



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - Uniceub  
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E DA SAÚDE - FACES

## **OS PILARES DA GASTRONOMIA BRASILEIRA**

Brasília  
2015

Antônio Vieira de Melo Filho  
Camila Marques dos Santos Barros  
Hênio Delfino Ferreira de Oliveira  
Lincoln Vicente Araújo dos Santos Bizerra  
Ramon Ribeira Lemos

## OS PILARES DA GASTRONOMIA BRASILEIRA

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

Brasília 07 de Julho de 2015.

Banca Examinadora Trabalho Final Prático (TFP)

---

MSc. Janaina Sarmento Bispo  
Coordenadora/ Professora da disciplina de Estágio Supervisionado

---

Esp. Henrique Marques Salsano  
Examinador 1

---

MSc. Alessandra Santos dos Santos  
Examinador 2

ANTÔNIO VIEIRA DE MELO FILHO  
CAMILA MARQUES DOS SANTOS BARROS  
HÊNIO DELFINO FERREIRA DE OLIVEIRA  
LINCOLN VICENTE ARAÚJO DOS SANTOS BIZERRA  
RAMON RIBEIRA LEMOS

## OS PILARES DA GASTRONOMIA BRASILEIRA

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

Orientado pela professora Janaina Sarmiento Bispo.

Brasília  
2015

Dedicamos esse trabalho primeiramente a Deus e aos nossos familiares. Gostaríamos também de dedicar aos nossos professores e todos os envolvidos direta e indiretamente nesse trabalho.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos primeiramente a Deus e a todos os envolvidos na preparação deste trabalho, pois sem a paciência, o respeito e a compreensão destes em nossas vidas não seria possível concluir esse trabalho com sucesso.

*“Exagera-se muito a importância da gastronomia em nova vida. Ela é apenas, e essencialmente, um discurso sobre o bem comer, é um ideal que nos faz buscar nos alimentos algo que está para além da fome”.*

(Carlos Alberto Dória)

*“O lar é na cozinha”.*

(Carlos Alberto Dória)

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<b>Figura 1:</b> Entrada.....	54
<b>Figura 2</b> Pré-preparo da cebola para o purê.....	57
<b>Figura 3</b> <i>Rã-pimenta (1), Rã-manteiga (2) e Rã-paulistinha (3)</i> .....	59
<b>Figura 4:</b> Prato Principal .....	65
<b>Figura 5:</b> Entrada realizado no primeiro teste prático .....	83
<b>Figura 6:</b> Linguíça panteneira.....	85
<b>Figura 7:</b> Sobremesa realizada no primeiro teste.....	91

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>1 O CURSO DE GASTRONOMIA DO UNICEUB .....</b>	<b>16</b>
<b>1.1 Legislação e normas institucionais .....</b>	<b>16</b>
1.1.1 Resolução Rdc 216 .....	17
1.1.2 Normas do Labocien .....	20
1.1.2.1 <i>Normas gerais</i> .....	20
1.1.2.2 <i>Segurança</i> .....	21
1.1.2.3 <i>Em caso de acidentes</i> .....	22
1.1.2.4 <i>Não é permitido</i> .....	22
<b>2 INFORMAÇÕES SOBRE COZINHA BÁSICA .....</b>	<b>23</b>
<b>2.1 Tipos de corte .....</b>	<b>23</b>
2.1.1 Cebola .....	23
2.1.2 Tomate .....	23
2.1.3 Abobrinha e Berinjela .....	24
2.1.4 Pimentão .....	24
<b>2.2 Facas .....</b>	<b>24</b>
<b>2.3 Tábuas .....</b>	<b>25</b>
<b>2.4 Fundos .....</b>	<b>25</b>
2.4.1 Observações .....	25
<b>2.5 Cocção .....</b>	<b>27</b>
2.5.1 Modos de Cocção .....	27
2.5.2 Tipos de Cocção .....	29
<b>2.6 Molhos .....</b>	<b>29</b>
2.6.1 Molhos mãe .....	30
2.6.2 Molhos derivados .....	31
<b>2.7 Caldo .....</b>	<b>32</b>
<b>2.8 Sopa .....</b>	<b>32</b>
<b>2.9 Espessantes .....</b>	<b>32</b>
<b>2.10 Acompanhamentos Aromáticos .....</b>	<b>34</b>
<b>3 OS PILARES DA GASTRONOMIA BRASILEIRA .....</b>	<b>36</b>
<b>3.1 A influência indígena .....</b>	<b>36</b>
<b>3.2 A influência portuguesa .....</b>	<b>41</b>
3.2.1 Livros de culinária .....	45

<b>3.3 A influência negra</b> .....	45
<b>3.4 Gastronomia francesa no Brasil</b> .....	49
<b>3.5 Contribuição dos imigrantes dos séculos XIX e XX</b> .....	50
<b>4 REPRESENTANDO O BRASIL NO TRABALHO FINAL PRÁTICO</b> .....	<b>54</b>
<b>4.1 Entrada</b> .....	54
4.1.1 Purê de cebola roxa .....	55
4.1.2 Coxas de rã seladas no azeite português e flambadas com cachaça.....	57
4.1.3 Beiju-quira crocante de maracujá .....	62
4.1.4 Caviar vegetal de quiabo.....	63
<b>4.2 Prato Principal</b> .....	65
4.2.1 Linguiça de javali .....	66
4.2.1.1 <i>Vinho</i> .....	67
4.2.1.2 <i>Limão Siciliano</i> .....	68
4.2.1.3 <i>Tomilho</i> .....	68
4.2.1.4 <i>Alecrim</i> .....	68
4.2.2 <i>Petit gateau</i> de batata doce e queijo canastra .....	69
4.2.2.1 <i>Batata Doce</i> .....	69
4.2.3 <i>Gastrique</i> de limão galego .....	71
4.2.3.1 <i>Limão Galego</i> .....	71
4.2.3.2 <i>Vinagre</i> .....	72
4.2.3.3 <i>Açúcar</i> .....	72
<b>4.3 Sobremesa</b> .....	73
<b>5 HARMONIZAÇÃO DOS VINHOS BRASILEIROS</b> .....	<b>78</b>
<b>5.1 Principais características das vinícolas escolhidas</b> .....	79
<b>6 RELATÓRIOS DOS TESTES PRÁTICOS</b> .....	<b>81</b>
<b>6.1 Relatório do primeiro teste</b> .....	81
6.1.1 Entrada.....	81
6.1.2 Prato principal .....	83
6.1.2.1 <i>Molhos</i> .....	84
6.1.2.2 <i>Linguíça pantaneira</i> .....	85
6.1.2.3 <i>Pudim quente de batata doce e queijo Canastra</i> .....	86
6.1.3 Sobremesa .....	86
<b>6.2 Relatórios do segundo teste</b> .....	91
6.2.1 Entrada.....	92

6.2.1.2 <i>Purê de cebola roxa</i> .....	92
6.2.1.3 <i>Pão preto de mel e melado</i> .....	92
6.2.1.4 <i>Flor comestível</i> .....	93
6.2.1.5 <i>Resultados e discussões</i> .....	93
6.2.2 Prato principal .....	94
6.2.2.1 <i>Molho de salsaão</i> .....	94
6.2.2.2 <i>Pudim quente de batata doce e queijo Canastra</i> .....	94
6.2.3 Sobremesa .....	95
6.2.3.1 <i>Entremet de acerola, limão e melaço de cana</i> .....	96
<b>CONCLUSÃO</b> .....	<b>98</b>
<b>GLOSSÁRIO</b> .....	<b>100</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>103</b>
<b>ANEXO A</b> .....	<b>107</b>
<i>Coxas de rã seladas no azeite português e flambadas com cachaça</i> .....	107
<b>ANEXO B</b> .....	<b>109</b>
<i>Purê de cebola roxa e beterraba</i> .....	109
<b>ANEXO C</b> .....	<b>111</b>
<i>Beiju-quira de maracujá</i> .....	111
<b>ANEXO D</b> .....	<b>113</b>
<i>Caviar vegetal de quiabo</i> .....	113
<b>ANEXO E</b> .....	<b>115</b>
<i>Petit gateau de batata doce e queijo canastra</i> .....	115
<b>ANEXO E</b> .....	<b>117</b>
<i>Linguiça Pantaneira</i> .....	117
<b>ANEXO F</b> .....	<b>119</b>
<i>Gastric de limão galego</i> .....	119
<b>ANEXO G</b> .....	<b>121</b>
<i>Massa sablé</i> .....	121
<b>ANEXO H</b> .....	<b>123</b>
<i>Creme musseline</i> .....	123
<b>ANEXO I</b> .....	<b>125</b>
<i>Massa de melaço</i> .....	125
<b>ANEXO I</b> .....	<b>127</b>
<i>Mousse de acerola</i> .....	127
<b>ANEXO J</b> .....	<b>129</b>

<i>Glaçagem</i> .....	129
<b>ANEXO K</b> .....	<b>131</b>
<i>Esfera de acerola</i> .....	131
<b>ANEXO L</b> .....	<b>133</b>
Primeiro protocolo de experimento – Teste 1 .....	133
<b>ANEXO M</b> .....	<b>138</b>
Segundo protocolo de experimento – Teste 2 .....	138
<b>ANEXO N</b> .....	<b>143</b>
Terceiro protocolo de experimento – Trabalho Final .....	143
<b>ANEXO O</b> .....	<b>148</b>
Primeiro plano de ataque – Teste 1 .....	148
<b>ANEXO P</b> .....	<b>149</b>
Segundo plano de ataque – Teste 2 .....	149
<b>ANEXO Q</b> .....	<b>150</b>
Terceiro plano de ataque – Trabalho final.....	150

## INTRODUÇÃO

O prato mais popular do brasileiro, por anos, tem sido o arroz com feijão, combinação vista como fonte de várias vitaminas e sais minerais, do ponto de vista nutricional, mas ao pensar em comida popular brasileira e não comida tradicional brasileira é possível tecer uma reflexão sobre a gastronomia nacional, como surgiu, como tem se desenvolvido e destacado e suas expectativas futuras. O arroz com feijão já é a comprovação de que a gastronomia brasileira é muito mais do que parece ser quando se pensa em origem, e então se pergunta: o Brasil é simplesmente a trilogia, portuguesa-indígena-negra? Basta perceber que o arroz é de origem chinesa e o feijão é uma espécie nativa, porém domesticada para pensar que a gastronomia brasileira é mais complexa do que se divulga. Dória (2014).

Este trabalho tem o objetivo de mostrar que o Brasil possui uma gastronomia peculiar, difícil de entender, cheia de detalhes, deste modo, pensar gastronomia brasileira por polos, ou regiões é simplificar algo que é muito maior e mais interessante.

Segundo Dória (2014) nos últimos quinhentos anos presenciou-se no território brasileiro um encontro de culturas, centenas de etnias indígenas, dezenas de etnias de negros, além dos portugueses e europeus, o que implica um resultado longe de ser linear, como afirma o autor, essa dinâmica transformou a gastronomia brasileira em heterogênea e peculiar.

Um dos autores mais importantes e que será citado várias vezes em conjunto com Dória (2014) é o Câmara Cascudo (1972), que teve grande importância ao estudar a “cozinha Brasileira”. Mas até Cascudo (1972) deixou passar uma influência importante para a gastronomia brasileira, o autor afirma que entre os séculos XVI e XVIII um substrato comum se estabilizou, formando um “gosto” nacional que ele chama de “cozinha brasileira” porém ao longo dos séculos XIX e XX houve um afrancesamento da culinária brasileira, desta forma o “gosto nacional” dito por Cascudo, estaria finalizado. É ariscado dizer que o gosto de um povo se estabilizou, e por isso é importante voltar às origens para entender a construção da culinária brasileira que agora ganha importância na gastronomia nacional e internacional.

O Brasil foi colônia de Portugal e esse fato implica que qualquer povo submetido às várias formas de dominação logo se divide em duas ementas: a popular e a das elites. Sendo assim dois campos quase que independentes se adaptam de maneira distintas, (DÓRIA, 2014).

Como os indígenas habitavam o território nacional quando os colonizadores chegaram, é justo iniciar o estudo por eles, com suas características ditas rudimentares, porém, agora vistas como composta por técnicas, como o moquém e também a fermentação do tucupi. Os indígenas foram submetidos ao contato com outras culturas extremamente diferentes, com a chegada dos colonizadores europeus e depois os escravos negros, era o início de um lugar, batizado de Brasil, que geraria um elemento só, mas que teve como suas bases, pilares e posteriormente matrizes essas três culturas portuguesa, indígena e negra.

Quando se tem a oportunidade de estudar a gastronomia brasileira e criar pratos que representem o Brasil, inicia-se uma complexa análise sobre o que é a gastronomia brasileira e como representar isso em três pratos: entrada, prato principal e sobremesa?

Num primeiro momento, de euforia, tenta-se colocar tudo o que se tem conhecimento de genuinamente brasileiro, fazendo grande esforço para que os insumos não nativos fiquem de fora, essa atitude já começa a gerar respostas para as perguntas: O Brasil pode ser representado em um único preparo? A alimentação de hoje é somente com insumos nativos? Não houve outras influências fora a trilogia citada? A globalização influenciou a gastronomia brasileira? O Brasil é contemporâneo? Para todas essas perguntas à última tem resposta. Sim, o Brasil é contemporâneo. Segundo Rodrigues (2008), a gastronomia contemporânea, dita moderna, é onde tudo é válido, desde que não se altere a harmonia e o sabor dos alimentos. Entretanto, representar uma gastronomia na visão contemporânea é um desafio, para que isso fosse possível, um logo processo de criação, debates foram realizados, afim de, utilizar toda a base técnica e teórica que o curso de gastronomia do UniCEUB ofereceu.

Inicialmente toda criação tem sua base histórica, ela nasce de um contexto, o que é possível quando se estuda a história da gastronomia, nesse caso com o professor Henrique Salsano estudar história associada com cozinha básica é fundamental, uma vez que conceitos e técnicas são confrontados e fatos começam a

fazerem sentido. Agora manipular o alimento de maneira segura, já que este será oferecido a outro, existe a necessidade de um preparo sério sobre a composição dos alimentos, matérias primas e composição de cardápio, que neste caso foram lecionadas pela Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Grazielle Gebrim, também em conjunto com a disciplina de higiene dos alimentos e segurança alimentar com a Professora Maria Claudia, essas informações e formações no primeiro semestre sustentam toda a carga de novas informações e técnicas que surgem nos subsequentes.

Quando se fala em técnicas, as clássicas francesas são destaque, isso não é ao acaso, entretanto isso será debatido mais à frente, o importante é destacar que algumas disciplinas possuem suas partes básicas e a parte avançada, como no caso da cozinha básica, que agora na vertente avançada, com o professor Luiz Trigo, o aluno é colocado em contato real com pratos de alta complexidade avançada, fazendo com que sua carga de experiência comece a se sustentar para que no futuro este possa conseguir utilizar os conhecimentos para a criação, para o contemporâneo. O mesmo ocorre com técnicas básicas de panificação e massa, e de panificação e confeitaria, técnicas avançadas de panificação e confeitaria, todas ministradas pela professora Anna Caribé, que se destaca pela paixão em cozinhar e em ensinar que transparece em todas as suas aulas. O conjunto das disciplinas práticas, com sua parte conceitual, formam a base para uma execução coerente e sólida do cardápio a ser apresentado neste trabalho.

Para completar um trabalho de criação de cardápio tão complexo, a harmonização com vinho é essencial, e para que o acadêmico tenha a segurança de conhecer um bom vinho, quando este harmoniza ou não com os preparos, a disciplina de enogastronomia, com a professora Alessandra Santos supre essa lacuna na formação do gastrônomo. A disciplina como foco em vinhos, possibilitou um grande aprendizado, que certamente será a base estudos posteriores.

O foco para os vinhos brasileiros se tornou fundamental visto que o tema é esse, por isso a chance de conhecer e explorar esse universo que se torna cada vez expressivo foi gratificante, pois os vinhos brasileiros já estão no mundo e os brasileiros começam a perceber o produto de qualidade que possuem. Assim, dentro do cenário nacional, a disciplina de cozinha nacional, com a professora Ana Tereza, também com cozinha fria, foi de grande inspiração, conhecer as especificidades da gastronomia brasileira é um desafio instigante, foi com esta

disciplina que se tornou clara a importância de ser um chef brasileiro, pois aqui há muito que se conhecer, entender, divulgar.

Quando se fala em globalização, o Brasil entra em destaque. Com a continuação da leitura deste trabalho será possível perceber o quanto foram intensas as influências externas na gastronomia nacional atual, conhecer o que o mundo come, as outras cozinhas se tornam fundamentais, uma vez que grandes *chefs* estrangeiros criaram o que é a gastronomia internacional hoje. Conhecer suas histórias e de seus países é entender o que ocorre no cenário nacional, por isso as disciplinas de Cozinha Internacional, Cozinhas das Américas e Cozinha Francesa, com o professor Paulo Seidl, e Cozinha Italiana com o professor Luiz Trigo, foram de fundamental importância para ampliar a visão crítica do acadêmico em relação a sua posição no cenário gastronômico.

Depois de toda a base gastronômica, com técnicas, histórias, conceitos, surge então a vontade de querer pôr em prática tudo o que aprendeu, abrir seu empreendimento, fazer estágio, trabalhar em restaurantes, seja qual for o objetivo, as disciplinas gestão administrativa com Professora Anna Maria Rigobello, serviço de restaurante com Professora Alessandra Santos, Gestão de Eventos em Gastronomia com Professora Maria Glaucia e Gestão Empreendedora com a professora Eliane Matos orientam e fundamentam um trabalho seguro, com planejamento, organização e execução correta, tudo visando um empreendimento coerente, seguro e claro, lucrativo.

Assim, o curso de gastronomia, como um todo, finaliza com a disciplina de Estágio Supervisionado, com a professora Janaína Bispo, também orientadora deste trabalho, com a síntese e reflexão em equipe, foi possível gerar frutos, um cardápio contemporâneo, isto é, moderno, livre de medos, visando o futuro criativo da gastronomia brasileira, sem deixar suas raízes, suas inspirações que são o povo brasileiro e suas histórias.

## **1 O CURSO DE GASTRONOMIA DO UNICEUB**

O curso de gastronomia do Centro Universitário do Distrito Federal (UniCEUB) tem por finalidade capacitar os seus alunos para atuar nas áreas de gestão de restaurantes, gastronomia e alimentação. Ao aluno é oferecida a possibilidade de desenvolvimento ético e planejador, com domínio de técnicas, habilidades e competências voltadas para o refinamento gastronômico, (UniCEUB, 2015).

Um dos diferenciais do curso de gastronomia do UniCEUB é a grande preocupação com a sustentabilidade. Diversas atitudes e ações são tomadas para que o curso seja o mais ambientalmente correto e sustentável possível. Duas dessas ações podem ser destacadas nesse trabalho, o reaproveitamento de óleos utilizados nas aulas práticas e a coleta seletiva e reciclagem do lixo.

O recolhimento dos resíduos é feito através de recipientes que atendem as normas da vigilância sanitária. Esse óleo é transformado em sabão pela própria instituição. Pelo menos uma vez por semestre é feita uma oficina que repassa aos alunos e funcionários do Labocien, o modo de preparo de sabão e detergente a partir de óleos utilizados.

Dentro dos laboratórios existem lixeiras distintas para lixo orgânico e lixo inorgânico. Tais lixeiras são identificadas por nomes escritos em suas tampas. O lixo inorgânico, como plástico e papel, é destinado a reciclagem. Já os lixos orgânicos passam por um processo de seleção e os alimentos que podem sofrer compostagem são enviados à composteira e posteriormente são utilizados como adubo na horta da instituição. A horta produz as ervas aromáticas e outros insumos utilizados nas aulas práticas do curso de gastronomia.

### **1.1 Legislação e normas institucionais**

Para a boa formação dos alunos e a transformação desses em profissionais por excelência, o curso de Gastronomia do UniCEUB obedece diversas normas de segurança, sanidade e boas práticas. Atualmente a legislação que regula a produção de alimentos é a Resolução - RDC 216, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). As normas internas do UniCEUB são regidas e controladas pelo Labocien. Portanto, é de fundamental importância inserir tais regras no trabalho final

prático, para demonstrar com clareza o ambiente de produção de alimentos do curso de Gastronomia do UniCEUB.

#### 1.1.1 Resolução Rdc 216

Tal resolução tem por objetivo estabelecer procedimentos de Boas Práticas para serviço de alimentação a fim de garantir as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado e a segurança dos manipuladores. Aplicam-se aos serviços de alimentação que realizam as atividades de manipulação, preparação, fracionamento, armazenamento, distribuição, transporte, exposição, venda e entrega de alimentos preparados para consumo, tais como cantinas, bufês, confeitarias, cozinhas industriais, cozinhas institucionais, lanchonetes, padarias, pastelarias, restaurantes, *rotisseries* e congêneres.

Na faculdade de Gastronomia do UniCEUB são seguidos os mesmos padrões de qualidade exigidos no mercado de trabalho. Portanto, o comportamento em relação à manipulação e higiene de utensílios, equipamentos e alimentos deve estar em conformidade com a resolução RDC 216. Cabe, então, ressaltar as partes dessa resolução que mais se aplicam a esse curso.

##### 1.1.1.1 *Higienização de instalações, equipamentos, móveis e utensílios*

As operações de higienização devem ser realizadas com frequência que garantam a manutenção dessas condições e minimizem o risco de contaminação do alimento.

A área de preparação do alimento deve ser higienizada quantas vezes forem necessárias e imediatamente após o término do trabalho.

Os produtos saneantes utilizados devem estar regularizados pelo Ministério da Saúde. A diluição, o tempo de contato e modo de uso/aplicação dos produtos saneantes devem obedecer às instruções recomendadas pelo fabricante.

##### 1.1.1.2 *Manipuladores*

Devem apresentarem lesões e ou sintomas de enfermidades que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos devem ser afastados da

atividade de preparação de alimentos enquanto persistirem essas condições de saúde.

Os manipuladores devem ter asseio pessoal, apresentando-se com uniformes compatíveis à atividade, conservados e limpos. Os uniformes devem ser trocados, no mínimo, diariamente e usados exclusivamente nas dependências internas do estabelecimento. As roupas e os objetos pessoais devem ser guardados em local específico e reservado para esse fim.

Devem lavar cuidadosamente as mãos ao chegar ao trabalho, antes e após manipular alimentos, após qualquer interrupção do serviço, após tocar materiais contaminados, após usar os sanitários e sempre que se fizer necessário. Devem ser afixados cartazes de orientação aos manipuladores sobre a correta lavagem e antissepsia das mãos e demais hábitos de higiene, em locais de fácil visualização, inclusive nas instalações sanitárias e lavatórios.

Os manipuladores não devem fumar, falar desnecessariamente, cantar, assobiar, espirrar, cuspir, tossir, comer, manipular dinheiro ou praticar outros atos que possam contaminar o alimento, durante o desempenho das atividades.

Os manipuladores devem usar cabelos presos e protegidos por redes, toucas ou outro acessório apropriado para esse fim, não sendo permitido o uso de barba. As unhas devem estar curtas e sem esmalte ou base. Durante a manipulação, devem ser retirados todos os objetos de adorno pessoal e a maquiagem.

Os manipuladores de alimentos devem ser supervisionados e capacitados periodicamente em higiene pessoal, em manipulação higiênica dos alimentos e em doenças transmitidas por alimentos.

#### 1.1.1.3 *Preparação do alimento*

Durante a preparação dos alimentos, devem ser adotadas medidas a fim de minimizar o risco de contaminação cruzada. Deve-se evitar o contato direto ou indireto entre alimentos crus, semi-preparados e prontos para o consumo.

Os funcionários que manipulam alimentos crus devem realizar a lavagem e a antissepsia das mãos antes de manusear alimentos preparados.

As matérias-primas e os ingredientes caracterizados como produtos perecíveis devem ser expostos à temperatura ambiente somente pelo tempo mínimo

necessário para a preparação do alimento, a fim de não comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento preparado.

Quando aplicável, antes de iniciar a preparação dos alimentos, deve-se proceder à adequada limpeza das embalagens primárias das matérias-primas e dos ingredientes, minimizando o risco de contaminação.

O tratamento térmico deve garantir que todas as partes do alimento atinjam a temperatura de, no mínimo, 70°C. Temperaturas inferiores podem ser utilizadas no tratamento térmico desde que as combinações de tempo e temperatura sejam suficientes para assegurar a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos.

Para os alimentos congelados, antes do tratamento térmico, deve-se proceder ao descongelamento, a fim de garantir adequada penetração do calor. Excetuam-se os casos em que o fabricante do alimento recomenda que o mesmo seja submetido ao tratamento térmico ainda congelado, devendo ser seguidas as orientações constantes da rotulagem.

O descongelamento deve ser conduzido de forma a evitar que as áreas superficiais dos alimentos se mantenham em condições favoráveis à multiplicação microbiana. O descongelamento deve ser efetuado em condições de refrigeração à temperatura inferior a 5°C ou em forno de microondas quando o alimento for submetido imediatamente à cocção.

Os alimentos submetidos ao descongelamento devem ser mantidos sob refrigeração se não forem imediatamente utilizados, não devendo ser recongelados.

Após serem submetidos à cocção, os alimentos preparados devem ser mantidos em condições de tempo e de temperatura que não favoreçam a multiplicação microbiana. Para conservação a quente, os alimentos devem ser submetidos à temperatura superior a 60°C por, no máximo, 6 horas. Para conservação sob refrigeração ou congelamento, os alimentos devem ser previamente submetidos ao processo de resfriamento.

O processo de resfriamento de um alimento preparado deve ser realizado de forma a minimizar o risco de contaminação cruzada e a permanência do mesmo em temperaturas que favoreçam a multiplicação microbiana. A temperatura do alimento preparado deve ser reduzida de 60°C a 10°C em até duas horas. Em seguida, o mesmo deve ser conservado sob refrigeração a temperaturas inferiores a 5°C, ou congelado à temperatura igual ou inferior a -18°C.

O prazo máximo de consumo do alimento preparado e conservado sob refrigeração a temperatura de 4°C, ou inferior, deve ser de 5 dias. Quando forem utilizadas temperaturas superiores a 4°C (quatro graus Celsius) e inferiores a 5°C (cinco graus Celsius), o prazo máximo de consumo deve ser reduzido, de forma a garantir as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado.

Quando aplicável, os alimentos a serem consumidos crus devem ser submetidos a processo de higienização, a fim de reduzir a contaminação superficial. Os produtos utilizados na higienização dos alimentos devem estar regularizados no órgão competente do Ministério da Saúde, e serem aplicados de forma a evitar a presença de resíduos no alimento preparado.

Outra regulamentação fundamental para a realização de preparos alimentícios nos laboratórios do UniCEUB são as normas do Labocien, descrição a seguir.

#### 1.1.2 Normas do Labocien

O Labocien é o setor no UniCEUB responsável pela manutenção e administração dos laboratórios de práticas de diversos cursos, incluindo o curso de gastronomia. Por isso, é de fundamental importância relacionar as normas as quais são obedecidas durante a preparação do Trabalho Final Prático.

##### 1.1.2.1 *Normas gerais*

A realização de atividades práticas será permitida apenas a professores, funcionários e alunos regularmente matriculados no UniCEUB e usuários de Instituições conveniadas.

O cronograma de atividades práticas estará disponível nos murais localizados em todos os andares do Bloco 6 e 9.

É obrigatório o uso do crachá por funcionários, professores, monitores e estagiários nas dependências do UniCEUB.

A entrada de animais, micro-organismos, tecidos de origem animal ou vegetal, alimentos destinados à atividade prática e equipamentos laboratoriais deve ser autorizada em um dos pontos de apoio administrativos do Labocien.

Para a utilização dos laboratórios 9.005, 9008, 9009 e Geoprocessamento, é necessário retirar e devolver a chave no ponto de apoio administrativo do 2º subsolo do bloco 9.

#### 1.1.2.2 *Segurança*

O Labocien disponibiliza armário individual de segurança para os alunos da FACES regularmente matriculados em disciplinas laboratoriais.

Os pertences pessoais deverão ficar guardados nos armários de segurança exceto os que serão utilizados no momento da atividade prática mediante autorização do professor.

É recomendado aos usuários seguir as orientações de imunização vigentes. Nas atividades com utilização de alimentos e as que se fizerem necessárias, conforme orientação do responsável, não utilizar esmalte, unhas compridas e perfume.

Não utilizar qualquer adorno que comprometa a segurança pessoal no decorrer das atividades práticas.

Caberá ao responsável orientar sobre as especificidades, uso de Equipamentos de proteção individual (EPI's) e cuidados necessários relativos à biossegurança de sua atividade prática;

O usuário deverá utilizar obrigatoriamente os EPI's indicados nas portas dos laboratórios. Os alunos são responsáveis por adquirir os seus EPI's.

A ingestão de alimentos e bebidas é permitida somente nos laboratórios de Habilidades Alimentares 1 e 2, 608, 9009, LEP 6, auditórios e área administrativa.

Os participantes de atividades práticas que envolvem doação de reagentes biológicos (hemoderivados, urina, sêmen e fezes), participação em testes experimentais (alergênicos, PPD e outros) e ingestão de bebidas alcoólicas deverão assinar o Termo de Consentimento Livre Esclarecido- (TCLE) apresentado pelo professor e entregue em um dos pontos de apoio administrativos.

A transferência e o transporte interno de animais, micro-organismos, vidrarias, equipamentos e reagentes químicos deverão ser realizados exclusivamente por funcionários de acordo com as normas de Biossegurança.

O acesso aos Setores de apoio logístico (blocos VI e IX) é exclusivo aos funcionários do Setor.

Os funcionários do Labocien poderão intervir sobre situações que violem normas de Biossegurança e de utilização do espaço Labocien.

#### 1.1.2.3 *Em caso de acidentes*

O responsável pela atividade prática deverá realizar os procedimentos emergenciais cabíveis e comunicar ao ponto de apoio administrativo mais próximo. O funcionário do Labocien deverá acionar a Supervisão de Segurança e acompanhar o acidentado ao Posto Médico.

Preencher o Livro de Registro de Acidentes.

#### 1.1.2.4 *Não é permitido*

Sentar no chão dos corredores, fumar, fotografar ou filmar as dependências ou atividades laboratoriais sem autorização prévia. Também, é proibida a retirada de material didático produzidos com insumos do Labocien (coleção entomológica, material lúdico, alimentos e outros) sem anuência da equipe gestora do setor.

## 2 INFORMAÇÕES SOBRE COZINHA BÁSICA

A execução de um prato, seja ele qual for, sempre há ao menos uma técnica envolvida, isso faz com que a necessidade de apresentar conceitos básicos de técnicas de cozinha seja lembrada e destaca, como se faz a seguir<sup>1</sup>.

### 2.1 Tipos de corte

- Tranch: lâminas de 6cmx2mm;
- Julienne: bastões de 3 mm x 3 mm x 2,5 cm;
- Brunoise: cubos de até 3 mm;
- Jardinière: bastões de 4cmx4mm;
- Macedoine: cubos de 4mm;
- Paysana: lâminas de 4mmx1mm;
- Lardon: bastões de 3 mm x 3 mm x 2,5 cm, do tipo gordura + carne + gordura;
- Sifflet: corte oblíquo;
- Bastonetes: corte longitudinal com 6 mm x 6 mm x 5 cm;
- Chiffonade: corte de qualquer espessura usado para fatiar folhas;
- Tourné: corte em formato de barril com sete lados iguais e bases horizontais.

#### 2.1.1 Cebola

*Julienne* ou *Cicelado*: lâminas paralelas à raiz.

Pluma: lâminas perpendiculares à raiz, com forma de pluma.

Brunoise: cubos de até 2,5 mm. Tirar a casca, cortar ao meio, tirar a ponta, deixar a raiz e fazer cortes longitudinais, horizontais e verticais.

Brullè: cortada ao meio e queimada na frigideira, com o objetivo de conferir cor ao preparo.

#### 2.1.2 Tomate

Concassé: em cubos, sem pele e sem semente.

---

<sup>1</sup> KÖVESI, B. et al. **400g**: Técnicas de cozinha. 4ª. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2007.

