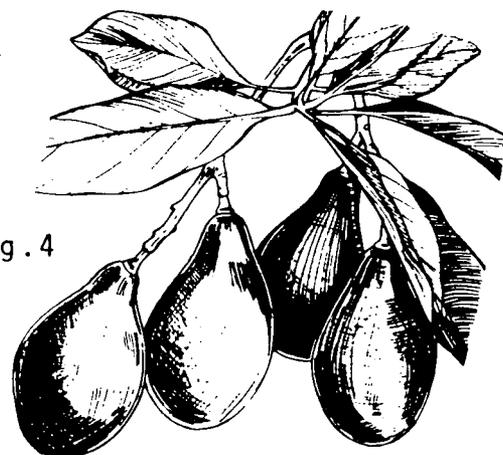


Fig.4

Compõem-se de pele, polpa ou carne e caroço. A parte comestível é a carne ou polpa, geralmente doce, ou ligeiramente ácida. Algumas espécies se comem

com a pele. São servidas cruas ou cozidas, em forma de compota, purê, doce em pasta, geléia e doce cristalizado. Há certas espécies que, além do seu uso ao natural, podem ser utilizadas dissecadas e confeitadas. As espécies mais conhecidas são: ameixa (fig. 3), pêssigo, damasco, abacate (fig.4) cereja(fig.5),tâmara e outras.

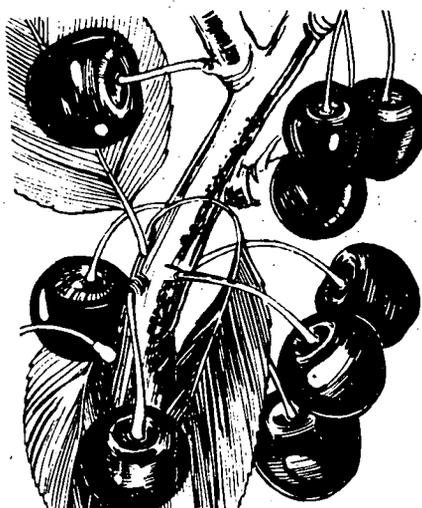


Fig.5

*FRUTAS DE SEMENTES*

São frutas compostas de pele fina ou grossa e polpa volumosa. Possuem pequenas sementes que podem estar centralizadas, espalhadas dentro da polpa ou externamente. São usadas para doces e compotas, além de acompanhamento e molhos. Os tipos principais são as de:



Fig.6

Fig.7

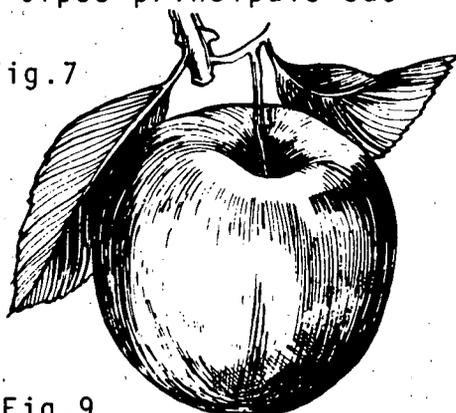


Fig.9

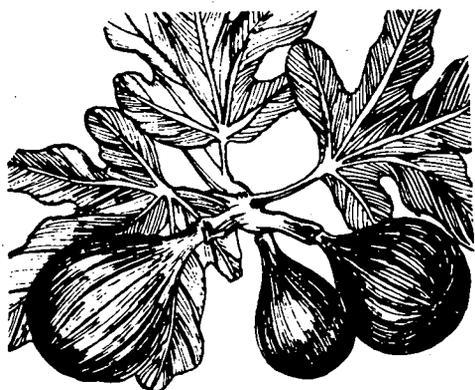


Fig.8

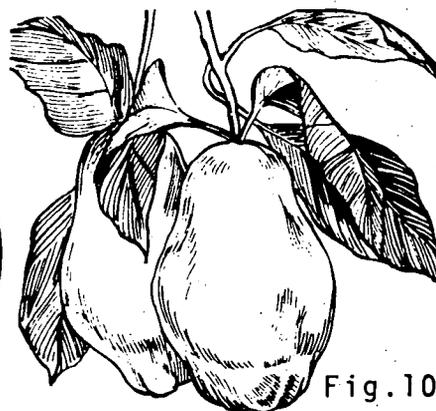
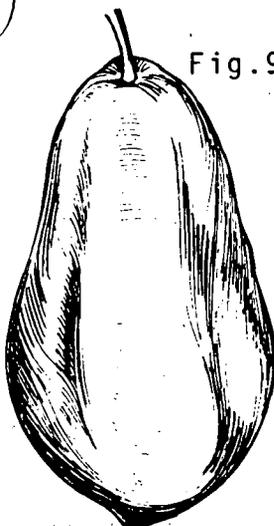


Fig.10

a sementes centrais: pêra (fig. 6), maçã (fig.7), figo(fig.8),mamão (fig.9) goiaba,marmelo(fig.10)e outras.

b sementes espalhadas na polpa: fruta de conde (fig.11), romã, uva (fig.12), melancia, banana (fig.13) framboesa e certas frutas regionais como a graviola e sapotis.



Fig.11



Fig.12

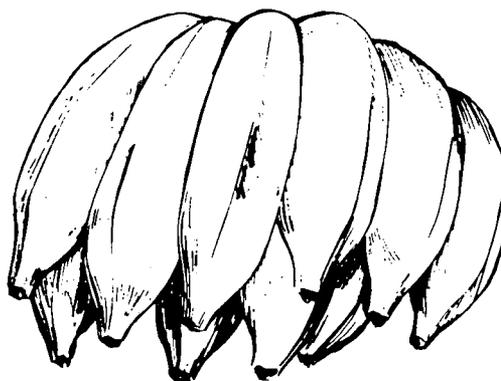


Fig. 13

c sementes externas:  
morango (fig.14) e caju.

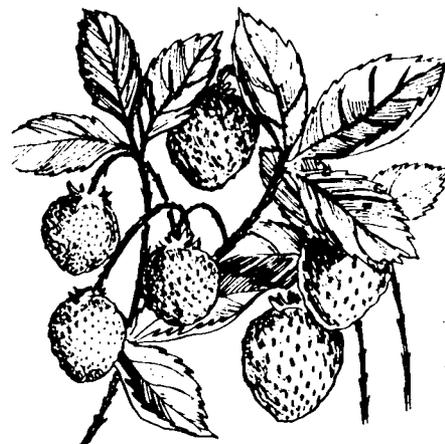


Fig.14

*OUTRAS ESPÉCIES USADAS*

*Abacaxi* (fig.15) fruta aromática utilizada para geleias, sucos e como acompanhamento de variados pratos da cozinha.

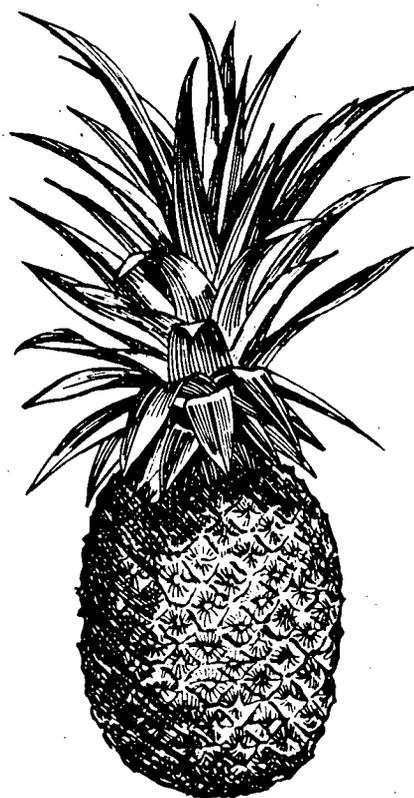


Fig.15

*Maracujá* fruta tropical cultivada ou silvestre, é utilizada na confecção de cremes, pudins, sorvetes, geleias etc.

## CONDIÇÕES DE USO

As frutas, quando aproveitadas como acompanhamento ou decoração de pratos, devem ser descascadas. As sementes e caroços são retirados, assim como as partes deterioradas que possam alterar o gosto ou a apresentação.

É a carne mais empregada na cozinha. A carne de boi é a mais importante e de maior consumo nos restaurantes. Além da carne, o boi fornece outros produtos culinários tais como leite, ossos, gordura, miúdos e outros mais. A carne de boi é quase um alimento universal, e é geralmente empregada como base de grande variedade de pratos quentes e frios.

#### TIPOS

Na cozinha, a carne de boi, se divide em dois tipos principais, a saber:

O BOI, que inclui todos os animais adultos tais como bois, vacas, touros, novilhas e vitela.

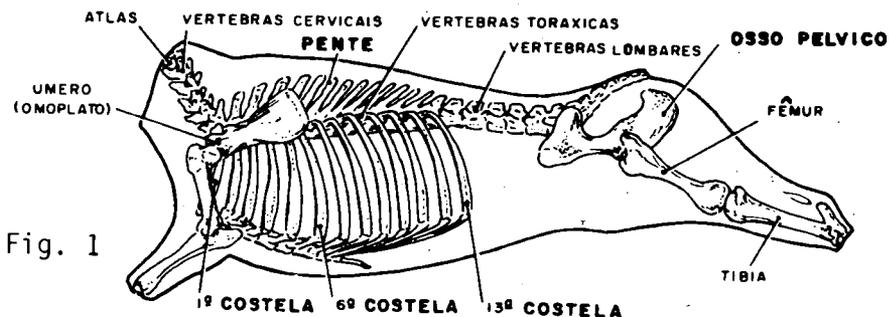
A VITELA, que compreende os bezerros em idade de mamar.

#### APRESENTAÇÃO

A carne de boi chega à cozinha sempre limpa, quer dizer abatida e livre das vísceras e miúdos. Geralmente é fornecida em cortes grandes ou quartos, se bem que algumas cozinhas comprem a carne em metades ou, quando a empresa é pequena, em cortes de varejo.

#### CORTES

A carne de boi apresentada em metades, divide-se em cortes "primários", ou em "quartos", e estes em cortes a "varejo". Para a aplicação de qualquer método de corte, é importante conhecer a classe da carne nos diferentes músculos, a forma do esqueleto (fig. 1) e os cortes específicos requeridos pela empresa.



#### MÉTODOS DE CORTE

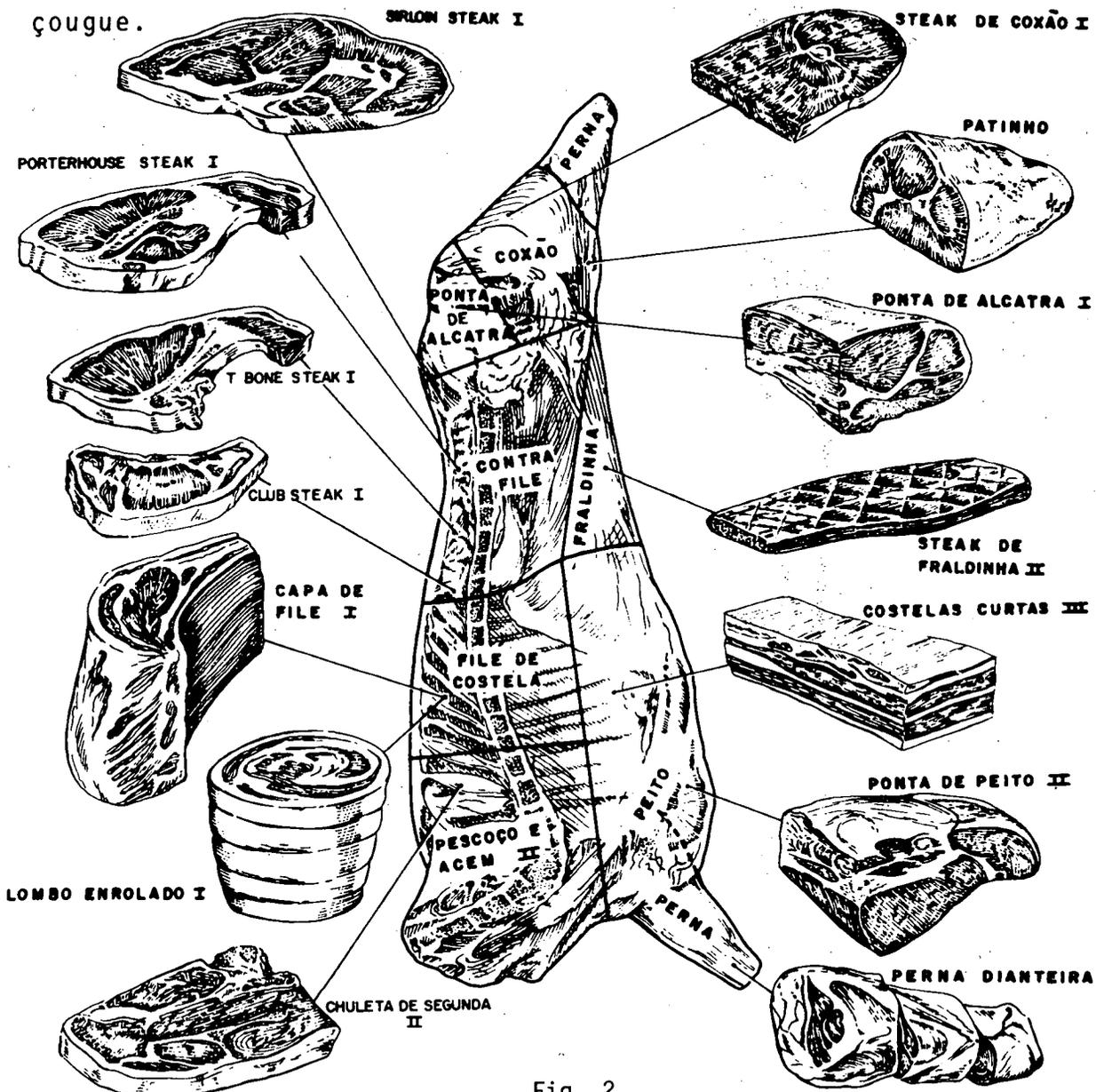
A maneira de se cortar a carne de boi pode variar de região para região. Também se praticam variantes no retalhar das carnes de boi e vitelas. Estas variantes se limitam a um retalhamento menos detalhado dos animais pequenos.

Os tipos de cortes mais usados nos tempos atuais são os que a a qui chamamos:

- Corte americano
- Corte tradicional

**CORTE AMERICANO DA CARNE DE BOI**

O corte americano se faz através de ossos e músculos, sem respeitar a formação natural ou a qualidade deles, procurando maior economia e apresentação da peça para sua venda no varejo. Esse corte se utiliza principalmente em restaurantes especializados, em bistecas e supermercados nas amostras de carnes. Os principais cortes primários e ao varejo que se obtêm são demonstrados no diagrama de cortes da (fig. 2). Para poder realizar o corte é necessário o emprego de uma serra de aço.


**Fig. 2**

*CORTE TRADICIONAL DA CARNE DE BOI*

O corte tradicional respeita a separação natural dos músculos, até a menor divisão aplicável. Obtêm-se assim uma separação mais precisa das classes de carne. Todas as divisões são realizadas entre os tecidos dos músculos e juntas de ossos, por meio dos instrumentos clássicos do açougueiro: a faca de desossar e a machadinha. A seguir, a ilustração dos cortes primários e a varejo, que se obtêm com este método conforme figura 3.

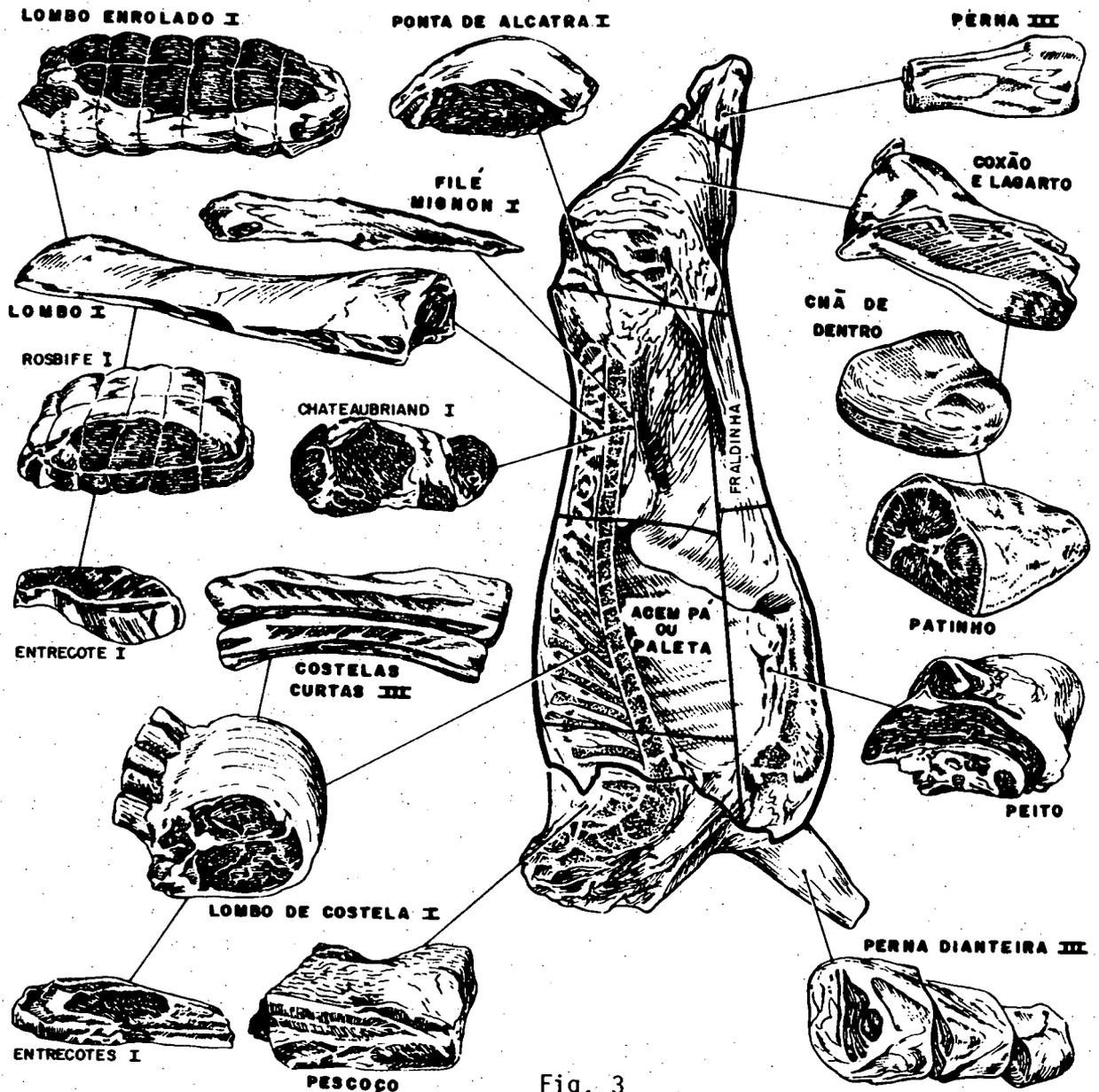


Fig. 3

*Corte da vitela*

Ao retalhar as vitelas observa-se em princípio as mesmas regras que para os animais adultos, variando somente a quantidade de cortes que se praticam.

Os cortes ao varejo mais usados são os indicados na fig. 4.

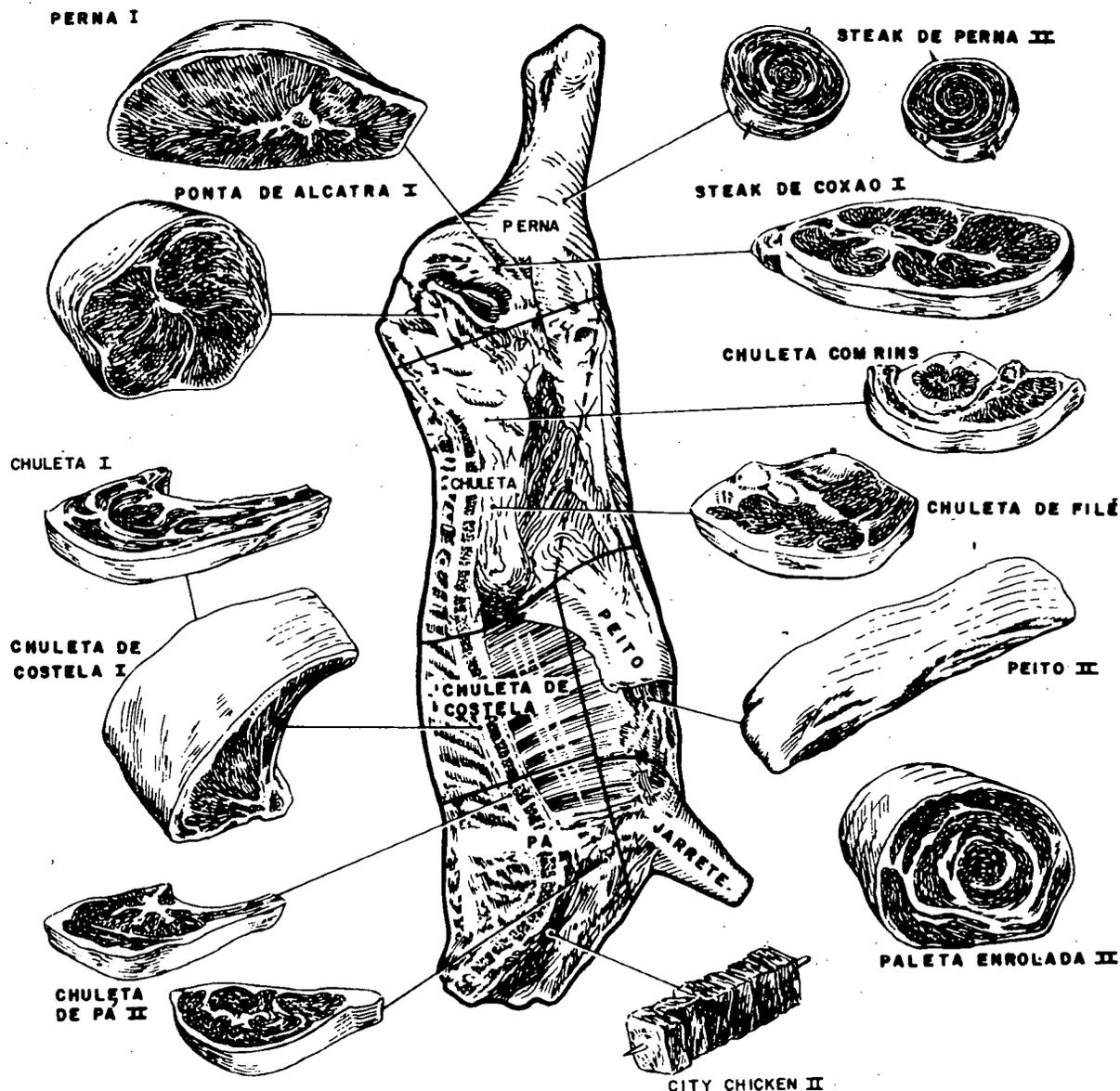


Fig. 4

### CLASSIFICAÇÃO

A carne de boi é classificada segundo suas características, determinadas em primeiro lugar pela qualidade do animal e em segundo lugar pela classe de um corte determinado.

### QUALIDADE

A raça, idade, alimentação e atividade da rês em vida refletem-se na qualidade da carne. A melhor carne de boi provém de bois cevados, de 4 a 6 anos de idade.

A carne desses animais é de cor vermelho vivo, entremeada e coberta de gordura branca, firme no contato, os tecidos dei-



xam-se esmagar entre os dedos. A proporção de carne e gordura com os ossos é aproximadamente de 80 a 20% em animais de 1ª qualidade. Esses animais se reconhecem facilmente abatidos e em metades; se são carnudos, têm uma capa de gordura branca e as costelas cobertas de carne. O vermelho claro da carne e o amarelo vivo na gordura são sinais de dureza, indicando rêses velhas e de trabalho. Nos de vitela os animais de melhor qualidade têm a carne branca rosada, coberta de gordura branca, satinada e bem distribuída. De segunda qualidade são as vitelas cuja carne é avermelhada e a gordura rosada. A carne de terceira qualidade, provém de bezerros que já pastaram; sua carne é escura e a gordura é cinzenta. Os bezerros que foram abatidos pouco depois de nascer, têm a carne gelatinosa, ossos brancos e pouco sabor; sua carne não é nutritiva e seu uso não é recomendável.

#### *Classificação*

Cada corte cumpre dentro da cozinha uma função específica. De acordo com a apresentação, dureza e maneira do corte, características que dependem da consistência das fibras e proporções dos tendões, nervos e gordura na carne, julga-se a classe de um corte.

Os cortes de primeira, segunda e terceira distinguem-se nas figuras 2 e 3 em números romanos.

#### *PREPARAÇÃO DA CARNE DE BOI*

A carne, desde sua apresentação em metades até que chegue à mesa do comensal, passa por uma série de preparações que possibilite seu consumo nas suas melhores condições.

#### *Amadurecimento*

As peças grandes da carne de boi fornecidas em metades, quartos e cortes grandes, são penduradas folgadoamente para descansar em ambientes refrigerados ( $0^{\circ}\text{C} + 3^{\circ}\text{C}$ ) e secos durante 1 a 3 semanas. A carne deve estar limpa, sadia, seca e encoberta pela sua própria gordura. Durante esse repouso, chamado amadurecimento, a carne adquire uma cor mais escura, amolece e desenvolve ao máximo o seu sabor. Os cortes primários pequenos e encobertos de pouca gordura podem ser guardados para amadurecimento, sem perigo de estragar-se e perda de aparência



se estiverem guardados num banho de gordura de boi derretida e solidificada.

NOTA: CARNE DE VITELA NÃO SE GUARDA PARA AMADURECIMENTO.

#### Conservação

A carne de rês e de vitela conserva-se por diversos processos físicos e químicos. Os métodos mais usados para conservação a prazo curto e médio são a refrigeração e a congelação. A refrigeração se utiliza para conservar a carne em bom estado até uns 25 dias para a rês e até 10 dias para a vitela. A temperatura oscila entre  $1^{\circ}\text{C} + 3^{\circ}\text{C}$ , e é recomendável não expor a carne a mudanças bruscas ou frequentes de temperatura.

A congelação se emprega para conservar a carne por mais tempo que o indicado para refrigeração. Também convém congelar carne de boi se o equipamento é usado simultaneamente para outros tipos de alimentos. Numa temperatura de  $-10^{\circ}\text{C}$ , a carne absorve menos odores e é menos prejudicada no caso de mudanças ligeiras ou cortes de temperatura.

#### ACONDICIONAMENTO PARA O COZIMENTO

Antes de preparar a carne esta deve ser devidamente acondicionada a fim de ganhar o máximo de paladar, apresentação e economia.

As operações mais comuns que se empregam são:

- a) Limpeza.
- b) Retalhar e desossar.
- c) Serra e machado.
- d) Ligar as carnes para serem enroladas.
- e) Temperar (em seco, por salmoura ou es cabeche).

#### PREPARAÇÃO

Em geral a carne de boi e de vitela prepara-se por cozimento. Outras formas ou processos como o salgar e o defumar utilizam-se quase exclusivamente como medidas de conservação; cru é servido o lombinho de boi com o nome de bisteca tártaro. A tábua nº 1 indica métodos e tempos de cozimento aplicáveis aos principais cortes de carne de boi e de vitela, sendo que estes dados são aproximados e podem variar de acordo com a qualidade da carne.



	CORTE	MÉTODO E TEMPO DE COZIMENTO	APRESENTAÇÃO
CARNE DE BOI	Perna de boi Osso buco	<i>Guisados</i> , cozidos 2-3 horas segundo a qualidade	Inteiros e cortados para ragu
	Chã de fora Lagarto Colchão mole	<i>Estofados</i> , braseados - cozidos 2-3 horas	Inteiros ou em bistecas
	Patinho	<i>Braseados</i> , estufados guisados 40 min/Kg Assada em bisteca 20 min/kg	Inteiros ou em bistecas
	Ponta de alcatra	Na grelha assada, braseada cozida, estufada, guisada 30 min/Kg Na grelha braseada 5 a 6 min. por lado	Inteiro Em bistecas "romstec"
	Contrafilê	Ao forno braseado 15 min. a 18 min/Kg Na grelha ou chapa, frito 3 a 6 min. por lado	Rosbif, contrafilê T-Bone, Sirloin Porter house Entrecosto
	File mingnon	Todas as preparações rápidas 1 a 5 min. por lado	Todas as apresentações
	Peito Pã	<i>Guisados</i> , estufados, braseados 2-3 horas, inteiro 1-2 horas, cortado	Cortados em dados, bistecas e enroladinhos
VITELA	Pernil Dorso Lombo alto	Assado-braseado 30 a 35 min/Kg na grelha ou chapa 3 a 4 min. por lado	Inteiro em bistecas e escalopinhos
	Demais cortes	Assados, braseados 30 a 35 min/Kg <i>Guisados</i> , estofados 1 1/2 horas	Inteiro enrolado recheado Cortados em dados
	Mocotô-cabeça	Cozidos	Inteiros



Esses animais fornecem carne de excelente qualidade, muito nutritiva por<sup>em</sup> de difícil digestão. Além da carne de porco, aproveitam-se os subprodutos como toucinho, miúdos e ossos, a tal ponto que se pode afirmar que desses animais nada se per<sup>de</sup>. A carne de porco deve ser consumida sempre preparada, seja pela ação do calor ou pela salmoura. Essa carne, principal transmissor da "triquinose", deve ser inspecionada por um veterinário antes de destinada ao consumo do homem.

#### TIPOS

Na cozinha a carne de porco divide-se em dois tipos principais, a saber:

*O PORCO OU CERDO*, que inclui todos os animais adultos.

*O LEITÃO*, que compreende animais em idade de mama.

#### APRESENTAÇÃO

*O porco* chega à cozinha sempre depois de sacrificado e livre dos miúdos e vísceras. Apresenta-se geralmente em cortes maiores sendo que algumas empresas preferem adquiri-lo em metades ou cortes menores.

*O leitão* apresenta-se quase sempre inteiro e limpo.

#### CORTES

*O porco* apresentando em metades é dividido em cortes primários e esses em cortes para retalho. Para cortar corretamente é importante conhecer a categoria da carne, a forma da estrutura óssea (fig. 1) e as necessidades de cortes específicos que requer a empresa.

*O leitão* prepara-se quase sempre inteiro e às vezes, recheado.

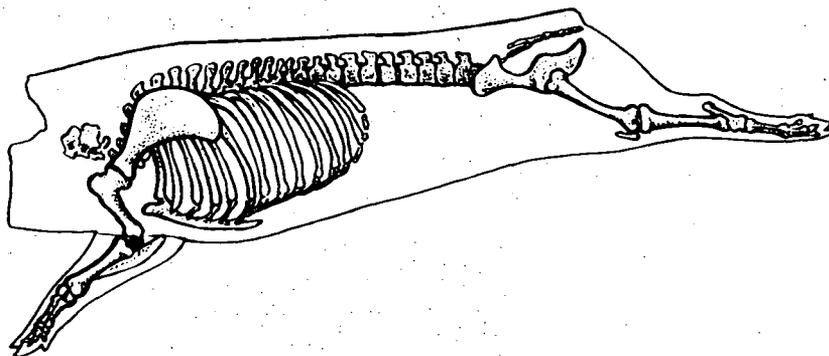


Fig. 1

**MÉTODOS DE CORTE**

O método empregado para cortar o porco varia segundo os costumes regionais. Os dois tipos de cortes mais praticados atualmente são os que aqui chamamos:

*Corte americano*

*Corte tradicional*

**Corte americano**

No corte americano, a divisão da carne se faz através de ossos e músculos, procurando mais a boa apresentação e economia do corte que a classe de um músculo determinado. É um método muito empregado nas cozinhas especializadas em "steaks", para amostras em vitrinas, sendo de origem norte-americana. Os principais cortes primários e para retalho podem ser observados no diagrama de cortes (fig.2). Para poder realizar o corte americano é necessário o emprego de serra mecânica ou de mão.

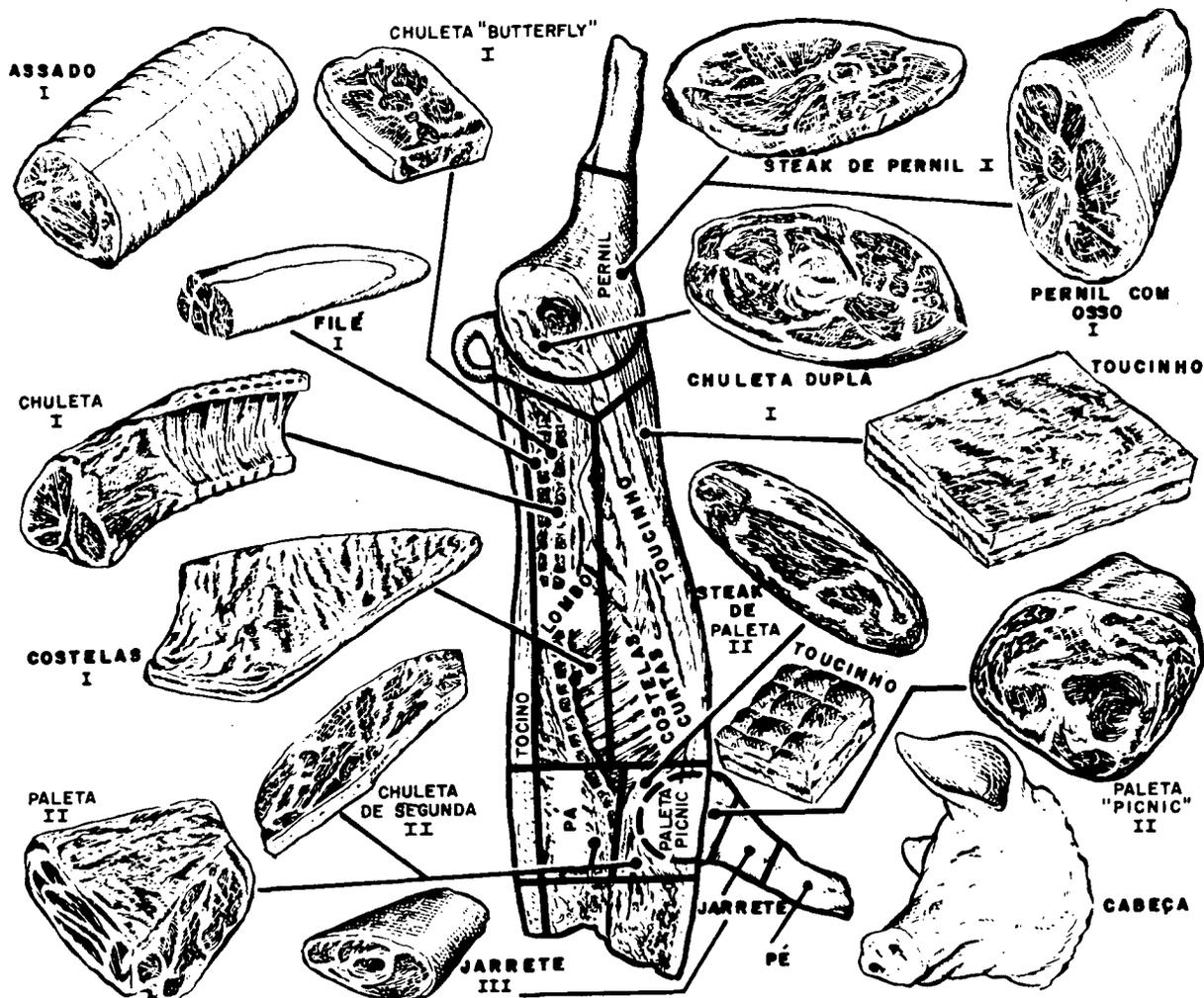


Fig. 2

*Corte tradicional*

Esse corte respeita a união natural dos músculos até a divisão menor aplicável e obtêm-se uma separação muito precisa das classes de carne. Todas as divisões realizam-se entre os tecidos de músculos e juntas de ossos. Para esse método utiliza-se a faca de desossar e o machado. Os cortes primários e para retalho que se consignam aqui, são os do diagrama de cortes da figura 3.

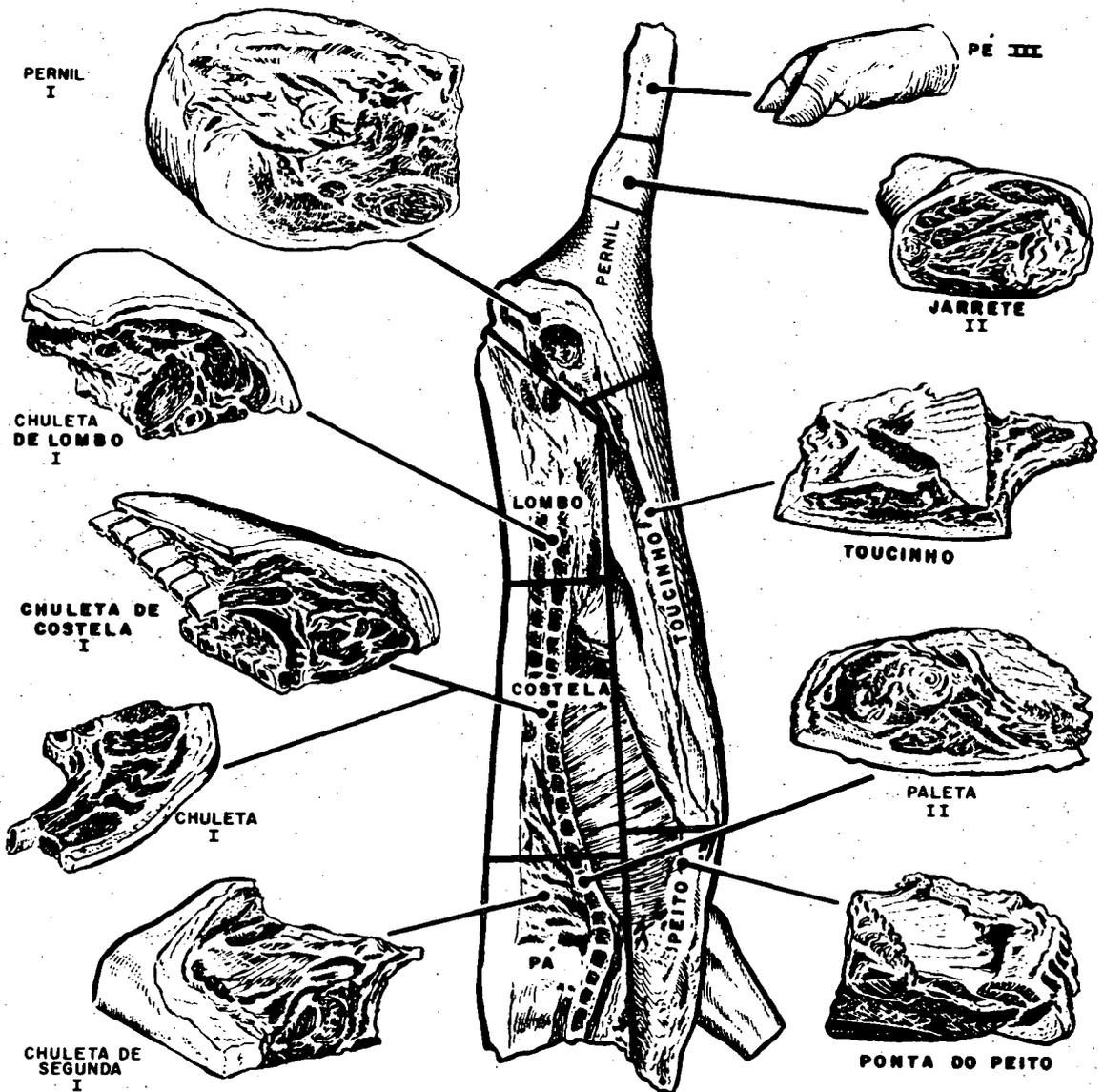


Fig. 3

*CLASSIFICAÇÃO*

A carne de porco é classificada segundo características determinadas, em primeiro lugar, pela qualidade do animal e, em segundo, pela classe de um corte determinado.

