



Centro Universitário de Brasília - UniCEUB

FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E DA SAÚDE – FACES

Curso: Superior Tecnológico em Gastronomia

Thalita Moraes Marcanth

Renata Woo Jin Jung

Henrique Fülber Antunes

BRASIL CONTEMPORÂNEO

Brasília, 2014.

Thalita Moraes Marcanth

Renata Woo Jin Jung

Henrique Fülber Antunes

Portfólio

Portfólio apresentado como pré-requisito para conclusão do curso superior de Tecnologia em Gastronomia da FACES - UniCEUB.

Professora Orientadora: Janaína Sarmiento

Brasília, 2014

Thalita Moraes Marcanth
Renata Woo Jin Jung
Henrique Fülber Antunes

BRASIL CONTEMPORÂNEO

Portfólio final prático, apresentado como pré-requisito para conclusão do curso superior de Tecnologia em Gastronomia da FACES-UniCEUB.

Brasília, 28 de novembro de 2014.

Banca Examinadora Trabalho Final Prático (TFP):

Coordenadora do Curso de Gastronomia – UniCEUB

Janaína Sarmiento

Professora da disciplina de Estágio Supervisionado

Janaína Sarmiento

Henrique Salsano

Andréa Almeida

Dedicamos, primeiramente, a Deus por nos guiar, nos dar força, e nos abençoar por toda essa trajetória. Dedicamos também a todos os amigos, parentes, e aos mestres e professores que nos orientaram e nos apoiaram ao longo da realização deste trabalho final prático, de modo que pudéssemos completá-lo com sucesso.

“Cozinhar é como tecer um delicado manto de aromas, cores, sabores, texturas. Um manto divino que se deitará sobre o paladar de alguém sempre especial.”

(Autor Desconhecido)

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
Objetivos Gerais	9
Objetivos Específicos	9
1. APRESENTAÇÃO	10
1.1 Figura 1.....	11
1.2 Figura 2	11
1.3 Figura 3	12
1.4 Figura 4	12
1.5 Figura 5	13
2. ATIVIDADES	14
3. ANÁLISE EMPRESARIAL	26
4. O LABOCIEN	27
5. METODOLOGIA	28
6. CONCLUSÃO	30
7. REFERÊNCIAS	32
8. GLOSSÁRIO	34
9. ABREVIATURAS	38
10. ANEXOS	39
11. APÊNDICE	88

INTRODUÇÃO

O presente portfólio tem por objetivo apresentar cada etapa desenvolvida durante a elaboração do Trabalho Final Prático (TFP), desde a escolha do tema, assim como, os testes práticos realizados das preparações propostas pelo grupo (entrada, prato principal e sobremesa), as avaliações do grupo a respeito das técnicas escolhidas, preparos e resultados finais, aulas teóricas da professora Janaína e convidados, e por fim, a definição dos pratos a serem apresentados para a banca avaliadora no dia da apresentação.

O tema escolhido para ser apresentado como Trabalho Final Prático foi “Brasil Contemporâneo”. A proposta do grupo com o presente tema é de apresentar pratos típicos de algumas regiões do nosso país mesclados a técnicas e preparos de cunho internacional, de modo que serão apresentadas releituras dos pratos escolhidos com apresentações mais modernas.

De forma sucinta, abordaremos algumas técnicas como: cortes específicos de legumes (ensinados na disciplina de Cozinha Básica), fundos (ensinados na matéria de Cozinha Básica e de Cozinha Avançada), clarificação (o qual foi visto na matéria de Cozinha Avançada lecionada pelo professor Luiz Trigo no terceiro semestre do curso, sendo, técnicas focadas na elaboração do molho demi glace, o qual foi utilizado ao longo de todo o semestre), processamento de alimentos (técnica vista em todas as matérias de cozinha quente ao longo do curso), produção e modelagem de massas (vistas inicialmente na matéria de Técnicas Básicas de Panificação e Massas, ministrada pela professora Anna Caribé no segundo semestre, assim como na matéria de Cozinha Italiana dada pelo professor Luiz Trigo), cocção sob pressão (técnica aprendida desde o primeiro semestre na disciplina de Matérias Primas e Planejamento de Cardápios ensinada pela professora Janaína Sarmiento, e em outras matérias como a de Cozinha Avançada e Cozinha Internacional ministrada pelo professor Paulo Seidl), balotines (aprendidas durante a aula de Cozinha Avançada), redução (técnica aprendida desde o primeiro semestre na matéria de cozinha básica, e vista ao longo do curso em todas as matérias que possuíam aulas práticas), produção de mousse à base de merengue italiano, produção de marzipã e cristalização de cascas de fruta (técnicas aprendidas no segundo semestre durante a matéria de Técnicas de Confeitaria Básica e Avançada com a professora Anna Caribé).

Em suma, pode-se afirmar que estas técnicas – na grande maioria - foram vistas durante as aulas de Cozinha Básica, Cozinha Avançada, Panificação e Massas, Confeitaria Básica e Confeitaria Avançada. Também levamos em conta aprendizados adquiridos durante viagens gastronômicas, palestras fornecidas assistidas durante a Semanas da Gastronomia (2013 e 2014), assim como oficinas/workshops ocorridos no UniCEUB (onde alguns alunos tiveram a oportunidade de serem convidados a participar), cursos extra-curriculares, experiência em trabalhos e estágios cursados ao longo desses 4 semestres.

Objetivo Geral

Executar o serviço¹ de 3 pratos (entrada, prato principal e sobremesa) harmonizados com um vinho, para uma banca avaliadora.

Objetivo Específico

- Realizar levantamento bibliográfico sobre o tema escolhido.
- Elaborar fichas técnicas para padronização dos preparos.
- Utilizar técnicas/habilidades para desenvolvimento dos preparos;
- Testar e elaborar pratos considerados tipicamente brasileiros.
- Harmonizar os preparos com um vinho;
- Montar um serviço de restaurante adequado.

¹ Quando mencionamos o termo “serviço”, queremos dizer sobre todo o trabalho que será elaborado em torno deste TFP, ou seja, desde o preparo dos pratos até aos atos de decorar e montar uma mesa, onde a banca avaliadora será servida, de acordo com os preceitos ensinados ao longo da disciplina de Serviços de Restaurante..

1. APRESENTAÇÃO

O tema “Brasil Contemporâneo” foi escolhido pela equipe como forma de homenagear o nosso país, aliado a tudo o que a gastronomia contemporânea tem para nos oferecer nessa encantadora fusão.

É notório que o Brasil é um país de fusões culturais. Desde o norte até o sul nos deparamos com localidades de culturas únicas (culinária amazônica), e, também outros lugares em que o que é considerado “culinária regional” é uma mistura de tudo; como é o caso da cidade de Brasília.

Assim, tratar desse tema em um TFP é uma honra e uma forma de supervalorização de nossa cultura; fazendo com que a mesma cresça, se fortaleça e se destaque mundialmente num futuro próximo.

Nesse trabalho, nosso foco principal é de fazer releituras de pratos brasileiros bem como criar alguns pratos em que se utilizem ingredientes típicos de nosso país.

É inegável que grandes Chefs brasileiros nos inspiraram nessa jornada como Thiago Castanho, Helena Rizzo, Beto Pimentel, Alex Atala, e Mônica Rangel. Estes Chefs trabalham de modo surpreendente e inovador os ingredientes brasileiros, transformando os pratos produzidos em verdadeiras obras de arte, todos com sabores e aromas inigualáveis, e, é claro, com apresentações modernas.

O termo “contemporâneo” tem por significado algo ou alguém que pertença a mesma época ou tempo atual².

Quando mencionamos este termo, nos referimos a algo inovador, moderno, surpreendente, que contenham misturas e sabores inesperados, apresentação de pratos com utensílios que vão além do prato branco e uma montagem de cunho gastronômico clássico³. Consideramos “contemporâneo” trabalhar insumos e pratos em voga em um dado momento (seja em grandes restaurantes, seja em self-services), mas com apresentações e releituras mais modernas. O Brasil Contemporâneo que desejamos mostrar neste trabalho é colorido, frugal, com toques florais nos pratos e na decoração, surpreendente e inovador.

Por fim, após muita pesquisa e testes realizados na faculdade e em casa, nos decidimos em apresentar os seguintes pratos: Consomê de Capeletti Gaúcha

² Disponível em: < <http://www.dicionariodoaurelio.com/dicionario.php?P=Contemporaneo>>. Acessado em: 07/12/2014.

³ Disponível em: <http://menuexperimental.blogspot.com.br/2010/06/cozinha-contemporanea.html>. Acessado em: 07/12/2014.

(entrada), Rabada desconstruída ao Molho de Agrião reduzido acompanhado de Nhoque de Banana da Terra (prato principal) e Mousse de Café em base de Marzipã de Castanha de Cajú com Doce de Leite e Laranjas Cristalizadas (sobremesa).

Vale mencionar que o vinho escolhido para a harmonização é nacional, originário da casta Merlot, o qual combina muito bem com a entrada e o prato principal.

Seguem abaixo algumas imagens dos trabalhos de cada um desses Chefs em que nos inspiramos:

Thiago Castanho: Pirarucu no Leite de Castanha do Brasil



Figura 1. Fonte: <<http://ela.oglobo.globo.com/vida/confira-algumas-criacoes-do-chef-thiago-castanho-12363756>>. Acessado em: 23/08/2014.

Helena Rizzo: Consomê de Tomate



Figura 2. Fonte: <<http://blogs.estadao.com.br/paladar/sintonia-fina/>>. Acessado em: 23/08/2014.

Beto Pimentel: Mix de Sabores e pratos Coloridos



Figura

3.

Fonte:

<https://www.google.com.br/search?q=thiago+castanho&biw=1366&bih=677&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=bi9zVOuslcOfNvPSqagl&sqi=2&ved=0CckQsAQ#tbm=isch&q=beto+pimentel+pratos&facrc=&imgdii=&imgrc=-lwRq7INSRwYdM%253A%3Bv2e_KblqzA1_aM%3Bhttp%253A%252F%252Fliciafabio.com.br%252Fwp-content%252Fuploads%252F2010%252F09%252Fvin%2525C3%2525ADcius-Figueira-e-Beto-Pimentel-foto-Uran-Rodrigues.jpg%3Bhttp%253A%252F%252Fliciafabio.com.br%252Fgastronomia-no-wibe-bahia%252F%3B470%3B300>. Acessado em: 23/08/2014.

Alex Atala: Filhote ao Tucupi e Mandioca

Figura 4. Fonte: <<http://gourmandisme.com/mantra-tres-a-apresentacao/>>. Acessado em: 23/08/2014.

Mônica Rangel: Lombinho à Mineira

Figura 5. Fonte: <<http://www.gostocomgosto.com.br/>>. Acessado em: 23/08/2014.

2. ATIVIDADES

O presente trabalho tem por finalidade servir de base para a produção do Trabalho Final Prático – TFP⁴, o qual é requisito necessário para um aluno formando do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia.

Ao longo deste trabalho, serão desenvolvidos pela equipe - tanto de forma prática quanto teórica – um tema que servirá de base para o portfólio e para a apresentação final prática, a qual ocorrerá dia 06/12/2014.

Para o trabalho teórico, a equipe deve desenvolver uma parte escrita do tema selecionado, de acordo com os padrões da ABNT, onde irão abordar diversos assuntos como as aulas teóricas ministradas pela professora da disciplina, participações especiais de funcionários e outros professores e testes realizados em laboratório.

No que concerne a parte prática do TFP, em uma primeira etapa, houveram dois testes realizados no laboratório da faculdade às expensas da mesma.

Na primeira oportunidade (a qual foi assistida e direcionada pela professora da disciplina, a qual é nutricionista), nosso intuito era de testar todas as proteínas possíveis, de modo que pudéssemos decidir por qual prato optar na apresentação final.

No segundo teste realizado na faculdade, fomos auxiliados por um Gastrônomo⁵ – Henrique Salsano - o qual nos orientou à respeito dos preparos, da apresentação e ornamentação dos mesmos. Nessa mesma ocasião, ele nos solicitou a mudança de prato principal, em decorrência da utilização de muitos sabores distintos ao mesmo tempo; o que poderia não agradar muitas pessoas na banca avaliadora.

Em virtude desta mudança de prato principal, realizamos um terceiro teste (na casa de um dos componentes da equipe) e produzimos a rabada desconstruída, a qual foi aprovada por diversos professores do curso.

Por fim, a última etapa prática deste trabalho que será realizada no dia 06/12/2014 tem como objetivo fazer com que o grupo ofereça para a banca avaliadora um serviço de restaurante onde será apresentada uma entrada, um prato principal e uma sobremesa; onde um dos pratos terá que ser harmonizado com um

⁴ O TFP tem como objetivo a produção, testes e apresentação de pratos criados e/ou recriados pelos alunos formandos em mini porções; sendo que um destes pratos deve ser harmonizado com um vinho adequado,

⁵ Gastrônomo é o profissional graduado no curso técnico de Gastronomia, o qual pode atuar em diversas áreas como Chef, Jornalista Gourmet, Consultor, Professor ... etc.

vinho, e, tudo isso com base em um tema previamente escolhido (uma região, um país...etc).