Cubos: em cubos e sem semente.

### 2.1.3 Abobrinha e Berinjela

Brunoise: deve ser feito através do corte do legume em duas metades, depois em quatro partes e com a extração das sementes. Se for utilizar as sementes, deixar chorar com sal por 2h antes e lavar.

### 2.1.4 Pimentão

Brunoise: tirar a “tampa”, as sementes e a “carninha” para deixar sobrar só o “couro”. Cortar os legumes sempre com a casca para cima. Adicionar dos ingredientes mais duros aos mais moles.

## 2.2 Facas

Existem muitos modelos de facas, marcas e forjas diferentes. As mais utilizadas nas cozinhas dos restaurantes e laboratórios de cursos de gastronomia são as seguintes:

- De Ofício: para pequenos cortes, em geral.
- De Chef ou Francesa: usada para diversas tarefas, como picar em pedaços ou miúdo e fatiar, normalmente a lâmina tem de 8 a 10 polegadas de comprimento.
- Estriada: para legumes, em geral. Os alvéolos da lâmina diminuem a aderência, evitando que o alimento grude.
- De desossa: usada para separar a carne crua do osso, tem cerca de 6 polegadas e em geral é rígida.
- De filetar: usada para tirar filés de peixe, é semelhante em forma e tamanho a faca de desossar, mas é mais fina e tem a lâmina mais flexível.

## 2.3 Tábuas

As tábuas são divididas em cores para facilitar o uso e diminuir o risco de contaminação cruzada. Cada cor deve ser usada para uma categoria de alimentos específica. Abaixo segue a lista de tábuas utilizadas nos laboratórios.

- Branca: coringa
- Bege: embutidos ou carnes assadas.
- Amarela: carnes cozidas.
- Azul: peixes.
- Verde: legumes.
- Vermelha: todas as carnes cruas.

## 2.4 Fundos

Os fundos são líquidos saborosos produzidos pelo cozimento lento de *mirepoix*, ingredientes aromáticos (*bouquetgarni*) e ossos em água. São usados como base para sopas, molhos e outros pratos. Os fundos podem ser classificados em duas principais categorias: fundos claros e fundos escuros. Os fundos claros são feitos a partir de vegetais, ingredientes aromáticos e ossos, com exceção dos fundos de vegetais. Os fundos escuros são feitos a partir de ossos assados, água, *mirepoix* caramelizado, purê de tomate e ingredientes aromáticos.

### 2.4.1 Observações

- Quanto mais ocorrer a redução do líquido, mais concentrado será o fundo;
- O fundo deve ser feito, inicialmente, a partir de água fria porque a água quente impermeabiliza e impede a obtenção de sabor;
- Para o fundo, como o líquido é importante, a panela ideal é a mais funda e menos larga, isso porque, quanto mais larga, maior é a evaporação e conseqüentemente a perda de líquido;
- O *bouquetgarni* sempre deve ser adicionado de 30 a 40 minutos antes do fim da cocção;

- O que caracteriza o fundo é: a cor, o sabor, o aroma e a sua transparência;
- *Debulle*: significa retirar impurezas com a escumadeira;
- O fundo deve ser resfriado rapidamente e pode ser mantido por 3 dias a 13º;
- O fundo pode ser congelado por meses depois de pronto;
- Um fundo com acréscimo de espessante resulta nos molhos.

Suco de cocção: é o mesmo o fundo, porém a extração dos elementos responsáveis pelo aroma e sabor é realizada brevemente.

*Remouillage*: a tradução em francês significa “remolhar”, o *remouillage* é feito reservando-se os ossos e o *mirepoix* fervidos suavemente em um fundo e fervendo-os suavemente uma segunda vez, pode também fazê-lo com a base de clarificação usado para fazer a *consommé*. Esse fundo pode ser usado como líquido para fundos, sopas, como meio de cocção.

Fundo Claro de Legumes: pode ser feito com um *mirepoix* de legumes, que pode levar cenoura, cebola, salsão e alho poró, e uma infusão de *bouquet garni*, que consiste em um ramo de salsão, um ramo de salsinha sem folhas, um ramo de tomilho com folhas, uma folha de louro, envoltas por uma folha verde do alho poró.

Fundo Escuro: é feito dourando o fundo claro (de vegetais, de frango ou de carne) com extrato de tomate. Num processo denominado *pinçage*. O ossobuco é considerado um bom ingrediente porque tem boa gelatinização. Sabe-se também que a gelatinização e a maciez da carne são melhores em animais mais jovens.

*Court Bouillon* é um caldo de legumes acidificado com vinagre de vinho branco ou vinho branco (5% de ácido). É usado na preparação do ovo *poche*, na qual é misturado à água para ajudar a coagular a clara.

*Glace*: é um fundo feio a partir do *remouillage* altamente reduzido, assim ele adquire uma consistência de gelatina ou xarope, e seu sabor é altamente concentrado.

Fundo *Fumet*: é um fundo de peixe, abafado e deglaçado com vinho branco, com (gorduroso) ou sem (não gorduroso) o acréscimo de manteiga.

## 2.5 Cocção

A cocção é o processo de aplicação de calor ao alimento com a finalidade de modificar a estrutura, alterar ou acentuar o sabor de um alimento. Outra finalidade para a utilização da cocção é a conservação do alimento (KÖVESI, et al., 2007). Existem diferentes modos de cocção e tipos de cocção e serão explanados abaixo.

### 2.5.1 Modos de Cocção

**Vapor:** no vapor de água e não pode passar de 100° C. É o melhor método de manter os nutrientes no alimento.

**Vácuo:** fechado em uma sacola ou panela termo resistente própria e com resfriamento rápido e brusco, o que retêm nutrientes e aumenta a durabilidade do alimento.

**Rôti:** assar as carnes em calor seco do forno, de maneira uniforme, em todos os lados.

**Poeler** ou estufado: em uma panela fechada com uma cama aromática.

**Grelhar:** em calor vivo do fogo.

**Saltear:** cozinhar, sempre em movimento, rapidamente, em uma frigideira, com pouco óleo e com o fogo forte.

**Salteado Italiano:** tudo igual com o acréscimo de uma cabeça de alho.

**Fritar:** com uma quantidade razoável (média) de óleo. Em imersão.

**Branquear** (batata ou outro alimento): em temperatura menor que 180° C, primeiro, antes de realmente fritar, em temperatura maior que 180° C, depois, para que não fique crua, congelada ou não agradável por dentro.

**Inglesa** ou Branqueamento: primeiro em água fervente e depois em água gelada.

**Flambado:** com uma bebida alcoólica.

**Confit:** a confitagem é um processo de cocção e também um método de conservação, em que se mantém e cozinha, na própria gordura, a uma temperatura baixa (80° C a 90° C).

**Gratinado:** com o calor de uma salamandra (*grill*) em cima. Rápido (sem cocção do alimento) ou completo (com cocção do alimento).

**Ragu:** pequenos cubos, que podem ser de carne, que cozinham tampado.

Papilote: dentro de uma folha (de papel alumínio, manteiga...).

*Pochet*: cocção totalmente submersa e que não é servida com o líquido.

Guisado: em fogo baixo, com menos água, no próprio líquido.

Ensopado: a mesma coisa, só que com muita água e totalmente imerso.

*Braiser*: cocção lenta com 1/3 de água em relação à carne, para carnes com muita fibra.

Empanados Simples, utiliza-se apenas farinha de trigo.

Empanados à *Dore*: farinha de trigo e ovo.

Empanados à Milanese: farinha de trigo, ovo e farinha de rosca.

Empanados à Romana: ovo, farinha, queijo parmesão ralado e salsinha.

Empanados *Orly*: farinha de trigo, sal e noz moscada.

Empanados à Inglesa: manteiga clarificada, sal, pimenta branca e farinha de pão fresco.

A ordem do empanado é farinha de trigo (mais fina), ovo (adesão) e farinha de rosca (mais grossa).

*Cocção Sous Vide*: *sous-vide*, em francês, quer dizer “sob vácuo”, e refere-se a um método de cozinhar em sacolas plásticas seladas a vácuo em baixas temperaturas por um tempo maior que o tradicional. O tempo pode variar entre 2 horas e 72 horas e a temperatura precisa ser estável, normalmente entre 40°C e 70°C, dependendo do que se cozinha. O objetivo da técnica é manter a integridade do alimento, evitando a perda de umidade e sabor. Quando se fala em cocção à vácuo, se imagina equipamentos caríssimos e muito sofisticados controlados por computador e por um cientista. Os chefs "cientistas" fizeram uma simplificação do processo, somente a peça do alimento que deve estar sob vácuo. Este método de cocção à vácuo simplificado é conhecido na bibliografia em inglês por *sous vide* que é a cocção em embalagens plásticas seladas à baixa temperatura por tempos longos.

Este método difere da cocção convencional em dois pontos fundamentais: o alimento cru é selado à vácuo em saco plástico apropriado; e o alimento é cozido usando o aquecimento controlado. A embalagem à vácuo evita perda de sabor pela evaporação e umidade durante o cozimento, além de evitar introdução de sabores de oxidação indesejados, resultando em um alimento mais saboroso e nutritivo. Este tipo de embalagem também reduz o crescimento de bactérias aeróbicas.

### 2.5.2 Tipos de Cocção

Extração: um tipo de cocção envolvendo a extração de sabor a partir de um líquido frio. Exemplo: fundo.

Concentração: envolve a brusca exposição do alimento ao calor, a partir de um líquido quente, mantendo, concentrando os elementos nutritivos e aromáticos, em parte, no interior do alimento. Em atmosfera seca, produz a caramelização ou reação de Maillard. Exemplo: selar.

Mista: envolve a permuta de sabor. Em uma primeira fase, ocorre a concentração através da coagulação superficial das proteínas e a da caramelização do alimento e, em um segundo momento, as fibras celulares do alimento são amolecidas e ocorre a transferência de elementos nutritivos e aromáticos mediante a extração. Exemplo: finalizar e cozinhar um molho.

Cocção em Líquido: é realizada através de imersão em um líquido, frio (extração) ou fervente (concentração). Exemplo: fundo, inglesa e banho maria invertido.

O banho-maria invertido consiste na imersão do ingrediente em uma inglesa (água fervendo e sal) e, logo em seguida, em um *bowl*<sup>2</sup> com água e gelo. A função é obter um resfriamento rápido, parar o cozimento do ingrediente e preservar a qualidade das verduras.

## 2.6 Molhos

Molhos são líquidos saborizados. São considerados uma das melhores provas de habilidade e talento para um profissional de cozinha. O molho deve combinar perfeitamente com o alimento que vai acompanhar e essa combinação requer experiência por parte do profissional. Existem duas categorias gerais de molhos, os molhos-mãe e os molhos derivados ou compostos, (KÖVESI, et al., 2007).

Segundo Kövesi, et al (2007), um molho é considerado molho-mãe quando tem sabor básico, possibilitando acréscimo de outros ingredientes; quando tem alta durabilidade e pode ser preparado em grandes quantidades e posteriormente

---

<sup>2</sup> BOWL: vasilha arredondada geralmente em aço inox.

finalizado e guarnecido de inúmeras maneiras, produzindo os molhos derivados ou compostos.

### 2.6.1 Molhos mãe

Para a gastronomia clássica existem 5 (cinco) molhos mães e diversos molhos derivados. Os molhos mãe são *Bechamel*, *Velouté*, Espanhol, de Tomate e Holandês.

*Bechamel* é um molho à base de *roux* branco, leite e cebola piquée. Ele possui a textura cremosa e o sabor suave e é base para diversas preparações na cozinha, como recheios e outros molhos. Sua cocção deve ser de no mínimo quinze minutos, para que o sabor da farinha crua desapareça. As proporções de *roux* para se produzir um litro de molho *bechamel* em diferentes consistências são: leve: 50g de *roux*; médio: 80g de *roux* e pesado: 100g de *roux*, (KÖVESI, et al., 2007).

*Velouté* é um molho feito à base de fundo claro e *roux* amarelo. Tem textura e aspecto aveludado e deve seguir alguns padrões de qualidade. Um bom *velouté* deve refletir o sabor do fundo utilizado, ter coloração marfim, ser brilhante e encorpado e ter consistência de *nappé* leve. (KÖVESI, et al., 2007).

Espanhol é um molho feito à base de *roux* escuro, fundo escuro, *mirepoix* e purê de tomate. É base para o preparo de todos os molhos escuros clássicos (KÖVESI, et al., 2007).

Holandês é um molho clássico da cozinha francesa à base de manteiga, gemas e ácido. Seu sabor é marcante e possui um alto teor de gordura. Um bom molho holandês deve ter textura aveludada e levemente aerada, coloração amarela-pálida e sabor marcante de manteiga, levemente ácido (KÖVESI, et al., 2007).

O molho de tomate é o único molho mãe que não obedece a quantidades pré-estabelecidas e por isso existem diversas receitas e formas de produzi-lo. Diversas gorduras podem ser utilizadas, como por exemplo azeite de oliva e banha de porco. A textura é menos aveludada e mais rústica do que os outros molhos-mães. A coloração deve ser vermelha intensa e com leve brilho. Deve apresentar sabor forte de tomate e acidez reduzida e pode ser acrescido de outros ingredientes para completar o sabor, o bacon é um bom exemplo de ingrediente que pode ser acrescido, (KÖVESI, et al., 2007).

### 2.6.2 Molhos derivados

*Glace*: molho feito a partir da redução do fundo escuro. O fundo é reduzido por muito tempo até se chegar à consistência gelatinosa e de xarope, com sabor concentrado e rico, (KÖVESI, et al., 2007).

*Demi Glace*: molho feito com partes iguais de molho espanhol e fundo escuro, reduzido à metade. Tem como características o seu aroma “assado/defumado”, sua cor marrom escura intensa e sua textura encorpada. Pode-se dizer que é o molho roti, conhecido pelos profissionais brasileiros, embora sofra variações de acordo com o restaurante (KÖVESI, et al., 2007):

Poivrade: manteiga, bacon, vinho tinto e pimenta-do-reino;

Bordelaise: manteiga, bacon e vinho tinto;

Madeira: demi-glace e vinho madeira;

Chasseur: echalotes, cogumelos, vinho branco e molho de tomate;

Robert: demi-glace, manteiga, cebola, vinho branco e mostarda.

*Mornay*: *bechamel*, *liason*, manteiga e queijo *gruyère*. É ideal para gratinar;

Cardeal: fundo de peixe, creme de leite, essência de trufa e manteiga de lagostim (sem sal e saborizada com casca de camarão torrada e triturada na manteiga);

*Nantua*: creme de leite e manteiga de lagostim;

Escocês: *brunoise* de legumes (cenoura, abobrinha e salsão) e creme;

*Béarnaise*: redução diferenciada, guarnecida de estragão picado e cerefólio frescos;

*Choron*: *béarnaise* e molho de tomate;

*Foyot ou Valois*: *béarnaise* e *demi glace* (*glace de viande*);

*Maltaise* ou Maltês: acrescido de suco e raspas de laranja, ao invés do limão;

*Mousseline*: com creme de leite batido tipo chantilly;

*Paloise*: obtido através de uma redução de hortelã fresco;

*Royal*: partes iguais de *veloutté*, holandês e creme de leite batido. (PRATO PERFEITO, 2015);

*Gastric*: É um molho ácido e doce.

## 2.7 Caldo

Caldo é um fundo fortificado pela adição dos mesmos ingredientes utilizados nos fundos, mais a carne para realçar o sabor. É também conhecido como *bouillon*, em francês; *brodo*, em italiano; *broth*, em inglês, entre outros. (KÖVESI, et al., 2007).

## 2.8 Sopa

As sopas oferecem uma inteira gama de ingredientes aromáticos e muitas oportunidades para guarnecer. Também permitem ao chef usar as aparas e as sobras com criatividade. (IAG, 2011). Uma das sopas mais clássicas e interessantes é a *consommé*.

*Consommé*: é um caldo perfeitamente claro. São suculentos no sabor e claros como cristal, efeito conseguido pela combinação de caldo ou fundo de alta qualidade com uma mistura de clarificação. Depois que a *consommé* desenvolveu sabor e cor suculenta deve ser coado com cuidado e desengordurado, para se tornar um perfeito líquido transparente, sem traços de gordura e de sabor intenso. A clarificação é a combinação de carne moída magra, claras de ovos, *mirepoix*, ervas e especiarias além de tomate ou outros ingredientes ácidos, e a mistura desses ingredientes forma em uma sopa clara e saborosa, removendo as impurezas do fundo e reforçando seu sabor.

## 2.9 Espessantes

São ingredientes ou combinações de ingredientes usados para dar corpo e/ou liga a preparações líquidas, agregando-lhes também sabor e textura (KÖVESI, et al., 2007).

*Roux* é um espessante de partes iguais de gordura (manteiga) e amido (farinha de trigo). A manteiga utilizada é sem sal, crua ou clarificada. Deve sempre entrar nas produções da seguinte maneira: *roux* frio em líquido quente e *roux* quente em líquido frio. Após a adição ao líquido a mistura deve ser cozida por pelo menos cinco minutos, mexendo ocasionalmente, a fim de que o sabor da farinha crua desapareça. Podem ser preparados quatro tipos de *roux* diferentes, que terão sabor e poder espessante distintos. O *roux* branco, amarelo, escuro e negro. O *roux*

branco é deixado no fogo apenas até que a mistura esteja bem quente, sem deixar dourar. Os demais são deixados por mais tempo, até atingirem a coloração desejada. Quanto mais claro for o *roux*, mais suave será seu sabor e mais forte seu poder espessante. Considerando que o *roux* branco tem poder espessante de 100%, o amarelo teria 80%, o escuro 50% e o negro de 20% a 30%, de poder espessante. (KÖVESI, et al., 2007).

*Slurry* é um agente espessante feito a partir de uma parte de amido de milho, para uma parte de um líquido frio, em peso. Pode-se utilizar diferentes tipos de amido, como amido de milho, farinha de trigo, araruta e féculas. O líquido pode ser água, leite, ou parte do líquido da receita que se quer espessar. A mistura é feita juntando-se aos poucos o líquido ao amido, mexendo até que a mistura fique homogênea (KÖVESI, et al., 2007).

*Beurre Meuniere* é um espessante feito de partes iguais de manteiga e farinha de trigo, em peso. Mistura-se a manteiga sem sal com a farinha de trigo até formar uma pasta. É utilizado frio adicionado aos poucos a uma preparação fervente (KÖVESI, et al., 2007).

*Liason* é feito a partir da proporção de 25% de gema e 75% de creme de leite fresco, em peso. Comparado aos outros, seu poder espessante é baixo. Altera significativamente a cor e o sabor da preparação, sendo dessa forma indicado para receitas cremosas. A gema e o creme de leite são misturados frios e adicionados à preparação que se quer espessar por meio de temperagem. Após sua adição, o líquido espessado não pode ferver (KÖVESI, et al., 2007).

O Sangue também é utilizado como agente espessante ao coagular-se junto com um líquido quente. Não deve ser fervido. Um bom exemplo de preparo em que ele é utilizado é a Galinha ao molho pardo (KÖVESI, et al., 2007).

A gelatina é utilizada para dar corpo a líquidos ou preparações que forem servidas frias. Quanto maior a quantidade de açúcar ou de ingredientes ácidos, maior a quantidade de gelatina necessária. Geralmente é utilizada em preparos da confeitaria. A gelatina em pó e a em folhas deve ser previamente hidratada antes de utilizá-la, sendo que para hidratar a versão em pó utiliza-se pouca água (KÖVESI, et al., 2007).

Atualmente existe uma opção ao uso da gelatina, o ágar-ágar. Esse espessante é um agente estabilizante preparado a partir de algas marinhas. Pode

ser encontrado em pó, e quando dissolvido em água aquecida e depois resfriado, o ágar-ágar gelifica, espessando a preparação que pode ser servida fria ou quente.

A manteiga é usada fria em líquidos quentes para encorpá-los ligeiramente no momento final do preparo, através da emulsificação (KÖVESI, et al., 2007).

Por último, o creme de leite atua como espessante quando, após misturado ao líquido que deseja espessar, é reduzido (KÖVESI, et al., 2007).

## 2.10 Acompanhamentos Aromáticos

Os acompanhamentos aromáticos são mistura de ingredientes, que podem ser legumes, ervas e especiarias, usadas para dar sabor às receitas. Importante ressaltar que a proporção de cada ingrediente na combinação deve ser observada, para que essa mistura não sobrepuja o sabor da preparação. Essas misturas, geralmente, são colocadas no início da cocção e retiradas após liberarem o sabor desejado à receita. Mas elas também podem ser colocadas no final do preparo, para dar mais intensidade ao prato.

O *mirepoix* é uma mistura de vegetais usada para dar sabor a fundos, molhos e outras preparações, sendo que, ao final, o líquido resultante é coado e os sólidos são desprezados. O tamanho dos vegetais deve ser proporcional ao tempo de cocção e ao produto final que se quer atingir. Sua proporção básica é 50% de cebola (ou 25% de cebola e 25% de alho poró), 25% de salsão e 25% de cenoura (KÖVESI, et al., 2007).

O *matignon* é o *mirepoix* acrescido de bacon ou presunto na proporção: duas partes de cenoura, uma parte de salsão, uma parte de alho poró, uma parte de cebola, uma parte de cogumelo (opcional) e uma parte de bacon ou presunto (KÖVESI, et al., 2007).

O *bouquet garni* é um amarrado de vegetais e ervas, como o talo de salsão cortados em bastonetes, talos de salsa, tomilho e louro, envolvidos pela folha de alho poró e amarrados por um barbante, podendo ser mudados conforme preferências pessoais (KÖVESI, et al., 2007).

A cebola *brûlée* é uma cebola cortada ao meio, queimada em uma chapa ou em uma frigideira, até ficar bem escura, que é usada para dar cor e sabor a fundos e *consommés*. (KÖVESI, et al., 2007).

A cebola *piquée* é uma cebola espetada com uma folha de louro e três cravos da Índia, usada na preparação do molho *bechamel* e em algumas sopas (KÖVESI, et al., 2007).

O *sachet d'épices* é um saquinho de gaze, que contém ervas e especiarias, como o louro, a pimenta do reino em grão, talos de salsa e tomilho, sendo opcionais o alho e o cravo da Índia, que é utilizada como se fosse um saquinho de chá, podendo ter um ou mais ingredientes alterados conforme a necessidade (KÖVESI, et al., 2007).

E por fim, a marinada é uma mistura composta por óleos, ácidos como o vinho, o suco, os cítricos e o vinagre e aromatizantes, como as ervas, especiarias e vegetais, utilizada para dar sabor a carnes, peixes e vegetais. Normalmente não tem adição de sal para não desidratar a peça (KÖVESI, et al., 2007).

### **3 OS PILARES DA GASTRONOMIA BRASILEIRA**

A gastronomia brasileira tem como pilares a trilogia portuguesa-indígena-negra, entretanto outras influências também se destacaram no processo de construção da gastronomia nacional atual, como a francesa e depois as espanholas, italiana, alemã e em proporções menores a asiática, a diferenças neste caso é a intensidade que cada uma teve em diferentes regiões brasileiras. Por isso, para determinar quais as influências tiveram maior profundidade, define-se como pilares da gastronomia brasileira todas as influências externas e a interna – indígena – e definido como matrizes da gastronomia brasileira as influências originais, que deram base para que, junto com o passar do tempo e com as outras influências, gerassem o que chamamos atualmente de gastronomia brasileira.

#### **3.1 A influência indígena**

Antes de relatar a grande influência dos povos ameríndios sobre a gastronomia brasileira atual é necessário explicar a vida e os costumes desses povos, pois desses costumes, que precedem e muito a chegada dos “homens brancos” ao Brasil, é que originou boa parte da culinária nacional.

Ao contrário do que o senso comum nos faz pensar, os índios não são elementos de um mesmo grupo que possuem os mesmos hábitos, regras e cultura. Por volta de 1650 existiam, só na região amazônica brasileira, cerca de 600 nações indígenas e todas com sua cultura particular, tipos raciais e línguas próprios. T tamanha era a diversidade cultural que fez com que o padre Antônio Vieira comparasse a situação àquela gerada após a destruição divina da torre de Babel (FERNANDES, 2007).

Segundo dados da Fundação Nacional do Índio (FUNAI), em 1500 existiam 2 (dois) milhões de índios habitando o litoral brasileiro e mais 1 (um) milhão habitando o interior do país, totalizando 3 (três) milhões de índios em território nacional. As principais e mais populosas nações dessa época eram os Tupi-guaranis, os Macro-jês, os Caraíbas e os Aruaques (IBGE, 2011).

O primeiro contato dos portugueses foi com índios que habitavam a região leste do Brasil, ou seja, a parte litorânea. Nessa região existiam diversas tribos com culturas semelhantes em alguns pontos e diferenças em outros. Considerando as

similaridades linguísticas, essas tribos podem ser divididas em 3 (três) grandes famílias: os Tupi-Guarani, os Ges e os Tapuyas, (LOWIE, 1946). Porém, essa divisão não é interessante para o presente trabalho. O que se torna importante é a explanação sobre os principais hábitos das tribos brasileiras.

As tribos mais importantes do leste brasileiro era os Ge (que eram divididos em Ge e Jeicó), Aweikoma, Camacan, Guayakí, Bororo, Guató, Botocudo, Mashacalí, Pancararú, Pimenteira, Cariri, Patashó, Malalí, Guaitaca, Fulnio, Purícoroado e Tapuya. Algumas dessas tribos eram apenas caçadores e coletores, como por exemplo Aweikoma, Botocudo, Patashó e Bororo. Essas tribos não haviam desenvolvido a agricultura e se alimentavam apenas de frutas e vegetais colhidos nas florestas e de peixes e animais terrestres caçados, (LOWIE, 1946).

Por outro lado, algumas poucas tribos possuíam a agricultura eficiente, os Apinayé e Camacan. As principais plantas cultivadas eram mandioca, milho e batata doce, algumas ervas medicinais como por exemplo o *Cissus* sp, que serve, entre outras coisas, para controle de ansiedade. (LOWIE, 1946).

Para as tribos que se baseavam na coleta de frutos, os principais produtos coletados eram as frutas sazonais, como caju, maracujá, babaçu e sapucaia, entre outras; insetos e pequenos animais. A tribo dos Botocudos comumente coletava lagartos e rãs para o consumo diário, (LOWIE, 1946).

A caça varia de importância nas diferentes tribos brasileiras, sendo em algumas delas a principal atividade para a alimentação dos seus membros e para outras apenas uma atividade complementar à pesca. Para os Timbiras, tribo que habitava a costa brasileira, por exemplo, a pesca era atividade secundária, sendo a caça a atividade mais presente em seu dia a dia. A forma mais comum de caça era utilizando o arco e a flecha, em alguns casos também era utilizado o incêndio para auxiliar nessa atividade, (LOWIE, 1946).

A pesca variava de importância entre as tribos, mas também havia variação dos pescados consumidos, devido a diferença geográfica e climática das diferentes regiões as quais as tribos habitavam.

A forma mais comum de pesca era usando o arco e flecha, também eram utilizadas lanças para a pesca de grandes peixes. Mesmo sendo uma atividade que garantia a subsistência da maioria das tribos, a pesca não era praticada por todas elas, a tribo Aweikoma, por exemplo, não pescavam de forma alguma.

A nação Tupi-guarani tinha nos alimentos encontrados na natureza, a principal base da sua alimentação, sendo que a mandioca era o mais importante deles. Seu cultivo tem cerca de 10 (dez) mil anos de especialização e teve início na bacia tropical do Amazonas, no primeiro milênio a. C., expandindo-se por toda a América Central e América do Norte, em seguida (FERNANDES, 2007). Quando os portugueses chegaram em terras brasileiras, vendo a mandioca, logo a confundiram com o inhame, como visto em relatos de cartas de Pero Magalhães Grandavo, em 1576, que se referia a mandioca como “ à maneira de inhame de São Tomé” (CASCUDO, 1983).

Após esse primeiro relato, vários outros se seguiram, colocando a mandioca como elemento obrigatório e indispensável aos nativos e aos europeus recém-chegados (CASCUDO, 1983). Tão grande era sua importância para a alimentação durante o processo de colonização, que Tomé de Sousa, primeiro governador geral, criou uma lei, obrigando o seu cultivo, em 1549 (FERNANDES, 2007).

Sua produção também se tornou importante para o tráfico negreiro pois, a farinha produzida a partir da raiz era usada como moeda de troca e, por ser rica em fibras, amido, sais minerais e outros, servia de alimento na longa jornada que os escravos enfrentavam. Foi nessa época que seu cultivo se espalhou pela África (FERNANDES, 2007).

Até hoje existem diversas variedades dessa raiz, que são basicamente alocadas em dois tipos: a mandioca brava, venenosa por ter um alto teor de ácido cianídrico, e a mandioca mansa, também conhecida como mandioca doce, macaxeira ou aipim. Com o objetivo de aproveitar todos os recursos disponíveis na sua alimentação, os índios descobriram uma forma de tirar o veneno da mandioca brava, que é usada até hoje: depois de colhida a raiz era descascada e ralada, macerada dentro de um espremedor de palha, conhecido como tipiti, para escorrer seu suco venenoso. A massa restante desse processo era cozida em grandes frigideiras de barro, até transformar-se em farinha. O seu suco, após de ser fermentado ao sol e fervido por várias horas, originava um caldo próprio para consumo, conhecido como manicuera ou o tucupi (FERNANDES, 2007).

Devido ao seu alto valor nutricional, a farinha de mandioca, também conhecida como “farinha de pau” pelos índios, e, mais tarde, como “farinha de guerra” pelos portugueses, nas suas mais variadas formas e cores, como a seca e a

d'água, ou a fina e grossa, se tornou elemento básico na mesa de todos que vivam no Brasil. Ela era acompanhamento essencial de todas as comidas dos índios, desde carne até frutas (CASCUDO, 1983). Durante as guerras eram usadas como alimento pelos combatentes, misturadas apenas com água. Esse uso, em especial, foi matéria prima de diversos pratos ainda consumidos nos dias de hoje, como o pirão, a farofa, os xibés, entre outros (FERNANDES, 2007).

Diversos são os alimentos obtidos através da raiz de mandioca e que, ainda hoje, estão presentes na alimentação do brasileiro. A fécula, obtida através do seu suco, que, se utilizada logo em seguida é conhecida como goma ou polvilho doce, ou, se o líquido continuar a sedimentar, por mais 15 (quinze) a 20 (vinte) dias, causando a fermentação do amido, passa a ser chamada de goma seca ou polvilho azedo, é matéria prima para um alimento bastante conhecido dos brasileiros: o beiju, chamado também de cica, membeca, biju, enrodilhado, assu, malampansa, sarapó, caruba, entre outros (FERNANDES, 2007).

Enquanto a goma está úmida se ela for levada ao fogo numa chapa ou pedra, ela se transformará em grãos leves e irregulares, conhecidos como tapioca, a qual os índios consideravam como alimento dos deuses, servindo como base para diversos preparos, como bolos e pudins. Outro produto obtido através da raiz de mandioca, quando é deixada de molho em água de 3 (três) a 5 (cinco) dias, sendo prensada logo após, é a puba, também conhecida como massa de mandioca ou carimã (FERNANDES, 2007).

Ademais, por habitarem grande parte do litoral brasileiro eles se adequaram muito bem a esse ambiente. Eram exímios pescadores e por isso a sua alimentação era basicamente à base de peixes e frutos do mar. Na carta de Pero Vaz de Caminha há o primeiro relato da alimentação do povo Tupiniquim, que faz parte da nação Tupi-guarani. Nela Caminha relata o consumo de camarões grandes e grossos, que poderiam ser pitus (*Bithynis acanthurus*) e amêijoas, que deveriam ser sambaquis, evidenciando o consumo de frutos do mar por aquele povo (CASCUDO, 1983).

Os índios quase sempre passavam seus alimentos por algum processo de cocção antes de consumi-los. Até mesmo as bebidas eram aquecidas antes de serem servidas, mesmo depois de já terem passado por processos longos de fervura. O modo mais comum de eles fazerem a carne era assada. Usavam três

peças de barro cozido, as quais ficaram conhecidas pelos portugueses como trempe (CASCUDO, 1983).