*Qualidade da carne de porco*

A raça, alimentação e meio ambiental do gado suíno refletem-se na qualidade da carne do animal após o abate. A melhor carne provém de animais bem alimentados, criados em ambientes sãos e tranquilos. A carne de primeira qualidade é rosada, vejada de gordura branca de grãos miúdos. É resistente ao tato e coberta de toucinho firme, branco e rosado. Estes cerdos produzem até 50% da carne fresca e 15% de toucinho.

Os animais de segunda têm a carne de cor pálida ou avermelhada, ou toucinho amarelado ou acinzentado, esponjoso e de veias não visíveis.

A carne com odor de peixe ou sinais de umidade, deve ser recusada.

*Qualidade da carne de leitão.*

A cria de porco tem a melhor carne na idade de 2 a 4 semanas; nessa época a carne de primeira é esbranquiçada e um pouco rosada, entremeada de leve gordura branca e coberta de uma capa bastante fina de toucinho.

Os animais mais velhos têm a carne acinzentada ou avermelhada, e os enfermos, além das características anteriores, expõem um odor desagradável.

*Classe*

Cada corte se destina dentro da cozinha a uma função específica, conforme a apresentação, a rigidez e o sabor da peça. Da consistência das fibras e proporções de tendões, nervos e gordura julga-se a classe do corte. Os cortes de primeira, segunda e terceira são indicados nos diagramas de cortes (fig. 2 e 3) com números romanos.

*PREPARO DA CARNE DE PORCO*

A carne de porco, desde sua apresentação inicial até que chegue à mesa do comensal, transforma-se mediante diversas operações que a fazem apta a ser consumida nas melhores condições.

*Conservação*

A carne de porco conserva-se mediante aplicação de diversos processos físicos e químicos. Para conservação a curto e médio prazo, emprega-se de preferência a ação do frio, caso se



deseje que a carne conserve, ao máximo, seu sabor e aparência natural.

A *refrigeração* da carne de porco recomenda-se fazê-la a uma temperatura constante de 1°C a + 3°C, no máximo, durante um período de 15 dias. O leitão, muito delicado por seu alto conteúdo de leite, não deve ser guardado sob refrigeração por mais de 2 a 3 dias. A *congelação* se emprega para conservar a carne por mais tempo que o indicado para refrigeração. Numa temperatura de 10°C a 15°C, abaixo de 0°C precedida de uma *congelação rápida*, a carne de porco e leitão conserva-se em boas condições ambientais por 1 a 2 meses. O *defumar*, o *salgar a salmoura* e outros métodos químicos são empregados na conservação do porco. Essas preparações, às vezes, unidas a uma *cocção* ou *dissecação* da carne realizam-se geralmente na indústria de salsicharia.

#### ACONDICIONAMENTO PARA A COCÇÃO

Antes de preparar a carne é necessário acondicioná-la para ganhar o máximo em gosto, apresentação e economia.

As operações mais comuns que se empregam para tais fins são:

- a) Limpeza.
- b) Corte, desossamento e separação do toucinho.
- c) Recheio.
- d) Ligamento ou enrolamento.
- e) Condimentação (a seco, em salmoura ou em marinada).

#### PREPARAÇÃO

A carne de porco presta-se para todo tipo de preparação rápida. O calor úmido emprega-se exclusivamente em cortes de se-



## INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:

GADO SUÍNO (porco, leitão)

REFER.: FIT.015 6/6

COD. LOCAL:

CINTERFOR

1ª Edição

1971

gunda e terceira classe, quando se preparam guisados, ragus e similares. Carnes conservadas quimicamente, preparam-se por cozimento em água (geralmente escalfadas) ou pela ação do sol ou ao calor do fumeiro.

Os métodos e tempos de cozimento aplicáveis aos principais cortes da carne de porco estão indicados na tabela nº 1.

CORTE		MÉTODO E TEMPO DE COCÇÃO	APRESENTAÇÃO
F R E S C O	Pernil (presunto)	<i>Assado, braseado</i> 25 a 35 min/Kg	Inteiro Cortado em "steaks"
	Carrê	<i>Na chapa ou grelha, frito salteado.</i>	escalopes ou costelas
	Pescoço Peito Pã	<i>Assado, braseado, estofado</i> guisado, frito. 30 a 40 min/Kg	Inteiro enrolado Em dados ou bifes falsos
	Pernas e Pês	Cozidos	Inteiros
S A L G A D O	Presunto	<i>Escalfado, assado, cozido</i> 30 a 40 min/Kg	Inteiro, com osso
	Pescoço Pã Peito	<i>Escalfado, cozido</i> 30 a 40 min/kg	Inteiro, enrolado
	Pernas e Pês	<i>Cozidos</i>	Inteiro
	Inteiro	<i>Assado, na brasa.</i> 20 a 30 min/Kg	Inteiro, às vezes, recheado



São quadrúpedes domésticos cuja carne tem usos múltiplos na cozinha. Especialmente em regiões onde é escassa a carne de vaca, o gado ovino e caprino tem grande importância como alimento. O ovino e o caprino são espécies diferentes mas com aplicações culinárias muito semelhantes. Como substituta da carne de vaca, pode-se considerar que a carne do gado ovino é mais saborosa, porém menos rendosa economicamente. Os caprinos são pouco suculentos, magros e de preço mais baixo.

#### TIPOS

##### *Carneiro*

É o macho adulto e castrado do gado ovino. O peso vivo do animal pode chegar até 100kg. A carne do carneiro é muito saborosa, pois adquire características de gosto específicas, segundo o pasto no qual se alimenta. Os carneiros criados nas costas inglesas e francesas têm fama mundial. São conhecidos pelo nome de "PRE-SALE" (pasto salgado) pelo sabor especial de sua carne, adquirido nos pastos das costas marítimas desses países.

##### *Ovelha*

É a fêmea adulta do gado ovino. É menor que o carneiro e sua carne é menos apreciada que a do macho. A carne da ovelha tem as mesmas aplicações culinárias que as do carneiro.

Os ovinos recém nascidos são denominados cordeiros até que deixam de se amamentar. Como *cordeiro de leite* conhece-se o cordeiro que ainda não pastou, e como *cordeiro pascoal* o animal compreendido entre o 6º e 12º mês de vida. O sabor da carne de cordeiro, como a do carneiro e da ovelha, sofre a influência da alimentação; a carne dos ovinos é pouco alimentícia mas facilmente digerível.

A carne do cordeiro fica rançosa rapidamente (mesmo sob refrigeração) e deve-se comprar o animal recém abatido. Conhece-se o cordeiro fresco pelo brilho dos olhos e ausência de odor nos rins. Animais com algum tempo de abatidos, apresentam sintomas totalmente contrários aos indicados.

**Cabra, castrão, bode**

São a fêmea adulta, o macho castrado e o reprodutor do gado caprino, respectivamente (em alguns países o bode é o animal de 1 ano de idade). Esses animais têm a carne de qualidade inferior a gado ovino. Os exemplares criados em estâbulos não são recomendáveis para fins culinários. Utilizam-se principalmente como substitutos de baixo preço da carne de vaca e da carne de ovino. Para a cozinha têm somente valor regional.

**Cabrito**

Com esse nome conhece-se a cria da cabra. Sua carne é econômica, um pouco insípida e se emprega do mesmo modo que a do cordeiro.

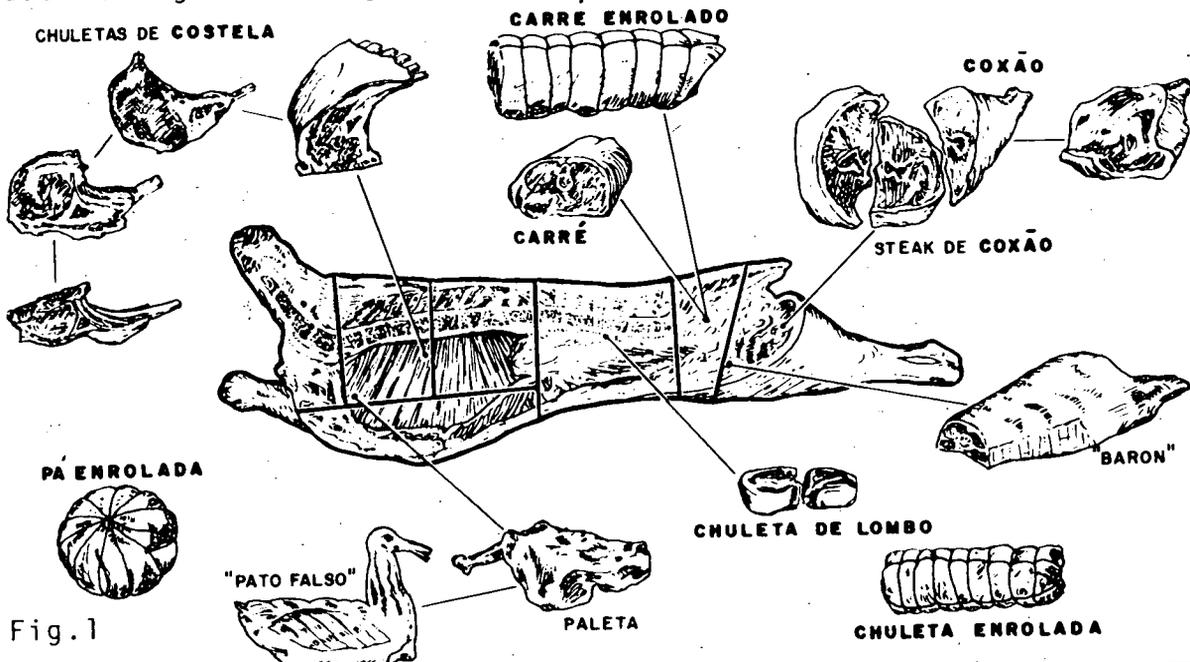
**APRESENTAÇÃO**

Os animais adultos chegam à cozinha sempre limpos. Geralmente, apresentam-se em metades ou cortes primários. Ocasionalmente, podem ser apresentados inteiros. Os cordeiros e cabritos apresentam-se inteiros, às vezes com a pele e vísceras aproveitáveis.

**CORTES**

Os cortes que se aplicam aos animais adultos são similares aos da vitela, ou os do cordeiro (segundo o costume e necessidades da cozinha).

As divisões mais usadas do cordeiro e cabrito estão assinaladas no seguinte diagrama (fig.1).


**Fig.1**



### *CLASSIFICAÇÃO*

O gado ovino e caprino classifica-se como os demais gados, segundo a qualidade da carne e a classe do corte.

#### *Qualidade da carne de carneiro e ovelha*

A carne de primeira qualidade é vermelha escura reluzente, coberta e entremeada de abundante gordura branca e dura. Um pedaço dessa carne comprimida entre os dedos apresenta-se mole e elástica. Os animais destinados à reprodução têm a carne mais escura, quase negra e com os anos perdem a gordura. Percebe-se um aroma muito pronunciado do sêbo.

#### *Qualidade da carne de bode e cabra*

É mais clara que a do carneiro, mais dura ao tato e geralmente não tem gordura.

Essas carnes compram-se mais por sua proporção de carne em relação ao osso que por sua qualidade.

Exemplares velhos, especialmente os criados em estábulos fechados, não são recomendáveis culinariamente.

#### *Qualidade da carne do cordeiro e do cabrito*

Os animais de primeira têm a carne branca, acetinada e com forte odor de leite.

#### *Classe*

As classes de carne são indicadas em cada corte, segundo a dureza, gosto e carnosidade.

Os cortes de primeira e segunda identificam-se no diagrama de cortes (fig.1) com números romanos e são válidos para todos os tipos de animais aqui descritos.

### *PREPARAÇÃO*

A carne do gado ovino e caprino desde sua apresentação inicial até que chegue à mesa do comensal, transforma-se mediante diversas operações que a tornam apta para o consumo nas melhores condições.

#### *Conservação*

A carne dos animais adultos conserva-se, salvo exceções, por

**INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:**

GADO OVINO E CAPRINO (carneiro, ovelha, cordeiro, bode, castrão, cabra e cabrito)

REFER.: FIT.016 4/5

CÓD. LOCAL:

CINTERFOR

1ª Edição

971

ação do frio. A refrigeração de 0°C e 3°C por 2 a 3 semanas e a congelação a 10° abaixo de 0° para 2 a 3 meses são os meios mais recomendáveis.

A defumação, a secagem ao sol e a salgação são recursos empregados quando não se dispõe de equipamento de refrigeração necessário. Os animais lactentes têm a carne muito delicada, devido ao seu alto conteúdo de leite. A carne, especialmente a do cordeiro, fica rançosa em pouco tempo, até sob refrigeração e condições ideais (+1°C) e portanto não se deve guardá-la por mais de dois dias. A conservação por outros meios não é conveniente porque implicaria na alteração do sabor e apresentação.

*ACONDICIONAMENTO PARA COCÇÃO*

O gado ovino e caprino é tratado para utilização com uma ou várias das seguintes operações:

- a Retirar a pele
- b Destripar, lavar
- c Limpar
- d Cortar e/ou desossar
- e Rechear
- f Envolver
- g Condimentar

*PROCEDIMENTO*

A carne dos animais adultos é geralmente preparada sob a ação do calor úmido, em especial, braseado, estufado e guisado. As peças de primeira classe dos animais criados para corte, especialmente os carneiros e castrões, são preparadas por cocção ou calor seco.

Os cordeiros e cabritos prestam-se para todo tipo de cocção rápida. Os tempos médios de cocção aplicáveis aos principais cortes do gado ovino e caprino estão indicados na tabela nº 1.



INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:

GADO OVINO E CAPRINO (carneiro, ovelha, cordeiro, bode, castrão, cabra e cabrito)

REFER.: FIT.016 5/5

COD. LOCAL:

CORTE		MÉTODO E TEMPO DE COCÇÃO	APRESENTAÇÃO
CARNEIROS, OVELHAS, CABRAS e BODES	Pernil	Assado, braseado, estufado guisado	Cortados em "steaks", es- calopes ou cos- telas
	"Barõn"	18 a 25 min/Kg	
	Carrê	Na grelha ou chapa, brasea- do 3 min. por lado.	
CORDEIRO e CABRITO	Pescoço	Estufado, guisado, braseado	Enrolado ou em dados
	Pã	20 a 30 min/Kg	
	Pernas	1 1/2 hora em ragu	
CORDEIRO e CABRITO	Pernil	Assados, na brasa, na gre- lha	Inteiros corta- dos em escalo- pes, costelas e steaks
	"Barõn"	15 a 20 min/Kg	
	Carrê	Na chapa, fritos	
	Demais cortes	Guisados, fritos	Fracionados em dados



São mamíferos que vivem em estado selvagem. Esses animais fornecem uma carne de sabor particular, fácil digestão e alto valor nutritivo. Devido a sua escassez no mercado e o sabor incomum, a caça de pelo e cerda tornou-se um prato raro e custoso, encontrado exclusivamente em restaurantes especializados. A carne de caça de pelo e cerda prepara-se com os mesmos métodos que a de gado e roedores domésticos.

*TIPOS*

*O veado*

Assim denominados na América vários tipos de cervos,

como o corço e o cervo comum (fig. 1). A carne de veado é

de um vermelho intenso e mais escura que a do boi, tem um

sabor muito pronunciado (especialmente a de exemplares

velhos). A gordura é pouca e não se entremeia com a carne.

Para desenvolver todo o sabor e ao mesmo tempo neutralizar o aroma penetrante dos animais velhos, a carne de veado é processada numa mistura com "vinho d'alhos".

Utiliza-se de preferência a mistura à base de vinho tinto, "mirepoix" e especiarias. A mistura amacia também um pouco a carne.

A divisão em cortes e classificação da carne se faz como a do gado bovino, principalmente a de vitela. Em particular é de ser lembrado que as alcatras se preparam quase sempre unidas e não fracionadas (selas). Esta peça é a mais apreciada. O veado por ter carne muito seca é preparado geralmente com toucinho.

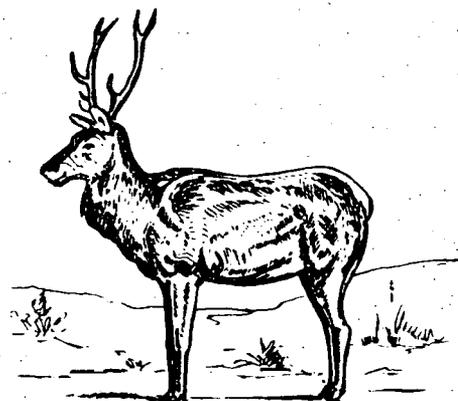


Fig. 1

*Porco do Mato (Caititu ou Pecari).*

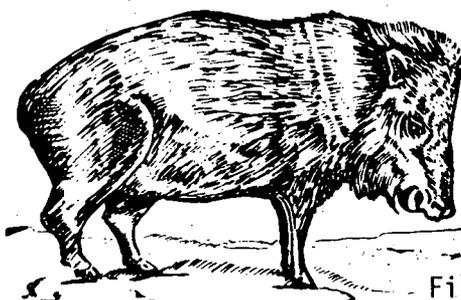


Fig. 2

A carne do porco do mato, em termos culinários, é

uma mistura entre a do javali e do porco doméstico.

A carne tem sabor e a cor

dos animais de caça e o aspecto da do porco comum. A pele do porco do mato é recoberta de cerdas, geralmente de cor preta ou cinzenta. Os animais jovens, além de serem menores que os adultos tem poucas cerdas, dentes pequenos e o nariz liso. O animal em fase de leite tem a carne muito fina e prepara-se como o leitão. Os animais adultos preparam-se como o porco doméstico. Às vezes a carne é submetida a mistura do tipo vinha d'alhos. Uma especialidade da culinária é a cabeça do porco do mato. É preparada com frios, sendo um prato de grande qualidade e ótima apresentação nas mesas de buffet. O porco do mato, antes de ser utilizado na cozinha deve ser vistoriado por um veterinário. Muitas vezes a carne é portadora de triquinose.

#### *Javali*

É um tipo de porco selvagem comum na Europa, apesar de em vias de extinção. Maior que o porco do mato, o javali tem carne menos saborosa e prepara-se da mesma forma que o primeiro (fig. 3).

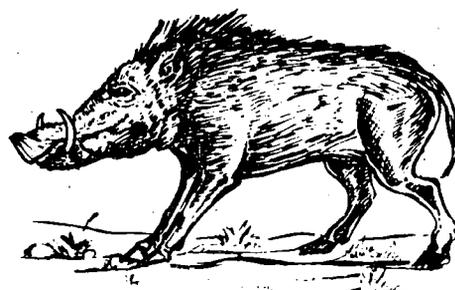


Fig. 3

#### *Coelho do Mato*

É um roedor parecido ao coelho doméstico, porém com a carne menos gordurosa e de sabor mais pronunciado (fig. 4).

O coelho do mato prepara-se como o doméstico.

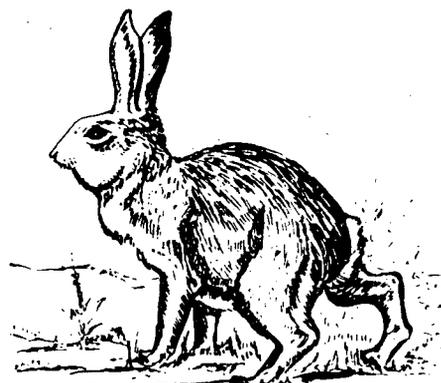


Fig. 4

*A lebre*

Um pouco maior que o coelho do mato e com orelhas muito compridas. Sua carne é muito saborosa e utiliza-se na cozinha como a carne de coelho (fig. 5).

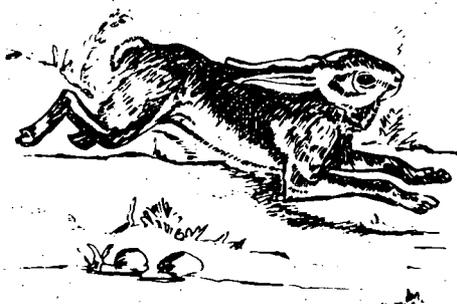


Fig. 5

*A paca*

É um roedor um pouco maior que a lebre (até 70 cm de comprimento). Sua pele está coberta de um pelo sedoso, cor marron claro com manchas amareladas (fig. 6). A carne de paca é mais fina que a da lebre, muito saborosa e prepara-se como a do coelho doméstico.



Fig. 6

*A capivara*

É o maior mamífero roedor do mundo, tem o tamanho de um porco pequeno. A carne é macia, muito saborosa e tenra. Pode ser preparada como a vitela.

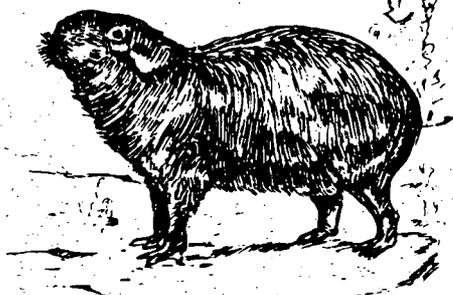


Fig. 7



### APRESENTAÇÃO

A caça de pelo chega à cozinha geralmente abatida, com pele e sem intestinos.

### CORTES

A caça de pelo do tamanho do veado, porco do mato, javali etc. corta-se da seguinte forma:

O veado como a vitela, o javali e porco do mato como o porco doméstico. Dos roedores pequenos retiram-se as pernas traseiras e o lombo para uso, e o restante utiliza-se como miúdos. Os roedores grandes (pacas e capivaras) cortam-se como o cordeiro.

### CLASSIFICAÇÃO

A carne de caça classifica-se segundo suas características, determinadas em primeiro lugar pela qualidade do animal e, em segundo, pela classe de um corte determinado.

### Qualidade

Considera-se de boa qualidade a caça de pelo maior se os animais são jovens e a carne é fresca e firme. A carne de segunda é fornecida por animais velhos, muito fracos, cujos músculos têm cor parda. Considera-se carne de terceira cortes de qualquer animal parcialmente destroçada por disparo.

### Categoria

Os cortes da caça de pelo dividem-se nas seguintes categorias:

- *Primeira*: os lombos e pernas
- *Segunda*: as pernas dianteiras (só em animais grandes)
- *Terceira*: as demais peças.

O tratamento e processamento da caça é idêntico ao usado nos animais domésticos.



Com esta denominação indicam-se todas as partes comestíveis dos animais com exceção da carne. Esses produtos têm variada aplicação na cozinha. O fígado, a língua, miolos, rins e outros elementos carnosos são utilizados como ingredientes básicos em pratos fortes, patês e outras preparações, muitas vezes em substituição da própria carne. Os ossos, cartilagens e peles são utilizados como fabricantes e aromatizantes de caldos e as tripas, em charcutaria como invólucros de massas de carnes.

#### *FÍGADO*

É a víscera maior e mais importante do ponto de vista culinário. Os fígados grandes (de gado) se processam fracionados em escalopes, em calor seco ou úmido. Fígados de aves e roedores podem saltear-se ou cozinhar inteiros, como pratos quentes ou pastas. Os fígados quando se processam ao calor seco devem ser servidos de imediato e temperados de sal no último instante para evitar que endureçam. Antes de processá-los é necessário separar o fel e, às vezes, retirar a pele. A gordura presa nos fígados é geralmente rançosa e deve ser retirada. Os fígados se conservam sob refrigeração (+1°C a +3°C) e não convêm congelá-los. Para amaciá-los e suavizar o sabor conservam-se submersos no leite.

#### *Fígados de boi e vitela.*

São as vísceras de melhor qualidade. São preparados em filês ou iscas, na grelha, salteados, fritos ou estufados. A cocção demasiadamente longa os endurece e, por isso, muitas vezes os apreciadores os solicitam "rosados", ou seja cozidos em 3/4 e do tempo normal. Os fígados de vitela são menores, mais finos e de cor mais clara que os de boi.

#### *Fígado de porco.*

É igualmente de muito boa qualidade. Diferencia-se do de vitela por apresentar pequenos círculos ou pontos na parte externa. É importante assegurar-se da proveniência do animal, usando-se exclusivamente fígados de porco absolutamente saudáveis (examinados por veterinários).



*Fígados de cordeiro, carneiro, caça de pelo, roedores e outros similares.*

Têm relativamente pouco uso na cozinha comercial. O sabor das vísceras é muito pronunciado (salvo em animais jovens), e solicitados somente por alguns apreciadores.

*Fígado de ganso*

É o fígado de melhor qualidade. Muito difícil de obter, é quase impossível consegui-lo continuamente para uso em restaurantes. Com ele prepara-se "patê de foie-gras", refinamento da cozinha internacional.

*Fígados de frango e galinha*

Apesar de pequenos são muito finos. Utilizam-se salteados e como pasta.

*Fígados de pato, peru e outras aves domésticas e de caça utilizam-se como os fígados de frango.*

*RINS*

Os rins de vitela, boi, porco e cordeiro, são os de maior uso na cozinha. Estas vísceras devem ser lavadas por dentro e por fora antes de utilizá-las, especialmente as dos animais velhos, para tirar o cheiro pronunciado da urina. A gordura que envolve os rins só é utilizada no caso das vitelas. Nos demais animais a gordura possui normalmente sabor rançoso. Enquanto os rins de animais jovens se prestam a todo tipo de preparação rápida, os de boi só podem ser preparados em calor úmido. Os rins de aves são muito pequenos e seu uso na cozinha comercial não é comum.

*CORAÇÃO*

É um músculo bastante duro que somente pode ser cozido em calor úmido. Para usá-lo é necessário abri-lo com um corte que possibilite a lavagem do interior para separar todo sangue. Os corações mais usados são os de gado e aves domésticas. Preparam-se geralmente como ragu e outros estufados, e são também muito usados na charcuteria.



### MIOLOS

São a massa cerebral dos animais. De consistência mole, são envoltos numa membrana transparente. Os miolos de maior uso na cozinha são os de vitela, boi e porco, cuja membrana deve ser retirada. Lavam-se os miolos para separar o sangue, branqueiam-se para esterilizá-los e a seguir se preparam fracionados em escalopes, moidos ou inteiros, fritos, salteados ou escalfados.

### LÍNGUA

É um músculo duro e carnoso. A língua é preparada quase sempre fervida, algumas vezes guisada. A pele que a recobre assim como a parte de união com a laringe, deve ser retirada depois de cozida. As línguas mais usadas são as de boi, vitela e porco. A língua de boi, às vezes, é submetida a salmoura e defumada. A cor vermelha de "língua escarlata" é originada pela salmoura.

### TRIPAS

Revestimento muscular do estômago dos ruminantes. Na cozinha utiliza-se somente a tripa de boi. Chegam geralmente do matadouro pré-cozidas e limpas; é recomendável lavá-las de novo e branqueá-las. As tripas são preparadas em pequenos pedaços, em guisados, em sopas e, as vezes, fritas e empanadas.

### ESTÔMAGO DE AVES

O músculo que cobre a bolsa estomacal das aves domésticas utiliza-se na cozinha fervido em ragus, ou para melhorar fundos. Além das vísceras acima relacionadas, as diversas cozinhas nacionais e regionais utilizam outras, tais como pulmões, baços, moelas, testículos e a ubre do gado, as cristas do gallo e outras partes de menor importância.

### OS OSSOS

São a parte dura e sólida que forma o esqueleto dos animais vertebrados. Apesar de não serem propriamente comestíveis, os ossos são indispensáveis na cozinha para a preparação de fundos; as substâncias que



libertam durante a cocção, dão aroma, sabor e consistência aos caldos. Distinguem-se ossos brancos (pã e perna) e os vermelhos, que incluem os demais ossos. Os ossos brancos são mais apropriados que os vermelhos para a obtenção de caldos claros e brilhantes. Os ossos vermelhos para fundos pouco delicados.

#### TUTANO

É a medula dos ossos brancos (femur e tíbia). Utiliza-se o de gado, como acompanhamento de sopas e molhos especiais.

#### PATAS E CABEÇA

As patas e a cabeça de alguns animais como a vitela e o porco fornecem, além dos ossos, uma carne gelatinosa, utilizada na cozinha para a preparação de gelatinas e pratos à base dos mesmos, como a "cabeça do javali" e outros. Da cabeça do porco obtém-se ainda o toucinho das bochechas que é considerado uma especialidade. A cabeça de vitela, dessossada e fervida, é prato típico muito apreciado em alguns países.

Os miúdos das aves são, além das vísceras, asas, espinhaço, pescoço e pernas, sem desossar. As tripas e o sangue utilizam-se somente em charcuteria e cozinhas regionais. O sangue usa-se como ligação de um tipo de ragu chamado "civet".

#### CONDIÇÕES DE USO

As vísceras e as substâncias contidas nos ossos são de fácil decomposição e devem ser usadas unicamente as frescas e de animais sadios. É conveniente adquiri-las limpas e prepará-las dentro do menor tempo possível.

#### CONSERVAÇÃO

Esses produtos conservam-se sob refrigeração ( $0^{\circ}\text{C} + 3^{\circ}\text{C}$ ) no máximo por duas semanas. A congelação pode ser aplicada aos ossos, tripas, estômagos e miúdos de ave e aos corações, sem prejuízo de sabor e apresentação. Não é recomendável a congelação de rins e fígados.

São animais com o corpo revestido de penas, dois pares de membros, os anteriores transformados em asas e os posteriores são pernas que servem para caminhar, nadar ou agarrar.

Distinguem-se duas classes de aves:

a as domésticas

b as selvagens ou de caça

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### DOMÉSTICAS

*Galinha* (fig. 1) os animais novos, até 2 meses de idade, são chamados frangos de leite e depois frangos até atingirem os 10 meses. Depois passam a ser galinhas e galos. Os frangos se caracterizam por possuírem a pele branca e fina, pescoço e pernas grossos e a ponta do esterno flexível. As galinhas e os galos têm o esterno duro, pernas ásperas e a pele amarela e grossa.

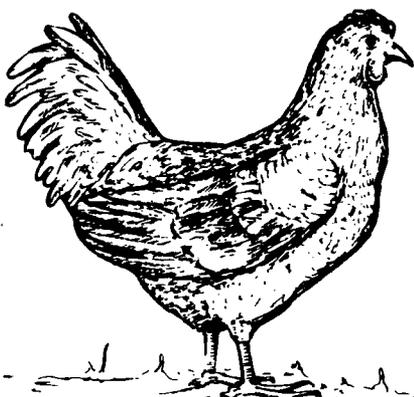


Fig.1

O frango castrado e cevado é chamado capão. Os frangos podem ser utilizados para toda classe de cocção, enquanto que a galinha somente pode ser preparada cozida ou braseada. Existem vários tipos ou raças de galinhas, destacando-se a galinha d'Angola que possui carne de sabor especial.

*Peru* (fig. 2) a qualidade da carne do peru constata-se da mesma forma que a do frango. O peru deve ser gordo, de carne branca e pernas esbranquiçadas. Depois de 12 meses de idade considera-se o peru velho. Os perus muito novos são chamados perus de leite.

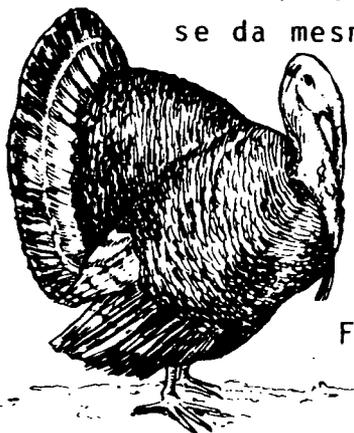


Fig.2

*Pato e Ganso* (fig. 3) São aves aquáticas. A idade desses animais reconhece-se pela flexibilidade do bico. Os animais novos são mais adequados aos trabalhos da cozinha. Possuem a ponta do esterno mole, o bico flexível e a pele que liga os dedos é clara e mole. As carnes de pato e ganso são classificadas como escuras.

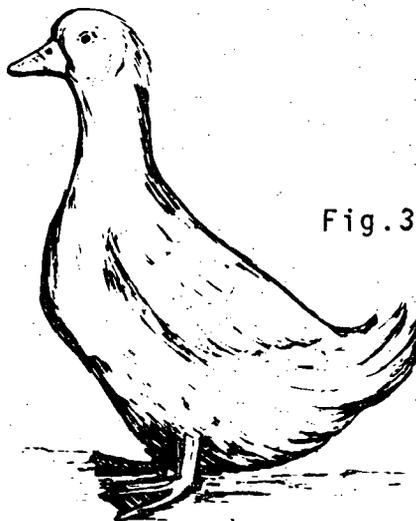


Fig. 3

#### AVES DE CAÇA

*Perdiz* (fig. 4) a perdiz tem a carne escura, tenra (especialmente a dos animais novos) e muito apreciada. A perdiz tem a plumagem cinza com pontinhos pretos. A fêmea tem a carne mais succulenta e macia que o macho, chamado perdigão.

Distingue-se a perdiz pela falta do esporão que somente o macho possui. Uma perdiz de boa qualidade é gorda e redonda, tem o bico tenro e flexível e as patas lisas. As perdizes não devem ser preparadas após o abate, mas tão somente depois de descansarem em ambientes refrigerados por um ou dois dias.

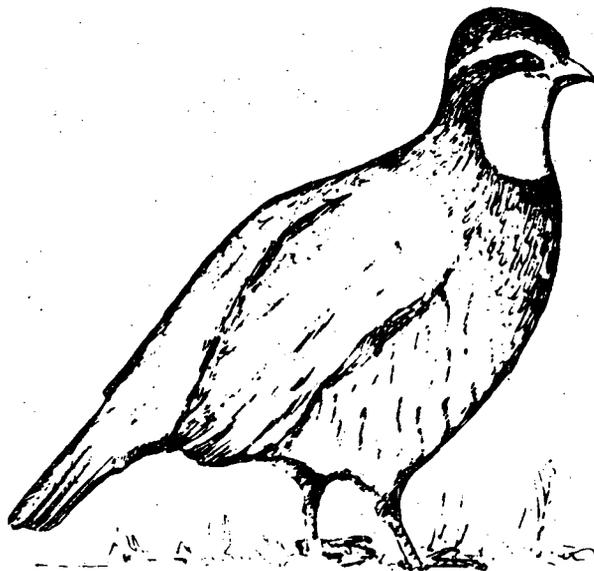


Fig. 4

*Pato Selvagem* exige a mesma forma de tratamento e preparação que o pato doméstico. É importante retirar as vísceras, após o abate do pato. Os animais no

vos se prestam para preparações rápidas, ao passo que os mais velhos devem ser preparados lentamente.

*Pombo* os pombos selvagens, ou não, têm a mesma aplicação que a perdiz. O corte "a la crapaudine" e o pombo recheado são os métodos de tratamento mais práticos.

*Codorna* (fig. 5) é uma espécie da família das perdizes, sendo um pouco menor e podendo ser preparada do mesmo modo. A plumagem vai do marron ao pardo e, no momento, a espécie tende a se tornar doméstica.



Fig. 5

*Faisão* (fig. 6) existem várias espécies das quais o faisão dourado e o comum são as mais conhecidas. O faisão macho tem a plumagem brilhante e colorida. A carne dessas aves é escura, suculenta e muito apreciada. Na fêmea a plumagem é menos colorida, e o tamanho é menor. A carne da fêmea é inferior em qualidade.



Fig. 6

#### CONSERVAÇÃO DE AVES

A conservação deve ser feita somente com aves sem vísceras, limpas e tratadas para a preparação. Devem ser mantidas (cruas ou cozidas) em ambiente refrige



rados. É importante que o lugar de armazenamento esteja sempre bem ventilado e que as peças estejam isoladas do contato de outras.

## TABELA DE TEMPO DE COCÇÃO

TIPO DE AVE	ANIMAIS TENROS			ANIMAIS ADULTOS	
	ASSAR	GRELHAR	COZER	ASSAR	COZER
FRANGO	40 a 50 min.	30 a 35 min.	40 a 50 min.	-	-
FRANGO DE LEITE	30 min.	25 a 30 min.	30 min.	-	-
GALINHA	-	-	-	-	2:00h a 3:00h.
CAPÃO	-	-	-	50 a 60 min.	-
GALINHA D'ANGOLA	25 a 30 min.	-	-	1:00h. a 1:30h.	-
PATO DOMÉSTICO	35 a 40 min.	-	-	2:00h. a 2:30h.	-
PATO SELVAGEM	20 min.	-	-	2:00h. a 2:30h.	-
PERDIZ	15 a 20 min.	-	-	1:00h. a 1:20h.	-
FAISÃO	25 a 30 min.	-	-	1:00h. a 1:20h.	-
PERU (*)	2:00h.	-	-	4:00h. a 5:00h.	-
GANSO	1:30h. a 2:00h.	-	-	2:00h. a 3:00h.	-
CODORNA	15 min.	-	-	45 a 60 min.	-

(\*) - A relação entre o peso do peru tenro e o tempo de cocção é de 20 min. por quilo.

São animais que vivem em água e respiram através de guelras. Os pescados oferecem grande variedade de pratos. Utilizam-se em toda a gama dos menus, com exceção da sobremesa.

### CARACTERÍSTICAS

Têm geralmente a forma alongada; podem, todavia, apresentar forma mais ou menos achatada e redonda. A carne compõe-se de músculos intercalados em forma de leque, presos por espinhas e envoltos em pele. A pele da maioria dos pescados é coberta de escamas.

### RECONHECIMENTO DA QUALIDADE DO PESCADO

Verifica-se a qualidade do pescado através do cheiro e pelo exame dos olhos, guelras, escamas e rigidez da carne. A cor viva das guelras, olhos brilhantes, escamas aderentes claras e carne firme são as principais características indicativas de peixes frescos.

### CLASSIFICAÇÃO DOS PESCADOS

A classificação mais geral em termos de comércio é a que agrupa os peixes em dois tipos:

- a pescados do mar
- b pescados de água doce

Esta classificação nem sempre indica a origem dos pescados, pois muitas vezes, pescados do mar passam à água doce pela embocadura dos rios e vice-versa.

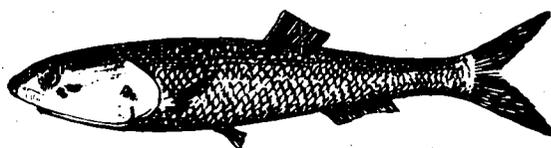


Fig.1

### PESCADOS DO MAR

*Anchova* (fig. 1) na cozinha são utilizadas apenas as espécies pequenas (até 15cm de comprimento) e

sua carne tem uma cor escura e muitas espinhas. Sua utilização é importante na indústria de conservas.

