

**UNICEUB – CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E DA SAÚDE**

DANIEL DE SOUZA CRUZ  
ELOIDES CRUZ  
LUIZ ANTÔNIO  
JOSÉ DE RIBAMAR MAGALHÃES  
STEPHANIE PINTO

**SABORES DA AMAZÔNIA**

Brasília  
2014

DANIEL DE SOUZA CRUZ  
ELOIDES CRUZ  
LUIZ ANTÔNIO  
JOSÉ DE RIBAMAR MAGALHÃES  
STEPHANIE PINTO

## **PORTFÓLIO**

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

Professor (a): Janaína Bispo.

Brasília  
2014

DANIEL DE SOUZA CRUZ  
ELOIDES CRUZ  
LUIZ ANTÔNIO  
JOSÉ DE RIBAMAR MAGALHÃES  
STEPHANIE PINTO

SABORES DA AMAZÔNIA

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

Brasília, de de 2014.

**Banca Examinadora Trabalho Final Prático (TFP):**

-----  
Coordenador(a)  
(Janaina Sarmento Bispo, UniCeub)

-----  
Professor(a) da disciplina de Estágio Supervisiona  
(Janaina Sarmento Bispo, UniCeub)

-----  
1º Examinador (a)  
(Paulo Seild, Uniceub)

-----  
2º Examinador (a)  
(Grazielle Gebrim Santos, Doutora em nutrição humana, Uniceub)

Dedicação a nossos familiares.

## AGRADECIMENTOS

Ao corpo docente do Curso de Gastronomia da Faculdade de Ciências da Educação e Saúde.

“ Um prato não começa nem termina na cozinha. Na verdade, começa na escolha do ingrediente e termina no prato vazio na frente do cliente satisfeito”.

Alex Atala

## SUMÁRIO

Glossário .....	10
1. Apresentação .....	14
2. Atividades .....	14
2.1 Brigada de cozinha .....	17
2.2 Receitas .....	17
2.3 Plano de ataque .....	18
a. Soluções : .....	18
2.4 Fichas técnicas .....	19
2.5 Laboratório /Labocien .....	19
2.6 Equipamentos de proteção Individual (EPI) .....	20
2.7 Protocolo .....	20
2.8 Tipos de cocção .....	22
a. Transmissão de calor .....	22
b. Tipos de cocção .....	24
c. Modos de Cocção .....	24
2.9 Sabores da Amazônia .....	26
3. Análise Empresarial .....	28
3.1 UNICEUB - FILOSOFIA .....	28
3.2 MISSÃO INSTITUCIONAL .....	28
3.3 PRINCÍPIOS INSTITUCIONAIS .....	28
4. Metodologia .....	29
5. Consideração Finais .....	30
6. Comentários e sugestão .....	30
a. Vinho Espumante Acoedes Brut .....	30
b. Análise Sensorial .....	31
c. Harmonização .....	31
7. REFERÊNCIAS .....	32
8. Anexos .....	33
8.1 Tabuas .....	33
8.2 Cortes .....	34
9. Relatorios das aulas do Estágio Supervisionado .....	38

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - explicação do portfólio aula dia 11/082014 pela professora Janaina Sarmiento Bispo. ....	39
Figura 2 - Seleção para os estágios com o Prof. Henrique Salsano e a Prof. Janaína Sarmiento Bispo. ....	40
Figura 3 - Explicação aula de Ética com professor Gilberto.....	40
Figura 4 - Insumos primeiro teste .....	51
Figura 5 - Equipamentos para o primeiro teste .....	51
Figura 6 - Grupo executando o primeiro teste.....	51
Figura 7 - Salada fria de pirarucu com feijão Santarém .....	51
Figura 8 - Posta de filhote no bananote com musseline .....	52
Figura 9 - Verrine de Bacuri.....	52
Figura 10 - Biscuit Joconde com creme Taberebá .....	52
Figura 11 -Grupo executando o segundo teste no labocien.....	63
Figura 12 -Vatapá com pão de castanha do pará.....	63
Figura 13 -Pato no tucupi com purê de feijão santarém .....	64
Figura 14 - Biscuit joconde com musse de taberebá.....	64

## **Lista de Abreviaturas**

MEP: Mise in place

UAN: Unidade de alimentação e nutrição

TFP: Trabalho final prático

PE: Protocolo de experimento

EPI: Equipamento de proteção individual

## Glossário

**Castanha do Brasil:** A *Bertholletia excelsa*, popularmente conhecida como castanha-do-pará, castanha-do-acre, castanha-do-brasil, tocari e tururi é uma árvore de grande porte, muito abundante no norte do Brasil.

**Tucupi:** É o sumo amarelo extraído da raiz da mandioca brava quando descascada, ralada e espremida. Depois de extraído, o caldo "descansa" para que o amido se separe do líquido.

**Jambu:** É uma hortaliça nativa da região amazônica, mas atualmente cultivada em várias regiões do mundo. Também recebe os nomes populares agrião-do-pará, agrião-da-amazônia e agrião-do-norte. Seus ramos, folhas e flores podem ser consumidos crus em saladas e em pratos cozidos, refogados ou assados.

**Taperebá:** É uma fruta amarelo-escuro, muito perfumado, ácido, mas de excelente sabor adocicado. O taperebazeiro é uma árvore de porte médio, até 25m de altura, tem formato cilíndrico, com arredondamento nas extremidades.

**Feijão Santarém:** Tem sabor, forma, cor, textura, e uso culinário peculiar. Ele faz parte da compreensão do "comer amazônico". E da região do Baixo Amazonas, que é marcada pelos rios Amazonas e Tapajós, O feijão de Santarém é especial, e mais especial ainda se consumido na região e temperado com a energia da floresta.

**Jambo:** É o fruto do jambéiro, árvore da família das mirtáceas, são frutos piriformes (em forma de pera), com casca lisa e cerosa, rosada e de polpa branca.

**Mise en place:** O termo mise en place significa: organizar a praça de trabalho e fazer o pré-preparo dos alimentos que serão utilizados na concepção das preparações. "A *mise en place* engloba o conjunto de trabalho previamente executados, para colocar o local, os objetos ou alimentos em ordem.

**Assar:** assar ou rôtir é a cocção de alimentos previamente temperados com vinha d'alho ou sal grosso em fornos ou espetos, sem tampa e sem adição de

**Líquidos:** É indicado o uso de termômetro para garantir o êxito da preparação, uma vez que a temperatura externa ao alimento será superior à interna; o calor é transmitido por condução, no interior dos alimentos, e por convecção, pelo aquecimento do ar que circula dentro do forno.

**Banho-maria:** técnica utilizada como auxiliar de método de cocção para alimentos delicados, que não podem ser submetidos diretamente ao calor forte. Ela consiste em colocar o alimento em um recipiente que, por sua vez, será colocado em outro recipiente, que transfere o calor à água está por meio de correntes, também se aquece e, por condução, aquece o utensílio no qual o alimento está depositado.

**Bater:** misturar alimentos ou líquidos completa e vigorosamente com uma colher, garfo, batedor de arame ou batedeira elétrica.

**Caramelizar:** Especificamente, o ato de aquecer o açúcar para transformá-lo em caramelo. Usa-se esse termo até mesmo para carnes e vegetais, por exemplo, quando eles assumem o aspecto do tom escurecimento do caramelo.

**Cocção:** o mesmo que cozinhar.

**Cortar:** técnicas utilizada para vários cortes.

**Coulis:** Palavra francesa que indica um molho bem líquido à base de verduras, crustáceos ou frutas.

**Demolhar:** deixar de molho em água os alimentos conservados.

**Espessar:** o mesmo que engrossar.

**Grelhar:** a cocção e feita utilizando-se a chapa de metal quente, colocada sobre brasas ou diretamente no fogão elétrico ou a gás, ou grelhas é chamada de grelhar. Pode-se utilizar também o broiler. O objetivo neste método é fechar os poros do alimento e reter os sucos.

**Ligar:** Processo que permite deixar uma mistura mais consistente e densa com o acréscimo de um ingrediente que funcione como espessante.

**Macerar:** deixar o alimento temperado descansar por horas.

**Marinar:** A marinada tem a função de conservação e ao mesmo tempo contribui para.

**Chef de molhos:** é o profissional responsável pela preparação de molhos base, hierarquia da cozinha , o chef saucier é um dos imediatos mais responsáveis , pois aquele desenvolve todas as bases e molhos, para serem usados desde a pré-preparação até a finalização de produções

**Chef de peixe:** É responsável pelos peixes, o que muitas vezes inclui a limpeza destes e seus molhos. Esta posição é combinada muitas vezes com a de saucier.

**Chef de assados:** é responsável por todos os pratos assados e relativos jus ou outros molhos.

**Chef de grelha:** é responsável por todos os alimentos grelhados. Esta posição pode ser combinada com a de saucier.

**Chef dos vegetais:** é responsável por tira gosto quente e, frequentemente também por sopas , vegetais, macarrão, e outros carboidratos ( em um sistema de brigada completo, tradicional completa as sopas são preparadas pela praça de sopas ou potager e os vegetais pelos legumier ). Esta praça também pode ser responsável pelos pratos de ovos.

**Tournant:** trabalha no lugar em que for necessário em toda a cozinha.

**Chef dos pratos frios (garde manger):** é responsável pela preparação de alimentos frios incluindo saladas, tira gostos frios, patês e itens similares .Esta categoria é considerada separada do trabalho de cozinha.

**Açogueiro (boucher):** é responsável pelo corte das carnes, aves e ocasionalmente peixes. O boucher pode também ser responsável por panar carnes

e peixes. Atualmente tem sido substituído pelo garde- manger , as carnes são compradas já cortadas e fracionadas.

**Chef de confeitiro (pâtissier):** é responsável por assados, doces e sobremesas. Frequentemente supervisiona uma área separada da cozinha ou uma loja separada de grandes operações. Esta posição pode ser desdobrada nas seguintes áreas de especialização confiseur ( prepara balas , petit –fours ) boulanger(prepara massas sem açúcar, para pães e pãezinhos), glacier ( prepara sobremesas frias e congeladas), décorateur (prepara pratos importantes e bolos especiais).

**Aboyeur:** recebe os pedidos e os passa para os vários chefs de praça. Ele é a última pessoa a ver o prato antes que deixe a cozinha. Em algumas operações, pode ser ou o chef ou o sous- chef.

**Communard:** prepara a refeição servida ao pessoal da casa a certa altura do turno.

**Commis:** aprendiz trabalha respondendo a um chef de praça para aprender como a praça opera e quais são sua responsabilidades.

**Ajudante de cozinha(plounger):** é o responsável pela limpeza geral física da cozinha, além de também efetuar retirada de lixo e detrito.

## **1. Apresentação**

O tema Sabores da Amazônia representa a gastronomia “exótica” da maior floresta tropical do planeta e traduz os mistérios das cores, sabores e aromas que conquistam a gastronomia internacional. Neste ensaio será apresentada uma proposta inspirada, como descrito no próprio título, na selva amazônica com técnicas da clássica e moderna gastronomia do velho mundo europeu. A ideia é instigar, criar, no sentido mais puro, provocar um novo sabor nos cardápios que surgem com os atuais hábitos alimentares do brasileiro, a partir de seu desenvolvimento social, econômico e de suas novas experiências culturais. As técnicas consagradas da culinária universal, agregadas ao resgate de ingredientes nativos da Amazônia, abrem as portas para a diversidade gastronômica que percorre um caminho entre os paladares do Brasil e do mundo.

## **2. Atividades**

O trabalho tem o propósito de expor o conhecimento adquirido em todas as disciplinas do curso superior de Tecnologia em Gastronomia, mas que consiste na originalidade de cada um com a vivência individual. Com essas práticas o referido Trabalho Final Prático vem com preparos bem elaborados saborosos frutos, folhas, temperos, por várias formas de preparos regional e tão pouco conhecido com abundância. A partir das técnicas conhecidas no curso superior de Tecnologia em Gastronomia, designamos o trabalho a seguir com desafio de escolher esse tema, tão amplo em seus milhares de insumos ao mesmo tempo.