A carne de peixe, como de costume, era consumida assada e defumada, numa dessas trempes, de madeira, conhecida como moquém. Por vezes ela era torrada e pilada, para se transformar numa ração de grande valor nutricional: o piracuí. Outras vezes, os índios cozinhavam a carne do peixe ou o piracuí na pimenta, dando origem ao prato conhecido como quinhapira, em cujo caldo eram molhados os beijus feitos com a farinha de mandioca. A tudo isso, era misturada a folha da mandioca, conhecida como manivas, originando um prato muito conhecido nos dias atuais: a maniçoba (FERNANDES, 2007).

Ante a vastidão de tribos, territórios e costumes, a carne de caça, como a de porcos do mato, caititus e queixadas, era consumida em algumas tribos das terras centrais. Quando piladas e misturadas com a farinha de mandioca, resultavam na paçoca, alimento ainda muito consumido hoje em alguns estados. Já as tribos da Amazônia tinham em sua alimentação diversas espécies de répteis e anfíbios, como cobras, lagartos, jacarés, ranídeas e quelônios (FERNANDES, 2007).

Algumas tribos, tinham por costume a prática conhecida como antropofagia. Por ela os índios acreditavam que, todos após a morte, quando chegavam do outro lado, eram devorados por espíritos, conhecidos como “mãe”. Em seguida ressurgiam como tais espíritos. Quando algum inimigo era morto por eles, para impedir que virassem “mães”, eles deveriam ser devorados na terra. Dessa forma, os índios consumiam suas partes moqueadas ou no tucupi (FERNANDES, 2007).

Além dos mais variados tipos de carnes, outras fontes de proteínas usadas por eles eram os insetos, dentre eles os cupins amarelos, que eram consumidos vivos ou assados; as tanajuras, também conhecidas como saúvas ou içás, cruas ou torradas, misturadas com a farinha de mandioca; besouros e gafanhotos tostados, larvas de cabras, entre outros (FERNANDES, 2007).

Além das carnes e da mandioca, as frutas estavam sempre presentes na alimentação indígena. Elas eram consumidas conforme a época do ano. As mais abundantes à época e ainda hoje eram o abacaxi, o abacate, o ingá, o jatobá, o açai, a pitanga, entre outros, cujas polpas eram dissolvidas em água, dando origem ao que chamavam à época de vinhos, os quais eram consumidos misturados com a farinha ou a tapioca (FERNANDES, 2007).

Algumas bebidas eram fermentadas pela saliva das índias mais velhas, depois de serem mastigadas. Entre elas estão os *caxiris* de mandioca, de beiju mofado, de pupunha, de cará, o cauim de milho, que eram ingeridos pelos índios em excesso, chegando a provocar ressacas no dia seguinte. Eles também consumiam uma bebida similar ao chocolate produzida através das sementes de cacau, as quais eram torradas, piladas, transformadas em pães, raladas e misturadas em água (FERNANDES, 2007).

Outro alimento utilizado pelos índios para fazerem bebidas era o milho. Sousa (2008) relata que eles usavam o milho para produzir seus vinhos, e também os comiam assados. Os portugueses o consideravam um alimento inferior e os davam como alimento aos escravos e aos cavalos, cabras ovelhas e galinhas. Após cem anos de colonização é que o milho é colocado como o terceiro principal alimento da mesa brasileira (CASCUDO, 1983).

Dentre as especiarias mais consumidas pelos índios está a pimenta. Eles a comiam verde ou madura ou, como narrou Sousa (2008), com o pescado e com os legumes, ou inteira misturada com farinha. Relatava também que algumas tribos pilavam a pimenta e a misturavam ao sal, que haviam fabricado retendo a água do mar em valos. Davam a essa mistura o nome de *ionquet* e a usavam para dar sabor à comida. Porém, a forma de utilizá-la era diferente da que usualmente se faz hoje: eles não salgavam os alimentos antes de cozinhá-los, mas tão somente na hora de comê-los (CASCUDO, 1983).

### **3.2 A influência portuguesa**

Durante muito tempo a coroa portuguesa proibiu a entrada de estrangeiros nas terras conquistadas por eles, para preservar e manter em segredo as riquezas da colônia brasileira. Relatada pelos primeiros exploradores do século XVI, havia uma imensa riqueza natural, e a quantidade e variedade de animais e vegetais, frutas, legumes. Nos relatos dos jesuítas e missionários escritos nos séculos XVI, XVII e início do século XVIII podem se encontrar as primeiras descrições da utilidade que essas plantas e animais tem na dieta de seus habitantes nativos, são desse período os relatos de Pero Vaz de Caminha, Hans Staden e dos franceses André Thevet e Jean de Léry.

As navegações no início do século XIX que chegaram ao Brasil foram guiadas pela curiosidade científica dos viajantes naturalistas de conhecer e desvendar a natureza. Além do interesse científico, havia interesse comercial, relações diplomáticas. A partir disso vieram as análises de terras, dos metais e minerais, da fauna, flora, das águas minerais, além de observar os aspectos sociais, etnológicos, históricos e culturais.

Observaram também os hábitos alimentares das diferentes classes sociais em diferentes regiões do Brasil, estes hábitos foram descritos pelos viajantes naturalistas que permaneceram por um período mais longo no país, estes foram Johann Baptist von Spix e Carl Friedrich Philipp von Martius (bávaros), Auguste de Saint-Hilaire (francês) e Johann Emmanuel Pohl (austríaco); além desses o pintor francês Jean-Baptiste Debret deixou registros importantes do país na época.

Os viajantes descreveram a sociedade do Rio de Janeiro daquela época como “civilizada”, e esse “estado de civilidade” é avaliado, entre outros aspectos, com base dos alimentos que eram importados para servir a mesa das cortes e das ricas famílias de posse. Além dos produtos nativos, os alimentos importados também enriqueciam o mercado naquela época. A variedade de produtos era imensa, os viajantes Spix e Martius descreveram a existência de couves, alho-poró, alface, pepino e cebolas como as que existiam na Europa, juntamente com os legumes e verduras nativos e de origens indiana e africana. Além desses, descrevem a presença de melancias, gengibre, jaca, manga e jambo-rosa, que segundo eles são provenientes do comércio de portugueses com as Índias Orientais.

Em relação ao comércio estabelecido de Portugal, em 1808 ao chegar no Brasil, Dom João criou a Real Junta do Comércio, Agricultura, Fábricas e Navegações (LOPES, 2015), que dava um incentivo a quem transplantasse no Brasil plantas, fruteiras de interesse econômico. O Brasil já era um laboratório de especiarias antes da chegada da corte portuguesa. Lisboa promovia a exploração de especiarias brasileiras, enquanto outros estimulavam a pirataria de plantas de outras regiões. No primeiro jornal do Rio de Janeiro, o *Gazeta do Rio de Janeiro*, havia notícias dos produtos importados e aonde eram encontrados esses produtos.

Houve bastante resistência do europeu á alimentação nativa, com isso a importação de produtos e artigos da Europa tem muito investimento. Em relatos dos naturalistas, pode-se observar essa resistência.

[...] J. E. Pohl é convidado para almoçar em uma casa simples, 'cujas paredes de barro nem sequer eram caiadas'. A comida consistia em peixe seco meio decomposto, legumes lenhosos com cebola, arroz, pequenas ervilhas duras, milho cozido em água sem sal, um pouco de queijo e bananas. Tive de forçar a minha natureza para provar as repugnantes iguarias [...] (COUTO, 2007, p. 93).

Entre povos do mais baixo grau de civilização, os quais ainda não puderam produzir monumento histórico algum, o olhar do observador dirige-se [...] sobre os produtos da natureza, que estão em relação com sua condição atual e assim podem servir como medidores de tempo. Entre estes, estão em primeiro lugar as plantas cultivadas, desde tempos imemoriais pelos aborígenes do Brasil: o milho (*Zea mais*), a banana (*Musa paradisíaca*), o aipim (*Manihot aipi* Pohl.), a mandioca (*M. utilíssima* Pohl.), o pimentão (*Capsicum annuum*) e a palmeira pupunha (*Guilielma speciosa*), que inspiram esta observação (SPIX, 1981, p. 109).

Ao longo do tempo, produtos europeus eram substituídos por produtos nativos pelos moradores, pela impossibilidade de cultivo ou por serem caros demais. Alguns desses produtos eram substituídos em receitas, como o tradicional Bolo de Rolo que foi uma adaptação do bolo colchão de noiva da região de Tavira em Portugal, o que substituiu as nozes por goiaba, uma fruta abundante no Brasil, assim como as donas de casa brasileiras que preparavam as cocadas com a polpa do coco ralada e cozida. Frutas em conserva eram restritas as mesas da elite, mesmo naqueles locais aonde eram abundantes o cultivo delas. Jean-Baptiste Debret comentou a grande variedade de frutas que existiam por aqui, como abacaxi, maracujá, pitanga, jaboticaba, manga, cajá e fruta-do-conde. Além de todos esses, a farinha de trigo por ser importada e cara era substituída pela farinha de mandioca e/ou farinha de milho.

A chegada da Família Real portuguesa ao Brasil revolucionou os hábitos e costumes até então vigentes na colônia. A cidade do Rio de Janeiro passou a ser cenário privilegiado. A partir dessa época houve intensificação da chegada de vários imigrantes estrangeiros para incorporar a miscigenação dos dias de hoje. Esses imigrantes eram muitas vezes convidados pelo próprio governador. A presença de portugueses trouxe uma enorme contribuição nas áreas culturais, artísticas, sociais e econômicas.

No tempo de D. João VI e Carlota Joaquina, as celebrações não aconteciam a mesa, o jantar cada um fazia sozinho, e as festas na maioria religiosas, aconteciam depois do jantar. Só com D. Pedro I começou a mudar esse conceito,

aonde as mesas ganharam toalhas de linho, algo que se tornou chique, desde então começou a surgir a cozinha brasileira com ascendência portuguesa. O D. Pedro II foi considerado o imperador da canja, pois comia todos os dias ao menos um prato de sopa acompanhado de um copo de água com açúcar. D. Pedro II também era apaixonado por sorvete, esse que chegou ao Brasil em 1834, primeiramente o de pitanga, sabor preferido de D. Pedro II. O primeiro registro de banquete no Brasil foi nas bodas de prata do Conde D'Edu e Princesa Isabel, e o mais famoso banquete foi o Baile da Ilha Fiscal, a última festa oficial do império em 1889.

Apesar das reuniões e festas ligadas a alimentação serem preferencialmente e mais comuns no espaço doméstico, haviam na região do Rio de Janeiro muitos restaurantes chefiados por franceses, além disso cozinheiros e escravos (as) quitandeiras podiam vender seus quitutes na praça do Mercado, e também faziam doces para fora, como se fosse uma “encomenda”. A troca de negros escravos que sabiam cozinhar perfeitamente entre seus donos era bem comum. Apesar de uma profissão majoritariamente feminina, podiam se encontrar cozinheiros homens.

Nessa época os grandes senhores rurais, proprietários de grandes extensões de terras onde plantavam e cultivavam a base da economia brasileira: cana-de-açúcar, café, cacau, além de criação de gado e outras atividades agrícolas. Na maioria das vezes os engenhos e fazendas eram autossuficientes na alimentação dos proprietários e escravos, salvo algumas vezes em que dependiam de caixeiros-viajantes para comprar sal de cozinha, azeite, bacalhau, ou alguma outra iguaria nova na culinária.

Os ingredientes utilizados no preparo de diversas carnes forneciam sabor, produtos de natureza ácida e o açúcar apareciam em cerca de 40% das receitas, as especiarias – cravo, açafrão, gengibre e pimenta – surgem em cerca de 1/3 dos pratos.

A culinária era um misto de portuguesa, africana e indígena, e por vezes incorporava o feijão americano, arroz asiático, couve europeia, laranja-da-pérsia e temperos africanos. Mesmo depois do século XIX a cozinha brasileira não vai apresentar grandes alterações. Mesmo sem a escrava, as donas de casa exerciam o papel de preservar culturas na culinária, sendo necessário utilizar suas “prezadas domésticas”. Os fogões de lenha até hoje comuns nos centros rurais mais afastados foram substituídos pelos a gás ou elétricos, sendo assim a cozinha foi incorporada

mais para perto de outros locais da casa, não precisando ser tão isolada por causa do calor que o fogão a lenha faz.

### 3.2.1 Livros de culinária

O primeiro livro impresso de culinária portuguesa foi o *Arte de cozinha*, de 1680 e teve reedições e reimpressões até o começo do século XIX. Em segundo lugar havia o *receituário de Domingos Rodrigues*, que continua a ser reeditado em Portugal, e um desses volumes chega ao Brasil com a vinda da Família Real. O primeiro livro brasileiro de culinária que se recorda é o *Cozinheiro Imperial*, publicado em 1840. Além disso havia a notícia de um manuscrito português, o *Livro de cozinha da infanta d. Maria de Portugal*; esse livro pertenceu a dona Maris de Portugal, filha de dom Duarte, aonde continham 61 receitas divididas em 4 cadernos: os manjares de carne (26 receitas), manjares de ovos (4 receitas), manjares de leite (7 receitas) e o das coisas de conservas (24 receitas).

### 3.3 A influência negra

Já se sabe, como mencionado, que a gastronomia brasileira é fruto de várias influências, mas nenhuma delas é tão comentada quanto a do negro que, no primeiro momento, veio contra sua vontade, na forma de escravo, e que anos depois, sob a visão romântica, ou quem sabe, sob a visão genérica de principal responsável pela boa comida brasileira. Entretanto o que falta pensar é se realmente as influências da culinária brasileira se deram pela ação dos escravos e se seus insumos originais como o quiabo e o dendê vieram por escolha destes, (DÓRIA, 2014; CHIAVENATO, 1999).

O que realmente aconteceu com o negro no Brasil, faz pensar o quanto a gastronomia tem de estar associada à liberdade e enquanto alguns romancistas preconceituosos colocam claramente a negra na cozinha, como símbolo de inferioridade, acaba parecendo que este posto é dado por questão de “colocar o negro no seu lugar”. Vejamos a partir da análise de dois autores que estudaram assuntos distintos, porém diretamente relacionados ao negro, seja ele escravo e posteriormente livre, que o negro no Brasil foi muito além do que a cozinha.

Quando o negro escravo chegou ao Brasil, era visto como objeto, por este motivo, e por outros que serão citados, os escravos não puderam contribuir com a gastronomia brasileira, visto que “[...] do mesmo modo que a escravidão recalca ou suprime a pessoa, ela impossibilita o que chamaríamos hoje de criatividade culinária”, (DÓRIA, 2014, p. 69). Os escravos não tinham direitos básicos, não podiam escolher sua alimentação e segundo Dória (2014), se ele participava das cozinhas das casas-grandes era para satisfazer aos desejos de seus senhores e das sinhás que orientavam as cozinhas domésticas. O negro tem na literatura uma posição romântica como se pode perceber no seguinte trecho:

Quando a literatura frisa, por exemplo, a participação ativa de negras na elaboração da doçaria, esquece-se de acrescentar que o açúcar não é um componente das dietas africanas, de modo que, mais do que influência negra, o que temos, em tal circunstância, é a mão de obra escrava operando maquinalmente numa matriz culinário-cultural de origem europeia, (DÓRIA, 2014, p. 70).

O açúcar, antes de ser produzido no Brasil, não era o produto global como é hoje, é o que afirma Chiavenato (1999, p. 12) no seguinte trecho: “Antes de a produção brasileira ganhar fôlego, o açúcar consumido pelos europeus era tão caro e escasso que chegou a ser um complemento de luxo no dote de princesas. O produto foi introduzido na Europa pelos árabes e era fabricado na Sicília”.

O Brasil começou com o açúcar, se tornando um grande produtor mundial rapidamente, sendo que por volta de 1550, o Brasil já era o maior produtor de açúcar do mundo (CHIAVENATO, 1999), como nunca se tinha visto até aquela data, mas com a ineficiência de Portugal o açúcar brasileiro perdeu competitividade, a partir da metade do século XVII, tanto por causa dos ingleses quanto pelas manobras dos holandeses, Portugal assinou tratados que geralmente o prejudicava. Nesse período a escravidão não teria mais sentido, uma vez que não havia a necessidade de produzir tanto açúcar, não há necessidade de tamanha mão de obra escrava, porém descobriram o ouro e as pedras preciosas, no início do século XVIII, “febre do ouro”, que novamente deixaria Portugal em destaque no mundo. A quantidade de minerais preciosos retirados do Brasil nunca se tiveram notícia até muito tempo depois, mas como já foi dito, Portugal sem estratégia não fez do ouro o momento para se consolidar como economia forte, entretanto a necessidade de escravos voltou a ser alta e assim a escravidão tomou fôlego novamente, (CHIAVENATO, 1999).

Os escravos agora eram obrigados a buscar ouro em pedras preciosas para seus senhores. Nas minas eles furtavam bastante, entre pedras preciosas e ouro em pó, mas neste caso o furto era quase sempre para comprar alimentos e não para alforria, (CHIAVENATO, 1999). O mesmo autor completa dizendo que após o trabalho, os escravos eram revistados pelos feitores e fiscais, segundo ele, o melhor jeito de esconder pequenas pedras era introduzindo-as no ânus, mas quando os fiscais desconfiavam, os suspeitos recebiam clisteres de pimenta malagueta para expelir as pedras, ainda segundo ele, essa “lavagem”, dolorosa e humilhante, aplicada com uma brutalidade fácil de imaginar, não raro provocava graves danos aos negros.

Quando o ouro começou a perder sua importância, estava novamente Portugal fragilizado.

Portugal perdeu o mercado do açúcar por não se precaver contra manobras inglesas e por não se defender dos holandeses; só escapou de uma grave crise porque, ao fim da indústria açucareira, apareceu o ouro; e perdeu o ouro por causa da sua dependência em relação à Inglaterra e também (ou principalmente) por sua incapacidade de racionalizar as minas para torna-las lucrativas, (CHIAVENATO, 1999, p.18).

Ao final do século XVII surge um novo produto em destaque, o café, entretanto a forma de fundamental de trabalho continuava a mesma, pois o escravo continuava como peça fundamental do trabalho. O café foi o mais importante produto de exportação do século XIX e que dependeu menor número de escravos. (CHIAVENATO, 1999). O café não é um produto nativo brasileiro, mas sem dúvida é um produto tipicamente brasileiro, com o seguinte trecho, destaca-se a origem do café no Brasil:

O café foi introduzido no Brasil em 1727, quando Francisco de Melo Palheta – “desbravador” brasileiro que descobriu a foz do Rio Mamoré e chegou às missões jesuítas no Peru – o trouxe da Guiana Francesa. (CHIAVENATO, 1999, p.18).

Até este momento é possível perceber claramente a situação do negro no Brasil, e voltando o foco para a gastronomia, pode-se concluir ser impossível ao negro na condição de escravo levar sua contribuição à gastronomia, de fato as negras e negros de ganhos: negros escravos que cuidavam dos negócios de seus proprietários e quem entregavam o “ganho” no fim do dia. Eles tinham metas e faziam todo tipo de serviço, inclusive serviam à prostituição.

Quando escapavam da prostituição, as negras ganhadeiras eram enviadas às ruas para vender doces, comidas, etc. A origem das “bainhas” vendendo acarajé e outras iguarias está nessas escravas, que chegaram a ser importante renda das famílias urbanas no século XIX, (CHIAVENATO, 1999, p.50).

Essa nova maneira de escravizar o negro foi resultado da transferência da sede do vice-reinado da Bahia para o Rio de Janeiro, em 1763, para Dória (2014) isso significou o deslocamento de imensa burocracia do Estado colonial para o Rio, fazendo com que muitos funcionários ficassem sem função, isto os obrigou a encontrar nova serventia para a imensa escravaria. A descrição do importante cronista Luís dos Santos Vilhena (1744-1814) deixa bem clara a situação vivida naquele momento:

Não deixa de ser digno de reparo ver que das casas mais opulentas desta cidade, onde andam os contratos e negociações de maior porte, saem oito, dez e mais negros a vender pelas ruas da cidade, a pregão, as coisas mais insignificantes e vis, como sejam mocotós, isto é, mãos-de- vaca, carurus, vatapás, mingaus, pamonhas, canjicas, isto é, papas de milho, acaçás, acarajé, abarás, arroz de coco, feijão de coco, angus, pão de ló de arroz, o mesmo de milho, roletes de cana, queimados, isto é, rebuçados, a oito por um vintém, e doces de infinitas qualidades, ótimos, muito pelo seu asseio, para tomar por vomitórios; o que mais escandaliza é uma água suja feita com mel e outras misturas chamada aluá que faz por vezes de limonada para os negros, (VILHENA apud DÓRIA, 2014, p. 73).

“O Brasil não existiria sem os negros. Toda a economia brasileira baseou-se na escravidão. Sem esse dado não é possível entender o país”, (CHIAVENATO, 1999, p.7). Entretanto o principal prato típico brasileiro, a feijoada, é erroneamente atribuída aos negros na senzala. A feijoada não foi encontrada antes do século XIX como prato completo por Câmara Cascudo, ela se tornou ícone da cozinha brasileira no século XX, mesmo não sendo um prato cotidiano trata-se de um prato que possui caráter popular, sendo marginal nos hábitos alimentares das elites, (DÓRIA, 2014). Entender a posição cuja feijoada recebeu no cenário brasileiro é perceber que muitos estudiosos e cultos da época, último quartel do século XIX, defendiam e estabeleciam a miscigenação com o negro como uma “herança maldita” para alguns essa “herança” iria de diluir com o tempo, pensamento racista como este eram comuns na elite pensante da época como podemos perceber na citação, “Temos a África em nossas cozinha, como a América em nossas selvas, e a Europa em nossos salões”, (ROMERO apud DÓRIA, 2014, p. 48).

Desta forma a elevação da feijoada como um prato que ao mesmo tempo representa a comunhão à mesa, restrito à cozinha, celebrado num prato comido por todos indistintamente, através da cor preta do feijão, representou um alívio para a tensão cultural criada pela escravidão que dificultada a determinação de um lugar social para os ex-cativos, (DÓRIA, 2014).

Por fim, os negros começaram a perceber espaços de liberdade crescente e isso possibilitou que a culinária de gosto negro fosse se firmando também em outros espaços, além das ruas, como as confrarias religiosas que, mais tarde, com a abolição, viriam a se transformar nos terreiros de candomblé, sem esquecer do Calundu, que segundo Dória (2014, p. 74) “no século XVIII, um termo genérico para designar atividades religiosas de vários tipos, de origem africana, e distingui-las das católicas ou indígenas”. Assim a comida ritual do candomblé dos nagôs e jejes saiu da dieta sacrificial dos orixás e foi parar nas mesas seculares, nas ruas, nas festas profanas e nas praças, (DÓRIA, 2014). O gosto que se conhece hoje se deu pela síntese que o negro, então livre, realizado de maneira criativa, pois seu uso indiferenciado dos diversos amidos como trigo (europeu), mandioca e milho (indígena) o arroz (negros recém-chegados) além do inhame, cará, batata-doce o fez de “escravo culinariamente estéril” a negro livre uma vez dedicado ao comércio de comida de rua, sem esquecer também dos seus produtos nativos, como o quiabo e o dendê que foram trazidos pelos portugueses com possibilidades mercadológicas.

### **3.4 Gastronomia francesa no Brasil**

A gastronomia brasileira sendo reflexo de várias influências cada uma com sua proporção, também teve influência francesa, como afirma Dória (2014) quando descreve que houve um afrancesamento da culinária brasileira ao longo do século XIX e XX, se tornando também um pilar da gastronomia brasileira. Dória (2014) também cita que depois do período napoleônico o mundo começou a comer “à francesa”. No século XIX, Paris era a capital do mundo burguês em expansão, dessa forma toda a burguesia queria imitar seus valores e consumir as coisas vindas de lá, se o francesismo afetou Portugal, logo direta e indiretamente afetou o Brasil.

Quando a hotelaria se firmou no Brasil, foi à influência internacional que ela se filiou. Assim a burguesia buscava cada vez mais o gosto Francês ao mesmo tempo em que se afastava das tradições locais, isso então gerou um dualismo, já

que a massa não tinha acesso a essa cultura e continuava com sua comida cotidiana, tradicional e isso foi uma vantagem, pois pelo menos ali ainda pode-se preservar boa parte da cultura de raiz. Com o tempo e com a globalização essa diferença foi ficando menos aparente, tanto que hoje se podem aplicar técnicas francesas em prato de gosto brasileiro.

A cultura francesa então se instaura nas elites locais, o casamento de Pedro I com a princesa bávara, Amélia de Lauchtenberr, em 1829 marcou isso. Assim descreve Debret sobre esse período:

A moda, essa mágica francesa, em boa hora fez sua irrupção no Brasil. O império de d. Pedro tornou-se um dos seus mais brilhantes domínios; ela reina ali como déspota, seus caprichos são leis: nas cidades, toaletes, refeições, dança, música, espetáculos, tudo é calculado a partir do exemplo de Paris, e, nessa relação, assim como em algumas outras, certos departamentos da França estão ainda bem atrás da província do Brasil [...]. Esse é, em resumo, o povo que percorreu em três séculos todas as fases da civilização europeia e que, instruído por nossas loções, logo nos oferecerá rivais dignos de nós, (DEBRET apud DÓRIA, 2014, p.19-20).

O francesismo continuou por muitos anos, tanto que em 1860, com inauguração da Casa Carraux, que era um misto de livraria, tipografia, loja de vinhos e entre outros objetos franceses, foi possível levar as características francesas para outros locais no Brasil, como nas fazendas de café, (DÓRIA, 2014). Foi na metade do século XX que o país começou a perceber que poderia produzir aqui mesmo muito do que importava e reflexo disso percebeu que nem tudo que chegava tinha tamanha qualidade como aqui, assim ele começou a olhar para si. Ficando as influências francesas instauradas na cultura brasileira.

### **3.5 Contribuição dos imigrantes dos séculos XIX e XX**

Imigração pode ser entendida como a saída de pessoas do país de origem para outro país, podendo ser a sua instalação permanente ou temporária. O objetivo mais comum é de obter trabalho, moradia e melhores condições de vida. Também pode ser motivada por razões como perseguições ou discriminações de religião ou política. Nos séculos XIX e XX, esse foi o principal motivo dos movimentos migratórios que recorreram às Américas. Alguns países incentivam a imigração para

aumentar o tamanho ou a qualificação da sua população, um exemplo é o Canadá e a Austrália, que possui essa política desde o século XX.

No Brasil, a imigração teve início no ano de 1530, quando se iniciou um sistema relativamente organizado de ocupação e exploração da terra. A tendência acentuou-se a partir de 1534, quando o território foi dividido em capitanias hereditárias e se formaram núcleos sociais importantes em São Vicente e Pernambuco. Foi um movimento ao mesmo tempo colonizador e povoador, pois contribuiu para formar a população que se tornaria brasileira, sobretudo num processo de miscigenação que incorporou portugueses, negros e indígenas (GIRARD, 2009).

A partir de 1530, os portugueses vieram para o Brasil para dar início ao plantio de cana-de-açúcar. Mas foi em 1808 que a imigração se intensificou, com a chegada dos primeiros imigrantes não-portugueses, que vieram para cá durante a regência de D. João VI. Devido ao enorme tamanho do território brasileiro e ao desenvolvimento das plantações de café. A imigração teve uma grande importância para o desenvolvimento do país, no século XIX (GIRARD, 2009).

Foi a partir de 1808, às vésperas da independência, que se instalou um grande contingente de europeus no Brasil, que se acentuou com a fundação da colônia de Nova Friburgo, na província do Rio de Janeiro, em 1818, e a de São Leopoldo, no Rio Grande do Sul, em 1824. Eles foram incentivados pela abertura dos portos às nações amigas (KLEIN, 1999).

No processo de urbanização, a imigração contribuiu significativamente com a transformação de antigos núcleos em cidades (São Leopoldo, Novo Hamburgo, Caxias, Farroupilha, Itajaí, Brusque, Joinville, Santa Felicidade), além de sua constante presença em atividades urbanas de comércio ou de serviços, com a venda ambulante, nas ruas, como se deu em São Paulo e no Rio de Janeiro (LANNA, 1988).

Outras colônias fundadas em vários pontos do Brasil ao longo do século XIX se transformaram em importantes centros urbanos. Em todas elas, pode-se notar o papel importante desempenhado pelo imigrante na introdução de técnicas e atividades que se difundiram em torno das colônias. Ao imigrante devem-se ainda outras contribuições em diferentes setores da atividade brasileira. Uma das mais significativas ocorreu em São Paulo e no Rio de Janeiro, onde imigrantes

enriquecidos contribuíram com a aplicação de capitais nos setores produtivos (LANNA, 1988). A contribuição dos portugueses merece destaque especial, pois sua presença constante assegurou a continuidade de valores que foram básicos na formação da cultura brasileira (BACCI, 1998).

A culinária Brasileira sofreu e até hoje sofre várias influências da culinária internacional. Porém, a alimentação do brasileiro começou a mudar principalmente no início do século XIX, com a influência dos primeiros imigrantes não-portugueses que chegaram ao Brasil. Hoje podemos saborear a culinária de várias regiões do mundo. A cozinha brasileira é uma grande mistura de tradições, métodos e ingredientes que foram trazidos pela população indígena e pelos imigrantes. Cada região do país tem sua particularidade gastronômica. Além disso, o próprio descobrimento do Brasil remete à culinária, já que as caravelas portuguesas desembarcaram aqui em 1500, na época em que o comércio ultramarino de especiarias era a principal atividade econômica de países como Portugal e Espanha, (PORTAL BRASIL, 2014).

No Brasil, há uma imensa complexidade na riqueza da culinária nacional. Por isso é muito difícil estabelecer um prato típico brasileiro, entretanto, a preferência nacional talvez seja o famoso arroz com feijão, variando seu modo de preparo de região para região.

A culinária da região Norte, a cozinha regional sofreu influência forte de imigrantes portugueses, apesar de suas raízes amazônicas. Os ingredientes mais utilizados nessa região que sofreram influências dos imigrantes são: a mandioca, o cupuaçu, o açaí, o urucum (açafrão brasileiro), o guaraná, o pirarucu, o tucunaré e a castanha do Pará, (DRUMOND, 2013).

Na região Nordeste, desde o litoral de Pernambuco até o da Bahia, o ciclo da cana contribuiu para que a presença africana se tornasse mais forte. No Maranhão, a influência portuguesa é ainda mais forte que nos demais estados da região, e o consumo de temperos picantes, muito comum no litoral, é menor. No sertão nordestino, o próprio clima favorece o consumo de carnes, sobretudo a carne-de-sol e os pratos feitos com raízes (RADEL, 2011).

No Centro-Oeste, a culinária é altamente influenciada pela pecuária, que é uma de suas principais atividades econômicas. É onde tem-se a maior preferência por carnes bovina, caprina e suína. Essa região sofreu forte contribuição culinária

africana e portuguesa, e a forte presença indígena liderou a preferência regional por raízes. Ao norte do estado, a proximidade com o Pará refletiu diretamente no preparo de alguns pratos, principalmente os que são feitos com carne-de-sol e pequi. A culinária da região Sudeste era essencialmente influenciada pelas origens portuguesas, indígenas e africanas, e isso fez com que alimentos como raízes, carnes, grãos e vegetais fossem transportados por todo o território do Sudeste (ARAÚJO, 2005).

Na região Sul, o prato principal é o churrasco, que sofreu forte influência indígena, resultado de um fato histórico. Para catequizar os índios da região na época da colonização, os padres jesuítas introduziram a criação de gado e deixaram o rebanho sob a responsabilidade dos nativos. Com a chegada dos tropeiros paulistas e mineiros, que escravizaram os índios, o gado permaneceu solto pelos campos e se espalhou pelo sul do território, pois não havia predadores. Daí a abundância de pastos e a tradição do churrasco gaúcho (PORTAL BRASIL, 2014).