*Atum* (fig. 2) é um peixe grande. Tem pele de cor azul metálica nos lombos e branca na barriga. A carne do atum é muito musculosa e de cor parda escura. Corta-se o atum em postas ou filês sempre sem a

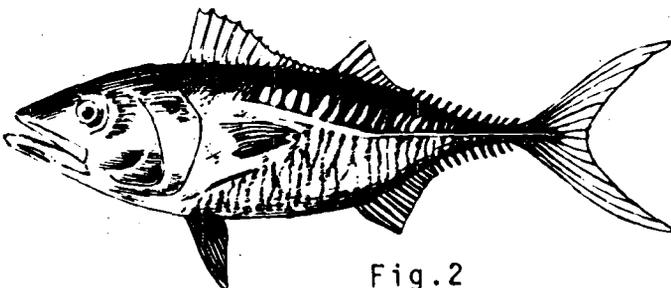


Fig.2

pele. Para pratos de "buffet" o atum pequeno pode ser preparado inteiro. A carne do atum é muito seca e costuma-se envolvê-lo em fatias de toucinho fresco. O atum é importante matéria prima da indústria de conservas.

*Robalo* (fig. 3) é peixe de corpo alongado que às vezes, atinge a 1 metro de comprimento. A

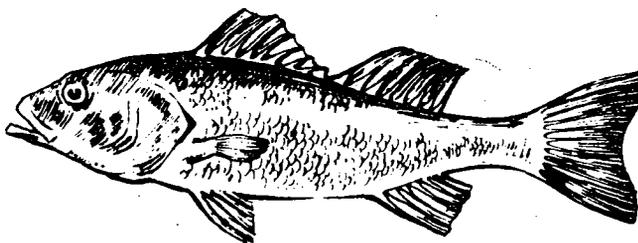


Fig.3

cor varia entre o cinza-chumbo e o prateado com reflexos azuis. A carne é branca e muito apreciada. Apesar de ser peixe marinho, desova no estuário dos rios.

*Garoupa* tem uma coloração parda com manchas verdes. Os exemplares adultos atingem a mais ou menos 1 metro de comprimento.

*Linguado* (fig. 4)

Peixe geralmente pequeno. Tem a forma achatada e a pele cinza mais escura de um lado e mais clara de outro. O linguado é muito aprecia-

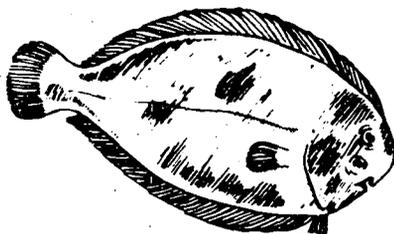


Fig.4

do na cozinha sendo considerado um dos melhores peixes do mar.

*Namorado* (fig. 5) Identificam-se várias espécies com este nome popular. É um peixe pardo, escuro em cima e claro em baixo com faixas escuras oblíquas dos lados.

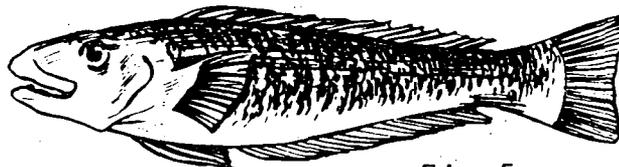


Fig.5

*Pescada* (fig. 6) de corpo fusiforme, alongado e cor cinza-esverdeada. Devido à excelência de sua carne é muito procurado no mercado consumidor. Quando de tamanho menor é chamada, pescadinha.



Fig.6

*Mero* (fig. 7) vive nas águas tropicais e, como o robalo, desova na embocadura dos rios. Sua coloração é bastante variada, podendo apresentar-se nas cores verde, amarelo ou negro.

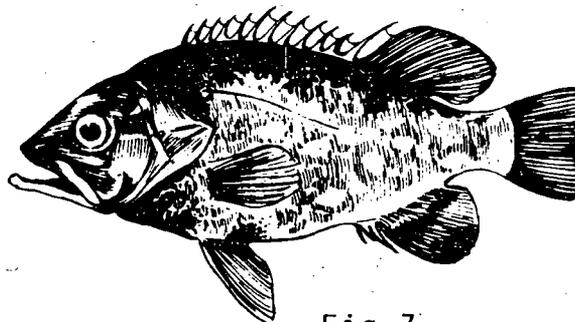


Fig.7

*Sardinha* possui cerca de 25cm de comprimento, corpo alongado de cor esverdeada. Encontra-se em todos os mares do mundo. É de grande importância na indústria de enlatados.

*Salmão* (fig. 8) é peixe carnívoro, de corpo fusiforme e focinho longo. A carne de um rosado característico e muito apreciada. Atinge até 1 metro de

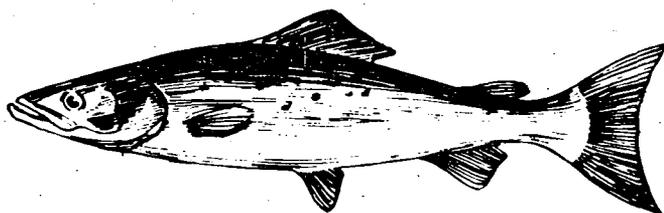


Fig.8

comprimento. Apesar de peixe do mar, desova na embocadura dos rios.

*Badejo* (fig. 9) é coberto por manchas escuras separadas entre si por linhas brancas sinuosas. O badejo alcança até 1,80m de comprimento.

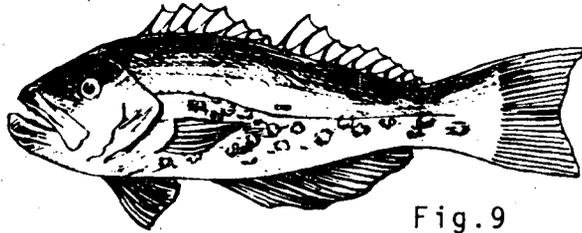


Fig.9

*Pargo* peixe de tamanho médio, de carne branca e que se prepara inteiro ou em filês.

*Merluza* peixe grande de carne branca. Dos pescados é um dos mais importantes na cozinha mundial. A merluza pode ser usada fresca ou salgada.

*Cavala* (fig. 10)

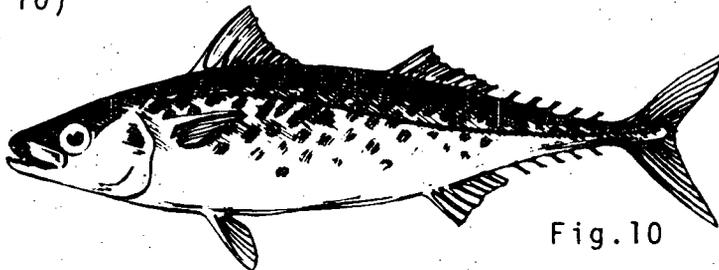


Fig.10

peixe de boca muito grande e corpo comprido. As espécies grandes são cortadas em filês.

*Bacalhau* (fig. 11) peixe de corpo alongado, parecendo com a merluza, porém de tamanho menor. Geralmente pesa de 5 a 10 kg. Pode ser comido fresco, mas é muito vulgarizada sua utilização após o processamento industrial.

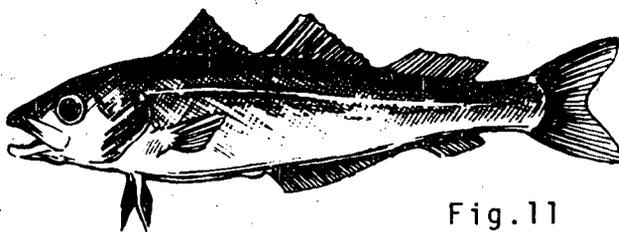
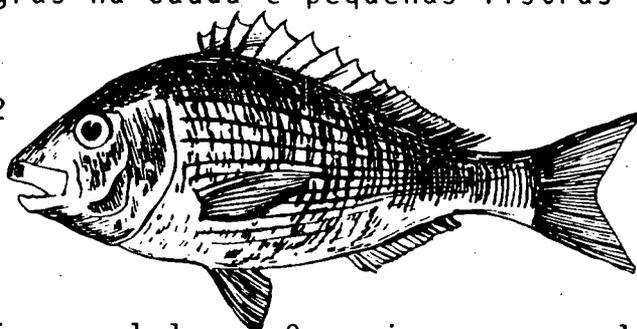


Fig.11

PESCADOS DO RIO

*Dourado* (fig. 12) o nome vem de seu colorido dourado com manchas negras na cauda e pequenas listras es

Fig.12



curas longitudinais paralelas. Os maiores exemplares podem alcançar até 20 kg. de peso.

*Bagre* pescado grande de pele cinza escura, sem escamas. A carne é fina e branca. Corta-se, geralmente, em filês.

*Truta* (fig. 13)

É um dos peixes de água doce mais finos. Sua carne é branca,

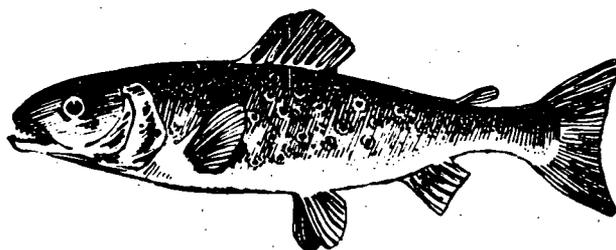


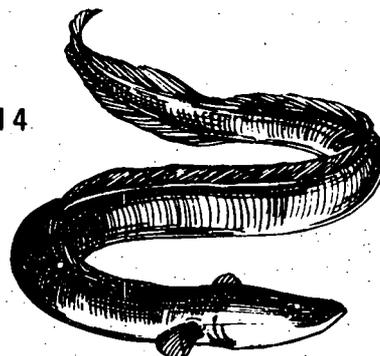
Fig.13

tenra e suave em sabor. As trutas, geralmente, são pequenas e preparadas inteiras. As maiores podem ser cortadas em filês.

*Surubim* peixe que atinge um grande crescimento sendo, todavia, mais procurados os de menor tamanho. Peixe de carne branca, pele escura e grossa e sem escamas.

Fig.14

*Enguia* (fig. 14)  
Vive nos rios e desova no mar.





Tem o corpo fino e alongado e as escamas finas e aderentes que o torna mais escorregadio. As enguias têm a carne muito gorda e constituem um dos pratos mais procurados.

*Carpa* peixe de corpo grosso e largo. Possui escamas grandes, carne escura e serve para as preparações "ã azul", frito, cozido e pode ainda ser servido inteiro, em postas ou em filês.

### CONSERVAÇÃO DOS PESCADOS

Os peixes possuem grande conteúdo de água, por isso, são de fácil decomposição.

Os peixes quanto mais frescos apresentam melhor sabor.

Cuidados que se devem ter com os pescados:

a a limpeza e corte em filê deve ser imediata à chegada dos peixes à cozinha;

b mantê-los sob refrigeração, à temperatura de 0° a 2° C.

Os peixes para serem conservados em estado natural devem ser guardados no congelador ou no refrigerador, envoltos em gelo. Os peixes devem ser mantidos em ambientes úmidos e muito frios, com a menor quantidade possível de ar circulante.

São animais articulados com o corpo coberto por uma crosta. São preparados mediante processo especial em pratos variados que recebem sempre seu nome.

Tecnicamente os crustáceos estão divididos em duas partes, cabeça e cauda (que inclui corpo e rabo). A parte comestível, está geralmente na cauda ou dentro do corpo como no caso do caranguejo e do siri. A carne dos crustáceos é branca e de sabor delicado. São encontrados nos mares e rios do mundo inteiro e existem cerca de 25.000 espécies diferentes.

#### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

##### *CAMARÃO* (fig. 1)

É o crustáceo mais encontrado e mais consumido no mundo inteiro. É um animal pequeno, comprido, coberto por envoltório flexível. A parte comestível localiza-se na cauda. O camarão vive no mar e na em bocadura dos rios, havendo algumas espécies caracteristicamente de rios.

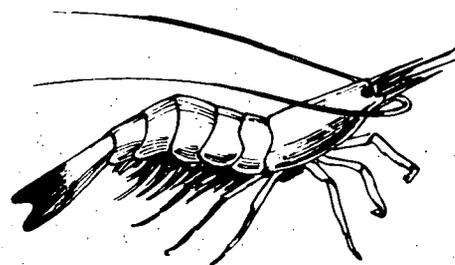


Fig. 1

##### *CARANGUEJO*

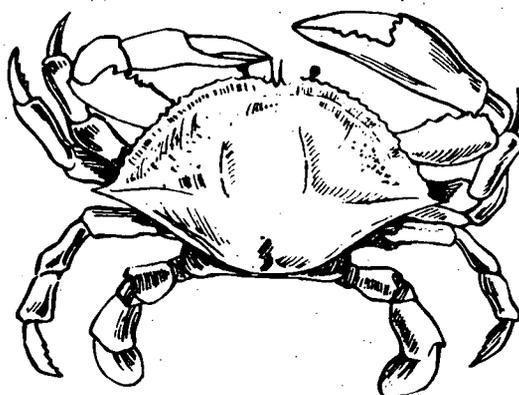


Fig. 2

Relativamente ao seu tamanho o caranguejo possui pouca quantidade de carne localizada no próprio corpo.

O caranguejo tem o corpo redondo e cinco pares de patas terminando uma em pinças fortes e cortantes, (fig. 2). Há grande variedade de caranguejos sendo uma das espécies muito conhecidas, o siri (fig. 3). O caranguejo habita as costas marinhas.

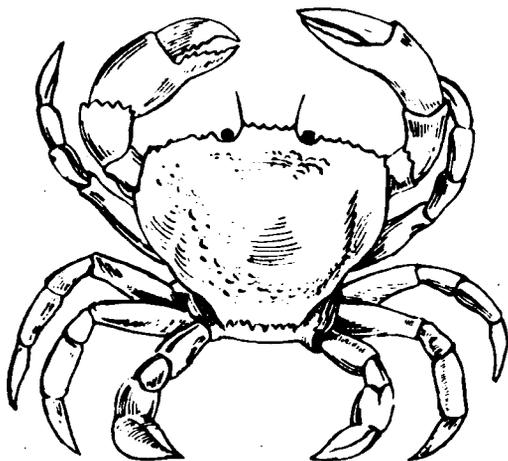


Fig. 3

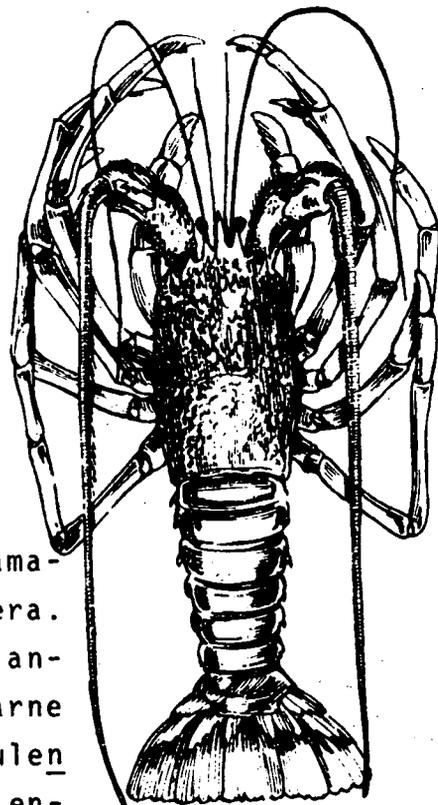


Fig. 4

#### LAGOSTA

É um dos crustáceos de maior tamanho com a carapaça grossa e áspera. Tem cinco pares de patas e duas antenas compridas e firmes. A carne da lagosta é branca, tenra, suculenta e muito apreciada. A carne encontra-se localizada na cauda e antenas (fig. 4).

#### LAGOSTIM

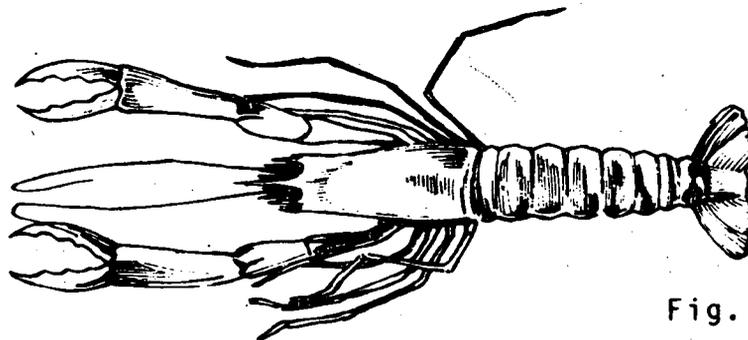


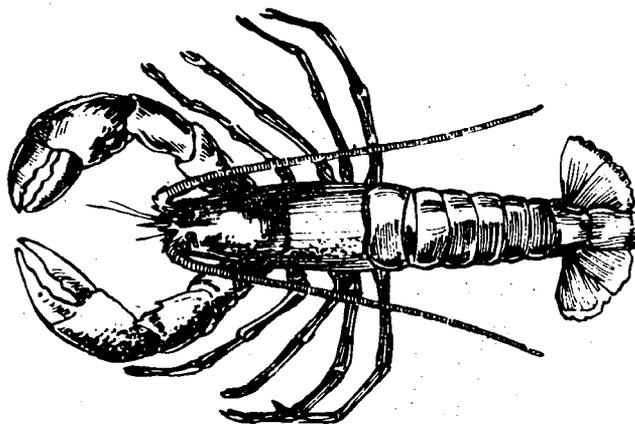
Fig. 5

Crustáceo de carapaça flexível e até mole. Sua forma é semelhante à do camarão, porém um pouco maior. Certos tipos possuem duas pinças alongadas (fig. 5).

*LAVAGANTE* (fig. 6)

Crustáceo de tamanho de médio a grande, bastante parecido com a lagosta, da qual se diferencia por ter duas pinças fortes e redondas.

Fig.6



*SANTOLA*

É um crustáceo grande, tipo caranguejo e encontrado em alto mar.

#### RECONHECIMENTO DA QUALIDADE

Os melhores crustáceos são os recém-pescados e os que podem chegar à cozinha vivos. Crustáceos congelados, crus ou cozidos são geralmente secos e a carne se apresenta em fibras. Neste caso a carne deve ter odor marinho e ser firme para ser considerada de boa qualidade.

#### CONSERVAÇÃO

Os crustáceos crus conservam-se como os peixes congelados ou envolvidos em gelo, na geladeira. A conservação deve ser feita preferencialmente com a alimento já cozido.

No caso de certas preparações em que se exige o alimento em estado cru, não é aconselhável mantê-lo sob conservação.

Dependendo do clima certos crustáceos que chegam vivos à cozinha podem conservar-se em cestas com musgos e ervas por alguns dias. Antes do uso, o alimento congelado, em geral, deve ser descongelado.



TABELA DE TEMPO DE COZIMENTO PARA PREPARAÇÃO

CRUSTÁCEO	COZIDO	GRELHADO	GUISADO
CAMARÃO	6 min.	10 min.	6 min.
CARANGUEJO	10 min.	-	10 min.
LAGOSTA	17 a 25 min.	20 min.	15 min.
LAGOSTIM	8 min.	10 min.	10 min.
LAVAGANTE	17 a 25 min.	15 min.	15 min.
SANTOLA	17 a 30 min.	-	15 min.

Moluscos são animais sem vértebras e articulações, geralmente constituídos de corpo mole e gelatinoso encerrado em uma concha.

Répteis são animais rasteiros, de patas curtas e corpo recoberto de pele escamada, às vezes transformada em casco endurecido.

Tanto os moluscos como os répteis são base de manjares muito apreciados, que constituem a base de entradas e sopas.

### CLASSIFICAÇÃO GERAL

Por sua relativa escassez e alto custo somente os habitantes de algumas regiões podem contar com o privilégio de incluir moluscos e répteis como prato da sua alimentação cotidiana.

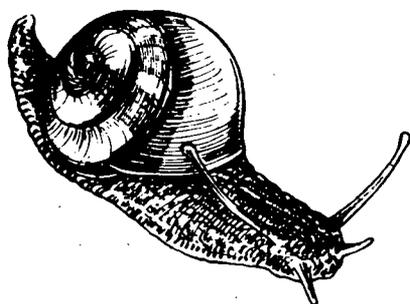
Existem quatro grupos de moluscos e répteis, que chegam a venda em estado natural:

- a moluscos de uma concha
- b moluscos de duas conchas
- c moluscos cefalópodes
- d répteis

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### MOLUSCOS DE UMA CONCHA

*Caracol (Escargot)* (fig.1) é o único representante desse tipo usado na cozinha, apresentando-se geralmente em conservas.



Para prepará-lo fresco deve-se extraí-lo da concha. O caracol não deve ser utilizado de imediato porque os alimentos que ingere podem torná-lo venenoso.

Antes de sacrificados os caracóis devem ser deixados sem alimentação por um certo

Fig. 1

tempo. Sua preparação é muito delicada. Devem ser utilizados somente os animais que se encontram encerrados em sua concha. São servidos cozidos ou guisados, quase sempre na própria casca.

#### MOLUSCOS DE CONCHA DUPLA

*Ostra* (fig. 2) molusco marinho de duas conchas. As outras podem ser comidas cruas ou cozidas. Esses alimentos têm grande valor nutritivo e algumas espécies produzem nacar e pérolas.



Fig. 2

As ostras servem, geralmente, como guarnições de quase todos os pratos de peixe.

*Amêijoia* molusco marinho de alto valor nutritivo e utilizado sempre cozido. A superfície da concha é acanalada, de forma simétrica e de cor marfim.

*Mexilhões* (fig. 3) são moluscos que têm conchas alongadas e cor azul escuro. Dos moluscos de duas conchas é o de maior consumo em grande parte do mundo.

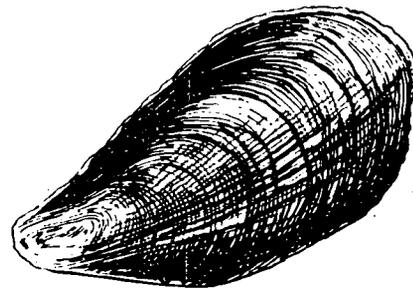


Fig. 3

*Outros Mariscos* com esse nome genérico agrupa-se grande variedade de moluscos de tamanhos e formas variadas. Em determinados países da América do Sul os mariscos recebem nomes locais.

#### MOLUSCOS CEFALÓPODES

São animais que possuem o corpo envolto por uma espécie de saco e a cabeça volteada de tentáculos.

*Polvo* (fig. 4) é um cefalópode bem característico, com o corpo arredondado como uma bolsa e dispendo de 8 tentáculos que alcançam até 10 metros de comprimento.

A carne do polvo cozida é branca e coberta com uma pele gelatinosa comestível e de cor marrom claro. A carne do polvo para amolecer deve ser anteriormente so cada e fervida durante várias horas.



Fig. 4

*Lula* (fig. 5) é uma espécie de polvo pequeno, fino e transparente. É usado na cozinha, frio ou quente, recebendo várias preparações depois de cozido.

As partes comes tíveis da lula são a cabeça e o corpo. Possui no corpo uma bolsa com líqui do negro - a tinta.

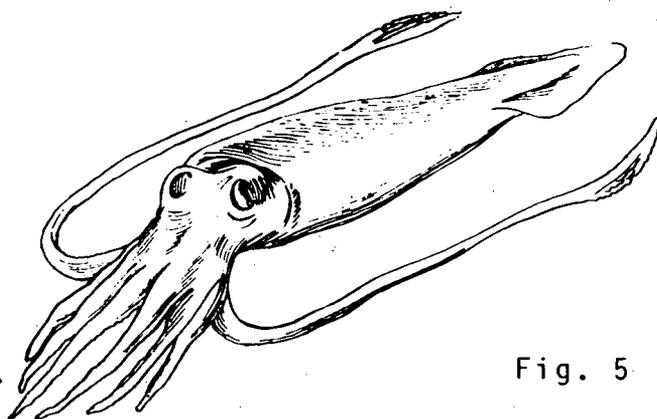


Fig. 5

As partes não aproveitadas da lula são os olhos, as tripas e a cartilagem localizada dentro do corpo. Outro tipo de lula maior em tamanho e tentáculos me nores denomina-se siba.

#### RÉPTEIS

Podem ser do tipo quelônio (tartaruga, jaboti etc.) e do tipo batráquio (rã).

*Tartaruga* (fig. 6) é um quelônio marinho e terrestre, também encontrado em certos rios e cuja utilização é típica de algumas regiões.

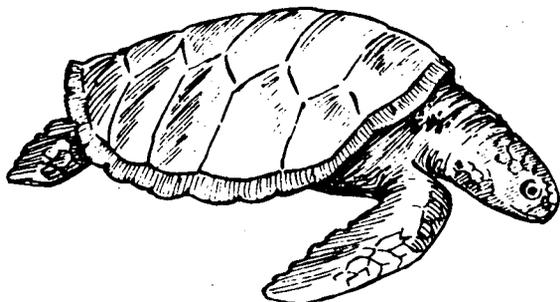


Fig. 6

As patas têm a forma de remos e o corpo é coberto por uma forte carapaça abaulada. Há tartarugas que alcançam até 250 quilos e dentre as espécies conhecidas encontram-se o tracajá e o jabuti.

*Rã* é um comestível especial. Espécies determinadas são criadas para fins culinários e chegam à cozinha já preparadas industrialmente. Utilizam-se apenas as coxas trazeiras e o corpo. Presta-se a várias preparações culinárias como empanados, guisados etc.

*Jacaré* é um réptil característico de certos rios e usado apenas em algumas regiões. Pode figurar em cardápios de restaurantes típicos.

#### CONSERVAÇÃO

Todos os moluscos de dupla concha conservam-se em ambientes refrigerados dentro da própria concha.

Os moluscos que se conservam crus devem ser colocados em recipientes cobertos com objetos pesados, de maneira que as conchas não se abram e o animal permaneça vivo. Quando os animais de concha dupla chegam à cozinha com as conchas abertas são considerados mortos e eliminados, pois há sério perigo de intoxicação e envenenamento.

Ostras cruas sem a concha conservam-se abertas com água e sal, em recipientes de vidro, porcelana ou plástico em ambientes refrigerados.

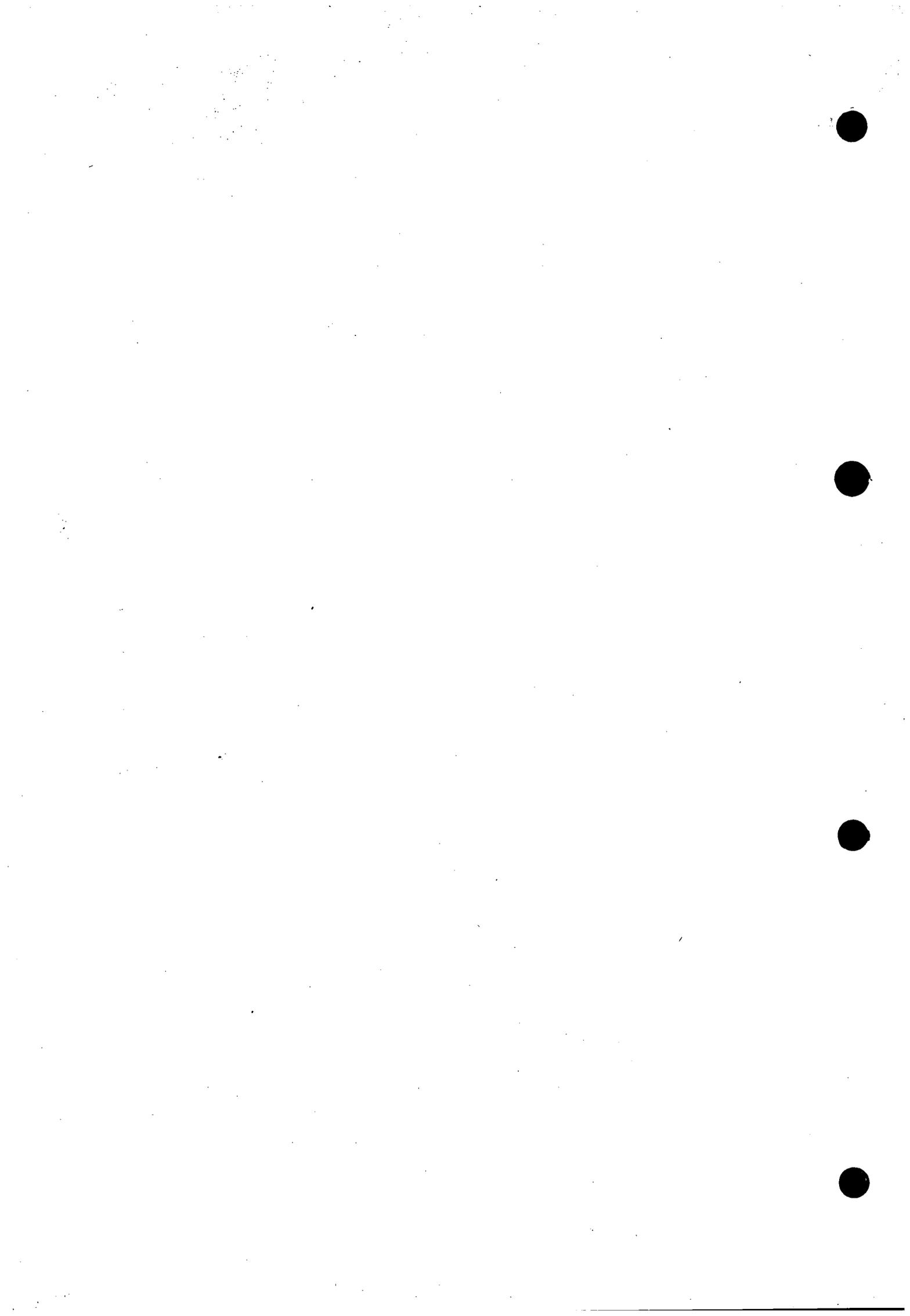
Os cefalópodes conservam-se como os peixes em ambientes refrigerados, preferencialmente limpos e envoltos em gelo.



TABELA DE TEMPO DE COZIMENTO PARA PREPARAÇÃO

MOLUSCOS OU RÉPTEIS	TEMPO DE COCÇÃO		
	COZER	GUISAR	FRITAR OU FRIGIR
CARACOL	5:00h. (*)	1:00h.	5 min.
OSTRA	5 min.	5 min.	5 min.
AMÉIJOA	20 min.	20 min.	5 min.
MEXILHÃO	5 min.	5 min.	5 min.
MARISCO	10 min.	5 min.	5 min.
POLVO	2:00h.	2:00h.	5 min.
LULA	20 min.	20 min.	5 min.
TARTARUGA E SIMILARES	2:00. a 3:00h. (*)	10 min.	5 min.

(\*) - Processamento anterior a qualquer outra operação.





*As frutas* são "hors d'oeuvre" muito populares em algumas regiões. Frutas tropicais como o abacaxi, o melão o mamão e melancia apresentam-se em rodelas ou em pedaços, ao natural, acompanhados de presunto com suco ou aromatisado com vinho. Também servem-se como entradas os sorvetes e coquetêis de frutas cruas.

*Ovos*

São entradas frias por excelência. Empregam-se como base de entradas e também como adornos.

*Ovos duros* apresentam-se cortados em rodelas ou em gomos como adorno. Quando cortados ao meio são regados com um molho derivado da maionese ou recheiados com uma massa feita com a gema, purê de fígado, carne... Apresentam-se sobre saladas compostas e com adornos.

*Ovos escalfados e moles* apresentam-se como entradas em "aspic" em canudos de presunto, cobertos com molho frio (maionese ou "chaud-froid"), às vezes colocados em saladas e decorados.

*Hors d'oeuvres mistos*

São pratos frios compostos de alguns dos produtos antes descritos. Servem-se em pratos médios em porções individuais ou em travessas para vários comensais.

*Iguarias delicadas*

São manjares de luxo caros e delicados. Servem-se em quantidades muito pequenas ou em suas embalagens originais.

As iguarias delicadas de maior uso são:

*Caviar.*

*Salmão defumado.*

*Coxinhas de rãs.*

*Pasta de fígado de ganso (patê de foie gras)*

*Enguia defumada.*



que adquiram maior consistência.

As saladas compostas servem-se como base a entradas frias guardadas de fatias de presunto e queijos, assim como diferentes adornos.

Estes alimentos são também base ou acompanhamento de outros pratos frios.

Cada salada composta recebe nome específico de acordo com a proporção e tipos de ingredientes que leva. A estas saladas dão-se muitas vezes nomes próprios de acordo com sua origem, criador, ou em honra a algum personagem importante. A apresentação das saladas compostas é muito variada. Segundo o tipo de serviço e categoria do cardápio, servem-se sobre pratos médios em barquinhos e tarteletes ou modeladas com gelatina.

#### *Frios*

São carnes, aves e pescados servidos acompanhados de salada e adornos.

Os frios apresentam-se geralmente em fatias finas, dobradas em formas variadas.

"*Patês (pastas)*", "*gelatinas*", "*mousses*", "*chaud-froids*" são preparações a base de carnes, como a de vitela, presunto, aves, pescados, crustáceos, caça de pelo e pluma. Esses alimentos servem-se geralmente cortados em fatias, ou inteiros quando pequenos.

#### *Legumes*

São empregados frequentemente como "*Hors d'oeuvre*". Servem-se cozidos: aspargos, "*champignons*", alcachofras e outros de sabor suave. Estes comestíveis geralmente apresentam-se acompanhados de um molho derivado da maionese ou de vinagrete.

Entre os legumes servidos crus contam-se os tomates, pepinos, chicória e outros tenros que são acompanhados ou recheados em geral, com salada composta.



As características dos principais manjares deste grupo são abaixo descritas:

*Coquetéis comestíveis.*

São diferentes manjares que se servem em copo especial para esse fim.

Os coquetéis devem ser servidos sempre muito frios. Os ingredientes sólidos do prato são temperados sempre com molho.

Os coquetéis mais solicitados com o "hors d'oeuvres" são os seguintes:

*O coquetel de mariscos, especialmente de camarões lagostins e de lagosta, assim como de ostras frescas. O coquetel de mariscos compõe-se de um ou vários dos mariscos descritos (completamente limpos e cozidos); um adorno, como folhas de alface, rodela de tomate; um tempero como molho golf ou outro derivado da maionese, acompanhado com "Cream-Crackers" e limão em gomos.*

*O coquetel de frutas é uma composição de uma ou várias frutas, cruas ou ligeiramente escalfadas, enriquecidas com suco de frutas, aguardente ou vinho de sobremesa.*

*Os coquetéis de legumes e saladas de carne têm menor uso nos restaurantes. Praticamente qualquer salada, frios, escabeche, ... prestam-se para serem servidos como coquetel.*

*Saladas compostas.*

Preparam-se com diferentes alimentos tais como legumes, frutas, presuntos, queijos, pastas italianas cozidas... cortados uniformemente em dados, juliana, ou de outra forma. Esses ingredientes misturam-se e ligam com um molho de maionese ou similar. Às vezes, adiciona-se às saladas gelatina líquida para



São pratos compostos de diferentes alimentos crus ou cozidos, que se servem frios.

De acordo com a quantidade de alimentos que compõem um prato e o momento em que são servidos, considera-se "hors d'oeuvre" ou entradas frias, pequenas unidades apresentadas no princípio de uma refeição; pratos frios que exercem a função de prato único ou principal de um cardápio, e saladas que são acompanhamentos de pratos fortes ou quentes.

#### TIPOS DE ALIMENTOS FRIOS

Distinguem-se, em princípio, três tipos de comidas frias:

*"Hors d'oeuvres" ou entradas frias.*

*Pratos frios.*

*Saladas e outros acompanhamentos frios.*

Cada um destes grupos de alimentos frios apresenta grande variedade de pratos, que segundo as características de preparação subdividem-se em:

*Fiambres e produtos de charcuteria.*

*Saladas simples e compostas.*

*Legumes e frutas.*

*Ovos.*

*Iguarias delicadas.*

Os alimentos frios também podem ser apresentados da seguinte forma:

*Coquetéis comestíveis.*

*Pratos frios individuais.*

*Pratos frios para várias pessoas.*

*Travessas de "buffet".*

*"Hors d'oeuvres" frios.*

São geralmente o primeiro prato da série de consumo do cliente. Um "hors d'oeuvres" bem preparado deve ser pequena porção refrescante e agradável ao paladar e estimulador do apetite. Estes "hors d'oeuvres" também são conhecidos como aperitivos comestíveis ou entradas frias.