Assim, apresentaremos a seguir o desenvolvimento de nosso TFP o qual foi elaborado e desenvolvido por nossa equipe, de forma harmônica entre todos os integrantes, sempre nos baseando no cronograma do Plano de Ensino da disciplina Estágio Supervisionado, e também nas demais matérias lecionadas ao longo de todos estes semestres, sempre em conformidade com o TFP.

Deste modo, após meses de pesquisas, escolhas e testes dos pratos que serão apresentados no dia do TFP, optamos por oferecer à banca avaliadora e convidado os seguintes preparos: Consomê de Capeletti Gaúcha (entrada), Rabada desconstruída ao Molho de Agrião reduzido acompanhado de Nhoque de Banana da Terra (prato principal) e Mousse de Café em base de Marzipã de Castanha de Cajú com Doce de Leite e Laranjas Cristalizadas (sobremesa).

O Consomê de Capeletti Gaúcha é uma releitura da famosa Sopa de Capeletti Gaúcha, a qual é bem rústica, porém muito saborosa. Este preparo é consumido em todo o estado do Rio Grande do Sul, em especial na área serrana, em decorrência do clima frio e o estabelecimento de imigrantes/descendentes italianos. Em nossa releitura, optamos por oferecer um consomê de aves ao invés de um simples caldo de carne. Quisemos inovar, também, ao fazer um capeletti com recheio de carne suína e parmesão. Assim, tivemos por resultado um prato mais complexo em técnicas e sabores.

No que concerne a Rabada desconstruída ao Molho de Agrião reduzido acompanhado de Nhoque de Banana da Terra, a ideia inicial era de trabalhar esse prato tão famoso em todo o Brasil⁶ de uma forma mais contemporânea e com um toque inesperado: acompanhado de um nhoque de banana da terra.

Por fim, nossa sobremesa nada mais é do que uma inspiração nos ingredientes típicos mineiros (café, doce de leite e laranja cristalizada), mas com um elemento que além de ser originalmente brasileiro é proveniente do nordeste de nosso país: a castanha de caju. Assim, unimos alguns elementos típicos de nosso

⁶ Este é um prato considerado típico brasileiro. É consumido tanto no sul como no nordeste do país. Apesar de ser feita de uma carne de miúdo; é considerado como um prato nobre. Em várias localidades de nosso país encontramos a rabada servida com diferentes acompanhamentos como: batatas, agrião, arroz e mandioca. Assim, seu consumo fica à critério de quem o produz. Outro fator importante de ser mencionado, é que a rabada não é um prato originário e exclusivo do Brasil; também é consumidos na Europa e na África.

país a um doce que possui seu modo de execução europeu (marzipã e mousse à base de merengue italiano).

2.1 - 1º TESTE

No primeiro teste realizado no dia 15 de setembro de 2014, o grupo fez dois tipos de entradas: o consomê de capeletti gaúcha e uma releitura do cuscuz à paulista.

Para o prato principal, foram selecionados três pratos: coxa de frango marinada à moda brasileira, carré de cordeiro com legumes salteados e filé de pescada amarela escalfado em fundo de vegetais.

Para a sobremesa foram selecionadas duas opções: parfait de iogurte com base de patê de fruit de pêra e doce de leite e a outra opção é o mousse de café em base de marzipã à base de castanha do Brasil e laranjas cristalizadas..

A equipe foi orientada a escolher pelo menos duas opções para cada preparo (entrada, prato principal e sobremesa) de modo que dentre as opções selecionadas para o primeiro teste apenas uma de cada fosse selecionada para ser novamente executada no segundo teste.

Na ocasião do primeiro teste, foi constatado o conflito em relação ao tempo disponibilizado para a execução de todos os preparos. Fato este que resultou na impossibilidade de se finalizar todos os preparos selecionados, principalmente ao fato de que todos deveriam ser produzidos desde o começo, ou seja, a preparação de um fundo, preparo de uma massa, etc.

Apesar da impossibilidade de finalização de todos os preparos no primeiro teste – em decorrência do tempo-, o grupo obteve grandes êxitos (os quais foram fundamentais para serem aprimorados no segundo teste, assim como foi possível experimentar a questão do trabalho correlacionado ao tempo disponibilizado para o grupo, apesar do planejamento prévio apresentado à professora orientadora presente no dia do primeiro teste, ao ser mostrado o plano de ataque.

Assim, com base no ocorrido no primeiro teste, o grupo pode estabelecer um esquema de trabalho mais objetivo e organizado, de modo que a execução e a montagem dos pratos foi realizada com mais empenho e destreza.

Por fim, no término do primeiro teste, o grupo conseguiu determinar quais pratos seriam apresentados à banca avaliadora no dia do TFP.

2.1.1 - Consomê de Capeletti Gaúcha

Esta preparação foi escolhida pelo grupo como uma das opções de entrada, pois além de unir diferentes técnicas como a produção do fundo para o consomê, assim como a clarificação do mesmo, a preparação da massa, do recheio e a montagem do capeletti para compor o consomê, também reflete uma das preparações mais típicas da região sul do país, o capeletti gaúcho.

A região sul do Brasil é reconhecida por possuir uma forte influência europeia. Os imigrantes trouxeram em sua bagagem, além de seus costumes e tradições, ainda trouxeram seus conhecimentos gastronômicos.

Os descendentes dos imigrantes possuem o costume de seguir as tradições gastronômicas com afinco, além de propagar esses mesmos conhecimentos de geração em geração (suas técnicas de preparos, os tipos de pratos, etc.). Outro fator importante de ser mencionado é que os europeus, assim como muitos outros imigrantes que chegaram ao Brasil, se depararam com o fato de ter que se adaptar aos insumos encontrados no país (nem sempre eram os mesmos que se usavam em seus países de origem).

Estas adaptações são observadas desde as técnicas do preparo de certo tipos de pratos, até a substituição de insumos (resultando em releituras, fusões e criações de novos preparos) mas que possuem raízes em tradições gastronômicas europeias.

No preparo escolhido pela equipe, o capeletti gaúcho reflete esse processo de adaptação de um prato de origem europeia, aos insumos e as novas tradições encontradas no país. O capeletti gaúcho descende do preparo italiano: “capeletti in brodo”, e basicamente trata-se de um caldo de frango ou carne com alguns capelettis recheados de carne.⁷

O capeletti gaúcho, demonstrou-se um preparo com várias técnicas mas acima de tudo como uma forte opção para ser servido como entrada para o trabalho final prático, pois trata-se de um preparo leve, mas que abre o apetite devido aos sabores suaves, porém marcantes no paladar.

⁷ CHAVES, Guta. FREIXA, Dolores. Com edição de: AGUIAR, Viviane. [lg]. Comida. Pelo Mundo. Região Sul. Disponível em: <<http://comida.ig.com.br/pelomundo/regiao-sul/4fd6328063a8bb36eb41858c.html>>. Acesso em: 29 de Set. de 2014.

O preparo deste prato foi executado no primeiro teste realizado pela equipe e ao término da mesma foi constatada que a coloração ainda estava um pouco escura, e, segundo a orientação do professor presente no dia (Janaína Sarmento), deveríamos clarificar mais ainda o consomê. É importante ressaltar que o sabor estava excelente e a aprovação foi unânime entre os membros do grupo e professora. Neste mesmo teste, o recheio do capeletti também foi executado, tratando-se de um preparo produzido a partir da nuca de porco (mas que no dia não tinha sido possível comprá-lo e o substituímos por lombo de porco), temperado com legumes, sal e pimenta do reino branca.

Devido ao tempo disponibilizado, o grupo teve que congelar o recheio e o consomê, para serem finalizados no segundo teste, já que este preparo havia sido escolhido pelo grupo como entrada a ser servido no trabalho final prático.

As técnicas utilizadas nesse preparo foram: selar carne, processar carne, ralar, picar legumes (macedônia e brunoise), caramelizar ossos, fazer fundo, clarificação de fundo (marmitta), coar, produção de massa fresca, abrir massa, cortar massa, modelar e rechear a massa, cozinhar massa, montar prato.

2.1.2 Cuscuz à paulista

O cuscuz à paulista foi um preparo escolhido pela equipe como uma opção de entrada para o TFP, pois se trata de um preparo bastante típico e tradicional da culinária paulista. Ele é produzido basicamente com⁸: farinha de milho, ovo, tomate ervilhas e sardinha, e sua forma tradicional é a de um bolo com um furo no meio. Todavia, a nossa equipe fez uma versão mais elaborada deste preparo.

Este prato possui sua origem na culinária árabe, na região do Magrebe. Em sua essência, trata-se de um preparo prático, produzido, principalmente por pessoas nômades e agricultores, que não possuíam muitos utensílios de cocção –muito menos tempo-, porém eram abastecidos com os alimentos que cultivavam. Nestas regiões o cuscuz era preparado a base de farinha de trigo ou sêmola de cereais.⁹

O preparo do cuscuz, ao longo dos anos, foi se tornando um prato produzido por muitas culturas agrícolas na região do norte da África, e a partir disso, foi se

⁸ FREIXA, Dolores; CHAVES, Guta. *Gastronomia no Brasil e no mundo*. 2. Ed. 2. Reimpr. Rio de Janeiro. Senac Nacional, 2012. P. 244.

⁹ FUNDAMENTHOLCURSOS. *História do Cuscuz*. 08 de nov. de 2013. Disponível em: <<http://www.fundamentholicursos.com.br/blog/historia-do-cuscuz/#.VF-osvldWSo>>. Acesso em: 05 de out. de 2014.

espalhando para o resto do mundo (por conta de intercâmbios culturais e relações comerciais), sendo que hoje é produzido principalmente em regiões agrícolas de diferentes partes do mundo.¹⁰

No Brasil, a história do cuscuz nasce com a migração dos bandeirantes para o interior de São Paulo seguindo rumo à Minas Gerais em busca do ouro. Estes viajantes levavam em suas bagagens farinha de milho, e preparos como a galinhada, além de alguns legumes como milho, ervilha, etc. Ao longo do caminho, estes ingredientes se misturavam, transformando-se em uma espécie de “virado”.¹¹

O “virado”, trata-se de um prato típico paulistano, que possui um histórico semelhante com a do cuscuz, sendo também criado com as viagens dos bandeirantes em busca do ouro no interior paulista, e que precisavam de uma comida com sustância para as longas jornadas de trabalho. Este prato, no entanto, é composto basicamente por: feijão cozido misturado com carnes e ovo frito. Em São Paulo, também é comum juntar ao preparo, bananas frita e couve cozida.¹²

O cuscuz à paulista foi executado pelo grupo no primeiro teste, com o intuito de ser servido como entrada.

O preparo, apesar de rápido, foi descartado pelo grupo, pois este possuía um sabor excelente, porém muito acentuado (sabor intenso e prolongado no paladar), o que poderia prejudicar o sabor do prato principal. Apesar da ideia de servi-lo em uma monoporção, este ainda poderia desarmonizar com o prato seguinte.

As técnicas aqui utilizadas foram: descascar e eviscerar camarões, secagem de cabeças e cascas de camarão no forno, fundo de camarão, cortes de legumes e vegetais variados (brunoise, macedônia etc), pinçagem do fundo, processar, reduzir fundo processado, coar, cocção do preparo com o acréscimo do fundo coado, modelar o preparo em formas, desenformar e montar o prato.

Vale mencionar que apresentação do prato não foi concluída, ou seja, o que consta na foto da ficha técnica nada tem a ver com a ideia inicial de decoração, tendo faltado, inclusive, o empanamento e fritura em imersão do camarão que seria usado na montagem do prato.

¹⁰CLIFFORDAWRITING. History of Couscous. Disponível em: <http://www.cliffordawright.com/caw/food/entries/display.php/topic_id/3/id/34/>. Acesso em: 30 de set. de 2014.

¹¹ TERRA. SP 450 anos. Cuzcuz é eleito a comida típica dos paulistanos. 22 de Janeiro de 2004. Disponível em: <<http://sp450anos.terra.com.br/interna/0,,OI258064-EI2551,00-Cuzcuz+e+eleito+a+comida+tipica+dos+paulistanos.html>>. Acesso em: 05 de out. de 2014.

¹² A história do virado à paulista. Estadão. São Paulo. 27 de março de 2014. Disponível em: <<http://blogs.estadao.com.br/paladar/vira-vira-virou-virado/>>. Acesso em: 5 de outubro de 2014.

2.1.3 Coxa de frango marinada à moda brasileira com batata rôsti

O preparo da coxa de frango marinada na cerveja com ervas e especiarias, é considerado um preparo da cozinha brasileira, e é servido em muitos restaurantes brasileiros por possuir uma grande maciez e uma concentração de sabores na carne utilizada.

Este preparo foi selecionado como uma das opções de proteína a ser servida para o prato principal, pois reúne ingredientes constantes da marinada encontrados em todo o território nacional.

A execução da MEP deste prato foi iniciada no primeiro teste, mas devido ao tempo disponibilizado ao grupo, juntamente com o preparo dos outros pratos, e ao tempo necessário da carne ficar marinando, acarretou na decisão de congelamento da coxa marinada, sendo então, finalizada durante o segundo teste.

Após a finalização deste preparo, ele foi apresentado, no entanto, foi reprovado pela equipe, por não possuir uma expressão marcante – como o grupo havia idealizado inicialmente-, bem como não ter harmonizado muito bem com a entrada já escolhida (consomê de capeletti gaúcha).