A história da cultura e da gastronomia brasileira está totalmente baseada no fato de que o Brasil recebeu importantes influências, sendo possível aperfeiçoar processos e métodos existentes. O processo imigratório foi de extrema importância para a formação da cultura brasileira. A colonização portuguesa adaptou-se ao Brasil e então, misturou-se aos índios e aos africanos e ao longo dos anos, foram sendo incorporadas características dos “quatro cantos do mundo”. Entre as diversas contribuições, pode-se citar o idioma português; a diversidade na culinária, tanto de ingredientes como de técnicas; as atividades agrícolas passadas pelos índios, como o cultivo na mandioca; a diversidade de ritmos musicais, entre outras. Devido a tais influências, o Brasil é um país de múltiplas cores e sabores, com uma rica diversidade em sua cultura de inestimável valor histórico.

## 4 REPRESENTANDO O BRASIL NO TRABALHO FINAL PRÁTICO

O desafio para a criação de pratos contemporâneos que representem não só os pilares da gastronomia brasileira como também a cozinha desse país como um todo é justamente conseguir harmonizar a inovação dos pratos com a história, cultura e tradição. Considerando, então que essa harmonia deveria ser o norte do trabalho, foram desenvolvidos 3 pratos, ousados e contemporâneos que representam o país e quem sabe o futuro da gastronomia brasileira. Após diversos testes, reuniões e discussões, todos os integrantes da equipe ficaram satisfeitos com os resultados e sinceramente felizes com os pratos desenvolvidos.

**Figura 1:** Entrada



### 4.1 Entrada

A entrada é o prato que abre os serviços desse trabalho final prático e deve transmitir ao comensal a complexidade da cultura gastronômica brasileira, com suas cores, texturas, aromas, sabores e principalmente, história. Por isso, para compor a entrada, foram escolhidos preparos e ingredientes que representassem parte da história nacional, criando então um novo prato contemporâneo.

Esse primeiro prato é composto por um purê de cebola roxa e beterraba, coxas de rã fritas em azeite português, tapioca crocante de maracujá e caviar de quiabo. Mas antes de elencar as técnicas utilizadas para produzi-lo, é muito importante a explicação do motivo pelo qual foram escolhidos cada ingrediente.

#### 4.1.1 Purê de cebola roxa

A cebola é uma das mais antigas espécies hortícolas produzidas no mundo. Tem-se relatos do seu uso há 4 mil anos no Antigo Egito (RODRIGUES, et al., 2010). Acredita-se que o centro de origem dessa planta seja a Ásia Central, particularmente o noroeste da Índia, o Afeganistão e as ex-Repúblicas Soviéticas de Tadjiquistão e Uzbequistão, (KIILL; RESENDE; SOUZA, 2007).

Essa hortaliça chegou ao Brasil por meio dos colonos e navegadores portugueses, que traziam do reino e das ilhas não só cana-de-açúcar como diversas fruteiras e hortaliças. Os padres da Companhia de Jesus, que chegaram ao Brasil a partir de 1549, foram grandes responsáveis pela disseminação do cultivo de culturas olerícolas como a cebola e a beterraba, por mais de 200 anos que estiveram presentes em território brasileiro. Para a cebola existe uma influência portuguesa bem específica, dos colonos (ilhéus) do arquipélago de Açores, (MADEIRA; REIFSCHNEIDER; GIORDANO, 2008).

Durante o reinado de D. João V, por decisão regulamentada pelo Conselho Ultramarino, os colonos açorianos instalaram-se, principalmente, nas regiões de Santa Catarina e Rio Grande do Sul, com objetivo de povoar e inibir a expansão espanhola advinda do Prata. Entre os anos de 1748 e 1753, a capitania de Santa Catarina recebeu 7817 açorianos, duplicando a população daquela região. O Rio Grande do Sul recebeu tantos mais que se fixaram ao longo do litoral. Esse povo introduziu seus costumes e hábitos, inclusive alimentares e trouxeram consigo diversas hortaliças, principalmente a cebola e a cenoura. Devido à dificuldade de adaptação da cebola ao clima brasileiro, os açorianos tiveram que realizar um processo de melhoramento empírico o que possibilitou a produção e o aumento do consumo dessa cultura olerícola no Brasil (MADEIRA; REIFSCHNEIDER; GIORDANO, 2008). Dessa forma, é fácil perceber a grande influência e importância dos portugueses para o consumo de cebola por praticamente todas as famílias brasileiras da atualidade.

A história do ingrediente principal do purê de cebola está esclarecida e agora é possível criar um prato bem elaborado a partir dele, pois segundo Paulinho Martins, em palestra ministrada na 3ª Semana da Gastronomia do UniCEUB, só conhecendo a história de um determinado ingrediente e povo é que se pode criar preparos a partir desse insumo.

A cebola é comumente utilizada como tempero em diversos pratos no Brasil e no mundo. Poucos preparos têm nesse insumo o principal elemento. Para a criação de um prato inovador o grupo decidiu elaborar um preparo que utilizasse a cebola roxa como principal fonte de sabor e cor. Surgiu então a ideia de fazer um purê de coloração arroxeadada e com sabor e odor característicos de cebola.

O resultado esperado com purê era uma consistência pastosa, homogênea e de coloração arroxeadada intensa. Foram feitos diversos testes para desenvolver uma receita que atingisse todas as características desejadas.

A primeira técnica testada foi de fazer o purê de forma semelhante à que se faz com produtos amiláceos, dourando a cebola cortada em 4 partes até que ela estivesse tenra e com sabor característico de cebola cozida, posteriormente processando-a e misturando com manteiga e creme de leite. Essa técnica conseguiu alcançar duas características desejadas, o sabor e a textura, porém a coloração não ficou arroxeadada como deveria.

A fim de desenvolver a coloração desejada foi testada uma nova técnica na qual era adicionado vinho tinto seco na cocção da cebola e não era mais agregado o creme de leite. Essa técnica, por sua vez, atingiu uma coloração muito bonita, mas o sabor e a textura foram inferiores ao purê desenvolvido no primeiro teste.

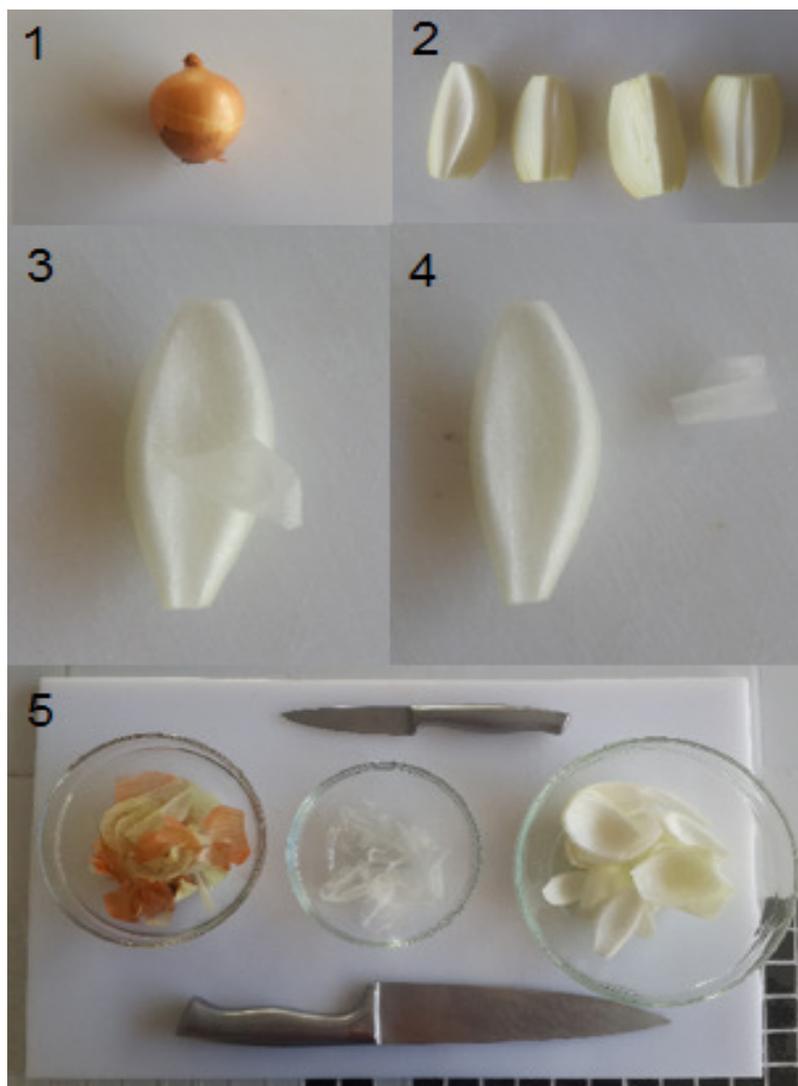
Para sanar todos esses equívocos, foi desenvolvida uma técnica, com o auxílio de informações passadas pelo chef Agenor Maia à um dos integrantes da equipe, na qual a cebola é cortada em quatro partes, são retiradas as suas extremidades, suas túnicas são separadas uma por uma, a gema interna é descartada e as películas que recobrem a parte interna de cada túnica é retirada. Posteriormente, essas túnicas são regadas com azeite e vão ao forno combinado na função combinado à 150 graus por 45 minutos. Depois que saírem do forno, as túnicas de cebola são processadas com um *mixer* de mão até obterem uma consistência pastosa e então são reservadas. Para auxiliar na textura e coloração foi decidido que mais um ingrediente deveria compor o purê, foi selecionado então a

beterraba e a cenoura, devido a cor arroxeadada e alaranjada, respectivamente. Tais vegetais são assados, também na função combinada do forno à 150°C por uma hora, então são processadas. O último passo é homogeneizar a pasta de cebola roxa com o purê de beterraba, originando assim um purê de cebola, beterraba e cenoura com todas as características desejadas. Esse preparo é o elemento de base da entrada desse Trabalho Final Prático.

1) Cebola inteira; 2) Cortar a cebola em 4 pedaços; 3) Destacar a película da túnica; 4) Retirar completamente a película; 5) Descartar a casca e as películas e utilizar as túnicas da cebola.

#### 4.1.2 Coxas de rã seladas no azeite português e flambadas com cachaça

**Figura 2** Pré-preparo da cebola para o purê.



A rã é um anfíbio da ordem *Anura*, da família *Ranidae* e como todo anfíbio a rã é ectotérmica, ou seja, a temperatura do seu sangue varia com a temperatura do ambiente. Com exceção da Antártida, todos os continentes possuem espécies endêmicas de rãs. No Brasil em particular foram catalogadas até o ano de 2008, cerca de 770 espécies da ordem das rãs, (HADDAD, 2008).

Como relata Pero Vaz de Caminha em sua carta os índios brasileiros não lavravam nem criavam, não existia boi, nem vaca, nem ovelha, nem galinha, nem qualquer outra animália. O que comiam então tais índios? Comiam principalmente o que Caminha denomina erroneamente de inhame e que era na verdade a mandioca, fora isso comiam diversas frutas, pescados e caças. Os tupiniquins que Caminha relata em sua carta faziam parte do grupo indígena que abitava o litoral brasileiro e por isso se alimentavam quase sempre de peixes e frutos do mar, porém as caças também estavam presentes na sua alimentação, (CASCUDO, 1983).

Os índios que habitavam o interior do Brasil e que tiveram contatos com portugueses tardiamente quando comparado com índios litorâneos, tinham como fonte de proteína principalmente as caças. Quando caçavam os índios tinham preferência por mamíferos que garantissem um almoço digno. A queixada ou porco-do-mato (*Pecari tajacu*) e o caititu (*Tayassu pecari*) eram os alimentos mais visados pelos índios caçadores, seguidos da paca (*Cuniculus paca*), da imponente anta (*Tapirus americanus* Briss) e dos macacos em geral (CASCUDO, 1983).

Porém pequenas caças também eram apreciadas pelos indígenas, muitos relatos existem sobre a caça e o consumo de pequenos roedores como a cutia (*Dasyprocta*), (CASCUDO, 1983). Além dos pequenos roedores os quelônios, ou seja, a tartaruga e seus parentes, e alguns anfíbios também eram consumidos. No grupo dos anfíbios, a rã era o alimento consumido pelos indígenas (LIMA apud CARRARO, 2008). Não se tem relatos de qual espécie era a utilizada pelos índios para consumo, porém devido ao porte pequeno à médio da maioria das rãs nativas do Brasil, não existem muitas rãs brasileiras que compensem a sua caça para alimentação. As espécies endêmicas do Brasil que são utilizadas atualmente são a Rã-paulistinha (*Leptodactylus macrosternum*), Rã-manteiga (*Leptodactylus latrans*) e a Rã-pimenta (*Leptodactylus labyrinthicus*) e eram provavelmente essas, e possivelmente outras

do gênero *Leptodactylus*, consumidas pelos indígenas. (CARRARO, 2008).

Como é possível perceber, a rã está presente no *menu* dos indígenas e

**Figura 3** Rã-pimenta (1), Rã-manteiga (2) e Rã-paulistinha (3)

Fonte: Native Produtos da Natureza



podem ser consideradas como herança alimentar desse povo para os atuais membros da sociedade brasileira. Ao contrário do que se imagina o consumo de rã no Brasil não é moda atual ou fruto da globalização. Nunca se deixou de comer rãs no Brasil, no Nordeste, por exemplo, é historicamente comum o consumo de jias, que são exatamente as rãs do gênero *Leptodactylus*, essas citas e ilustradas acima (figura 3). Dismitifica-se o pensamento de que consumo de rãs é proveniente da atual onda *gourmet* e remete-se aos índios a influência do consumo dessa carne pelos brasileiros de hoje em dia.

No mercado de Brasília as rãs brasileiras ou jias não são encontradas, por isso no trabalho final prático será utilizada a rã-touro (*Lithobates catesbeianus*), pois existem criatórios desse animal no entorno da capital federal e é facilmente encontrada para comercialização.

É justificável, deste modo, a utilização desse insumo para a criação de um novo prato com ingredientes da tríade que influenciou a gastronomia brasileira moderna, sendo a rã um ingrediente claramente indígena.

O segundo elemento desse prato é o azeite de oliva português. A produção de azeite de oliva em Portugal data de 506 d.C. quando foi registrado no Código Visigótico a punição para quem arrancasse uma oliveira alheia. Porém, somente

após a conquista da península ibérica pelos árabes, o cultivo de oliveiras e a produção de azeite foi intensificada. Inclusive o nome azeite é originado da expressão árabe *az-zait*, que significa sumo da azeitona. Após a reconquista do território pelos lusitanos, a produção do azeite foi unificada e reforçada em todo território nacional, chegando ao ponto de até ser utilizado como combustível para iluminação. Esse produto nunca deixou de ser produzido e consumido em Portugal. (CASCUDO, 1983).

Luís da Câmara Cascudo (1983) relata que o português trouxe com ele um dos elementos indispensáveis a sua alimentação, o azeite doce de oliva. Ainda segundo o autor, o azeite de oliva “acompanhou o português como uma ordenança fiel, habituando o Brasil ao seu sabor” (p.9). Em Portugal nessa época e também agora, o azeite é fundamental, comido com pão e usado como tempero em quase todos os alimentos.

Outro fato, muito importante é que os portugueses, por meio do azeite de oliva, além de trazer o gosto por esse ingrediente aos nativos brasileiros, também iniciaram no Brasil uma técnica culinária que perdura até os tempos atuais, a fritura. Posteriormente, devido à baixa disponibilidade e alto custo do azeite, as frituras passaram a ser feitas com azeite de dendê, manteiga e banhas, (CASCUDO, 1983). A técnica de fritura deu origem as diversas outras técnicas como frigar, saltear e selar.

É fácil entender o motivo pelo qual a técnica de selar em azeite foi escolhida pela equipe para preparar a carne de rã, é pela junção histórica da influência portuguesa e indígena na gastronomia atual do Brasil, tanto em técnica como em insumos.

A técnica de selar uma carne consiste em colocar em contato a superfície da proteína com a superfície da panela, frigideira ou chapa, com pouca quantidade de gordura e em alta temperatura. Quando esse contato acontece, desencadeia a reação de Maillard, essa reação é de escurecimento não-enzimático que pode ocorrer nos alimentos. Nessa reação os aminoácidos e açúcares passam por uma cadeia complexa de reações químicas até originar, entre outras substâncias, as chamadas melanoidinas, responsáveis pelo escurecimento do alimento. Outra consequência dessa reação é a impermeabilização da superfície do alimento

(SHIBAO; BASTOS, 2011). Ambas características mencionadas são desejadas no preparo da coxa de rã.

Duas disciplinas do presente curso dão base para utilizar a técnica de selamento, são elas Cozinha Básica, ministrada pelo professor Henrique Salsano e Cozinha Avançada, ministrada pelo professor Luiz Trigo. Tais professores ensinaram que existem duas formas de selar uma carne em frigideira, a primeira é aquecer a gordura na frigideira e posteriormente colocar o alimento em contato com a gordura quente, a segunda é feita aquecendo a frigideira e adicionar a gordura diretamente na carne e quando a frigideira estiver na temperatura correta adicionar a carne com a gordura voltada para a frigideira, se necessário verte-se mais um pouco de gordura sobre a carne. A principal diferença entre as duas técnicas é que na segunda é utilizado menos gordura e esta não espirra para fora da panela na hora que a carne é colocada na frigideira.

A equipe decidiu utilizar a técnica de selar porque a carne de rã é muito macia, branca e de sabor sutil. Essa técnica irá valorizar a maciez e a coloração dessa carne e possibilitar a *deglaçagem* e *flambagem*, agregando sabor ao preparo.

Antes de serem seladas, as coxas de rã serão limpas e marinadas em vinho branco, cebola branca, folhas coentro fresco, tomilho fresco e pimenta de cheiro para apresentar sabor ainda melhor. Segundo Kövesi, et al (2007), a marinada é composta basicamente de óleos, ácidos (vinhos, sucos cítricos, vinagre) e aromatizantes (ervas, especiarias e outros vegetais). Tem como função acrescentar sabor a carnes, peixes e vegetais. O sal não deve ser acrescentado na marinada, pois pode desidratar o produto. A equipe optou por não utilizar nenhum tipo de óleo para realizar a marinada da rã.

Após saltear as rãs, a panela será deglaçada com cachaça e então flambada. Deglaçar significa adicionar líquido à um preparo seco com a finalidade de dissolver as raspas grudadas na panela ou frigideira. Para evitar que o gosto excessivo de álcool da cachaça permaneça na carne de rã, será utilizada a técnica de flambar. Essa técnica consiste em deixar que chamas do fogo entrem em contato com o líquido alcoólico e que esse seja inflamado, com a finalidade principal de eliminar o excesso de álcool existente, quando esse álcool estiver em baixa concentração ou inexistente as chamas cessão automaticamente (KÖVESI, et al., 2007).

#### 4.1.3 Beiju-quirá crocante de maracujá

Como já foi dito anteriormente, o primeiro relato sobre a alimentação dos índios brasileiros foi realizado por meio da carta de Pero Vaz de Caminha em 1500. Nessa carta é feita referência clara ao inhame que existia em abundância na região recém descoberta, e que era a base para a alimentação do povo nativo. Provavelmente nenhum português daquela expedição provou o tal inhame, pois se o tivesse feito saberia que não era nenhum inhame (*Colocasia esculenta*) e sim a mandioca (*Manihot utilissima* Pohl) e da macaxeira (*Manihot dulcis* Pax), (CASCUDO, 1983).

Eis então a explicação para não haver nenhuma menção à mandioca no primeiro relato de nossas terras. Segundo Cascudo (1983), quando a posse da terra começou a ser feita pelos portugueses iniciou também os elogios e relatos laudatórios por diversos, senão todos os cronistas da época. Afirmavam todos que aquela raiz era o alimento regular, obrigatório e indispensável aos nativos e aos europeus recém-chegados. Nome comum dado à mandioca pelos cronistas era “pão da terra”.

O superlativo da utilidade compõem o seu nome, *Manihot utilissima*, pois dela se faz grande diversidade de produtos como farinha, mingaus, beijus, caldos e bolos, além de ser consumida apenas cozida. Mas os produtos mais importantes aos índios da época eram a farinha e os beijus, a farinha era o produto essencial e principal, que acompanhava todas as coisas comíveis, desde carnes a frutas. Já os beijus foram as primeiras provisões de jornada, guerra, caça e pesca, devido a sua alta durabilidade e sustância. Com beijus também eram feitas bebidas, como o caxiri, (CASCUDO, 1983).

A diversidade de beijus que eram produzidos na época e continuam a serem produzidos hoje é de impressionar. Beiju-açu, o maior de todos e do qual se faz o caxiri; beiju-caua, achatada e largo; beiju-cica, seco ao sol; beiju-curandá: com castanhas-do-Brasil piladas; Beiju-membeca, mole e geralmente com leite de castanhas; beiju-peteca, grosso, batido e de grumo áspero; beiju-ticanga, levemente amargo, e o beiju-quirá, com pedaços ou sumos de frutas, (CASCUDO, 1983).

De tais beijus surgiu inspiração para mais um componente da entrada. A equipe procurava por um elemento crocante para completar o jogo de texturas que

comporiam tal prato e então foi decidido o uso de um beiju-quirá composto por goma de mandioca e sumo de maracujá.

O maracujá (*Passiflora sp*) é uma fruta endêmica do Brasil e de grande orgulho e utilização para o seu povo. Os índios à utilizavam, antes da vinda do açúcar, para compor diversos preparos, como por exemplo o beiju e pirões. Atualmente o seu suco é um dos elementos mais apreciados da sua composição. É um ingrediente que representa bem a utilização da natureza pelos primeiros habitantes brasileiros e merece lugar de destaque na gastronomia nacional. Esse é o motivo pelo qual essa fruta foi escolhida pela equipe para compor a entrada.

A técnica utilizada nesse prato é a de hidratar o polvilho doce com o sumo do maracujá acrescido de um pouco de açúcar para diminuir a percepção do sabor ácido, posteriormente à massa formada é acrescida de sal e então é peneirada para formar uma farinha bem fina. A cocção é feita em frigideira aquecida à fogo baixo sem adição de qualquer gordura; coloca-se o polvilho hidratado na frigideira e espalha-se para formar um disco arredondado bem fino, após o beiju estar unido ele é vira para terminar a cocção. Quando sai da panela, beiju é cortado em forma retangular e moldado na forma desejada e é levado ao forno na função seca à 150°C por 10 minutos para secar e obter crocância.

A dificuldade dessa técnica é o ponto de hidratação do polvilho e a temperatura de cocção do beiju. O ponto certo de hidratação do polvilho é quando esse estiver grudando nas mãos, se não tiver nesse ponto não é formada a liga que mantém o beiju unido. Quanto a temperatura da frigideira, essa não pode estar muito elevado, pois queimará o polvilho antes de formar o beiju.

#### 4.1.4 Caviar vegetal de quiabo

O quiabo é o fruto do quiabeiro (*Abelmoschus esculentus*), que é originário do continente africano, mais especificamente do país Etiópia. Antes da chegada dos europeus a África, o quiabo já havia se disseminado em boa parte desse continente. Existem relatos do plantio nas várzeas do rio Nilo pelos egípcios em 1200 a.C. (GUTIERREZ, 2013). Porém foi após a chegada dos europeus ao continente africano e a implantação do comércio ultramarino que o quiabo foi disseminado por todo o globo.

Essa cultura chegou aqui em decorrência do tráfico de escravos promovido pelos portugueses e serviam, assim como os inhames, para a alimentação dos escravos nos navios. Provavelmente, deve ter começado a ser cultivado em terras nacionais logo no começo da colonização. No Brasil, os jesuítas foram os principais responsáveis pela disseminação da grande maioria das culturas hortícolas (MADEIRA; REIFSCHNEIDER; GIORDANO, 2008). Com o quiabo, provavelmente não foi diferente.

Pode-se dizer que o quiabo é uma das culturas mais cosmopolitas da história. Devido ao comércio ultramarino e ao tráfico negreiro, essa cultura foi levada para os diversos cantos do mundo. A muito tempo é plantada em diversos países de continentes diferentes a ponto de se tornar parte da cultura e tradição desses países. Fato relatado pelo chef Alex Atala (2013) é que após preparar um dos seus pratos que contém quiabo, um chef japonês o perguntou de onde ele conhecia aquele “ingrediente japonês”.

No Brasil, o quiabo tem a fama de ser amado ou odiado. Existe um componente específico que faz com que parte da população brasileira tenha rejeição por esse ingrediente, a “baba”. O que é chamado de “baba” na verdade é um polímero aniônico natural, (LIMA, 2007).

Grande parte das técnicas de cozinha para o preparo do quiabo visam a eliminação do polímero do quiabo. A chef Roberta Sudbrack foi contrária a essa tendência e resolveu utilizá-la a seu favor, decidiu então fazer um caviar vegetal com as sementes do quiabo. Para isso seria necessário fazer com que o polímero migrasse para dentro das sementes. O resultado é a semente cheia de polímero e que estoura ao ser mastigada, exatamente como um caviar animal.

O problema no desenvolvimento dessa técnica da chef Sudbrack é que ela não tornou pública técnica, apenas o seu resultado. Restou a equipe o desenvolvimento de uma técnica que alcançasse os mesmos resultados obtidos por Sudbrack.

Então, para o preparo do caviar vegetal de quiabo, ele é lavado em água corrente, é cozido em água com sal em fogo baixo por 30 minutos, deixa-se a água esfriar naturalmente, retira-se a água, abre-se o quiabo em sentido longitudinal e retira-se com delicadeza as suas sementes. Nesse momento as sementes já estão turgidas e prontas para serem utilizadas.

**Figura 4:** Prato Principal



#### **4.2 Prato Principal**

O prato principal é o momento mais aguardado pelo comensal, pois contém a porção mais importante da refeição. Basicamente, ele serve para saciar a fome e o apetite. Também conhecida como conduto, é servido após a entrada e costuma ser quente e mais abundante que a entrada.

Para a escolha de um prato principal que representasse o Brasil, fez-se necessário refletir em que a culinária brasileira é formada por influências negra, indígena e portuguesa. Através de diferentes matérias-primas, temperos, misturas de cores, sabores, odores, transformam um simples prato em uma verdadeira atração. Dos índios, aproveita-se a farinha de mandioca, as comidas feitas com milho, os alimentos assados em folhas de bananeira, e a paçoca (carne seca misturada em pilão, com a farinha de mandioca). Além disso, foi herdado dos indígenas o uso de utensílios de cerâmica, a mistura com a mão, e a dosagem do sal e dos temperos. Dos portugueses, herdou-se o requinte e sofisticação dos pratos

elaborados com ingredientes brasileiros, como o coco e a canela em pó misturada com açúcar. Da cultura negra, usa-se em grande quantidade o azeite de dendê, a pimenta malagueta. Os pratos trazidos do continente africano foram recriados e readaptados pelos brasileiros, passando a fazer parte da culinária brasileira.

O prato principal escolhido foi linguiça de javali e bananinha, acompanhada de *petit gateau* de batata doce e queijo canastra. A escolha da linguiça de javali e bananinha foi inspirada na linguiça pantaneira. A bananinha está localizada na parte intercostal do boi, obtida da separação da lateral da costela dos ossos (CHAVES, 2008). O primeiro teste da linguiça para o prato principal foi feito com a carne de javali e a bananinha picadas e marinadas no vinho branco. Acrescentou-se tomilho, alecrim, raspas de limão siciliano, sal e pimenta do reino e deixou-se marinar por 2 horas. O tipo de cocção utilizado foi assado, esse método de cocção é o processo de expor o alimento ao ar aquecido num forno com temperatura controlada pelo tempo necessário para atingir ponto de cocção desejado. Pode ser coberto, que confere ao alimento mais umidade e menos cor, ou descoberto, para obter um resultado dourado, porém seco, (MEJIDO, 2012).

No segundo teste a equipe resolveu moer as carnes, de modo que a linguiça ficasse mais apresentável, além de haver uma considerável melhora na textura da linguiça. Cada ingrediente desse prato tem suas peculiaridades, que serão explicadas a seguir.

#### 4.2.1 Linguiça de javali

A escolha da linguiça de javali como prato principal foi inspirada na linguiça pantaneira, que surgiu no início do século passado, sendo usadas apenas carnes de primeira qualidade, picadas. Teve origem no sul do Mato Grosso. Deve-se escolher as carnes mais gordas, pois sua gordura será utilizada na confecção da linguiça. dando dar preferência ao coxão mole, miolo de paleta, alcatra, lombo, filé mignon, fralda e devem ser cortadas cerca de 2,5 cm. Como temperos usa-se sal e alho obrigatoriamente a gosto, pimenta vermelha, cumari a gosto mesmo que não se queira um resultado muito apimentado, ela deve ser sempre bem utilizada para realçar o sabor. As carnes e os temperos deverão ser misturados numa bacia esmaltada ou de cerâmica. Nunca usar suco de limão, em seu lugar usar suco de laranja azeda, a que é usada para doces, de uma maneira parcimoniosa, para isso

observa-se se não está se acumulando suco demais no fundo da bacia, (SILVA, 2007).

As tripas devem ser compradas limpas e secas nos mercados ou em casas especializadas, deve ficar de molho em água fria para que fiquem moles para que possam ser recheadas com a ajuda de um funil. A parte gordurosa da tripa deve ficar voltada para fora. Depois de enchê-las, não fure as linguiças para guardá-las. Isso provocará perda do suco da carne. O cozimento pode ser feito na grelha, no espeto, ou na churrasqueira. Para fritá-las, deite 1 dedo e meio de água numa frigideira e leve ao fogo com a linguiça até a água ficar reduzida à metade. Nesse ponto, vire a linguiça do outro lado, tomando cuidado para não a espetar, deixe secar toda a água e frite até o ponto desejado, (SILVA, 2007).

A linguiça de javali foi escolhida pelo fato que a carne desse animal, lembra a parte magra do porco, com textura mais consistente e encolhe menos ao ser cozida. Além de ser encontrada no Brasil com mais facilidade. O javali foi introduzido no Brasil pelos europeus há muitos anos e com o tempo, tornou-se uma espécie selvagem e fora do controle, passando a fazer populações cada vez maiores na natureza. Por essa razão, é uma espécie que precisa ser controlada. O javali tornou-se um problema para agricultores e tem trazido prejuízos econômicos a lavouras. É espécie exótica invasora em diversos países e um dos maiores causadores de danos às florestas tropicais do Havaí, onde inclusive é grande auxílio à dispersão do arará brasileiro, que inviabiliza a regeneração natural da floresta. Espécies exóticas comumente se ajudam entre si e ganham espaço sobre espécies nativas. (ZILLER, 2011).

#### 4.2.1.1 *Vinho*

O vinho é uma bebida alcoólica obtida da fermentação da uva, também muito utilizado em preparações doces e salgadas. Pode ser branco, tinto, seco ou doce. Os vinhos branco e tinto são usados para temperar pratos salgados, como foi utilizado nessa receita.

A técnica de deixar alimentos marinando em líquidos existe desde a Era Medieval, por conta da falta de refrigeração, era utilizada para esconder o sabor das carnes guardadas, além de amaciar os cortes provenientes de animais de caça (CERCHIARI, 2013). Hoje, a marinada ajuda a textura da carne e agrega

profundidade ao sabor. O vinho é o líquido mais utilizado para isto, porém, é essencial que seja de boa qualidade e procedência, deve-se evitar o vinho doce, pois irá penetrar no alimento e pode mascarar o sabor.

#### 4.2.1.2 *Limão Siciliano*

O limão chegou ao Brasil trazido pelos portugueses e espanhóis no século XVI. Atualmente, o Brasil é o segundo maior produtor dessa fruta, que é facilmente encontrada. Ele possui diversas variedades, mas com aspectos semelhantes, o que diferencia é a cor, o tamanho, a forma e a textura da casca. Entre eles está o siciliano, que foi utilizado nesse prato, (LAUER, 2002).

#### 4.2.1.3 *Tomilho*

A mais antiga referência ao tomilho vem da Suméria, onde desde o terceiro milênio a.C. o tomilho seco e reduzido ao pó, misturado com peras, figos e água, e com esta pasta faziam-se cataplasmas. No antigo Egito, o tomilho era utilizado como medicamento e também no embalsamamento das múmias. Hoje sabe-se que o tomilho é uma planta medicinal, com propriedades antissépticas, tônicas, antiespasmódicas, expectorantes e vermífugas (TUA SAÚDE, 2014). É uma planta que possui um sabor muito agradável e por isso muito utilizada na culinária, principalmente em carnes e molhos. Pode ser usada seca ou fresca.