No Primeiro semestre, na disciplina MATÉRIAS PRIMAS E PLANEJAMENTO DE CARDÁPIO, tivemos a oportunidade de conhecer as técnicas para elaboração de cardápios e montagem de fichas técnicas, na qual aplicaremos esse aprendizado no TPF. COZINHA BÁSICA, essencial para nosso aprendizado, onde foi apresentado tipos de fundos, técnicas de cortes, molho e seus derivados. HISTÓRIA DA GASTRONOMIA, refletiu em trazer toda história da gastronomia

proporcionando o conhecimento e hábitos alimentares. HIGIENE DOS ALIMENTOS E SEGURANÇA ALIMENTAR, aplicando toda parte de segurança e higiene alimentares que devemos ter dentro de uma unidade de alimentação e nutrição, como técnicas, teorias que jamais vão deixar de ser aplicadas, faz parte do nosso cotidiano em todas as aulas temos a oportunidade de pôr em prática. COMPOSIÇÃO DOS ALIMENTOS, essa matéria ela foi o ponto chave para entender que a saúde e alimentação estão muitas relacionadas uma a outra, composição dos alimentos traz o conhecimentos dos açúcares, vitaminas, fibras, proteínas e etc. nos proporcionando diferenciar suas propriedades. O exemplo e o preparo (casquinha de vatapá) que usa o pão dormido o pão frances, o pão frances tem um teor maior de calorias do que o pão de castanha do pará o qual vamos adicionar no vatapá, o pão de castanha do pará e menos calórico e mais saudável.

No segundo semestre TÉCNICAS BÁSICAS DE CONFEITARIA, proporcionou o conhecimento das técnicas básicas de confeitaria os cremes madres, tipos de caldas, tipos de massas cremosas e aeradas. TÉCNICAS BÁSICAS DE PANIFICAÇÃO E MASSAS, diferenciar os tipos de massas, molhos, fermentação e técnicas de manipulação e modelagem de diferentes preparação. COZINHA FRIA, trouxe os preparos de saladas, sanduíches, molho frios, molhos quentes, patês, sopas frias, sopas quentes e canapés. Com técnicas de cortes, cocção e manipulação dos alimentos. GESTÃO ADMINISTRATIVA, Proporcionar ao aluno conhecimento básico para planejar as diversas etapas de administração de empreendimentos gastronômicos, considerando as ferramentas operacionais e de gestão, para garantir a continuidade do negócio dentro de padrões apropriados, proporcionando oportunidade de elaborar e montar planos de negócios e projeto de empreendimentos. LINGUAS ESTRANGEIRAS, Apresentar estruturas gramaticais básicas nas línguas inglesa e francesa, incluindo temas relacionados à gastronomia, usando vocabulário específico em situações concretas, como base para desenvolver as habilidades de compreensão auditiva e leitura, além de noções de pronúncia. Promover autoconfiança e motivação para o exercício profissional.

No terceiro semestre COZINHA AVANÇADA, teve como objetivo Desenvolver os métodos de cocção e aplicação de técnicas e cortes de carnes de caça, pescados e frutos do mar e seus preparos; guarnições e acompanhamentos

com decoração de pratos, ponto focal e variações de apresentações de pratos. COZINHA INTERNACIONAL, Identificar e conhecer os diferentes preparos, técnicas, utensílios e matérias-primas das distintas regiões e países do mundo; Estabelecer diferenças regionalidades e conhecer a nomenclatura utilizada; proporcionar o conhecimento das culturas de cada país ou região à sua gastronomia. GESTÃO DE EVENTOS EM GASTRONOMIA, Compreender as dimensões dos eventos, seus componentes determinantes e implicações no âmbito da gastronomia, assim como, saber escolher e adequar as técnicas de gestão e planejamento para a concepção, viabilização e execução dos eventos de diferentes portes. Bases conceituais: definição, classificação e tipologia dos eventos; captação de eventos. GESTÃO EMPREENDEDORA, propor o conhecimento de gestão empreendedora, resgatando o perfil de um empreendedor, abrindo nossos horizontes com a finalidade de identificar o nosso objetivo, traçando a missão, visão e valores de cada um. SERVIÇO DE RESTAURANTE, Diferenciação dos tipos de empreendimentos no setor alimentício, conforme segmentação de público e tipologia comercial. Conhecimento das noções de serviços à mesa, etiqueta de serviço e etiqueta de comensal. Conhecimento da tipologia de prestadores de serviços relacionados à gastronomia.

No quarto semestre COZINHA NACIONAL, História da gastronomia brasileira; influências culturais na gastronomia regional. Modo de Vida, costumes e hábitos alimentares regionais brasileiros. Pratos emblemáticos e principais receitas regionais. COZINHA DAS AMERICAS, Pesquisar, analisar, desenvolve e executa técnicas e preparações culinárias das Américas considerando aspectos étnicos, históricos e culturais bem como o uso de ingredientes típicos. Identificar matérias-primas e utensílios utilizados pelas cozinhas das Américas do Norte, Sul e Central. Associar a cultura gastronômica a cada país ou região. ENOGASTRONOMIA, A disciplina teve como objetivo proporcionar aos alunos o estudo, a informação, o conhecimento e as noções gerais que se aplicam ao processo de elaboração e de harmonização dos vinhos com os preparos gastronômicos. ESTAGIO SUPERVISIONADO, Propiciar aos futuros profissionais a oportunidade de vivenciar as diferentes áreas, favorecendo aperfeiçoamento nos diversos campos da gastronomia, interagindo com profissionais, para o desenvolvimento de conhecimentos e habilidades para a atuação com visão crítica e reflexiva

entendendo a gastronomia como expressão cultural e histórica, cumprindo o preceito entre ensino, pesquisa e extensão e capacitando para o mercado de trabalho. TÉCNICAS BÁSICAS DE CONFEITARIA AVANÇADA, desenvolver ao aluno as habilidades técnicas avançadas para o preparo de sobremesas, ressaltando a importância no conhecimento das técnicas da confeitaria e panificação para a compreensão de como executar ou criar um cardápio de sobremesas e pães. Executando glacagens, técnicas avançadas de merengues como macarons, cremes derivados dos cremes madres, técnicas de entremets, e elaborar preparações da chocolateira com técnicas abordada.

## 2.1 Brigada de cozinha

E o sistema que foi instituído por Escoffier para agilizar e simplificar o trabalho nas cozinhas. Serve também para eliminar o caos e a duplicação de esforços que pode ocorrer se não tiver responsabilidades bem definidas. Nessa operação cada um tem uma operação definida. O chefe é responsável por todas as operações da cozinha, incluindo os pedidos, a supervisão de todas as praças e o desenvolvimento dos pratos do menu. Ele também pode ser chamado de *chef de cuisine* ou chef executivo. O *sous-chef* é o segundo no comando responde por *chef* e pode ser responsável por fazer o cronograma substituir o *chef* na ausência deste e assistir os *chefs* de praça ou cozinheiro de linha conforme necessário. Estabelecimentos menores podem não ter um *sous-chef* de posições na brigada clássica também inclui os seguintes cargos: O chefe de sauté é responsável por todos os pratos sautés e seus molhos. Esta posição é, muitas vezes, consideradas a mais exigente responsável e glamorosa da linha.

## 2.2 Receitas

A receita é um registro escrito dos ingredientes e dos passos necessários para a preparação de determinado prato. A forma da receita depende de quem a usará, no final, e de como será apresentada. Antes de começar a

cozinhar a partir de uma receita, o primeiro passo é sempre lê-la por inteiro, para saber exatamente o que é necessário. Isso o alertará para quaisquer supresas que ela possa conter, como o uso de equipamento incomum ou um período de refrigeração de uma noite inteira. Esse também é o ponto em que deve-se decidir se a receita precisa sofrer alguma modificação, talvez o rendimento seja de apenas dez porções nesse caso, terá de converter a receita. Enquanto aumenta ou reduz o número de porções, existe a possibilidade de descobrir que também precisa modificar o equipamento, para acomodar o novo volume de comida. Depois de ler e avaliar, ou modificar a receita, é hora de arrumar o *mise en place*. Em muitos casos, a ser preparado (por exemplo, ferver ou cortar em pedaços de determinado tamanho), antes que o cozimento ou a montagem comecem.

### **2.3 Plano de ataque**

É feito para adiantar a produção, com a mínima perda de qualidade, de acordo com a proposta do serviço de alimentação em questão. Portanto é necessário se ter uma:

- Lista de equipamentos
- Listas de ingredientes e quantidades;
- Espaço para produção;
- Lista de divisão de tarefas e sequência lógica;

#### **a. Soluções :**

1. *Mise en place* organizar por ordem de uso realizando check list, utensílios, insumos, equipamentos)
2. Analisar as preparações a serem feitas com uma “visão do todo”;
3. Separar as preparações em etapas distintas;
4. Selecionar as etapas mais demorada e começar por estas;

5. Verificar quais os alimentos que podem ser mantidos com mínima perda de qualidades, assim como de forma ou estágio de produção;
6. Considerar os métodos de cocção empregados e tempos de resistência de perda de qualidades relativa ao método;
7. Dividir tarefas por categoria , não por receita, otimizando recursos;
8. Pensar e executar várias ações simultâneas e organizá-la de acordo com o grau de atenção necessária.

## **2.4 Fichas técnicas**

Serve para padronizar o processo de produção das preparações para garantir ao cliente a manutenção do aspecto físico e sensorial das mesmas, tornando-o satisfeito. Tem como objetivo determinar o valor nutritivo da preparação; Conhecer o custo da preparação; Verificar o rendimento (número de porções ) de cada preparação; Facilitar a requisição de ingredientes junto ao setor de suprimentos; Planejar adequadamente o cardápio seguindo custos e receitas.

## **2.5 Laboratório /Labocien**

O laboratório é um espaço de aprendizado complementar e indispensável para a compreensão de processos naturais. Estes processos podem ser de natureza física, química ou biológica. A realização de experimentos e atividades práticas é um fator determinante, pois ajuda a tornar os alunos mais eficiente na medida em que torna o aprendizado mais significativo.

## **2.6 Equipamentos de proteção Individual (EPI)**

O uso do Equipamentos de Proteção Individual(EPI) é fundamental, pois garante a saúde e a proteção do gastrônomo, evita consequência negativas em casos de acidente de trabalho, além disso o epi também é usado para garantir que o alimento seja manipulado com total segurança.Estes equipamentos são compostos por dolmã,calca, crok ou bota, avental, gorro e toalha.

## **2.7 Protocolo**

É uma forma de gerenciar melhor o desenvolvimento das atividades, dando maior importância na evolução das tarefas a serem apresentadas, ao Trabalho Final Prático, para padronizar e planejar um trabalho organizado e desenvolver ao longo dos preparos um ótimo resultado final. É importante separarmos as tábuas de cortes por grupos de alimentos, da mesma forma que não devemos guardar os alimentos misturados e sem etiquetados na geladeira e utilizar utensílios sem a higiene necessária para evitar a contaminação cruzada. A contaminação cruzada é a transferência de micro organismos de um local para o outro, através de meios comuns entre o contaminante o e contaminado. A alta temperatura do cozimento elimina os microorganismos nocivos à saúde e cortar um alimento cru, por exemplo, com a mesma faca que corta um alimento assado sem antes lavar, pode causar sérios riscos à sua saúde.

Segue abaixo algumas dicas para evitar a contaminação cruzada:

1. Utilize diferentes tábuas de corte para os diferentes grupos de alimentos;
2. Guarde os alimentos em embalagens ou recipientes bem fechados;
3. Lavar bem os utensílios e as mãos antes e depois de manipular alimentos;

4. Guardar na geladeira os alimentos preparados no fogão, mesmo que ainda estejam quentes.

Ressalva-se que é mito que não se pode guardar alimentos quentes na geladeira, na realidade, quanto mais tempo em temperatura ambiente, mais as bactérias vão se proliferar.

Hoje no mercado existem variados tipos de tábuas de corte: as de madeira, plástico, vidro e as coloridas (essas seguem padrões internacionais).

Nos laboratórios institucional utiliza-se as de polietileno no laboratório não há tábua de madeira.