As técnicas utilizadas foram cortes de legumes (brunoise), processamento, marinada de 12h, desossa do frango, limpeza de legumes, ralar, selar e tostar.

2.1.4 Carré de cordeiro com salteado de legumes

O carré de cordeiro foi escolhido pela equipe como uma opção de prato principal, pois este também representaria bem a culinária brasileira, pois é bastante consumido no Brasil, em especial nas regiões sul e sudeste (São Paulo e Rio).

A execução da Mise em Place (MEP) do carré foi iniciado no primeiro teste, onde foram feitos os cortes e a limpeza dos ossos do carré.

O restante da execução deste preparo foi realizado no segundo teste, no qual este foi assado em forno à 200°C por aproximadamente 35 minutos.

Enquanto o carré era assado, os legumes (vagem, cenoura e batata noisette) eram executados (torneamento e juliene) e em seguida salteados em manteiga.

Quando finalizado, apresentamos o preparo e ele foi muito bem aceito tanto pelo grupo quanto pelo professor orientador presente no primeiro teste. Houve uma boa aceitação, no entanto foi descartado como prato principal devido ao longo tempo

de preparo, assim como a questão de ser um prato mais visto como um prato estrangeiro, apesar de seu preparo estar presente na gastronomia brasileira.

As técnicas utilizadas foram corte de carré, raspagem de ossos, rôti, selar, cortes (juliene, torneado), limpeza de legumes, montagem do prato.

2.1.5 Filé de pescada amarela escalfado em fundo de vegetais

Este preparo foi colocado como opção pelo grupo, por representar um dos seguimentos alimentícios mais abrangentes no mercado gastronômico brasileiro, os pescados.

Apesar do Brasil ser considerado como referência mundial em relação ao seu mercado exportador de carnes, ele também é privilegiado por suas extensas encostas banhadas pelo oceano Atlântico, assim como os rios e lagos que percorrem todo o território nacional. O Brasil não apenas dispõe de seus recursos no ramo da pesca de forma natural, mas em relação aos mercados produtores, o país ganha referência por ser um país emergente no ramo de pescados em cativeiros.¹³

No âmbito gastronômico, a execução de preparos com pescados, encontra-se presente em praticamente todo o território nacional. Deste modo, a escolha de um prato principal tendo um pescado como base foi essencial.

Para este preparo, o grupo havia idealizado o filé sendo escalfado em fundo de legumes, e levando como acompanhamento um arroz produzido com o mesmo fundo de legumes com um crocante de tucumã, juntamente com quiabos assados e molho de redução de jabuticaba acrescido de vinho do porto.

O processo de filetar o peixe foi executado no primeiro teste, e todo seu preparo foi concluído e apresentado à professora Janaína. No segundo teste, refizemos este mesmo prato e o apresentamos ao professor orientador Henrique Salsano. Entretanto, quando ele o degustou, disse não ter gostado do mesmo, uma vez que o prato possuía muitos sabores independentes e que provavelmente não agradaria o paladar de muitos.

Assim, após a realização do segundo teste, a equipe decidiu que mudaria o prato principal. Nos reunimos na biblioteca da faculdade e combinamos que cada um testaria um novo preparo em sua casa e traria os resultados na semana seguinte.

¹³ FREITAS, Tatiana. FOLHA de São Paulo. Brasil ainda é promessa em pescados de cativeiro. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/mercado/101329-brasil-ainda-e-promessa-em-pescados-de-cativeiro.shtml>>. Acesso em: 10 de out. de 2014.

Feito isto, todos gostaram do preparo da rabada desconstruída com seus acompanhamentos, e, na mesma oportunidade, nos decidimos por este prato.

Mostramos as fotos do preparo para a professora Janaína e para o professor Henrique Salsano; ambos aprovaram o prato. E acabamos optando por este preparo como o nosso prato principal.

Para fazer este preparo, utilizamos as seguintes técnicas filetar peixe, porcionar, selar, escalfar, fundo de vegetais, cortes de legumes (macedônia, juliene), desidratação, roti e redução.

2.1.6 Parfait de iogurte com base de patê de fruit de pêra e doce de leite

Inicialmente, o parfait foi idealizado pela equipe como uma sobremesa servida em mono porção, aplicando não somente diversas técnicas de confeitaria, mas também para explorar o preparo de um parfait que refletisse os sabores do Brasil, dando assim um toque mais nacional a esta sobremesa.

Apesar de toda essa idealização por parte de nossa equipe, o preparo não pode ser realizado em nosso primeiro teste porque ao conferirmos os insumos solicitados, notamos que faltavam alguns ingredientes indispensáveis para a produção do mesmo (pera, por exemplo), os quais o LABOCIEN não pode providenciar a tempo.

Mesmo não tendo sido executado o preparo, a equipe decidiu por excluí-lo do segundo teste, devido ao tempo necessário para a preparação do mesmo, e também, porque a outra opção de sobremesa parecia ter mais a “cara de Brasil”.

As técnicas que aqui seriam exploradas são: hidratação, patê de fruit, processamento, acidificação, gelatinização, cozimento sob pressão, resfriamento, modelagem e montagem do preparo.

2.1.7 Mousse de café com base de marzipã de castanhas de caju e laranjas cristalizadas..

A mousse era uma das opções para sobremesa de nosso TFP. Ela começou a ser executada no primeiro teste, todavia, em virtude do tempo que tínhamos, não

pode ser concluída. Apenas foram feitas as laranjas cristalizadas, o doce de leite e o marzipã de castanha de caju.

Para o marzipã, tínhamos duas opções: castanha de caju e castanha do Brasil; entretanto, na primeira tentativa – em que usamos a castanha de caju – já percebemos de cara que a nossa sobremesa seria perfeita com ela. Assim, optamos por não fazer o marzipã com castanha do Brasil.

Esta sobremesa representa muito bem o nosso país, em especial o estado de Minas Gerais; uma vez que seus ingredientes-destaque são o café, doce de leite e a laranja cristalizada. O toque final fica por conta do marzipã de castanha de caju, o qual é originalmente uma pasta de amêndoas processadas com calda de açúcar em ponto de bala dura (125°C) - de origem árabe¹⁴ - mas que possui um toque mais brasileiro.

Vale mencionar que as principais regiões produtoras de café no Brasil são Minas Gerais, São Paulo, Paraná e Espírito Santo.¹⁵

As técnicas utilizadas no primeiro teste foram: Calda em ponto de bala mole, cozimento sob pressão, resfriamento rápido, corte em julienne, longa cocção, retirada do amargor da casca da laranja, processamento, abertura de massa.

2.2 2º TESTE

No segundo teste, a equipe já havia previamente definido os pratos a serem aprimorados para a apresentação do TFP. Neste teste, a equipe pôde executar as técnicas dos pratos escolhidos, corrigir os erros observados no primeiro teste, assim como trabalhar a questão do tempo de preparo dos mesmos, a organização dentro do laboratório e a finalização de cada prato escolhido.

Nesta oportunidade, contamos com o auxílio de outro professor orientador, o qual é um gastrônomo, e, pode nos ajudar a melhorar e engrandecer nosso trabalho do ponto de vista técnico e visual.

2.2.1 Consomê de Capeletti Gaúcha

¹⁴ Tem-se a origem árabe como maioria. Contudo, há quem diga que este preparo é originário de Veneza, outros dizem que é herança bizantina. Não existe nada certo.

¹⁵ ABIC. Associação Brasileira da Indústria do Café. História. Disponível em: <<http://www.abic.com.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?sid=38#62>>. Acesso em: 10 de outubro de 2014.

Na realização do segundo teste, a equipe já havia definido que esta seria a entrada a ser apresentada no TFP. Assim, nesta segunda oportunidade, aprimoramos nossas técnicas de clarificação do consomê e produzimos a massa do capeletti, recheamos e modelamos o mesmo.

2.2.2 Filé de pescada amarela escalfado em fundo de vegetais

O filé de pescada amarela foi novamente executado e finalizado no segundo teste, onde foi possível constatar a não harmonização entre o filé de peixe com os acompanhamentos e o molho, segundo a opinião do professor Henrique.

Constatando que os sabores eram todos muito contrastantes, decidimos mudar de prato uma vez que nosso intuito era de agradar o maior número de pessoas possível.

Assim, nos foi sugerido explorar uma comida típica já existente na gastronomia brasileira ou até mesmo estrangeira, e produzir uma releitura do preparo.

2.2.3 Rabada desconstruída redução de agrião, acompanhada de nhoque de banana da terra.

A rabada possui um histórico não apenas no Brasil, mas também como em países europeus, como Portugal, França e Inglaterra. Nestes países, a rabada possui referência apenas como sendo uma espécie de sopa de rabo bovino.

Já no Brasil, o preparo tornou-se um tipo de guisado, e normalmente é acompanhado de batatas cozidas, agrião, mandioca e/ou arroz.

Como o prato principal escolhido anteriormente fora eliminado, a equipe trouxe a ideia de preparar uma rabada desconstruída como opção de prato principal a ser apresentado no trabalho final prático, sendo este preparo, acompanhado de um nhoque de banana da terra e uma redução de agrião.

Para a montagem deste prato, a rabada foi escaldada, cozida sob pressão e desfiada. Em seguida, aplicamos a técnica da balotine, dando assim uma nova estrutura à rabada. O agrião foi cozido no próprio caldo da cocção, processado, coado e reduzido para assim transformá-lo em um molho concentrado de sabor.

No que concerne o nhoque de banana da terra, este foi previamente assado com a casca e em seguida processada sua polpa. Cozinhamos por 5 minutos e acrescentamos o amido de milho. Após o devido resfriamento, adicionamos sal, pimenta do reino e o colorífico. Após, começamos a adicionar farinha de trigo até dar o ponto de enrolar e cortar como um nhoque. Por fim, cozinhamos a massa em água fervente.

A harmonização entre os elementos do prato, assim como a desconstrução da receita tradicional da rabada, foi aprovada por todos os membros da equipe, sendo assim, escolhido como prato principal para o TFP.

2.2.4 Mousse de café com base de marzipã de castanhas de cajú e laranjas cristalizadas

No segundo teste, este preparo pôde ser finalizado e apresentado para o professor orientador presente no dia do teste (Henrique Salsano), o qual aprovou a preparação em todos os aspectos, exceto pela largura das laranjas cristalizadas.

Porém, foi explicado ao mesmo que a ideia do preparo era ter um toque rústico pois essa decoração remetia ao estado de Minas Gerais com seus preparos mais caseiros, sua decoração à base de móveis de demolição etc.

Foi observado pela equipe que a mousse exige um tempo hábil maior para a sua preparação. Deste modo, foi aconselhado pela professora orientadora Janaína que o grupo reservasse o laboratório para efetuar o pré-preparo da mousse assim como da entrada (consomê).

Nessa oportunidade, executamos mais algumas técnicas como mousse à base de merengue, saborização, processamento, calda, bater em batedeira, aeração, corte, modelagem e montagem do prato.

3. ANÁLISE EMPRESARIAL

O Centro Universitário de Brasília – UniCEUB foi fundado no ano de 1968, e era conhecido como Centro de Ensino Unificado de Brasília. Em meados da década de 90 do século passado, ganhou o *status* de Centro Universitário (o primeiro da região Centro-Oeste).

Até por volta de meados do ano de 2009, o UniCEUB também contava com uma área dedicada a formação de alunos do Ensino Médio.

Atualmente, o UniCEUB atua com excelência na formação de graduados, pós-graduados, mestres e doutores de diferentes áreas do saber. Esta instituição preza por uma política de renovação permanente, onde a mesma acompanha as evoluções tecnológicas e pedagógicas de todas as áreas a que se oferece (ciências jurídicas, ciências sociais, ciências exatas, ciências da saúde, ciências da educação e tecnologia).

Aos 45 anos de existência, possui 3 campus (Asa Norte, Setor Comercial Sul e Taguatinga) e um total de 27 cursos de graduação/tecnológicos, dentre eles: Administração, Análise e Desenvolvimento de Sistemas, Arquitetura e Urbanismo, Biomedicina, Ciência da Computação, Ciências Biológicas, Ciências Contábeis, Design de Interiores, Design Gráfico, Direito, Educação Física, Enfermagem, Engenharia Civil, Engenharia de Computação, Engenharia Elétrica, Fisioterapia, Gastronomia, Gestão Pública, História, Jogos Digitais, Jornalismo, Medicina, Nutrição, Produção Audiovisual, Psicologia, Publicidade e Propaganda e Relações Internacionais.

Além da área de ensino, o UniCEUB também se encontra sempre engajado em projetos sociais e de extensão para preparar melhor e qualificar alunos e ex-alunos.

Seus funcionários são escolhidos por meio de uma seleção de currículos, e, posteriores entrevistas classificatórias e eliminatórias. Normalmente, possuem alguns incentivos, como bolsas de estudo (após um período de trabalho na casa). Funcionários também passam por constantes reciclagens e aperfeiçoamentos.

Por fim, outros projetos importantes de serem mencionados são as seleções de monitores e estagiários bolsistas, por meio dos quais os alunos podem adquirir mais experiência nas áreas em que escolheram, de modo que os prepare melhor para o mercado de trabalho.