#### 4.2.1.4 *Alecrim*

A história do alecrim vem desde a época medieval, onde era muito utilizado na medicina por conta dos benefícios que essa planta apresenta à saúde. Atualmente, é muito utilizado na culinária europeia, principalmente na cozinha italiana e francesa. Essa erva tem sabor bastante pronunciado, funciona bem com carnes e frangos assados e em marinadas de carne de caça. Podem ser tostadas junto com frutas secas. Possui as folhas um pouco duras e em alguns casos convém retirá-las do preparo antes do consumo, (KÖVESI, et al, 2007).

#### 4.2.1.5 *Coentro*

O coentro é uma erva muito utilizada na culinária mexicana. No Brasil, além de ser usado na cozinha ele também tem poderes medicinais em formato de chá, pois pode aliviar dores de estômago, e em compressas alivia inflamações e dores nas juntas. Também é considerado afrodisíaco. É facilmente encontrado nas regiões Norte e Nordeste do país, onde usa-se muito para realçar o sabor do feijão e sopas (SOUZA, 2012).

#### 4.2.2 *Petit gateau* de batata doce e queijo canastra

*Petit gateau* significa bolo pequeno em francês e é conhecido popularmente como uma sobremesa, o que é um equívoco. Ele pode ser salgado e nesse caso, foi usado como acompanhamento da linguíça.

No primeiro teste foi feito um *petit gateau* com batata doce, queijo canastra, *cream cheese*, leite e creme de leite fresco. Foi usado farinha de trigo para dar estrutura. O gosto ficou bom, porém não atingiu a textura desejada. No segundo teste foi feito o mesmo *petit gateau* com os mesmos ingredientes, sendo que foi trocada a farinha de trigo por gelatina, para chegar a estrutura desejada, mas ainda assim, não deu certo. O terceiro teste foi realizado na casa de um dos integrantes da equipe. Primeiramente foi necessário assar 2 batatas e depois de frias, amassá-las com 2 ovos caipiras misturados com 50 ml de creme de leite fresco. Após isso, temperou-se com sal e pimenta do reino a gosto e misturou tudo até que atingiu um ponto cremoso, não fluido. Acrescentou-se o queijo canastra e logo em seguida foi levado ao forno em 180°C por aproximadamente 20 minutos. Dessa forma chegou ao ponto desejado, atingindo as expectativas da equipe.

##### 4.2.2.1 *Batata Doce*

A batata doce é uma hortaliça tuberosa rústica, de ampla adaptabilidade, cultivada em praticamente todo o território brasileiro. Apesar de ter importância social e econômica fundamental, ainda é pouco valorizada no Brasil (SILVA et al., 2004). A batata doce, (*Ipomoea batatas* L.) é originária da América Central e da América do Sul. Existem relatos de que seu uso teve início há mais de dez mil anos,

com base em análise de batatas secas encontradas em cavernas localizadas no vale de Chilca Canyon, no Peru e em evidências contidas em escritos arqueológicos encontrados na região ocupada pelos Maias, na América Central (RITSCHEL et al., 1999).

É uma hortaliça com múltiplos usos, e pode ser utilizada na alimentação humana in natura ou processada industrialmente nas formas de amido, macarrão e farinha. Pode também, ser utilizada na alimentação animal ou como alternativa na produção de etanol biocombustível (SOUZA, 2006). A batata doce tem variação na cor, tanto a pele quanto na casca e na polpa. Podem ser encontradas nas cores roxo, salmão, amarelo, creme ou branco. A escolha depende muito da tradição do local de comercialização, pois há locais que preferem batatas de pele roxa e polpa creme e outros que preferem pele e polpa claras.

Apesar de apresentar elevado potencial produtivo, no Brasil, é comum encontrar baixas produtividades de batata-doce, decorrentes, principalmente, da utilização de materiais genéticos obsoletos e degenerados, em sua maioria suscetíveis a pragas e doenças (KROTH, et al, 2001).

#### 4.2.2.2 *Queijo Canastra*

Canastra é um município localizado no sudoeste do Estado de Minas Gerais. O produto típico mais importante da região da Serra da Canastra é o queijo Canastra, que é de forma artesanal com o leite cru. É produzido há mais de duzentos anos, e tem um sabor forte, meio picante e encorpado. O queijo Canastra é consumido curado ou meio curado, com pelo menos uma semana de maturação. É consumido fresco e é confundido com o queijo Minas industrializado. O queijo deve ser mantido sempre em local fresco e ventilado e deve descansar sobre um prato ou uma tábua de madeira e ser virado uma vez por dia para que a maturação seja perfeita.

O queijo Canastra estraga se ficar fechado mais de um dia em sacos plásticos. Na geladeira, fica ressecado. Antigamente, devido à precariedade dos transportes, o queijo ficava até 40 dias nas prateleiras dos produtores para depois sair em carros de bois ou no lombo de burros e cavalos para a distribuição. Hoje, o consumo é mais rápido e por isso pouca gente chega a apreciá-lo no ponto certo de maturação (VARGAS *et al.*, 1998). Para produzir o queijo, depois da ordenha o leite

é colocado num tambor e acrescenta-se o coalho e um fermento líquido, retirado e armazenado da produção do dia anterior. Depois que o leite talhar, retira-se as porções da massa formada e são espremidas com as mãos e colocadas em moldes redondos. Por cima da massa coloca-se o sal grosso com muito cuidado. Por baixo da forma, o soro escorre. Depois de aproximadamente 24 horas, o queijo sai dos moldes e vai para uma prateleira arejada.

Uma pequena parte é consumida na própria região. Ultimamente, vários produtores fazem também uma venda direta aos turistas, obtendo melhores preços. Segundo dados do Ministério da Agricultura, 50% de todo o queijo consumido no Brasil saem de Minas Gerais. Os quatro tipos principais são, por volume de produção: o Frescal, o Minas, o do Serro e o da Canastra. No projeto piloto da denominação de origem controlada, a região do Canastra engloba quatro municípios: São Roque de Minas, Medeiros, Bambuí, Vargem Bonita e Piumhi. A produção do Canastra chega a 3 mil toneladas/ano e o número de produtores passa de mil (QUEIJOS NO BRASIL, 2015).

#### 4.2.3 Gastrique de limão galego

O molho gastrique é uma redução de um meio ácido, como o vinagre, em um meio doce, como o açúcar ou suco de alguma fruta. É ideal para acompanhar carnes como a de porco, pescado, pato e outros tipos de aves (BARROS, 2012).

O molho gastrique utilizado no teste foi o de limão galego. Primeiramente foi colocado em uma panela, o suco de um limão galego, um pouco de água com açúcar e vinagre. Esperou-se reduzir 50%. Atingiu as expectativas da equipe e não foi necessário fazer outros testes. Foi colocado sobre a linguça e também foi utilizado para riscar o prato. O preparo desse molho foi ministrado em aula da disciplina Cozinha Avançada pelo professor Luiz Trigo.

##### 4.2.3.1 *Limão Galego*

Uma variação do limão, o limão galego trata-se de fruto redondo, pequeno e muito suculento. Apresenta casca fina e lisa, de cor verde ou amarelo-clara. A polpa tem de cinco a seis sementes, é rica em suco de sabor ácido, porém agradável

(TRUCOM, 2010). O limão galego pode ser usado no preparo da caipirinha, sucos, sorvetes, bolos e doces e como tempero para diversas carnes.

#### 4.2.3.2 *Vinagre*

Vinagre é o produto obtido exclusivamente da fermentação acética do vinho. A palavra vinagre significa "vinho azedo" e nada mais é do que o produto da transformação do álcool em ácido acético por bactérias acéticas. A história do vinagre está estreitamente ligada com a do vinho. No entanto foi Pasteur (1822-1895) que determinou as bases científicas da produção industrial do vinagre (EMATER, 2006). No Brasil, o vinagre é produzido utilizando-se o álcool da cana-de-açúcar e do vinho obtido da uva. De acordo com o FDA (*Food and Drug Administration*) o vinagre pode ter variações, entre eles estão o vinagre de sidra e o vinagre de maçã (AQUARONE, 2001).

#### 4.2.3.3 *Açúcar*

O açúcar é um produto alimentar produzido artificialmente, derivado da cana-de-açúcar. Pode também, ser extraído da beterraba (MEDEIROS, 2004). Pode ser encontrado nas formas cristal, refinado e mascavo.

No processo de obtenção do açúcar, o caldo de cana passa por várias etapas de cristalização e logo no início é que se obtém o açúcar mascavo. Após várias etapas de cristalizações e purificações, obtém-se o açúcar cristal. Já o açúcar refinado é o mesmo que o açúcar cristal, só que mais finamente triturado e branqueado, possuindo aditivos para evitar o seu endurecimento em forma de blocos (MEDEIROS, 2004).

Hoje, o Brasil é considerado maior produtor e exportador de açúcar do mundo, com baixos custos de produção, porém metade da produção brasileira é exportada (CENTRO DE TECNOLOGIA CANAVIEIRA, 2015). Além de ser o maior produtor mundial, o Brasil é líder em novas aplicações e tecnologias para o açúcar da cana-de-açúcar. No país são produzidos 6 (seis) tipos de açúcar: refinado granulado, refinado amorfo, xarope invertido, açúcar líquido e açúcar orgânico, que são utilizados na indústria alimentícia, farmacêutica e de bebidas. É importante

realçar que o açúcar é uma poderosa fonte de bioenergia, extraída de matéria-prima abundante no Brasil e que pouco agride o meio ambiente (SINDALCOOL, 2015).

### 4.3 Sobremesa

*Entremet* de acerola e melão, esferas de acerola e *crumble* de castanhas e flores comestíveis.

As sobremesas brasileiras, também fruto de diversas influências, são de vários tipos, desde as populares como os brigadeiros, os sorvetes de frutas brasileiras, além dos sabores tradicionais, temos também o chocolate que tem sua história nas raízes brasileiras, desta forma não há uma característica fundamental na sobremesa brasileira, e se isso fosse dito, o que mais se percebe é a utilização, quase que em todas elas, do açúcar, produto que se tornou, não só no Brasil, mas um produto muito usado no mundo, que antes era chamado de especiaria, virou produto em larga escala.

Criar uma sobremesa brasileira é correr o risco de se perder na grande variedade de insumos disponíveis, pensar Brasil é pensar em frutas, de diversas cores, aromas, texturas e seus aspectos exóticos, porém combinar sabores e associar conceito é o principal desafio de uma criação, cujo objetivo é através dessa deixar marcados os pilares da gastronomia brasileira. Foi assim que depois de várias reuniões e testes que a sobremesa para o TFP deste curso foi criada.

Uma *entremet* de acerola, melão e limão, essa é a sobremesa brasileira que foi criada a fim de mostrar que a influência francesa está presente em nossa gastronomia, e de tal forma que com técnicas francesas pode-se fazer uma sobremesa puramente brasileira. A inspiração para esta sobremesa é a leveza e o frescor das frutas brasileiras, em especial a acerola e o limão, também como referência ao açúcar brasileiro, usou-se o melão e o açúcar mascavo na composição da *entremet*.

Antes se buscou o atual conceito de *entremet*, palavra francesa que significa “entre pratos”, pois durante os banquetes medievais havia uma pausa entre um prato e outro com as chamadas *entremets* que eram os momentos onde os comensais assistiam apresentações e comia algo mais leve durante o evento. (COELHO, 2013). *Entremet* agora tem o significado de sobremesa que tem

camadas, entre camadas, e essa é a ideia principal da sobremesa brasileira que tem entre seus pilares a influência francesa.

A *entremet* é composta por uma fina base de massa *sablé*, sobre esta há gotas de um creme *musseline* saborizado com limão, depois disso uma camada de massa aerada de melaço que tem por cima um mouse de acerola, por fim a glaçagem vermelha alaranjada como a casca de uma acerola. A sobremesa apresenta diversas texturas, sabores, concretizando o conceito de *entremet*. Para compor o conceito de jardim o *crumblé* de castanhas, castanha do Brasil, castanha do baru e amendoim, representa a terra, de onde nascem as flores e também há toda a base para novos sabores. As esferas, a contribuição da gastronomia molecular para o trabalho, traz uma degustação diferente, pois ali há esferas com suco de acerola puro, sem adição de qualquer açúcar, e também esferas adoçadas com mel. O interessante é as possibilidades de experimentar e perceber que há ainda, muito a explorar na gastronomia brasileira.

Como mencionado a *entremet* tem como base a massa *sablé*, que é classificada, segundo Sebess (2011, p. 22) como massas quebradiças e ainda segundo está talvez a massa *sablé* seja a mais difícil de fazer devido ao seu alto teor de gordura, porém o resultado, se comparado com outras massas, é substancialmente melhor, já que, pelo seu alto teor de gordura, ela é mais quebradiça e apresenta melhor sabor. O método utilizado para a confecção da massa *sablé* foi a *sablage*, que utiliza a manteiga fria, esta é ligada à farinha e obtém uma mistura semelhante a “areia” (*sable*). Desse modo, a farinha fica impermeabilizada e evita-se que ela absorva rapidamente os líquidos, dando maior força à massa final. (SEBESS, 2011). No caso da *entremet* brasileira em substituição do açúcar cristal utilizou-se o açúcar mascavo como referência ao período da grande produção de açúcar no mundo e principalmente mente no Brasil, onde os escravos foram a força desse mérito, mesmo que contra sua vontade.

O creme obtido através da mistura de creme de confeiteiro, manteiga e um saborizante. (SEBESS, 2011). No caso da *entremet* brasileira o sabor foi o limão, fazendo referência a caipirinha, que é a bebida tipicamente brasileira, no creme utilizou somente as *zestes* do limão, para que o sabor continue suave porém presente.

A massa aerada de melão surgiu com ideia de fazer uma massa leve de estrutura aerada, em uma das aulas de cozinha das Américas, com o professor Paulo Seidl, existe na cozinha Americana o Syrup cake, um bolo creolo, com a massa feita a base de melão, porém seguindo a definição de massa de estrutura aerada de Sebess (2011), uma massa desse tipo não leva fermento ou qualquer químico que faça a aeração, pois os ovos nesta preparação possuem essa função. Segundo a autora pode-se fazer uma massa batida de estrutura aerada por dois métodos: no primeiro, batem-se os ovos inteiros com o açúcar até que fiquem bem aerados e aumentem de volume. Em seguida são acrescentados os ingredientes secos. Já no segundo método, são batidas separadamente as gemas das claras com o açúcar. Os ingredientes secos entram ao final.

A mousse, definida como preparos aerados e leves (SEBESS, 2011) tem duas finalidades na *entremet*, a primeira é levar o sabor principal que é a acerola, e depois, receber a glaçagem, que é a cobertura lisa que vai sobre a *entremet*. Falando da mousse, esta pode ter como base diferentes preparos, como mousse à base de merengue italiano, mousse à base de *patê à bombe* e mousse à base de *zabaione*. A base escolhida para a mousse de acerola foi a base de *patê à bombe*, que tem mais fluidez e que sua base é basicamente ovos e açúcar, como referência portuguesa, a fluidez nesse caso foi mais importante, pois para que a glaçagem fique perfeita, a superfície tem de estar completamente nivelada e isso é o resultado encontrado com a *mousse* feita com base *patê à bombe*.

Glaçagem é a cobertura da *entremet*, é o único preparo que leva corante, corante para chocolate neste caso, ali é a finalização do preparo e tínhamos três opções de glaçagem para a sobremesa, segundo as aulas de confeitaria básica e depois avançada com a Professora Anna Caribé, existem três tipos de glaçagem, a *mirroir* que é a ganache com glucose, onde sua principal característica é a simplicidade e seu bom sabor, porém a desvantagem é que poderá ser tingida somente com cores escuras e seu brilho é fraco em relação às outras, a segunda glaçagem tem em sua composição creme de leite, cacau em pó, gelatina hidratada, para esta a desvantagem maior é a não alteração da cor, isto é, será sempre marrom escuro, porém dentre as três é a mais saborosa e mais brilhosa depois da primeira, perdendo para a terceira glaçagem cuja maior vantagem é que leva chocolate branco em sua composição e por isso pode ser feita de diversas cores,

outra principal característica é o brilho, de uma qualidade superior, porém a desvantagem desta é que seu sabor deixa a desejar e pelo fato de em sua composição haver muita gelatina, pode ser um incômodo ao ser consumida, não sendo cremosa como as anteriores. Assim foi escolhida a terceira, pois a principal característica para a *entremet* é a cor e o brilho.

Para compor o prato a inspiração foi um jardim, para isso utilizou-se as castanhas para fazer a “terra” do jardim, onde nela irá flores comestíveis e esferas de acerola. Para a “terra” a ideia foi fazer o preparo *Crumbé* classificado como uma massa amanteigada, que pode ser feita com castanhas, no caso da sobremesa as castanhas escolhidas foram: castanha do Brasil, castanhas do Baru e amendoim. Depois que o *crumbé* esfria pode-se triturar ou picar na faca, ele vira uma areia e pode compor o prato.

A montagem final da sobremesa faz referência a um jardim, assim a *entremet* ficará entre flores e esferas sobre a “terra”, isto é, o *crumbé*. Ainda não é popular o uso de flores comestíveis na alimentação dos brasileiros, mas apesar disso sua disponibilidade em várias feiras e grandes supermercados, em Brasília e São Paulo mostra um crescente interesse por elas na alimentação.

A primeira menção estimada do uso de flores na culinária é de 140 a.C, os povos romanos cultivavam rosas, violetas e forragem para uso na cozinha, gregos, chineses e indianos utilizavam as flores como alimento ou finalidade terapêutica. No fim da Idade Média, por volta do século XIV (BARDINE, 2015), as flores já eram utilizadas para decorar e embelezar os pratos, e especificadamente as flores da planta *Althaea officinalis*, eram servidas na salada e regulavam o intestino. Na Inglaterra, foram as rainhas que começaram a servir os convidados com pétalas de rosas cristalizadas.

Existem mais de 100 tipos de flores que são comestíveis, e as mais populares são: Calêndula; Dandalia; Capuchinha; Hibiscus; Violeta; Rosas; Borago; Camomila; Malva-rosa; Dente-de-leão; Abóbora; Amor-perfeito; Cebolinha; Hortelã; Erva-cidreira; Sálvia; Botão-de-solteiro; Hemerocale; Impatiens; Cravo.

As flores comestíveis além de embelezar o prato e mais utilizadas nas saladas, também podem servir para elaborar infusões, aromatizar, fazer xarope, doces, geleias, corantes, adoçantes, vinagres, vinhos e etc. As flores de ervas

aromáticas como tomilho, manjeriço, orégano, manjerona, cebolinha, possuem o mesmo sabor que as folhas.

As flores que são destinadas a alimentação devem ser cultivadas no próprio local de manejo da preparação ou adquiridas de produtores que fazem o cultivo dessas flores de modo orgânico. Não é recomendada a compra dessas flores em outros locais como grandes supermercados, jardins urbanos, beiras de estradas, jardins na cidade, pois mesmo involuntariamente podem possuir produtos tóxicos e contaminar as pessoas que consumirem.

Vale ressaltar que as flores tóxicas não devem ser utilizadas de forma alguma para fim alimentício, nem mesmo para a decoração do prato, estas incluem: Mezerão; Dedaleira; Lobélia; Amarilis; Azaléias; Mamona; Copo-de-leite; Peônia. Por fim a utilização de flores comestíveis em sobremesas, traz a visão futura da alimentação brasileira e a alta gastronomia, pois não há mais alimentos exclusivos para entradas nem mesmo para sobremesas.

O outro elemento de finalização do prato, como já citado, são as esferas têm duas funções no prato, a primeira acrescentar a técnica de gastronomia molecular, onde se utiliza alginato de sódio e lactado de cálcio, para formar a gelatinização da esfera, a segunda função desta no trabalho é levar o conceito de novas experiências já que há dois sabores nas esferas, a primeira somente com suco de acerola, sem adição de qualquer açúcar e a segunda o mesmo suco com adição de mel, o objetivo desta disposição de sabores é lembrar que a gastronomia brasileira ainda é uma surpresa e que há muito a ser estudado e descoberto.

## 5 HARMONIZAÇÃO DOS VINHOS BRASILEIROS

A formação do gastrônomo ou gastrólogo, que pretende ser Chef, é ampla, acredita-se que o perfil esperado para esse profissional é o dinâmico, crítico, ativo e criativo, desta forma ter uma visão geral do universo gastronômico é visto como fundamental. É por esse motivo que existe a disciplina de Enogastronomia na grade curricular dos cursos de gastronomia do UniCEUB, uma vez que o chef precisará entender, mesmo que de maneira básica, quais são as principais características e qualidades dos vinhos, seja numa simples degustação, podendo também chegar a uma harmonização por semelhança ou por diferenças.

A harmonização dos pratos do Trabalho Final Prático, antes de tudo, foi baseada nas aulas de Enogastronomia com a Professora Alessandra Santos, assim aplicando as técnicas de degustação feitas em aula e também seu material de apoio que as harmonizações deste trabalho foram surgindo. Por se tratar de um tema brasileiro, o consenso foi, desde o início, de que todos os vinhos fossem brasileiros. Assim valorizaria o trabalho de várias vinhas em diferentes regiões brasileiras, além de ser uma oportunidade de aprofundar no estudo dos vinhos brasileiros.

Segundo o Instituto Brasileiro de Vinhos (IBRAVIN), o brasileiro é muito receptivo à categoria de vinhos mesmo não sendo um consumidor assíduo nem entendendo o suficiente sobre as bebidas para produzir opiniões consistentes e escolhas fundamentadas. Assim a informação e o estudo dos vinhos, pelos brasileiros, pode refletir uma nova dinâmica no consumo de vinhos.

A harmonização da entrada foi por proximidade, isto é, associando as características organolépticas comuns do prato e do vinho. A entrada é composta por um purê de cebola roxa com cenoura e beterraba, coxas de rã grelhadas e flambadas com cachaça, tapioca crocante de maracujá e caviar de quiabo. Para harmonizar este prato, que tem características principais a presença de sabores leves, utilizou-se o vinho espumante 130 da Casa Valdura, tem teor alcoólico de 13% da safra de 2013. É um espumante límpido e brilhante, de coloração dourada e fascinante *perlage*. Tem olfato de *bouquet* elegante e intenso de frutas secas, amêndoas e um leve tostado e paladar persistente e cremoso, de amplo e pleno sabor, harmônico. A harmonização se deu pela vivacidade e leveza do prato junto com a personalidade clássica e elegante da espumante.

O prato principal, uma linguíça de javali com bovina, *petit gateau* de batata-doce e queijo canastra e molho agridoce de limão galego, tem características marcantes, com carne de caça, condimentos na linguíça, salinidade do queijo e o doce da batata, além do agridoce do molho. O vinho que harmoniza com esses sabores é tinto Dádivas *Tempranillo* do produtor Lidio Carraro, é um vinho com teor alcoólico de 14% da safra de 2012. Este vinho tem um tom de vermelho rubi com reflexos violáceos. Lágrimas densas e preguiçosas, marcando seu volume e consistência, possui notas de café, tostados leve defumado aparecem em primeiro plano, seguindo para geleia de morango, frutas secas, figo, passas, amêndoa, nozes, castanha e licor de cacau. Com um gustativo intenso, com sabor persistente e sensação de preenchimento do paladar, confirmando sua densidade. Taninos maduros, agradável sensação refrescante e *retrogosto* de torrefação e chocolate. Ele combina muito bem com carne grelhada, carnes vermelhas ao molho de vinho, caça, cordeiro, churrasco e queijos cremosos.

A harmonização da sobremesa, assim como as outras harmonizações se deu por proximidade, a sobremesa, uma *entremet* de acerola, limão e melaço de cana tem como acompanhamentos um *crumble* de castanhas e amendoim, esferas de suco de acerolas, flores comestíveis e mini folhas de rúcula, são sabores ácidos com uma leve doçura do melaço e um amargor discreto das folhas de rúcula e das flores comestíveis. Para esse prato a harmonização escolhida foi com o vinho branco Acordes *Chardonnay*, da vinícola Garibaldi, com teor alcoólico de 13% e safra de 2012, esse vinho feita da uva *chardonnay* apresenta-se límpido com boa tonalidade de cor que vai do amarelo-esverdeado ao palha. No aroma lembra abacaxi em calda, fruta cítrica, baunilha e manteiga. Na boca revela média intensidade, boa untuosidade e ótima cremosidade, com ótimo equilíbrio e *retrogosto* prolongado. Assim a harmonização entre o prato está na acidez comum e suave de ambos. Da mesma forma a textura cremosa e aveludada que a mousse e o creme musseline possuem na *entremet*.

### **5.1 Principais características das vinícolas escolhidas**

A vinícola Valduga dedica especial atenção à elaboração dos espumantes e foi uma das primeiras vinícolas brasileiras a dominar e desenvolver o método *champenoise* de vinificação. Hoje possui a maior adega de espumantes da América

Latina e investe em produtos com padrão de excelência já reconhecidos internacionalmente. Os tintos de guarda amadurecem em barris de carvalho franceses e americanos e no final do período passam para a cave apropriada, adquirindo um fino *bouquet*. Já os brancos repousam em tanques de aço inox durante curto período, para que mantenham os seus aromas primários e possam ser consumidos ainda jovens. A Casa Valduga também construiu o primeiro Complexo Enoturístico do Brasil e hoje é uma das maiores atrações do Vale dos Vinhedos, no município de Bento Gonçalves, a 120 quilômetros de Porto Alegre. Ao lado da vinícola, instalou restaurantes e aconchegantes pousadas, com vista para os parreirais. Um lugar cercado de montanhas, a 671 metros de altitude e que guarda o encanto da cultura do vinho.

A Lidio Carraro Vinícola Boutique tem uma filosofia purista e de resgate à essência e a integridade do vinho. Todo o processo da Lidio Carraro é conduzido com o mínimo de interferência e o máximo respeito à expressão natural da uva e do *terroir* de origem. A Lidio Carraro é pioneira no país a implantar uma gestão vitícola e enológica integrada, que se inicia com um meticuloso estudo de clones e mapeamento de solos, rigoroso controle de produção, até o recebimento da uva por gravidade e vinificação de grandes vinhos sem o uso tradicional da madeira. A atenção em cada detalhe do processo de elaboração permite originar vinhos particulares, ricos em complexidade, estrutura e equilíbrio.

A vinícola Garibaldi está situada em Garibaldi à 120Km de Porto Alegre, no coração da Serra Gaúcha - maior região vitivinícola do Brasil - e apresenta índices de crescimento superiores aos da média nacional. Resultado de uma história de investimentos, de profissionalização, de união e de uma trajetória que carrega em sua bagagem o trabalho e a vida de milhares de pessoas.

Com um quadro de 370 famílias associadas, investimos permanentemente em manutenção e melhoria dos processos produtivos e na qualidade dos produtos. Com uma área de 32 mil metros quadrados de construção e capacidade de estocagem que ultrapassa os 20 milhões de litros, utilizamos tecnologia e equipamentos europeus para a elaboração de nossos vinhos e espumantes.

Uma identidade marcante, personalidade e características próprias, aliadas ao *terroir* da Serra Gaúcha, fez com que os espumantes acumulem uma série de premiações em concursos no Brasil e no exterior. Atualmente está na lista das cinco

maiores produtoras de espumantes do país e elabora um dos 100 melhores vinhos do mundo.

## 6 RELATÓRIOS DOS TESTES PRÁTICOS

Com intuito de testar os preparos realizados pelas equipes, foram realizados 2 testes práticos nos laboratórios de práticas culinárias do UniCEUB. Cada teste foi supervisionado por um professor. O primeiro teste teve como supervisora a professora Janaína Sarmiento Bispo. Já no segundo teste o professor Henrique Marques Salsano foi responsável por supervisionar e aconselhar os grupos.

### 6.1 Relatório do primeiro teste

No dia 27 de abril de 2015 foi realizado, nos laboratórios de práticas culinárias do UniCEUB, o primeiro teste do trabalho final prático. Esse teste teve por finalidade iniciar as análises dos pontos fortes e fracos dos pratos escolhidos pela equipe. O mais importante nesse primeiro ensaio foi a definição do que era possível e impossível de ser realizado, além de definir os desafios a serem superados. Após esse teste houveram diversas modificações nos preparos e nos conceitos da equipe.

#### 6.1.1 Entrada

Patatas de rã ao *papilote* de folha de bananeira e grelhada, purê de cebola roxa, pão preto de mel brasileiro, mini folhas de rúcula e flor comestível roxa.

Responsáveis: Camila Barros, Lincoln Vicente e Ramon Ribeiro.

Descrição dos preparos: Antes da realização do primeiro teste prático foram feitas as fichas técnicas de cada preparação. Ao início do teste, como foi aconselhado pela professora Janaina Sarmiento, houve a separação dos ingredientes, a pesagem desses e foram tiradas fotos da MEP para cada ficha técnica.

A entrada é composta por cinco elementos: duas patatas de rã assadas no *papilote* de bananeira e posteriormente grelhada, purê de cebola roxa, pão preto com mel brasileiro, flor comestível e mini-folhas de rúcula.

Para o preparo das patas de rã foi adquirido pelo UniCEUB pacotes congelados das rãs já limpas. Não foi necessário descongelar, pois os monitores e os funcionários do Labocien fizeram isso previamente. Então, foi feita a retirada das patas das rãs e essas foram colocadas em uma marinada feita com tomilho, salsa, cebola branca, pimenta do reino e vinho branco. Enquanto as rãs eram marinadas foi realizado o pré-preparo das folhas de bananeira. Essas foram cortadas em pedaços de cerca de 20cm por 20cm, higienizadas e colocadas direto no fogo para aumentar a sua maleabilidade.

Após uma hora de marinada as rãs foram colocadas sobre uma cama de pimenta de cheiro cortadas em rodela, temperadas com sal e pimenta do reino e foi fechado o *papilote* de folha de bananeira com barbante. Foram assadas em forno previamente aquecido à 180°C por 15 minutos. Foram então grelhadas em manteiga e azeite para melhorar a coloração e a textura.

O purê de cebola roxa foi feito com apenas 4 ingredientes: a cebola roxa, sal, manteiga e creme de leite. A cebola foi limpa e cortada em pedaços grandes, foi colocada para dourar em panela em fogo baixo por cerca de 10 minutos. Após bem dourada, a cebola foi batida no liquidificador com sal, manteiga e creme de leite.

Para a realização do pão preto, foi realizado inicialmente a esponja com a água morna e o fermento biológico seco. Posteriormente os secos foram peneirados e misturados. Os líquidos foram colocados ao centro. A massa foi sovada por cerca de 5 minutos. Essa massa descansou por cerca de 30 minutos. Foi então boleada em 3 pães com forma de baguete. As massas boleadas descansaram por mais 20 minutos e então foram assadas por cerca de 30 minutos.

A flor comestível e as minifolhas de rúcula foram apenas higienizadas e selecionadas para compor o prato.

Resultados e Discussão: houve alguns resultados que não agradaram os integrantes do grupo. O primeiro deles foi o sabor muito delicado das patas de rã que não conseguiram competir com o sabor forte do purê de cebola roxa. O segundo foi a coloração do purê de cebola roxa que não ficou roxa e brilhante como o desejado. O terceiro foi a textura do pão preto de mel que não ficou macio como deveria.

A conclusão quanto às patas de rã é que para que ela fique com sabor mais forte é necessário a aplicação de outro método de cocção. Um dos métodos que

podem ser testados no segundo teste é a fritura por imersão, sugerida pelo professor Luiz Trigo em discussão na semana do teste.

Uma vez que quanto ao purê de cebola roxa dois métodos podem ser usados para melhorar a sua coloração. A utilização de cascas de jabuticaba foi outra sugestão do professor Luiz Trigo. Também pode ser feito o acréscimo de vinho tinto seco na cocção das cebolas.

Quanto ao pão o problema encontrado pelo grupo foi a necessidade de ajustar a proporção dos ingredientes, aumentar o tempo de sova e de descanso da massa antes de ir para o forno.