**Plástico:** Da mesma forma que a madeira, a faca deixa alguns sulcos no plástico, facilitando a penetração das bactérias e dificultando a higienização do utensílio. São leves e práticas. Deve ser trocada regularmente.

**Vidro:** A tábua de vidro não é cortada pela faca e é um material de muito fácil higienização. Por outro lado, é mais pesada, o alimento tende a 'escorregar' um pouco em cima dela, e pode quebrar, causando acidentes.

**As coloridas:** Essas têm um padrão internacional de cores, discriminado abaixo:

- Vermelha – Carnes;
- Azul – Peixes e frutos do mar;
- Verde – Frutas, verduras e legumes;
- Amarela – aves;
- Bege – assados ou embutidos;
- Branca – laticínio.

**Tipos de Cortes:** Na Gastronomia são usados vários tipos de cortes de verduras, legumes, massas entre outros alimentos. No decorrer deste relatório a acadêmica, descreveu os cortes mais tradicionais e que ajudam no melhor cozimento e apresentação final do prato. Os cortes padronizados e universais aprendidos no Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia são:

- Brunoise
- Mirepoix
- Macedônia ou Macedoine
- Julienne
- Paisano ou Paysanne
- Jardineira ou Jardinière
- Parisiense ou Parisienne
- Batatas Chipes
- Bâstonnet
- Fritas ou palito

## 2.8 Tipos de cocção

Cocção é o processo de pelo qual se aplica calor ao alimento afim de modificar a estrutura alterar ou acentuar seu sabor e torná-lo adequado á digestão. O calor é um tipo de energia que faz as moléculas do alimento vibrarem expandirem –se e se chocarem umas com as outras transferindo esse calor entre elas. Quanto mais as moléculas se moverem, mais quenteficará o alimento acima de 75° c , o calor elimina as bactérias patgênicas. O calor é o princípio básico utilizado para a cocção de alimentos. Pode ser direto ou indireto e gerado a partir de diversas formas entre elas, gás, eletricidade ondas eletromagnéticas radiação e calor.

Cozinhar um alimento é expô-lo ao calor ou radiações capazes de aquecê-lo com o fim de modificá-lo ou transformá-lo no plano físico e químico e, por sua vez, garantir sua segurança bromatológica.

### a. Transmissão de calor

**Condução:** O calor é transmitido de uma molécula, partícula, corpo ou superfície a outra molécula, partícula, corpo ou superfície, que está em contato direto. Exemplo: o calor move-se da chama do fogão, à frigideira e, daí, a água ou à gordura em contato direto com o fundo e, depois à primeira camada do alimento. Finalmente, o calor é conduzido através da massa do alimento da mesma forma.

**Convecção:** As correntes de convecção ajudam no aquecimento de substâncias líquidas e gasosas por condução. Quando os gases ou líquidos esquentam, tornam-se menos densos e tendem a subir, enquanto as porções mais frias, menos densas, se deslocam para o fundo para substituir as quentes.

As correntes de convecção circular são o resultado deste processo e movem as moléculas de líquido ou gás na vasilha ou forno ajudando a distribuir o calor de forma mais uniforme.

**Radiação:** A energia também pode ser transmitida por onda ou raios que viajam rapidamente por meio do espaço. Estes raios vão diretamente da fonte de alimentos sem a necessidade de ar entre eles. Quando a energia radiante alcança o alimento, ela é absorvida e produz calor porque intensifica a vibração das moléculas. Este calor é transmitido até o centro do alimento por condução. O elemento incandescente de um torrador e isqueiro são exemplos de uso de energia radiante para cozinhar alimentos. A energia radiante ou radiação térmica gerada por estes alimentos é vermelha ou infravermelha e não é capaz de penetrar além de 1 ou 2 mm dos alimentos.

**Micro-ondas:** Também é uma forma de energia radiante que provoca o aquecimento dos alimentos ao interagir com suas moléculas fazendo-as vibrar. A diferença é o poder de penetração de cerca de 2cm nos alimentos.

**Indução:** Este aquecimento é gerado com uma bolinha de indução de alta frequência que está abaixo da superfície superior dos fogões, feita de material cerâmico liso. A bolinha gera uma corrente magnética que provoca que recipientes construídos de materiais ferrosos aqueçam devido à fricção que gera esta corrente, enquanto a superfície cerâmica da cozinha permanece fria. O único que aquece é o recipiente que transmite o calor ao alimento por condução. O calor é gerado apenas com o contato da panela com o fogão, mas para que isso aconteça, é preciso que as panelas tenham um fundo de ferro ou liga de aço inox.

## b. Tipos de cocção

**Cocção por extração:** É um tipo de cocção partindo de um líquido frio.

**Cocção por concentração:** Partindo de um líquido quente, os elementos nutritivos e aromáticos ficam em parte no interior do alimento. A brusca exposição ao calor do alimento provoca a coagulação de suas proteínas. Quando a cocção se dá em atmosfera seca, é produzida a caramelização de glúcidos ou reação de Maillard.

**Cocção mista:** Existe duas fases, a primeira fase, coagulam-se superficialmente as proteínas e a reação de Maillard se dá durante o dourado mediante o fenômeno de concentração. Em uma segunda fase, amolecem as fibras celulares do alimento e há uma passagem de elementos nutritivos e aromáticos pelo fenômeno de extração.

**Cocção em um líquido:** É realizada por imersão em líquido

**Frio:** A técnica consiste em submergir um alimento em um líquido frio antes de levá-lo à ebulição. Provocamos uma troca entre o líquido de cocção e o alimento a ser cozido. Isso deve ao fenômeno chamado “osmose” ( a troca é realizada de uma solução menos concentrada para mais concentrada e vice-versa). Tipo extração.

**Fervendo:** A técnica consiste em submergir um alimento em um líquido em ebulição, provocando a coagulação imediata das proteínas da superfície, impedindo, em parte, a troca entre o líquido e o alimento. Tipo concentração.

## c. Modos de Cocção

**Assar:** Cocção feita em ambiente fechado e seco, tomando cuidado para o alimento não ressecar. Ex: Carnes em geral, peixes inteiros ou em pedaços com molho, massas para gratinar, etc.

**Brasear:** A técnica é começar a cozer na panela e terminar no forno ou vice-versa mas mantendo a mesma panela. Para brasear é importante ter uma atenção extra ao tipo de alimentos, é sempre feito com alimentos mais sólidos como aves silvestres e carnes de caça e nunca com alimentos macios como peixes e legumes.

**Fritar:** É o preparo do alimento em gordura quente. É possível fritar qualquer tipo de alimento, mas é preciso ter cuidado.

**Gratinar:** Gratinar é um método que cria aquela crosta bonita e gostosa no alimento. Exemplos de alimentos que podem ser gratinados: Molho branco e queijos em geral.

**Grelhar:** É expor um alimento à ação direta do calor radiante das brasas (defumando) ou ao calor por contato da grelha. O alimento grelhado sempre tem seus lados marcados. Esta técnica permite a coagulação (caramelização) rápida das proteínas superficiais, com o fim de manter os sucos no interior do produto a ser cozido.

**Gratinar por completo:** é um processo de cocção no qual o alimento é submetido ao calor o seu cozimento uniforme por dentro e por fora.

**Gratinar ligeiro ou tostar:** consiste obter uma crosta sobre o alimento. Os alimentos feitos dessa forma devem estar cozidos.

**Glaciar ou abrilhantar:** é uma operação no qual se introduz o alimento por breve tempo, afim de dar-lhe brilho, os alimentos que se glaceam são cobertos com molhos e manteiga derretidas.

**Assar na chapa ou na grelha:** muito parecido com o assar no forno a diferença consiste em assar na chapa o calor sobre o alimento fogo direto e irradiação, a função da gordura é evitar que o alimento se prenda na chapa.

**Estufar, brasear:** quando a cocção se realiza em duas etapas. O alimento se cozinha no calor seco, e termina de cozinhar em calor úmido. Este é um método de cocção lenta que a carnes aves e legumes.

**Cozer a vapor:** consiste em submeter o alimento ao vapor de água, que penetra no alimento, de fora até o núcleo. Esse método tem como característica de não destruir as células. O calor somente derrete a gordura contida no alimento.

**Pocher:** sem tampa, com calor seco misto direto. Cocção suave, em pouca quantidade de líquido, em temperatura 80° c.

**Polêler:** sem tampa na frigideira, com tampa no forno, com calor seco. Cocção, na frigideira (poêler) à temperatura alta direta no fogo, em temperatura moderada, permitindo um cozimento suave, usando o próprio suco do alimento em recipiente bem fechado.

**Redução:** significa reduzir pela fervura ou quantidade de líquidos, assim os molhos terá uma textura cremosa e sabor reforçado. São de acetato balsâmico, de fundos escuro, de fundo com vinho.

**Vapor:** O alimento é exposto ao vapor de água em ebulição permitindo a sua cocção sem o contato direto. Esta técnica é a ideal, do ponto de vista nutricional.

**Sauter:** Consiste em cozinhar um alimento em fogo vivo, geralmente sem tampar, em uma pequena quantidade de matéria gordurosa. Tipo: Concentração.

## 2.9 Sabores da Amazônia

A fusão do tempero amazônico com a cozinha internacional

Nossa busca pela miscigenação do tempero amazônico com a cozinha internacional tem como registro inicial no Brasil colônia, quando iniciou-se a

troca de alimentos e técnicas de cocção dos produtos da *terra brasilis* com os europeus. No entanto, a partir do XVIII que as influências das outras culturas chegaram a Amazônia. Para o antropólogo Raul Lody, autor do livro “Culinária Amazônica - O Sabor da Natureza, a “cozinha do Norte é uma convergência que reúne tradição local, acréscimos e criações das vertentes européia e africana, além de outros componentes, como as culinárias japonesa, libanesa, italiana e alemã, que chegaram pelas imigrações ou pelas migrações de nordestinos que vieram viver o apogeu do ciclo da borracha”, explica.

Originalmente feita sem sal, açúcar e especiarias, a culinária local ganhou novos temperos com as influências estrangeiras ao longo do tempo. No entanto, a cozinha amazônica é bastante preservada devida a distância entre as regiões. Eddy Stols - doutor em história pela Universidade Católica de Leuven, na Bélgica – lembra em artigo publicado na revista Nossa História em março de 2006, que no século XIX, os cardápios europeus apresentavam os consommés à la tapioca (caldos engrossados com bolinhas de farinha mandioca) e as brésilines (tortas ou sorvetes com coberturas de castanha do pará). “A culinária brasileira nasce híbrida e integra nesta mestiçagem contínua não somente produtos e preparos portugueses e indígenas, mas também, asiáticos.”, afirma.

### **3. Análise Empresarial**

#### **3.1 UNICEUB - FILOSOFIA**

Preparar o homem integral por meio da busca do conhecimento e da verdade, assegurando-lhe a compreensão adequada de si mesmo e de sua responsabilidade social e profissional.

#### **3.2 MISSÃO INSTITUCIONAL**

Gerar, sistematizar e disseminar o conhecimento, visando à formação de cidadãos reflexivos e empreendedores, comprometidos com o desenvolvimento socioeconômico sustentável.

#### **3.3 PRINCÍPIOS INSTITUCIONAIS**

**Princípio da liberdade e da tolerância** – Liberdade de opinião, crenças e valores, pelo reconhecimento do direito à existência e à expressão dos diferentes grupos sociais e multiculturais.

**Princípio da solidariedade** – Formação do educando para o fortalecimento da cidadania e da construção da sociedade mais justa.

**Princípio da responsabilidade social** – Valorização do espírito de cooperação, da capacidade criativa e do senso empreendedor, voltada ao desenvolvimento socioeconômico, à proteção ao meio ambiente e à qualidade de vida.

**Princípio da articulação entre teoria e prática** – Integração de teoria e prática, permeando atividades de ensino, pesquisa e extensão, possibilitando a formação técnico-científica aplicável à atuação profissional.

**Princípio da formação continuada** – Capacitação do educando para a formulação de respostas criativas e contextualizadas na solução de problemas da sociedade, conscientizando-o da necessidade de aperfeiçoamento e atualização permanente.