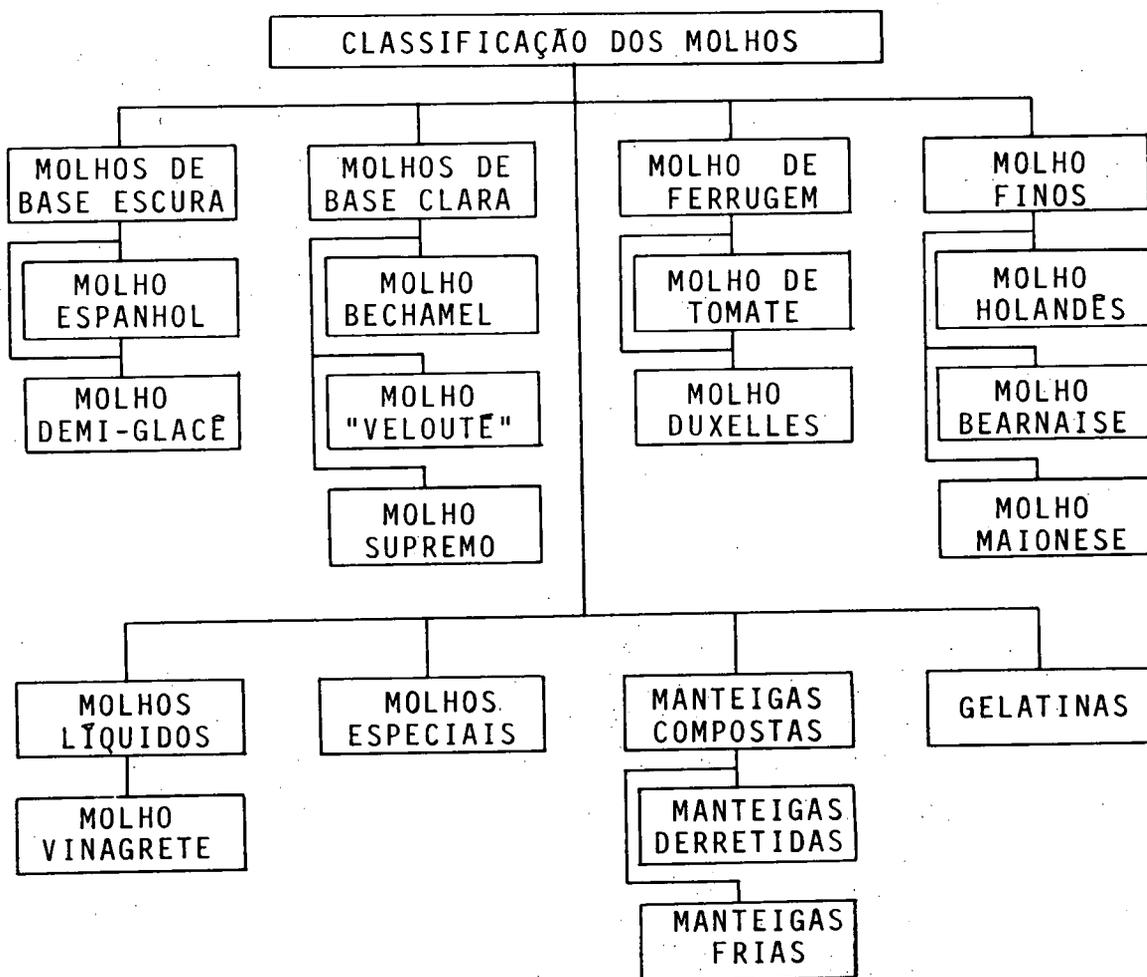




Purê de tomate, salsa Cheiro verde, o verde do espinafre Gemas e claras picadas, alcaparras, salsa, estragão Catchup, brandy, rabanete Catchup,	Comidas frias Ovos e legumes Ovos e carnes frias Coquetéis de mariscos Coquetéis de mariscos, ovos	Tirolesa Verde Gribiche Golf Rosado
Gemas picadas, enchovas Camarões picados Ovos picados	Peixes Peixes e mariscos Legumes e frios	Noruega Pescadora Ravigote II

RESUMO

A classificação geral dos molhos é a seguinte:





MOLHOS VELOUTE	<p>Gemas de ovo, caldo de champignons, suco de limão            Molho de tomate, manteiga            Vinho branco, echalote, limão            Cebola, toucinho, pãprica, creme azedo, limão.            Caldo de peixe, vinho branco, champignons, cebolinhas inteiras            Caldo de champignons, liga fina            Vinho branco, vinagre, cheiro verde            Caldo de peixe, vinho branco, liga fina</p>	<p>Carnes brancas, ovos            Ovos            Salpicões            Carne de rês, porco vitela e aves            Peixes e mariscos            Aves vitela            Aves, salpicões            Peixes ragús</p>	<p>Alemão            Aurora            Bery            Húngara            Malelote II            Polette            Ravigote            Vinho branco</p>
MOLHOS BECHAMEL	<p>Creme de lagosta, "fumet" de peixe            Creme de leite            Camarões, creme de camarões            Liga fina, queijo parmezão            Lagostim e creme de lagostim            Cebolas, manteiga</p>	<p>Crustáceos, peixes            Salpicões, frangos, legumes peixes            Crustáceos, peixes            Gratinados            Peixes e mariscos            Gratinados, ovos</p>	<p>Cardenal            Creme            Joinville ou de camarões            Mornay            Nantua            Soubise</p>
MOLHOS	<p>Purê de tomate            Glacê de carne</p>	<p>Chateaubriand contra-file            Ovos, vitela</p>	<p>Chorão            Valois ou foyot</p>
MOLHOS HOLANDES	<p>Suco de laranja, casca de laranja ralada            Creme de leite batido</p>	<p>Aspargos            Peixes, legumes finos</p>	<p>Maltês            Musselina</p>
MAIONESES	<p>"Remulada" com ovos picados            Alcaparras, anchovas, pepinos em vinagres</p>	<p>Carnes, aves, peixes mariscos etc. frios ou quentes            Peixes frios ou quentes</p>	<p>Tártaro            Remulade</p>



BASE	PRINCIPAL INGREDIENTE OU GUARNIÇÃO	UTILIZAÇÃO MAIS FREQUENTE	NOME DO MOLHO COMPOSTO
MOLHO DEMI-GLACE OU ESPANHOL	<p>Extrato de carne, vinho tinto de bordêus, tutano, louro e pimenta Vinho branco, caiena, cebola</p>	Carnes vermelhas	"Bordelaise" ou ao tutano
		Carnes vermelhas grelhadas	"Diable"
	<p>Fundo de champignons, madeira e manteiga cebolinha "Duxelles", vinho branco</p>	Carnes vermelhas	De champignons
	<p>"Duxelles", vinho branco</p>	Carnes vermelhas	"Duxelles"
	<p>Essência de trufas</p>	Carnes vermelhas salpicões	"Financeiro"
	<p>Vinho madeira</p>	Carne de rês e porco	Ao madeira Robert
	<p>Cebola, vinho branco e mostarda Molho de tomate essência de champignons, juliana de presunto cozido, língua escarlata e champignons Champignons purê de tomate vinho branco e echalota Vinho tinto, fumet de peixe</p>	Carne de rês, vitela porco e frango	Zíngara
MOLHOS SUPREMOS	<p>Glacê de carne Vinho branco, estragão, cerefolho, agrião, espinafre, cebolinha</p>	Aves	"Albufera" Chivry
	<p>Estragão Curry, coco</p>	Aves, vitela, porco	Ao estragão Índia ou ao Curry
	<p>Glacê de ave</p>	Aves	Marfim
	<p>Gemas de ovos</p>		Villeroi
	<p>Åspic</p>	Cobrir comidas frias	Chaud-froid



*A manteiga batida.*

É um tempero que acompanha as carnes preparadas na grelha ou chapa. Elaborar-se com manteiga fresca, batida até ficar espumosa, com adição de condimentos. A mistura depois de fria é cortada em rodela e coloca-se sobre as carnes quentes.

*A gelatina.*

É um caldo carregado de elementos gelatinosos. É considerada molho e serve-se fria e solidificada. A gelatina emprega-se na confecção de "espelho" para pratos frios, picado como acompanhamento, à maneira de revestimento e liga de alimentos preparados em molde.

"Aspic" chamam-se às gelatinas feitas à base de "consomê".

*Os molhos compostos.*

São geralmente molhos básicos aos quais agregam-se uma guarnição ou condimento particular.

Os principais molhos compostos são apresentados na tabela seguinte:



*O molho maionese.*

É um molho emulsionado, frio. Na sua composição entram os seguintes elementos:

*Óleo vegetal (fundo)*

*Gema de ovo (liga).*

*Condimentos.*

O molho maionese é o principal molho ligado frio. Emprega-se como acompanhamento de pratos frios e quentes, liga de saladas compostas, elemento para untar sanduiches e base de uma qualidade incontável de molhos derivados.

*O molho vinagrete.*

É o elemento básico dos molhos líquidos. É um molho frio cujos elementos são:

*Vinagre e óleo (fundo)*

*Condimentos.*

Este molho utiliza-se para temperar carnes e legumes fervidos frios, especialmente saladas. Dele derivam vários molhos compostos.

*Os molhos especiais.*

Não se originam de um molho básico. Cada um dos molhos que se classificam neste grupo, têm um procedimento de elaboração particular e ingredientes diferentes em cada uso.

*A manteiga derretida.*

Considera-se um molho básico, quente todas as manteigas que se servem como acompanhamento e tempero. O único ingrediente deste molho é a manteiga derretida e às vezes clarificada.



*O molho de tomate.*

É a base principal do molho ferrugem, quente, feito com os seguintes elementos:

*Fundo (claro ou escuro segundo a receita).*

*Roux amarelado.*

*Mirepoix com purê de tomates.*

*Condimentos.*

Este molho é a base de diversos molhos e sopas (escuras) de tomates.

*O Molho holandês.*

É um molho fino quente, que se prepara por emulsão, com os seguintes ingredientes:

*Manteiga clarificada (fundo).*

*Gema de ovo (liga).*

*Condimentos, suco de limão e gotas de água.*

O molho holandês utiliza-se como acompanhamento de carnes (especialmente na grelha ou na chapa) e como molho para gratinar; também constitui a base de uma grande variedade de molhos compostos.

*O molho "bearnaise"*

É outro molho fino quente. Prepara-se como o holandês e tem os seguintes ingredientes básicos:

*Manteiga clarificada (fundo).*

*Gema de ovo (liga).*

*Redução à base de vinagre, estragão picada, grãos de pimenta do reino, salsa e cebolas, echalota (aromáticos).*

*Condimentos.*

O molho "bearnaise" tem as mesmas aplicações que o holandês.



*O molho "bechamel".*

É um molho branco, quente, preparado com:

*Leite fresco.*

*Roux branco.*

*Condimentos.*

O bechamel utiliza-se quando fino, como base de sopas; pouco consistente nas preparações de derivados, muito grosso, como liga na preparação de massas de carne (croquetes) e "souflês".

*O molho "velouté".*

É outro molho quente, que se compõem de:

*Fundo branco.*

*Roux branco.*

*Condimentos.*

*Liga fina (opcionalmente).*

O "velouté" emprega-se na preparação de sopas e molhos derivados. Também tem utilização como base do molho "chaud froid".

*O molho supremo.*

É o terceiro dos molhos brancos básicos. Na sua preparação empregam-se os seguintes ingredientes:

*Fundo branco.*

*"Roux" branco.*

*Liga fina*

*Condimentos.*

O molho supremo prepara-se geralmente para sopas e molhos à base de carnes brancas, especialmente de galinha.



*Os embelezadores e melhoradores, que alteram a textura e sabor dos comestíveis. Encontram-se principalmente nos molhos brancos.*

Além dos elementos básicos, os molhos podem levar condimentos, guarnições e adornos.

#### *OS MOLHOS BÁSICOS*

Definem-se como molhos básicos aqueles que levam na sua composição somente os elementos básicos e os condimentos que o completam.

Os molhos básicos mais utilizados na cozinha são:

*O molho espanhol.*

É um molho quente, clássico da cozinha francesa (apesar de seu nome). É de base escura e seus ingredientes principais são:

*Fundo escuro.*

*Roux escuro.*

*Mirepoix gordo.*

*Condimentos e vinho tinto.*

O molho espanhol utiliza-se como acompanhamento de carnes escuras. Emprega-se mais como base de outros molhos que dele derivam.

*A "demi-glacê".*

É outro molho quente de base escura, clássico da cozinha francesa. Os ingredientes principais da "demi-glacê" são:

*Molho espanhol.*

*Fundo escuro reduzido em 50% (em igual proporção).*

A "demi-glacê" acompanha, em geral, carnes escuras braseadas.



São comestíveis líquidos que se servem como acompanhamento de pratos frios e quentes.

Utilizam-se os molhos para dar consistência, sabor e tempero aos alimentos. Empregam-se principalmente em carnes, aves, pescados e legumes secos, ou quando se pretende modificar o sabor próprio de um alimento.

#### TIPOS DE MOLHOS

Os molhos são classificados, segundo a temperatura em que se servem, em:

*molhos frios.*

*molhos quentes.*

ou, segundo sua composição e utilidade, em molhos:

*de base escura.*

*de base clara.*

*de base ferrugem clara.*

*finos*

*líquidos e vinagretes*

*especiais.*

*manteigas compostas.*

*gelatina.*

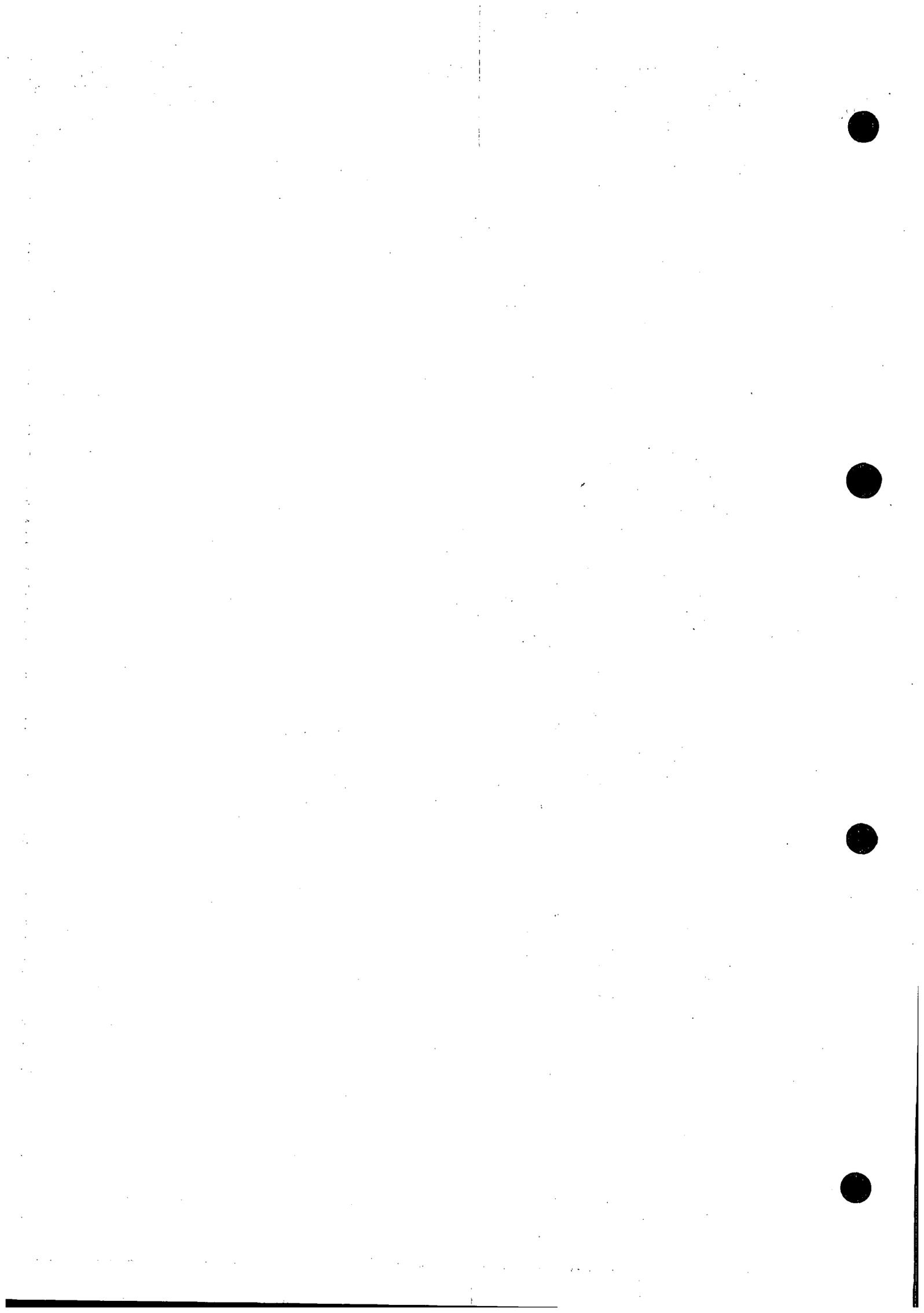
#### COMPOSIÇÃO DOS MOLHOS

Os elementos básicos dos molhos são:

*Os fundos* que são os elementos líquidos, que compõem todos os molhos.

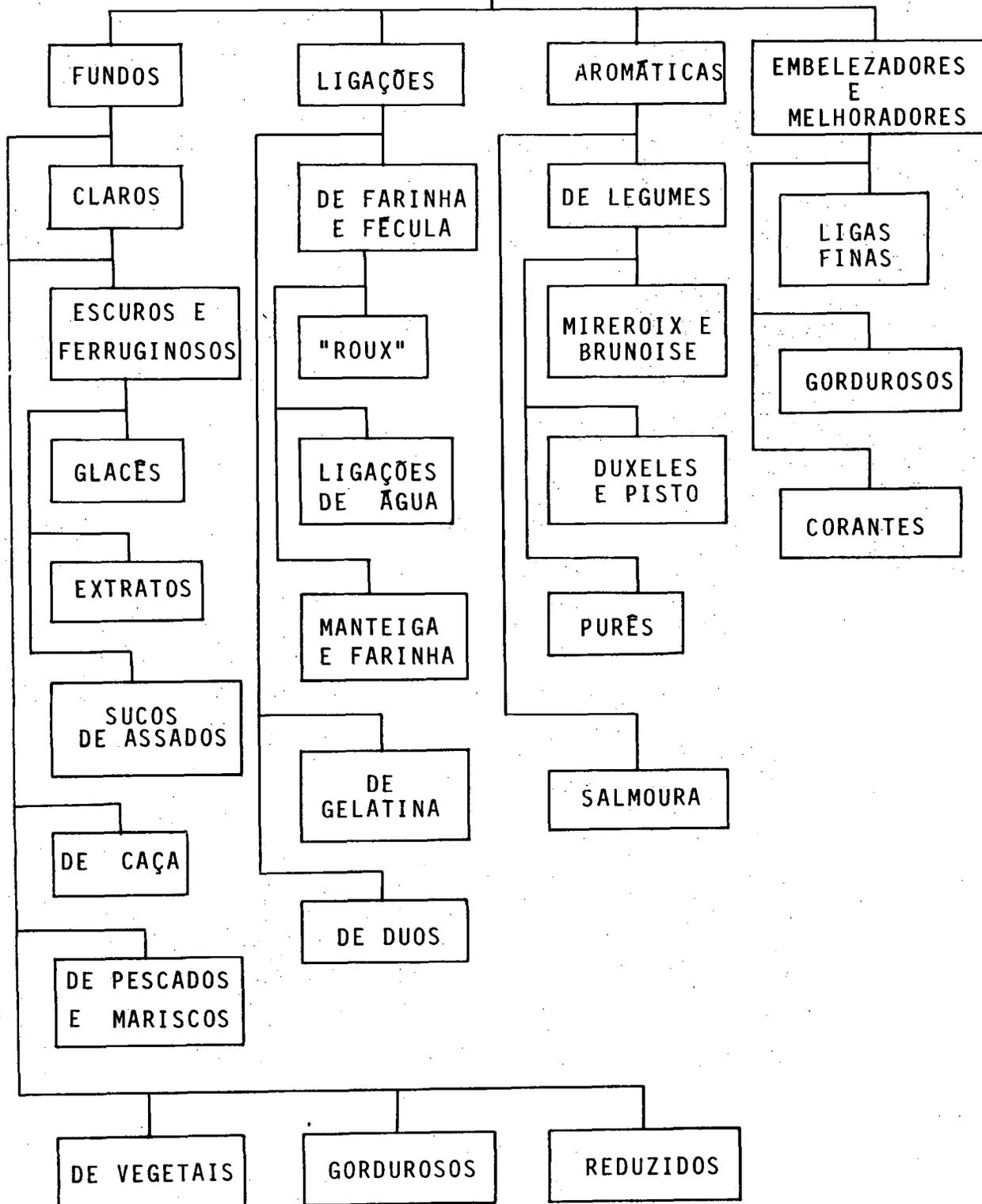
*As ligações* que dão consistência ao molho. Não se usam em molhos líquidos, especiais e nas manteigas compostas.

*Os aromáticos* que melhoram, modificam ou acentuam o sabor, estando presentes em quase todos os molhos.





CLASSIFICAÇÃO DE BASES DE COZINHA





da água. Nela macera-se línguas e peças de carne. Em geral os mesmos usos que a salmoura seca. Este a romático também se injeta nas carnes com o fim de acelerar o processo de maceração.

#### EMBELEZADORES E MELHORADORES DO SABOR

São complementos de molhos, sopas e massas cuja missão é melhorar o sabor e a contextura dos comestíveis. Como embelezadores e melhoradores do sabor utilizam-se:

- a) *Liga fina*, mistura de gemas de ovo e creme de leite, que suaviza o sabor, a consistência e melhora a textura de cremes e "veloutés".
- b) *Creme de leite, nata e manteiga* são empregados com o mesmo fim que a liga fina.
- c) *Corantes naturais e artificiais*, são utilizados para dar às comidas a cor natural que deveriam ter, no caso de haverem perdido ao empregar-se métodos de preparação ou matérias primas deficientes.

#### OBSERVAÇÃO

É importante lembrar que os corantes jamais devem ser usados apenas para "colorir" alimentos. Na cozinha moderna o prato deve destacar-se pelo colorido natural dos alimentos que o formam.



gordura, geralmente toucinho ou azeite, tudo finamente triturado.

*Purê de legumes*

São utilizados como aromáticos na preparação de molhos e maceração de carnes por assar. O purê de tomate é o de maior uso.

*Vinha d'alhos e salmouras*

São condimentos líquidos que se utilizam para macerar, principalmente, carnes, peixes e legumes. As vinha d'alhos e salmouras impregnam-se nos alimentos e mudam-lhes o sabor próprio. A esta função soma-se a conservação do alimento. Não é recomendável seu emprego em animais jovens porque elimina o sabor característico da carne.

a) *Vinha d'alhos* crua é uma mistura de mirepoix com vinagre, vinho, um pouco de azeite e eventualmente água. Emprega-se para marinar especialmente carnes de caça de pelo. As peças da carne são submergidas no vinha d'alho e se conservam sob refrigeração durante 3 a 6 semanas. Este vinha d'alho tem a característica de suavizar o sabor pronunciado da carne mais velha, como por exemplo a caça de pele, carneiros e cabras.

b) A *vinha d'alho cozida* faz-se com os mesmos elementos que a vinha d'alho crua. Uma vez preparada ferve-se a mistura e despeja-se quente sobre os comestíveis a marinar. Esse aromático emprega-se principalmente para legumes.

c) A *salmoura seca* é uma mistura de sal comum, salitre, açúcar e, às vezes, outros condimentos, como cuminho, pimenta e alho. Com ela maceram-se, carnes, especialmente, o porco, destinado à preparação de frios (presunto, salsichões).

d) A *samoura líquida* é salmoura na qual foi adiciona



*As vinha d'alho e os temperos*

*As salmouras*

O "*mirepoix*" e a "*brunoise*".

Estes dois termos franceses referem-se a composições de legumes, que se utilizam para realçar o sabor dos fundos e carnes especialmente de braseados, ensopados, guisados, estufados, molho de tomate etc... Também se utilizam em vinha d'alho e salmouras.

a) O "*mirepois*" compõe-se de cenouras (150 g ) cebola (100 g às vezes sem descascar) e aipo (50 g ). Segundo a receita pode-se adicionar raízes de salsa alho porrô e toucinho cozido ou defumado, tudo picado. Esses legumes são refogados na manteiga ou óleo e se adicionam aos fundos que, logo depois de cozidos, são coados.

b) A "*brunoise*" compõe-se dos mesmos elementos que o "*mirepoix*", diferenciando-se deste em que todos os legumes são cortados em dados muito pequenos (3mm) e uniformes, que são adicionados a fundos e molhos que não se coam.

A "*duxelles*" e o "*pisto*"

São termos culinários, francês o primeiro e italiano o segundo, que se referem a misturas de legumes, ervas e gorduras trituradas. Utilizam-se como especiarias para acentuar o paladar de carnes, massas italianas e molhos.

a) a "*duxelles*" prepara-se com "*champignons*", salsa, cebola "*echalottes*" picados bem miudos e espremidos. Esta mistura tempera-se com pimenta do reino, noz moscada e salteia-se em manteiga até secar. A mistura é usada em molhos e massas de carne.

b) O "*pisto*" é uma pasta feita de alhos, basilicão, polpa de tomates assados, eventualmente, salsa e uma



do "roux" produziria grumos na mistura.

Os fundos assim ligados devem cozinhar-se bem para fazer desaparecer o sabor de farinha de trigo.

*A manteiga-farinha de trigo*

Conhecido também com o termo francês "beurre-manié", é uma mistura de manteiga fresca em pasta, com farinha de trigo. Utiliza-se para ligar pequenas quantidades de fundo em ensopados, guisados e vegetais ao creme.

*Ligações de ovos, sangue e outros emulsionantes.*

Gemas de ovos e mostarda utilizam-se como liga de fundos gordurosos. A gema é a liga mais fina e emprega-se em molhos finos tais como holandês, "béarnaise" e maionese. A mostarda preparada é aplicada na preparação de molhos para condimentar saladas.

O ovo inteiro e a clara do ovo servem como ligação em pudins, massas de carne, pastelaria.

O sangue emprega-se como liga na preparação de charcuteria ou em ensopados especiais chamados "molho pardo".

*Gelatinas*

São produtos naturais obtidos pelo cozimento da cabeça e moco-tô do gado, ou industriais como a gelatina obtida de certos peixes. Utilizam-se para engrossar molhos frios como "chaud-froid; cremes, "mousses", massas e produtos de pastelaria. As gelatinas mais usadas são as industriais, que se apresentam em folhas ou em pó e são diluídas em caldo ou outro fundo morno, engrossando ao esfriar.

**AROMÁTICOS**

São composições preparadas na cozinha à base de legumes, ervas aromáticas e especiarias que se juntam à carnes, fundos, sopas molhos e massas, com o fim de modificar, melhorar ou acentuar o sabor próprio desses alimentos.

Os aromáticos mais usados na cozinha são:

*O "mirepoix" e a "brunoise"*

*A "duxelles" e o "pisto"*

*Purês de legumes*



Distinguem-se três tipos de roux:

a) "*Roux*" branco, que se faz refogando farinha de trigo e manteiga, sem que a mistura tome cor. Este roux utiliza-se para engrossar fundos na preparação de cremes brancos, básicos como a bechamel e o "velouté", massa de croquetes e alguns "soufflés".

b) "*Roux*" amarelado, prepara-se com gordura vegetal ou animal e farinha de trigo refogada até que tome uma cor amarelo queimado. É utilizado na preparação de molhos de tomates e grand-jus, entre outros.

c) "*Roux*" escuro, obtém-se refogando farinha de trigo em gordura até que tome cor dourada escura. Este roux emprega-se para ligar fundos escuros e na confecção de molhos de carne, ensopados e braseados....

O "Roux" frio mistura-se com fundos quentes e o "roux" quente com fundos frios. Para conseguir bons resultados nas preparações com "roux" deve-se observar o seguinte:

A farinha deve ser refogada uniformemente, sem grumos e sem grudar no recipiente.

A liga deve misturar-se totalmente com o fundo.

Depois de juntado o líquido ao "roux", a mistura deve ferver pelo menos 30 minutos para fazer desaparecer o sabor da farinha de trigo.

*A ligação de água.*

Com este nome conhece-se uma liga composta de farinha de trigo ou fécula com líquido, como água ou leite. Estas misturas preparam-se a frio e se juntam a fundos ou molhos ralos em fervura.

Essa ligação não é usada na alta cozinha, porque diminui o sabor do fundo. Emprega-se somente quando se requer molhos ou sopas sem gordura, ou quando há necessidade de aumentar a consistência de líquidos já ligados. Neste último caso a adição



*Fundos de pescados e mariscos*

São caldos brancos que se preparam como os caldos claros, tendo como base aparas e espinhas de peixes. A cocção é feita na água, às vezes com adição de suco de limão ou vinho branco e o tempo de cozimento não excede de 30 minutos a 1 hora.

Utilizam-se para escalfar pescados, preparação de sopas simples e como base de cremes e veloutés de pescados ou mariscos.

*Fundos de vegetais*

Preparam-se como os caldos claros, mas à base de vegetais unicamente. Têm emprego na cozinha vegetariana e dietética.

*Fundos gordurosos*

São à base de molhos finos ou emulsionados. Emprega-se óleos vegetais e manteiga clarificada. Fundo à base de óleo utiliza-se no molho maionese e seus derivados. O fundo à base de manteiga é utilizado no molho holandês "béarnaise" e suas variantes.

*Fundos reduzidos*

Com esta denominação agrupam-se as reduções, o leite, a água e outros líquidos que podem ser utilizados como fundos de molhos e sopas.

Esses produtos são matérias-primas, a exceção das reduções que se fazem na cozinha mediante composição e cocção de condimentos e água.

**AS LIGAÇÕES**

São misturas de alimentos que servem para engrossar fundos. Utilizam-se na preparação de molhos, sopas, pudins, cremes e "soufflês".

As ligações mais empregadas são:

O "roux".

A "ligação de água".

A "manteiga-farinha de trigo" ou "beurre-manié".

A gelatina (natural e artificial).

Os ovos (claras e gemas) e o sangue.

*O Roux*

É uma preparação de farinha de trigo na gordura.



Os principais pratos que se preparam à base de fundos claros são os consomês, sopas simples e tipo "purês", "potages", "veloutés", e cremes (tanto molhos como sopas) e o molho de tomates.

#### *Fundos escuros e ferruginosos*

Preparam-se à base de carne e ossos de rês, vitela e aves (excepcionalmente também de porco), corados ou assados em gordura, às vezes com adição de um "mirepoise", ou outro composto aromático e logo fervido em água. Fundos preparados à base de vitela e aves pouco coradas, são fundos ferrugem claro. Os que levam ossos de rês, muito corados, são escuros. O cozimento em água deve ser lento e prolongado como nos caldos claros.

#### *Variantes destes fundos são:*

a) *Os glacês*, que se obtêm reduzindo à metade por cozimento, os fundos escuros e ferruginosos coados. Os glacês frios têm consistência de gelatina.

b) *Os extratos e essências* são glacês sem gordura e concentrados até que atinjam consistência. Os extratos uma vez frios tornavam-se sólidos, e as essências tomam consistência pastosa. Ambos se utilizam para reforçar o sabor de molho de carne.

c) *O suco de assados ou "grand jus"*, como se conhece no linguajar culinário, é um fundo ferruginoso, geralmente de vitela, obtido de restos de cocção de assados ao forno. Esses sucos são ligeiramente ligados com roux escuro ou liga de água.

#### *Fundos de caça*

Preparam-se como os fundos escuros, mas se substituem os ossos da rês por aparas e ossos de caça de pelo ou pluma. Às vezes adiciona-se vinho tinto à cocção.

Esses fundos são preparados para servir de base em molhos quentes, que acompanham carnes e aves de caça.



São preparações compostas de diferentes ingredientes utilizados em produtos culinários acabados.

Da qualidade dos ingredientes usados nas bases e cuidado observado na sua preparação dependem o gosto, textura e apresentação de comidas tais como molhos e sopas, assim como de todos os alimentos acompanhados por estes.

#### TIPOS DE BASES DE COZINHA

Existem 4 grandes grupos de bases de cozinha:

*FUNDOS*

*LIGAÇÕES*

*AROMÁTICOS*

*EMBELEZADORES E MELHORADORES DO SABOR*

Cada um destes 4 grupos se subdivide de acordo com os ingredientes e utilização da base.

#### OS FUNDOS

Chamam-se fundos os ingredientes líquidos de todos os molhos e sopas; em geral caracterizam o sabor e dão nome a estas comidas.

Os fundos podem agrupar-se em 4 tipos:

*Claros*

*Escuros*

*Gordurosos*

*Reduzidos*

#### *Fundos claros*

Chamados também caldos de carne, são o produto de cozimento de carnes ou aves, com legumes em água.

Devem ser transparentes e incolores e ter um gosto acentuado da carne que foi cozida.

Os melhores resultados para obter esse caldo são conseguidos através de cocção lenta e prolongada (umas 3 1/2 horas). O cozimento violento turva os fundos claros tornando-os impróprios para algumas preparações. Um caldo claro deve ter consistência gelatinosa depois de esfriar.





São alimentos preparados por processos industriais de cocção, conservação e acondicionamento, que chegam à cozinha prontos ou quase prontos para serem servidos.

Utilizam-se na cozinha geralmente aqueles que facilitam o processo de trabalho, e propiciam economia e maiores possibilidades de variar as preparações sem prejuízo da categoria do restaurante.

CLASSIFICAÇÃO GERAL

ALIMENTOS TOTALMENTE PREPARADOS	ALIMENTOS SEMI-PREPARADOS
(*) Ready food (comidas congeladas em embalagem de alumínio) Enlatados de comidas simples, com potas, carnes, legumes peixes etc. Sorvetes, engarrafados e seus derivados. Semiconservas de legumes, frutas, carnes etc., em vinagre marinados ou solução de açúcar. Marmeladas, geleias e confeitos	Congelados dissecados Congelados apenas tratados (peixados, crustáceos, carnes limpas e cortadas). Alimentos salgados e secos (peixados, crustáceos, carnes, etc., preparados com sal e secos ao ar livre) Alimentos secos sem sal (caso de frutas e legumes) Misturas e composições, bases de pastéis, pudins, gelatinas etc,

(\*) - Comida ainda não vulgarizada no Brasil.

CONDIÇÕES DE USO

As conservas e produtos preparados industrialmente têm um tempo de vida limitado. Devem ser usados apenas as fontes conhecidas e no período indicado nas instruções, em particular os congelados.

Conservas enlatadas que apresentem a lata estufada não devem ser consumidos porque tal fato indica a presença de gases tóxicos.

Os produtos secos que durante a conservação se umedeceram não devem ser utilizados.

Nas preparações de pratos devem ser observadas rigorosamente as instruções que acompanham cada produto.





### CONSERVAÇÃO

Os presuntos, costelas e outras carnes preparadas devem ser colocados em ambientes frescos e secos. Presuntos parcialmente cortados e que se pretenda guardar devem ser cobertos com folha de papel untada de óleo.

As mesmas peças preparadas cozidas devem conservar-se sob refrigeração constante (de 3°C a 5°C), congelando-se eventualmente se a conservação é a longo prazo.

Salsichas e linguiças preparadas em ambiente fresco devem ser conservadas em temperatura ambiental. Ao se produzir mofo em sua superfície este deve ser retirado esfregando-se o produto com um pano untado em óleo.

As salsichas e linguiças cozidas e as pastas (pâtês) de carnes, conservam-se em ambientes refrigerados (de 2°C a 8°C). A conservação por congelação não é recomendável.

Esses produtos devem ser conservados em ambientes bem ventilados e isolados de outros alimentos.



### LINGUIÇAS E SALSICHAS

As linguiças são misturas de carne, vísceras, gorduras especiais, aglutinantes naturais ou sintéticos colocados em tripas de gado ou em plásticos apropriados.

As linguiças e salsichas podem classificar-se em:

*preparadas cruas* (salame e salaminho)

*preparadas cozidas* (mortadela, salsicha vienense tipo Frankfurt, chouriço)

Segundo o diâmetro da tripa e as características do recheio, denominam-se o produto de:

*chouriço*

*linguiça*

*salsicha*

*salsichão*

Os salsichões são usados em tripas grossas e servidos sempre de fatias. As salsichas são do mesmo tipo porém mais finas e servidas geralmente inteiras. As linguiças podem ser mais finas ou mais grossas e o recheio é picado grosso e geralmente cru e defumado.

### PATÊS DE CARNES

Os patês de carne não são colocados em tripas como as linguiças. A preparação e os ingredientes que compõem o "patê" de carne são os mesmos usados para os salsichões cozidos. A massa pode receber maior quantidade de um ou outro ingrediente, que dará nome ao produto preparado, "patê" de carne, "patê" de fígado etc.

Os "patês" são colocados em moldes de metal e cozidos no forno ou em banho-maria.



*PEITO DE GANSO E DE PERU DEFUMADOS*

São carnes industrializadas e preparadas mediante processo de salmoura e defumação. São preparados em ambientes frescos e de pouca umidade.

*TOUCINHO SALGADO*

É tirado da barriga, do lombo e do pescoço do porco, geralmente é muito salgado e ligeiramente condimentado e defumado. O toucinho pode ter maior ou menor quantidade de gordura e ser tratado a seco ou em salmoura. O toucinho da barriga ou toucinho magro tem mais carne que os demais e é de maior uso e preferência.

*Outras carnes condimentadas* Há uma grande variedade de carnes preparadas tipo conserva. Dentre as mais conhecidas temos: peito e língua de boi; oreilha, rabo, costelas e lombo do porco.

*LOMBO DE RÊS DEFUMADO*

O lombo defumado, bem processado é um dos melhores fiambres. O lombo deve ser totalmente livre de gordura e colocado em sal, pimenta e salitre. Algumas espécies são enroladas e tratadas lentamente em ambiente fresco e com um pouco de umidade.

O lombo defumado tem de se apresentar rígido, cor vermelho escuro quase negro. Pelo mesmo processo preparam-se outros cortes da rês. O peito da rês salgado denomina-se "cowed beef".

*LOMBO DE PORCO, TIPO TOUCINHO*

É o lombo de porco colocado em tripa grossa de rês. A carne é desossada desde a 4ª. costeleta até o pernil, preparada em salmoura e defumada a frio. O lombo tipo chouriço deve vir envolvido em uma fina capa de toucinho gordo. Tem a cor vermelho - salmão por dentro e amarelo - dourado por fora.



valados) em moldes metálicos com tampa e rosca para apertar a peça. O presunto prensado é um dos mais usado na cozinha porque oferece a vantagem de aproveitamento do total do produto em cortes uniformes.

*Presunto doce* tem características idênticas às do presunto cozido. A diferença está em que a salmoura neste tipo contém mais açúcar e seu cozimento é feito com vinho branco ou rosado. Esses presuntos doces vão ao forno caramelados com açúcar e rodela de abacaxi depois de escaifados.

*Outros tipos especiais de presunto* há grande variedade de presuntos dos quais as mais conhecidas são:

- a *presunto de praga* - tipo doce que depois de cozido é braseado com vinho tinto.
- b *presunto de Westfalia* - come-se cru e tem a carne rosada e muito tenra.
- c *presunto de York* - também é um tipo defumado e usado de diferentes formas. É de sabor pronunciado e cor alaranjada. Vem enlatado e é cozido em vinho.

#### *COSTELAS DE PORCO DEFUMADAS*

São típicas da cozinha alemã e difundidas a outros países ocidentais. As costeletas fazem parte do lombo do porco cortadas no sentido do comprimento e colocadas em salmoura sendo ligeiramente defumadas e, às vezes, cozidas. São servidas cortadas com legumes ou frutas.

#### *PERNAS E PÉS DE PORCO SALGADOS*

São preparados geralmente em separado dos pernis, condimentados. Utilizam-se cozidos, sem tratamento especial prévio, em diversos pratos da cozinha. Um tipo especial denomina-se "Zampone" que é a perna e pé de porco, recheado com massa de carne do próprio animal.



Sob este título incluem-se todos os produtos de carne preparados industrialmente. São as salsichas, linguiças, salames... utilizadas cruas ou cozidas em pratos frios ou quentes, como ingredientes e guarnições.

### TIPOS E CARACTERÍSTICAS

#### *PRESUNTOS*

São pernis de porco salgados e às vezes defumados. Na linguagem comum a palavra presunto também indica outras partes do porco que receberam a mesma preparação. O presunto pode ser salgado a seco ou em salmoura.

O pernil do porco é destacado do animal para a preparação do presunto. Ocasionalmente pode-se usar na mesma preparação a perna e o pé. A maioria dos presuntos que se comem crus são tratados com o osso e alguns com a pele. Nos outros presuntos retira-se a pele e parte da gordura.

A preparação do presunto pode durar meses, principalmente quando do tipo cru.

*Presunto Serrano* é um presunto preparado a seco e tratado ao ar livre. Deve ser um presunto com pouca gordura, sem pele, e a carne deve ser firme e enxuta. É tratado com o osso e a perna.

*Presunto defumado* preparado com a pele, algumas vezes desossado e enrolado. Também pode ser preparado com osso, perna e pé.

O presunto desse tipo é levado ao defumador durante certo tempo e em seguida posto para secar.