4. O LABOCIEN

O LABOCIEN¹⁶ é um departamento do UniCEUB, o qual é responsável pela organização e realização de aulas práticas – em laboratório – de várias disciplinas dos cursos das áreas de saúde e educação.

Dentre os laboratórios disponíveis, existe um biotério, laboratórios de anatomia, microbiologia, parasitologia, microscopia, hematologia, imunologia, bioquímica, gastronomia/nutrição que podem usados por todos esses cursos do UniCEUB.

Para ser um funcionário do LABOCIEN, é necessário possuir formação em alguma área técnica; uma vez que as pessoas que lá trabalham executam seus serviços de forma multidisciplinar.

Na área da Gastronomia, existe uma equipe do Labocien que atua de forma conjunta com a coordenação do curso, professores e monitores da área, atuando desde a organização de protocolos de aula até a realização de MEP's em parceria com os monitores.

¹⁶ LABOCIEN: é o departamento chamado de Laboratório de Ciências da Saúde.

5. METODOLOGIA

Data de início do trabalho e mencionar o plano de atividades (que durante a disciplina foi criado concomitantemente o plano de atividades)

Para a realização deste trabalho, foram utilizados diversos meios, tais como: aulas teóricas, aulas práticas (de todas as matérias), experiências profissionais, estágios cursados, cursos realizados dentro e fora do Brasil e viagens.

Inicialmente, escolhemos o tema durante a segunda semana de aula, durante a disciplina de Estágio Supervisionado. Após a decisão do tema, continuamos a pesquisa sobre o mesmo em casa.

Em seguida, nos reunimos na biblioteca do UniCEUB para expormos nossos pontos de vista de modo que seleccionássemos algumas entradas, pratos principais e sobremesas. Foram escolhidas 2, 3 e 2 unidades de cada, respectivamente.

Decididos os pratos, foram feitas as fichas técnicas, bem como os respectivos protocolos de cada teste para serem entregues ao Labocien.

O primeiro teste foi realizado em 15/09 e o segundo no dia 04/10. No primeiro teste, começamos a preparar todos os pratos. Devido ao transcorrer do tempo, não conseguimos finalizar todos, apenas o peixe com seus acompanhamentos e o cuscuz paulista (sem a ornamentação adequada). Os demais elementos que tiveram seus preparos iniciados, foram devidamente embalados, etiquetados e congelados para serem utilizados no segundo teste.

Após o primeiro teste, já foi possível decidir quais os preparos iríamos apresentar no Trabalho Final Prático. Todavia, mesmo já sabendo quais seriam os pratos, no segundo teste fizemos todos os demais.

No segundo teste, continuamos os preparos iniciados no teste anterior, e, finalizamos todos eles. Ao apresentarmos tudo para o professor Henrique Salsano, ele sugeriu que trocássemos o prato principal e também modificarmos a apresentação de todos os pratos (combinar formatos, cores...etc.).

Dito isto, criamos um novo prato principal que é uma rabada desconstruída; onde a carne foi transformada em balotine e o agrião cozido no próprio caldo da rabada foi processado, coado e reduzido. Também foi acrescentado um nhoque de banana da terra como acompanhamento.

Decididos todos os pratos, iniciamos uma pesquisa para encontrar um vinho brasileiro de qualidade que pudesse harmonizar adequadamente com um dos

pratos. Assim, optamos em harmonizar o prato principal com um vinho tinto da casta Merlot, proveniente da Serra Gaúcha.

Por fim, vale mencionar que ao longo de toda a descrição aqui realizada à respeito da metodologia deste TFP foram elaboradas de forma concomitante a parte escrita do mesmo.

CONCLUSÃO

Tendo por escopo toda a grade fornecida pelo curso tecnológico de Gastronomia ao longo de quatro semestres, foi possível desenvolver com excelência todo o trabalho exposto ao longo deste portfólio.

As disciplinas que mais nos forneceram embasamento para a realização deste trabalho foram as de Cozinha Nacional, Cozinha Internacional, Cozinha Básica, Cozinha Avançada, Serviço de Restaurante e Enogastronomia.

Nas aulas de Cozinha Nacional, conhecemos a tão vasta gastronomia brasileira, com seus mais variados insumos e origens.

Nas aulas de Cozinha Internacional, aprendemos diferentes tipos de culinárias e tradições, as quais são bem diferentes e até mesmo muito peculiares a cada lugar - com seus temperos e métodos de cocção específicos.

Durante as aulas de Cozinha Básica, nos foi ensinado à respeito de cortes de vegetais e carnes (aves, carnes vermelhas e peixes arredondados). Outras técnicas básicas também nos foi repassado, bem como a produção de molhos-mãe e seus derivados.

Já nas aulas de Cozinha Avançada, nos foram ensinadas novas técnicas como a cocção sous vide, limpeza de peixes achatados, limpeza e produção de pratos à base de carnes de caça, pato, balotines, quais são os melhores métodos de cocção para cada tipo de carne e noções básicas de montagens de pratos.

Durante as aulas de Serviços de Restaurante aprendemos sobre os tipos de serviços, montagens de mesas, algumas regras básicas de etiquetas, decoração e estrutura de restaurantes.

Por fim, na disciplina de Enogastronomia, aprendemos sobre cada casta de uva, suas características, os princípios básicos para uma boa harmonização, como são fabricados os vinhos, como é o cultivo das videiras ...etc.

Assim, com base em todo o exposto, foi possível realizar o presente trabalho, onde desenvolvemos algumas releituras de pratos típicos brasileiros, com a mistura de ingredientes de outras localidades, de forma que sempre o apresentássemos com um ar mais moderno e contemporâneo, sem perder nossas raízes.

Portanto, é possível perceber que em um âmbito geral, a gastronomia é adaptada e caracterizada conforme o ambiente em que se vive, nos usos e

costumes de um povo, bem como no modo de servir um alimento (influência rural, urbana moderna, sazonalidade, gastronomia molecular, gastronomia tradicional ...).

6. REFERÊNCIAS

A história do virado à paulista. Estadão. São Paulo. 27 de março de 2014. Disponível em: <<http://blogs.estadao.com.br/paladar/vira-vira-virou-virado/>>. Acesso em: 5 de outubro de 2014.

À L'HEURE DU THÉ DE L'ÉCOLE LENOTRE: tradução Tônia Van Acker. Editora Senac. São Paulo-SP, 2012.

ABIC. Associação Brasileira da Indústria do Café. História. Disponível em: <<http://www.abic.com.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?sid=38#62>>. Acesso em: 10 de outubro de 2014.

CHAVES, Guta. FREIXA, Dolores. Com edição de: AGUIAR, Viviane. [lg]. Comida. Pelo Mundo. Região Sul. Disponível em: <<http://comida.ig.com.br/pelomundo/regiao-sul/4fd6328063a8bb36eb41858c.html>>. Acesso em: 29 de Set. de 2014.

CLIFFORDAWRITING. History of Couscous. Disponível em: <http://www.cliffordawright.com/caw/food/entries/display.php/topic_id/3/id/34/>. Acesso em: 30 de set. de 2014.

FREITAS, Tatiana. FOLHA de São Paulo. Brasil ainda é promessa em pescados de cativeiro. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/mercado/101329-brasil-ainda-e-promessa-em-pescados-de-cativeiro.shtml>>. Acesso em: 10 de out. de 2014.

FREIXA, Dolores; CHAVES, Guta. Gastronomia no Brasil e no mundo. 2. Ed. 2. Reimpr. Rio de Janeiro. Senac Nacional, 2012. P. 244.

FUNDAMENTHOLCURSOS. História do Cuscuz. 08 de nov. de 2013. Disponível em: <<http://www.fundamenthalcursos.com.br/blog/historia-do-cuscuz/#.VF-osvldWSo>>. Acesso em: 05 de out. de 2014.

<http://people.ufpr.br/~monica.anjos/Fatores.pdf>

<http://people.ufpr.br/~monica.anjos/Fatores.pdf>

<http://trabalhosgratuitos.com/print/Fator-De-Corre%C3%A7%C3%A3o/96950.html>

<http://trabalhosgratuitos.com/print/Fator-De-Corre%C3%A7%C3%A3o/96950.html>

SEBESS, Mariana. TÉCNICAS DE CONFEITARIA PROFISSIONAL. Editora Senac. São Paulo – SP. 2011.

TERRA. SP 450 anos. Cuzcuz é eleito a comida típica dos paulistanos. 22 de Janeiro de 2004. Disponível em: <

<http://sp450anos.terra.com.br/interna/0,,O1258064-EI2551,00-Cuzcuz+e+eleito+a+comida+tipica+dos+paulistanos.html>>. Acesso em: 05 de out. de 2014.

WRIGHT, Jeni. TREUILLE, Eric. LE CORDON BLEU. TODAS AS TÉCNICAS CULINÁRIAS. Ed. Marco Zero. 9ª Reimpressão. São Paulo-SP, 2012.

GLOSSÁRIO

B

- Balotine – Técnica que é utilizada para dar formato circular a alguma proteína. Pode ser feito com carne desfiada ou com um corte inteiro.
- Bancada Principal - mesa central de uma cozinha onde ficam todos os insumos para serem utilizados.

C

- Capeletti – Massa de origem italiana recheada com proteína e em formato de “chapeuzinho”
- Carne de caça – Termo utilizado para descrever carnes mais exóticas como: javali, coelho, cordeiro, jacaré, etc...
- Check list - Lista de checagem de itens
- Chips - são pedaços crocantes de algum alimento que foi frito, assado ou desidratado que por meio de um desses processos adquiriu crocância
- Clarificação – Técnica utilizada para transformar um fundo turvo em totalmente translúcido
- Cocção sob pressão – Método de cozimento utilizando uma panela que trabalhe com pressão, desta forma conseguimos obter um resultado mais rápido em preparos muito longos.
- Coccionar - sinônimo de cozinhar
- Consommé – Termo francês para definir caldo suave, leve e translúcido
- Contemporâneo – É tudo o que é considerado moderno; que esta em voga.
- Cortes: são modos de se fracionar alimentos. Como explicado nas aulas de Cozinha Básica, e, reforçados nas demais matérias, servem como forma de padronização para uma bela apresentação ou para igualar a cocção de um alimento. Os tipos mais conhecidos são:
 - Brunoise: cubos de 1,5 X 1,5 mm.
 - Jardineira: bastões de 4 cm de comprimento por 4x4mm
 - Macedônia: cubos de 4 mm
 - Juliene: bastões de 6 cm de comprimento por 1,5 x 1,5 mm

- Coquetel - no contexto utilizado (serviço de buffet), refere-se a salgadinhos que são servidos pelos garçons antes do jantar principal de um determinado evento.

E

- Empratado - forma de apresentação de um prato; em pequenas porções individuais.
- EPI - sigla referente a Equipamentos de Proteção Individual. São elementos utilizados para evitar acidentes durante um trabalho. Ex.: uso de sapato fechado para evitar ferimentos com facas ou derramamento de óleo quente
- Escalfar – Técnica de cocção em água ou líquido até 92°C
- Esterelizar - é limpar. No caso em questão é tornar limpas as frutas, verduras e legumes, por meio de produto químico (água hipoclorada).

F

- Fatiar: cortar em fatias finas.
- Filetar: retirar o filé (parte nobre) de uma carne ou peixe.
- Frio rápido: equipamento que possui baixa temperatura em seu interior, o qual serve para resfriar rapidamente alimentos quentes.
- Frugal – Que possui um sabor frutado. Algo que remete a ideia de frutas na composição de alguma coisa.
- Fundo – Termo técnico para definir líquido saborizado com vegetais, carnes e ervas.

G

- Gastronomia Molecular – Escola gastronômica moderna que trabalha maneiras diferentes de se apresentar e degustar certas preparações. Utiliza muitas técnicas trabalhando com as moléculas de gás, sólido e líquido
- GN - Bandejas metálicas que podem ser levadas ao forno.
- Guisado – Cocção de carne em pequenos pedaços e longos períodos

L

- Laminar - cortar em tiras extremamente finas
- Laranjas cristalizadas – Casca de laranja que passaram por processos de cocção e foi finalizada com açúcar
- Limpeza de camarão: é retirar a cabeça, casca e vísceras do mesmo.

M

- Marinada – Líquido ou seco utilizado para saborizar proteínas, normalmente utilizados de um dia para o outro
- Marzipã – Massa de amêndoas processadas com calda de açúcar. Origem Árabe
- MEP: Termo francês abreviado da expressão *mise en place*, a qual significa colocar em ordem. É toda pré-preparação realizada antes de se iniciar a cocção de qualquer prato.
- Merengue Italiano – Claras de ovo em neve acrescidas de calda de açúcar a 120°C
- Modelar massas – Trabalhar manualmente a massa até que desenvolva o glúten de maneira que se possa dar a ela um formato específico, conforme o necessário (capeletti, espagueti, talharim...)
- Molho mãe – Molho que serve de base para a produção de novos tipos de molhos. Ex.: Bechamel + creme de leite fresco + gruyère = Molho Mornay

N

- Nuca de porco – Parte que compreendida entre o pescoço e o lombo suíno

P

- Parfait – Sobremesa gelada de origem francesa
- Peixes Arredondados – Peixe característico de muita carne, por isso arredondado
- Peixes Planos – Peixes com característica fina, oferecendo um ou dois filés apenas por lado
- Plano de ataque – Documento utilizado por Gastônomos para delegar funções antes do preparo de refeições

R

- Redução – Técnica utilizada para que certo líquido tenha um ponto mais espesso apenas reduzindo-o
- Releitura – Termo para definir que a preparação é feita com base em tal modelo, contudo sofre alterações

S

- Saltear – Técnica de cocção de movimentos envolventes com o alimento
- Sazonalidade – Termo que define período em que tal alimento está disponível, tempo de colheita
- Sobras: é o que resta de um preparo, e, que pode ser reaproveitado.