**Figura 5:** Entrada realizado no primeiro teste prático



### 6.1.2 Prato principal

No primeiro teste o prato principal era composto por pudim de batata doce e queijo canastra, linguiça pantaneira e um molho que ainda deveria ser escolhido. Os integrantes do grupo que estavam responsáveis por esses preparos eram Antônio Melo, Ramon Ribeiro e Camila Barros.

### 6.1.2.1 Molhos

Responsável: Ramon Ribeiro

No primeiro teste acadêmico o integrante do grupo, Ramon Ribeiro, ficou responsável pelos molhos. Seguindo as orientações da professora Janaina, separaram-se todos os insumos e tiraram as fotos dos insumos separados por preparo.

Os molhos feitos foram: molho *pesto*, molho *cream cheese* e molho de ervas.

- Molho *Pesto*

É um molho italiano, que tem origem em Gênova, norte da Itália. É feito com folhas de manjericão trituradas com alho e sal, nozes, queijo parmesão ralado, e no fim misturados com azeite extra virgem e temperado com a pimenta preta. O preparo é simples, basta bater todos os ingredientes no liquidificador e em seguida, acrescentar o azeite.

Esse molho não será utilizado, pois não harmonizou com a linguça.

- Molho de Ervas

Esse molho foi feito basicamente com salsinha. Teve origem, provavelmente no Oriente Médio, há aproximadamente 2 mil anos. É um molho que deve ser servido frio, podendo ter vários tipos de acompanhamento. Os ingredientes utilizados foram salsinha, maionese, mostarda *dedijon*, alho, azeite e sal. Para o preparo, mistura-se todos os ingredientes em um bowl.

Assim como o *Pesto*, esse molho não será utilizado, pois não combinou com a linguça.

- Molho *Cream Cheese*

É uma emulsão de *cream cheese*, azeite e creme de leite fresco. Para o preparo, basta picar o alho e dourar com um pouco de manteiga. Acrescenta-se a mistura do *cream cheese* com o azeite e o creme de leite fresco. Sal e salsinha à gosto. Esse foi o molho utilizado para acompanhar a linguça.

O Caviar de Quiabo é uma releitura do caviar original (ovas de peixe). Para tanto, utiliza-se a semente do quiabo, que após pronto, tem a mesma aparência do caviar. Para o preparo, em uma panela com água cozinha-se o quiabo e retira-se as sementes. Em seguida, misturamos as sementes com azeite, suco de limão, pimenta dedo-de-moça, tinta de lula e um pouco de raspas de limão. Sal a gosto. Deixar marinar por 1 hora.

#### 6.1.2.2 *Linguíça pantaneira*

Responsável: Antônio Vieira de Melo.

No primeiro teste o acadêmico Antônio ficou responsável pelo prato principal que foi acompanhado pela a orientadora Janaina, onde todos os insumos foram separados e fotografados para o preparo.

Para a realização do teste foi solicitado quatro tipos de carnes exóticas, porém foi encontrada somente a de javali, sendo executada com sucesso.

Primeiro passo: Cortou-se a carne de javali juntamente com a bovina e o toucinho em cubos, em um bowl, acrescentou-se raspas de limão siciliano ralado, alho socado com sal, coentro socado, pimenta do reino, tomilho, cebolinha picada e vinho branco. A mistura ficou marinando por três horas até o preparo final.

Escolhemos encher a linguíça manualmente, como originalmente era feito. Em uma frigideira em fogo baixo, colocou-se a água até emergi-la por completo. Com a ajuda de um palito, fez-se furos na linguíça para a retirada de ar. Alternando de lados até a completa fritura, deixando a com um com uma cor dourada. Com o resultado desejado, decidimos que a mesma será feita no segundo teste.

**Figura 6:** Linguíça pantaneira



### 6.1.2.3 Pudim quente de batata doce e queijo Canastra

A integrante de equipe responsável por esse preparo foi a Camila Barros.

A ideia é fazer um pudim doce de batata doce e queijo Canastra, estruturado em ponto de corte e cremoso pela batata e queijo. Primeiro a batata doce foi assada com a casca e envolta no papel alumínio no forno combinado em 180° por volta de 1h a 1h e 30min. Depois de assada foi retirado a casca da batata e passada pelo amassador de batata. Em uma panela foi acrescentado manteiga, batata e misturou, após acrescentou leite, creme de leite e *cream cheese*, misturou tudo e esperou ficar com uma consistência mais homogênea e aveludada. Acrescentou o queijo Canastra ralado em pouca quantidade e esperou que derretesse até ficar com certas “ligas” de queijo. O pudim foi para uma forma e salpicado queijo em cima para gratinar, esperando assim dar estrutura de corte. Após retirar do forno ele continuava com consistência de purê, acrescentamos farinha de trigo para talvez dar estrutura de corte, foi novamente para o forno. Retirando do forno a consistência ainda era a mesma, não tendo tempo para pensar em algo que dessa estrutura servimos daquele jeito, como um purê. O sabor ficou excelente, sentimos o gosto doce da batata, mas o salgado e cremoso do queijo que derreteu dentro do antes chamado pudim agora purê.

### 6.1.3 Sobremesa

No primeiro teste o acadêmico Hênio Delfino ficou responsável pela sobremesa, seguindo as orientações da professora Janaina, separaram-se todos os insumos e tiraram as fotos dos insumos separados por preparo.

A Sobremesa é composta de sete preparos: começando pela *entremet* composta pelas camadas: a base massa *sablé*, depois creme musseline saborizado de damasco, massa aerada de melaço de cana, mousse de morango e glacagem azul de chocolate branco. A *entremet* tem como acompanhamentos o sorvete de caipirinha, mini folhas de rúcula e um fio de caramelo azul e um ponto de luz com folha de ouro.

Massa *sablé*: é classificada, segundo Sebess (2011, p. 22) como massas quebradiças e ainda segundo está, talvez a massa *sablé* seja a mais difícil de fazer devido ao eu alto teor de gordura, porém o resultado, se comparado com outras

massas, é substancialmente melhor, já que, pelo seu alto teor de gordura, ela é mais quebradiça e apresenta melhor sabor. O método utilizado para a confecção da massa *sablé* foi a *sablage*, que utiliza a manteiga fria, esta é ligada à farinha e obtém uma mistura semelhante a “areia” (*sablé*). Desse modo, a farinha fica impermeabilizada e evita-se que ela absorva rapidamente os líquidos, dando maior força à massa final, (SEBESS, 2011).

Para fazer a massa *sablé* cortou-se a manteiga gelada em cubos e juntou em um *bowl* onde havia farinha de trigo com sal, misturou-se com as pontas dos dedos até incorporar toda a farinha, depois se acrescentou o açúcar mascavo e o ovo, continuou misturando e por fim a essência de baunilha. A massa, de 638 gramas, ficou resfriando na geladeira por uma hora, depois assou em forno pré-aquecido a 180°C e ficou de 20h25min as 20h39min, isto é, 14 minutos, ficando sobre a bancada de mármore para resfriar naturalmente. A massa assada pesou 550 gramas, porém havia bordas mais assadas por isso foram retiradas as extremidades, ficando um retângulo com a cocção uniforme, deste foram retirados seis retângulos de 50 gramas cada.

Creme musseline: obtido através da mistura de creme de confeiteiro, manteiga e um aromatizante (SEBESS, 2011). O saborizante original era pitanga, mas até o dia do teste 1, os integrantes não sabiam qual seria o resultado ao utilizar a fruta in natura, sua polpa congelada ou sua geleia. No dia do preparo não encontraram nenhuma das alternativas, trouxeram então a geleia de damasco, que foi suficiente para testar se com a geleia o creme iria estruturar.

Inicialmente foi feito o creme de confeiteiro, seguindo os seguintes passos: em um *bowl*, misturam-se bem os ovos com açúcar, depois se acrescenta a farinha de trigo, misturar até homogeneizar. Em uma panela colocar o leite para aquecer, quando isso acontecer, verter a metade do leite quente sobre a mistura no *bowl*, mexer bem e voltar para o leite que ficou na panela, voltar para o fogo médio e misturar até chegar ao ponto, o creme fica encorpado, observando o preparo do creme de confeiteiro da bibliografia (SEBESS, 2011), conclui-se que o creme de confeiteiro deveria ter cozinhado mais, pois a textura final é bem firme, não é fluida como estava. Deixar o creme de confeiteiro esfriar.

Para o creme de manteiga: fazer uma calda ponto bala mole, os ovos e as gemas batem na batedeira em velocidade 1, ainda com a batedeira na velocidade

baixa verter a calda sobre os ovos e aumentar a velocidade, bater até esfriar, acrescentar a geleia de damasco, foram acrescentadas duas colheres de sopa, 60 gramas de geleia, bater até homogeneizar e reduzir a velocidade para 1 novamente, adicionar a manteiga em ponto pomada aos poucos até incorporar toda, neste momento observou-se que o creme de manteiga estava estruturado, com volume, após observar que este estava frio, então retirou-se do *bowl* e reservou 300 ml de creme, em algum lugar pesquisei que a proporção era de 1:2, isto é se temos 300 gramas de creme de manteiga, então acrescenta-se 600 gramas de creme de confeiteiro, o método utilizado neste teste é chamado de “creme de manteiga à inglesa” (SEBESS, 2011, p. 183). Assim voltando o creme de manteiga para o bowl da batedeira, ligou na velocidade 1 e acrescentou aos poucos o creme de confeiteiro que estava fluido. Percebeu que o creme se desestruturou, no primeiro momento esperava-se que ele voltasse a estruturar, porém depois de 10 minutos batendo o creme ficou líquido e não foi utilizado na montagem da sobremesa.

Os erros identificados neste caso foram:

- O creme de confeiteiro estava fluido de mais, para o teste 2 a ficha técnica será refeita afim de sanar problemas de proporção de farinha de trigo e leite.
- O creme de manteiga foi feito com a *patê à bombe*, que foi correto, porém a temperatura do creme de confeiteiro desestruturou, para o segundo teste, o creme musseline segundo (SEBESS, 2011, p. 173), onde se faz a partir da base creme de confeiteiro o início do creme musseline com a adição de manteiga em dois momentos, a metade fria sobre o creme confeiteiro morno e depois de resfriada essa mistura, bater com na batedeira com o restante da manteiga em ponto pomada.

Massa de melão de cana: a ideia de fazer uma massa leve de estrutura aerada veio a partir de uma das aulas de cozinha internacional, onde existe na cozinha *creole* americana a massa *syrup cake*, feita a base de melão, porém seguindo a definição de massa de estrutura aerada de Sebess (2011), uma massa desse tipo não leva fermento ou qualquer químico que faça a aeração, pois os ovos nesta preparação possuem essa função. Segundo a autora pode-se fazer uma massa batida de estrutura aerada por dois métodos: no primeiro, batem-se os ovos

inteiros com o açúcar até que fiquem bem aerados e aumentem de volume. Em seguida são acrescentados os ingredientes secos. Já no segundo método, são batidas separadamente as gemas das claras com o açúcar. Os ingredientes secos entram ao final. No teste 1, a massa foi feita seguindo o mesmo processo de uma massa batida de estrutura areada, porém houve a adição de 5 (cinco) gramas de bicarbonato de sódio e 3 (três) gramas de sal marinho. O resultado foi satisfatório, porém para o segundo teste serão retirados o bicarbonato de sódio e o sal para se possível fazer comparações e escolher a melhor para o trabalho final.

Mousse de pitanga: para o primeiro teste, utilizou para a base da mousse o merengue italiano, outro auxiliar na estruturação da mousse é o chantilly, porém esperava-se que o ponto final da mousse fosse o ponto de chantilly, neste caso, não haveria problemas quanto ao preparo, pois havia a necessidade de a mousse ficasse lisa para que a glaçagem fique perfeita sobre a superfície lisa, desta forma o objetivo para o segundo teste é fazer a mousse com mais fluidez, porém para comparar os resultados, para o segundo teste a base será a *patê à bombe* e a gelatina sem sabor para estruturar.

Glaçagem: segundo as aulas de confeitaria avançada com a Professora Anna Caribé, existem três tipos de glaçagem, a *mirroir* que é a ganache com glucose, onde sua principal característica é a simplicidade e seu bom sabor, porém a desvantagem é que poderá ser tingida somente com cores escuras e seu brilho é fraco em relação às outras, a segunda glaçagem tem em sua composição creme de leite, cacau em pó, gelatina hidratada, para esta a desvantagem maior é a não alteração da cor, isto é, será sempre marrom escuro, porém dentre as três é a mais saborosa e mais brilhosa depois da primeira, perdendo para a terceira glaçagem cuja maior vantagem é que leva chocolate branco em sua composição e por isso pode ser feita de diversas cores, outra principal característica é o brilho, de uma qualidade superior, porém a desvantagem desta é que seu sabor deixa a desejar e pelo fato de em sua composição haver muita gelatina, pode ser um incômodo ao ser consumida, não sendo cremosa como as anteriores. Para a sobremesa do trabalho final prático foi escolhida a terceira opção de glaçagem, já que é a mais complexa de ser feita e pelo brilho de uma glaçagem colorida, a cor escolhida foi o azul, já que remete às loucas portuguesas e também é uma das cores símbolos do Brasil, o sabor da glaçagem neste caso não é o principal, já que a massa por ser saborizada

com melaço de cana, já possui personalidade, e dessa forma ter sabores marcantes na glaçagem iria gerar contrastes não desejáveis. Para tanto a glaçagem irá continuar com a mesma receita e com as mesmas proporções para o segundo teste.

Sorvete de caipirinha: o sabor escolhido para o sorvete foi a caipirinha, para a base deste, foi escolhido o creme inglês, rico em gordura, pois tem muitas gemas. Sabia-se que a presença do álcool na composição do sorvete iria dificultar sua solidificação, porém o risco valeria, isso porque o grupo achou que era uma maneira diferente de apresentar uma bebida clássica brasileira que tem função de refrescar assim como o sorvete, para o primeiro teste houve uma grande dificuldade de utilizar o frio rápido e isso influenciou diretamente para a conclusão do sorvete. A Base do sorvete, como já foi dito, é o creme inglês, este foi batido em temperatura ambiente até incorporar um pouco de ar, depois disso foram adicionadas as *zestes* de limão e também a cachaça. O resultado dessa emulsão foi satisfatório, até o momento, depois disso utilizou-se o nitrogênio líquido, 2 litros, porém não forma suficientes, deixando somente as bordas do creme solidificadas, desta maneira o grupo percebeu que é arriscado utilizar o nitrogênio líquido para solidificar o sorvete, então no mesmo teste foi pensada uma segunda alternativa e essa foi o frio rápido, esperava-se que o sorvete congelasse num prazo de duas horas para então voltarmos a bater e incorporar mais ar, depois voltar para o frio rápido e fazer isso mais duas vezes, o tempo não foi suficiente, desta forma para o próximo teste será solicitado um prazo no dia anterior para deixar o sorvete congelando e no outro dia, sua finalização.

Baseando em algumas leituras, existem algumas maneiras de deixar a emulsão com características importantes, como cremosidade, elasticidades, leveza e cor ao mesmo tempo. O sorvete se mostrou mais complexo do que esperávamos e por isso sua receita será profundamente analisada para que sejam sanados quaisquer problemas com as proporções dos ingredientes.

Caramelo colorido: o objetivo com o caramelo colorido é a técnica de trabalhar com caramelos e seus pontos, no caso o ponto de bala dura, sem deixar queimar. Outro fator que fez aparecer o caramelo colorido é a finalização do prato, onde o caramelo é o elemento que irá determinar o ponto de luz, com um pedacinho de folha de ouro. O resultado para o primeiro teste foi satisfatório em relação ao ponto do caramelo e seu resultado com a folha de ouro, porém a cor escolhida, azul escuro, não ficou bonito, assim o grupo decidiu que para o próximo teste o caramelo

será com sua cor natural, mas agora irá aparecer com outra abordagem com o caramelo, ele irá ser o elemento de finalização do prato, porém sendo bem mais fino que antes, já que agora irá partir de uma castanha e com um gancho ou um palito irá realmente ser um fio, e na ponta do fio, o ponto de luz, a folha de ouro.

Redução de vinho tinto: no teste 1, não havia o preparo de redução de vinho tinto, porém o grupo entendeu que havia necessidade de cor no prato, assim juntando a necessidade da cor, com a necessidade de uma técnica, pensou-se na redução do vinho tinto, de preferência um vinho brasileiro que foi indicado pela professora Alessandra Santos da disciplina de Enogastronomia.

**Figura 7:** Sobremesa realizada no primeiro teste



## 6.2 Relatórios do segundo teste

O segundo teste foi realizado no dia 8 de junho de 2015 e tinha por finalidade corrigir os erros cometidos no primeiro teste e aprimorar a apresentação e harmonia dos pratos. O professor Henrique Salsano supervisionou a execução desse teste.

### 6.2.1 Entrada

O prato de entrada realizado no segundo teste era composto de patas de rã fritas em azeite de oliva português, purê de cebola roxa, pão preto de mel e melado e flor comestível.

Os integrantes da equipe responsáveis pela elaboração desse prato eram o Lincoln Vicente e o Ramon Ribeiro.

#### 6.2.1.1 *Patas de rã fritas em azeite de oliva português*

A carne de rã é consumida a milhares de anos em todos os continentes. No Brasil era consumida inicialmente pelos povos indígenas (LIMA, 2004). Atualmente o consumo dessa iguaria tem aumentado consideravelmente devido à maior produção e divulgação desse anfíbio.

Nesse preparo a rã foi colocada em um bowl com água por cerca de 30 minutos para terminar o processo de descongelamento. Depois de descongelada foi limpa e marinada com vinho branco, tomilho, coentro, cebola e pimenta de cheiro verde por cerca de duas horas. Logo após ser marinada a rã foi frita em imersão em azeite de oliva português.

#### 6.2.1.2 *Purê de cebola roxa*

O purê de cebola roxa tem como função nesse prato complementar o sabor da rã, dar coloração e textura ao prato. Para o preparo desse purê as cebolas foram cortadas em *brunoise* e douradas em fogo baixo por 2 minutos. Após esse tempo foi adicionado 50 gramas de vinho tinto seco e a cocção continuou em fogo baixo por mais 10 minutos. Quando a coloração da cebola estava adequada ela foi processada no liquidificador. Após ser processada, foi adicionado 42 gramas de manteiga para emulsionar o purê. Então, a emulsão foi para panela em fogo baixo por mais 5 minutos.

#### 6.2.1.3 *Pão preto de mel e melado*

O pão preto de mel e melado deve ser macio por dentro, crocante por fora e possuir sabor levemente adocicado para completar o prato em textura e sabor. Para

chegar a essa finalidade houve o reajuste dos ingredientes do preparo feito no primeiro teste além de aumentar o tempo de sova e de descaso da massa. No segundo teste foram feitos pães de 80 gramas ao invés de pães grandes como no primeiro teste.

#### 6.2.1.4 *Flor comestível*

A flor comestível é um componente artístico do prato, auxiliando na apresentação. Foi utilizada uma flor de coloração amarela.

#### 6.2.1.5 *Resultados e discussões*

O prato em geral agradou os componentes do grupo, porém algumas alterações devem ser feitas para que chegue ao ponto desejado. As principais alterações são relativas ao purê de cebola roxa, ao pão preto e a apresentação do prato.

O purê de cebola roxa ficou com a cor desejada inicialmente, porém a textura não agradou, pois não ficou lisa e brilhante. Foram feitas pesquisas para encontrar técnicas que ajudem a obter esse resultado. Uma das técnicas encontradas foi retirar as películas existentes entre as camadas da cebola e assar tais camadas com um pouco de vinho tinto, envoltas em papel alumínio e depois processar com o *mixer*. Essa técnica será testada fora da faculdade.

O pão preto de mel e melado ficou com sabor e textura agradável, mas não combinou com o sabor do prato em geral, por isso foi acatada a ideia do professor Luiz Trigo de fazer um pão de castanhas.

Quanto a apresentação do prato foi acordado que a montagem será em forma de torre, sendo o pão a base e os demais elementos em cima. Será utilizado um prato de madeira para a apresentação visando integrar a ideia da influência indígena na gastronomia brasileira.

Outro ponto que deve ser mudado é a apresentação das patas de rã. Será utilizado apenas as coxas para melhorar a aparência e a comodidade do comensal.

Outro elemento deve entrar no prato para agregar na cor e na textura. A ideia é utilizar um preparo típico dos índios brasileiros, o beiju-quira. A esse beiju é

acrescido sumo de frutas para agregar sabor e coloração. A fruta escolhida pelo grupo foi o maracujá, tendo em vista que é uma fruta endêmica do Brasil.

## 6.2.2 Prato principal

### 6.2.2.1 *Molho de salsão*

O integrante da equipe responsável pela execução do molho foi o Ramon Lemos.

No segundo teste foi feito um molho de salsão, em que a base era constituída de uma emulsão de creme de leite e o salsão refogado com azeite e alho. De acordo com o professor Henrique Salsano, o molho teria ficado com um gosto pesado ao juntar-se com a linguiça. O mesmo orientou a equipe a elaborar um molho agridoce, para amenizar a gordura da linguiça.

Então, a equipe resolveu testar um *gastrique* que foi apresentado pelo professor na aula de Cozinha Italiana. Esse *gastrique* foi feito de laranja que acompanhava uma linguiça. Daí então surgiu a ideia. Em seguida foi feito o *gastrique* de limão galego, que harmonizou perfeitamente com a linguiça de javali.

### 6.2.2.2 *Pudim quente de batata doce e queijo Canastra*

A integrante da equipe responsável pela execução desse preparo foi a Camila Barros.

Para o teste 2 já foram pensadas outras possibilidades para estruturar o pudim em estrutura de corte, como por exemplo a gelatina sem sabor. Primeiramente a batata foi assada com a casca e envolta no papel alumínio no forno combinado por mais ou menos 1h a 180°C. Após assada foi retirada a casca e passada pelo amassador de batata. Em uma panela acrescentou manteiga, a batata, leite e creme de leite, dessa vez sem o *cream cheese*. Pedimos o queijo Canastra novamente, nos veio um queijo de aparência de queijo de búfala, estranhamos, mas nos garantiram que era queijo Canastra. Na panela acrescentamos o queijo ralado junto com a batata e os outros ingredientes até derreter o queijo mas ficar com a "liga". Acrescentamos 2% de gelatina sem sabor hidratada a preparação esperando que estruturasse, misturamos tudo até ficar homogêneo e aveludado, colocamos em

uma forma retangular e dessa vez menor e foi levado para o frio rápido por uns 30 minutos para que a gelatina estruturasse o pudim. Após retirar viu-se que estruturou melhor que no teste 1, e foi para o forno para esquentar e gratinar. Após retirado do forno vimos que não havia estruturado novamente, mas levamos para o professor Henrique Salsano – que estava nos acompanhando esse dia no teste - experimentar junto com os outros ingredientes do prato principal para aprovar os sabores. O professor Henrique estranhou o gosto do pudim quente, disse que havia algo estranho, também experimentamos e havíamos notado que não estava do mesmo jeito que no primeiro teste. Logo nos lembramos que o queijo não estava na mesma consistência que no teste anterior e levantamos a hipótese que ele poderia estar passado ou até estragado, por isso o sabor não ficou tão agradável.

Em nenhum dos dois testes o pudim de batata-doce e queijo canastra chegou a ter a estrutura desejada. Na mesma semana fomos conversar com a professora Anna Caribé para pedir sugestões de estrutura do pudim. Explicamos como havíamos feito e o integrante do grupo Hênio Delfino havia testado o pudim em forma de bolo com farinha de trigo e nos informou que ficou bastante saboroso, mas que havia virado um bolo aerado. A professora Anna Caribé gostou bastante da ideia e sugeriu que substituíssemos o pudim pelo então bolo de batata doce. Todos pensamos e gostamos da ideia, mas queríamos mudar o nome de bolo para algo mais sugestivo e atrativo, com isso a professora sugeriu o nome *petit gateau*, por ser um bolo pequeno, e a tradução e significado de *petit gateau* ser “bolo pequeno”. Acatamos a ideia e substituímos o pudim quente de batata doce com queijo Canastra por *petit gateau* de batata doce com queijo Canastra.

### 6.2.3 Sobremesa

A sobremesa realizada durante o segundo teste era composta por *entremet* de acerola, limão e melaço de cana, tapioca de maracujá, e redução de vinho tinto.

Os integrantes da equipe que foram responsáveis por essa preparação foram o Hênio Delfino e a Camila Barros. O professor que acompanhou e supervisionou esse preparo foi professor Henrique Salsano.

A Sobremesa é composta de nove preparos: começando pela *entremet* composta pelas camadas: a base massa sablé, depois creme musseline saborizado de pitanga ou acerola, massa aerada de melaço de cana, mousse de pitanga ou

acerola e glacagem vermelha ou alaranjada de chocolate branco. A entremet tem como acompanhamentos o sorvete de caipirinha, mini-folhas de rúcula e um fio de caramelo e um ponto de luz com folha de ouro.

Horas antes do início do teste 02, o grupo reavaliou a sobremesa, pois não se percebia uma leveza, parecia que os dois preparos competiam entre si, era a *entremet* competindo com o sorvete de caipirinha, então o grupo se perguntou: qual o preparo que realmente é o principal, dentro da sobremesa? A resposta foi a *entremet*, desta forma o sorvete de caipirinha não seria executado novamente, para tanto o sabor limão foi deslocado para o creme musseline para que completasse o sabor da *entremet*, consequência disso, a tapioca não foi executada para a sobremesa, sua função crocante foi deslocada para a entrada.

#### 6.2.3.1 *Entremet de acerola, limão e melaço de cana*

Massa *sablé* é classificada, segundo Sebess (2011, p. 22) como massas quebradiças, a massa *sablé* continuou com o mesmo preparo que o teste 01, seu resultado continuou satisfatório.

Creme musseline de limão: o saborizante do creme musseline foi o limão, corrigindo os erros do teste um, o creme de confeitiro teve suas proporções de farinha de trigo e leite corrigida, sendo que agora o ponto ficou correto, a execução e o cuidado com a temperatura, que falharam no último teste, foi sanada, assim o creme musseline estruturou e continuou estruturado depois de pronto, o sabor do limão ficou suave porém presente, como o grupo gostaria que fosse.

A massa de melaço de cana continuou a mesma do primeiro teste, a diferença que para o segundo teste foram retirados o bicarbonato de sódio e o sal, ao fazer o teste gustativo, o sabor sem esses elementos é melhor, visto que a massa ficou leve e o sabor do melaço não foi mascarado. A massa irá para a sobremesa final com essas características.

A mousse de acerola tinha como ideia inicial o uso da pitanga, porém por ser sazonal não foi possível testar com a fruta fresta, por isso a fruta da época é a acerola, e com ela os novos testes foram feitos. A grande diferença ao primeiro teste para o segundo foi à base da mousse que antes teve como base o merengue italiano o chantilly. No segundo teste utilizou outra base para aerar a mousse, usou-

se a *patê à bombe* e a gelatina sem sabor para estruturar. O resultado foi satisfatório, pois se buscava uma fluidez e foi alcançada.

A glaçagem escolhida para o segundo teste foi a mesma que a escolhida no primeiro, feita com chocolate branco, a receita permaneceu a mesma, porém a cor escolhida foi a mistura de laranja com vermelho, lembrando a cor da casca da acerola.

Quanto a redução de vinho tinto, no teste um não havia o preparo de redução de vinho tinto, porém o grupo entendeu que havia necessidade de cor no prato, assim juntando a necessidade da cor, com a necessidade de uma técnica, pensou-se na redução do vinho tinto, de preferência um vinho brasileiro que foi indicado pela professora Alessandra Santos da disciplina de Enogastronomia. A redução do vinho tinto foi feita, o resultado foi satisfatório, porém o grupo percebeu que ela não equilibrava com o restante das informações do prato, por isso o preparo foi retirado, afim de “limpar” o prato e deixar claro o conceito da sobremesa.

## CONCLUSÃO

A gastronomia brasileira, nossa gastronomia, é de fato complexa, peculiar e fascinante, o trabalho presente possibilitou a conclusão de que ainda há muito a ser estudado e que o é diferente para mundo também é para os próprios brasileiros. A gastronomia brasileira em suas características populares, como o que o brasileiro vem consumindo ao longo dos anos: arroz, feijão, legumes, massas, pizzas, carne bovina, frango. Assim como a gastronomia puramente falando, como açaí, castanhas, peixes de muitas variedades, frutos do mar, frutos do cerrado e frutos exóticos para muitos paladares. O brasileiro, que antes não se via como conjunto de uma cultura extremamente rica agora começa a se perceber como identidade e beleza.

Criar um cardápio com três pratos foi interessante, uma vez que não é possível colocar tudo o que se quer apresentar em um prato somente, e esse realmente não era o objetivo, e sim era entender um pouco mais da origem da gastronomia brasileira e isso foi possível, uma vez que a trilogia formada pelas culturas do negro, portugueses e indígenas se tornaram mais que pilares da gastronomia brasileira, estas foram definidas como matrizes da gastronomia brasileiras, sendo parte dos pilares. A distinção entre pilares e matrizes se deu pela necessidade de classificar outras influências, em menor proporção ou em pontos específicos das regiões brasileiras, então ainda são pilares da gastronomia brasileira a cozinha francesa, a italiana, espanhola, asiática americana, sendo que estas outras também receberam influências brasileira, mantida as devidas proporções, pelo simples fato de a globalização ter feito os países vivarem um único mundo.

O desafio de utilizar a carne de rã na entrada, foi proposto a fim de fugir dos alimentos marcados, que todos já pensam como brasileiros. A carne de rã, já consumida por algumas tribos indígenas, representa que o tradicional pode voltar à mesa do brasileiro, isso é possível perceber pois já se encontra esse insumo de maneira industrializada. O prato principal que usa carne de caça e a carne bovina, muito consumida no país, sob diversas formas de diferentes cortes. É guarnecida pela batata doce, que é o carboidrato popular brasileiro e que ao utilizarmos, sairíamos da zona de conforto com a rainha mandioca ou macaxeira.

A sobremesa, valorizando a influência francesa, utilizou a *entremet* como forma de equilibrar sabores da terra e sabores ácidos, aproveitando o clima de

novos sabores combinados, pensou-se, junto com o professor Henrique Salsano, na apresentação, um jardim, onde esferas sugerem a gastronomia do futuro.

O Brasil possui chef's que são pesquisadores de sua cultura e com uma criatividade, diríamos que nada do brasileiro, tem mostrado ao mundo o quando a gastronomia brasileira pode ser contemporânea, isto é, moderna, sem medo de experimentar novas técnicas com insumos jamais trabalhados de outras formas e apresentados de formas mais diferentes ainda, isso sugere que o futuro da gastronomia brasileira terá ao menos duas vertentes, a de comida popular brasileira com insumos já esquecidos ou pouco consumidos em regiões definidas e a alta gastronomia brasileira, que servirá de vitrine para o mundo e para os próprios brasileiros, a fim de mostrar que uma gastronomia como a brasileira sempre terá boas surpresas aos seu comensais.

## GLOSSÁRIO

**Alginato de sódio:** composto químico, sal de sódio do ácido algínico. Sua fórmula química empírica é NaCHO.

**Antiespasmódico:** Que combate os espasmos (contração muscular).

**Bowl:** palavra em inglês que significa vasilha.

**Cataplasma:** Massa medicamentosa que se aplica sobre a pele diretamente ou entre dois panos.

**Chantilly:** Creme de textura leve e aerada, feito à base de creme de leite fresco batido com açúcar e baunilha até ficar bastante encorpado.

**Chardonnay:** uva da família da *Vitis vinífera*.

**Chinois:** É uma peneira cônica de malha fina para coar caldos e molhos delicados.

**Chips:** É um disco fino de vegetais amiláceos fritos em imersão em óleo quente.

**Cocção:** Ato ou efeito de cozer; cozimento, cozedura.

**Comensal:** Aquele que come à mesa.

**Cream cheese:** É um creme salgado produzido à base de queijo.

**Creme de manteiga:** É um creme à base manteiga, gemas e açúcar que pode ser aromatizado e entrar em recheios e coberturas.