*Presunto cozido* é um presunto preparado em salmoura com ou sem osso, às vezes, sem pele e parcialmente retirada a gordura. É vendido, no comércio, já cozido. Uma modalidade de presunto cozido é o prensado ao qual se dá formas variadas (quadrados ou o-



### *ALCÓOLICOS*

São todos os produtos à base de álcool que servem para aromatizar, amaciar, flambar e dar sabor específico. Os mais usados são os vinhos, branco e tinto, cervejas, "brandy", rum, "whisky" e licores doces.

### *COLORANTES ARTIFICIAIS E NATURAIS*

São produtos naturais, ou industrializados, sintéticos ou não usados na preparação dos alimentos. Alguns colorantes são aromáticos.

### *MELHORADORES DE MASSA*

Incluem-se sob esse título os fermentos artificiais e naturais, a levedura, o cremor de tártaro, a amônia e o bicarbonato ou benzoato de sódio, ácidos cítrico, agar-agar e amônia.

### *GELATINAS E BRILHANTINAS ARTIFICIAIS*

As gelatinas são apresentadas em folhas, pedaços ou pó e resultam de transformação de substâncias contidas em ossos, cartilagens e tendões e algas marinhas.

Tanto as gelatinas como as brilhantinas são usadas na confeitaria e cozinha fria.

### **PRECAUÇÕES**

*O EMPREGO DESSES PRODUTOS DEVE CERCAR-SE DE CUIDADOS ESPECIAIS E EM PEQUENAS DOSES. O USO EM EXCESSO ALTERA O SABOR DOS ALIMENTOS E OCASIONA INTOXICAÇÕES PERIGOSAS.*

*A MANIPULAÇÃO DOS PRODUTOS EXIGE O AUXÍLIO DE INSTRUMENTOS DE COZINHA NÃO SENDO RECOMENDÁVEL O EMPREGO DAS MÃOS.*



*COMPOSTOS E PREPARAÇÃO DOS AROMÁTICOS*

*Vinagre* substância aquosa obtida por fermentação de vinhos e outras substâncias alcoólicas. Usado no preparo de molhos, carnes, saladas, pickles etc.

"*Curry*" composição de vários condimentos aromáticos. É produto industrializado usado em pratos tipicamente indianos.

*Molho Inglês* sua fabricação é à base de ervas e nozes. Usa-se em molhos frios e saladas.

"*Ketchup*" molho de tomates aromatizado. Usa-se para saladas, molhos e carnes.

*Tobasco* fabricado à base de pimentões vermelhos e picantes. Usa-se em molhos.

*Mostarda* preparada à base da farinha de mostarda e vinagre.

"*Manga chutney*" condimento preparado à base de manga e usado em todos os pratos de "curry".

*Essências* óleos aromáticos e amargos são produtos sintéticos ou naturais que servem para aromatizar produtos de confeitaria.

*Xaropes* fabricados à base de frutas naturais ou sintéticas, que servem para molhos doces, sorvetes, coquetéis etc.

*Salmoura* líquida à base de sal e condimentos para salgar e curtir carnes e miúdos.

*Marinados* composições de vinho, limão ou vinagre, legumes e condimentos para dar sabor específico a carnes, aves e peixes.



*Baunilha* é a fava de uma planta de grande valor aromático e originária do México. É cultivada em regiões tropicais. Seu uso mais generalizado é na confeitaria. O produto sintético denomina-se vanilina.

*Gengibre* planta da qual se utiliza a raiz. Na cozinha é de uso limitado; seu maior emprego é na confeitaria e na preparação de frios.

*Casca de limão e laranja* usa-se ralada ou em tiras finas na confeitaria em geral e na cozinha, em certos pratos típicos.

*Menta* serve para molhos e legumes. Usa-se geralmente em pratos típicos ingleses. É a essência de um vegetal que apresenta grande variedade de espécies.

*Tomilho* pequeno arbusto do qual se utilizam as folhas e os talos que são granulados. Serve para preparação de carnes.

Além destas utilizam-se muitas outras ervas aromáticas como basilicão, alecrim, cerefolho, raiz-fortes, echalota, zimbro, macis.

#### CONDIMENTOS MINERAIS

*Sal* tempero básico e indispensável na preparação de todos os alimentos. É obtido geralmente do mar e passa por processos de purificação e enriquecimento. O sal é também usado na conservação dos alimentos.

*Salitre* sal ligeiramente amargo, solúvel em água quente. É empregado na indústria de salsicharia. Dá cor vermelha agradável às carnes. Seu uso deve ser bem controlado, pois a dosagem imprópria é nociva à saúde.



e conservados em vinagre. Têm sabor ligeiramente amargo e são usados como tempero em saladas, molhos, guarnições etc.

*Colorau* condimento muito usado no Brasil, extraído de pimentões secos ou dos grãos da fruta do urucu. Utiliza-se para dar coloração vermelha aos pratos.

*Páprica* é resultante da pulverização de pimentões da Hungria. É mais picante e saboroso que o colorau. Serve também como condimento e para colorir certos pratos.

*Pimentão* usado como condimento tanto ao natural como em forma de pó. Há vários tipos: doce, picante, vermelho e verde.

*Pimenta* condimento muito usado na cozinha. Há vários tipos, sendo a pimenta-do-reino, conhecida no mundo inteiro e cultivada na Ásia e na América tropical. Há dois tipos de pimenta-do-reino encontrados no mercado: a preta e a branca. A diferença é apenas na técnica de preparação. A pimenta-do-reino (fruto) é uma pequena baga globosa de coloração vermelho intenso quando madura. Há outros tipos de pimentas usadas em comidas regionais - jamaica ou de caiena (usada em pó), resultante da trituração das pimentas malagueta, de cheiro etc.

*Salsa* usa-se como guarnição, como tempero e como decoração. Tem uso bastante generalizado na cozinha. Usam-se as folhas e raízes.

*Segurelha* empregada geralmente em pratos de peixe. É também chamada manjerição do Ceilão ou Alfavaca.

*Canela* usa-se geralmente a casca da planta. Empregase na cozinha e na confeitaria, além da sua aplicação medicinal muito conhecida.



nes, peixes, caldos e sopas. Na confeitaria tem aplicação nos doces.

*Açafrão* condimento de origem oriental usado em rama ou em pó. É uma planta de bulbo que possui uma substância volátil e corante. Usado em pratos regionais.

*Cominho* semente aromática da planta do mesmo nome. Usado geralmente em pratos de carne (especialmente de porco).

*Estragão* planta de origem européia, cujas folhas aromáticas são empregadas em salada, "omelettes", molhos, mostarda e em pratos de aves ou peixes e com fim decorativo.

*Funcho* é a conhecida erva-doce, cujas folhas podem ser comidas cruas, em saladas e usadas como condimento de molhos. As sementes da erva-doce são usadas em sopas, pastéis, doces pães etc.

*Louro* arbusto ornamental cujas folhas são usadas como condimentos de sopas, guisados, assados etc.

*Mostarda* hortaliça cujas folhas podem ser cozidas e cujas sementes muito pequenas são preparadas para molhos, maioneses, saladas etc.

*Noz Moscada* fruto de uma planta de cor marrom e que serve como condimento de carnes, peixes, molhos etc. e também usada na confeitaria.

*Orégano* planta da qual se utiliza as flores na preparação de molhos e carnes. Muito usado na cozinha italiana.

*Alcaparra* erva originária da bacia do Mediterrâneo. Utilizam-se os seus botões florais depois de secos



São produtos vegetais ou minerais adicionados aos alimentos para dar sabor, cor, melhor apresentação e, às vezes, para sua conservação.

Esses produtos não têm valor alimentício próprio e o consumo excessivo de alguns deles pode intoxicar o organismo.

Utilizam-se os condimentos pulverizados, líquidos e em forma natural. Às vezes, no caso de vegetais são cortados ou picados.

#### CARACTERÍSTICAS E TIPOS MAIS USADOS

##### *PLANTAS AROMÁTICAS*

*Alho* é um dos mais antigos condimentos culinários. O alho é usado na cozinha de todo o mundo e também empregado em pratos regionais. Emprega-se o alho em assados, sopas, guisados, bifés, pickles.

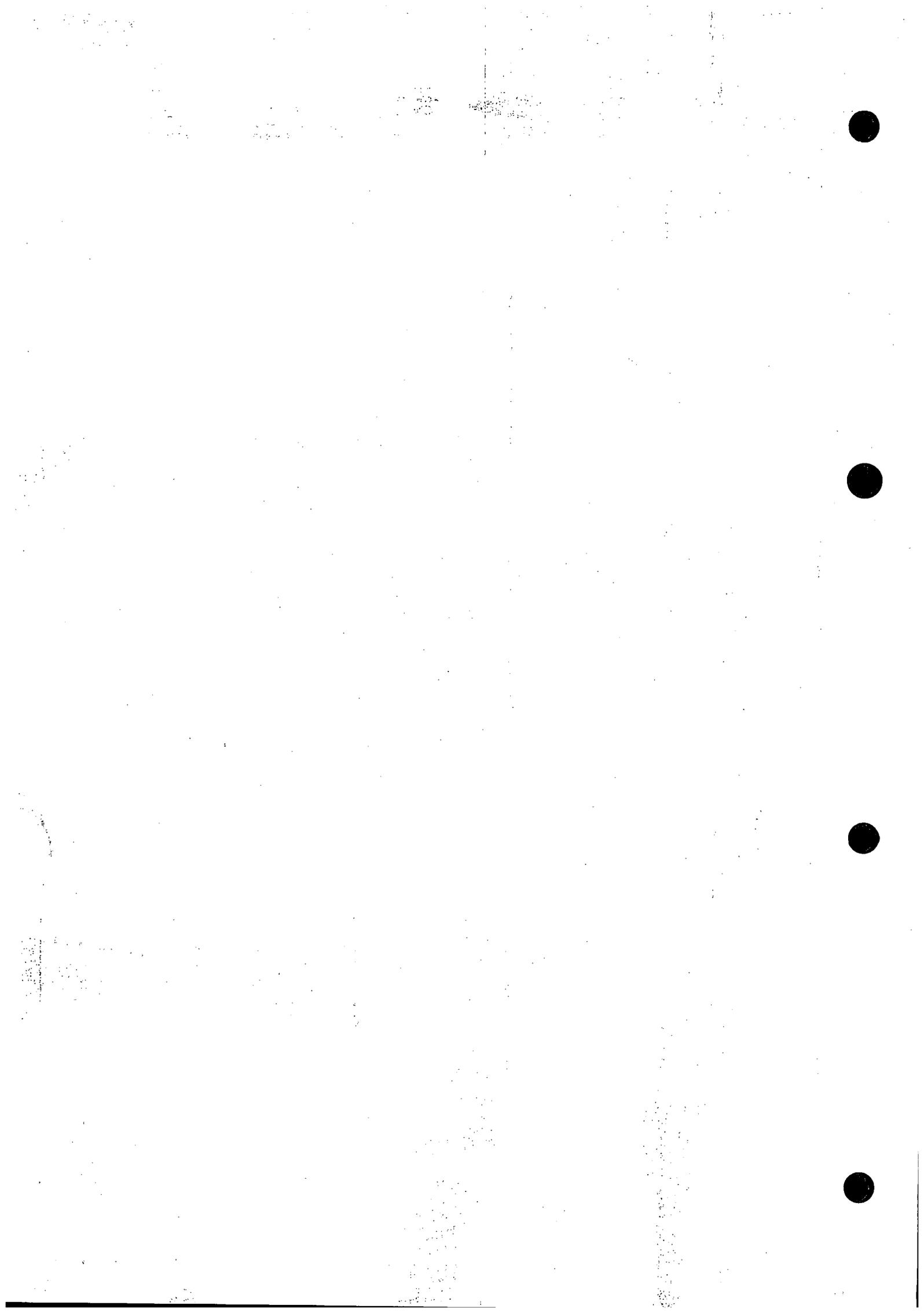
*Alho Porrô* também de origem antiga. Usa-se como condimento e em caldos e sopas preparados em pratos típicos.

*Cebola* é um bulbo próprio dos climas temperados, de sabor picante, revestido de películas (folhas secas). É condimento básico e indispensável a quase todos os trabalhos de cozinha.

*Cebolinha* é um bulbo pouco dilatado que se utiliza para guarnições e temperos, cortado em pequenos pedaços.

*Coentro* é condimento por excelência das iguarias preparadas com peixe. Usam-se as folhas ou os frutos da planta para a preparação de frios.

*Cravo-da-Índia* condimento também conhecido como *cravo* é usado na cozinha em todos os pratos de car-





DENSIDADE (em graus Baumé)	PONTO DE AÇÚCAR	UTILIZAÇÕES MAIS FREQUENTES
de 25° a 30°	ponto de fio fraco	umedecer massas de biscoitos - fios de ovos
de 30° a 33°	ponto de fio	compotas de frutas etc.
de 33° a 35°	ponto de fio forte	cremes de manteiga
de 35° a 37°	ponto de bola fraco	"fondant"-glacês
de 37° a 38°	ponto de bola	nogado espanhol
de 38° a 39°	ponto de bola forte	merengue
de 39° a 40°	ponto quebrado	caramelo
de 40° em diante	ponto de vidro	modelagem e decorações



ácidos e se apresenta viscoso ou semisólido transparente. Utiliza-se na confeitaria para facilitar a manipulação impedindo a cristalização de açúcar comum.

#### LACTOSE

Açúcar extraído do leite e pouco usado na cozinha. Utiliza-se na composição de produtos industriais.

#### SACARINA

De sabor muito doce, de 200 a 300 vezes mais doce que o açúcar comum. É fabricada industrialmente para substituir a sacarose na cozinha dietética e é solúvel em água.

#### MEL DE ABELHA

É o adoçante mais antigo usado pela humanidade. É um açúcar natural, amarelo e viscoso segregado em favos pelas abelhas. É utilizado em seu estado natural e na confeitaria.

#### UTILIZAÇÃO DO AÇÚCAR COMUM

Além de seu estado natural, o açúcar comum é utilizado cozido na confeitaria. O açúcar cozido em água apresenta diversas concentrações e formas que o torna apropriado para a preparação e conservação de alimentos. Os pontos de concentração estão identificados por termos culinários e se expressam ainda em graus de densidade, - graus centígrados, grau Baumé e percentagens de conteúdos de água. Universalmente usa-se o graduador Baumé para medir o ponto de densidade.



São substâncias alimentícias de sabor adocicado e de grande importância na alimentação.

Utilizam-se os açúcares para dar sabor doce aos alimentos e também como processo de conservação.

Distinguem-se três tipos básicos de açúcares: a glicose, a lactose e a sacarose, sendo este último o açúcar comum e de maior importância na cozinha.

### CARACTERÍSTICAS E TIPOS

#### *AÇÚCAR COMUM Sacarose*

É extraído da cana de açúcar ou da beterraba. Apresenta-se no mercado nas seguintes formas:

*Açúcar natural* muito pouco usado atualmente. Tem a cor parda ou amarela, sabor especial e é vendido em torrões, pequenas barras ou granulado.

*Açúcar em torrões* pequenos cubos de açúcar refinado e prensado. De tamanho variado é utilizado em serviços de restaurante e cafés.

*Açúcar cristalizado* cristais mais ou menos finos de sacarose, de cor branca.

*Açúcar em pó* cristalizado e finamente moído. Emprega-se principalmente em confeitaria.

*Açúcar cande* grandes cristais de cor amarela ou parda e, às vezes, colorido artificialmente. Muito pouco usado na cozinha e nem sempre encontrado em todos os países.

#### *GLICOSE*

É o açúcar encontrado nas frutas, cereais e legumes em estado natural. Prepara-se industrialmente de féculas com adição de





UTILIZAÇÃO DAS GORDURAS SEGUNDO SUAS CARACTERÍSTICAS ESPECÍFICAS

TIPO DE GORDURA	CARNES			PEIXES		LEGUMES	
	FRIGIR	ASSAR	ESTUFAR	FRIGIR	FRITAR	SALTEAR	FRITAR
MANTEIGA	sim	não	não	sim	não	sim	-
ÓLEOS VEGETAIS	não	sim	sim	não	sim	não(*)	sim
GORDURA DE COCO	não	sim	sim	não	sim	não	sim
BANHA	não	sim	sim	não	não	não	não
AZEITE	não	não	não	sim	sim	sim	não
MARGARINA	sim	sim	sim	sim	não	sim	sim

(\*) - Em certos casos são usados

CONSERVAÇÃO

As gorduras geralmente são industrializadas. Os óleos vegetais são mantidos em temperatura ambiente de preferência afastado dos locais de calor.

Margarinas, gorduras de coco, banhas e manteiga devem ser guardadas sob refrigeração.

A gordura excedente das frituras é coada ao final do serviço e guardada. É usada, em média, por mais três dias sendo depois eliminada.

*MARGARINA*

É um substituto da manteiga extraída de plantas, em forma de óleo quimicamente solidificado ao qual se acrescenta sabor.

*GORDURAS NATURAIS*

O toucinho, as gorduras de aves etc. são utilizados triturados, cortados em fatias ou em qualquer outra forma para envolver ou rechear carnes secas. São utilizados como ingredientes, sem derretê-los previamente.

## RECONHECIMENTO DA QUALIDADE

As gorduras e óleos são utilizados, geralmente, submetendo-os a calor. A resistência ao calor e a capacidade de transmissão desse calor a outros alimentos, determinam sua qualidade. Podem ser feitas experiências com os óleos e as gorduras comparando-as entre si para a melhor adaptação a um preparado de terminado. Existem ainda em alguns países gorduras quimicamente beneficiadas para facilitar determinados trabalhos como por exemplo, gordura para folhados.

As gorduras podem variar suas características, segundo o clima onde se trabalha e os produtos que com elas se confeccionam. Deverão ser feitas sempre experiências para determinar a qualidade desses produtos.



Gorduras comestíveis são as produzidas por plantas e animais. Utilizam-se na cozinha em forma sólida ou líquida, como ingredientes básicos no processamento de comestíveis, para enriquecê-los e evitar que se ressequem.

Em forma natural as gorduras são encontradas em quase todos os alimentos de origem animal e em muitos de origem vegetal.

### CARACTERÍSTICAS E TIPOS

#### *BANHA*

É produzida pela fusão de gordura natural de animais tais como porco e boi. A mais usada é a gordura de porco.

#### *MANTEIGA*

É obtida da nata do leite animal principalmente da vaca. Possui cerca de 80% de gordura e os 20% restantes compõem-se de leite e sal. Por este motivo fica rançosa, rapidamente.

#### *GORDURA VEGETAL*

É o produto obtido de nozes e sementes de plantas, sendo as mais conhecidas as de cacau e de coco.

#### *ÓLEOS VEGETAIS*

São obtidos como as outras gorduras vegetais expremendo-se as sementes ou nozes. Mediante processo químico por adição de ácidos, os óleos podem ser fabricados também em forma sólida. Existe grande variedade desses óleos sendo os mais conhecidos os de algodão, soja, amendoim, milho, girassol, nozes, gergelim e amêndoas. Este último de uso específico em confeitaria.

#### *AZEITE DE OLIVEIRA*

É extraído de determinadas variedades do fruto da oliveira. Apesar de ser óleo vegetal, devido ao seu uso muito especial, em alguns países, dão-lhe categoria própria.



de pratos, bebidas e sobremesas. Os queijos macios são usados quase exclusivamente como sobremesas ou aperitivos.

Os semi-duros podem ser servidos como os anteriores ou como ingredientes em massas, croquetes e, às vezes, empanados, fritos e em sanduiches.

Os queijos duros são ralados ou moídos e se utilizam em geral como condimento ou ingredientes de gratinados.

### CONSERVAÇÃO

Os queijos são conservados em ambientes refrigerados de aproximadamente 4°C. Os queijos não devem ser congelados e seu armazenamento se faz, em lugares pouco úmidos. Os queijos não absorvem odores, porém algumas espécies o emitem e transferem a outros alimentos. Os queijos pouco gordurosos e de superfície vedada (parafinados ou aluminizados) conservam-se bem em temperatura ambiental. Os queijos maduros não devem ser servidos gelados, apesar de conservados sob refrigeração.

O leite puro, integral ou desnatado, vem conservado industrialmente em 3 formas:

- a pasteurizado e homogeneizado.
- b condensado, geralmente com adição de açúcar.
- c pulverizado, isto é, extraído o conteúdo de água.



*PASTA MOLE, NÃO MADUROS (pouca fermentação)*

*Gouda Holanda*  
*Cáceres e Castiblanco Espanha*  
*Mascapone Itália*  
*Bernadi Suíça*  
*Petits Suisse França*  
*Mont Dor França*  
*Neuf Chatel Suíça*  
*Saint Aubin França*  
*Minas Brasil*  
*Bel Paese Itália*

*PASTA DURA E SEMI-DURA*

*COZIDOS - PRENSADOS E SALGADOS*

*Cabrales Espanha*  
*Parmesão Itália*  
*Gruyère Suíça*  
*Port Salut França*  
*Provolone Itália*

*NÃO COZIDOS PRENSADOS E SALGADOS*

*Piedrafita Espanha*  
*Mancheho Espanha*  
*Edam Holanda*  
*Contal França*  
*Roquefort França*  
*Chester Inglaterra*

*FIADO E SALGADO*

*Caciocavalho Itália*  
*Mozzarella Itália*

Os queijos nacionais derivam-se em grande parte dos queijos estrangeiros.

**UTILIZAÇÃO NA COZINHA**

Os produtos lácteos simples são utilizados como ingredientes



*Coalhada* é uma forma simples de queijo. Obtêm-se esquentando o leite à temperatura de 18 a 20°C e coagulando-o bruscamente por adição de ácidos (fermentos químicos, limão ou vinagre). Na coagulação separa-se a caseína do soro. Eliminando-se o soro obtêm-se a coalhada.

#### *POR ELABORAÇÃO*

Os queijos são obtidos pela coagulação do leite integral através do processo de acidificação ou pressão.

Creme, soro, água, condimentos e fermentos naturais ou químicos à base de fungos e bactérias, são acrescentados intencionalmente ao leite para obter-se diferentes características de sabor, consistência, aparência etc., que dão nomes especiais aos queijos.

Os queijos são feitos principalmente, de leite de vaca. Há também queijos típicos feitos com leite de cabra, ovelha, jumenta, égua, búfalo, zebu e outros.

Distinguem-se basicamente queijos macios (requeijão e queijos cremosos) queijos semi-duros (brancos, roquefort e gouda) e queijos duros (parmesão e cheddar).

Os queijos também podem ser classificados segundo o conteúdo de gordura, método de elaboração e origem.

#### TIPOS DE QUEIJOS

*PASTA MOLE, MADUROS (muita fermentação)*

*Gebrero* Espanha

*Gorgonzola* Itália

*Brie* França

*Camembert* França

*Limburgo* Bélgica

*Dunlop* Inglaterra

*Sept-Moncel* França

*Gloucester* Inglaterra



O leite é um líquido obtido pela ordenhação das fêmeas de gado e contém em forma balanceada todos os alimentos necessários ao corpo humano.

Produtos lácteos são os elaborados à base de leite, tais como queijo, "ioghurt" e manteiga. Na cozinha utiliza-se, quase exclusivamente, o leite de vaca. Faz parte de sopas, molhos, sobremesas e pratos do desjejum.

### CARACTERÍSTICAS GERAIS

#### LEITE PURO OU INTEGRAL

Deve ser filtrado e, dado a sua difícil conservação ao natural, pasteurizado, homogeneizado ou fervido. Os produtos obtidos do leite integral dividem-se em dois grupos:

- por decomposição simples
- por elaboração

#### POR DECOMPOSIÇÃO SIMPLES

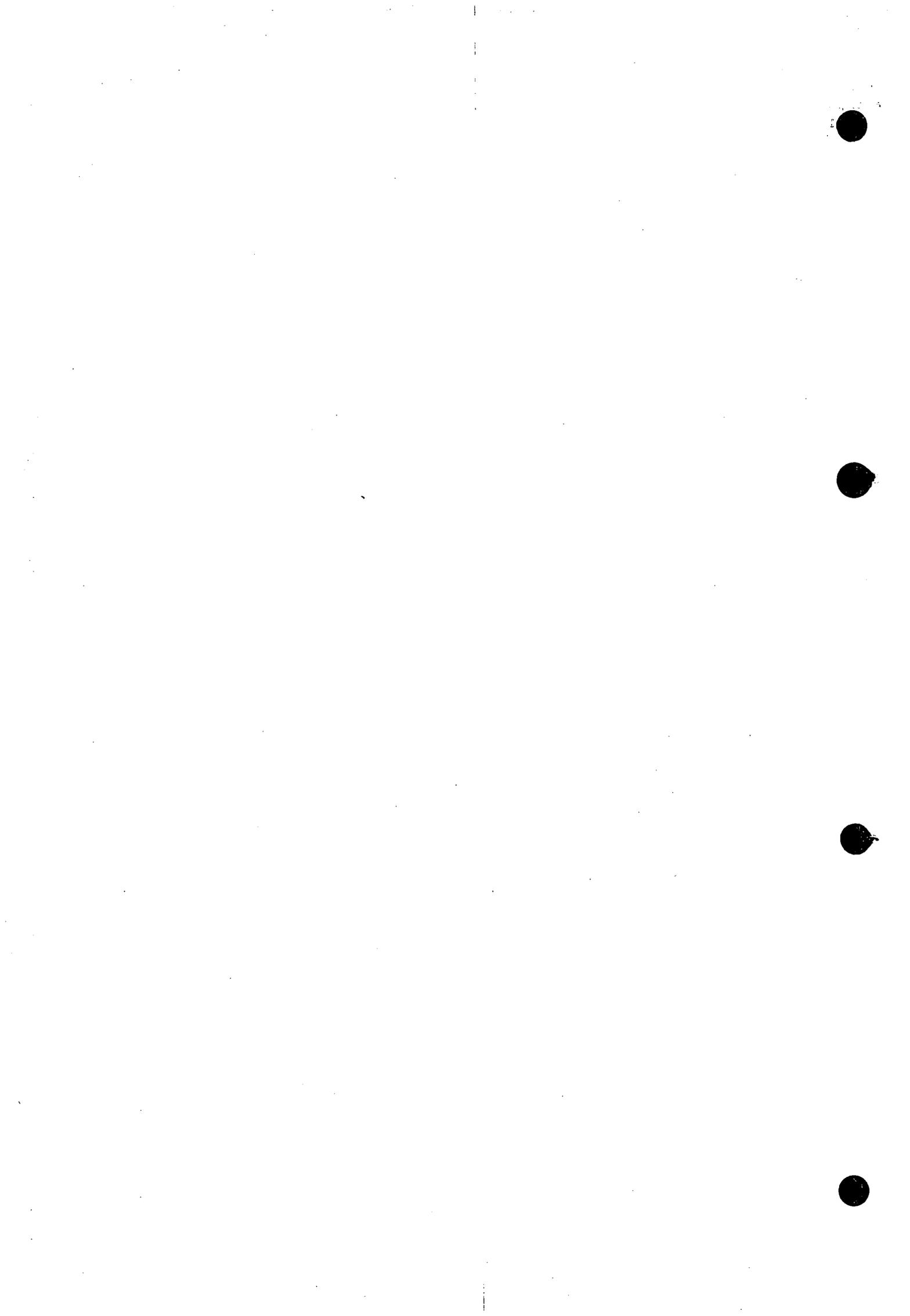
*Nata* é um creme de leite que contém um mínimo de 10% de gordura. Quando o conteúdo de gordura não excede a 20%, chama-se nata leve. Quando apresenta 30% ou mais de gordura é chamada nata espessa.

*Nata Ácida* é o creme de leite fermentado, de sabor ligeiramente ácido, muito empregado na cozinha russa.

*Creme de leite ou "Chantilly"* é a nata forte batida. *Yogurt* é um produto feito com leite puro ou integral submetido a fermentos lácteos muito ativos. Uma variedade especial é o Kefir, de origem búlgara, feito de leite de cabra.

*Soro* é utilizado como bebida; obtém-se pela separação da caseína do leite na fabricação de queijos. Esse produto não contém gorduras.

*Leite desnatado* é o leite natural do qual se separa uma porcentagem de gordura. Obtém-se na preparação de nata.





Hã outros tipos de caviar como os vermelhos, os ovos de salmão e de outros peixes do Mar Báltico (de qualidade inferior).

*Ovos de outros peixes* utilizam-se geralmente em saladas e, às vezes, cozidos ou secos. São apresentados em vários pratos regionais.

*Ovos de tartaruga e similares* são usados geralmente em cozinhas típicas, frescos ou salgados e, às vezes, escalfados ou defumados.

#### RECONHECIMENTO DO ESTADO DOS OVOS

Colocam-se os ovos de galinha em vasilha com água e pouco sal. Os ovos que emergem são os estragados. Outra maneira de examiná-los é através de luz forte para localizar embriões ou manchas indicativas de ovos em mau estado. Não é recomendável o uso de ovos com as cascas quebradas porque podem estar contaminados. Os ovos de caviar em mau estado emitem odor desagradável e se apresentam ligados com massa viscosa. Nesses casos há perigo de envenenamento.



dos e as carnes moídas. Crus, são comidos em cozinhas dietéticas e como sobremesa em forma de espuma.

Utilizam-se, nas massas, os ovos inteiros, as claras ou as gemas.

*Ovos de codorna* de tamanho menor que os de galinha chegam a pesar 15 gramas. Têm a casca pontilhada de verde. Constituem excelente prato de entrada e servem como elemento de decoração de pratos frios. São preparados sempre cozidos e servidos geralmente acompanhados de molho e frios.

*Ovos de outras aves* de importância apenas nas cozinhas regionais, são principalmente os de ganso e peru, além de outros menores como os de pombo e aves selvagens. Os de ganso são mais gordurosos e de difícil conservação sendo seu uso, na cozinha, pouco recomendável.

#### OVOS DE PEIXES E RÉPTEIS

*Caviar* são ovos pequenos de um peixe chamado esturjão. Os melhores caviares vêm da Rússia. Os ovos são de cor acinzentada e preta, sendo os mais claros e maiores de melhor qualidade. Chegam a cozinha em forma de semi-conserva, enlatados e sob refrigeração.

O caviar mais conhecido é o Beluga malosol com pouco conteúdo de sal e sabor muito fino. Outros caviares da Rússia, Iraque, Romênia e Turquia são também considerados de qualidade razoável.

Os caviares se servem sempre muito frios (sobre gelo) acompanhados de panquecas pequenas, pão tostado e manteiga.



São alimentos básicos na cozinha. Suas aplicações são incontáveis, utilizando-se em toda gama de menus desde a sopa até a sobremesa. Processados de diversas maneiras servem como ingrediente principal, elemento de decoração, aglutinante, clarificador e amaciador de massas.

Os ovos são altamente nutritivos pois contêm todas as substâncias necessárias ao corpo humano.

Os ovos de maior uso na cozinha são os de galinha e os de menor uso são os de codorna, pescados (caviar) e os de alguns répteis como os de tartaruga.

#### CARACTERÍSTICAS GERAIS

Os ovos se compõem de 3 partes principais:

- a *gema* - ocupa mais ou menos 30% do total do ovo e é de matéria gordurosa.
- b *clara* - substância viscosa e transparente que contém muita albumina. É excelente aglutinante para ligar massas e clarificar caldos. Coagula aos 70°C.
- c *casca* - composição mineral, endurecida, sem aplicação na cozinha. A casca de ovos de peixes e de répteis é muito delgada e nos ovos pequenos come-se sem retirá-la.

#### OVOS DE AVES

*Ovos de galinha* seu peso é de aproximadamente 65gramas. São preparados como pratos frios, escalados, cozidos com casca, mexidos e como "omelettes". Na decoração são usados cozidos e cortados em diversas formas. Servem como elemento de ligação em pudins, molhos emulsionados, como na maionese, bolos, biscoitos e em alguns tipos de "souflês". Amaciam, como ingredientes, as massas de cozinha e de confeitaria. Servem para unir os ingredientes dos empana-



A apresentação é o serviço desses alimentos são geralmente regidos por normas especiais.

*Pratos frios.*

Pratos frios são em geral entradas ampliadas. A maioria desses pratos compõe-se de frios variados, acompanhados de salada composta.

*Pratos frios fortes.*

São comidas frias servidas como prato único ou substituto do prato forte de um cardápio. Apresentam-se em pratos rasos ou em travessas metálicas para uma ou várias pessoas.

Para a confecção dos pratos frios fortes, observam-se as mesmas normas que regem a confecção de pratos quentes. Como requisitos mínimos, os pratos frios fortes devem apresentar um ingrediente principal e um acompanhamento.

*Travessas de "buffet"*

São frios apresentados em travessas grandes servidas nas mesas de "buffet".

As travessas de buffet fazem-se sempre para vários serviços. São compostos de um ingrediente principal, às vezes sobre base ou espelho de gelatina, com um ou vários acompanhamentos. São os mais difíceis de preparar do ponto de vista da apresentação. Em geral de uma travessa colocada na mesa de "buffet" servem-se muitas pessoas, nem sempre experientes neste tipo de serviço e muitas vezes desejosas de tirar somente a melhor parte do prato. Para prevenir a desarrumação total da travessa, depois do serviço, deve-se levar em conta o seguinte:

Dar a cada prato um "caráter" determinado. Não apresentar as travessas demasiadamente variadas, ou se-



ja, com mais de 2 ingredientes principais e 2 acompanhamentos diferentes.

Cortar os pedaços em tamanhos proporcionais de maneira que o cliente somente se sirva uma, e no máximo duas vezes, de cada produto diferente.

Fazer aparecer as porções de cada tipo de comestível arrumados igualmente, para que o cliente retire sua parte de forma mais ordenada.

Não colocar o ingrediente principal nem os acompanhamentos debaixo da decoração, para evitar que o cliente comece por desarrumar toda a travessa.

Apresentar os comestíveis de maneira que o cliente possa retirá-lo da travessa (com os talheres de que dispõe) sem prejudicar o conjunto e sem deixá-los cair na toalha.

As travessas com "peças grandes" (pescados, rosbifes, presunto...) devem chegar cortadas ou se deve colocar pessoal experiente para trinchá-las a fim de evitar que os clientes estraguem a peça, a travessa, o buffet e toda a ordem do serviço.

#### *As saladas.*

São hortaliças temperadas com um molho. Por extensão usa-se esta designação para qualquer comestível cru ou cozido e cortado, que se agrupa por mistura simples, com um tempero algo ácido.

Distinguem-se dois tipos básicos de saladas:

*Simple e compostas.*

*Saladas simples.*

São legumes crus ou cozidos temperados com



um molho líquido, ou seja, que não liga os ingredientes.

Os vegetais que se empregam para a confecção de saladas simples devem ser tenros e de sabor pouco pronunciado. Os diferentes tipos de alface, tomate, chicória, cenoura e aipo; repolho branco e roxo, pepino, agrião, rabanete, funcho etc. são as hortaliças de maior uso para preparar saladas simples com legumes crus.

Entre os legumes que se empregam cozidos, contam-se as alcachofras, aspargos, beringelas, beterrabas cenoura, aipo, couve-flor, brócolis, abobrinha, feijão vagem, alho-porrô.

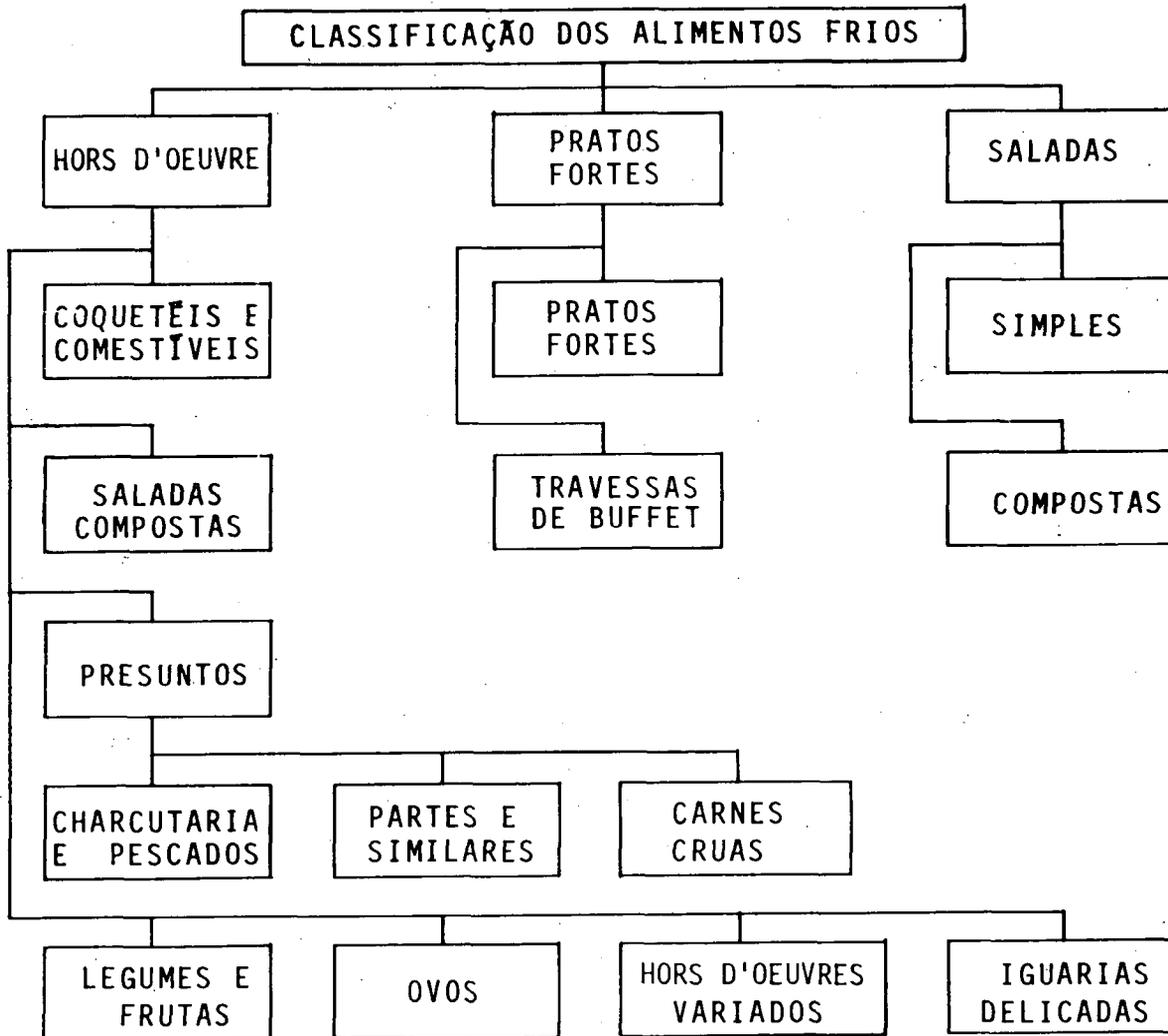
Como tempero utilizam-se os molhos derivados da vinagreta e ocasionalmente temperos especiais como o molho maionese diluída, molhos de mostarda, queijo roquefort, mostarda, creme azedo. As saladas simples servem-se geralmente em saladeiras ou pratos de sobremesa e as saladas são preparadas principalmente para acompanhar pratos fortes. Devem ser leves, refrescantes e concordar com o ingrediente principal que guarnecem.