T

- Tábuas: servem como base de apoio para se realizar cortes e outras atividades. Conforme aprendido na disciplina de Cozinha Básica, existem várias cores de tábuas para que se evite a contaminação cruzada. São elas:
 - Verde: vegetais
 - Branca: Vegetais/ Curinga
 - Vermelha: carnes vermelhas
 - Amarela: aves
 - Azul: peixes e demais frutos do mar
 - Bege: Carne Assada

V

- Vasilha refratária: vasilha que pode ser levada ao forno.
- Videira – Árvore que produz uvas utilizadas no preparo de diferentes tipos de vinhos.

ABREVIATURA

- LABOCIEN: Laboratório de Ciências
- MEP: Mise en Place
- TFP: Trabalho Final Prático.

7. ANEXOS

Seguem abaixo os anexos referentes às fichas técnicas dos preparos, bem como o resumo das aulas da disciplina de Estágio Supervisionado.

ANEXO 1 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: CUSCUZ À PAULISTA

INGREDIENTES	MI	G	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Azeite	50	-	50	50	1	-		
Cebola	-	100	100	90,8	1,1	-		
Alho	-	25	25	23,1	1,08	-		
Pimenta dedo de moça	-	0,36	0,4	0,36	1,1	-		
Molho de tomate	150	-	150	150	1	-		
Farinha de milho	-	200	200	200	1	-		
Palmito em Conserva	-	80	80	80	1	-		
Ervilha Congelada	-	50	50	50	1	-		
Salsa Picada	-	10	17,8	10	1,78	-		
Cebolinha	-	15	17	15	1,18	-		
Camarão com casca e cabeça	-	1000	1000	400	2,8	-		
Ovo de Codorna	-	150	136,3	136	1,13	-		
Tomate Cereja	-	120	120	118	1,01	-		
Sal	-	6	6	6	1	-		
Pimenta do reino	-	2	2	2	1	-		
Cabeças e cascas de camarão secas	-	600	600	578	1,03	-		
Cenoura	-	195	236	195	1,21	-		
Salsão	-	42	42	41	1,02	-		
Extrato de tomate		17	17	17	1	-		
Vinho Branco seco	300	-	300	300	1	-		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 1 hora	TEMPO DE PREPARO: 20 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendeu 12 porções de 80g cada.
INFORMAÇÃO TÉCNICA Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM	
	O sabor e a textura ficaram ótimas. Contudo, pela falta de tempo, não foi possível decorar o prato adequadamente. Nos foi dito que a porção ideal a ser servida deveria ser menor ainda, caso optássemos por	

óleo.	este preparo: em torno de 50g. O fcy deste prato é baseado em relação a todo preparo, pois o prato está pronto quando todos os ingredientes estão agrupados. FCY = .0,48.
-------	--

MODO DE PREPARO

1. CALDO DE CAMARÃO

- Colocar as cascas e as cabeças do camarão para assar em forno pré-aquecido (280°C) até que fiquem vermelhas.
- Reservar.
- Fazer um mirepoix. Reservar.
- Colocar o mirepoix junto com as cascas e cabeças de camarão em uma panela grande com água fria e deixar ferver por 25 minutos, sem tampar.
- Pinçar com o extrato de tomate e adicionar o vinho branco.
- Coccionar por mais 05 minutos (sempre com a tampa aberta).
- Levar o preparo ao liquidificador e processar.
- Coar o preparo processado com o auxílio de uma peneira.
- Levar ao fogo o caldo já coado para reduzir e apurar o sabor por mais 5 min.

2. CUSCUZ

- Dourar a cebola, o alho e a pimenta dedo de moça no azeite de oliva.
- Acrescentar o molho de tomate e o caldo de camarão.
- Deixar reduzir por uns 3 minutos.
- Colocar a farinha de milho aos poucos, até se alcançar uma mistura homogênea (não muito mole, nem consistente)..
- Juntar o palmito, ervilha, salsa e a cebolinha.
- Cozinhar mais um pouco em fogo brando.
- Acertar os temperos com sal e pimenta do reino.
- Colocar o cuscuz na forminha.
- Esperar esfriar.
- Desenformar.
- Decorar.
- Servir.

ANEXO 2- FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Consommée

Testes I e II

INGREDIENTES	UN	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Ossos e carcaças de galinha		1800	1,800	1,800	1,800	1	-----		
Cenoura	8		0,6	600	540	1,11	-----		
Cebola	4		0,3	300	230	1,3	-----		
Alho poró	2		0,2	200	100	2	-----		
Alho	2		0,14	140	140	1	-----		
Cebolinha	1 maço		0,08	80	80	1	-----		
Tomilho	1 maço		0,07	75	75	1	-----		
Salsa	1 maço		0,12	120	120	1	-----		
Noz-moscada	4		0,004	4	4	1	-----		
Sal		10	0,01	10	10	1	-----		
Claras de ovos		120	0,12	120	120	1			

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 30 minutos	TEMPO DE PREPARO: 5 horas	RENDIMENTO (KG): 2 litros = 20 porções
INFORMAÇÃO TÉCNICA	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM	
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	Ao fazer o segundo teste notou-se um forte sabor de vegetais após a finalização do preparo. Conclui-se que necessita de mais tempo na primeira cocção para que o sabor da galinha seja mais acentuado e não necessite o acréscimo de vegetais para clarificar o fundo, apenas claras de ovos. FCY = 1,56	

MODO DE PREPARO

- Cortar três unidades de cebola em oito partes iguais com uma faca de chef
- Cortar 4 unidades de cenoura em “macedônia” com uma faca de chef
- Utilizar uma unidade de alho poró cortado em rodela utilizando faca de chef
- Cortar 2 cabeças de alho ao meio com casca utilizando faca de chef
- Cortar ½ ramo de salsa inteiro, inclusive os talos
- Cortar ½ ramo de cebolinha inteiro
- Cortar ½ ramo de tomilho
- Assar os ossos até que apresentem cor dourada (reação Maillard)
- Acrescentar todos os ingredientes manipulados neste líquido; após estar com este material preparado para uso encher uma panela grande com aproximadamente 6, 7 litros de água.
- Colocar para ferver e assim que atingir fervura abaixar o fogo para 80 °C e deixar em cocção branda por no mínimo 4 horas
- Verificar posteriormente se o fundo já extraiu um sabor concentrado de galinha, feito isso coar com um auxílio de um chinóis e preparar mise'n'place para clarificação deste fundo, transformando-o assim em um Consommé.

Clarificar o fundo:

- Aplicar técnica “marmitom”
- Cortar 1 unidade de cebola em brunoise
- Cortar 2 unidades de cenoura em brunoise
- Cortar 1 unidade de alho poró em brunoise
- Bater 6 claras de ovos em neve
- Acrescentar todos os legumes e as claras em neve ao fundo coado
- Deixar ferver por aproximadamente 1h
- Coar novamente retirando os sólidos, as claras e reservar para ser utilizado posteriormente junto ao capeletti. Neste período será notado a cocção das claras e a translucidez da preparação, que apresentando esta característica estará pronta para ser servida.

ANEXO 3- FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Massa Capeletti

Teste final prático II

INGREDIENTES	UN	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Farinha de Grano Duro Giuseppe Cocco		500	0,5	500	500	1	-----		
Ovos de galinha caipira	6		0,36	360	300	1,2	-----		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 25 minutos	TEMPO DE PREPARO: 20 minutos	RENDIMENTO (KG): 800 g de massa, 50 unidades de capeletti
INFORMAÇÃO TÉCNICA Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM Ao utilizar a farinha Giuseppe Cocco, marca italiana, percebemos melhor desenvoltura da massa. Conseguimos trabalhar melhor suas formas, cor e sabor. Obtivemos uma textura fininha livre de rugas e quaisquer irregularidades. FCY = 1	

MODO DE PREPARO

- Misturar a farinha os de ovos manualmente
- Trabalhar a massa até que apresente uma estrutura lisa e bem elástica, deixar descansar por 20 minutos
- Abrir a massa com auxílio de um cilindro, manual ou elétrico
- Trabalhar a massa até conseguir obter uma espessura de aproximadamente 1 mm, quando chegar a este ponto corte em quadrados de aproximadamente 2, 3 cm²
- Fazer bolinhas com o recheio e ponha em cima destes quadrados, e fechar em formato de “capeletti” e reservar até a cocção.
- Colocar em água ou fundo fervendo por dois minutos, para poder cozinhar os capelletes até que subam a superfície.
- Servir junto ao “consommé” 4 unidades por porção.

ANEXO 4- FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Recheio capeletti

Teste final prático II

INGREDIENTES	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Lombo de porco	800	0,8	800	760	1,05	-----		
Queijo parmesão fresco ralado	300	0,3	300	300	1	-----		
Ovo caipira	60	0,06	60	48	1,25	-----		
Noz-moscada	4	0,004	4	4	1	-----		
Sal	5	0,005	5	5	1	-----		
Pimenta do Reino	5	0,005	5	5	1			

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 15 minutos

TEMPO DE PREPARO: 20 minutos

RENDIMENTO (KG): 1 kg

INFORMAÇÃO TÉCNICA

Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.

ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM

Obtivemos resultado além do esperado com o recheio, conseguimos a textura ideal e o sabor perfeito. Clássico Italiano.

MODO DE PREPARO

- Selar o lombo de porco em cubos grandes em uma frigideira grossa
- Resfriar e triturar em um processador de alimentos junto ao parmesão
- Acrescentar o ovo. Quando apresentar uma consistência bem aglutinada e maleável estará pronto
- Corrigir sal e temperos necessários

ANEXO 5 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Coxa de frango marinada

Teste final prático I e II

INGREDIENTES	un	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Coxas de frango		1000	1	1000	1200	1,2	-----		
Cerveja Pilsen	2						-----		
Cebola branca média	2			0,08	0,07	1	-----		
Cabeças de alho	2			0,06	0,05	1,2	-----		
Alecrim	1						-----		
Tomilho	1						-----		
Orégano		20	0,02	0,02	0,02	1	-----		
Sal		30	0,03	0,03	0,03	1	-----		
Óleo de Oliva		500	0,5	0,5	0,5	1	-----		
Manteiga sem sal		100	0,1	0,1	0,1	1	-----		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 2h

TEMPO DE PREPARO: 40 min

RENDIMENTO (KG): 5 porções de 180g

INFORMAÇÃO TÉCNICA

Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.

ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM

O frango assado foi uma ótima ideia explorada por nós, contudo não conseguimos encaixar uma apresentação adequada e guarnições para este preparo. Portanto decidimos por não utilizar o frango em nosso cardápio final. FCY = 1,53

MODO DE PREPARO

- Misturar todos os temperos em um bowl, e em seguida bater tudo no liquidificador
- Jogar sobre as coxas
- Deixar marinando por no mínimo 1h
- Limpar as coxas e colocar na GN (depois da marinada), regando com um pouco mais de manteiga derretida e óleo
- Assar no forno à 180°C
- Desossar as coxas de frango após assadas.

ANEXO 6 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Carré de Cordeiro
 Teste final prático I e II

INGREDIENTES	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Carré de cordeiro "front hack"	600	0,6	0,600	0,500	1,2	-----		
Óleo de Oliva	50	0,05	0,05	0,05	1	-----		
Sal	10	0,01	0,01	0,01	1	-----		
Pimenta do Reino	5	0,005	0,005	0,005	1	-----		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 25 minutos

TEMPO DE PREPARO: 15 minutos

RENDIMENTO (KG): 450 g = 3 porções

INFORMAÇÃO TÉCNICA

Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.

ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM

O preparo da proteína foi muito bem aceito, contudo não conseguimos encontrar um acompanhamento dentro de nossos padrões para acompanhamento. Devido a isto no Teste II retiramos o Cordeiro do nosso cardápio. FCY = 1,13

MODO DE PREPARO

- Separar em unidades a costela utilizando faca de chef
- Raspar os ossos com auxílio de uma faca de serviço
- Remover qualquer apara que prejudique o visual do prato
- Temperar com sal e pimenta
- Regar óleo de oliva
- Selar em frigideira grossa a ponto de fumaça por aproximadamente 2 minutos cada lado
- Verificar o ponto após reação "Maillard", caso seja necessário levar ao forno para término de cocção
- Interromper a cocção assim que o ponto desejado for alcançado e envolver em papel alumínio para que a carne descanse e completar o processo de cozimento

ANEXO 7- FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Pescada Amarela
Teste final prático I e II

INGREDIENTES	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Pescada Amarela	1200	1,2	1,200	0,844	1,4	-----		
Fundo de vegetais	1000	1	1000	1000	1	-----		
Sal	3	0,003	3	3	1	-----		
Pimenta do Reino	2	0,002	2	2	1	-----		
Óleo de oliva	20	0,02	20	20	1	-----		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 5 minutos	TEMPO DE PREPARO: 15 minutos	RENDIMENTO (KG): 650 g = 6 porções
INFORMAÇÃO TÉCNICA Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM Obtivemos um ótimo resultado com a preparação desta proteína, contudo devido a mudanças em guarnições e ideias decidimos por não utiliza-la. Está fora do nosso cardápio final. FCY = 2,7	

MODO DE PREPARO

- Limpar as escamas do peixe com auxílio do dorso de uma faca
- Utilizar uma faca de filetar para peixes fazer um corte paralelo a espinha do peixe
- Separar o filés raspando rente a espinha do peixe
- Separar dos dois lados retirar os espinhos restantes utilizando um alicate
- Cortar os filés em porções de 100 gramas
- Escalfar as postas em fundo de vegetais a 85°C, em panela funda
- Retirar, temperar com sal, pimenta e óleo de oliva
- Selar em frigideira a ponto de fumaça
- Servir junto as guarnições

ANEXO 8 -FICHA TÉCNICA

Trabalho final prático teste II

Nome da preparação: Fundo de vegetais

INGREDIENTES	UN	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Cenoura	4	0,35	0,350	0,333	1,05	---		
Cebola	3	0,17	0,170	0,135	1,25	---		
Salsão	½ maço	0,06	60	60	1	---		
Alho poró	1	0,1	0,100	0,70	1,4	---		
Salsa	1 maço	0,1	100	100	1	---		
Alho	1 cabeça	0,07	0,70	0,70	1	---		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 15 minutos	TEMPO DE PREPARO: 2 horas	RENDIMENTO (KG): 2 litros
INFORMAÇÃO TÉCNICA Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM OBS.: O fator de cocção da preparação é impossível determinar ingrediente por ingrediente, pois não há como saber a relação de peso antes da cocção e após a cocção de cada insumo. Contudo foi feito o fator de cocção (FCY) da preparação total que é igual a: FCY = 1,63. Devido a observações acerca do prato elaborado com peixe, decidimos por não realizar este preparo. Tivemos problemas com o molho de guarnição e os acompanhamentos. Este preparo está fora do nosso cardápio final.	

MODO DE PREPARO

- Descascar as cenouras, cebolas
- Cortar em macedônia todos os legumes e partir a cabeça de alho ao meio
- Colocar todos os ingredientes em uma panela e acrescentar água fria
- Deixar em fogo brando por duas horas, assim que levantar fervura. Após este período o fundo estará pronto para uso
- Escalfar as postas da pescada amarela por aproximadamente um minuto e meio.

ANEXO 9 - FICHA TÉCNICA

Trabalho final prático testes I e II

Nome da preparação: Batata Rosti

INGREDIENTES	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Batata Asterix	1,500	1,5	1,5	1,4	1,07	---		
Queijo Minas Padrão	250	0,25	0,250	0,250	1	---		
Bacon Defumado	200	0,2	0,2	0,18	1,1	---		
Creme de Leite fresco	150	0,15	0,15	0,15	1	---		
Sal	5	0,005	0,005	0,005	1	---		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 1 horas	TEMPO DE PREPARO: 10 minutos	RENDIMENTO (KG): 10 porções
<p>INFORMAÇÃO TÉCNICA</p> <p>Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.</p>	<p>ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM</p> <p>OBS.: O fator de correção será informado em relação a todo preparo, pois o prato está pronto quando todos os ingredientes estão agrupados. FCY = 0,99.</p> <p>Este preparo foi retirado do cardápio devido observações relacionadas a sua apresentação. Constatamos que não foi adequado ao serviço proposto, portanto está fora de nosso cardápio final.</p>	

MODO DE PREPARO

- Cozinhar as batatas com casca em água numa panela caçarola de aproximadamente 5 litros de capacidade
- Cortar o bacon em lardon (corte que compreende parte de carne e parte de gordura da peça), utilizar uma tábua vermelha e faca do chef para o preparo
- Ralar o queijo no lado grosso de um ralador manual
- Escorrer as batatas cozidas e colocar em um bowl (bacia em inox) e levar ao refrigerador para que esfriem
- Retirar as cascas com auxílio de facas para manteiga
- Ralar as batatas no lado grosso de um ralador manual
- Colocar a batata ralada em um bowl
- Misturar o bacon, queijo, creme de leite fresco e temperar com sal e pimenta
- Mexer de leve com auxílio de uma espátula de silicóna para que a batata não quebre
- Esquentar as frigideiras teflon em fogo brando e colocar manteiga. Após a frigideira estar toda untada adicionar a mistura da batata e dar a forma da frigideira
- Manter a batata selando até que se note uma cor dourada, virar de lado com auxílio de um pão duro (espátula de silicóna). Quando os dois lados estiverem dourados e crocantes está pronto
- Retirar da frigideira, colocar na tábua bege e cortar com auxílio de um aro quadrado
- Servir junto ao Cordeiro

ANEXO 10 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Molho jabuticaba
 Teste final prático I e II

INGREDIENTES	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Vinho do Porto Ruby Vintage	200	0,2	0,200	0,200	1	-----		
Jabuticaba fresca	500	0,5	0,500	0,500	1	-----		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 10 minutos	TEMPO DE PREPARO: 40 minutos	RENDIMENTO (KG): 450 ml
INFORMAÇÃO TÉCNICA Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: () ÓTIMA () BOA (x) REGULAR () RUIM	
	O resultado obteve uma nota ácida muito forte, chegamos a conclusão de trabalhar com outra fruta pois a jabuticaba não se adequou ao experimento. E logo depois decidimos não utilizar mais o preparo que levaria este molho, no caso a Pescada Amarela. Estão fora do nosso cardápio final. FCY = 1,5	

MODO DE PREPARO

- Colocar as jabuticabas para cozinhar em fogo baixo junto ao vinho, utilizar panelinha para molho. Após fervura deixar por 30 minutos
- Notar que quando as jabuticabas estiverem desmanchando com o auxílio do chinóis espreme-las para que solte todo seu sumo
- Voltar o líquido resultante para a panela e deixar reduzir até o ponto desejado do molho

ANEXO 11 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Quiabo assado e Tucumã desidratado

Teste final prático I e II

INGREDIENTES	g	Kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Quiabo	500	0,5	0,500	0,475	1,05			
Óleo de oliva	150	0,15	0,150	0,150	1			
Sal	10	0,01	0,01	0,01	1			
Tucumã	300	0,3	0,3	0,3	1			

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 15 minutos**TEMPO DE PREPARO: 6 horas****RENDIMENTO (KG): 500 gramas****INFORMAÇÃO TÉCNICA**

Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.

ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM

Obtivemos o resultado de sabor ideal para estas preparações, contudo não conseguimos elaborar uma boa apresentação. Devido a isso decidimos por retirar de nosso cardápio o Tucumã e Quiabo. Assim como todo este prato.

MODO DE PREPARO

- Higienizar o quiabo adequadamente utilizando água hipoclorada
 - Retirar as pontas dos quiabos do lado do talo fazê-lo em diagonal
 - Cortar em longitudinal os quiabos
 - Acomodar os quiabos nas GNs placa
- Para o Tucumã**
- Laminar o Tucumã
 - Colocar no desidratador e observar até que alcance o ponto desejado (o período mínimo para desidratação são 5 horas, em temperatura máxima)

ANEXO 12 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: RABADA COM AGRIÃO DESCONSTRUÍDA, ACOMPANHADA DE NHOQUE DE BANANA DA TERRA

INGREDIENTES	mL	G	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Rabo de bovino	-	2000	2000	577	3,46	-		
Cebola brunoise	-	50	50	45,4	1,1	-		
Alho picado	-	13	13	12,03	1,08	-		
Pimenta Calabresa	-	3	3	3	1	-		
Sal	-	10	10	10	1	-		
Alho Poró fatias	-	36	36	35	1,02	-		
Folha de Louro	-	3	3	3	1	-		
Banana da Terra	-	660	660	570	1,15	-		
Amido de Milho		70	70	70	1	-		
Pimenta do Reino	-	2	2	2	1	-		
Colorífico	-	7	7	7	1	-		
Farinha de Trigo	-	170	170	170	1	-		
Água	120	-	120	120	1	-		
Agrião	-	208	208	199	1,04	1,03		
Manteiga sem sal	-	50	50	50	1	-		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 10 min

TEMPO DE PREPARO: 2h15

RENDIMENTO (KG): 8 mini balotines e 500g de nhoque de banana da terra.

INFORMAÇÃO TÉCNICA

Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.

ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM

Apesar de ser um prato forte, o sabor ficou leve e contrabalanceou bem com o nhoque e o molho reduzido da rabada. Deve-se colocar mais sal. O fcy deste prato é baseado em relação a todo preparo, pois o prato está pronto quando todos os ingredientes estão agrupados. Logo, o FCY rabada= 3,81. O FCY nhoque = 1,04.

MODO DE PREPARO

1. RABADA COM AGRIÃO

- Ferver em torno de 1,2 litro de água em uma panela funda.
- Tampar.
- Colocar a água fervendo na carne.
- Deixar fervendo a carne com a água quente por 4 minutos.
- Jogar a água fora.
- Dourar a cebola e em seguida o alho em uma panela de pressão já aquecida.
- Adicionar o alho-poró e refogar.
- Acrescentar a carne e mexer.
- Colocar água fria até cobrir a carne.
- Adicionar a pimenta calabresa, o louro e o sal.
- Cozinhar sob pressão por 1h10, com o auxílio de uma panela de pressão.
- Adicionar o agrião ao término da cocção e tampar a panela.
- Deixar fervendo até que murchem.
- Separar carne e agrião.

2. NHOQUE

- Colocar as bananas para assar em forno pré-aquecido a 180°C por 15 min.
- Retirar a polpa e processar até que vire um purê homogêneo.
- Levar ao fogo com o sal, colorífico e o amido já diluído em água.
- Cozinhar por mais 3 minutos.
- Retirar do fogo e deixar esfriar.
- Adicionar a farinha de trigo, depois de fria, até que se pegue consistência de nhoque.
- Colocar uma panela com água para ferver com sal e um fio de óleo.
- Fazer rolinhos e cortar em quadradinhos de aproximadamente 2cm x 2 cm.
- Colocar os nhoques na água fervendo e esperar até que subam para o topo da panela (ponto correto de cocção).
- Esperar esfriar.
- Em uma frigideira pré-aquecida, colocar manteiga e saltear os nhoques.
- Servir logo em seguida.

3. MOLHO DE AGRIÃO REDUZIDO

- Ferver 50 ml do caldo da rabada.
- Acrescentar o agrião à fervura.

- Deixar por 3 minutos.
- Processar o agrião juntamente com o caldo, em um liquidificador ou processador.
- Coar com um chinóis forrado com perfex.
- Reduzir o líquido coado em fogo brando até que engrosse.
- Colocar em uma molheira.

4. BALOTINE

- Separar a carne da rabada do osso enquanto estiver morno..
- Esticar o papel filme sobre uma superfície plana.
- Colocar a carne sobre o papel filme.
- Enrolar até que fique firme e com a espessura desejada.
- Levar à geladeira até adquirir consistência.
- Cortar como se fossem tornedos, quando estiverem prontos.
- Aquecer os tornedos com o papel filme no microondas.
- Cortar delicadamente o papel filme.
- Montar o prato como todos os ingredientes.
- Servir.

ANEXO 13 - FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: MOUSSE DE CAFÉ COM BASE DE MARZIPÃ DE CASTANHA DE CAJU E LARANJAS CRISTALIZADAS

INGREDIENTES	mL	G	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
1 Lata de Leite Condensado	-	395	395	395	1	-		
4 laranjas Bahia	-	1000	130	148	0,87	-		
Água	240	-	240	240	1	-		
Açúcar Cristal	-	340	340	340	1	-		
Castanha de Cajú	-	250	250	248	1	-		
Açúcar refinado	-	250	250	250	1	-		
Água	100	-	100	100	1	-		
Glucose	-	50	50	5	10	-		
Claras	-	250	250	250	1	-		
Açúcar Refinado	-	500	500	500	1	-		
Água	200	-	200	200	1	-		
Gelatina sem sabor	-	7	7	7	1	-		
Creme de Leite Fresco	160	-	160	160	1	-		
Café Solúvel	-	20	20	20	1	-		
Licor de Café	10	-	10	10	1	-		
Flores Comestíveis	-	5	5	5	1	-		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 2h20

TEMPO DE PREPARO: 25 minutos

RENDIMENTO (KG): Rende 8 porções.

INFORMAÇÃO TÉCNICA

Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.

ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA () BOA () REGULAR () RUIM

O sabor dado à mousse é forte, porém de textura leve. O sabor do café é contrastante ao marzipã de castanha de caju e às laranjas cristalizadas. De modo geral, pode-se constatar que, ao degustar a sobremesa, é possível sentir todos os sabores: primeiro o café, em seguida a castanha, depois a laranja, e, por último a leveza do doce de leite. Todos bem balanceados.

Com relação ao peso líquido da laranja Bahia, foi levado em conta o seu peso final, depois de cozido em água por 7 vezes; assim houve absorção de líquido pelo mesmo, aumentando seu peso final.