**Creme musseline:** É uma mistura de creme de confeitiro, manteiga e um aromatizante.

**Crumbé:** massa amanteigada.

**Deglaçagem:** Adição de líquido à uma panela com intuito de dissolver sólidos presentes no fundo da mesma.

**Entremet:** Sobremesa francesa com camadas, entre camadas.

**Esferas:** películas de paredes gelatinosas que formam bolhas com sucos em seu interior.

**Especiaria:** produtos de origem vegetal, de aroma ou sabor acentuados.

**Ficha técnica:** É um documento que explica detalhadamente um preparo a ser realizado.

**Flambagem:** Adição de líquido inflamável à uma panela com intuito de dissolver sólidos e gerar características organolépticas. Necessariamente o líquido tem que entrar em combustão.

**Ganache:** mistura feita com chocolate derretido com creme de leite.

**Glaçagem:** cobertura lisa, espelhada.

**Glucose líquida:** É um líquido espesso e viscoso, obtido através da hidrólise incompleta do amido que consiste em dextrose, dextrina, maltose e água.

**Guarnição:** É o acompanhamento de um prato.

**Intercostal:** Está situado entre as costelas.

**Insumos:** despesas e investimentos que contribuem para o resultado final, mercadoria ou produto até o acabamento ou consumo final.

**Labocien:** Setor responsável pela administração e manutenção dos laboratórios de práticas do UniCEUB.

**Lactado de cálcio:** sal de cálcio produzido por meio da fermentação do ácido 2-hidroxipropanóico.

**Massa *sablé*:** massa amanteigada quebradiça.

**Melaço:** resultando da etapa de centrifugação, no processo de fabricação de açúcar.

**Mirroir:** glaçagem feita com ganache e glucose.

**Mise en place (MEP):** Expressão francesa que significa pôr no lugar. Utilizado na gastronomia para definir o que deve ser feito antes de começar a preparação de um prato.

**Mostarda de Dijon:** Mostarda típica da região francesa de Dijon. Utilizada em diversos preparos clássicos e contemporâneos.

**Mousse:** preparos aerados e leves.

**Nomadismo:** Aquele que não tem casa ou não se fixa muito tempo num lugar.

**Obsoleto:** Caído em desuso, antiquado, arcaico.

**Papilote:** Técnica de cocção que tem por princípio assar o alimento envolto em película semipermeável com intuito de manter a água do alimento em contato com o mesmo. O produto dessa técnica é uma carne macia e saborosa.

**Parcimoniosa:** Agir com parcimônia, paciência, parco.

**Patê à bombe:** mistura rica de xarope de açúcar e gemas de ovos batidos, com textura cremosa, é utilizada como componente base (aerador) para sobremesas como mousses, parfaits, etc.

**Perlage:** nome dado às borbulhas de gás carbônico que se formam quando um espumante ou champagne é servido.

**Pinçage:** Adição de extrato de tomate aos ingredientes do fundo. Tem por finalidade tornar o fundo escuro.

**Ponto *nappé*:** É um ponto utilizado para definir o estágio de molhos e cremes. Alcança-se esse ponto quando, com as costas de uma colher envolta de creme ou molho, passa-se o dedo sobre as costas dessa colher e o molho ou creme não se juntam.

***Sablage*:** O método utilizado para a confecção da massa *sablé*, que utiliza a manteiga fria.

***Silpat*:** É uma folha de silicone antiaderente e reutilizável. Pode ser adaptada as mais diferentes superfícies.

***Sous-vide*:** Expressão francesa que significa “sob vácuo” e refere-se ao cozimento de longa duração, à vácuo e em temperaturas baixas em equipamento próprio para esse fim.

***Syrup cake*:** bolo creolo americano com melaço.

***Tempranillo*:** casta de uva tinta da família da *Vitis vinifera*.

***Terroir*:** extensão limitada de terra considerada do ponto de vista de suas aptidões agrícolas, particularmente à produção vitícola.

***Violáceos*:** Que possui características cromáticas da cor violeta.

***Zestes*:** raspas

## REFERÊNCIAS

- ATALA, A. **D.O.M:** redescobrimo ingredientes brasileiros. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2013.
- BARDINE, R. O fim da Idade Média. Disponível em: <<http://www.coladaweb.com/historia/crise-do-seculo-xiv-o-fim-da-idade-media>>. Acesso em: 17 jun 2015.
- BARROS, T. Molho gastrique de laranja. **Tathiene Barros**, 2012. Disponível em: <<http://tathienebarros.blogspot.com.br/p/molho-gastrique-de-laranja.html>>. Acesso em: 10 jun 2015.
- CARRARO, K. C. Ranicultura: um bom negócio que. **Revista da FAE**, Curitiba, v. 11, p. 111-118, jan/jun 2008.
- CASCUDO, L. D. C. **História da Alimentação no Brasil**. Belo Horizonte: Itatiaia limitada, v. I, 1983.
- CHIAVENATO, J. J. **O negro no Brasil:** da senzala à abolição. São Paulo: Moderna, 1999.
- COELHO, R. C. **Os franceses**. São Paulo: Editora Contexto, 2013.
- COUTO, C. **Arte de cozinha:** alimentação e dietética em Portugal e no Brasil (séculos XVII-XIX). São Paulo: Editora Senac, 2007.
- DÓRIA, C. A. **Formação culinária brasileira:** escritos sobre a cozinha inzoneira. São Paulo: Três Estrelas, 2014.
- EL-KAREH, A. C.; BRUIT, H. H. Cozinhar e comer, em casa e na rua: culinária e gastronomia na Corte do Império do Brasil. **Estudos Históricos: alimentação**, Rio de Janeiro, v. 33, p. 76-94, jan-jun 2004.
- FERREIRA, C. M.; PIMENTA, A. G. C.; NETO, J. S. P. **Introdução à Ranicultura**. Instituto de Pesca. São Paulo, p. 15. 2002.
- GOMES, L. Os biopiratas do jardim do Edem: por mais de três séculos, o Brasil foi um laboratório na guerra global que os europeus travaram pelo controle das especiarias. **Aventuras na história**, São Paulo, v. 69, abr 2009.
- GUIMARÃES, E. A língua portuguesa no Brasil. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 57, n. 2, Jan 2005.

GUTIERREZ, A. D. S. D. A origem do quiabo. **HortiBrasil**, 2013. Disponível em: <[http://www.hortibrasil.org.br/jnw/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1128:a-origem-do-quiabo&Itemid=82](http://www.hortibrasil.org.br/jnw/index.php?option=com_content&view=article&id=1128:a-origem-do-quiabo&Itemid=82)>. Acesso em: 12 Jun 2015.

HADDAD, C. F. B. Anfíbios. In: MINISTÉRIO DO MEIO AMBIENTE **Livro vermelho da fauna brasileira ameaçada de extinção**. Brasília: Biodiversidade 19, v. II, 2008. Cap. 2, p. 286-320.

IBGE. **O Brasil indígena**. IBGE. Brasília, p. 8. 2011.

KIILL, L. H. P.; RESENDE, G. M. D.; SOUZA, R. J. D. Cultivo da Cebola no Nordeste. **Embrapa**, 2007. Disponível em: <<http://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br/FontesHTML/Cebola/CultivoCebolaNordeste/botanica.htm>>. Acesso em: Junho set. 2015.

KÖVESI, B. et al. **400g**: Técnicas de cozinha. 4<sup>a</sup>. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2007.

KROTH, L. L. et al. Detecção sorológica de vírus por NCM-Elisa em lavouras de batata-doce no estado do Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Brasileira de Agrociências**, Pelotas, v. 7, n. 2, p. 117-119, 2001.

LAUER, S. **Limão siciliano**. São Paulo: [s.n.], 2002.

LIMA, G. J. D. A. **Uso de polímero natural do quiabo como auxiliar de floculação e filtração em tratamento de água e esgoto**. Rio de Janeiro: Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2007.

LOWIE, R. H. Eastern Brazil: an introduction. In: INSTITUTION, S. **Handbook of south american indians**. Washington : Unites States Government Printing Office, v. I, 1946. Cap. 3, p. 381-397.

MACHADO, M. L. **Interiores no Brasil**: a influência portuguesa no espaço doméstico. São Paulo: Editora Olhares, 2011.

MADEIRA, N. R.; REIFSCHNEIDER, F. J.; GIORDANO, L. D. B. Contribuição portuguesa à produção e ao consumo de hortaliças no Brasil: uma revisão histórica. **Horticultura Brasileira**, Brasília, v. 26, n. 4, Dec 2008. ISSN 1806-9991.

MEJIDO, M. J. **Métodos de cocção**. Rio de Janeiro: Multifoco, 2012.

ODORIZZI, C.; SILVA JÚNIOR, A.; LEMOS, M. Flores comestíveis: revisão sobre os aspectos nutracêuticos e o uso na alimentação e na gastronomia. **Nutrição Brasil**, v. 13, n. 3, p. 184-188, maio-jun 2014.

QUEIJOS NO BRASIL. Queijo Canastra. **Queijos no Brasil**, 2015. Disponível em: <<http://www.queijosnobrasil.com.br/queijo-canastra.html>>. Acesso em: 20 jun 2015.

ROCHA, L. Comida de rei: no bicentenário da chegada da carte portuguesa ao Brasil, descubra os hábitos e contrastes da cozinha na época. **Prazeres da Mesa**, São Paulo, v. 5, n. 5, p. 42-57, abr 2008.

RODRIGUES, A. S. et al. Armazenamento de cebolas tradicionais de Póvoa de Varzim: efeito na qualidade e fitoquímicos funcionais. **Vida Rural**, out 2010. 36-39.

RODRIGUES, S. D. G. G. A contemporaneidade da gastronomia ludovicense: (cuxá) x big mac/mac donald na cultura, identidade e tradição. **Cambiassu**, São Luis, n. 4, jan-dez 2008.

SEBESS, M. **Técnicas de confeitaria profissional**. 3ª rev. e ampl. ed. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2011.

SHIBAO, J.; BASTOS, D. H. M. Produtos da reação de Maillard em alimentos: implicações para a saúde. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 24, n. 6, Nov/Dec 2011.

SILVA, B. **Aprendendo a fazer embutidos**. Uberlândia: Três, 2007.

TUA SAÚDE. Tomilho. **Tua saúde**, 2014. Disponível em: <<http://www.tuasaude.com/tomilho/>>. Acesso em: 20 jun 2015.

ZILLER, S. **Javali**: desenvolvimento e conservação ambiental. Brasília: [s.n.], 2011.

SILVA, M.A.; AZEVEDO, S.M.; MALUF, W.R.; CAMPOS, V.P.; MOMENTÉ, V.G. **Cultivo de batata doce**. p.122-123, 2004.

RITSCHER, P. S.; MENÊZES, J. E.; TEIXEIRA, D. M. C.; THOMAZELLI, L. **Batata-doce: recursos genéticos e melhoramento**. P.114, 1999.

TRUCOM, Conceição. **O poder de cura do limão**. Editora Alaúde. 2010, p. 61.

**Sistemas de Produção de vinagre**. 2006. Disponível na página [sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br](http://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br), acesso em 16 de junho de 2015.

AQUARONE, Eugênio et al. **Biotecnologia Industrial**. v.4. São Paulo. Edgard Blucher Ltda. 2001.

Centro de Tecnologia Canavieira. **SINDALCOOL**, 2015. Disponível na página <http://www.ctcanavieira.com.br>, acesso em 20 de junho de 2015.

KLEIN, Herbert. **Migração internacional na história das Américas**. In: FAUSTO, Boris. (Org.) *Fazer a América: a imigração em massa para a América Latina*. São Paulo: Edusp, 1999, p.14.

LANNA, Ana Lúcia Duarte. **A transformação do trabalho: a passagem para o trabalho livre na Zona da Mata Mineira, 1870-1920**. Campinas (SP): Ed. Unicamp, 1988.

## ANEXO A

## Fichas técnicas

Entrada*Coxas de rã seladas no azeite português e flambadas com cachaça*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Patas de rã	2 unidades	0,150	0,120	1,25	0,120	R\$ 8,25	R\$ 8,25	
Pimenta de cheiro verde	2 unidades	0,030	0,020	1,50	0,020	R\$ 0,38	R\$ 0,38	
Vinho branco seco	2 xíc. Chá	0,300	0,300	1,00	0,300	R\$ 3,81	R\$ 3,81	
Azeite de oliva português	3 col. sopa	0,010	0,010	1,00	0,010	R\$ 0,28	R\$ 0,28	
Cachaça envelhecida	1/3 xíc. Chá	0,050	0,050	1,00	0,050	R\$ 2,10	R\$ 2,10	
Tomilho fresco	3 col. sopa	0,030	0,020	1,50	0,020	R\$ 0,50	R\$ 0,50	
Coentro fresco	3 col. sopa	0,030	0,020	1,50	0,020	R\$ 0,15	R\$ 0,15	
Sálvia fresca	3 col. sopa	0,030	0,020	1,50	0,020	R\$ 0,32	R\$ 0,32	
Cenoura	1/2 unidade	0,100	0,100	1,00	0,100	R\$ 0,30	R\$ 0,30	
Salsão	1 talo	0,100	0,080	1,25	0,080	R\$ 0,75	R\$ 0,75	
Cebola branca	2 unidades	0,100	0,800	0,13	0,800	R\$ 0,30	R\$ 0,30	
Pimenta-do-reino	1/2 col. café	0,003	0,003	1,00	0,003	R\$ 0,60	R\$ 0,60	
Sal	1 col. Café	0,005	0,005	1,00	0,005	R\$ 0,01	R\$ 0,01	
<b>TOTAL</b>		0,938				R\$ 17,73	R\$ 17,13	

<b>Tempo de preparo (min):</b>	160	<b>Rendimento (kg):</b>	0,130	<b>Número de porções:</b>	1	<b>Porção (kg):</b>	0,130
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação: (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim</b>						
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>							
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.							
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>							
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>				<b>MODO DE PREPARO</b>			
Energia (kcal e kJ):	191,90 kcal	802,14 kJ	Higienizar os vegetais com hipoclorito; Porcionar as coxas de rã;				
Carboidratos (g):	0,00		Cortar as cebolas em <i>ciselado</i> , o salsão em <i>julienne</i> , a cenoura em				
Proteínas (g):	24,90		fatias de 3mm e a pimenta de cheiro em rodela de 3mm. Colocar				
Lipídeos (g):	10,45		as patas de rã para marinar com as ervas aromáticas, os vegetais e o				
Colesterol (mg)	0,00		vinho branco; Deixar marinando por 2,5 horas; Retirar as coxas de rã				
Fibra Alimentar (g)	0,00		da marinada e enxugá-las com papel toalha; Esquentar uma frigideira				
Cálcio (mg)	73,79		em fogo médio; Temperar as coxas de rã com sal e pimenta-do-reino;				
Magnésio (mg)	0,00		Adicionar um fio de azeite de oliva português sobre as coxas de rã;				
			Selar as coxas de rã na frigideira quente; Flambar com cachaça e deglaçar e flambar com a cachaça. Montar o prato e servir.				

## ANEXO B

## Fichas técnicas

Entrada*Purê de cebola roxa e beterraba*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Cebola roxa	1 unidades	0,070	0,050	1,4	0,070	R\$ 0,17	R\$ 0,17	
Genoura	1/2 unidade	0,035	0,035	1	0,035	R\$ 0,10	R\$ 0,10	
Beterraba	1/4 unidade	0,030	0,030	1	0,030	R\$ 0,13	R\$ 0,13	
Azeite de oliva	1 col sopa	0,010	0,010	1	0,010	R\$ 0,05	R\$ 0,05	
Sal	1 col chá	0,005	0,005	1	0,005	R\$ 0,33	R\$ 0,33	
<b>TOTAL</b>		0,150	0,130			R\$ 0,78	R\$ 0,78	
<b>Tempo de preparo (min):</b>	50	<b>Rendimento (kg):</b>			0,130	<b>Número de porções:</b>	1	<b>Porção (kg):</b> 0,130
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> <input checked="" type="checkbox"/> Ótima <input type="checkbox"/> Boa <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Ruim							
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>								
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.								



## ANEXO C

## Fichas técnicas

Entrada*Beiju-quira de maracujá*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Polvilho doce	2 col. Sopa	0,020	0,020	1	0,020	R\$ 0,31	R\$ 0,31	
Suco de maracujá	1 unidade	0,030	0,030	1	0,030	R\$ 0,20	R\$ 0,20	
Sal	1 col. Chá	0,005	0,005	1	0,005	R\$ 0,01	R\$ 0,01	
<b>TOTAL</b>	0	0,055	0,055		0,055	R\$ 0,51	R\$ 0,51	

<b>Tempo de preparo (min):</b>	15	<b>Rendimento (kg):</b>	0,075	<b>Número de porções:</b>	1	<b>Porção (kg):</b>	0,025
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação: (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim</b>						
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>							
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.							

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			MODO DE PREPARO
Energia (kcal e kJ):	87,60 kcal	366,17 kJ	Higienizar o maracujá; Retirar a polpa do maracujá e bater no liquidificador
Carboidratos (g):		21,80	aos poucos para não triturar demais as sementes; Passar o sumo do maracujá
Proteínas (g):		0,22	pela peneira; Hidratar o polvilho doce com o sumo coado do maracujá até que
Lipídeos (g):		0,15	o ponto esteja correto; Peneirar o polvilho hidratado; Esquentar uma frigideira
Colesterol (mg)		0,00	em fogo baixo; Adicionar o polvilho peneirado à frigideira e espalhar para que
Fibra Alimentar (g)		0,90	fique bem fino; Após o beiju estar com boa liga virá-lo na frigideira; Retirar o
Cálcio (mg)		9,40	beiju
Magnésio (mg)		10,50	da frigideira e cortar em retângulo de 3cm x 4cm; Dar forma côncava ao beiju;
			Assar o beiju à 130 °C no forno por 10 minutos para secar e dar crocância.
			Servir sobre as coxas de rã.

## ANEXO D

## Fichas técnicas

Entrada*Caviar vegetal de quiabo*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Quiabo	1 unidades	0,070	0,015	4,67	0,070	R\$ 0,56	R\$ 0,56	
Sal	1 col. Chá	0,005	0,005	1,00	0,005	R\$ 0,01	R\$ 0,01	
Fundo de legumes	1/2 xic. Chá	0,050	0,050	1,00	0,050	R\$ 1,25	R\$ 1,25	
<b>TOTAL</b>	0	0,125				R\$ 1,81	R\$ 1,81	

<b>Tempo de preparo (min):</b>	50	<b>Rendimento (kg):</b>	0,025	<b>Número de porções:</b>	1	<b>Porção (kg):</b>	0,025
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim						
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>							
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.							

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		MODO DE PREPARO
Calorias (kcal e kJ):	3,30 kcal                      13,79 kJ	Lavar o quiabo; cozinhar o quiabo inteiro
Carboidratos (g):	0,6765	no fundo a 80 °C; Reservar por 30 minutos
Proteínas (g):	0,2805	Abrir o quiabo e raspar as suas sementes;
Gorduras totais (g):	0,0315	Servir.

## ANEXO E

## Fichas técnicas

Prato principal*Petit gateau de batata doce e queijo canastra*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Farinha de trigo	1/4 de xíc. Chá	0,050	0,050	1,00	0,050	R\$ 0,06	R\$ 0,12	
Batata doce	2 unidades	0,100	0,060	1,67	0,060	R\$ 0,11	R\$ 0,22	
Manteiga com sal	1 col. Sopa	0,050	0,050	1,00	0,050	R\$ 0,29	R\$ 0,58	
Queijo Canastra	1/4 de xíc. Chá	0,050	0,050	1,00	0,050	R\$ 0,40	R\$ 0,80	
Ovos	1 unidade	0,030	0,030	1,00	0,030	R\$ 0,21	R\$ 0,41	
Leite	1/3 xíc. Chá	0,050	0,050	1,00	0,050	R\$ 0,15	R\$ 0,30	
Sal	1 col. Café	0,005	0,005	1,00	0,005	R\$ 0,09	R\$ 0,19	
<b>TOTAL</b>		<b>0,335</b>	<b>0,295</b>		<b>0,148</b>	<b>R\$ 1,31</b>	<b>R\$ 2,61</b>	

<b>Tempo de preparo (min):</b> 2h	<b>Rendimento (kg):</b> 0,295	<b>Número de porções:</b> 2	<b>Porção (kg):</b> 0,148
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>			
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.			
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>			
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>			<b>MODO DE PREPARO</b>
Energia (kcal e kJ):	239,00 kcal	999,02 kJ	Colocar a batata doce envolta em papel alumínio para assar por 1h no forno em 180°
Carboidratos (g):	55,85		Ralar o queijo Canastra e reservar.
Proteínas (g):	27,58		Depois de cozida passar a batata doce no espremedor de batata
Lipídeos (g):	61,38		Em um bowl misturar a batata com o leite, o ovo, sal e o queijo.
Colesterol (mg)	262,30		Acrescentar a farinha de trigo e misturar até ficar homogêneo.
Fibra Alimentar (g)	2,71		Assar em forno pré-aquecido em 180° por 40 min. ou até dourar.
Cálcio (mg)	10,50		
Magnésio (mg)	51,60		

## ANEXO E

## Fichas técnicas

Prato principal*Linguça Pantaneira*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Carne de Javali	25g	0,025	0,020	1,25	0,020	R\$ 2,33	R\$ 2,33	
Carne bovina	10g	0,010	0,010	1	0,010	R\$ 1,00	R\$ 1,00	
Toucinho	15g	0,015	0,015	1	0,015	R\$ 1,17	R\$ 1,17	
Tripa	5g	0,005	0,005	1	0,005	R\$ 0,83	R\$ 0,83	
Sal	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,07	R\$ 0,07	
Raspas de limão siciliano	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,50	R\$ 0,50	
Vinho branco seco	10ml	0,010	0,010	1	0,010	R\$ 0,13	R\$ 0,13	
Alecrim	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,13	R\$ 0,13	
Tomilho	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,13	R\$ 0,13	
Coentro fresco	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,13	R\$ 0,13	
Cebolinha	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,13	R\$ 0,13	
Alho	2g	0,002	0,002	1	0,002	R\$ 0,07	R\$ 0,07	
<b>Total</b>		<b>0,079</b>	<b>0,074</b>		<b>0,074</b>	<b>R\$ 6,63</b>	<b>R\$ 6,57</b>	

<b>Tempo de preparo (horas):</b>	26	<b>Rendimento (kg):</b>	0,074	<b>Número de porções:</b>	1	<b>Porção (kg):</b>	0,074
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação: (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim</b>						
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>							
Acréscimo de informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.							
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>				<b>MODO DE PREPARO</b>			
Energia (kcal e kJ):	161,62	kcal	675,57	kJ	1- Cortar a carne e o toucinho em cubos.		
Proteínas (g)	8,59			2- Acrescentar o tomilho, o coentro, a cebola e o alho picado, as raspas de limão siciliano, o sal e a pimenta do reino			
Carboidratos (g):	2,30			3- Acrescentar o vinho.			
Lipídeos (g):	12,28			4- Deixar descansar por 24hs			
Colesterol (mg)	24,70			5- Desidratar a tripa por 30 minutos e enxágue bem com água.			
Fibra Alimentar (g)	0,92			6- Colocar a tripa na máquina de modo que não venha a estourar.			
Cálcio (mg)	30,62			7- Dar um nó simples na ponta da tripa.			
Magnésio (mg)	11,68			8 -Levar ao forno pré-aquecido à 180g por 30 minutos.			

## ANEXO F

## Fichas técnicas

Prato principal*Gastric de limão galego*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Limão galego	2 unidades	0,070	0,050	1,40	0,013	R\$ 0,09	R\$ 0,35	
Açúcar	3 col. Sopa	0,030	0,030	1,00	0,008	R\$ 0,01	R\$ 0,05	
Sal	2 col.chá	0,010	0,010	1,00	0,003	R\$ 0,00	R\$ 0,01	
Vinagre	1 col. Chá	0,005	0,005	1,00	0,001	R\$ 0,01	R\$ 0,03	
Pimenta dedo de moça	1 unidade	0,015	0,010	1,50	0,003	R\$ 0,04	R\$ 0,16	
<b>TOTAL</b>		0,130	0,105	1,24	0,026	R\$ 0,15	R\$ 0,60	
<b>Tempo de preparo (min):</b>	20	<b>Rendimento (kg):</b>			0,105	<b>Número de porções:</b>	4	<b>Porção (kg):</b> 0,02625
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> <input checked="" type="checkbox"/> Ótima    ( ) Boa    ( ) Regular    ( ) Ruim							
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>								
Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.								

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			MODO DE PREPARO
Calorias (kcal e kJ):	138,05 kcal	577,05 kJ	Em uma panela acrescentar o suco de um limão, o sal, o açúcar, o vinagre e a pimenta dedo de moça; deixar reduzir por 10 min.
Carboidratos (g)	36,599		
Proteínas (g)	0,633		
Gorduras totais (g)	0,166		
Colesterol (mg):	0,000		
Fibra alimentar (g):	1,625		
Cálcio (mg):	19,200		
Magnésio (mg):	6,650		

## ANEXO G

## Fichas técnicas

Sobremesa*Massa sablé*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Farinha de trigo Dona Benta	4 colheres de sopa niveladas	41g	41g	1	41gr	2,88	0,12	
Açúcar mascavo Lowçucar	2 colheres de sopa niveladas	25g	25g	1	25gr	8,8	0,44	
Manteiga sem sal Batavo gelada	1 colher de sopa cheia	34g	34g	1	33,33gr	4,59	0,76	
Ovo	1 uni	30g	30g	1	30 uni	0,5	0,5	
Essência de baunilha	1/2 colher de chá	0,6ml	0,6ml	1	0,6ml	4	0,09	
Sal	1/4 de colher de chá	0,3g	0,3g	1	0,3gr	1,9	0,01	
<b>TOTAL</b>						<b>22,17</b>	<b>1,92</b>	

<b>Tempo de preparo:</b> 15 minutos	<b>Rendimento (kg):</b> 10gr	<b>Número de porções:</b> 1	<b>Porção (kg):</b> 10gr
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> ( ) Ótima (x) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>  Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	Deixar a massa resfriando na geladaria por 1 hora antes de assar. Peso da massa crua: 14gr. Peso da massa assada: 10gr. moldar a massa em retângulo.		
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>		<b>MODO DE PREPARO</b>	
Calorias (kcal e kJ):	Misturar em um bowl a farinha de trigo e o sal. Cortar a manteiga em cubos e adicionar ao bowl com farinha e sal. Misturar com as pontas dos dedos até incorporar. Adicionar o açúcar mascavo e o ovo, misturar. Adicionar a essência depois que estiver homogênea, deixar a massa descansar por 1 hora. Assar em forno pré-aquecido por 14-15 minutos, 180°C.		
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			

## ANEXO H

## Fichas técnicas

Sobremesa*Creme musseline*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Creme de confeitiro								
Leite integral	1/2 copo americano	50ml	50ml	1	50ml	2,7	0,13	
Gemas	1/2 gema	6gr	6gr	1	6gr	0,5	0,2	
Açúcar cristal Qualitá	1/4 de xíc	20g	20g	1	20g	2,89	0,11	
Farinha de trigo	1/2 colher de sopa rasa.	10gr	10gr	1	10gr	3,4	0,03	
Manteiga	1 colher de sopa nivelada	20gr	20gr	1	20gr	4,6	0,18	
Raspas de limão	1 colher de sopa nivelada	10gr	10gr	1	10gr	0,34	0,34	
<b>TOTAL</b>						14,43	0,99	

<b>Tempo de preparo:</b> 40 minutos	<b>Rendimento (kg):</b> 50gr	<b>Número de porções:</b> 1	<b>Porção (kg):</b> 50gr
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>  Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	<p>Creme de confeitiro: misturar bem os ovos com o açúcar, acrescentar a farinha de trigo, misturar até homogeneizar. Em uma panela aquecer o leite, quando isso acontecer, verter a metade do leite quente sobre a mistura no bowl, mexer bem e voltar para o leite que ficou na panela, voltar para o fogo médio e misturar até chegar no ponto (de 2 a 3 minutos), o creme fica encorpado.</p>		
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>		<b>MODO DE PREPARO</b>	
Calorias (kcal e kJ):		<p>Para o creme <i>mousseline</i>: Com o creme de confeitiro ainda quente, acrescentar metade da manteiga fria, misturar bem e transferir para uma assadeira forrada com plástico filme, Cobrir com plásticos filme e levar a geladeira até ficar fria. Depois de fria, bater na batedeira com o restante da manteiga em ponto pomada, acrescentar as raspas de limão.</p>	
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			

## ANEXO I

## Fichas técnicas

Sobremesa*Massa de melaço*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Ovos	1 1/2 de ovos	34 gr	34 gr	1	34 gr	0,5	0,83	
Açúcar cristal	1 colher de sopa nivelada	7gr	7gr	1	7gr	2,89	0,04	
Farinha de trigo	1 colher de sopa cheia	21gr	21gr	1	21gr	3,4	0,14	
Manteiga sem sal	1 colher de café cheia	9gr	9gr	1	9gr	4,6	0,08	
Melaço de cana	1 colher de sopa	10gr	10gr	1	10gr	6,8	0,68	
<b>TOTAL</b>						18,19	1,77	

<b>Tempo de preparo:</b> 20 minutos	<b>Rendimento (kg):</b> 30gr	<b>Número de porções:</b> 1	<b>Porção (kg):</b> 30gr
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b>  Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	Manteiga derretida.		
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>		<b>MODO DE PREPARO</b>	
Calorias (kcal e kJ):	Colocar os ovos com o açúcar e o melão em uma tigela e em banho-maria misturar até que atinja 50°C. Passar a mistura para a batedeira e bater até o ponto de fita. Peneirar a farinha de trigo. Juntar a farinha de trigo aos poucos sobre a mistura de maneira delicada, com uma espátula. Derreter a manteiga e adicionar à mistura e terminar de misturar. Assar a 180°C por 10 minutos.		
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			

## ANEXO I

## Fichas técnicas

Sobremesa*Mousse de acerola*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Gemas	1 unidade	15gr	15gr	1	15gr	0,3	0,3	
Açúcar	2 colheres de sopa rasas	22gr	22gr	1	22gr	2,89	0,13	
Gelatina sem sabor em pó	1/3 de colher de chá	1gr	1gr	1	1gr	2,6	0,26	
Creme de leite fresco	3 colheres de sopa	34gr	34gr	1	34gr	2,7	0,91	
Suco natural de acerola	2 colheres de sopa rasas	34gr	34gr	1	34gr	2	0,68	
<b>TOTAL</b>						10,49	2,28	

<b>Tempo de preparo:</b> 30minutos	<b>Rendimento (kg):</b> 50gr	<b>Número de porções:</b> 1	<b>Porção (kg):</b> 50gr
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.	A calda é em ponto de bala mole -120°. Para hidratar a gelatina, utiliza 7 vezes seu peso em água, levar para o banho-maria e dissolver		
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>		<b>MODO DE PREPARO</b>	
Calorias (kcal e kJ):	Fazer a calda em ponto de bala mole. Bates as gemas na batedeira até dobrar de tamanho, derramar a calda sobre as gemas ainda batendo com velocidade 1. Acrescentar a gelatina hidratada e bater até a <i>pâte à bombe</i> esfrie. Passara <i>patê à bombe</i> para outro <i>bowl</i> e adicionar a popa de pitanga descongelada. Misturar delicadamente. Em outro <i>bowl</i> bater o creme de leite a 3/4. Acrescentar 1/3 da mistura com pitanga no creme de leite, misturar delicadamente, acrescentar o restante da mistura de pitanga e misturar. A mousse deverá ficar semilíquida, lisa e homogênea.		
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			

## ANEXO J

## Fichas técnicas

Sobremesa*Glaçagem*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Leite integral	1/3 de copo americano	42ml	42ml	1	42ml	2,7	1,13	
Glucose	1 colher de café rasa	9gr	9gr	1	9gr	3	0,27	
Gelatina em pó	1/3 colher de sopa rasa	3gr	3gr	1	3gr	2,6	0,78	
Chocolate Branco nobre (picado)	3 colheres de sopa	50gr	50gr	1	50gr	5,2	2,6	
Corante para chocolate vermelho e alaranjado	1 colher de chá	5gr	5gr	1	5gr	2,8	0,7	
<b>TOTAL</b>						<b>16,3</b>	<b>5,48</b>	

<b>Tempo de preparo:</b> 8 minutos	<b>Rendimento (kg):</b> 50ml	<b>Número de porções:</b> 1	<b>Porção (kg):</b> 50ml
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.			
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>	<b>MODO DE PREPARO</b>		
Calorias (kcal e kJ):	Na panela, dissolver a glucose no leite até ficar mais encorpado, retire do fogo. Adicionar o chocolate branco e o corante e misturar. Com a gelatina já hidratada, acrescentar junto a mistura a com o mixer ou <i>fouet</i> misturar constantemente. Usar a glaçagem sobre a superfície congelada.		
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			

## ANEXO K

## Fichas técnicas

Sobremesa*Esfera de acerola*

INGREDIENTES	Medidas Caseiras	PB (Kg)	PL (kg)	FC	Per capita Bruto (kg)	Custo Individual (R\$)	Custo Total (R\$)	Foto da preparação pronta
Água	2 xícaras médias.	100ml	100ml	1	100ml	1	1	
Suco de acerola sem açúcar.	2 colheres de sopa	20ml	20ml	1	20ml	2	0,04	
Suco de acerola com açúcar.	1 colher de sopa	10ml	10ml	1	10ml	2	0,05	
Lactato de cálcio	1 colher de chá rasa	3gr	3gr	1	3gr	28,76	0,57	
Alginato de Sódio	1 colher de café rasa	5gr	5gr	1	5gr	45,87	2,29	
<b>TOTAL</b>						<b>79,63</b>	<b>3,95</b>	

<b>Tempo de preparo:</b> 30 minutos	<b>Rendimento (kg):</b> 30ml	<b>Número de porções:</b> 3	<b>Porção (kg):</b> 10ml
<b>Índice de Rendimento:</b>	<b>Aceitação:</b> (X) Ótima ( ) Boa ( ) Regular ( ) Ruim		
<b>INFORMAÇÃO TÉCNICA</b> Acrescentar informações pertinentes às alterações na receita e sugestões, % de sal, índice de hidratação e % de absorção de óleo.			
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL</b>	<b>MODO DE PREPARO</b>		
Calorias (kcal e kJ):	Misturar em um bowl a água e o alginato de sódio. Reservar. Misturar ao suco sem açúcar 2gr de lactato de cálcio e no suco com 1 gr de lactato de cálcio. Com a ajuda de uma colher, derramar sobre a mistura de água com alginato de sódio e esperar o suco descer, esperar por 3 minutos após afundar. retirar a esfera e colocar num prato com água pura. Retirar da água quando for montar o prato.		
Carboidratos (g)			
Proteínas (g)			
Gorduras totais (g)			

## ANEXO L

### Primeiro protocolo de experimento – Teste 1

#### PROTOCOLO DE EXPERIMENTO – LABOCIEN

1º Teste do Trabalho Final Prático – Os três pilares da gastronomia brasileira

**Grupo:**

- Antônio Vieira de Melo Filho;
- Camila Marques dos Santos Barros;
- Hênio Delfino ferreira de Oliveira;
- Lincoln Vicente Araújo dos Santos Bizerra; e
- Ramon Ribeiro Lemos;

**Curso:**

Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia

**Disciplina**

Estágio Supervisionado (e Trabalho Final Prático)

**Área de conhecimento:**

Gastronomia, preparo de alimentos e técnicas alimentares

**Introdução:**

A sociedade brasileira atual foi formada a partir da mistura de culturas de vários povos, principalmente os portugueses, indígenas e negros. Outros povos também fazem parte da formação cultural do Brasil, porém é unânime ideia de que os pilares dessa cultura são a cultura portuguesa, a indígena e a negra. Dessa forma, o presente protocolo refere-se ao Trabalho Final Prático no qual serão elaborados pratos que evidenciem a influência de tais culturas na nossa sociedade e gastronomia.