#### *Saladas mistas.*

São saladas simples preparadas com vários legumes. Consideram-se mistas, tanto as saladas em que as diferentes hortaliças são misturadas, como os pratos em que se apresentam várias saladas simples, preparadas separadamente. As saladas compostas servem-se principalmente como "hors d'oeuvres". As tabelas são indicadas em síntese na tabela a seguir.



RESUMO:





Definem-se com este termo todos os alimentos líquidos servidos como entrada ao início das refeições ou, excepcionalmente, como prato exclusivo. As sopas são feitas na base da fundos, que se complementam com a finalidade de lhe dar sabor e consistência requeridos.

#### TIPOS DE SOPAS

As sopas são classificadas, segundo a temperatura a que são servidas, em frias e quentes, sendo as últimas as mais frequentes.

Outra forma de classificar esses comestíveis é aquela feita de acordo com as suas características, definidas pelo método de preparação e a composição dos mesmos. Segundo este critério distinguem-se:

*Consomês e caldos.*

*Potages e purês.*

*Creme e veloutês.*

*Sopas especiais, regionais e caseiras.*

#### COMPOSIÇÃO DAS SOPAS

Os elementos básicos das sopas são:

Os *Fundos*, que constituem o elemento líquido de maior volume, sendo básicos para todas as sopas. Da qualidade do fundo depende o sabor, cor e limpidez do produto acabado.

As *ligas* são adicionadas aos fundos para engrossá-los, embora não se empreguem nos consomês, caldos e sopas especiais.

Os *aromáticos* melhoram, modificam ou intensificam o sabor, formando parte da maioria das sopas.



*Produtos especiais* (melhoradores) tornam as sopas mais requintadas.

Além desses elementos básicos, as sopas podem ser enriquecidas com condimentos, guarnições e adornos.

#### AS SOPAS BÁSICAS

São consideradas sopas básicas todas aquelas que levam na sua composição somente os elementos principais e os condimentos que os completam.

Mediante a adição de outros ingredientes, obtêm-se sopas derivadas e compostas.

As principais sopas básicas são:

#### *Consomê*

Esse termo culinário, adaptado da cozinha francesa, quer dizer apurado. O consomê é um caldo reduzido por cocção, melhorado por intermédio da adição de carnes e legumes (aromáticos) e clarificado. É condimentado com sal e cheiro verde.

O caldo empregado na confecção (por exemplo de ave) determina o nome do consomê (consomê de ave).

Na linguagem comum, entende-se por consomê, sem maiores definições, o de gado.

*Consomê duplo* é um consomê duplamente concentrado, ou seja, reduzido à metade do seu volume.

O consomê pode ser servido frio ou quente, guarnecido, aromatizado com um vinho e até mesmo ligeiramente engrossado.

#### *Caldo*

É um resto de cocção em água, utilizado geralmente, como fundo. Como sopa fina (rala), o caldo é empre-



gado em lugar do consomê ou sopa fina de peixe. Os caldos servidos como sopa, devem estar completamente desengordurados e condimentados.

#### *"Potage"*

É uma sopa cujos elementos básicos são: um caldo, diversos legumes e, às vezes, carnes; como condimentos são utilizados sal e cheiro verde. Os "potages" são engrossados transformando em purê parte dos seus ingredientes e acrescentando uma liga como o "roux" ou simplesmente submetendo a um super-cozimento, to dos ou alguns dos ingredientes.

Os "potages" são as sopas mais completas e, muitas vezes, são servidas como pratos fortes.

Sopas de diversos tipos, são formas de "potage".

As sopas não são engrossadas intencionalmente. A liga que podem apresentar, resulta do supercozimento dos legumes que as constituem.

#### *Sopa tipo purê*

É um "potage" cujos ingredientes foram passados na peneira. Ao passar na peneira os purês já ficam ligeiramente engrossados. Caso a liga seja insuficiente, acrescenta-se "roux" a esta sopa. Alguns purês são enriquecidos com ligas finas ou creme de leite.

#### *Creme*

É uma sopa cujos componentes básicos são: um caldo que lhe dá sabor e nome, leite ou creme de leite para enriquecê-la e uma liga. Como liga dos cremes, são utilizados cereais (cozidos no caldo) ou "roux" branco.

Outro método de preparar cremes consiste em "alargar" um molho bechamel com o caldo básico concentrado.



O creme é enriquecido com creme de leite ao final do cozimento e, as vezes, se acrescenta para acentuar o sabor, um purê de legumes ou carne.

Depois de preparado, o creme deve ser passado na peneira bem fina (etamine).

"Velouté"

É uma sopa parecida ao creme. Liga-se com "roux" e se melhora com uma liga fina à base de creme de leite, gemas de ovo e manteiga.

O "velouté" leva, às vezes, uma guarnição de acordo com o seu fundo, por exemplo: "veloutés" de carne ou ave, legumes miudos etc.

As sopas especiais, regionais e caseiras são produtos de cozinhas tradicionais típicas, que não podem ser classificadas nos grupos anteriores. O processo de elaboração varia em cada sopa, e não existe uma sopa básica que permita agrupá-las.

#### AS SOPAS COMPOSTAS E ESPECIAIS

São sopas, geralmente básicas, às quais se acrescentou guarnição ou condimento particular.

As principais sopas compostas são apresentadas no seguinte quadro:



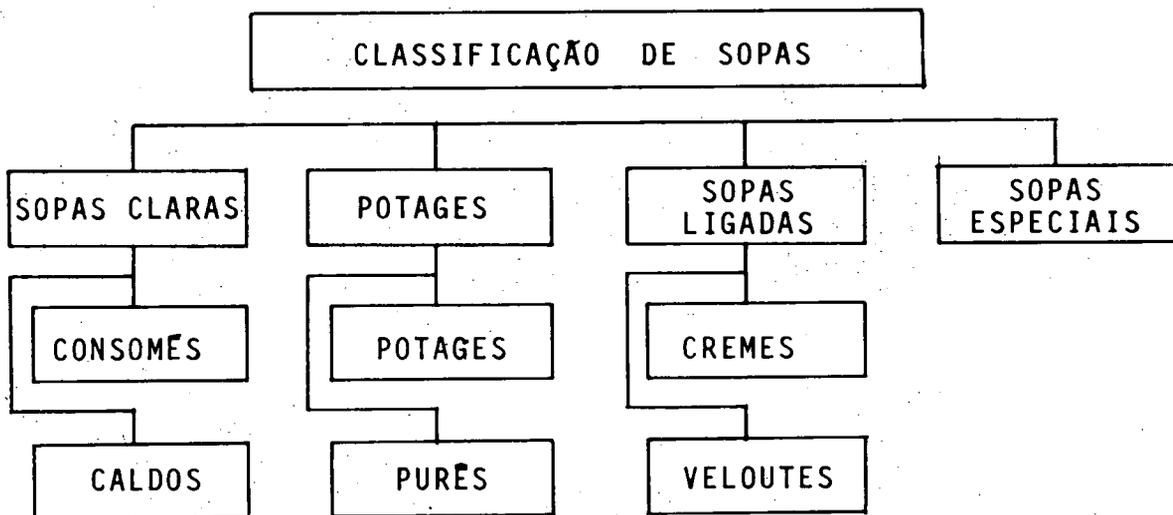
BASE	GUARNIÇÃO	NOME DA SOPA COMPOSTA
CONSUMES QUENTES	Polvilho, purê de tomate, juliana de ave Beterraba, nabos, aipo cortado em dados "Crepas" salgadas, em juliana Beterraba, nabos, ervilhas vagem (em juliana) Caldo de carneiro com cevada abri lantada Fios de ovos e juliana de espina-cas Legumes cortados em juliana Caldo de ave, dados de "royal", "brunoise" Caldo de ave, dados de "royal" Massa de ovos, farinha d leite, fios no caldo	Consomê AURORA Consomê BRUNOISE Consomê CELESTINA Consomê COLBERT  Consomê A ESCOCESA Consomê A FLORENTINA Consomê JULIANA  Consomê A PARISIENSE Consomê ROYAL Consomê XAVIER
Consomê frio	Carne bovina fervida, tomates, pimentões cortados em dados	Consomê MADRILENO
"POTAGES" NATURAIS	Beterraba, nabos, couve, batata, feijão Batatas em dados, alho porrô, man teiga, creme de leite Legumes, purê de tomate, massas ou arroz, toucinho Carne bovina, toucinho, alho por rô, feijão, ervilha	"Potage" GARBURE "Potage" PARMENTIER  MENESTRA  MARMITA A PAISANA
POTAGES PURES	Purê de beterraba Purê de ervilhas Potage crecy ligado com polvilho Purê de feijão branco e vermelho	"Potage" CRECY "Potage" SAN GERMAN "Potage" VELOURS "Potage" CONDE



CREMES E VELOUTES	Pontas e caldo de aspargos Manteiga e carne de lagosta Creme de leite, brandy Ervilha Couve-flor em purê Creme de ave, liga fina Arroz, tomates em dados	VELOUTE ARGENTIL BISQUE DE LAGOSTA  CREME CLAMART CREME DUBARRY CREME À RAINHA CREME SOLFERINO
-------------------	--	--

RESUMO

A classificação geral das sopas, segundo sua característica, é a seguinte:





São pratos leves servidos antes do prato principal, às vezes para iniciar o menu, outras vezes, após uma sopa ou entrada fria.

As entradas quentes são servidas para estimular o paladar e balancear o menu.

#### CARACTERÍSTICAS GERAIS

A variedade de entradas quentes é incontável. Em princípio, todas as comidas que são servidas como base ou acompanhamento de pratos fortes, podem ser apresentadas como entradas quentes. Na sua função de aperitivo, as entradas quentes devem ser gostosas, sem chegar a ser picantes. Uma entrada muito condimentada, exigirá que o prato forte que vem a seguir tenha um sabor mais pronunciado ainda, caso contrário pareceria insosso. Por outro lado, é importante que a porção seja uma quantidade certa de alimento. Uma entrada excessiva deixa o comensal sem apetite para o prato forte, ao passo que, uma entrada insuficiente pede uma complementação. As entradas quentes devem ser servidas sempre bem quentes, levar uma guarnição mínima ou, simplesmente, um adorno. O cozimento deve ser realizado, de preferência, no último momento.

#### TIPOS DE ENTRADAS QUENTES

Dentre a grande variedade de comidas que podem ser apresentadas como entradas quentes, podem ser destacados os seguintes grupos:

*Cazuelita, "zarzuela", conchas de moluscos e frutas.  
Barquinhas tarteletes.*

*Volovanes, "bouchês", meias-luas e outros à base de mil folhas.*

*Crepes, panquecas e "waffles".*

*Croquetes e "Cromesquis".*

*Empadas.*

*Duquesas e "eclaires", "ramequins" e filhós.*



*Nhoques.*

*Massas italianas, canelones e lasanha.*

*Arrozes.*

*Musselinas e espumas.*

*"Timbales".*

*Souflês.*

*Ovos.*

*Legumes.*

*Outras (especialidades internacionais e combinações das anteriores).*

*Cazuelita*

Entrada que recebe o nome do recipiente (cazuelita) onde é servida.

É preparada à base de um recheio de sagu, salpicão ou massa de carne, peixe ou legumes, processada no próprio recipiente ao forno ou salamandra.

Às vezes, as "cazuelitas" são adornadas, antes do cozimento, com um reborde feito com massa de batata à duquesa.

*Zarzuela* prato à base de peixes diversos e mariscos processados numa pequena panela de barro, de origem espanhola e semelhante à cazuelita.

*Conchas de moluscos, crustáceos ou de frutas* como o coco e frutas de casca grossa, são preparadas similarmemente às "cazuelitas", que se processam nestas conchas e cascas em substituição às panelinhas de barro.

*Barquinha*

É uma casca feita de massa quebrada folhada,

em forma de barquinha (fig.1), recheada com salpicão, macedônia de legumes ou purê passado na salamandra.

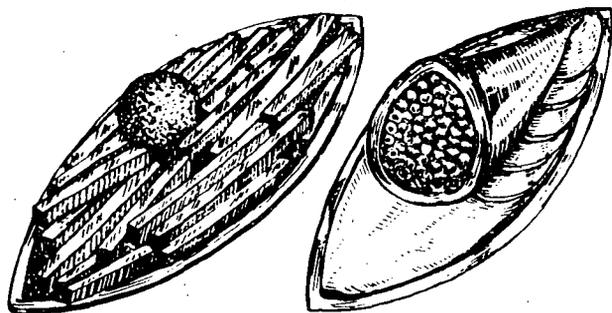


Fig. 1

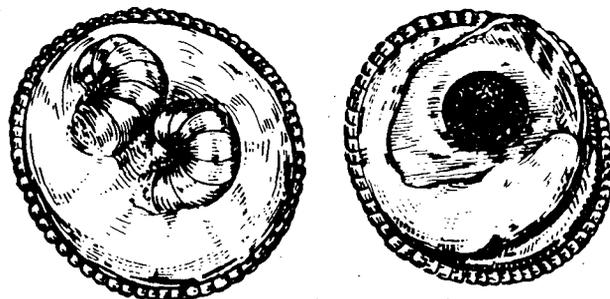


Fig. 2

*Tarteletes* se diferenciam da barquinha pela forma da casca que, nas tarteletes, é circular (fig. 2).

"*Volovanes*"

São massas mil folhas recheadas com algum ragu ou salpicão (fig.3). Os volovanes podem ser preparados como porções individuais (fig.3a), ou em forma grande para vários serviços (fig.3b).

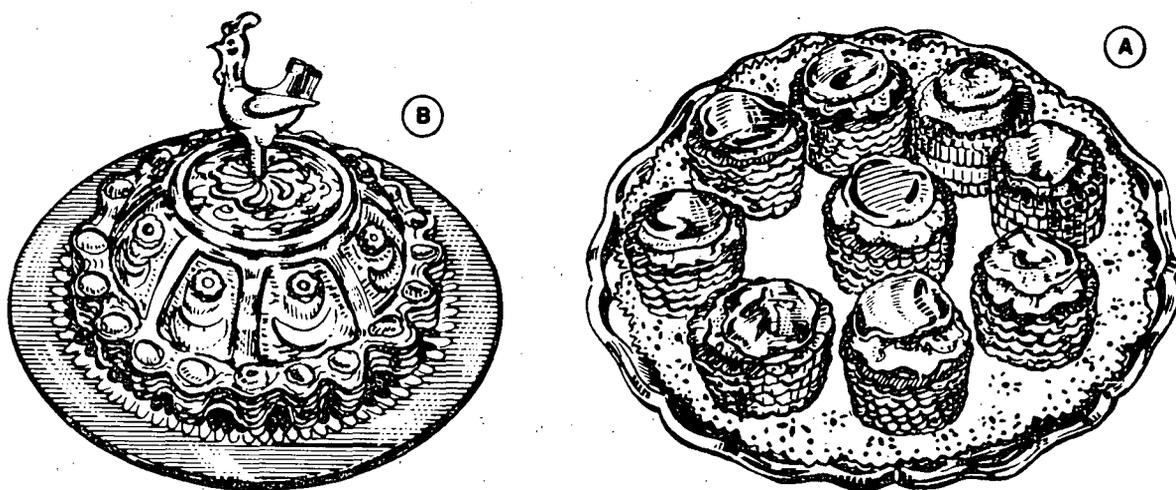


Fig. 3

"*Bouché*" é um volovan " muito pequeno, servindo-se dois ou três por porção.



*Meias-luas ou "fleuron"* são massas folhadas servidas sobre um salpicão ou guisado de carne moída.

"Sacristães" e mil folhas são outras entradas quentes feitas de massas folhadas secas e crocrantes as primeiras e recheadas as outras.

#### *Crepes*

Espécies de omeletes que são feitas com leite, ovos e farinha que, uma vez fritas, são recheadas com guisados de carne moída, salpicões, massas de queijo e acompanhadas sempre com manteiga fresca.

*Panquecas* são preparadas como as crepes, porém, um pouco mais grossas; são servidas com presunto, salsichas tipo Frankfurt, ragus de carne, queijo e acompanhadas sempre com manteiga fresca.

"*Waffles*" são pancakes assadas sobre uma prancha especial. Os "waffles" são apresentados como as pancakes.

#### *Croquetes*

Massas de carne moída ou em salpicão, ligadas com molho bechamel e ovos, modelados com a mão, empanados à inglesa e fritos em gordura. Os croquetes devem ser servidos bem quentes, às vezes guarnecidos com legumes salteados.

"*Cromesquis*" são preparados como os croquetes, porém em lugar de empanados e fritos, envoltos em massa para fritar.

#### *Empanadas*

São massas de carne moída ou em salpicão, envoltas em massa e forneadas ou fritas.

Entre as massas que se podem usar, se encontram massas folhadas, massa de milho, massa quebrada...



### *Duquesa*

São pequenos pastéis feitos com massa escalfada (choux) forneados e depois recheados.

Como recheio utilizam-se diversas massas de carne moída, salpicões e ragus finos.

"*Eclaires*", diferenciam-se das duquesas somente na forma; são mais alongadas e delgadas.

*Filhões* são preparados, também, com massa "choux", mas em lugar de ir ao forno, a massa, é frita em gordura. Os filhoses são recheados com purês de carne, com ajuda de manga e bico.

"*Ramequins*" são duquesas a cuja massa acrescentou-se queijo gruyère cortado em dados pequenos. Ramequins não devem ser recheados.

### *Nhoques*

São pequenas bolinhas de massa cobertas por um molho e podem ser gratinados. São utilizados três tipos de massa para sua confecção: massa "choux" para nhoques à moda parisiense, massa de batata para nhoques à piemontesa e massa de sêmola para nhoques à romana.

Os nhoques feitos com massa escalfada e de batatas, devem ser escalfados antes de gratiná-los; os nhoques a romana, basta cozinhar a massa para depois, levá-la ao forno diretamente. Os molhos geralmente utilizados são: mornay, bechamel ou manteiga escura.

### *Massa italiana*

É uma das entradas mais populares. As massas são cozidas na água e depois salteadas ou ao natural,



com algum molho de acompanhamento. As massas mais consumidas como entrada são: talharins, espaguetes, macarrões, lasanhas, raviolis, fidelinhos e outras similares.

Como molhos são utilizados todas as variações do molho de tomate, bolonhesa, manteiga, salpicões e ragus finos, às vezes, ligados com bechamel e outros.

*Canelones* são massas em forma de tubo, recheados com molho de carne moída, gratinados e cobertos com molho bechamel ou mornay.

*Lasanha* massa cortada em quadrados grandes (6x6cm+), cozida e levada ao forno em camadas alternadas de massa e molho de carne moída, molho bechamel e queijo ralado.

Com as massas italianas deve-se servir queijo parmesão ralado.

#### *Arroz*

Serve-se como entrada quente, misturado com champignon, carne, frango e condimentado com especiarias diversas, dentre as quais se destacam; curry, páprica e outros.

"*El pilaf*" é um arroz à moda turca, feito com carne (especialmente de cordeiro) e um caldo gorduroso.

*Risoto* é um arroz substancioso, típico da cozinha italiana. É cozinhado com um caldo, condimentos e geralmente leva uma guarnição de carne ou legumes.

#### *Musses*

São recheios de carne enriquecidos com creme de leite e ligados com ovo. Às vezes, os recheios são enriquecidos pelo acréscimo de um salpicão de carne, ave ou mariscos. Estas massas são modeladas em forma de bolinhas, cilindros, e devem ser escafiadas. Servem-se napeadas e com um molho para complementar o sabor.



### *Musselinas*

São variações das musses. Preparadas com a mesma massa, diferem, apenas, por serem de menor tamanho.

### *Timbales (espécies de empada)*

São produtos de cozinha francesa clássica. São preparados em moldes untados com manteiga e revestidos de fatias finas de carne, trufas, lagosta... e recheados com um salpicão ligado com bechamel ou ovos. Os timbales assim compostos, são escalfados ao banho-maria, no forno, depois volteados. Servem-se bem quentes.

As vezes são apresentados acompanhados de um molho leve, de acordo com o salpicão.

### *"Soufflé"*

Massa feita com molho bechamel, ovos e, às vezes, uma guarnição de presunto, carne, queijo, legumes... em forma de purê ou picadinho.

Esta massa é vertida em moldes individuais e cozinha no forno. O "sufflé" duplica seu volume durante a cocção e deve ser servido logo que é tirado do forno, para evitar que a massa volte ao tamanho original.

### *Ovos*

Estes alimentos são preparados numa variedade enorme, como entrada quentes. Entre os pratos mais usuais encontram-se os seguintes:

*Omeletes* são massas de ovos inteiros, batidos e grelhados em manteiga. São preparados ao natural, com presunto, ervilhas, queijo ralado, cheiro verde e outros produtos acrescentados à massa ou recheados com algum ragu ou legumes em macedônia ou purê.



*Tortilha à espanhola:* massa de ovos coalhada sobre batatas cortadas em rodelas e fritas em azeite. Às vezes, acrescenta-se à tortilha cebola ou presunto cortados em juliana.

*Ovos escalfados* servem-se sobre base de pão torrado ou de arroz, napeados com um molho derivado do bechamel ou à holandesa e, às vezes, gratinados.

*Ovos fritos* são apresentados simples ou com uma guarnição de presunto, toucinho, salsichas e, às vezes, acompanhados de molho de carne ou tomate.

*Ovos mexidos* são massas como as das omeletes, a que se acrescentou leite para ficarem mais cremosas. Os ovos mexidos são servidos com os mesmos acompanhamentos das omeletes.

*Escalfados, quentes e cozidos,* são mais próprios para o desjejum do que para entrada, embora sejam descritos aqui para manter a seqüência.

Os ovos referidos são preparados em sua própria casca. Chamam-se escalfados os que fervem entre 2 a 4 minutos; são chamados ovos quentes os fervidos de 5 a 6 minutos ficando a gema crua e a clara cozida; os ovos duros são fervidos entre 8 a 11 minutos ficando, neste caso, todo o ovo solidificado.

**Nota:**

*Os tempos de cocção dados, são válidos para regiões cuja altitude não ultrapasse os 1200m sobre o nível do mar.*

*Ovos em "cocotte"* são ovos inteiros, descascados, escalfados ao banho-maria dentro de moldes de porcelana. Às vezes são preparados sobre um salpicão ou ragu fino e complementados com um molho. São servidos sempre pouco processados.



*Ovos modelados* são ovos escalfados dentro de um molde untado, às vezes com adição de um picadinho. São observados dois procedimentos:

- A. Massas de ovos moldeados, preparadas como ovos mexidos a que se adicionam ovos crus, e processados ao banho-maria dentro de um molde e depois volteados.
- B. Ovos inteiros processados como os ovos "cocotte" porém mais cozidos e depois volteados.

#### *Legumes*

Grande variedade desses comestíveis são servidos como entradas quentes. Os seguintes preparados são os mais comumente servidos como entradas quentes:

*Legumes recheados* tais como: beringela, tomate, cebola, couve, alface, pimentão, alho porrô, alcachofra e cogumelo. O recheio consiste geralmente em um salpicão composto da carne do próprio legume, com a adição de um picadinho de carne, frios e um molho "demi-glace" ou bechamel.

Os legumes recheados são processados geralmente no forno, braseados ou estufados.

*Legumes fritos* são preparados de couve-flor, aspargos, beringela coração de alcachofra, cogumelos e outros fungos, em geral previamente cozidos e depois empanados. Os legumes assim preparados são acompanhados, frequentemente, com um molho derivado da maionese.

*Legumes cozidos* como o aspargo, alcachofra, couve-flor e outros são servidos como entrada quente, acompanhados de um molho derivado do holandês, bernesês, bechamel ou manteiga derretida. São gratinados, às vezes.

#### *Especialidades internacionais*

Há uma enorme variedade. Cada país tem suas próprias especialidades. Estes pratos merecem estudo à parte e não são mencionados aqui.





São os pratos que constituem a base de um menu. Podem ser frios ou quentes; compõem-se em geral de um ingrediente principal, base do prato, e um dos vários acompanhamentos.

Os pratos fortes, também chamado segundos pratos ou pratos principais são os mais completos e volumosos de uma comida, e muitas vezes são servidos como pratos únicos.

#### *TIPOS DE PRATOS FORTES*

Existe grande variedade de pratos fortes. Em princípio, todos os pratos comestíveis com exceção dos preparados unicamente como acompanhamento (molhos e saladas simples), podem ser servidos como pratos fortes. Em termos culinários os pratos fortes se classificam pelas características do ingrediente principal. O agrupamento se faz comumente segundo:

- o tipo de alimento*
- o método de cocção e preparação usado.*

#### *BASES DE PRATOS FORTES*

A base do ingrediente principal de um prato, deve ser o produto mais custoso e volumoso do prato forte. Em geral as bases do prato são: carnes, aves, peixes e mariscos preparados de diversas formas.

*O nome do prato faz sempre referência ao ingrediente principal definindo geralmente:*

- o nome do alimento*
- o tipo do corte*
- o método de cocção*

Essas definições podem ser simples, como por exemplo.

- Filé de peixe grelhado*
- Escalope de vitela frita*
- Costela de porco na chapa*



ou termos culinários que por si mesmo indiquem, ao comensal, a característica do ingrediente principal. Entre esses termos citamos:

*Chateaubriand*

*Tornedos*

*Roast-beef*

*etc...*

sabendo o gastrônomo, de antemão, de que alimento se trata e como se prepara o prato.

#### ACOMPANHAMENTOS

São comestíveis, geralmente legumes, massas, molhos ou frutas, frios ou quentes, que são servidos juntamente com o ingrediente principal, com a finalidade de equilibrar o prato. Para que os acompanhamentos cumpram sua função devem-se harmonizar-se com a base do prato quanto ao gosto, quantidade e boa apresentação.

#### EQUILÍBRIO DO PRATO

O equilíbrio do prato consiste na quantidade certa de alimentos para torná-lo

*nutritivo*

*econômico*

*gostoso*

Com o equilíbrio nutritivo trata-se de conseguir que no prato estejam contidas, na quantidade adequada, todas as substâncias necessárias ao corpo humano.

O equilíbrio econômico, procura balancear o valor do prato, através de alimentos de preços mais ou menos econômicos, fixando-se custos ao alcance do comensal.



*Para equilibrar o paladar do prato é necessário observar os hábitos do cliente e compor os pratos de acordo com suas preferências. Salvo exceções, para conseguir o equilíbrio do paladar do prato, de acordo com os "standards" comuns da cozinha internacional, deve-se observar as regras seguintes:*

Combinar ingredientes secos com outras substâncias.

Não anular o sabor do ingrediente principal com acompanhamentos supercondimentados e muito aromáticos.

Não guarnecer os pratos com mais de um molho.

O ingrediente principal deve ser o mais volumoso no prato; o acompanhamento deve ser menos da metade da comida.

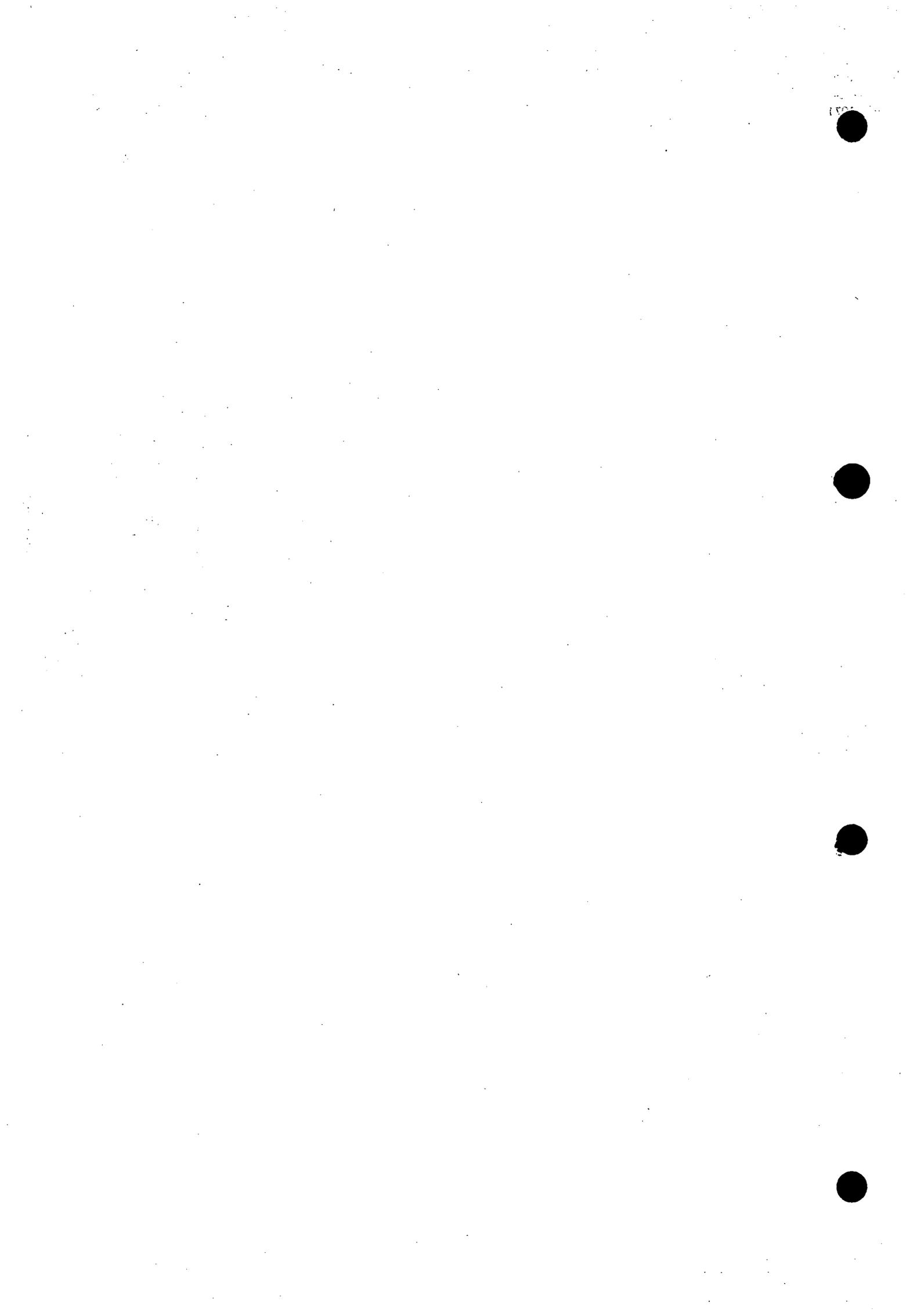
Não servir comidas frias e quentes no mesmo prato.

Não deixar interferir o sabor dos acompanhamentos no alimento de base.

Além das observações acima mencionadas é recomendável seguir todas as normas estabelecidas para a apresentação dos pratos.

#### *Guarnições*

Com este nome se conhecem, na cozinha, composições clássicas de diferentes acompanhamentos.





Tradicionalmente, definem-se como sobremesas os alimentos que se servem como último prato num cardápio. Atualmente, esses pratos se apresentam também como prato principal ou único em refeições ligeiras.

Em sua função de último prato do cardápio, as sobremesas devem encerrar com "chave de ouro" uma refeição.

#### TIPOS DE SOBREMESA

De acordo com a composição e método de elaboração empregado, as sobremesas são classificadas nos seguintes 5 grandes grupos:

*Pastelaria*  
*Sobremesas quentes*  
*Sorvetes*  
*Frutas*  
*Queijos*

Os grupos anteriores podem subdividir-se em tipos específicos de sobremesas, de acordo com a apresentação e preparação.

#### PASTELARIA

Como tal entendem-se todas as sobremesas doces que se servem frias, a exceção dos sorvetes.

As características dos principais tipos de sobremesas agrupadas abaixo neste parágrafo são os seguintes:

##### *Tortas:*

São composições de massa de pastelaria, cremes, eventualmente geleias ou frutas cristalizadas e produtos decorativos. Sua forma pode ser redonda, quadrada ou qualquer outra, de acordo com o molde no qual foi assada a massa. A massa é geralmente um tipo



de biscoito que consiste em mistura espumosa feita de ovos batidos e açúcar, à qual se adiciona farinha de trigo e eventualmente, manteiga, chocolate, nozes, amêndoas e outros produtos de pastelaria. A massa é assada, deixa-se esfriar, recheia-se, cobre-se e decora. Para o recheio utilizam-se cremes à base de manteiga, creme de leite ou massa de supiros, creme de confeito, geléias ou frutas de purê, compotas ou confeitos e outras massas. As tortas se cobrem com o mesmo recheio, como cobertura de chocolate, "fondant", glacês e outros.

#### *Rocamboles*

São camadas de massa de biscoito cobertas de creme ou geléia e enrolados. Às vezes se cobrem com outro creme ou um glacê. São servidos inteiros como as tortas ou cortadas em porções individuais.

#### *"Pies"*

São tipos de pastéis de origem americana. Compõem-se de uma camada de massa podre ou "massa de pie", colocada num molde redondo especial, com recheio espesso à base de frutas, cremes... Os "pies" são assados lentamente e cortados em triângulos, pouco antes de serem servidos para evitar que o recheio seque.

#### *Doces individuais*

Podem ter o mesmo processo de elaboração que as tortas, rocamboles ou "pies". As formas podem ser variadas porém sempre pequenas, ou seja, em tamanhos individuais. Esses doces servem-se em unidades sobre travessas de tamanho médio.

#### *"Petit-fours"*

São biscoitos muito pequenos cobertos de "fondant" ou outros glacês. Servem-se de 2 a 3 unidades por



porções.

*Doces folhados*

São pastéis individuais feitos com massa folhada, as sada e recheada com cremes ou frutas.

Os mais conhecidos são as mil-folhas, canudos, tarta letes, "strudel", "palmier", enrolados e muitos outros mais.

*Doces de pasta "choux"*

São tipos de doces feitos à base de massa cozida moldeada com saco de confeiteiro e assada ao forno ou em banho de óleo. Esses doces se recheiam com creme de confeiteiro ou de "chantilly". Entre os do ces fritos populares encontram-se os sonhos.

As duquezas, lionesas e bombas (éclairs) são as mais populares feitas com a massa assada.

*"Paris-Brest", "Croquembuch" e "Saint Honoré"*

São os doces mais populares na cozinha clássica fran cesa, feitas com massa "choux". Estas especialidades servem-se sempre para várias pessoas, especialmente em mesas de "buffet".

*Doces de massa brioche.*

Esta massa é mais utilizada para fazer pães de luxo do que doces. Sem dúvida três das sobremesas mais populares são feitas com essa massa, panettone, ba bā, savarim.

*"Plum-cake"*

São sobremesas à base de massa especial consistente, feitas de manteiga batida, açúcar e ovos à qual se adiciona farinha de trigo e, eventualmente, frutas cristalizadas, nozes, sabores e condimentos. Es ta massa se assa em formas quadradas ou redondas. O "plum-cake" corta-se em fatias e pode ser polvilhado de açúcar impalpável.

*Creμες*

São preparações quase líquidas que se confecciona com creme de leite, ligadas com fêculas, ovos ou getinhas.

*Creمة de pastelaria*

É um creme básico que se prepara com leite, ovos, açúcar, fêcula e farinha de trigo.

Este creme serve-se em copos, ao natural, ou aromatizado com algum sabor. Também se utiliza como recheio em diversos doces.

*Manjar branco ou "Blanc manger"*

É um creme gelatinoso que se prepara com amêndoas raladas, leite ou água, açúcar e gelatina.

*Creمة bãvaro*

É um creme preparado com leite ou suco de fruta, ovos e sabores, enriquecida com creme de leite e ligada com gelatina. É endurecido em forma e servido desenformada.

*Creمة chantilly*

É o creme de leite batido com açúcar, às vezes perfumada com vanilina.

*Carlotas frias*

São sobremesas "volteadas" que têm como base o creme baviera, e que se perfuma e solidifica em moldes revestidos de biscoitos.

*"Flans"*

São sobremesas parecidas com cremes. Sua preparação se faz atualmente de duas maneiras:

Preparação natural: consiste em escalfar uma mistura quente de leite com ovos e açúcar. Esta composição, colocada em formas "carameladas", solidifica-se no banho-maria.

Preparação com materiais sintéticos: substituem-se os ovos por um pó para pudim (à base de gelatina). A massa quente se engrossa com o emprego do frio, encurtando seu tempo de preparação.



Os pudins servem-se geralmente desenformados com creme "chantilly", cerejas etc.

#### *Suspiros*

É uma massa espumosa feita de claras de ovos, batidos com açúcar, aromatizada e assada ao forno.

Os suspiros podem ser: duros, secos e moles.

#### *Pudins*

É uma sobremesa preparada com biscoitos ou outra massa cozida e picada, às vezes misturada com frutas cristalizadas molhadas com leite, açúcar e ovos, aromatizada com um licor e cozida ao banho-maria.

#### *Gelatinas*

Preparam-se quase exclusivamente com produtos gelatinosos sintéticos de excelente qualidade, fornecidos pela indústria. A esses produtos acrescenta-se apenas água quente e se deixam coagular em formas ou vasilhas de serviço (copas) pela ação do frio. As gelatinas podem apresentar-se com várias cores e sabores, com ou sem adição de frutas. Servem-se bem frias (não congelados) e se decoram com creme chantilly, merengue ou frutas.

Fora da pastelaria acima descrita existe uma infinidade de outros tipos, muitos deles de caráter regional ou caseiro.

#### *SOBREMESAS QUENTES*

São produtos típicos dos países frios. Servem-se especialmente em hotéis ou restaurantes de primeira categoria. Os mais conhecidos são os abaixo descritos.

#### *Omeletes francesas*

É uma massa de ovos inteiros batidos, misturados e endurecida na manteiga quente. Preparam-se ao natural e logo se recheiam com geléias ou são flambadas com algum licor.



*"Omelete Soufflé"*

É uma espuma de claras de ovos com açúcar e gemas de ovos misturadas, que se molda em cima de uma travessa e leva-se a dourar ao forno.

*"Omelete Surprise"*

É uma sobremesa de luxo que se serve geralmente em banquetes. Compõem-se de um sorvete montado sobre um base de biscoito e coberta com massa similar à da "omelete soufflé". Esse preparado leva-se ao forno e flamba-se com licor ou brandy.

*O Soufflé*

É uma massa feita de molho tipo bechamel, ovos e sabores de algum licor ou guarnição de frutas.

*Panquecas*

São um tipo de doces feitos de leite, ovos e farinha de trigo; a massa é frígida em frigideira bem fina, com 15 cm de diâmetro. As pancakes se recheiam e servem banhadas num caldo à base de suco de frutas, licor, chocolate ou creme.

Os "Waffles" são preparados com a massa parecida com a das pancakes. São assadas numa peça quadriculada e são mais espessas que as pancakes. Estas sobremesas se acompanham geralmente com xarope ou mel de abelha, nozes picadas e manteiga fresca.

*SORVETES*

São manjares líquidos e cremosos, gelados. Distinguem-se sorvetes batidos numa sorveteira, sorvetes de moldes e produtos especiais de sorveteria. Há dois tipos de sorvetes feitos na sorveteira:

*O sorvete de creme ou de leite.*

*O sorvete de frutas.*



O sorvete de creme ou de leite se faz com uma composição de leite (ou creme de leite), açúcar e ovos inteiros a qual se adiciona um sabor determinado. Entre os gelados de creme mais populares contam-se os de baunilha, "mantecado", chocolate, café, caramelo, ...