O fcy deste prato é baseado em relação a todo preparo, pois o prato está pronto quando todos os ingredientes estão agrupados. FCY = 0,18.

MODO DE PREPARO

1. DOCE DE LEITE

- Colocar a lata de leite condensado em uma panela de pressão.
- Cobrir a lata com água fria.
- Cozinhar na pressão por 55 minutos.
- Deixar esfriar após o tempo de cozimento.
- Levar para geladeira até ficar gelado e conseqüentemente firme.
- Lembrar que o ideal é executar este procedimento de um dia para o outro.

2. LARANJAS CRISTALIZADAS

- Lavar bem as laranjas.
- Descascar, retirando o excesso da parte branca (deixar apenas um pouco).
- Cortar as cascas em tiras de aproximadamente 3 cm x 0,5 cm.
- Colocar as cascas de laranja em uma panela média, com aproximadamente 240 mL de água.
- Deixar ferver em fogo brando por 5 minutos, sempre sem a tampa.
- Repetir esse processo por 7 vezes ou até que diminua o amargor das cascas de laranja.
- Fazer este mesmo processo pela oitava vez, colocando a água, 240g de açúcar cristal e as cascas.
- Ferver, sem deixar o açúcar caramelizar, por aproximadamente 4 minutos.
- Retirar as cascas da panela com a ajuda de uma escumadeira.
- Escorrer bem a calda.
- Colocar as cascas de laranja sobre uma grade de resfriamento.
- Polvilhar 100g de açúcar cristal.
- Deixar secar e endurecer por mais ou menos 12h.

3. MARZIPÃ DE CASTANHA DE CAJÚ

- Processar as castanhas até que virem farinha, com o auxílio de um processador ou liquidificador.
- Fazer uma calda com o açúcar, glucose e água a 118°C.
- Despejar a calda sobre as castanhas que estão dentro do liquidificador.
- Bater em alta velocidade no liquidificador até ficar uma pasta homogênea.
- Colocar a pasta entre dois silpats grandes.
- Espalhar a mistura com a ajuda de um rolo de abrir massas manual até que esteja na espessura desejada.
- Deixar descansando por 20 minutos.

- Cortar o marzipã pronto com o auxílio do aro cortador que servirá de base para a sobremesa.
- Cobrir as bases de marzipã com papel filme para não ressecar.
- Reservar.

4. MOUSSE DE CAFÉ À BASE DE MERENGUE ITALIANO

- Bater o creme de leite fresco em ponto médio.
- Reservar em geladeira.
- Hidratar a gelatina.
- Fazer a calda a 125°C com 30% da quantidade do açúcar.
- Colocar as claras para bater em velocidade baixa na batedeira, quando começar a ferver.
- Verter a calda em fio sobre as claras em neve, quando a calda atingir 125°C.
- Continuar batendo até que esfrie.
- Separar 100g do merengue pronto.
- Pegar 1/3 do merengue e misturar ao saborizante de café.
- Derreter a gelatina.
- Adicionar a gelatina com movimentos delicados e com o auxílio de um fouet.
- Despejar essa mistura aos 2/3 restantes do merengue e homogeneizar tudo com a ajuda de uma espátula.
- Acrescentar o restante do creme de leite aos poucos e delicadamente, de modo que o preparo fique aerado.

5. MONTAGEM

- Encaixar a base de marzipã ao aro modelador já envolvido com o acetato (por dentro).
- Colocar o merengue em um saco de confeitar.
- Preencher todo o interior do aro de modo uniforme.
- Levar ao frio rápido até que endureça a mousse.
- Retirar o aro.
- Remover o acetato.
- Pincelar uma linha reta com o doce de leite cozido a base em que será servida a sobremesa.
- Posicionar a mousse na ponta da reta traçada com o doce de leite.
- Colocar as cascas de laranja cristalizadas no sentido horizontal na parte superior da sobremesa.
- Posicionar as flores comestíveis.
- Servir.

ANEXO 14 – PLANO DE ATIVIDADES DO TRABALHO FINAL PRÁTICO

Título: Brasil Contemporâneo
Grupo: Henrique Fülber, Renata Jung e Thalita Marcanth
Entrada: Consomê de Capeletti Gaúcha
Prato Principal: Rabada com agrião desconstruída acompanhada de nhoque de banana da terra
Sobremesa: Mousse de café com base de Marzipã de castanha de caju e laranjas cristalizadas.

<p>Objetivo Geral: Apresentar, de modo resumido, os procedimentos e andamentos seguidos para a formulação deste trabalho final prático, como aulas de orientações do TFP, atividades práticas (testes) realizadas com o propósito de definir e praticar a execução dos pratos escolhidos à serem apresentados no TFP, e finalmente, a elaboração deste portfólio final.</p> <p>Objetivo Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Apresentar planilha de aulas, atividades e testes dos pratos. ▪ Planos elaborados para a montagem do portfólio assim como dos preparos que serão apresentados à banca avaliadora. ▪ Descrever as aulas e atividades obtidas ao longo da elaboração deste portfólio.

<p>Metodologia/Procedimentos de ensino: As aulas foram ministradas segundo cronograma pré estabelecido (entregue no início do semestre), assim como contou com a participação de orientadores que trataram a respeito das regras e procedimentos a serem seguidas para o entendimento do funcionamento do LABOCIEN e da elaboração dos protocolos para a realização dos testes, assim como para a elaboração da versão final do mesmo para a apresentação do TFP à banca avaliadora. Contou com a presença de um professor o qual realizou orientações a respeito de ética e comportamentos adequados para que os alunos pudessem trabalhar de modo profissional e em conjunto tanto nas aulas/orientações ao longo do semestre, mas também dentro dos laboratórios de atividades práticas e no trabalho em conjunto para a elaboração do TFP no total. Também contou com a presença de um professor, o qual, forneceu orientações a respeito dos estágios disponibilizados por restaurantes aos alunos do curso de gastronomia do UniCEUB, assim como os estágios internos oferecidos no próprio curso. Ao final, seguiu-se com orientações feitas pessoalmente em sala de aula no horário do mesmo.</p>
--

<p>Bibliografia consultada: Todo o material esta disponibilizado na referência bibliográfica, contida neste presente trabalho.</p>

Cronograma de Atividades	
Data	Atividade

11/08	Leitura do plano de ensino Aula de protocolos
18/08	Divisão dos locais de estágio Divisões dos grupos de estágio/ trabalho final prático Aula x oficina: Ética profissional
25/08	Apresentação das Orientações Gerais da disciplina Como desenvolver um portfólio Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
01/09	Aula professor Henrique Salsano – Temas do TFP Entrega dos protocolos de TODOS OS GRUPOS
08/09	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
15/09	Teste TFP – grupo I e II
22/09	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
29/09	Teste TFP – grupo III e IV
06/10	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
13/10	Teste TFP – grupo V e VI
20/10	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
27/10	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
03/11	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
10/11	Apresentação do portfólio GRUPO I e II
17/11	Apresentação do portfólio GRUPO III e IV
24/11	Apresentação do portfólio GRUPO V e VI Entrega dos protocolos FINAIS – TODOS OS GRUPOS
01/12	Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
06/12	Apresentação do trabalho final prático - Grupo 1
08/12	Apresentação do trabalho final prático - Grupo 2
09/12	Apresentação do trabalho final prático - Grupo 3
10/12	Apresentação do trabalho Final Prático - Grupo 4
11/12	Apresentação do trabalho final prático - Grupo 5
12/12	Apresentação do trabalho final prático - Grupo 6

RESUMO DAS AULAS

A seguir, o resumo das aulas teóricas os quais foram assistidas, com as orientações fornecidas pela professora de estágio (Janaína Sarmiento), assim como outras orientações extras que nos foram oferecidas através de professores e técnicos do LABOCIEN para nos guiar quanto as regras para a elaboração dos protocolos para os testes práticos, assim como as datas para o envio dos mesmos, seguindo as orientações de antecedência de no mínimo 20 dias anteriores às datas pré-estabelecidas no plano de ensino para a execução dos testes práticos para cada grupo. Assim como estas orientações que nos foram fornecidas, também seguiram a divisão dos alunos para os estágios supervisionados dentro e fora da instituição, e por fim as orientações e quanto a formatação dos protocolos para o TCC, testes, e relatórios de estágio.

AULA DIA 11/08/14:

Neste primeiro encontro, nos foi apresentada a funcionária Flávia do departamento Labocien, para que nos instrísse com relação a produção de um bom protocolo; o qual será elaborado em futuras oportunidades.



Figura 1: Funcionária Flávia.

Falou-se sobre códigos de descarte, códigos de EPI, introdução, objetivos, materiais, equipamentos e insumos (compartilhados, individuais, por grupo, bancada principal ... etc), observação de procedimentos prévios (descongelamento de carnes), procedimentos, discussão/avaliação, referência bibliográfica e anexos. Também nos foi repassado os emails dos funcionários a quem deveríamos enviar sempre os nossos protocolos, com 20 dias de antecedência (Flavia, Janaína, Labocien e Cristina).

Sanadas todas as dúvidas à respeito da elaboração de um protocolo, seguimos para o intervalo.

No segundo tempo desta disciplina, a professora e coordenadora Janaína Sarmiento falou brevemente sobre o plano de ensino deste semestre e introduziu o tema Trabalho Final Prático, onde foi explicado aos alunos o que ele seria e como deveria ser elaborado.

Nos foi passado, inclusive, as datas dos testes de cada grupo. O sorteio e formação oficial dos grupos ficou para a aula seguinte. Vale mencionar também que a professora avisou a todos os alunos que não poderiam ocorrer faltas durante a primeira etapa de suas aulas expositivas, muito menos durante o período de estágio obrigatório; caso contrário, o aluno deveria procurar a Central do Aluno e solicitar uma reposição de aula para poder cumprir toda a carga horária proposta.

AULA DIA 18/08/14:

Durante a primeira parte desta aula, a professora Janaína e o professor Henrique conversaram com os alunos sobre as regras de estágio obrigatório.



Figura 2: professora Janaína e professor Henrique.

Foi esclarecido que haveriam 4 (quatro) locais disponíveis para estagiar: Patú Anú, Café Ernesto, Brasil 21 e Kaza Chique. Os horários eram nos períodos matutino e vespertino, e, que deveriam ser frequentados por aproximadamente 2 semanas e 1 dia (sendo 6h diárias de trabalho).

Caso alguém optasse por estagiar no Kaza Chique, o aluno deveria permanecer por 90 dias, durante 6h diárias.

O professor Henrique explicou como seria formalizada a papelada referente ao estágio obrigatório, bem como o respectivo contrato de seguro dos alunos (o qual só valeria para o período e datas previamente estabelecidas).

Esclarecidas todas as dúvidas, foi realizado o sorteio dos locais de estágio, bem como preenchidas as rodadas disponíveis: de 25/08 a 12/09, de 15/09 a 03/10, e, 06/10 a 24/10. Com exceção da última data, as demais foram preenchidas também.

Foi dada ênfase sobre o uso das EPI's durante os estágios dentro e fora do UniCEUB, e, sobre quais documentos eram de responsabilidade do aluno levar para os respectivos funcionários assinarem.

O professor Henrique avisou que haveriam duas turmas de estágio no UniCEUB para aqueles que trabalhavam durante todo o período diurno. E que o sorteio seria feito posteriormente, pois os alunos deveriam pegar uma declaração em seus locais de trabalho.

Encerrado este assunto, o professor Henrique deixou a sala e a professora Janaína seguiu falando à respeito do plano de ensino: corrigiu as datas dos testes e sanou as dúvidas dos alunos.

Em seguida, foram formados os grupos do Trabalho Final Prático. Houveram divergências entre os alunos pois muitos não queriam desfazer seus grupos (uns possuíam muitos integrantes e outros menos que o estabelecido). Todos entraram em acordo, e, acabaram por estabelecer 6 grupos com 3, 4 e 5 integrantes. Ao término da discussão, todos assinaram um documento dizendo que estavam cientes das consequências deste ato.

Logo após, foram sorteadas a ordem de apresentação dos grupos, juntamente com as respectivas datas dos testes de cada um.

Após o intervalo, o segundo tempo da aula foi com o professor Gilberto, o qual nos ensinou sobre ética, moral, valores, virtudes e vícios. Por fim, foi muito enfatizado sobre o tema ética profissional; o que devemos ou não fazer durante nosso estágio e também por toda nossa vida profissional ... qual deve ser nossa postura diante de tantas situações cotidianas.



Figura 3: professor Gilberto.

AULA DIA 25/08/14:

Neste dia não tivemos aula com a professora Janaína, em virtude da colação de grau dos alunos formados em Gastronomia do semestre anterior.

Assim, fomos dispensados.

AULA DIA 01/09/14:

Nesta aula, iniciamos com o sorteio das vagas de estágio a serem realizados no UniCEUB.

Foram disponibilizadas duas turmas, sendo uma com o professor Henrique e a outra com a professora Anna. O sorteio foi feito pelo professor Henrique.



Figura 4: Professor Henrique.

A professora Janaína explicou como seria a dinâmica de funcionamento do estágio no Labocien.

Sanadas todas as dúvidas, a professora Janaína liberou os alunos, e foi finalizada a aula.