#### **4. Metodologia**

Esse trabalho consiste em retomar o início do curso Superior de tecnologia em gastronomia do UniCeub. Visando resgatar a maior parte dos conhecimentos teóricos e práticas aplicadas nesses quatro semestres. Cada matéria estudada será resgatado seus conhecimento e técnicas aplicadas. Começando pela escolha do nosso tema sabores da Amazônia, onde tivemos muita cautela para selecionar cada ingredientes que seriam utilizados em nossos preparos no qual os insumos que têm um sabor único e características próprias. Sabores da Amazônia foi um tema estudado onde saberíamos os ricos que poderíamos correr como a acidez que a maioria dos produtos tem, mais mesmo assim optamos por correr esse risco, por saber que essa região é rica em sabores exóticos e produtos diferenciados. Pensar em cada insumo é estudar sua origem e suas características. Todos os caminhos traçados ao longo desses quatro meses, foi de suma importância para cada um dos componentes do nossa equipe, a começar pelas as escolhas das receitas, onde aplicamos as teorias imaginando como seria apresentação e sabores dos pratos escolhidos. No primeiro mês os professores Henrique Salsano e Janaina Sarmento deram apoio, orientando na montagem do portfólio e no tema do trabalho final, segundo mês passamos pelo primeiro teste, onde executamos seis receitas escolhidas, com objetivo de selecionar apenas três, já no terceiro mês fomos ajustando as técnicas e modos de preparos, e executando o segundo teste onde já obtivemos mais êxito nos preparos. A disciplina de estágio supervisionado corresponde ao estágio supervisionado e a elaboração do TFP no qual os alunos deverão realizar a releitura dos preparos utilizando os conhecimentos adquiridos durante o curso Superior de tecnologia em gastronomia. Para isso foi realizado várias pesquisas bibliográficas em livros, sites, revistas entre outros com objetivo de escolhemos um tema com preparos que utilizaremos parte dos conhecimentos, e habilidades e competência adquiridos durante o curso. Neste sentido a equipe acordou que para alcançamos tais objetivos deveríamos utilizar insumos com sabores únicos e característicos próprios – sabores da Amazônia.

## **5. Consideração Finais**

No início do Trabalho Final Prático, assumimos o compromisso e o desafio de buscar o envolvimento de todos com o tema e com tudo que nos foi ministrado ao longo desses quatro semestres. O desenvolvimento do tema Sabores da Amazônia, nos permitiu ainda enquanto alunos colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo do curso e nos obrigou a resgatar aprendizados que hoje enxergamos de outra forma.

Escolher o tema do nosso TFP não foi complexo pelo fato de todos se identificarem com a gastronomia Brasileira. Cores, sabores, aromas nunca vistos trazem a riqueza amazônica a exploração gastronômica, como a última fronteira a explorar, sendo assim foi essa abundância de cultura e insumos que nos cativou, para fazer algo diferente e marcante para o trabalho de conclusão de curso.

O processo de planejamento foi algo complexo, são diversas necessidades e etapas para ser enfrentada da forma mais organizada possível. Entregar o protocolo dentro dos prazos, reunir o grupo no dia marcado, testar receitas, mudar ingredientes, elaborar o TFP, refazer algo que ficou errado, foram fases que passamos da forma mais eficiente possível, porque conseguimos aprender com nossos erros.

Aprendemos que para ser reconhecido como um grupo competente e capaz de defender seu tema é necessário impor regras, e tratar o outro lado da mesma forma que gostaria de ser tratado, isso facilita todo o processo e contribui para o melhor resultado.

## **6. Comentários e sugestão**

### **a. Vinho Espumante Acoedes Brut**

Produzido no Brasil pela Vinícola Gaeibaldi, localizada no município de Garibaldi, na região da Serra Gaúcha, que recebeu recentemente o primeiro selo de denominação de origem no Brasil.

Este espumante é extra brut, realizado pelo método tradicional, o champenoise, e elaborado com 70% de casta chardonnay e 30% de Pinot Noir, castas conduzidas pelo sistema de espaldeira, com controle de produção de 9.000 Kg de uvas por hectare. Este rótulo foi apresentado ao mercado em 2013 para comemorar os 83 anos de Vinícola Garibaldi.

A Vinícola Garibaldi é a maior do país, com um quadro de 370 famílias associadas, com uma área de 32 mil metros quadrados de construção de estocagem que ultrapassa os 20 milhões de litros, utilizando tecnologia e equipamentos europeus para a elaboração de vinhos e espumantes.

No processo de elaboração da Acordes, a colheita é feita manualmente, realizando-se uma seleção dos cachos já no vinhedo. Os cachos passam por uma leve prensagem com rendimento de 60% de mosto, que é fermentado separadamente em taques de inox. A segunda fermentação é realizada na própria garrafa. O método de amadurecimento leva no mínimo 24 meses, em caves de envelhecimento.

#### **b. Análise Sensorial**

**Visual:** cor de amarelo palha com reflexos e apresenta um ótimo desprendimento de perlage, formando bolhas finas e numerosas.

**Gustativo:** apresenta uma delicada mistura de frutas secas como o damasco e amêndoas, com notas de torrefação.

**Na boca:** revela-se cremoso e estruturado, com boa acidez e ótima persistência.

#### **c. Harmonização**

Pela cremosidade da espumante permite que seja servida com pratos estruturados e condimentados, carnes, risotos, queijos e massas com os mais variados complementos.

## 7. REFERÊNCIAS

ARAÚJO. André Vital de. *Sociologia de Manaus*. FCA. Manaus, 1973.

MORAES, Raimundo. *O meu Dicionário de Cousas da Amazônia*. 2.v. Alba. Rio de Janeiro, 1931.

PERET. José Américo. *Amazonas: História gente e costumes*. Senado Federal. Brasília, 1985.

Instituto Americano de Culinária. *Chef profissional*. – 3ª ed. – editora Senac São Paulo: 1235 p. 2009.

FERNANDES, Calota. *Viagens gastronômicas através do Brasil*. – 8ª ed. – São Paulo: editora Senac São Paulo, 2007.

FREIXA, Dolores/ Chaves, Guta. *Gastronomia no Brasil e mundo*. 2. ed. 2. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2012.

## 8. Anexos

### 8.1 Tabuas



Vermelha – carnes



Verde- frutas, verduras e legumes



Azul- peixes e frutos do mar



Amarela- aves



Bege- assados ou embutidos



Branca – láctício

## 8.2 Cortes

Os cortes padronizados e universais aprendidos no Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia são:

### Brunoise



São legumes, cortados em forma de cubos minúsculos de 4 a 5 mm de lado usado apenas em sopas, recheios, molhos e salpicões.

Fonte: <http://pt.slideshare.net/naayoliveira313/tipos-de-cortes-de-legumes>

### Mirepoix



São vários legumes cortados em forma de pequenos cubos de 8 mm de lado, usado em arroz, carnes e complementos de molhos.

Fonte: <http://pt.slideshare.net/naayoliveira313/tipos-de-cortes-de-legumes>

### **Macedônia ou Macedoine**



São cortes usados em pratos de carnes e saladas.

Fonte: <http://pt.slideshare.net/naayoliveira313/tipos-de-cortes-de-legumes>

### **Julienne**



É um corte em forma de tiras de 4 a 5 cm de comprimento, usado em consumes, sopas e saladas.

Fonte: <http://pt.slideshare.net/naayoliveira313/tipos-de-cortes-de-legumes>

### **Paisano ou Paysanne**



São cortes irregulares com cerca de 2 cm de lado, usado em sopas e pratos de carnes.

Fonte: <http://pt.slideshare.net/naayoliveira313/tipos-de-cortes-de-legumes>

### Jardineira ou Jardinière



São bastõezinhos quadrados ou retangulares

Fonte: <http://pt.slideshare.net/naayoliveira313/tipos-de-cortes-de-legumes>

### Parsiense ou Parisienne



São cortes feitos com boleador em forma de esfera de 1,5 cm de diâmetro, usado para pequenas peças de carnes, aves ou guarnições que têm esse nome.

Fonte: <http://blog.sc.senac.br/cozinha-basica-tipos-de-cortes/>

### Batatas chipes



São cortes feitos de 1,5 à 2mm de espessura

Fonte: <http://blog.sc.senac.br/cozinha-basica-tipos-de-cortes/>

## Bâstonnet



São cortes em bastão de 5mm x 5cm

Fonte: <http://blog.sc.senac.br/cozinha-basica-tipos-de-cortes/>

## Fritas ou palito



Cortes em palito

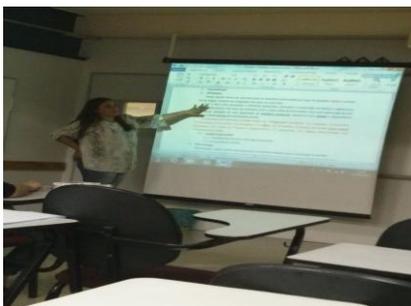
Fonte: <http://blog.sc.senac.br/cozinha-basica-tipos-de-cortes/>

<b>CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES DA DISCIPLINA DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO</b>	
<b>DATA</b>	<b>ATIVIDADE</b>
<b>11/08/2014</b>	Leitura do plano de ensino Aula de protocolos
<b>18/08/2014</b>	Divisão dos locais de estágio Divisões dos grupos de estágio/ trabalho final prático Aula x oficina: Ética profissional
<b>25/08/2014</b>	Apresentação das Orientações Gerais da disciplina Como desenvolver um portfólio Orientação/acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolos.
<b>01/09/2014</b>	Aula professor Henrique Salsano – Temas do TFP Entrega dos protocolos de TODOS OS GRUPOS
<b>08/09/2014</b>	Orientação/ acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolo
<b>22/09/2014</b>	Orientação/ acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolo
<b>29/09/2014</b>	Primeiro teste- TFP Grupo 4
<b>06/10/2014</b>	Orientação/ acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolo
<b>20/10/2014</b>	Orientação/ acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolo
<b>27/10/2014</b>	Segundo teste- TFP Grupo 4
<b>03/11/2014</b>	Orientação/ acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolo
<b>17/11/2014</b>	Apresentação em slide do portfólio Grupo IV
<b>24/11/2014</b>	Entrega do protocolo final
<b>01/12/2014</b>	Orientação/ acompanhamento da elaboração do portfólio e protocolo
<b>03/12/2014</b>	Entrega do TFP Grupo 4
<b>10/12/2014</b>	Apresentação do TFP Grupo 4

## **9. Relatorios das aulas do Estágio Supervisionado**

A aula do dia 11/08/2014 ministrada pela Flávia Moraes teve como objetivo mostrar aos alunos como elaborar o protocolo de experimento no laboratório, portanto foi de fundamental importância para desenvolver de maneira correta e facilitar o trabalho. Foi explicado o instrumento de avaliação de cursos de graduação presencial e a distância. Como deveria ser confeccionado o protocolo de experimento (PE), foi explicada a estrutura, título da prática, curso, disciplina, área de conhecimento, introdução, objetivo, tipo de descarte, código de EPI/símbolos de não permitido, material e equipamentos, procedimento, discussão/avaliação, referência bibliográfica e anexo. Depois no segundo horário Janaina Sarmento

explicou as instruções do estágio como deveria ser o roteiro para elaboração do relatório, a formatação utilizada folha A4, margens direita e inferior 2cm e margens esquerda e superior 3cm, fazendo uso da fonte Arial tamanho 12 e o espaçamento entre as linhas de 1,5 com recuo de parágrafo de 1,25cm. Foi explicado com deveria ser confecção do relatório sumário, introdução, objetivo geral, objetivo específico, características da empresa, aspectos físicos, equipamentos, planejamento de cardápio e compras, recepção e estocagem de gêneros, controle de estoque, pré-preparo, distribuição, atividades realizadas, rotina e roteiro, tempos e movimentos, considerações finais sobre o estágio, referências e anexos. Também foi explicado como deveria ser construído o portfólio, formatação e definições gerais, papel branco tamanho A4 (210x297mm) os textos devem ser de cor preta e fonte tamanho 12, inclusive capa, margens esquerda 3,0cm; direita 2,0cm; superior 3,0 cm; inferior 2,0cm, títulos de capítulos em tamanho 12, caixa alto e negrito, as folhas ou páginas pré-textuais devem ser contadas, mas não numeradas, a numeração deve ser colocada a partir da primeira folha da parte textual (introdução), em algarismos arábicos, no canto superior direito da folha, foi explicado como deveria ser a apresentação, atividades, análise empresarial, metodologia, considerações finais, referências, anexos e apêndice.