Os sorvetes de frutas preparam-se com um purê, suco ou polpa de frutas frescas, água ou açúcar, assim como um aglutinante que pode ser a clara de ovo ou um produto gelatinoso.

O "Soft ice" (sorvete suave) é um sorvete de creme ou de fruta feito numa sorveteira especial, de congelação contínua. O "soft ice" é mais cremoso e mole que os sorvetes comuns.

Os sorvetes de moldes básicos são:

*Os parfais*

*As cassatas*

*As bombas geladas*

Os "parfais" são massas feitas de ovos inteiros batidos, bem espumosos, com açúcar e misturadas com igual proporção de creme de leite batido e adição de sabores (licores, essências, frutas picadas ou em purê etc...). Estas massas se congelam dentro de um molde até solidificação completa e se servem cortados em fatias.

As cassatas são sorvetes de origem italiana, e se preparam como os parfais. A massa básica compõe-se de creme chantilly, suspiros e aditivos de sabor. As vezes se preparam combinando a massa básica com um sorvete feito na sorveteira.

As bombas geladas compõem-se em geral das massas básicas de sorvetes, as quais se congelam juntas em molde semi-esféricos ou de bomba. Habitualmente uma das massas é um sorvete de sorveteira, com o qual se revestem as paredes dos moldes, e a outra massa



É um parfait ou uma cassata que ocupa o centro da bomba.

Com o nome de produtos especiais de sorvetes definem-se manjares que por seu aspecto, sabor e consistência lembram os sorvetes antes mencionados, mas cuja preparação difere dos métodos básicos de elaboração. Trata-se em geral de especialidades regionais; entre os mais conhecidos citam-se o granité, o sabayon, o arroz glacé e o "raspado".

#### ESPECIALIDADES

Com os diversos sorvetes acima descritos preparam-se as chamadas especialidades de gelados. São sobremesas nas quais se combinam, seguindo um método de preparação particular, um ou vários dos sorvetes básicos com outros ingredientes.

Entre estas especialidades, muito em moda atualmente, contam-se:

##### *Os sundaes*

Porção de sorvetes servidos com xarope e, guarnecidos com frutas e nozes picadas e coberto com um creme, (creme chantilly ou marshmallow). Os sundaes servem-se em taças de vidro, especiais, sobre pratos de sobremesas ou em vidros de "banana split".

##### *Os "ice cream soda".*

Compõem-se de uma porção de sorvetes, xarope de frutas ou natural, água com gás carbônico e uma guarnição de creme chantilly.

Os "ice cream soda" servem-se em copos de vidro especiais.

##### *Os "parfait" americanos*

Sobremesas que se compõem de três tipos de sorvetes, servidos em bolas, dentro de um copo especial ou "vaso tombe". Cada bola vem coberta de um tipo de fruta picada, diferente. O parfait decora-se com creme chantilly e cerejas.



*O "vacherin glacé"*

Sobremesa gelada tipicamente francesa. Consiste de um sorvete de sorveteira enriquecido com creme chantilly, endurecido entre camadas de suspiros duros. O "vacherin glacé" tem geralmente a forma de torta, decora-se com creme chantilly e cerejas e serve-se em fatias.

*O "biscuit glacé" ou biscoito gelado*

É um sorvete endurecido em molde de camadas alternadas de biscoitos e sorvetes, perfumados com um licor. Apresenta-se cortado em fatias.

*"Charlotte" gelada*

prepara-se como a anterior, mas com palitos franceses ao redor do molde e massa de parfait, no centro.

*O rocambole suíço* é um "tronco de árvore" cujo recheio é um sorvete.

**FRUTAS**

São sobremesas de excelente qualidade. Servem-se frescas e preparadas.

As mais importantes sobremesas de frutas são:

*Frutas frescas*

As frutas tropicais grandes como o mamão, melão abacaxi, melancia, etc., cortam-se em triângulos ou fatias e se servem bem frias, com açúcar ou mel e, eventualmente, limão.

*Frutas pequenas* como os morangos e amoras servem-se em copos ou taças pequenas, bem frias, ao natural ou com xaropes simples, açúcar ou creme chantilly. Maças, peras e mangas podem ser apresentados em forma natural ou descascadas.



As frutas antes mencionadas, as laranjas, o mamão, sapoti e outras, podem ser cortadas em dados ou fatias, temperadas (suco de frutas e açúcar) e servidas isoladas ou misturadas, como salada de frutas.

*As saladas de frutas* compõem-se de um ou vários tipos de frutas frescas, limpas e cortadas, temperadas com suco e aromatizadas com vinhos e licores.

#### *Doces*

São sobremesas à base de frutas ou vegetais, confeitadas lentamente num xarope grosso, composto de água, açúcar e condimentos. Enfeitam-se com nata batida e amêndoa ralada e servem-se com queijos brancos suaves.

#### *Compotas*

Frutas escalfadas em xaropes leves, compostos de água, açúcar e algumas vezes especiarias como o cravo da Índia e canela.

*Frutas flambadas* são sobremesas da "alta cozinha". Trata-se de frutas frescas ou escalfadas que se preparam nos restaurantes, geralmente na frente do cliente, num caldo à base de açúcar caramelado, flambado com algum licor.

Além das preparações antes descritas, as frutas se apresentam como ingredientes básicos ou acompanhamentos em muitas outras sobremesas.

#### *QUEIJOS*

São sobremesas não doces, muito populares na cozinha francesa. Têm extraordinárias qualidades digestivas e combinam com qualquer cardápio.

A exceção do queijo creme, todos os queijos servem-se à temperatura ambiental, sobre tábua de madeira ou bandeja já acompanhados de pão e, eventualmente, de especiarias (pimenta, sal, páprika, etc.).



*Os queijos gruyere, gouda etc...* são queijos fabricados em formas redondas ou quadradas e se cortam com a máquina de cortar ou faca inoxidável em fatias finas de uns 3mm de espessura.

*Queijos cremosos* como o camembert, bel-paese, philadelphia, etc... vêm em porções individuais, embrulhadas em folhas de alumínio e servem-se com o invólucro original aberto.

*Queijo branco* tipo requeijão, fabricado de leite coalhado e sal, corta-se em fatias espessas de 5mm de espessura.

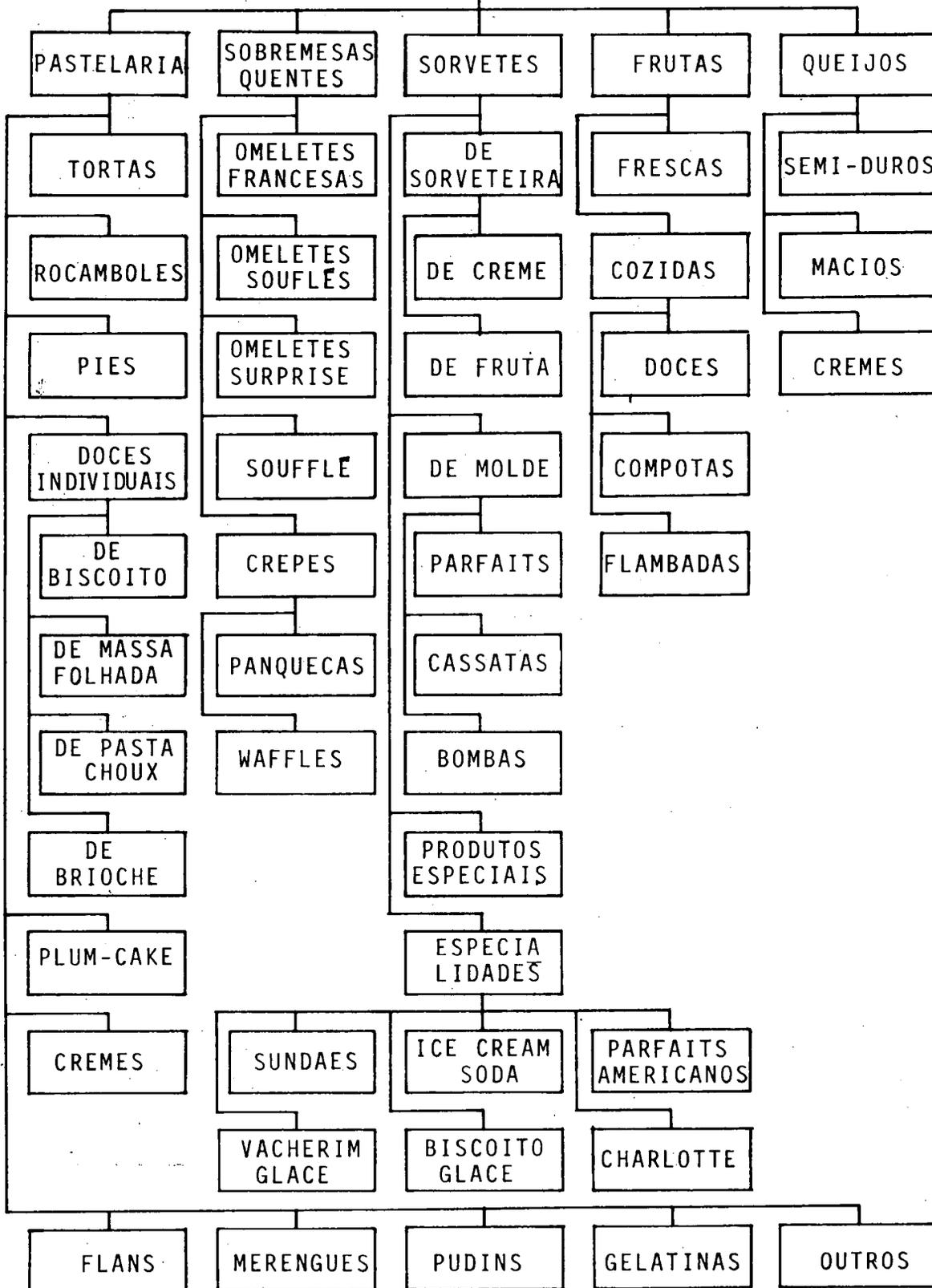
*Queijos semiduros* como o roquefort (ou queijo azul), apresentam-se em fatias com manteiga.

Queijos preparados são aqueles em que o produto original (como por exemplo: roquefort, bel-paese, ou uma simples ricota) passam pela peneira misturados a outros produtos como a manteiga, creme de leite fresco e condimentos.



RESUMO

CLASSIFICAÇÃO DE SOBREMESAS





São comestíveis compostos, tendo por base um tipo de pão com um ou vários alimentos preparados.

Sanduíches e canapês servem-se frios ou quentes, geralmente fora das horas normais da refeição ou, às vezes, em substituindo-as. Encontramo-los também como acompanhamento de bebidas nos bares.

Quase desconhecidos da cozinha clássica, a cada dia adquirem maior destaque na vida moderna; faceis de comer, de digerir e de preparação rápida e simples, constituem a base de alimentação (almoço ou jantar) duma faixa crescente da população.

#### TIPOS DE SANDUÍCHES

Os sanduíches podem classificar-se em:

*Sanduíches frios ou quentes*

*Sanduíches cobertos e abertos*

*Sanduíches simples "de três camadas"*

*Canapês e sanduíches de fantasia*

*Os sanduíches frios fazem-se com pão tostado ou não; todos os ingredientes devem ser frios.*

*Os sanduíches quentes compõem-se de comestíveis frios ou quentes, e são preparados e apresentados sempre muito quentes. Os acompanhamentos desses sanduíches podem ser frios ou quentes.*

*Os sanduíches cobertos levam o recheio sempre entre duas ou três fatias de pão.*

*Os sanduíches abertos têm o recheio sempre sobre uma ou várias fatias de pão.*

*Os sanduíches simples são compostos de duas fatias de pão.*

Os sanduíches de três camadas ou "CLUB-SANDWICHES" são sanduíches cobertos, feitos com três fatias de pão (uma em cima da outra) e o recheio no meio (fig. 1).

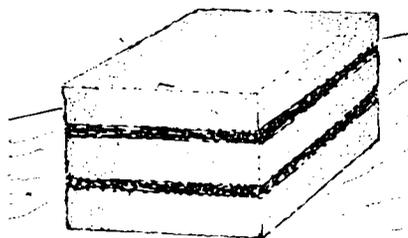


Fig. 1

Fora destes três tipos básicos de sanduíches, existem outros, chamados sanduíches de fantasia, que admitem a mesma composição dos sanduíches comuns e são preparados por processos distintos, segundo as idéias próprias de cada cozinheiro. No trabalho normal das lanchonetes, cozinhas e serviços de copa, os sanduíches de fantasia carecem de importância.

#### COMPOSIÇÃO DOS SANDUÍCHES

Em geral os sanduíches são compostos de 4 elementos:

- o pão*
- o recheio*
- a untadura*
- a guarnição ou decoração*

O pão e o recheio formam o corpo do sanduíche; o elemento para untar serve para melhorar e realçar o paladar; guarnição e a decoração são acompanhamentos para equilibrar o prato e realçar o aspecto decorativo do mesmo.

#### *O pão*

O pão clássico para sanduíches e canapês é o pão de forma ou pão quadrado, sendo feito de farinha de trigo (branca) e levedura.

Além do pão de forma, utilizam-se outros tipos de pão e pãezinhos, tais como:

Pão integral de centeio, "graham", "pumpernickel".

Croissants, pão de leite etc.

Pães especiais

Pãezinhos de diversas formas, preparados em farinha de trigo

Crakers.



O pão deve ser fresco, mas suficientemente firme para manter a forma do produto preparado. O pão muito fresco armazena-se em locais secos, um pouco quente (uns 30°C).

#### *O recheio*

O recheio determina o nome do sanduíche ou canapé. Variedades incontáveis de alimentos nas mais diversas preparações podem ser utilizados como recheio.

Entre os recheios de maior uso encontramos:

Carnes ou aves em diversas preparações e apresentações (bisteque, hamburger).

Produtos de carnes, tais como pasta de fígado, galantinas...

Fiambres como presunto, salsichões, salsichas, toucinho... cortados em fatias, juliana, ...

Ovos e produtos lácteos, tais como queijo e manteiga.

Saladas de vegetais, carnes, aves, peixes e mariscos ligados com maionese ou outros molhos.

Frutas variadas como nozes, tâmaras, uvas, passas e diversas marmeladas e compotas...

Os recheios devem ser moles, sem chegar ao ponto de líquido (em pomada). Os sanduíches devem ser preparados de maneira a poderem ser consumidos sem necessidade de trinchá-los, evitando que o pão fique excessivamente umedecido pelo recheio.



*Elemento para untar:*

O elemento para untar tem por objetivo acrescentar sabor, sustância e corpo ao produto. Salvo exceções, o elemento de untar se estende sobre o pão entre este e o recheio.

Os produtos mais utilizados como elementos para untar são os seguintes:

Manteiga, margarina, óleos vegetais e outras gorduras, em pomada ou líquidos, às vezes misturados com condimentos e pasta de nozes (amendoim), pescados (anchovas, salmão, ...) e outros sabores.

Maionese e molhos derivados, ocasionalmente misturados com pikles picados.

Marmeladas.

Queijos moles e pastas compostas de queijo.

Pasta de ovos, fígado, presunto.

Molhos quentes brancos e de ferrugem, tais como bechamel, molho mornay, "demi-glace" e molhos de carnes.

Condimentos como a mostarda, molho de tomate e outros de consistência similar.

Os elementos de untar sólidos devem ser moles, suaves para passar e de sabor delicado, devendo cobrir um lado do pão com uma camada fina estendida sobre a superfície do mesmo.

Os elementos de untar líquidos usam-se em quantidade muito pequena, para evitar que molhem o pão.

Às vezes, quando se usam recheios molhados (saladas em maionese) não é necessário untar o pão.



*A guarnição e o enfeite*

As guarnições servem para acompanhar os sanduíches como complemento e decoração do prato e para equilibrar o gosto.

A função do enfeite é somente a de melhorar o aspecto decorativo dos sanduíches e dos canapês.

As guarnições e adornos devem ser comestíveis e o sabor, cor, consistência e forma, concordar com o sanduíche.

Nenhum alimento utilizado na composição do sanduíche, deve repetir-se na guarnição ou no enfeite.

As guarnições servem-se junto com o sanduíche, no mesmo prato, ou separadamente.

Entre as guarnições de maior uso encontramos:

Saladas frias e quentes de diversos vegetais e frutas, cruas ou cozidas, e misturadas com molhos para saladas.

Vegetais crus não temperados como abacates, alface tomate,...

Frutas frescas com o uvas, melões em fatias ou torneados, maçãs,...

Frutas cozidas como pêssego, pera, goiaba e outras.

Pickes mistos.

Batatas "chip" e palha.

Além disso, serve-se junto com os sanduíches: caldos, molhos frios e quentes, condimentos.



Como enfeite serve-se:

Azeitonas verdes e pretas.

Tomates em fatias, meia-luas e recheados...

Salsa crespa ao natural ou fritas, folhas de coentro, cheiro verde etc.

Alface em folha, coração ou picados.

Rabanetes torneados em forma de flores ou cortados em fatias.

Champignons e outros cogumelos torneados e cozidos.

Pepinos em conserva e outros tipos de pickes em diversas apresentações.

Frutas frescas como morangos, amoras, uvas.

Mamões, melões, melancia cortados em fatias ou em bolinhas.

Laranjas, limões, tangerinas, abacaxis em rodela ou meias-luas com ou sem casca.

Cascas de laranja com gelatina.

Ovos cozidos picados ou cortados em rodela, meias-luas ou metades, com ou sem recheio.

Ovos de codorna inteiros ou cortados.

Queijos ralados ou cortados em diversas formas.

Esses materiais de enfeite são alguns dos muitos que se podem empregar; depende da imaginação do cozinheiro, selecionar o



enfeite para cada tipo de sanduíche e canapé.

Os enfeites se colocam ao lado ou em cima dos canapês e sanduíches, frescos, às vezes, com palitos.

### PREPARAÇÃO

A preparação dos sanduíches e canapês divide-se nas seguintes fases de trabalho:

*Acondicionamento dos alimentos*

*Composição*

*Preparação*

*Apresentação*

#### *Acondicionamento dos alimentos*

Consiste em dar aos alimentos que vão compor um sanduíche ou canapé a forma, limpeza e consistência apropriada para seu uso,

As operações mais comuns que se empregam são:

- a Limpeza
- b Fracionamento
- c Preparação por mistura, composição, batido...
- d Condimentação

#### *Composição*

Mediante a composição forma-se o produto. Muitas vezes inclui-se a apresentação. É o passo de trabalho mais delicado da preparação e exige um conhecimento exato de cada um dos alimentos que constituem o produto acabado.

Uma vez compostos aparta-se o comestível; isto é, cortam-se as irregularidades ao redor do pão (em caso de pão quadrado).

*Preparação dos sanduiches*

Sanduiches, pães especiais e torradas que se servem quentes são preparados por um dos seguintes métodos de cozimento:

- assado na chapa (entre duas chapas)
- gratinados
- fritos empanados
- assados ao forno

Dos métodos de cozimento enumerados, o primeiro, ou seja, assar na chapa, é o procedimento mais usado.

Ao assar os sanduiches na chapa de sanduiches, deve cuidar-se de não achatar o comestível.

Especialmente os sanduiches feitos com pão muito fresco achatam-se depois entre as tampas da torradeira. Algumas torradeiras vêm com um dispositivo especial para marcar o espaço mínimo entre a tampa e a base do aparelho.

Os sanduiches gratinados são geralmente feitos abertos e o recheio coberto por uma capa fina de queijo (ralado ou em fatias) ou um molho para gratinar.

Os sanduiches fritos devem ser fechados e fritos em banho de óleo. Nem o recheio nem o elemento para untar desses sanduiches deve estar muito gorduroso. Antes de fritar, esses sanduiches são espetados com palitos e empanados em farinha de trigo, ovo batido (sem leite) e farinha de pão fresco. Esses sanduiches em geral, são fritos em cestos introduzidos na fritura quente (180°C), evitando-se que nadem na gordura. Também podem ser fritos em fornos ou salamandras, sobre frigideiras com gordura. Os sanduiches fritos devem dourar-se rapidamente e ao empa-



nã-los deve cuidar-se de que o ovo batido não seja absorvido pelo pão e pelo recheio.

Os sanduíches assados ao fôrno devem ser abertos, cobertos de uma massa que se utiliza para "soufflês" (que tem como base bechamel e ovos), e alguma variedade de doce em pasta ou queijo.

*Apresentação dos sanduíches e canapês*

Os sanduíches apresentam-se ao cliente de duas maneiras:

Servidos em um prato

Embrulhados

*Os sanduíches embrulhados* servem-se, em geral, sem guarnição ou enfeite. É importante nesse tipo de apresentação embrulhar o comestível em papel de boa qualidade, não absorvente e preferivelmente transparente. O melhor invólucro, que dá melhores resultados de apresentação é o Celofane. O invólucro deve ajustar-se bem ao tamanho do sanduíche, que pode ser empacotado inteiro ou cortado em duas peças.

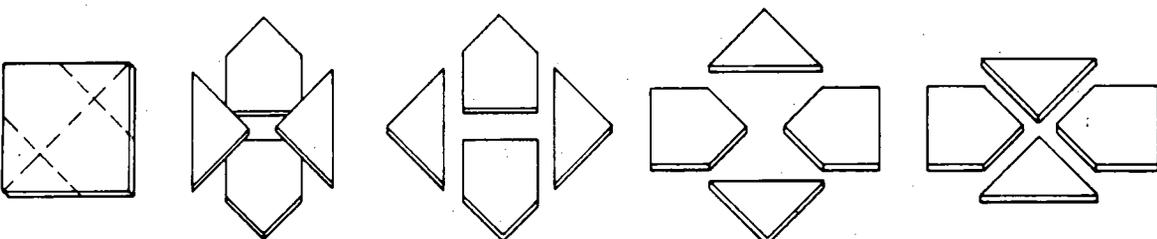
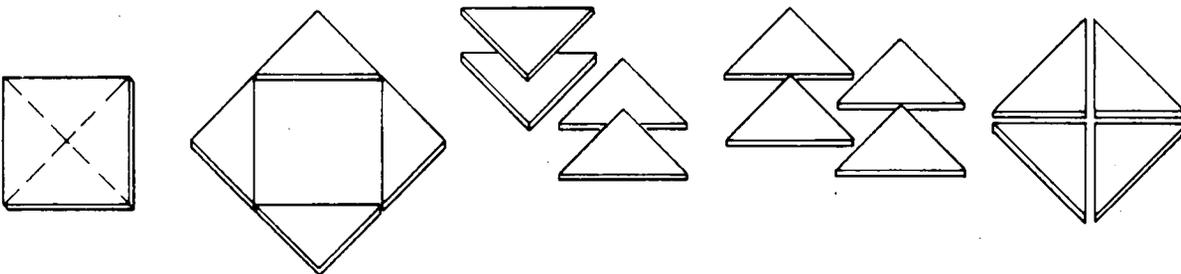
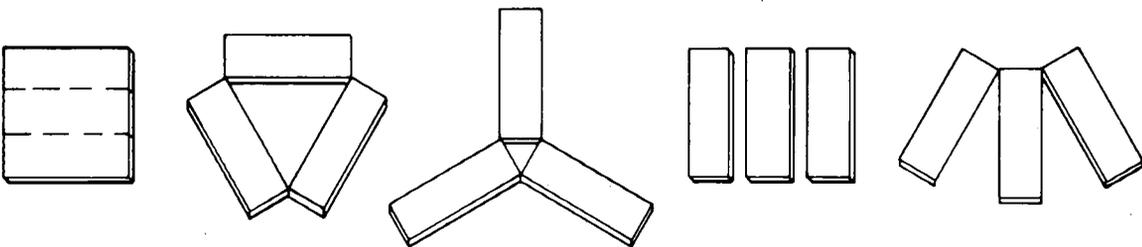
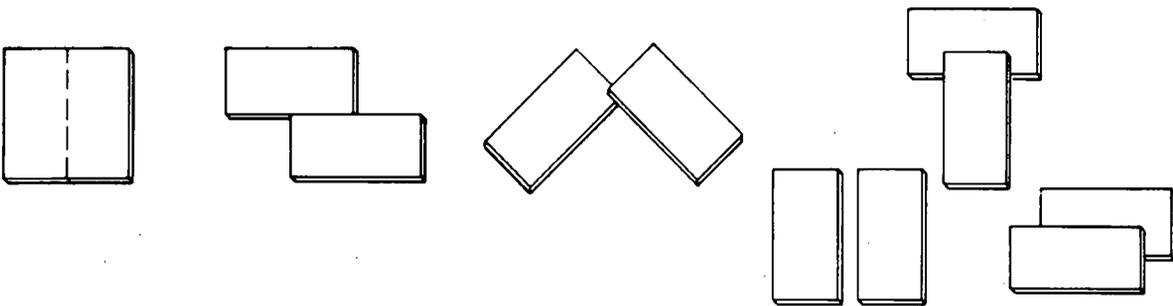
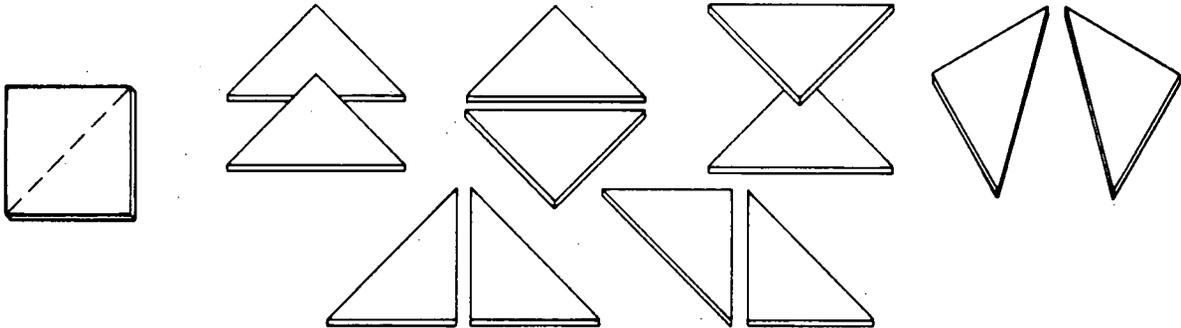
Os sanduíches de três andares (club) podem cortar-se em quatro triângulos, empacotando-se cada parte separadamente.

*Os sanduíches servidos nos salões*, são apresentados em pratos ou travessas.

Considerando-se que todos os sanduíches levam guarnição ou enfeite, não é aconselhável usar guarnição ou enfeite entre o papel e o sanduíche.

*Os sanduíches fechados*, apresentam-se sempre cortados em dois e às vezes em quatro pedaços, segundo o tipo e o tamanho do pão. Existem muitas maneiras de cortar o sanduíche; na página seguinte estão assinaladas algumas maneiras de como podem ser cortados e arrumados nos pratos, sanduíches fechados feitos com pão de forma (fig. 2).

Fig. 2





*Os canapês* cortam-se na forma e tamanho desejado, se enfeitam e apresentam geralmente em travessas.

*Os sanduíches abertos* podem servir-se inteiros ou cortados, e são apresentados como os sanduíches fechados.

*As guarnições* e enfeites colocados junto ao sanduíche, têm a finalidade de complementação; jamais devem exceder em quantidade e custo o preço do próprio sanduíche.

Não é elegante servir os sanduíches espetados em palitos. Quando é necessário o uso de palitos para manter a forma esses devem ser decorativos, preferivelmente de plástico ou decorados com azeitonas e rabanetes.

Como toda preparação a apresentação de sanduíches deve ser rápida, especialmente os quentes, que devem ser servidos imediatamente.





São as técnicas utilizadas no preparo de alimentos crus sob a ação do calor. Os comestíveis são cozidos com a finalidade de torná-los mais aptos a ser consumidos; com a cocção os alimentos tornam-se mais tenros e digeríveis, adquirem sabor particular e, em sua maioria, ficam esterilizados.

A prática dos métodos de cocção faz-se de acordo com regras determinadas, e constituem a essência do trabalho do cozinheiro.

#### TIPOS

Distinguem-se duas formas básicas de cozinhar alimentos.

*A cocção rápida ou com calor seco.*

*A cocção lenta ou com calor úmido.*

A cocção rápida ou com calor seco pode ser aplicada a todos os alimentos tenros, em cujas fibras moles é fácil penetrar o calor. Nos métodos com calor seco, mais que o amolecimento, constata-se uma troca de sabor devido a cocção dos sucos dos comestíveis.

Os métodos clássicos de cocção rápida são:

*Assar ao forno*

*Gratinar*

*Assar na chapa ou na grelha*

*Frigir e saltear*

*Fritar*

A cocção lenta ou com calor úmido amolece os alimentos. Nesse procedimento o vapor de água penetra entre as fibras e quebra sua consistência. Com a aplicação dos métodos de cocção lenta os comestíveis perdem em parte o sabor e valor nutritivo. Geralmente as substâncias aromáticas dos alimentos passam para o líquido transmissor do calor, concentrando-se no fundo.



Os métodos tradicionais de cocção lenta são:

*Cozer em água ou vapor*

*Estufar, brasear, guisar, "poelê"*

Além das cocções clássicas acima mencionadas existem outras que podem ser chamadas de modernas. Os métodos de cocção modernos são geralmente ultra-rápidos, utilizando por isso procedimentos e equipamentos especiais. Os dois métodos mais usados, são atualmente:

*a cocção por micro-ondas.*

*a fritura à pressão.*

#### CARACTERÍSTICAS ESPECÍFICAS

Os métodos de cocção escolhem-se de acordo com as propriedades do comestível e o sabor e preparação desejados.

*Assar ao forno*

É um método de cocção com calor seco. No forno os alimentos se assam mediante aplicação de ar quente e, algumas vezes, de gordura quente. Distinguem-se três modalidades de assar ao forno, que são usadas de acordo com o tipo de alimento:

assar ao forno alimentos frescos (carnes, aves, legumes, frutas).

fornear massas batidas (espumosas).

fornear massas.

*Assar ao forno alimentos frescos:* é utilizado com carnes, aves, legumes, outros produtos crus ou branqueados. Os alimentos vão ao forno já aquecido. O ar quente e as gorduras (caso sejam utilizadas) agem sobre o alimento formando inicialmente uma crosta sobre toda a superfície do produto. À medida que se continua aplicando o calor, este penetra até o



núcleo do alimento, reforçando a crosta externa. O comestível está "no ponto" quando o calor alcança o centro da peça. Durante a cocção o suco próprio da carne clarifica-se e se expande; a crosta evita que o suco saia do comestível.

Para que o alimento adquira uma cor dourada é necessário untá-lo levemente com gordura ou iniciar a cocção num forno muito quente.

Para conseguir bons resultados nos assados ao forno, é necessário proceder como segue:

iniciar a cocção com "fogo máximo" e reduzir o calor na medida em que o alimento chega ao ponto.

não furar a crosta, nem queimá-la.

molhar o alimento com um fundo de cocção para evitar que a crosta se seque.

não assar demasiadamente o alimento.

deixar descansar o produto antes de cortá-lo, até que o suco interno perca a pressão.

*Fornear massas, como as folhadas, brioche, bombas, biscoitos, pudim, "flan" e similares:* consiste em cozer estas massas ao forno já aquecido, a uma temperatura determinada. Nesse procedimento pode-se ou não formar uma crosta no alimento. Os produtos não se molham e se tocam o menos possível.

Cada massa necessita de uma temperatura determinada para o cozimento. De importância determinante neste método é o vapor de água que se acumula no interior do forno. O vapor produz expansão e aumento de volume do alimento.

O vapor de água é conveniente para fornear massas folhadas, le



vedada, bombas, considerando que os produtos delas obtidos conservam seu volume depois de forneadas.

As massas batidas espumosas e a massa seca, "caem" depois de forneadas com muito vapor; por isso é necessário deixar a porta do forno aberta para que a água vaporizada saia do forno.

#### *Gratinar*

É um processo semelhante ao fornear, diferenciando-se apenas pelo fato que o calor é transmitido por irradiação de um metal quente e age diretamente sobre a superfície do alimento. Por essa razão é necessário um equipamento especial chamado salamandra.

Geralmente os alimentos a serem gratinados são já quase ou totalmente cozidos e recobertos com queijo ou molho apropriado, que forma uma crosta protetora sobre o produto evitando assim que se seque.

Segundo o grau de cocção empregado, distinguem-se três modalidades de gratinar:

*Gratinar completo* é um procedimento de cocção no qual o alimento é submetido ao calor até cozimento uniforme por dentro e por fora. Os alimentos que assim se gratinam devem ser muito sucosos, para que ao invés de secar-se, cozinhem-se.

*Gratinar ligeiro ou tostar*, consiste em obter uma crosta sobre um alimento. Os comestíveis que requerem esse método são sempre cozidos e, muitas vezes, são gratinados no mesmo recipiente no qual irão ser servidos.

*Glacear ou abrilhantar* é uma operação na qual se introduz o alimento por breve tempo na salamandra, afim de dar-lhe brilho. Os alimentos que se glaceam são recobertos de molho e manteiga derretida.



*Saltear ou frigir na frigideira ou na chapa*

Entende-se por saltear ou frigir o procedimento de tostar e cozer comestíveis em gorduras muito quentes (azeite, banha, manteiga clarificada, etc...). Durante este procedimento, aplicado principalmente a carnes cruas, os poros do alimento, ao contato com o calor das gorduras, contraem-se e se fecham hermeticamente de imediato, conservando internamente o suco próprio. O ponto exato de cocção alcança-se no momento em que todo o suco da carne está totalmente consistente. A cocção demasiada (ou seja além do "ponto") e a demora no serviço imediato (deixando o comestível assado "descansar") endurecem o produto, e conseqüentemente prejudicam sua qualidade.

*Assar na chapa ou na grelha*

Tanto os comestíveis a serem preparados, quanto os métodos de cocção, são parecidos aqueles acima expostos. A diferença consiste no fato de que, quando se assa na chapa, a influência do calor sobre o alimento deriva do ar quente (fogo direto e irradiação) em vez da gordura. A função do azeite, com o qual se rega o produto, é evitar que o comestível se prenda a chapa ou grelha.

*Fritar em banho de azeite*

O método de fritar em banho de azeite consiste em preparar os alimentos "no ponto", deixando-os nadar em grande quantidade de gordura quente (azeites vegetais, gorduras animais de alta resistência ao calor). O contato do comestível com a gordura muito quente evita a saída do suco próprio do alimento, que fica assim recoberto de uma leve crosta. Para evitar que a gordura penetre demais no alimento, alguns produtos se empanam. As carnes, peixes, aves e mariscos, assim como vegetais branqueados em água e



aqueles cuja consistência não resistiria ao contato com o azeite, empanam-se com freqüência. Os três métodos de empanar comestíveis para fritar são:

*Empanar:* (ã vienense e ã milanesa) consiste em passar o comestível na farinha de trigo, ovo inteiro batido levemente, farinha de rosca e eventualmente queijo parmesão ralado.

*Recobrir:* (ã la Orly) cobre-se o alimento com uma massa para fritar feita de farinha de trigo, ovos e líquido (ãgua, leite, vinho ou cerveja).

*À inglesa:* Empana-se o comestível em farinha de trigo, regando-o logo depois com uma mistura de leite e ovo, e finalmente, passando-o suavemente numa farinha de pão fresco.

Uma grande quantidade de alimentos podem ser fritos em banho de azeite. O tempo para que possam chegar ao ponto de cocção depende do volume do alimento e da temperatura da gordura. É importante observar que, quanto mais volumoso o alimento, mais tempo é necessário para sua preparação, e a fritura de verá ter menos graus de calor para evitar que se queime a superfície (crosta) antes que seja terminado o procedimento.

#### *Cozer em água*

Assim se chamam os procedimentos de cocção nos quais o calor é transmitido por água quente ou vapor de água. Distinguem-se três modalidades:

*Cozer ou ferver:* consiste em cozinhar os alimentos até o ponto de cocção mediante aplicação direta do calor através de um líquido em ebulição.

O calor da água não é suficientemente alto para permitir a formação de crostas no produto e consequen-



temente penetra entre os poros do alimento guisan-do-o. As substâncias sucosas (líquidas) do comestível misturam-se com a água, diminuindo a qualidade do produto e aumentando a concentração na água até transformá-la em caldo.

Esse é o método de cocção básico para a preparação de todos os fundos e sopas.

*Escalfar*: denomina-se assim uma maneira básica de preparação cujo procedimento fundamental poderia descrever-se assim, se não fôsse paradoxal, "ferver comestíveis sem fervê-los". Na realidade o procedi-mento a ser adotado é muito semelhante ao de cozer descrito anteriormente. Os comestíveis escalfados não chegam nunca a ferver, sendo que se guisam até o ponto de ebulição, ou seja, na temperatura mais alta de água, antes de chegar a ferver.

Com esse procedimento guisam-se principalmente co-mestíveis de alto conteúdo de proteínas (como pre-suntos e outros produtos de charcutarias, ovos, pesca-do e mariscos) que se mantêm em forma compacta, uni-da e sucosa, enquanto a água não chegar a ferver.

A água para escalfar, geralmente são adicionados vina-gre e outros condimentos (ã exceção do sal), que aju-dam a manter unidas as proteínas e dão sabor ao co-mestível. Se o comestível requer sal como tempero, este deve ser posto na água em pequenas quantidades ou, ainda, melhor, ao final da cocção.

A "arte" de escalfar comestíveis consiste em manter a temperatura da água no ponto apropriado. Se a água é fria demais as proteínas se dissolvem e o pro-duto fica aguado e sem sabor. No caso contrário, se se deixa ferver a água, as proteínas se dilatam, se param e o produto, se não se desfaz por completo, fica como um queijo suíço (cheio de buraquinhos).



*Cozer ao vapor:* consiste em submeter os comestíveis ao vapor de água, que penetra no alimento, de fora até o núcleo.

Esse método tem por característica particular não destruir as células nem dissolver as substâncias contidas no alimento, e o calor somente derrete as gorduras.

A cocção ao vapor é muito rápida e recomendável para a cozinha dietética, e se aplica especialmente a alimentos pouco gordurosos.

*Estufar, brasear, guisar, "poêler"*

A cocção com estes métodos realiza-se em duas etapas: o alimento se cozinha ao calor seco, inicialmente em gordura, e termina de cozinhar em calor úmido, transmitido por meio de um fundo e o vapor por este produzido. Este é um método de cocção lenta que se aplica principalmente a carnes, aves e mariscos de carne dura e legumes. Além da cocção do alimento, com este procedimento se obtém, como subproduto um molho que serve como acompanhamento da carne.

*Estufar* é o procedimento no qual se emprega muito líquido na cocção. Este líquido, geralmente um fundo composto de gordura, água e substâncias aromáticas, penetra no alimento e o cozinha, depois de salteado, como na cocção com água (por ebulição). Aplica-se principalmente com carnes e legumes cortados miúdos.

*Brasear* consiste em cozer o alimento parcialmente num fundo e parcialmente no vapor de água produzido por este, depois de dourado. O braseado aplica-se preferencialmente em peças grandes de carne, que se cozem em recipientes semi-herméticos (braseiras) ao forno.



Neste procedimento o fundo fica muito reduzido e se mistura com o suco da carne. Ao ferver, o fundo se concentra e volta a penetrar no alimento, em forma de vapor e como líquido.