AULA DIA 08/09/14:

A partir desta data, iniciaram-se as orientações/acompanhamento da elaboração dos portfólios e protocolos pela professora Janaína.



Figura 5: Professora Janína.

O atendimento dos grupos era feito por ordem de chegada. Assim, meu grupo (grupo 1) foi atendido primeiro.

Apresentamos à professora Janaína nossas ideias para o TFP. Em seguida, ela nos ajudou com relação à elaboração do primeiro protocolo.

Após a devida orientação, fomos dispensados para que ela pudesse orientar os próximos grupos.

AULA DIA 15/09/14:

Nesta aula, iniciamos entregando o Relatório de Estágio Obrigatório.

Em seguida, começamos o primeiro teste de TFP do nosso grupo, sob a supervisão da professora Janaína. Após, conferimos os insumos e as devidas quantidades de cada preparo a ser realizado.

Notamos que a mep de uma das sobremesas (o parfait) não estava completa pois o Labocien não havia conseguido adquirir todos os insumos solicitados.

Assim, demos continuidade ao nosso teste. De acordo com nosso plano de ataque, cada um fazia um determinado preparo, entretanto, todos se ajudaram quando foi necessário; de modo que nenhum preparo foi feito única e exclusivamente por um só integrante (o que acabou sendo muito bom do ponto de vista didático e pelo trabalho em equipe).

Entretanto, apenas 2 dos 7 preparos foram finalizados (lembrando que um não possuía todos os ingredientes) devido ao pouco tempo disponível e a quantidade de preparos: o peixe com seus acompanhamentos e o cuscuz à paulista. Sendo que estes preparos foram degustados pela professora e ela os aprovou, mas pediu que a porção do cuscuz fosse diminuída pela metade e que melhorássemos a apresentação do peixe. Solicitou também que reduzíssemos mais o molho de jabuticaba.

Terminada esta etapa, lavamos as louças e etiquetamos os insumos que seriam utilizados no próximo teste.



Figura 6: alunos Henrique e Renata no primeiro teste.

AULA DIA 22/09/14:

Nesta aula, seguinte ao primeiro teste, os grupos que quiseram orientação com a professora Janaína foram atendidos conforme a ordem de chegada.



Figura 7: Professora Janaína chegando em sala para orientação.

Quando chegou a vez de nosso grupo, fomos orientados sobre nossos futuros preparos para o segundo teste a ocorrer no dia 04/10, sob supervisão do professor Henrique Salsano. E, nos foi lembrado à respeito da entrega do próximo protocolo para a data de 26/09.

Após, as devidas orientações da professora, fomos dispensados para que ela pudesse atender o próximo grupo.

AULA DIA 29/09/14:

Nesta data não houve aula para todos, devido a realização do primeiro teste dos grupos 3 e 4, sob supervisão da professora Janaína.

AULA DIA 04/10/14:

A presente aula foi realizada em um sábado, pela manhã. Nesta oportunidade, realizamos o segundo teste do Trabalho Final Prático, sob supervisão do professor Henrique Salsano.

Iniciamos nossos trabalhos com a conferência dos insumos, equipamentos e materiais solicitados. Boa parte destes elementos não tinham sido disponibilizados sobre a bancada principal. Deste modo, recorreremos até o funcionário responsável do Labocien para requisitá-los.

Transcorridos 40 minutos, conseguimos começar a produção dos pratos. Aos que iniciamos no primeiro teste, demos continuidade; aos demais, fizemos do início ao fim.



Figura 8: alunos Henrique no segundo teste



Figura 9: aluna Thalita no segundo teste.

Terminado o prazo fornecido pelo professor, apresentamos todos os preparos, os quais foram avaliados um a um, em todos os quesitos (beleza, sabor, praticidade, apresentação etc.).

De acordo com as orientações do professor, nos foi sugerido mudar o prato principal; uma vez que ele não havia gostado dos sabores/combinções do mesmo. Com relação a entrada, esta foi muito elogiada em termos de sabor; mas foi pedido que a clarificássemos mais ainda para a próxima vez. Também foi sugerida uma melhor complementação no quesito apresentação.

No que concernem as sobremesas, optamos por fazer apenas a mousse de café uma vez que ela representa melhor a Cozinha Nacional. Assim, ao apresentarmos ela ao professor orientador, ele aprovou praticamente tudo, com ressalvas ao que tange o prato escolhido para apresentá-lo; ele pediu que usássemos algo com um formato mais moderno.

Por fim, o professor Henrique pesquisou algumas imagens na internet, e nos mostrou algumas formas mais contemporâneas de apresentação de pratos, como sugestão de aperfeiçoamento para a entrada e a sobremesa.

AULA DIA 06/10/14:

Nesta aula, a professora ficou à disposição dos grupos para realizar as devidas orientações nos portfólios e para os protocolos a serem desenvolvidos.

Assim, aproveitamos esta oportunidade para nos reunirmos na biblioteca para melhorarmos nossas ideias à respeito das apresentações dos pratos.

AULA DIA 13/10/14:

Nesta data não houve aula para todos, devido a realização do primeiro teste dos grupos 5 e 6, sob supervisão da professora Janaína.

AULA DIA 20/10/14:

Como o planejado, nesta aula houve orientação da professora Janaína para todos os grupos no que concerne os portfólios e protocolos.

Apresentamos parte de nosso portfólio para ser corrigido e nos sugerido pela professora que fizéssemos algumas pequenas alterações; sendo a maioria referente a um maior detalhamento no modo de fazer das fichas técnicas.

Nos foi explicada a importância de se usar os verbos no infinitivo, e, de detalhar o máximo possível cada um dos procedimentos.

Em seguida, nos foi entregue os Relatórios de Estágio para as devidas correções e para serem devolvidos na aula seguinte.

Ao término do atendimento, fomos dispensados para iniciarmos as devidas correções, e, o consequente atendimento dos próximos grupos.

AULA DIA 27/10/14:

Para esta aula, foram atendidos os alunos que desejavam ser orientados pela professora. Os demais presentes em sala de aula prosseguiram com a produção e correção dos portfólios e protocolos.

Para os que receberam os Relatórios de Estágio na aula anterior, hoje foi o dia de entregá-los corrigidos.

AULA DIA 03/11/14:

Iniciamos a aula com a orientação da professora por ordem de chegada. Após a devida espera, fomos atendidos.



Figura 10: Aguardando orientação da professora.

Nesta oportunidade, nos foi lembrada mais uma vez sobre a apresentação dos grupos por meio de Power Points, e fomos instruídos que deveríamos fazer uma breve explicação de nosso tema, bem como das aulas em si (de forma bem rápida e objetiva), e, nos delongar um pouco mais no que tange os testes 1 e 2.

Foi questionado nesta oportunidade o fato de um dos componentes da equipe ter que comparecer ao teste final do estágio junto à professora Anna no mesmo dia da apresentação. A professora sugeriu que conversássemos com o grupo “Sabores da Amazônia” para fazermos uma troca na ordem das apresentações, uma vez que este era o grupo com o trabalho mais adiantado. Todavia, ao término da aula, conversamos com um dos integrantes do grupo, o qual disse que não seria possível trocar pois os demais integrantes do grupo não concordavam com esta permuta, pois se sentiam prejudicados.

Assim, restou como o prévio combinado com a professora Janaína durante a orientação: o grupo fará uma apresentação mais breve com o Power Point sobre o seu respectivo trabalho; dando-se ênfase aos testes 1 e 2, de modo que o integrante do grupo possa ser liberado o quanto antes para comparecer ao teste final de estágio obrigatório.

AULA DIA 10/11/2014:

Nesta aula tivemos início com as apresentações dos grupos de TFP, onde cada equipe expôs ao máximo cada um de seus trabalhos, de modo que todos pudéssemos conhecer cada técnica escolhida para ser apresentada à banca avaliadora.

Assim, neste dia, a apresentação iniciou com os grupos 1¹⁷ (Brasil Contemporâneo) e 2 (Sabores de Portugal).

AULA DIA 17/11/2014:

Conforme o cronograma da disciplina, foram apresentados os trabalhos dos grupos 3 (Cozinha Mediterrânea) e 4 (Sabores da Amazônia).

Em seguida, os alunos foram orientados pela Coordenadora Janaína em sala de aula.

AULA DIA 24/11/2014:

Conforme o cronograma da disciplina, foram apresentados os trabalhos dos grupos 5 (Nordeste) e 6 (Cozinha Nacional).

Ao término das apresentações, os alunos apresentaram seus protocolos finais do TFP e foram orientados pela Coordenadora Janaína em sala de aula.

AULA DIA 01/12/2014:

Orientação dos grupos do TFP.

AULA DIA 06/12/2014:

Apresentação do TFP: Grupo 1.



Figura 11: Banca avaliadora.

¹⁷ Cópia da apresentação de nossa equipe (grupo 1) consta no apêndice do trabalho.

Neste dia, demos início à apresentação do nosso TFP. Vale citar que a MEP e o pré-preparo dos pratos e serviços tiveram início na sexta-feira (dia 05/12/2014), no período vespertino.

Seguindo todo o cronograma proposto pelo grupo no plano de ataque, concluímos todas as etapas com êxito.

Às 12h do dia 06/12/2014 começamos apresentando nosso trabalho à banca avaliadora, expondo nosso tema (escolha, motivos, decoração, harmonizaçãoetc.). Em seguida, começamos servindo as bebidas e as comidas.

Ao término de todo o serviço, cada professor pontuou os erros e acertos da equipe. Nos foi perguntado o que faríamos diferente com relação a alguns pontos não bem sucedidos como: consomê de um dos componentes da banca um pouco frio, recheio do capelette sem a carne de nuca de porco, molho de agrião muito espesso e marzipã um pouco endurecido.

Com relação ao recheio, respondemos que colocaríamos mais noz moscada, mais parmesão e até mesmo emulsionaríamos o recheio com miúdos de frango. Uma vez que não nos foi disponibilizada a carne solicitada, por falta de distribuidores em Brasília. No que concerne a temperatura da consomê, dissemos que esquentaríamos a panelinha em que foi servida.

Quanto ao molho de agrião, o deixaríamos mais fluido. E, no que concerne o marzipã, o teríamos feito no dia anterior, quando o laboratório não estava tão frio, a ponto de influenciar na dureza da mesma.

Também nos foi solicitado que colocássemos no tópico “Apresentação” de nosso TFP os conceitos do termo “Contemporâneo”, e, que corrigíssemos alguns verbos das fichas técnicas (os quais não se encontravam no infinitivo) bem como arrumar algumas referências bibliográficas que não se encontravam de acordo com as normas da ABNT.

AULA DIA 08/12/2014:

Apresentação do TFP: Grupo 2. E entrega da versão final corrigida do TFP, juntamente com a sua versão em CD.

AULA DIA 09/12/2014:

Apresentação do TFP: Grupo 3

AULA DIA 10/12/2014:

Apresentação do TFP: Grupo 4

AULA DIA 11/12/2014:

Apresentação do TFP: Grupo 5

AULA DIA 12/12/2014:

Apresentação do TFP: Grupo 6

APÊNDICE

Neste tópico constarão alguns documentos como o Power Point produzido pelos alunos desta equipe (apresentação realizada em sala de aula), bem como as correções realizadas no Portfólio pela professora Janaína Sarmiento (somente na versão entregue à professora da presente disciplina) e o plano de ataque de serviços/preparos.

**PLANO DE ATAQUE “SERVIÇO” – TRABALHO FINAL PRÁTICO:
BRASIL CONTEMPORÂNEO**

05/12/2014

❖ **13h00min às 13h30min**

Renata Jung – Separar mise en place de pratos e taças necessários para serviço

❖ **14h00min às 14h30min**

Henrique Fülber – Polir taças, talheres e pratos a serem utilizados pela equipe em seu serviço.

❖ **14h30min às 18h00min**

Henrique Fulber /Renata/Thalita – Produção da MEP de todos os preparos e início de alguns preparos como laranjas cristalizadas e consomê, por exemplo.

06/12/2014

❖ **08h00min às 08h30min**

Thalita Marcanth e Renata Jung – Montagem de mesa, arranjos e decorações necessárias

❖ **08h30min às 11h50min**

Thalita/Henrique/Renata – Finalização de todos os preparos a serem servidos.

❖ **11h15min às 11h45min**

Henrique Fülber, Renata Jung e Thalita Marcanth – Última verificação pré-serviço, ajustes finais

❖ **12h00min às 12h15min**

Henrique Fulber – Servir o vinho

Thalita Marcanth e Renata Jung – Serviço de entrada: Consomê de Capeletti Gaúcha

❖ **12h15min às 12h20min**

Henrique Fülber e Renata Jung: Recolher louças utilizadas para entrada

❖ **12h20min às 12h40min**

Henrique Fülber e Renata Jung – Servir prato principal: Rabada desconstruída com nhoque de banana

❖ **12h40min às 12h50min**

Henrique Fülber e Renata Jung – Recolher louças, taças e talheres utilizados no serviço de prato principal. Mudar taças de água.

❖ **12h50min às 13h10min**

Henrique Fülber e Renata Jung – Servir sobremesa: Mousse de café

❖ **13h10min às 13h15min**

Henrique Fülber, Renata Jung e Thalita Marcanth – Retirada das louças e utensílios utilizados e finalização do serviço.