**Figura 1 - explicação do portfólio aula dia 11/082014 pela professora Janaina Sarmiento Bispo.**

A aula do dia 18/08/2014 consiste em demonstrar o plano de ensino, visando esclarecer a toda turma sobre normas e regras da instituição. Nos dois primeiros horários o professor Henrique Salsano iniciou a aula falando a respeito dos estabelecimentos conveniados com o UNICEUB, entres eles estavam Patú Anu, Café do Ernesto, Brasil 21 e Kaza Chique, foi feita a seleção por meio de sorteio para os alunos com estagio em seus respectivos estabelecimentos.



Figura 2 - Seleção para os estágios com o Prof. Henrique Salsano e a Prof. Janaína Sarmento Bispo.

Na segunda parte dos dois últimos horários a professora Janaina Sarmento retificou o cronograma para melhor adequação dos testes do Trabalho Final Prático, explicando sobre as menções e cronograma, para finalizar a última parte tivemos a presença do professor Gilberto onde ele deu uma breve aula sobre Ética, onde o tema abordado foi Ética profissional.



Figura 3 - Explicação aula de Ética com professor Gilberto.

No dia 29/09/ 2014 foi realizado no labocien o primeiro teste elaboração de protocolo de experimento-Labocien. No primeiro teste foi realizado seis preparos a professora Janaína Sarmento orientou que fosse feito duas entradas, dois prato principal, duas sobremesas, no primeiro teste testamos as receitas mas não foi o esperado as expectativas pelo grupo e professores Janaina Sarmento e Anna Caribé, então resolvemos mudar as preparações para o segundo teste. Na teoria daria tudo certo, mais na hora da montagem não obtivemos muito sucesso nas combinações dos sabores, tudo ficou um pouco sem sabor, quanto as técnicas utilizadas foram de grande avalia para nós, seria até interessante por conta da diversidade de técnicas que aplicamos nos preparos. Com a exceção da sobremesa avaliada pela Professora Ana Caribé, orientando o primeiro teste pelo

membrados do grupo, em geral os demais preparos não atingiram as expectativas de sabor, textura. De acordo com a reunião o grupo e alguns professores, verificamos que a base nos insumos adquiridos, com o tema sabores da Amazônia, pela forma de preparo pelas misturas de ingredientes e possíveis combinações no produto final. A salada fria de piracuru com feijão santarém não agradou pelo peixe que estava muito salgado. A posta de filhote no bananote a musseline não obteve o esperado ficou com um forte gosto de banana e o peixe sem sabor.

## **ELABORAÇÃO DE PROTOCOLOS DE EXPERIMENTO – LABOCIEN**

### **Primeiro teste sabores da Amazônia para elaboração do Trabalho Final Prático.**

Grupo 4: Daniel cruz, Eloides, Luiz Antonio, Ribamar, Stephanie.

Curso: Gastronomia

Disciplina: Estágio Supervisionado

Área de conhecimento: Habilidades práticas, Preparos de Alimentos

### **Introdução**

O tema Sabores da Amazônia representa a gastronomia “exótica” da maior floresta tropical do planeta e traduz os mistérios das cores, sabores e aromas que conquistam a gastronomia internacional.

Neste ensaio apresentaremos uma proposta inspirada- como descrito no próprio título- na selva amazônica com técnicas da clássica e moderna gastronomia do velho mundo europeu. Nossa ideia é instigar, criar, no sentido mais puro, provocar um novo sabor nos cardápios que surgem com os atuais hábitos alimentares do brasileiro, a partir de seu desenvolvimento social, econômico e de suas novas experiências culturais. As técnicas consagradas da culinária universal, agregadas ao resgate de ingredientes nativos da Amazônica, abrem as portas para a diversidade gastronômica que percorre um caminho entre os paladares do Brasil e do mundo.

Objetivo – Propiciar ao futuro profissional a oportunidade de vivenciar experiências nos diversos campos da gastronomia, interagindo com outros profissionais. Com isso, visamos conhecimentos e habilidades para a atuação de forma crítica e reflexiva, entendendo a gastronomia como expressão cultural e histórica, cumprindo o preceito entre ensino, pesquisa e extensão, para captação no mercado de trabalho.

Tipo de descarte – Lixo 2 e lixo 4

Código de EPI / Símbolos de não permitido – Código: 13/ Código: 06

Uso grupo ( 5 pessoas)

### **Material e equipamentos**

**Material:**

- Bowl pequeno – 4 unidade
- Panela média - 4 unidade
- Panela pequena- 3 unidade
- Liquidificador- 2 unidade
- Recipiente para micro-ondas
- Peneira pequena – 1 unidade
- Processador – 1 unidade
- Batedeira – 1 unidade
- Fuet – 3 unidades
- Espátulas de confeitaria – 2 unidades
- Bicos de confeitaria pitanga – 2 unidades
- Sacos descartáveis – 2 unidades
- Maçaricos – 1 unidade
- Termômetro – 1 unidade
- Bailarina – 1 unidade
- Bowl médio – 8 unidades
- Silpat-2 unidades
- Aros redondos pequenos- 2 unidades
- Stencil vc- 2 unidades
- Rolo de fita de acetado- 1 unidade
- Frigideira teflon grandes – 5 unidades
- Tabua Branca – 2 unidade
- Faca de chef – 5 unidade
- Bowl de Descarte – 2 unidade
- Caçarola Grande – 2 unidade
- Pegador de Carne – 1 unidade
- Tabua azul – 1 unidade
- Faca de peixe – 1 unidade
- Ralador – 2 unidades
- Pão Duro – 3 unidades
- Tabua Vermelha – 1 vermelha
- Colher de Sopa – 10 unidades
- Tabua Verde – 1 unidade
- Rolo filme 1 unidade
- Forma grande para assar 2 unidades

**Insumos:**

- Manteiga sem sal - 500g
- Batata de água - 15 unidades
- Banana da terra madura- 6 unidades
- Queijo de búfalo - 600g
- Queijo gorgonzola- 150g
- Sal refinado - 100g
- Filhote filé (fresco) - 1kg
- Jambo - 8 unidades
- Castanha do Pará sem casca- 600g
- Carambola fresca - 5 unidades
- Cebola Echalote - 10 unidades
- Pimentão verde - 2 unidades
- Folha de bananeira - 6 unidades
- Azeite extra virgem -1 L
- Feijão Santarém - 300g
- Pirarucu seca - 500g
- Chicória - 1 maço
- Tucumã - 1 cacho
- Pimenta murupi - 5 inteiras
- 4 medalhões de filé de búfalo - 200g
- Vinho madeira - 50ml
- 4 fatias foie gras 1cm - 50g
- Pão de castanha do Pará- 10 fatias
- Pimenta moída preta- 100g
- Pimenta moída branca- 100g
- Folha de louro- 5 unidades
- Cravo - 5unidades
- Noz Moscada- 15 g
- Tomilho- 50g
- Pato- 1kg
- Cebola Comum- 10 unidades
- Pimenta de cheiro - 6 unidades
- Jambu - 3 maços
- Tucupi- 1 L
- Alho Cabeça - 6 unidades
- Gengibre fresco -150g
- Polpa de bacuri - 250g
- Ovos- 30 unidades
- Farinha de trigo- 3kg
- Sorvete de taperebá- 500g
- Ricota de búfalo – 500g
- Gelatina incolor folhas- 20g

- Polpa de taperebá - 300g
- Creme de leite fresco - 2 Litros
- Leite condensado Itambé- 400ml
- Leite Integral - 1 L
- Chocolate meio amargo belga- 500g
- Creme de leite industrializado- 400ml
- Açúcar impalpável - 150g
- Farinha de amêndoas- 150g
- Açúcar refinado- 1kg
- Açúcar Cristal - 100g
- Pupunha- 15 unidades
- Fermento biológico instantâneo- 5g
- Melhorador - 5g
- Glucose (karo)- 20g
- Leite em pó- 5g
- Manteiga de cacau (mycryo)- 100g
- Chitaki cogumelo-150g
- Alecrim -50g

### **Procedimentos:**

#### **Creme de sorvete**

1.passo: Junte o sorvete com a ricota e o sorvete de creme. Passar no processador repita o processo por duas vezes; 2.passo: Adicionar a gelatina dissolva com água; 3.passo: Levar o creme para o congelador por 4 horas.

#### **Creme de Taperebá**

1.passo: Bater no processador a polpa de taperebá, creme de leite fresco e o leite condensado, adicionem as gemas peneiradas e passe pelo processador novamente e reserve; 2.passo: Em uma panela faça um roux blanc; 3.passo: Adicionar a preparação que foi processada aos poucos para que não crie pelotas, cozinhe em fogo baixo por alguns minutos; 4.passo: Retirar do fogo cubra com filme pvc e deixe esfriar.

## **Ganache de chocolate**

1.passo: Piquar o chocolate leve ao banho-maria até 40º, adicionar o creme de leite mexer com uma fuet e reserve.

## **Biscuit Joconde**

1.passo: Bater as claras com açúcar até ponto de neve não muito firme e depois reserve; 2.passo: Bater o ovo com as gemas e o TPT até ponto de letra, tirar da batedeira e incorporar a farinha de trigo em movimento envolvente; 3.passo: Colocar delicadamente as claras batidas em neve à preparação; 4. Passo: Levar ao forno por 10 minutos à 180°C.

## **Musseline de batata aÍra com banana da terra**

1.passo: Lavar as batatas aÍra e cozinhar por 30 minutos; 2.passo: Lavar as bananas da terra e cozinhar por 30 minutos; 3.passo: Ralar o queijo de búfalo e reservar; 4.passo: Amaçar as batatas e as bananas com um garfo e depois bater levemente no liquidificador; 5.passo: Em uma panela de 8 litros, esquentar o creme de leite, adicionar a manteiga e logo que a manteiga derreter acrescentar a batata aos poucos e a banana. 6.passo: Antes de chegar no ponto da musseline corrigir o sal e finalizar com o queijo de búfalo.

## **Posta de filhote no Bananote**

1.passo: Limpar e cortar o peixe Filhote, e reservar na geladeira em um bowl; 2. passo: Corta a cebola echalote, pimentão, carambola, castanha do para e o jambu e reservar em um bowl; 3. passo: Temperar com sal e pimenta murupi o peixe depois de cortado em posta; 4.passo: Selar as postas; 5.passo: Na folha de

bananeira colocar as postas já seladas, e os ingredientes listados a cima. (as ordens ainda não sabem, iremos fazer os testes); 6.passo: Levar as postas já envolvidas ao forno pré aquecido em 180° por 30 minutos.

### **Salada fria a base de feijão Santarém**

1.passo: Dessalgar o peixe. Com a técnica de ferver o mesmo em água. E se for preciso repetir o processo; 2.passo: Cortar as cebolas em brunoise e tirar a acidez com sal; 3.passo: Cozinhar o Feijão Santarém e reservar; 4.passo: Cortar a chicória; 5.passo: Cozinhar o tucumã; 6.passo: Em um bowl colocar todos os ingredientes aos poucos para que eles fiquem bem distribuídos, espremer meio limão e acrescentar bastante azeite; 7º passo:Deixar marinando por no mínimo 30 minutos e ao final corrigir o sal e a pimenta de for necessário.

### **Tournedos grão Pará**

1.passo: Colocar sal e pimenta nos tournedos de búfalo. Quando a sauteuse estiver em ponto de mercúrio, adicionar os medalhões e selar os lados da proteína. Reservar os medalhões; 2.passo: Fritar no azeite os pães para dar uma tostada; 3.passo: Colocar as fatias de foie gras na frigideira e aquecer rapidamente. Reservar em uma folha de papel toalha; 4.passo: Na hora de montar o prato, aquecer a sauteuse do foie gas deglaçar com vinho madeira e aquecer os medalhões.