**Objetivo:** Proporcionar aos alunos integrantes do grupo 2 o segundo teste prático para que seja possível testar e desenvolver os preparos que serão apresentados no Trabalho Final Prático.

**Tipo de descarte:** Lixo 2, 3 e 4

**Código de EPI:** Código13 / Símbolo 6;

**Material e equipamentos**

## **INSUMOS**

- Açúcar cristal – 200 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Açúcar de confeiteiro – 1 kg; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Açúcar mascavo – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Alecrim fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Alginato de sódio – 100 gramas (gastronomylab.com)
- Alho fresco grande – 2 cabeças; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Azeite extra virgem Galo– 500 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Bananinha bovina – 300 gramas; (sobradinho carnes em taguatinga)
- Batata doce pequena – 3 unidades pequenas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Batata doce pequena– 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Cacau em pó – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Cachaça Sagatiba ou Germana ou Vale Verde – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Capivara traseiro (pode ser qualquer parte, de preferência sem osso) – 300 gramas; (Calamares)
- Carne de rã – Rã inteira – 2 pacotes de 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Caviar de salmão – 50 gramas (La Palma)
- Cebola roxa média – 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Cebolinha fresca – 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Chocolate branco Callebout – 500 gramas; (A festiva)
- Coagulante de leite – 250 ml (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Coentro fresco – 1 maço;(Oba ou Carrefour ou Extra)
- Corante para chocolate azul – 20 gramas; ( A festiva)
- Cream Cheese Philadelphia – 250 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Creme de leite fresco – 1,5 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Farinha de centeio – 1 Kg; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Farinha de mandioca fina – 1 saco de 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Farinha de trigo – 1 kg (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Farinha de trigo integral – 1 Kg (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Fermento biológico instantâneo seco - 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Flor comestível amor perfeito rosa, roxa, azul e vermelha – 1 unidade de cada; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Flor de sal – 250 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Folha de Bananeira – 2 folhas (Ceasa)
- Folha de Bananeira – 2 unidades; (Ceasa)
- Folha de loro – 1 pacote 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Folha de ouro – 1 unidade; (A festiva)
- Fubá fino – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Gelatina em folha – 5 folhas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Javali (qualquer parte, de preferência sem osso)– 300 gramas; (Calamares)
- Lactato de sódio – 100 gramas (gastronomylab.com)
- Leite condensado Moça Nestle – 1 lata; (Oba ou Carrefour ou Extra)

- Leite pasteurizado não homogeneizado – 5 litros (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Limão tahiti – 7 limões; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Maionese Heinz – 250 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Manjericão- 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Manteiga sem sal– 800 gramas (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Mel de Jataí – 250 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Melaço – 300 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Mini – folha de beterraba – 1 maço; (Ceasa)
- Mini - folha de cenoura – 1 maço; (Ceasa)
- Mini - folha de rúcula – 1 maço; (Ceasa)
- Nitrogênio líquido – 3 litros; (315 Norte – Onde vende sêmen de boi)
- Nozes – 50 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Óleo de soja – 1 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Ovo caipira – 24 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Pimenta de cheiro verde média– 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Pimenta dedo-de-moça desidratada – 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Pitanga fruta (de preferência *in natura*) – 500 gramas (Ceasa)
- Polpa pasteurizada ou geleia – 400 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Queijo canastra – 200 gramas; (Ceasa)
- Quiabo – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Rabo de jacaré – 300 gramas; (Calamares)
- Sal moído Cisne– 1 kg;(Oba ou Carrefour ou Extra)
- Sanitizante de verduras hipoclorito – 250 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Semente de coentro – 50 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Tinta de lula – 1 saco de 5 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Tomilho fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Toucinho fresco – 300 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)
- Tripa salgada para linguiça – 200 gramas; (Ceasa)
- Vinho branco seco – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)

### **EQUIPAMENTOS**

- Batedeira orbital – 1 unidade;
- Colher de polietileno grande – 5 unidades;
- Espátulas médias – 2 unidades;
- Faca de Chef 5” - 1 unidade;
- Faca de Chef 8” - 4 unidades;
- Faca de desossar – 2 unidades;
- Faca de ofício – 3 unidades;
- Fogão industrial de 2 bocas – 2 unidades;
- Forma retangular média – 3 unidades;
- Forno combinado – 1 unidade;
- Frigideira média com teflom – 2 unidades;
- Frio rápido – 1 unidade;
- Fuet médio – 2 unidades;
- Liquidificador de vidro – 2 unidades;
- Moedor de carne elétrico com bico para linguiça – 1 unidade;

- Panela grande com tampa – 1 unidade;
- Panela média com tampa – 2 unidades;
- Panela pequena com tampa – 2 unidades;
- Pão duro – 2 unidades;
- Prato redondo grande – 10 unidades;
- Tábua de corte amarela – 2 unidades
- Tábua de corte branca – 3 unidades.
- Tábua de corte verde – 2 unidades
- Tábua de corte vermelha – 2 unidades

## **Procedimento**

### **Procedimentos que devem ser realizados pelo Monitor:**

Ligar o frio rápido na configuração de congelamento.

## **Discussão / Avaliação**

Visa proporcionar aos alunos do grupo 2 o teste dos preparos do TFP. Tendo em vista a complexidade desses preparos, deve ser avaliado no dia da prática a viabilidade, o possível melhoramento e a qualidade desses pratos.

## **Referência bibliográfica**

ATALA, A. **D.O.M:** redescobrimo ingredientes brasileiros. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2013.

BARDINE, R. O fim da Idade Média. Disponível em:  
<<http://www.coladaweb.com/historia/crise-do-seculo-xiv-o-fim-da-idade-media>>.  
Acesso em: 17 jun 2015.

CARRARO, K. C. Ranicultura: um bom negócio que. **Revista da FAE**, Curitiba, v. 11, p. 111-118, jan/jun 2008.

CASCUDO, L. D. C. **História da Alimentação no Brasil**. Belo Horizonte: Itatiaia limitada, v. I, 1983.

CHIAVENATO, J. J. **O negro no Brasil:** da senzala à abolição. São Paulo: Moderna, 1999.

COELHO, R. C. **Os franceses**. São Paulo: Editora Contexto, 2013.

COUTO, C. **Arte de cozinha:** alimentação e dietética em Portugal e no Brasil (séculos XVII-XIX). São Paulo: Editora Senac, 2007.

DÓRIA, C. A. **Formação culinária brasileira:** escritos sobre a cozinha inzoneira. São Paulo: Três Estrelas, 2014.

## ANEXO M

### Segundo protocolo de experimento – Teste 2

#### PROTOCOLO DE EXPERIMENTO – LABOCIEN

2º Teste do Trabalho Final Prático - Os pilares da gastronomia brasileira

**Grupo:**

- Antônio Vieira de Melo Filho;
- Camila Marques dos Santos Barros;
- Hênio Delfino ferreira de Oliveira;
- Lincoln Vicente Araújo dos Santos Bizerra; e
- Ramon Ribeiro Lemos;

**Curso:**

Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia

**Disciplina**

Estágio Supervisionado (e Trabalho Final Prático)

**Área de conhecimento:**

Gastronomia, preparo de alimentos e técnicas alimentares.

**Introdução:** A sociedade brasileira atual foi formada a partir da mistura de culturas de vários povos, principalmente os portugueses, indígenas e negros. Outros povos também fazem parte da formação cultural do Brasil, porém é unânime ideia de que os pilares dessa cultura são a cultura portuguesa, a indígena e a negra. Dessa forma, o presente protocolo refere-se ao Trabalho Final Prático no qual serão elaborados pratos que evidenciem a influência de tais culturas na nossa sociedade e gastronomia.

**Objetivo:** Proporcionar aos alunos integrantes do grupo 2 o segundo teste prático para que seja possível testar e desenvolver os preparos que serão apresentados no Trabalho Final Prático.

**Tipo de descarte:** Lixo 2, 3 e 4

**Código de EPI:** Código13/Símbolo 6;

**Material e equipamentos**

- Materiais

Flor comestível amor perfeito amarela e vermelha – 1 unidade de cada; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Coentro fresco – 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Sal moído Cisne– 1 kg;(Oba ou Carrefour ou Extra)

Flor de sal – 250 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Alho fresco grande – 2 cabeças; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Batata doce pequena – 3 unidades pequenas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Abóbora nacional – 1 unidade pequena (Oba ou Carrefour ou Extra)

Azeite extra virgem Galo– 500 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Azeite extra virgem Português 500ml (Oba ou Carrefour ou Extra)

Carne de rã – Rã inteira – 2 pacotes de 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Pimenta de cheiro verde média– 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Vinho branco seco – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Leite pasteurizado não homogeneizado – 3 litros (Oba ou Carrefour ou Extra)

Farinha de trigo – 400 g (Oba ou Carrefour ou Extra)

Farinha de trigo integral – 200 g (Oba ou Carrefour ou Extra)

Farinha de centeio – 200 g; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Manteiga sem sal– 800 gramas (Oba ou Carrefour ou Extra)

Mel Silvestre – 250 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Cacau em pó – 100 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Açúcar mascavo – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Fermento biológico instantâneo seco - 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Fubá fino – 250 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Tinta de lula – 1 saco de 5 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Quiabo – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Nozes – 50 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Óleo de soja – 1 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Alecrim fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Tomilho fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Folha de loro – 1 pacote 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Batata doce pequena– 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Queijo canastra – 200 gramas; (Ceasa)

Farinha de mandioca fina – 1 saco de 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Toucinho fresco – 300 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Mini - folha de rúcula – 1 maço; (Ceasa)

Mini – folha de beterraba – 1 maço; (Ceasa)

Pimenta dedo-de-moça desidratada – 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Cebolinha fresca – 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Semente de coentro – 50 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Cebola roxa média – 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Ovo caipira – 24 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Açúcar cristal – 200 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Tripa salgada de cordeiro para linguiça – 200 gramas; (Ceasa)

Bananinha bovina – 300 gramas; (sobradinho carnes em taguatinga)

Açúcar de confeitiro – 1 kg; (Oba ou Carrefour ou Extra)

Pitanga fruta (*in natura*) – 200 gramas (Ceasa)

Acerola fruta (*in natura*) – 200 gramas (Ceasa)

Jabuticaba fruta (*in natura*) – 200 gramas (*Ceasa*)  
 Castanha do Brasil (do Pará) - 100 gramas (*Ceasa*)  
 Castanha de pequi - 100 gramas (*Ceasa*)  
 Castanha do Barú - 100 gramas (*Ceasa*)  
 Castanha de caju sem sal - 100 gramas (*Ceasa*)  
 Amendoim - 100 gramas (*Ceasa*)  
 Polvinho doce – 200gr (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Creme de leite fresco – 1,5 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Melaço – 300 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Limão tahiti – 7 limões; (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Cachaça Sagatiba ou Germana ou Vale Verde – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Chocolate branco Callebout – 300 gramas; (A festiva)  
 Gelatina em pó – 20gr; (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Corante **para chocolate** azul – 20 gramas; (A festiva)  
 Corante **para chocolate** amarelo – 20 gramas; (A festiva)  
 Corante **para chocolate** vermelho – 20 gramas; (A festiva)  
 Corante **para chocolate** Alaranjado – 20 gramas; (A festiva)  
 Folha de ouro – 1 unidade; (A festiva)  
 Sanitizante de verduras hipoclorito – 250 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Caviar de salmão – 50 gramas (La Palma) (Usar o do teste1)  
 Alginato de sódio – 100 gramas  
**(<http://loja.gastronomylab.com/produtos1/alginato-de-sodio/alginato-de-sodio-100g/>)**  
 Lactato de cálcio – 100 gramas  
**(<http://loja.gastronomylab.com/produtos1/lactato-de-calcio/lactato-de-calcio-100g/>)**  
 Glucose – 50gr (A festiva)  
 Essência de baunilha – 50 ml (A festiva)  
 Vinho Tinto Seco – 200 ml (Oba, Carrefour ou Extra)  
 Mandioca descascada – 500 g (Oba, Carrefour ou Extra)  
 Melado de cana-de-açúcar – 100 g (Oba, Carrefour ou Extra)

#### - Equipamentos

Frio rápido – 1 unidade;  
 Forno combinado – 1 unidade;  
 Batedeira orbital – 1 unidade;  
 Liquidificador de vidro – 2 unidades;  
 Fogão industrial de 2 bocas – 2 unidades;  
 Panela grande com tampa – 1 unidade;  
 Panela média com tampa – 2 unidades;  
 Panela pequena com tampa – 2 unidades;  
 Frigideira média com teflom – 2 unidades;  
 Fuet médio – 2 unidades;  
 Pão duro – 2 unidades;  
 Colher de polietileno grande – 5 unidades;  
 Espátulas médias – 2 unidades;  
 Forma retangular média – 3 unidades;

- Faca de Chef 8" - 4 unidades;
- Faca de Chef 5" - 1 unidade;
- Faca de desossar – 2 unidades;
- Faca de ofício – 3 unidades;
- Moedor de carne elétrico com bico para linguiça – 1 unidade;
- Prato redondo grande – 10 unidades;
- Termômetro – 2 unidades
- Forma de fundo falso quadrada - 3 unidades
- *Proveta 150ml - 1 unidade*
- *Becker 50ml - 1 unidade*
- *Refratário médio - 2 unidades*
- *Fogão 04 bocas a gás – 1 unidade*
- *Geladeira – 1 unidade*
- *Forno Combinado - 1 unidade*
- *Balança de precisão - 1 unidade*
- *Liquidificador caseiro – 1 unidade*
- *Papel alumínio (rolo) - 1 unidade*
- *Plástico filme (rolo) - 1 unidade*
- *Tapete de silicone 2 unidades*
- *Jogo de cortadores de massas redondo.*
- *Palitos de dente – 1 caixa*
- *Amassador de batata – 1 unidade*
- *Panela de pressão média – 1 unidade*

### **Procedimento –**

#### **Procedimentos que devem ser realizados pelo Monitor:**

Ligar o frio rápido na configuração de congelamento.

**Discussão:** Visa proporcionar aos alunos do grupo 2 o teste dos preparos do TFP. Tendo em vista a complexidade desses preparos, deve ser avaliado no dia da prática a viabilidade, o possível melhoramento e a qualidade desses pratos.

### **Referência bibliográfica**

ATALA, A. **D.O.M:** redescobrimo ingredientes brasileiros. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2013.

BARDINE, R. O fim da Idade Média. Disponível em:  
<<http://www.coladaweb.com/historia/crise-do-seculo-xiv-o-fim-da-idade-media>>.  
Acesso em: 17 jun 2015.

CARRARO, K. C. Ranicultura: um bom negócio que. **Revista da FAE**, Curitiba, v. 11, p. 111-118, jan/jun 2008.

CASCUDO, L. D. C. **História da Alimentação no Brasil**. Belo Horizonte: Itatiaia limitada, v. I, 1983.

CHIAVENATO, J. J. **O negro no Brasil: da senzala à abolição**. São Paulo: Moderna, 1999.

COELHO, R. C. **Os franceses**. São Paulo: Editora Contexto, 2013.

COUTO, C. **Arte de cozinha: alimentação e dietética em Portugal e no Brasil (séculos XVII-XIX)**. São Paulo: Editora Senac, 2007.

DÓRIA, C. A. **Formação culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira**. São Paulo: Três Estrelas, 2014.

## ANEXO N

### Terceiro protocolo de experimento – Trabalho Final

#### PROTOCOLO DE EXPERIMENTO – LABOCIEN

06/07/2015 e 07/07/2015. Trabalho Final Prático - Os pilares da gastronomia brasileira

**Grupo:**

- Antônio Vieira de Melo Filho;
- Camila Marques dos Santos Barros;
- Hênio Delfino ferreira de Oliveira;
- Lincoln Vicente Araújo dos Santos Bizerra; e
- Ramon Ribeiro Lemos;

**Curso:**

Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia

**Disciplina**

Estágio Supervisionado (e Trabalho Final Prático)

**Área de conhecimento:**

Gastronomia, preparo de alimentos e técnicas alimentares.

**Introdução:** A sociedade brasileira atual foi formada a partir da mistura de culturas de vários povos, principalmente os portugueses, indígenas e negros. Outros povos também fazem parte da formação cultural do Brasil, porém é unânime ideia de que os pilares dessa cultura são a cultura portuguesa, a indígena e a negra. Dessa forma, o presente protocolo refere-se ao Trabalho Final Prático no qual serão elaborados pratos que evidenciem a influencia de tais culturas na nossa sociedade e gastronomia.

**Objetivo:** Proporcionar aos alunos integrantes do grupo 2 o segundo teste prático para que seja possível testar e desenvolver os preparos que serão apresentados no Trabalho Final Prático.

**Tipo de descarte:** Lixo 2, 3 e 4

**Código de EPI:** Código13/ Símbolo 6;

**Material e equipamentos**

- Materiais

- Gelo filtrado – 1kg (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Água mineral sem gás – 1l (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Flor comestível amor perfeito amarela– 1 unidade de cada; (Oba ou Carrefour ou Extra).
- Alecrim fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Tomilho fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Folha de louro – 1 pacote 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Pimenta dedo de moça desidratada – 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).
- Cebolinha fresca – 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Semente de coentro – 50 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Pimenta-do-reino – moedor do labocien.  
 Sal moído Cisne– 1 kg; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Alho fresco grande – 2 cabeças; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Pimenta de cheiro verde média– 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Batata doce pequena – 3 unidades pequenas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Leite pasteurizado não homogeneizado – 3 litros (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Creme de leite fresco – 1,5 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Queijo canastra (curado) – 200 gramas; (Ceasa).  
 Farinha de trigo – 1kg (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Manteiga sem sal– 800 gramas (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Ovo caipira – 24 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Tripa salgada de cordeiro para linguiça – 200 gramas; (Ceasa).  
 Carne de javali – traseiro - 300gramas (Kalamares)  
 Bananinha bovina – 300 gramas; (sobradinho carnes em Taguatinga).  
 Toucinho fresco – 300 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Limão galego – (o grupo vai trazer no dia)  
 Vinagre de arroz – 900ml (Oba)  
 Cebola roxa média – 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Beterraba média – 3 unidades. (Ceasa)  
 Cenoura média – 6 unidades. (Ceasa)  
 Maracujá médio – 2 unidades (Ceasa)  
 Quiabos do mesmo tamanho – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
*Polvinho doce – 200gr* (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Azeite extra virgem Português 500 ml (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Carne de rã – Rã inteira – 2 pacotes de 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).
- Vinho branco seco – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Cachaça 51 – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Mel Silvestre – 250 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Açúcar mascavo – 500 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Melaço de cana-de-açúcar – 300 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Óleo de soja – 1 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Mini - folha de rúcula – 1 maço; (Ceasa).  
 Açúcar cristal – 200 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Açúcar de confeitiro – 1 kg; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Acerola fruta (*in natura*) – 200 gramas (Ceasa)  
 Castanha do Brasil (do Pará) - 100 gramas (Ceasa)  
 Castanha de pequi - 100 gramas (Ceasa)

Castanha do Baru - 100 gramas (Ceasa)  
 Amendoim - 100 gramas (Ceasa)  
 Limão tahiti – 4 limões; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Limão siciliano – 4 limões; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Chocolate branco Callebout – 300 gramas; (A festiva).  
 Gelatina sem sabor em pó – 30gr; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Corante **para chocolate** vermelho – 20 gramas; (A festiva).  
 Corante **para chocolate** Alaranjado – 20 gramas; (A festiva)  
 Sanitizante de verduras hipoclorito – 250 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Alginato de sódio – 100 gramas (usar o do teste passado)  
 Lactato de cálcio – 100 gramas (usar o do teste passado)  
 Glucose – 50gr (A festiva)  
 Essência de baunilha – 50 ml (A festiva)

- Equipamentos

Etiquetas em branco – 1 folha;  
 Frio rápido – 1 unidade;  
 Forno combinado – 1 unidade;  
 Batedeira orbital – 1 unidade;  
 Liquidificador de vidro – 1 unidade;  
 Mixer – 1 unidade  
 Fogão industrial de 2 bocas – 2 unidades;  
 Panela grande com tampa – 2 unidades;  
 Panela média com tampa – 2 unidades;  
 Panela pequena com tampa – 2 unidades;  
 Frigideira média com teflon – 2 unidades;  
 Fuet médio – 2 unidades;  
 Pão duro – 2 unidades;  
 Colher de polietileno grande – 5 unidades;  
 Espátulas médias – 2 unidades;  
 Faca de Chef 8” - 4 unidades;  
 Faca de Chef 5” - 1 unidade;  
 Faca de desossar – 2 unidades;  
 Faca de ofício – 3 unidades;  
 Moedor de carne elétrico com bico para linguiça – 1 unidade;  
 Prato redondo grande – 10 unidades;  
 Prato retangular médio – 20 unidades;  
 Prato retangular com laterais ovais médio – 10 unidades;  
 Copos para água – 10 unidades;  
 Taças para vinho tinto - 10 unidades;  
 Taças para espumante – 10 unidades;  
 Taças para vinho branco – 10 unidades;  
 Jarra para água – 1 unidade;  
 Suporte para colocar gelo e vinhos – 1 unidade;  
 Toalha de mesa branca – 1 unidade  
 Guardanapos de tecido branco – 10 unidades;  
 Maçarico – 2 unidades;  
 Gás para maçarico – 1 unidade;  
 Termômetro – 2 unidades

Forma de fundo falso quadrada - 4 unidades  
 Ralador de legumes -1 unidade  
 - Forma retangular média – 1 unidade  
*Proveta 150ml - 1 unidade*  
*Becker 50ml - 1 unidade*  
*Refratário médio - 2 unidades*  
*Fogão 04 bocas a gás – 1 unidade*  
*Geladeira – 1 unidade*  
*Balança de precisão - 1 unidade*  
*Papel alumínio (rolo) - 1 unidade*  
*Plástico filme (rolo) - 1 unidade*  
*Papel manteiga (rolo) 1 unidade*  
*Perfex (rolo) 1 unidade*  
*Tapete de silicone 3 unidades*  
*Jogo de cortadores de massas redondo.*  
*Palitos de dente – 1 caixa*  
*Amassador de batata – 1 unidade*  
*Panela de pressão média – 1 unidade*

#### **Procedimento –**

##### **Procedimentos que devem ser realizados pelo Monitor:**

**Separar para o dia anterior à defesa, isto é, 06/07/2015, os seguintes insumos para a MEP da linguiça e o bolo com a mousse. Os insumos que sobraem serão etiquetado e datados para utilização no dia 07/07/15.**

Alecrim fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Tomilho fresco– 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Folha de louro – 1 pacote 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Pimenta dedo de moça desidratada – 20 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Cebolinha fresca – 1 maço; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Semente de coentro – 50 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Pimenta-do-reino – moedor do labocien.  
 Sal moído Cisne– 1 kg; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Alho fresco grande – 2 cabeças; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Pimenta de cheiro verde média– 3 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Tripa salgada de cordeiro para linguiça – 200 gramas; (Ceasa).  
 Carne de javali – traseiro - 300gramas (Kalamares)  
 Bananinha bovina – 300 gramas; (sobradinho carnes em Taguatinga).  
 Toucinho fresco – 300 gramas; (Oba ou Carrefour ou Extra);  
 Leite pasteurizado não homogeneizado – 3 litros (Oba ou Carrefour ou Extra)  
 Creme de leite fresco – 1,5 litro; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
 Vinho branco seco – 1 garrafa de 750 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).

Manteiga sem sal– 800 gramas (Oba ou Carrefour ou Extra)  
Ovo caipira – 24 unidades; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
Melaço de cana-de-açúcar – 300 ml; (Oba ou Carrefour ou Extra).  
Essência de baunilha – 50 ml (A festiva)

**- Ligar o frio rápido na configuração de congelamento.**

**Discussão:** Visa proporcionar aos alunos do grupo 2 os preparos do TFP. Tendo em vista a complexidade desses preparos, devem ser realizados com tempo e paciência, empregando as diversas técnicas aprendidas durante o curso.

**Referência bibliográfica**

ATALA, A. **D.O.M:** redescobrimo ingredientes brasileiros. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2013.

BARDINE, R. O fim da Idade Média. Disponível em:  
<<http://www.coladaweb.com/historia/crise-do-seculo-xiv-o-fim-da-idade-media>>.  
Acesso em: 17 jun 2015.

CARRARO, K. C. Ranicultura: um bom negócio que. **Revista da FAE**, Curitiba, v. 11, p. 111-118, jan/jun 2008.

CASCUDO, L. D. C. **História da Alimentação no Brasil**. Belo Horizonte: Itatiaia limitada, v. I, 1983.

CHIAVENATO, J. J. **O negro no Brasil:** da senzala à abolição. São Paulo: Moderna, 1999.

COELHO, R. C. **Os franceses**. São Paulo: Editora Contexto, 2013.

COUTO, C. **Arte de cozinha:** alimentação e dietética em Portugal e no Brasil (séculos XVII-XIX). São Paulo: Editora Senac, 2007.

DÓRIA, C. A. **Formação culinária brasileira:** escritos sobre a cozinha inzoneira. São Paulo: Três Estrelas, 2014.

## ANEXO O

## Primeiro plano de ataque – Teste 1

<b>Entrada:</b> Patas de rã ao <i>papilote</i> de folha de bananeira e grelhada, purê de cebola roxa, pão preto de mel brasileiro, mini-folhas de rúcula e flor comestível roxa.	
	Responsável
Purê de cebola roxa	Camila
Pão preto de mel brasileiro	Lincoln
Patas de rã ao <i>papilote</i>	Lincoln / Ramon
<b>Prato principal:</b> Linguiça pantaneira, pudim quente de batata doce com queijo canastra, caviar negro de quiabo, minifolhas de beterraba e crocante de feijão fradinho.	
Molho Pesto, molho de ervas, Molho Cream Cheese.	Ramon
Linguíça pantaneira.	Antonio
Pudim quente de batata doce com queijo canastra	Camila
Caviar negro de quiabo	Ramon
<b>Sobremesa:</b> <i>entremet</i> de melão e pitanga, sorvete de caipirinha, caramelo azul.	
<i>Entremet</i> de melão e pitanga	Hênio
Sorvete de caipirinha	Hênio
Caramelo	Hênio

## ANEXO P

## Segundo plano de ataque – Teste 2

<b>Entrada:</b> patas de rã fritas no azeite português, pão preto de mel e melado, purê de cebola roxa, chips de abóbora e flores comestíveis amarelas.	
	Responsável
Purê de cebola roxa	Lincoln
Patas de rã	Ramon
Chips de abóbora	Ramon
Pão preto de mel e melado.	Lincoln
<b>Prato principal:</b> Linguiça pantaneira, pudim quente de batata doce com queijo canastra, caviar negro de quiabo, minifolhas de beterraba e crocante de feijão fradinho.	
Linguíça pantaneira.	Antônio
Pudim quente de batata doce com queijo canastra	Camila
Caviar negro de quiabo	Ramon
<b>Sobremesa:</b> <i>entremet</i> de melaço e pitanga e limão, crocante de tapioca e caramelo, minifolhas de rúcula e redução de vinho tinto.	
<i>Entremet</i> de melaço e pitanga	Hênio / Camila
Redução de vinho tinto	Hênio / Camila
Caramelo	Lincoln / Ramon

## ANEXO Q

## Terceiro plano de ataque – Trabalho final

<b>Entrada:</b> coxas de rã seladas e flambadas, purê de cebola roxa com cenoura e beterraba, beiju-quira crocante de maracujá e caviar de quiabo.	
	Responsável
Coxas de rã seladas e flambadas	Ramon
Purê de cebola roxa com cenoura e beterraba	Lincoln
Beiju-quira crocante de maracujá	Lincoln
Caviar de quiabo	Ramon
<b>Prato principal:</b> Linguiça de javali e bovino, <i>petit gateau</i> de batata doce e queijo Canastra, <i>gastric</i> de limão galego.	
Linguiça de javali e bovino	Antônio
<i>Petit gateau</i> de batata doce e queijo Canastra	Camila
<i>Gastric</i> de limão galego	Ramon
<b>Sobremesa:</b> <i>entremet</i> de acerola, limão e melão de cana, <i>crumblê</i> de castanhas, esferas de acerola, flores comestíveis, mini folhas de rúcula.	
<i>Entremet</i> de acerola, limão e melão de cana	Hênio
<i>Crumblê</i> de castanhas	Hênio
Esferas de acerola	Hênio e Lincoln

## ANEXO R

Preparos finais.