*Guisar* é um procedimento misto de ferver em água e estufar.

"*Poêler*" assim chamada uma forma de brasear alimentos muitos tenros, os quais normalmente se preparam, por um método de cocção rápida. Durante a cocção os comestíveis são regados constantemente com o fundo de cocção que deve ficar quase totalmente absorvido pelo alimento.

#### *Cocção por micro-ondas*

É um procedimento muito rápido que se faz num forno especial. Os produtos se cozinham por meio de ondas de alta frequência que penetram e atravessam o comestível. Como a cocção é simultânea em todo o volume do alimento, praticamente este não chega a dourar-se. O uso da cocção por micro-ondas não está generalizado e atualmente suas aplicações são limitadas. Utiliza-se principalmente no pré-aquecimento de comidas preparadas.

#### *Fritura à pressão*

É um procedimento misto de frigar em banho de azeite e cozer ao vapor. Os alimentos se cozem numa frigideira fechada hermeticamente. Como consequência o vapor de água produzido pela cocção age como transmissor de calor, produz pressão no recipiente e penetra novamente no alimento.



CLASSIFICAÇÃO DOS MÉTODOS DE COCÇÃO

MÉTODOS TRADICIONAIS

MÉTODOS MODERNOS

COCCÕES RÁPI-  
DAS/CALOR SECO

COCCÕES LENTAS  
AO CALOR UMIDO

COCCÃO POR MI  
CRO-ONDAS

FRITURA A  
PRESSÃO

ASSAR AO  
FORNO

COCCÃO EM  
ÁGUA

ASSAR

FERVER

ESCALFAR

COZER AO  
VAPOR

FORNEAR  
(MASSAS)

ESTUFAR

GRATINAR

BRASEAR

GRATINAR  
COMPLETO

ESTUFAR

GUISAR

"POÉLER"

GRATINAR LI  
GEIRO TOSTAR

GLACEAR  
COMPLETO

ASSAR NA CHA-  
PA OU GRELHA

FRIGIR REFO-  
GAR SALTEAR

FRITAR



Entende-se por conservação de alimentos a preservação dos mesmos contra alterações indesejáveis.

Na cozinha a conservação permite manter, armazenados, comestíveis desde o momento da compra até o serviço na variedade e quantidade que possa revelar-se econômica.

A conservação dos alimentos não melhora os produtos, apenas detêm a ação dos micro-organismos (bactérias e fungos), que causam a decomposição dos comestíveis, tornando-os imprestáveis.

#### PROCEDIMENTOS BÁSICOS DE CONSERVAÇÃO

Para preservar os alimentos de ação dos micro-organismos, usam-se diferentes processos. Inicialmente estes procedimentos se classificam em:

- físicos
- químicos

Destes procedimentos os físicos são os de maior uso na cozinha; apesar de não eliminar totalmente a possibilidade de decomposição dos comestíveis, são os mais simples de aplicar e sobretudo, alteram pouco as características próprias de cada produto.

Entre os procedimentos físicos destacam-se:

- refrigeração
- aplicação de calor
- dissecação

Os procedimentos químicos tem a característica particular de mudar o sabor próprio dos comestíveis, seu uso, conseqüentemente, somente é recomendável quando a modificação do sabor é a realmente desejada para a preparação posterior.

#### MÉTODOS ESPECÍFICOS DE CONSERVAÇÃO

Dentro dos procedimentos básicos de conservação, existem variações que são aplicáveis em casos específicos.

As características destes casos específicos são descritas a seguir:



### *Refrigeração*

Baseia-se no procedimento físico de aplicação de frio. É o método de conservação mais usado na cozinha para manter alimentos em bom estado, durante um período determinado. A refrigeração é a manutenção dos comestíveis a uma temperatura inferior a + 6 e superior a 0°C.

A ação do frio, corretamente empregado, altera pouco as características nutritivas de sabor e aspecto dos alimentos. Durante o processo de refrigeração, consegue-se uma redução (não o desaparecimento) da atividade e reprodução das bactérias.

As desvantagens desse método, com relação ao seu uso na cozinha são:

- a limitação do tempo de conservação.
- a deterioração dos alimentos que pode produzir variações de temperatura nos ambientes refrigerados.
- o alto custo do equipamento e o espaço necessário.

Para compensar essas desvantagens, os alimentos recebem um tratamento que os torna menos volumosos e se providenciam ambientes com as condições adequadas.

A tabela Nº 1 indica as condições de conservação, por refrigeração, mais recomendáveis.



A *congelação* é uma variação de conservação por refrigeração e se consegue a temperaturas inferiores a 0°C. A *congelação* permite uma preservação mais prolongada que a refrigeração.

Durante a *congelação*, a água contida nos alimentos *solidifica* se, e a ação das bactérias é interrompida quase por completo.

A aplicação mais vantajosa deste método consiste numa redução brusca da temperatura a - 40°C e um armazenamento posterior a cerca de - 18° a 20°C. Nessas condições a maioria dos alimentos podem ser mantidos sem perigo de decomposição durante vários meses.

Os inconvenientes da *congelação* são em princípio os mesmos da refrigeração acima de 0°C e mais ainda a destruição que sofrem os alimentos delicados quando se cristaliza as águas nelas contida. Na tabela nº 1 são indicados os tempos e a adaptação para a *congelação* dos alimentos de maior uso.



P R O D U T O	REFRIGERAÇÃO			CONGELAÇÃO			O B S E R V A Ç Õ E S
	°C	CONDIÇÕES	TEMPO SEMANAS	CONDIÇÕES	TEMPO SEMANAS		
Carne de boi	0 a+3	muito boas	3	muito boas	12		Sem limpã-la com gordura
Carne de porco	0 a+3	boas	2	muito boas	6/8		Sem limpã-la com gordura
Carne de vitela	0 a+3	boas	2	boas	6/8		Sem limpã-la com gordura
Carne de cordeiro	0 a+3	mãs	-	mãs	-		Fica rançosa
Carne de carneiro	0 a+3	muito boas	3	muito boas	10		
Toucinho	0 a+3	muito boas	3	muito boas	4/6		
Salsichões fervidos	0 a+3	boas	3	boas	4/6		Ligados
Salsichões crus	+5	boas	8-10	regulares	3		Ligados
Assados, cozidos	0 a+2	boas	1	boas	6/8		Envolta em papel prateado
Carne com molho	0 a+2	boas	1	regulares	2		Em recipientes fechados ou sacos plásticos selados.
Visceras (exceto fígado)	0 a+2	regulares	1	boas	3/4		Totalmente limpos
Fígados	0 a+2	boas	1-2	regulares	3-4		Totalmente limpos
Ossos	0 a+2	boas	1-2	boas	6-8		Arejados
Carne de caça	0 a+2	muito boas	2-4	muito boas	12		Em marinadas, dependurados
Frango, galinhas	0 a+2	regulares	1	muito boas	8-10		Limpos, sem envólucro hermético
Patos e gansos	0 a+2	regulares	1	boas	4-6		Limpos, sem envólucro hermético



INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:  
CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS

REFER.: FIT.039 5/11

COD. LOCAL:

P R O D U T O	REFRIGERAÇÃO				CONGELAMENTO			O B S E R V A Ç Õ E S
	°C	CONDIÇÕES	TEMPO	CONDIÇÕES	TEMPO	CONDIÇÕES	TEMPO	
Caça de plumas	0 a +2	boas	1-2	muito boas	8-10	muito boas	8-10	Eventualmente em marinadas.
Peixes magros	-1	boas	1	muito boas	4-6	muito boas	4-6	Limpos, em ambientes úmidos
Peixes gordurosos	-1	boas	1	boas	1-2	boas	1-2	Limpos, em ambientes úmidos
Peixes curados	+4 a +5	muito boas	3	muito boas	1	regular	1	
Crustáceos	-1	regulares	1	regulares	2	boas	2	Inteiros, crus ou cozidos
Moluscos	-1	regulares	1	regulares	1	regulares	1	Sem casca, no próprio suco
Leguminosas frescas	1 a 3	boas	2	muito boas	10-12	muito boas	10-12	Limpas, pouco arejadas
Leguminosas secas	10-15	muito boas	4-5	muito boas				Livre de odores, sem refrigeração
Couve-flôr	1-3	boas	1-2	boas	8-10	boas	8-10	Inteiras, com folhas, branqueadas
Pepinos	4-7	boas	1-2	boas	6	regulares	6	Inteiros, com pele. Em fatias
Beterraba	1-3	muito boas	14	muito boas	12	muito boas	12	Sem pele. Branqueadas
Nabos	1-3	muito boas	14	muito boas	8-10	muito boas	8-10	Sem pele. Branqueados
Pimentões	1-3	boas	8-12	boas	6-8	muito boas	6-8	Inteiros, secos
Cogumelos	1-3	regulares	4-5	regulares	6-8	boas	6-8	Secos, sem limpar. Branqueados
Couve de Bruxelas	1-3	boas	4-5	boas	8	muito boas	8	Sem limpar, arejadas. Branqueadas



INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:

CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS

REFER.: FIT.039

6/11

COD. LOCAL:

P R O D U T O	REFRIGERAÇÃO		CONGELAMENTO		O B S E R V A Ç Õ E S	
	°C	CONDIÇÕES	TEMPO	CONDIÇÕES		TEMPO
	Couve-flôr, couve	1-3	boas	14		regulares
Folhas de aipo	1-3	boas	8-10	regulares	6	Branqueadas
Raiz de aipo	1-3	muito boas	14	muito boas	12	Sem limpar. Inteiros, cruas ou branqueadas
Aspargos	1-3	boas	8-12	muito boas	8-10	Crus ou branqueadas
Espinafre, acelgas	2-4	boas	6-8	muito boas	10-12	Arejados, secos, branqueados
Legumes para saladas	2-4	regulares	4-5			Impróprios
Salsa, alho porrô, coent <u>ro</u>	1-3	boas	6-8	muito boas		Secos, sem lavar
Rabanetes	1-4	muito boas	6-8			Sem limpar
Tomates	4-7	boas	4-8	más	6-8	Decompõem-se durante o descon <u>gelamento</u>
Purê de tomates	1-3	boas	4-8	boas	8-10	
Milho verde	1-3	muito boas	8-12	muito boas	10	Pouco arejados, com folhas
Batata, mandioca, inh <u>a</u> me, abóbora	6-10	boas	15	-	-	Sem refrigeração
Cebolas	2-4	regular	10-14	-	-	
Batata doce	10-15	boas	15	-	-	



P R O D U T O	REFRIGERAÇÃO		CONGELAMENTO		O B S E R V A Ç Õ E S	
	°C	CONDIÇÕES	TEMPO	CONDIÇÕES		TEMPO
Frutas de caroço	2-4	boas	6-10	regulares	8-10	Limpas, secas
Frutas de sementes	2-4	boas	8-14	regulares	8-10	Perdem a consistência
Baga (exceto uvas e morangos)	1-3	boas	5-6	boas	10	Limpos, secos
Uvas e Morangos	1-3	regulares	3-4	-	-	Limpos, secos e arejados
Frutas tropicais grandes	4-7	regulares	3-4	boas	10	Somente em purê
Cítricos	2-4	boas	8-10	regulares	1	Somente em sucos
Cocos	2-4	boas	8-10	regulares	12	
Abacates	6-8	regulares	3-4	-	-	
Manteiga	1-3	boas	14	boas	8-10	
Queijos	1-3	boas	14	regulares	6-8	Perdem sabor e consistência
Leite e creme de leite	1-2	boas	1-2	regulares	2	
Ovos	1-3	muito boas	8-12	boas	8	Somente massas de ovos
Gemas	1-3	regulares	1-2	boas	8-10	Tampadas
Claros	1-3	muito boas	8-10	boas	8-10	



INFORMAÇÃO TECNOLÓGICA:  
CONSERVAÇÃO DOS ALIMENTOS

REFER.: FIT.039 8/11

COD. LOCAL:

CINTERFOR  
18. Edição  
1971

OBSERVAÇÕES

CONGELAMENTO

REFRIGERAÇÃO

PRODUTO

PRODUTO	REFRIGERAÇÃO		CONGELAMENTO		OBSERVAÇÕES
	TEMPO	CONDIÇÕES	TEMPO	CONDIÇÕES	
Pão e massas de levedu- ra (forneada).	8-10	más	1	regulares	Embrulhadas em papel estanho
Biscoitos e pastéis	8-10	boas	2-3	boas	Com pouca umidade, embrulha- dos
Merengues	8-10	más	1	-	Impróprios
Sobremesas preparadas	1-3	boas	1-3	-	Impróprias
Maionese	6-8	boas	14	-	Impróprias
Creme de leite, cremes	1-3	regulares	1	-	Impróprias
Ovos cozidos	1-3	boas	2-3	-	Impróprios



*Aplicação de calor*

É outro método físico de conservação. Os microorganismos, não podendo resistir a temperaturas elevadas, podem ser destruídos pela ação de calor.

Esse método de conservação consiste em submeter os alimentos à ação do calor, durante tempo determinado.

São conhecidos três tipos de conservação pelo calor:

*Esterilização* conseguida à temperatura de 150°C, eliminando-se a ação dos microorganismos.

*Pasteurização* consiste em aquecer um líquido à temperatura de 70°C, mantendo-o, assim, durante 30m e esfriá-lo rapidamente. A pasteurização destrói a maior parte das bactérias e evita a proliferação de outras, sem realizar, entretanto, completa esterilização.

A pasteurização é processo usado principalmente para o leite.

*Homogeneização* muito parecida com a pasteurização. Submetem-se os líquidos a temperaturas de 80°C, aproximadamente, mantendo-se o calor durante 1 hora para, depois, realizar brusco resfriamento. A homogeneização evita o desenvolvimento de fermentos. Os inconvenientes derivados da aplicação de calor são:

- Cocção total ou parcial do alimento
- Possibilidade de nova contaminação dos produtos, depois de aquecidos.

Esses métodos são empregados, principalmente, pela



indústria de conservas, onde, depois de esterilizados os alimentos são enlatados hermeticamente para protegê-los de nova contaminação.

#### *Desidratação*

Consiste em reduzir o conteúdo de água dos comestíveis. É praticada em carnes, legumes, peixes, leite, ovos e outros alimentos. A desidratação é produzida por exposição ao sol, ar quente etc. Produtos líquidos, como o leite, são desidratados por atomização em ambientes ou sobre rodilhos quentes.

Esse método é usado geralmente pelas indústrias de conservas e charcutaria.

Os alimentos desidratados, com exceção dos líquidos, não podem ser restituídos à sua forma e gosto originais.

*Congelamento-desidratação* um método de conservação moderno, realizado industrialmente. Consiste no congelamento total do alimento e desidratação rápida, no vácuo.

Esse método apresenta os produtos na sua forma original, totalmente secos e fáceis de reconstituir. Os comestíveis assim processados, são guardados em recipientes hermeticamente fechados, durante tempo quase ilimitado.

*Outros métodos físicos* de conservação de alimentos, são as radiações infra-vermelhas, eletrônicas, raios X e micro-ondas.

#### *Conservação por meio do sal.*

O sal é excelente meio de conservação química, entretanto, tem o inconveniente de mudar o sabor dos alimentos. São conservados em sal, carnes e peixes, principalmente.

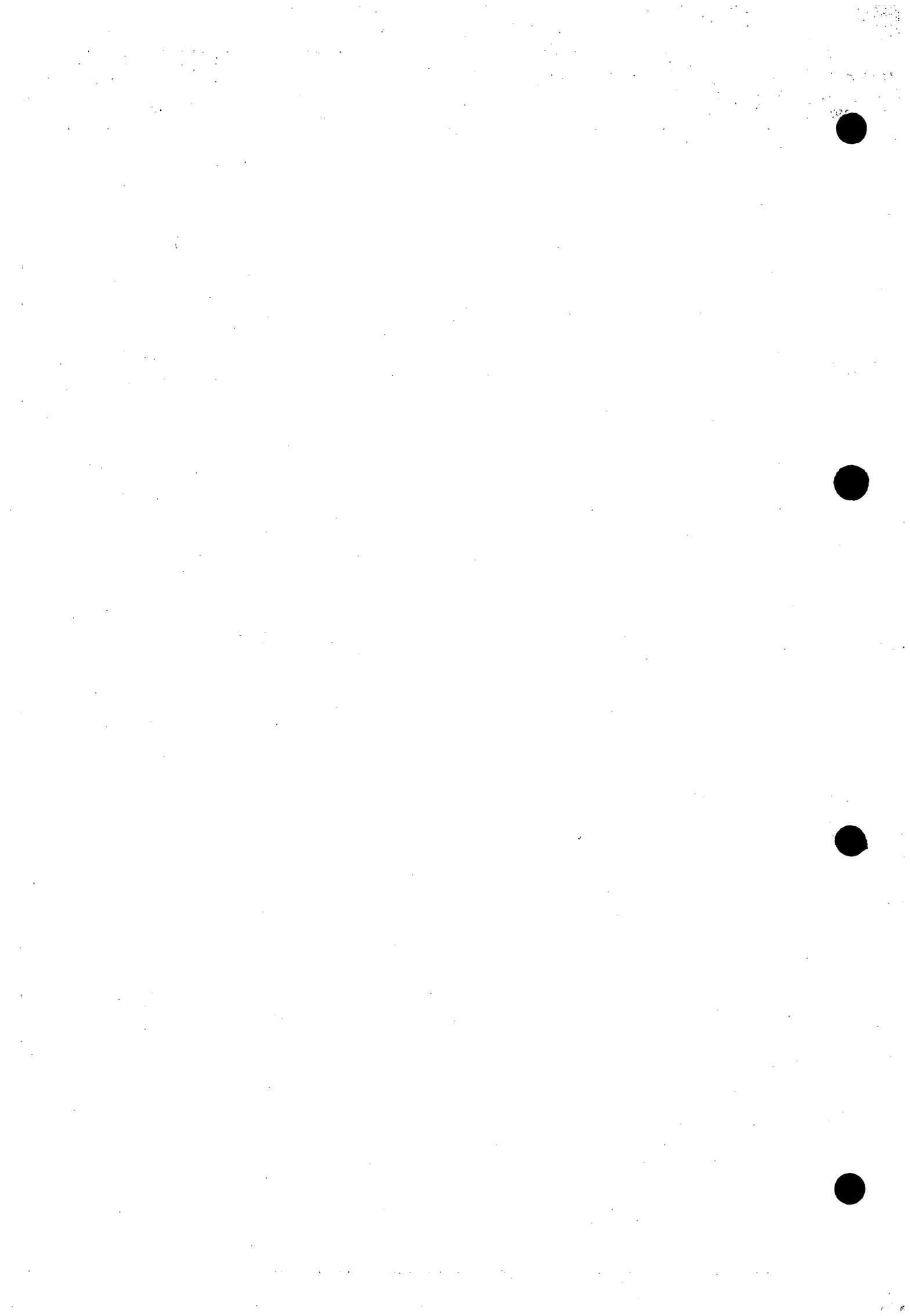


*Salgadura* é o processo de conservação dos alimentos envolvidos pelo sal.

*Salmoura* é uma mistura de sal com salitre (sal de nitro), açúcar e, às vezes, outros condimentos e água. São conservados em salmoura, carnes principalmente. Os comestíveis assim preservados adquirem cor vermelha ou rosada e sabor característico. Os produtos de charcutaria como presunto, são processados em salmoura.

*Fumeiro* é outro método de conservação que se segue geralmente à preparação pelo sal. A fumaça possui enorme eficácia na destruição de bactérias e fermentos. São defumados especialmente carnes e peixes.

A conservação em açúcar, álcool, vinagre e óleos são outros métodos químicos, utilizados principalmente pelas indústrias de conservas e em usos domésticos. Conservar alimentos pelos meios citados acima, assegura preservação prolongada, cujo único inconveniente está na mudança de sabor e aparência.



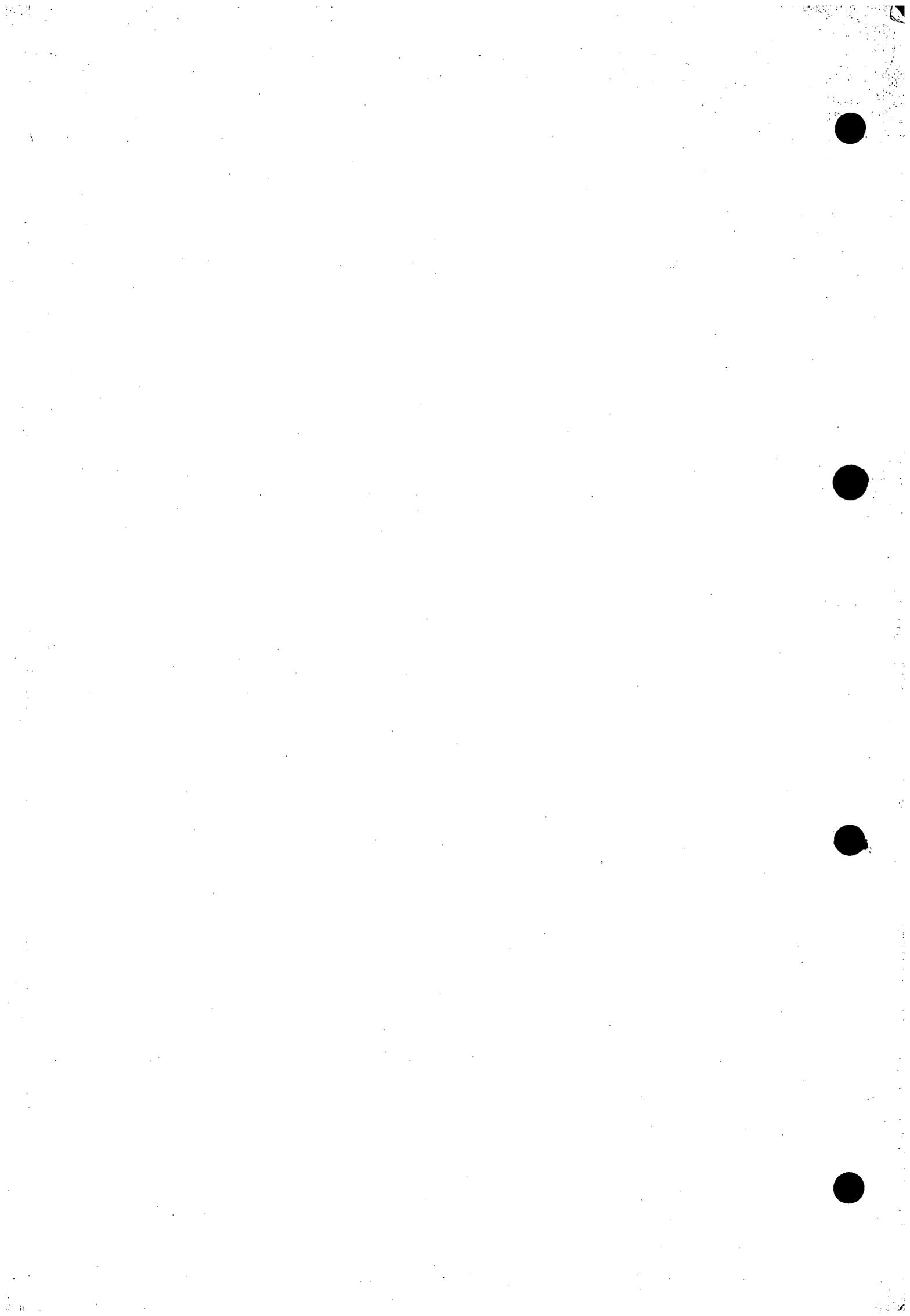


*Salgadura* é o processo de conservação dos alimentos envolvidos pelo sal.

*Salmoura* é uma mistura de sal com salitre (sal de nitro), açúcar e, às vezes, outros condimentos e água. São conservados em salmoura, carnes principalmente. Os comestíveis assim preservados adquirem cor vermelha ou rosada e sabor característico. Os produtos de charcutaria como presunto, são processados em salmoura.

*Fumeiro* é outro método de conservação que se segue geralmente à preparação pelo sal. A fumaça possui enorme eficácia na destruição de bactérias e fermentos. São defumados especialmente carnes e peixes.

A conservação em açúcar, álcool, vinagre e óleos são outros métodos químicos, utilizados principalmente pelas indústrias de conservas e em usos domésticos. Conservar alimentos pelos meios citados acima, assegura preservação prolongada, cujo único inconveniente está na mudança de sabor e aparência.





Entende-se como tal a disposição dos alimentos no material de serviço.

A apresentação dos pratos se faz de acordo com normas culinárias relativas à comercialização dos alimentos. Um dos fatores mais importantes na gastronomia é que a melhor comida perde quando não é apresentada corretamente. Por outro lado, muitos manjares de aspecto pouco atrativo começam a ganhar, quando dispostos esteticamente, bem arrumados e num recipiente apropriado no momento de servi-los.

#### COMPOSIÇÃO DOS PRATOS

As comidas se servem sozinhas, melhor dizendo, o prato se apresenta como alimento único, ou combinado.

Os pratos combinados podem compor-se dos seguintes elementos:

- O ingrediente principal ou base do prato*
- O acompanhamento ou alimento complementar*
- A decoração*

*O ingrediente principal* é, em geral, o comestível mais caro e que determina o nome do prato.

*O acompanhamento* é um complemento do ingrediente principal cuja função é realçar o sabor próprio do elemento básico do prato, equilibrar o valor alimentício e o preço do conjunto.

*A decoração* tem por objetivo ressaltar a aparência do prato, dando-lhe maior estética.

#### SELEÇÃO DO MATERIAL DE SERVIÇO

É determinada pelos seguintes fatores:

- O tipo de serviço*
- A característica do serviço*
- A estética*

*O tipo de serviço*: existem diferentes maneira de servir o alimento num restaurante, de acordo com a técnica que se pratica no estabelecimento; em particular, os manjares apresentam-se geralmente com uma das seguintes modalidades:



- Em pratos, copos e taças
- Em travessas pequenas para uma a cinco pessoas, no serviço à francesa ou à inglesa.
- Em travessas grandes, em serviço de "buffet" ou em carros de serviço.

*No serviço em pratos, cada prato é uma porção individual, ou seja, cada prato deve:*

- Compor-se de um ingrediente principal, o acompanhamento e/ou a decoração.
- Ter harmonia em sabor, colorido e apresentação em cada um dos seus componentes.
- Ser apresentado de maneira que se possa come-lo sem ser entendido em culinária, ou seja os ingredientes devem ser apresentados trinchados e devidamente arrumados.
- Conservar sempre a mesma aparência e sabor, para justificar o nome que o caracteriza e o preço.

*No serviço de travessas pequenas, de uma a cinco pessoas observa-se, em princípio, as mesmas regras acima expostas nos serviços em pratos, levando-se em conta ainda o seguinte:*

- Os comestíveis apresentados em travessas, devem ser divisíveis pela quantidade de comensais para os quais se destinam, ou seja, numa travessa para cinco pessoas não pode haver 6 nem 4 porções de presunto, ovos etc....
- Ao servir, mesmo sem experiência deve cuidar-se que nem a aparência da travessas e nem o comestível servido percam sua qualidade estética.

*As travessas destinadas a um "Buffet" são as mais difíceis de preparar, do ponto de vista do serviço. Em geral, de uma travessa colocada numa mesa de "Buffet" servem-se muitas pes-*



soas, frequentemente inexperientes nestes assuntos e muitas vezes desejosas de apanhar somente a melhor parte do prato. Para prevenir a desarrumação total da travessa depois do primeiro a servir-se, o cozinheiro deve levar em conta o seguinte:

- Dar a cada prato um caráter determinado. Não apresentar as travessas demasiadamente misturadas, ou seja, não mais de 2 ingredientes principais e dois acompanhamentos diferentes.
- Cortar os alimentos em tamanhos de maneira a que o cliente somente se sirva 1 ou 2 vezes de cada produto diferente.
- Fazer aparecer cada porção igualmente desejável para que o cliente retire sua iguaria da forma mais arrumada.
- Não colocar o ingrediente principal, nem os acompanhamentos debaixo da decoração, para evitar que o cliente comece a remexer toda a travessa.
- Apresentar os comestíveis de maneira que o cliente possa tirá-los da travessa (com os talheres de que dispõe) sem destroçar o conjunto e sem que ao retirá-los, caiam em cima da toalha.
- Nas travessas com peças grandes (peixe, rosbife, presunto etc.) esses alimentos devem vir cortados ou, não o sendo utilizar pessoal qualificado em trinchar, para evitar que os clientes desarrumem o comestível, a travessa, o buffet e toda a ordem do serviço.

*A característica do alimento*

Cada tipo de alimento requer seu próprio recipiente. Na tabela Nº 1 assinalam-se as principais iguarias e o material de serviço correspondente:



TABELA Nº 1

	TIPO DE COMIDA	RECIPIENTES	
		SERVIÇO EM PRATOS	SERVIÇO EM TRAVESSAS
COMIDAS FRIAS	Coquetéis de entrada	Taça de coquetel	Taça de coquetel de 2 peças
	Saladas compostas Fiambres, Legumes	Prato médio e raso	Travessas de Cristal porcelana ou metal
	Frutas, ovos, pratos mistos Salada de acompanhamento	Prato médio e prato de salada	Saladeira
COMIDAS LIQUIDAS	Molhos	Molheira	Molheira
	Sopas	Prato fundo ou taça	Sopeira ou taça
PRATOS QUENTES	"Cazuelita"	Panelinhas de metal ou barro	Panelas de metal, barro ou porcelana, sobre travessa.
	Barquinhas, tartelas, "vol-au-vent", panquecas, "cromesquis", empanados, duquesas, "musselinas", omeletes, "timbales", ovos mexidos.	Prato médio ou raso	Travessas ou caçarola de porcelana
	Nhoque	Travessas ou pratos médios	Travessas de porcelana, refratárias
	Arroz	Prato médio ou raso	Travessas de metal
	Suflês, ovos moldados, ovos em caçarolas	Pirex para suflê	Pirex para suflê
	Massas italianas assadas	Prato raso	Travessa de louça ou metal
	Massas italianas salteadas Legumes	Prato fundo Prato médio	Prato fundo ou travessa Travessas ovais ou Legumeiras
Pratos fortes	Prato raso	Travessa de metal	
SANDUICHES	Sandwiches abertos	Prato raso	-
	Sandwiches fechados	Prato médio	-
	Canapês	Prato médio ou raso	Travessas de metal ou cristal



Pastelaria	Prato médio	Travessa com guarda napo
Sobremesas quentes	Prato raso ou <u>m</u> édio	Travessa ou taça
Frutas frescas	Prato médio	Fruteira, cesta, <u>pra</u> to médio
Frutas cozidas	Compoteira ou <u>pra</u> to médio	Compoteira ou prato médio
Sorvetes simples	Taça para sorvete	Taça para sorvete
Sorvetes em bloco	Prato médio	Travessas, suportes de gelo
Especialidades	Taça ou recipientes especiais	Taça ou recipientes especiais
Queijo	Prato médio	Queijeira, tábua de cortar

*A estética em relação com a seleção do material de serviço.*  
Os pratos, copos e travessas para utilização devem estar limpos, secos e polidos e ter o tamanho apropriado.

Ao selecionar os recipientes é necessário ter em conta que:

- Os comestíveis não devem amontoar-se demasiado no prato, nem cobrir o bordo dos mesmos.
- Um recipiente oxidável (de prata) não é apropriado para servir ovos e comestíveis ácidos (saladas).
- Um recipiente defeituoso não apenas deprecia todo o prato, como também seu uso é higienicamente condenado.

Ao lado dos recipientes utilizam-se outros materiais não comestíveis para apresentar os pratos.



De acordo com a escola culinária moderna, esses materiais não devem ir sobre os pratos. Desta regra somente se excetua *os espetinhos, os espremedores de limão, os palitos decorativos, canudinhos e manguito de papel*, ou seja, os materiais que facilitam o serviço e ajudam o cliente durante a refeição. Os os sos, espinhas e nervos próprios do alimento podem ser apresentados junto com os comestíveis para que os mesmos não percam sua forma e aparência natural.

Por outro lado, as travessas devem ser arrumadas unicamente com produtos comestíveis. Bases de pão ou polenta, cornucópias de papel e arame, flores etc. não devem ser servidos sobre os pratos, junto com os comestíveis.

*Um prato deve ser notado pela aparência do comestível.*

De outra forma, são permitidos bases de gelo e enfeites feitos com guardanapos de pano por baixo do recipiente dos comestíveis.

Arranjos florais, candelabros e outros utensílios de adorno, podem ser montados sobre as mesas de buffet, sempre e quando os mesmos sirvam para destacar, (e não eclipsar), os comestíveis.

#### NORMAS PARA MONTAR OS PRATOS

A disposição das iguarias sobre o material de serviço, deve obedecer a certas regras estéticas e culinárias.

Para os pratos compostos de um só ingrediente, regem as seguintes normas:

- A iguaria é colocada sempre no centro do prato.
- O alimento não deve tocar as bordas do recipiente.
- O recipiente deve estar na temperatura adequada; comidas quentes são servidas em recipientes pré-aquecidos e as frias em recipientes frios.
- Recipientes fundos não devem ser cheios até as bordas.



Pastelaria	Prato médio	Travessa com guarda napo
Sobremesas quentes	Prato raso ou <u>m</u> êdio	Travessa ou taça
Frutas frescas	Prato médio	Fruteira, cesta, <u>pra</u> to médio
Frutas cozidas	Compoteira ou <u>pra</u> to médio	Compoteira ou prato médio
Sorvetes simples	Taça para sorvete	Taça para sorvete
Sorvetes em bloco	Prato médio	Travessas, suportes de gelo
Especialidades	Taça ou <u>recipien</u> tes especiais	Taça ou recipientes especiais
Queijo	Prato médio	Queijeira, tábua de cortar

*A estética em relação com a seleção do material de serviço.*

Os pratos, copos e travessas para utilização devem estar limpos, secos e polidos e ter o tamanho apropriado.

Ao selecionar os recipientes é necessário ter em conta que:

- Os comestíveis não devem amontoar-se demasiado no prato, nem cobrir o bordo dos mesmos.
- Um recipiente oxidável (de prata) não é a propriado para servir ovos e comestíveis ácidos (saladas).
- Um recipiente defeituoso não apenas deprecia todo o prato, como também seu uso é higienicamente condenado.

Ao lado dos recipientes utilizam-se outros materiais não comestíveis para apresentar os pratos.



De acordo com a escola culinária moderna, esses materiais não devem ir sobre os pratos. Desta regra somente se excetua *os espetinhos, os espremedores de limão, os palitos decorativos, canudinhos e manguito de papel*, ou seja, os materiais que facilitam o serviço e ajudam o cliente durante a refeição. Os ossos, espinhas e nervos próprios do alimento podem ser apresentados junto com os comestíveis para que os mesmos não percam sua forma e aparência natural.

Por outro lado, as travessas devem ser arrumadas unicamente com produtos comestíveis. Bases de pão ou polenta, cornucópias de papel e arame, flores etc. não devem ser servidos sobre os pratos, junto com os comestíveis.

*Um prato deve ser notado pela aparência do comestível.*

De outra forma, são permitidos bases de gelo e enfeites feitos com guardanapos de pano por baixo do recipiente dos comestíveis.

Arranjos florais, candelabros e outros utensílios de adorno, podem ser montados sobre as mesas de buffet, sempre e quando os mesmos sirvam para destacar, (e não eclipsar), os comestíveis.

#### NORMAS PARA MONTAR OS PRATOS

A disposição das iguarias sobre o material de serviço, deve obedecer a certas regras estéticas e culinárias.

Para os pratos compostos de um só ingrediente, regem as seguintes normas:

- A iguaria é colocada sempre no centro do prato.
- O alimento não deve tocar as bordas do recipiente.
- O recipiente deve estar na temperatura adequada; comidas quentes são servidas em recipientes pré-aquecidos e as frias em recipientes frios.
- Recipientes fundos não devem ser cheios até as bordas.



A colocação das iguarias em pratos combinados é um pouco mais complexa. Primeiro, valem todas as normas mencionadas para os pratos de ingrediente único (excetuando a colocação do ingrediente principal).

Antes de montar comestíveis nas travessas, o cozinheiro deve imaginar o aspecto final que assumirá o prato. Muitos profissionais usam realizar um croquis, indicando as soluções para a colocação dos comestíveis nos utensílios de serviço, antes mesmo de montar o prato.

Para desenhar as travessas, é necessário levar em conta as seguintes recomendações:

*O espelho* da travessa, ou seja, o material que será utilizado para cobrir a superfície do prato (excetuando as bordas, que não devem ser cobertas). O espelho pode ser feito por meio de um aspic, molho, folhas de alface, saladas etc. Os espelhos são utilizados, principalmente, nas travessas grandes e fundas de prata ou cristal.

*O ponto focal* da travessa é aquela parte da travessa que deve atrair a atenção do cliente. Neste ponto, deve ser colocado o melhor pedaço, o ingrediente principal ou o enfeite mais chamativo; algumas vezes, para evitar que o ponto focal seja desarrumado pelo primeiro cliente que se serve em travessas de buffet, os comestíveis que a compõem são apresentados sem trinchar.

É hábito, também, colocar comestíveis trinchados, similares aos que compõem o ingrediente principal, em volta do ponto focal.

*As bases* se utilizam como suportes do ingrediente principal, para destacar aqueles produtos que devem chamar a atenção. Como foi dito anteriormente, estas bases não devem ser puros enfeites, mas comestíveis de acompanhamento.

*Os acompanhamentos* são colocados ao redor, ou ao lado do ingrediente principal. Embora seja necessário apresentá-los bem, sua quantidade deve ser bem



dosada para evitar que abafem o ingrediente principal.

Para facilitar o serviço, é aconselhável utilizar a acompanhamentos que possam ser retirados do prato fa cilmente e, no caso de travessas grandes, que possam ser repostas ainda durante o serviço.

O uso de tomates, pepinos, maçãs, ovos etc. recheios com saladas diversas ou legumes, preenche os requisitos do serviço.

*Os adornos* são os complementos do prato. No croquis do prato são mencionados apenas aqueles produtos que podem ser utilizados como adorno, e a colocação no lugar certo será reservada para o último momento possibilitando, assim, a correção de falhas na montagem do prato.

*As cores dos alimentos* são fatores importantíssimos na apresentação dos pratos.

Nos pratos combinados convém evitar juntar comestíveis da mesma cor. Se por exigências do menu devam ser servidos alimentos de cores semelhantes, pode-se colocar um adorno contrastando com ambos.

#### *Colocação das iguarias*

Na disposição dos comestíveis devem ser procuradas plasticida de e ordem.

- Os alimentos frios cortados em fatias devem ser dobrados para aparentar mais volume.
- Os comestíveis de tamanho reduzido, devem ser dis postos em pequenos montes, sem espalhá-los.
- Os alimentos devem ser colocados de forma ordenada, simétrica e sem misturar-se entre si.
- O conjunto de vários produtos em um prato deve dar a sensação de ordem.

O desenho ajuda a conseguir, durante a montagem do prato, a si metria necessária para uma boa apresentação. Conseguir esta si metria não muito fácil requer prática, segurança e os produtos adequados para cada prato.