### **Creme de Pupunha**

1.passo: Preparar o molho bechamel e reservar na panela; 2.passo: Cozinhar as pupunhas descascar e colocar no liquidificador; 3.passo: Bater

com o molho bechamel até ficar com uma consistência cremosa. 4º passo: Colocar em uma panela para aquecer e adicionar manteiga para o creme ficar aveludado.

### **Pão de castanha do Pará**

1.passo: Peneirar a farinha de trigo e faça uma cova com a mesma. No centro da cova acrescente os ingredientes restantes. Trabalhe a massa até homogeneizá-la e então comece a sovar a massa;2.passo: Quando o glúten estiver desenvolvido, boleia a massa e cubra-a com plástico para iniciar a primeira fermentação. 3.passo: Quando a massa estiver fermentada, mate a massa e divida a mesma em duas metades iguais. Modele a massa e coloque para fermentar em uma forma untada com manteiga e farinha de trigo;4.passo: Acrescente o Eggwash e cubra a massa com um pouco de cereais; 5º passo: Fermente novamente a massa e asse por 20 minutos a 160°C.

### **Vellutata de jambu**

1.passo: Fazer o confit de pato; 2.passo: Em uma frigideira, colocar duas colheres de azeite e cebola em brunoise; 3.passo: Quando a cebola ficar translúcida, adicionar o confit de pato e o jambu. Fritar por 4 minutos e agregar o tucupi, o alho e a pimenta de cheiro. Cozinhar por 8 minutos; 4.passo: Depois bater no liquidificador, despejar o creme de leite até ter uma textura aveludada.

### **Creme de bacuri**

1.passo: Bater no processador a polpa de bacuri, creme de leite fresco e o leite condensado, adicione as gemas peneiradas e passe pelo o processador novamente e reserve; 2.passo: Em uma panela faça um roux Blanc; 3. Passo: Adicionar a preparação que foi processada aos poucos para que não crie

pelotas, cozinhe em fogo baixo por alguns minutos, retire do fogo cubra com filme PVC e deixe esfriar.

### **Práline de castanha do Brasil**

1.passo: Junte todos os ingredientes numa panela e misturar. Em seguida ligue o fogo e deixe que o açúcar se dissolva sem mexer e quando a calda atingir 60°C graus, quando a calda atingir a coloração de caramelo logo que atingir essa coloração desligue o fogo; 2.passo: Em seguida adicione as castanhas mexendo a panela rapidamente, e coloque a mistura numa forma com papel manteiga; 3. Passo: Quando o esfriar, retire do papel manteiga e coloque num processador para triturar e virar uma farofa crocante.

### **Compota de Jambo**

1.passo: Descasque os jambos, retirando as polpas, coloque as cascas em uma panela para cozinhar, até que a água fique de cor rosa, retire do fogo e coe; 2.passo: Adicionar o líquido junto da polpa e o açúcar, cozinhe até que forme uma calda de consistência.

### **Merengue Italiano**

1.passo: Colocar água e o açúcar em uma panela pequena, deixe dissolver o açúcar; 2.passo: Limpar as bordas da panela para não cristalizar. Deixe atingir 117°C a 120°C até ficar em ponto de bala mole; 3.passo: Colocar as claras na batedeira e deixar aerar; 4.passo: Colocar a calda em fio sobre as claras e deixe bater até esfriar. Colocar em saco de confeitar.

### **Biografia:**

Quem colocou o filé no Wellington- 50 clássicos da culinária: quem criou, quando e por quê. Autor: James Winter Editora: melhoramentos

O grande Livro dos Ingredientes. – São Paulo : Publifolha, 2011.

### **Discussão:**

Nosso plano de ataque foi elaborado e discutido com as receitas que mais retratam a culinária da Amazônia. Nesse tópico foi discutido muito a utilização de produtos exclusivos e específicos da região escolhida. Os pratos escolhidos foram baseados nas releituras de pratos que utilizassem técnicas que aprendemos no decorrer do curso. As porções e preparações que iram ser desenvolvidas, vão se adaptando de acordo com os testes que faremos.

Foram realizados os seguintes preparos:

<b>Entrada</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Sobremesa</b>
Velutata de jambu com redução de tucupi	Posta de filhote no bananote	Verrine de bacuri
Salada fria de piracucu com feijão santarém		Biscuit joconde com creme de taperebá.

As técnicas aplicadas na velutata de jambu foi a coulis ferver e redução de tucupi com o pato, processar . A técnica para fazer a preparação da salada fria de piracucu foi utilizada técnicas de dessalga, cozimento, cortes como brunoise e macedonia, selagem do peixe e depois embrulhado na folha de bananeira e o rôti. O prato principal utilizamos as técnicas de cozimento, grelhar, saltear e de assar. As técnicas da sobremesa do biscuit joconde para a genoise foi aplicada banho-maria, processar, assar, modelar, montar. Patê cigarrete assar. Creme taperebá reduzir, processar, cozinhar, bater e montar. A verrine de bacuri foi aplicada as técnicas creme bacuri cozinhar, reduzir, bater, esfriar. Praliné caramelizar. Ganache bater,envolver.



Figura 4 - Insumos primeiro teste



Figura 5 - Equipamentos para o primeiro teste



Figura 6 - Grupo executando o primeiro teste

## Preparos do primeiro teste



Figura 7 - Salada fria de pirarucu com feijão Santarém



**Figura 8 - Posta de filhote no bananote com musseline**



**Figura 9 - Verrine de Bacuri**



**Figura 10 - Biscuit Joconde com creme Taberebá**

Após uma reunião com a equipe no dia 29/09/2014 decidimos mudar alguns preparos, ficou resolvido pelo grupo que seria a entrada casquinha de Vatapá, prato principal Magret de pato com redução de tucupi e purê de feijão santarém e a sobremesa biscuit joconde com creme de taperebá e compota de frutas vermelhas depois decidido todos os preparos questionamos técnicas, sabor, textura, apresentação de prato e plano de ataque.

No dia 27/10/2014 o grupo se reuniu no labocien para realizar o segundo teste dos preparos escolhidos para o TFP. Primeiro passo foi montar a MEP e formar nosso cronograma começamos com as preparações que necessitavam de redução e de uma cocção mais longa, no preparo da biscuit joconde começamos com os preparos da genoise, patê cigarrate e a biscuit joconde. Em quanto essa base estavam assando, partimos para os recheios e coberturas como a calda de frutas vermelhas e o recheio interno e o creme taperebá o que mais discutimos foi a respeito das técnicas de cada preparo. O outro preparo foi o vatapá com pão de castanha do pará, logo em seguida iniciamos como o vatapá comida típica do Nordeste, fizemos uma releitura colocamos o pão de castanha do Pará para ficar com a cara da Amazônia e o feijão santarém trabalhamos a técnica de cozimento do feijão e logo em seguida a descasca da pele e o olho do feijão, passamos pelo processador com o creme de leite fresco e levamos a cocção onde foi finalizado com temperos a gosto, enquanto o magret já estava temperado, levamos a chapa para uma leve selada e ao forno cinco minutos. Esses preparos obteve excelente sabor e textura.

<b>Entrada</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Sobremesa</b>
Pato no tucupi com purê de feijão santarém	Pato no tucupi com purê de feijão santarém	Biscuit joconde com musse taperebá

## **ELABORAÇÃO DE PROTOCOLOS DE EXPERIMENTO – LABOCIEN**

### **Segundo teste sabores da Amazônia para elaboração do Trabalho Final Prático.**

Grupo 4: Daniel cruz, Eloides, Luiz Antonio, Ribamar, Stephanie.

Curso: Gastronomia

Disciplina: Estágio Supervisionado

Área de conhecimento: Habilidades práticas, Preparos de Alimentos

### **Introdução**

O tema Sabores da Amazônia representa a gastronomia “exótica” da maior floresta tropical do planeta e traduz os mistérios das cores, sabores e aromas que conquistam a gastronomia internacional. Neste ensaio apresentaremos uma proposta inspirada- como descrito no próprio título- na selva amazônica com técnicas da clássica e moderna gastronomia do velho mundo europeu. Nossa ideia é

instigar, criar, no sentido mais puro, provocar um novo sabor nos cardápios que surgem com os atuais hábitos alimentares do brasileiro, a partir de seu desenvolvimento social, econômico e de suas novas experiências culturais. As técnicas consagradas da culinária universal, agregadas ao resgate de ingredientes nativos da Amazônia, abrem as portas para a diversidade gastronômica que percorre um caminho entre os paladares do Brasil e do mundo.

**Objetivo** – Propiciar ao futuro profissional a oportunidade de vivenciar experiências nos diversos campos da gastronomia, interagindo com outros profissionais. Com isso, visamos conhecimentos e habilidades para a atuação de forma crítica e reflexiva, entendendo a gastronomia como expressão cultural e histórica, cumprindo o preceito entre ensino, pesquisa e extensão, para captação no mercado de trabalho.

Tipo de descarte – Lixo 2 e lixo 4

Código de EPI / Símbolos de não permitido – Código: 13/ Código: 06

Uso grupo (5 pessoas) 1 Grupo

## **Material e equipamentos**

### **Material:**

- Bowl pequeno – 4 unidade
- Panela média - 4 unidade
- Panela pequena- 3 unidade
- Liquidificador- 2 unidade
- Recipiente para micro-ondas (para derreter manteiga)
- Peneira pequena – 1 unidade
- Processador – 1 unidade
- Batedeira – 1 unidade
- Fuet – 3 unidades
- Espátulas de confeitaria – 2 unidades
- Bicos de confeitaria pitanga – 2 unidades
- Sacos descartáveis – 2 unidades
- Maçaricos – 1 unidade
- Termômetro – 1 unidade
- Balarina – 1 unidade
- Bowl médio – 8 unidades
- Silpat-2 unidades

- Aros redondos pequenos- 2 unidades
- Stencil vc- 2 unidades
- Rolo de fita de acetado- 1 unidade
- Frigideira teflon grandes – 5 unidades
- Tabua Branca – 2 unidade
- Faca de chef – 5 unidade
- Bowl de Descarte – 2 unidade
- Caçarola Grande – 2 unidade
- Pegador de Carne – 1 unidade
- Tabua azul – 1 unidade
- Faca de peixe – 1 unidade
- Ralador – 2 unidades
- Pão Duro – 3 unidades
- Tabua Vermelha – 1 vermelha
- Colher de Sopa – 10 unidades
- Tabua Verde – 1 unidade
- Rolo filme – 1 unidade
- Forma de fundo falso – 02 unidades
- Forma grande para assar – 2 unidades

**Insumos:**

- Vinho branco espumante para harmonização dos pratos:
- Acordes (champenoise EXTRA – BRUT) – 1 garrafa
- Manteiga sem sal - 500g
- Sal refinado - 100g
- Pimentão verde – 1 unidade
- Pimentão vermelho - 1 unidade
- Tomate Carmem vermelho - 4 unidades
- Azeite extra virgem -1 L
- Feijão Santarém – 1kg
- 4 fatias foie gras 1cm - 50g
- Pimenta moída preta- 100g
- Pimenta moída branca- 100g
- Folha de louro- 5 unidades
- Noz Moscada- 15 g
- Cebola Comum- 04 unidades
- Pimenta de cheiro - 6 unidades
- Jambu - 3 maços frescos
- Tucupi- 2 L
- Alho Cabeça - 4 unidades
- Ovos - 24 unidades

- Farinha de trigo -1,5kg
- Gelatina incolor folhas - 50g
- Polpa de taperebá – 1,5kg
- Creme de leite fresco - 1 Litro
- Leite condensado Itambé- 400ml
- Leite Integral - 2 L
- Leite de coco – 200ml
- Coco seco inteiro – 2 unidades
- Chocolate meio amargo belga - 200g
- Creme de leite industrializado - 300ml
- Açúcar impalpável - 400g
- Farinha de amêndoas - 500g
- Açúcar refinado - 1kg
- Açúcar Cristal - 100g
- Manteiga de cacau (mycryo) -100g
- Pão francês amanhecido – 4 unidades
- Azeite de dendê – 50ml
- Camarão fresco médio COM CASCA- 1kg
- Cenoura – 1 kg
- Salsão – 1 maço
- Vinho branco sant german – 1lt
- Banana da terra – 6 unidades
- Inhame – 1,5kg
- Camarão seco grande – 500gr
- Gengibre – 200gr fresco
- Pimenta murupi – 100gr
- Lagostim médio – 10unidades
- Mel puro (KARO) - 250ml
- Limão thaiti – 3 unidades
- Corante mix preto – 01 unidade
- Corante mix vermelho – 01 unidade
- Fermento em pó químico - 20g
- Magret de pato (peito sem osso 04 peitos com pele e gordura) – 1kg
- Rúcula baby - 1 maço
- Agrião baby - 1 maço
- Amoras frescas - 200g
- Cerejas frescas - 200g
- Laranja lima – 2 unidades
- Essência de baunilha- 10ml
- Polpa de cajá – 1,5kg
- Mirtilos frescos - 200g
- Morangos frescos - 1 bandejas

- Framboesa fresca - 200g
- Flor comestíveis pequenas - 1 bandeja cores azul
- Physalis - 1 bandeja
- Açúcar isolmat - 100ml
- Hortelã - 1 maço
- Geleia de brilho - 100g
- Emulsificante para sorvete - 70 gr
- Sorvete de taperebá – 500gr (ficou uma caixa do teste anterior)
- Jambo rosa – 02bandejas (Pão de açúcar da 509 asa norte)
- Pão integral com castanha do pará e amêndoas -2unidades
- Amido de milho – 100gr
- Castanha do Pará sem casca inteiras – 200gr
- Amêndoas sem casca – 200gr
- Nozes pecam – 200gr
- Corante mix verde – 01unidades
- Leite ninho em pó – 50gr
- Fermento biológico instantâneo – 20gr
- Melhorador de pães – 20gr
- Granola – 200gr

## **Procedimentos:**

### **Entrada**

Vatapá com pão de castanha do pará

### **Ingredientes:**

- 04 - Pão francês amanhecido
- 500ml - de Leite líquido
- 30ml - de Azeite de dendê
- 1kg - Camarão fresco médio COM CASCA
- 30ml - Azeite de oliva
- 2 – dentes de alho
- 1 uni - Cebola em brunoise
- Sal e Pimenta do Reino Q.B.
- 1uni – pimentão vermelho
- 1uni – pimentão verde
- 1uni – pimentão amarelo
- 1 maço – Coentro
- 120 - ml de Leite de coco

### **Modo de preparo:**

1.passo: Tempere o camarão com sal e pimenta do reino 2.passo: Corte o pão em pedaços pequenos e coloque no leite para amolecer por 10 minutos, depois bata no liquidificador; 3.passo: Escorra o camarão que ficou de molho; 4.passo: Em uma frigideira, aqueça o azeite de oliva e refogue o alho, a cebola e o pimentão com o coentro e coloque o camarão seco e depois o fresco. Acrescente os pães; 5.passo: Adicione o leite de coco e cozinhe em fogo baixo/médio até espessar. 6. Passo: Adicione o sal e a pimenta do reino 7.passo: Se preferir bata os temperos no liquidificador (cebola, tomate e pimentão); 8. Passo: Fazer um fundo com as cascas e a cabeça do camarão.

### **Pão castanha do Pará**

- Farinha de trigo – 250gr
- Sal refinado – 05gr
- Manteiga sem sal – 25gr
- Açúcar – 10gr
- Agua – 110ml
- Gema – 25gr
- Melhorador de pães – 5gr
- Glucose – 5gr
- Sete cereais – 40gr
- Leite em pó – 5gr
- Nozes – 40gr
- Castanha do Pará – 40gr
- Fermento biológico – 20gr

### **Modo de preparo:**

1.passo: Peneire e farinha de trigo e faça uma cova com a mesma. No centro da cova acrescente os ingredientes restantes. 2.passo: Trabalhe a massa até homogeneizá-la e então comece a sovar a massa.3º passo: Quando o glúten estiver desenvolvido, boleia a massa e cubra-a com plástico para iniciar a primeira fermentação.3.Quando a massa estiver fermentada, mate a massa e divida a

mesma em duas metades iguais.4.passo: Modele a massa e coloque para fermentar em uma forma untada com manteiga e farinha de trigo.5.passo: Acrescente o Eggwash e cubra a massa com um pouco de cereais.6.passo: Fermente novamente a massa e asse por 20 minutos a 160°C.

### **Prato principal**

- Purê de feijão Santarém
- Feijão Santarém – 500gr
- Creme de leite fresco – 300gr
- Manteiga sem sal – 50gr
- Cebola – 50gr
- Sal – 10gr
- Noz moscada – 1gr
- Pimenta do reino branca – 2gr

### **Modo de preparo:**

1º passo: Coloque o feijão de molho por uma hora, retire as peles e volte para cozinhar por 30 minutos até que esteja márcios, passe pelo liquidificador se necessário adicionando creme de leite, 2º passo: refogue a cebola brunoise com manteiga sem sal, 3º passo: adicione o creme de leite, tempere com sal, pimenta do reino branca, e uma pitada de noz moscada reserve.

### **Pato de tucupi com purê de feijão Santarém**

1º.passo: Tempere o peito de pato com sal, pimenta do reino branca, gengibre e patê de foie gras e reserve. 2º passo: grelhe os peitos de pato ao ponto para mal, leve ao forno por 5 minutos retire e deixe descansar por 5 minutos fatie e comece o processo de montagem do prato.

### **Redução de Tucupi**

- Tucupi – 1 L
- Farinha de trigo – 50gr
- Manteiga sem sal – 50gr
- Jambu – 2maços
- Mel puro – 200ml

### **Modo de preparo:**

1º passo: Coloque o tucupi com jambu e o mel para reduzir em fogo baixo por 1 hora, 2º passo: faça um roux crescente a preparação até que esteja com uma consistência firme.

### **Sobremesa**

#### **Biscuit Joconde**

- Açúcar impalpável – 75gr
- Farinha de amêndoas – 75gr
- Ovo – 1 unidade
- Gemas – 2 unidades
- Claras em neve – 5 unidades
- Açúcar refinado – 50gr
- Farinha de trigo – 60gr

### **Modo de preparo:**

1º passo: Bater as claras com açúcar até o ponto de neve, não muito firme, reservar aparte. 2º passo: Bater o ovo com as gemas e o tpt até ponto de letra. 3º passo: Tirar da batedeira e incorporar a farinha de trigo em movimento envolvente.

#### **Genoise**

- Farinha de trigo – 220gr
- Ovos – 120gr
- Açúcar refinado – 120gr
- Essência de baunilha – 5gr

### **Modo de preparo:**

1.passo: Colocar água até a metade da panela média e aquecer em fogo baixo. 2.passo: No bowl, colocar ovos e o açúcar. Mexer com fuet e levar ao banho maria até atingir 40°C 45°C 3.passo:Levar a batedeira até ponto letra;4.passo: Incorporar a farinha de trigo peneirada; 5.passo: Derreter a manteiga no micro-ondas ou banho-maria; 6.passo: Adicionar a manteiga à massa; 7.passo: Untar assadeira

com manteiga; 8.passo:Despejar a preparação na assadeira; 9.passo: Levar ao forno a 180°C; 10.passo: Esfriar sobre grades.

### **Mousse de taperebá**

- Polpa de taperebá – 500gr
- Leite condensado – 100gr
- Sorvete de taperebá – 500gr
- Gelatina incolor – 20gr
- Agua – 100ml
- Amido de milho – 50gr

#### **Modo de preparo:**

1.passo: Juntar a polpa e o sorvete leite condensado, e passe no processador repita o processo por duas vezes. 2.passo: Levar ao fogo até reduzir pela metade, acrescente o amido de milho e cozinhar por mais alguns minutos, até obter um creme firme retire do fogo deixe esfriar. 3.passo: Bater no liquidificador com a gelatina dissolvida na agua, passe pela peneira, colocar sobre a preparação e levar a geladeira por 1 hora.

### **Para calda de entremets**

1º passo: Esta calda deverá ser preparada antes. 2º passo: Colocar a água e o açúcar em uma panela; 3º passo: Dissolver o açúcar e deixar ferver.

### **Coulis de Jambo**

- Jambo – 100gr
- Açúcar refinado – 50gr
- Amido de milho – 10gr

#### **Modo de preparo:**

1.passo: Levar para ferver a calda e o jambo; 2.passo: Dissolver o amido com um pouco d'água e o kirsch; 3.passo: Colocar na calda o jambo deixar ferver até encorpar Retirar da panela passe por uma peneira e deixar esfriar.

## **Práline de castanha do Pará**

### **Ingredientes**

- Castanha do pará – 100gr
- Amêndoas – 100gr
- Açúcar refinado – 100gr
- Agua – 25ml
- Glucose – 10gr

### **Modo de preparo:**

1.passo: Coloque o açúcar em uma panela, deixe que o açúcar dissolva sem mexer e quando a calda atingir o ponto de 160 graus Celsius com a coloração de caramelo, 2.passo: coloque as castanhas mexendo rapidamente, distribua sobre uma bancada de Mamoré, 3.passo: espere esfriar e triture até virar uma farofa crocante.

### **Biografia:**

O grande Livro dos Ingredientes. – São Paulo: Publifolha, 2011.

Cozinha regional brasileira. – Atora: Bettina Orrico

Escola de cozinha. – LAROUSSE

Alquimia dos alimentos – SENAC DF

### **Discussão:**

Nosso plano de ataque foi elaborado e discutido com as receitas que mais retratam a culinária da Amazônia. Nesse tópico foi discutido muito a utilização de produtos exclusivos e específicos da região escolhida. Os pratos escolhidos foram baseados

nas releituras de pratos que utilizassem técnicas que aprendemos no decorrer do curso. As porções e preparações que iram ser desenvolvidas, vão se adaptando de acordo com os testes que faremos.



Figura 11 -Grupo executando o segundo teste no labocien

Preparos do segundo teste



Figura 12 -Vatapá com pão de castanha do Pará



Figura 13 -Pato no tucupi com purê de feijão santarém



Figura 14 - Biscuit joconde com musse de taberebá

Após o teste, os insumos que sobraram foram etiquetadas, armazenados para próximas aulas/testes. Após cada teste a professora falou de uma criação quanto ao protocolo fazendo parte do portfólio de atualização do que ocorreu.

Apresentamos o trabalho intitulado Sabores da Amazônia com o objetivo de servir as cores, os sabores e aromas da floresta Amazônica em uma releitura contemporânea. No Cardápio Degustativo escolhido pelo grupo, a Entrada escolhida foi o Vatapá feito com pão de castanha do Pará; enquanto o Prato Principal destacou o tradicional Pato no Tucupi, com Purê de Feijão Santarém; e a Sobremesa trouxe o fruto amazônico taperebá, em mousse de taperebá com coulis de frutas vermelhas. Optamos pelo vatapá saborizado com fundo de cabeça de lagostim e preparado com pão de castanha do Pará, que produzimos no próprio laboratório do Uniceub. A apresentação desta Entrada foi feita com flor comestível e

destacou “in natura” a pimenta murupi – motivo de orgulho na gastronomia amazônica.

No Prato Principal, o peito de pato foi macerado com foie gras e gengibre. Para servir, cada magret foi grelhado e depois coberto por um molho com redução de tucupi, mel e pimenta de cheiro. Sua finalização foi feita com flor de sal e o acompanhamento escolhido foi uma mousseline de feijão manteguinha de Santarém.

Para sobremesa, elaboramos a Mouse de taperebá e coulis de frutas vermelhas. Nela, foram utilizadas as técnicas da genoise; do biscuit joconde; da praliné de castanha do Pará; do mousse; assim como a técnica de produção do coulis. Para harmonizar, preparamos água saborizada com jambo vermelho e flor de jambú.

## FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Vatapá com pão de castanha do Pará (FUNDO DE CAMARÃO)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Cebola	200g	0,200	0,186	1,07	2,03		
cenoura	100g	0,100	0,091	1,09	4,37		
Salsão (talo)	100g	0,100	0,095	1,05	4,18		
Casca de camarão	400g	0,400	0,400	1	0,99		
tomate	150g	0,150	0,120	1,25	3,31		
louro	5g	0,005	0,005	1	7,9		
Salsinha	50g	0,050	0,033	1,51	12,06		
Água	500ml	0,500	0,500	1	0,79		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 10 minutos	TEMPO DE PREPARO: 40 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento do fundo de camarão- 398ml
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Colocar em uma caçarola com água a cebola, cenoura, aipo e o louro, cozinhar em fogo baixo por aproximadamente 30 minutos;  
 2º passo: Juntar a casca e a cabeça dos camarões, o tomate concaseé e deixe ferver; 3º passo: Depois triturar levemente no liquidificador e deixe cozinhar em fogo baixo e depois reservar.

## FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Vatapá com pão de castanha do Pará (VATAPÁ)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Pão de Castanha do Pará	152g	0,152	0,092	1,65	8,89		
Leite integral(piracanjuba)	300ml	0,300	0,300	1	2,72		
Camarão fresco	400g	0,400	0,302	1,32	2,70		
Camarão seco	250g	0,250	0,182	1,37	4,49		
Pimenta de cheiro(brunoise)	100g	0,100	0,094	1,06	8,70		
Pimentão verde (brunoise)	100g	0,100	0,094	1,06	8,70		
Pimentão amarelo(brunoise)	100g	0,100	0,094	1,06	8,70		
Pimentão vermelho(brunoise)	100g	0,100	0,094	1,06	8,70		
Cebola(brunoise)	60g	0,060	0,058	1,03	1,41		
Leite de coco(sococo)	50ml	0,050	0,050	1	1,63		
Azeite de dendê	30ml	0,030	0,030	1	2,72		
Pimenta do reino (branca)	15g	0,015	0,015	1	5,45		
Azeite extra virgem(galo)	100ml	0,100	0,100	1	8,18		
Alho (brunoise)	50g	0,050	0,050	1	1,63		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 25 minutos

TEMPO DE PREPARO: 40 minutos

**RENDIMENTO (KG):** Rendimento do vatapá – 818g 4 porções de 204,50 gramas

<p><b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b></p> <p>Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.</p>	<p>ACEITAÇÃO: <input checked="" type="checkbox"/> ÓTIMA <input type="checkbox"/> BOA <input type="checkbox"/> REGULAR <input type="checkbox"/> RUIM</p>
--	---

### MODO DE PREPARO

1º passo. Temperar o camarão com sal e pimenta do reino; 2º passo: Cortar o pão em pedaços pequenos e coloque no leite para amolecer por 10 minutos, depois bater no liquidificador 3º passo: Em uma frigideira, aquecer o azeite de oliva e refogar o alho, a cebola e o pimentão com o coentro e colocar o camarão seco e o fresco. Acrescentar os pedaços do pão de castanha do Pará; 4º passo. Adicionar o leite de coco e cozinhar em fogo baixo/médio até espessar. 5º passo: Adicionar o sal e a pimenta do reino. 6º passo: Fazer um fundo do camarão.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Pato no tucupi com purê de feijão Santarém (MAGRET DE PATO)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Peito de Pato	460g	0,460	0,380	1,21	0,81		
Gengibre	30g	0,030	0,028	1,07	1,10		
Foie gras	34g	0,034	0,034	1	9,11		
Azeite extra virgem (galo)	30ml	0,030	0,030	1	1,03		
sal	3g	0,003	0,003	1	1,33		
Pimenta do reino branca	5g	0,005	0,005	1	6,2		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 10 minutos	TEMPO DE PREPARO: 20 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento do Magred de pato- 310g 4 porções de 77,5 gramas.
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	<b>ACEITAÇÃO:</b> ( x ) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Macerar os peitos de patos com sal pimenta do reino branca, foie gras, gengibre e reservar. 2º passo: Selar os peitos de pato ao ponto para mal, deixe assar por 5 minutos e fatiar.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Pato no tucupi com Purê de feijão Santarém (PURÊ DE FEIJÃO SANTARÉM)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Feijão Santarém	500g	0,500	0,344	1,45	0,86		
Creme de leite fresco	300g	0,300	0,300	1	0,98		
Manteiga sem sal(Itambé)	75g	0,075	0,075	1	3,94		
Cebola (brunoise)	50g	0,050	0,050	1	5,96		
Sal	5g	0,005	0,005	1	5,9		
Noz moscada	5g	0,005	0,005	1	5,9		
Pimenta do reino branca	5g	0,005	0,005	1	5,9		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 30 minutos	TEMPO DE PREPARO: 20 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento do Purê de feijão Santarém – 296g 4 porções de 74 gramas
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Demolhar o feijão por umas seis horas, retirar as peles e volte para cozinhar por 30 minutos até que esteja macio passar pelo liquidificador, adicionar o creme de leite, refogar a cebola brunoise com manteiga sem sal, adicionar o creme de feijão, temperar com sal, pimenta do reino branca, e uma pitada de noz moscada e reservar.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Pato no tucupi com Purê de feijão Santarém (REDUÇÃO DE TUCUPI)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Tucupi	1 L	0,1000	0,400	2,5	1		
Mel Puro	150 ml	0,150	0,150	1	2,66		
Folhas de Jambu	100g	0,100	0,100	1	4		
Suco de limão	1 unid	0,030	0,022	1,36	1,81		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 5 minutos	TEMPO DE PREPARO: 50 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento redução de Tucupi – 400ml 4 porções de 100 ml
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Colocar o tucupi para reduzir com as folhas de jambu, 2º passo: adicionar o suco de limão e mel para quebrar um pouco da acidez. 3º deixar reduzir por 50'.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Biscuit joconde com musse de Taperebá (GENOISE)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Farinha de trigo (Emegê)	220g	0,220	0,220	1	2,22		
Ovos(Branco)	120g	0,120	0,120	1	3,70		
Açúcar refinado	120g	0,120	0,120	1	3,70		
Essência de Baunilha	5g	0,005	0,005	1	8,9		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 20 minutos	TEMPO DE PREPARO: 40 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento da Genoise – 445g 4 porções de 111,25 gramas.
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Colocar em banho-maria água até a metade da panela média e aquecer em fogo baixo. 2º passo: No bowl, colocar ovos e o açúcar e mexer com fuet e levar ao banho maria até atingir 40°C 45°C. 3º passo: Levar a batedeira até ponto letra; Incorporar a farinha de trigo peneirada; 4º passo: Derreter a manteiga no micro-ondas ou banho-maria; Adicionar a manteiga à massa; 5º passo: Untar assadeira com manteiga; Despejar a preparação na assadeira; Levar ao forno a 180°C; Esfriar sobre grades.

## FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Biscuit joconde com musse de Taperebá (BISCUIT JOCONDE)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Açúcar impalpável	75g	0,075	0,075	1	5,06		
Farinha de amêndoas	75g	0,075	0,075	1	5,06		
Ovo (branco)	60g	0,060	0,060	1	6,33		
Gemas	100g	0,100	0,100	1	3,8		
Clara em neve	165g	0,165	0,165	1	2,30		
Açúcar refinado	50g	0,050	0,050	1	7,6		
Farinha de trigo (Emegê)	60g	0,060	0,060	1	6,33		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 20 minutos	TEMPO DE PREPARO: 50 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento biscuit joconde – 380g 4 porções de 95 gramas.
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: (x) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Bater as claras com açúcar até o ponto de neve, não muito firme, reservar a parte. 2º passo: Bater o ovo com as gemas e o tpt até ponto de letra. 3º passo: Tirar da batedeira e incorporar a farinha de trigo em movimento envolvente.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Biscuit joconde com musse de Taperebá (CREME TAPEREBÁ)

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Polpa de Cajá	500g	0,500	0,500	1	1,35		
Leite condensado	150g	0,150	0,150	1	4,50		
Creme de leite	150g	0,150	0,150	1	4,50		
Sorvete taperebá	500g	0,500	0,500	1	1,35		
Gelatina em folhas	6g	0,006	0,006	1	1,12		
Água	50ml	0,050	0,050	1	1,35		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 10 minutos	TEMPO DE PREPARO: 50 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento creme Taperebá 676g 4 porções de 169 gramas
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: ( x ) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

### MODO DE PREPARO

1º passo: Juntar a polpa de taperebá leite condensado, creme de leite e passe no processador repetir o processo por duas vezes. 2º passo: Fazer o roux, adicionar o preparo leve ao fogo até obter um creme retirar do fogo deixar esfriar. 3º passo: Bater na batedeira com a gelatina dissolvida em 50ml de água, colocar sobre a preparação e levar a geladeira por 1 hora.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Biscuit joconde com musse de Taperebá (COMPOTA DE FRUTAS VERMELHAS)

INGREDIENTES	g	kg	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA MEP	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Água	100ml		0,100	0,100	1	4,46		
Framboesa	134g		0,134	0,134	1	3,32		
Morango	228g		0,228	0,228	1	1,95		
Amora	126g		0,126	0,126	1	3,53		
Mirtilo	125g		0,125	0,125	1	3,56		
Açúcar refinado	200g		0,200	0,200	1	2,23		

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 20 minutos	TEMPO DE PREPARO: 45 minutos	RENDIMENTO (KG): Rendimento compota de frutas vermelhas 446g 4 porções de 111,50 gramas
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	ACEITAÇÃO: ( x ) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM	

#### MODO DE PREPARO

1º passo: Preparar a calda antes; colocar a água e o açúcar em uma panela; 2º passo: Dissolver o açúcar e deixar ferver, levar para ferver a calda e frutas vermelhas; 3º passo: Dissolver o amido com um pouco d'água e o kirsch; 4º passo: Colocar na calda com as frutas; Deixar ferver até encorpar; 5º passo: Retirar da panela e deixar esfriar.

### FICHA TÉCNICA

Nome da preparação: Pão castanho do Pará

INGREDIENTES	g	PB	PL	FC	fcy	FOTO DA PREPARAÇÃO PRONTA
Farinha de trigo (Emegê)	250gr	0,250	0,250	1	2,4	
Sal	5gr	0,005	0,005	1	120	
Açúcar refinado	8gr	0,008	0,008	1	75	
gordura	25gr	0,025	0,025	1	240	
Água	110ml	0,110	0,110	1	5,45	
Fermento biológico instantâneo	5gr	0,005	0,005	1	120	
Gema	25gr	0,025	0,025	1	240	
Melhorador (Fleischmann)	5gr	0,005	0,005	1	120	
Glucose (Karo)	5gr	0,005	0,005	1	120	
Leite em pó (ninho)	5gr	0,005	0,005	1	120	
Nozes	40gr	0,040	0,040	1	1,5	
Eggwash	10gr	0,010	0,010	1	60	
Castanhas do Pará	40gr	0,040	0,040	1	150	

TEMPO DE PRÉ-PREPARO: 50 Minutos

TEMPO DE PREPARO: 1 Hora e meia

RENDIMENTO (KG): Rendimento do pão de castanha do Pará – 600 g 4 porções de 150 gramas

<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	<b>ACEITAÇÃO:</b> (X) ÓTIMA ( ) BOA ( ) REGULAR ( ) RUIM

### MODO DE PREPARO

1º Passo: Peneirar a Farinha de Trigo e fazer uma cova com a mesma. No centro da cova acrescentar os ingredientes restantes. 2º passo: Trabalhar a massa até homogeneizá-la e então começar a sovar a massa. Quando o glúten estiver desenvolvido, boleia a massa e cubra-a com plástico para iniciar a primeira fermentação. 3º passo: Quando a massa estiver fermentada, matar a massa e dividir a mesma em duas metades iguais. 4º passo: Modelar a massa e colocar para fermentar em uma forma untada com manteiga e farinha de trigo. 5º passo: Acrescentar o Eggwash e cobrir a massa com as nozes e castanha do Pará. 6º passo: Fermentar novamente a massa e asse por 20 minutos a 160°C.