

CURSO TÉCNICO EM COZINHA
TÉCNICAS DE COZINHA E RESTAURANTE

TEMPEROS

ERVAS & ESPECIARIAS

Profº Ozéias
Profª Edicléa Mendes

SÃO PAULO
2018

CURSO TÉCNICO EM COZINHA

TEMPEROS

ERVAS - podem ser desidratadas (secas) ou Frescas. Trazem mais aroma que sabor.

ESPECIARIAS - proporcionam mais sabor e são usadas em menor quantidade.

AÇAFRÃO

Origem: Mediterrâneo. espanhóis, portugueses e da América do Sul.

É a especiaria mais cara do mundo.

200 mil flores ou 600 mil pistilos para poder obter 1 kg.

Muito utilizado em pratos franceses, espanhóis, portugueses e da América do Sul.

Usado no preparo de: Risoto, carneiro, bucho, sopa, peixe e frutos do mar, paella..

Condimento e aromático, levemente amargo (sabor terra / amargor).

Semelhante à cúrcuma.

ALECRIM

Origem: Mediterrâneo

Utilizado no preparo de: Carneiro. Frango. Carne de Porco. Pães. Batata. Grelhados.

Marinados, entre outros. De forte perfume. Com notas de pinho, cânfora e toques de

pimenta.

SALVIA

Origem: Mediterrâneo

Aromatizante para Recheios. Linguças. Ensopados. Sopas. Peixe. Carnes Selvagens,

etc. De forte sabor, aroma forte. Resistente ao calor. Utilizado também em purê de

batata doce.

ESTRAGÃO

Origem: Sibéria

Utilizado em: Omelete. Molho. Frango. Tomate. Carnes. Peixe. Manteiga. Cozido.

Aromático e Refrescante. Com tons de alcaçuz. Valoriza outros sabores na

preparação. Textura delicada.

ENDRO / DILL

Origem: Mediterrâneo

Utilizado em: Peixes (salmão). Omelete. Cremes. Iogurte. Queijo. Guisados. Legumes.

Sopas.

CURSO TÉCNICO EM COZINHA

FUNCHO (Obs.: não disponível em aula)

Origem:: Itália

Alcaçuz , sabor doce, delicado e intenso. Semelhante à erva-doce.

Utilizado em saladas. Peixe. Pães. Molhos e Saladas.

CEREFÓLIO (Obs.: Não disponível em aula).

Origem: Europa

Utilizado em: Sopas. Saladas. Ovo. Manteiga. Finalizações.

De sabor suave e delicado.

Tom adocicado.

Toque suave de pimenta.

SALSÃO (Obs.: não disponível em aula)

Origem: Europa

Utilizado em: Salada. Canapés. Carnes. Fundos. Molhos.

De perfume intenso. Refrescante. Marcante.

Rico em sódio.

MELISSA

Origem: Ásia

Utilizado em: Licores. Verduras. Saladas. Carnes. Marinados.

Aroma cítrico. Tons de limão. É levemente adocicado ("prima" da hortelã).

ALFAZEMA

Muito comum no Mediterrâneo.

Utilizado em: Sorvetes. Biscoito. Bolo. Geléias. Assados. Vinagres.

Perfume intenso. Floral. Pinho. Doçura sutil.

TOMILHO

Origem: Mediterrâneo

Utilizado em: Aves. Carnes. Batatas. Sopas. Feijão. Marinados. Patês.

Sabor forte. Intensamente aromático.

MANJERONA. (semelhante ao orégano)

Origem: Ásia

Utilizado em: Cordeiro. Vegetais. Molhos. Massa. Arroz. Pães. Peixe.

Sabor suave

CURSO TÉCNICO EM COZINHA

MANJERICÃO

Origem: Índia

Utilizado em: Finalização. Molhos. Sopas. Ovos. Carne. Verduras. Peixe.

Aroma suave. Levemente adocicado. Apimentado..

ALFAVACA

Origem: Brasil

Utilizado em: Sopas. Frutos do Mar. Carnes brancas. Sabor suave, mas intenso.

Levemente adocicado.

LOURO

Origem: Mediterrâneo

Utilizado em: Sopas. Carnes. Molhos. Arroz.

Sabor marcante. Amargo. Leve ardor.

TOMILHO LIMÃO (Não disponível)

MENTA

Origem: Europa / Ásia

Utilizado em: Sopas. Sorvete. Doces. Molhos. Bebidas. Omelete. Cordeiro.

Sabor forte ("lembra" hortelã - pimenta). Frescor. Ligeiro ardor.

ORÉGANO

Origem: Mediterrâneo

Utilizado em: Carnes. Aves. Verduras. Ovos. Massas. Molho. Arroz.

Sabor intenso. Doce. Aromático. Levemente picante.

HORTELÃ (usar a folha inteira, não picar e colocar somente no final do preparo para não amargar)

Origem: Ásia

Utilizado em: Saladas. Bebidas. Doces. Cordeiro. Molhos.

Sabor forte. Doce ("lembra" eucalipto).

COENTRO

Origem: Egito

Utilizado em: Peixe. Sopas. Legumes. Carne.

Intenso. Aromático. Forte. Pimenta. Cítrico.

CURSO TÉCNICO EM COZINHA

SALSA

Origem: Mediterrâneo.

Utilizado em: Saladas. Carnes. Peixes. Sopas. Cremes.

Sabor suave.

Obs. **SALSA FRESCA** - sabor mais intenso que a salsa comum. Faz-se um buquezinho da erva. Usado em finalização.

SEGURELHA

Origem: Mediterrâneo

Utilizado em: Feijão. Lentilha. Molho. Sopas. Carnes.

Sabor persistente. Perfumado. Tons apimentados. Semelhante ao alecrim.

ERVA CIDREIRA ou CAPIM SANTO ou CAPIM LIMÃO

Origem: Ásia

Utilizado em: Sopas. Cozidos. Bebidas. Doces. Cremes. Peixes.

Aroma forte. Sabor cítrico, de lima. Tons de hortelã.

FAVA DE BAUNILHA (coloca-se no álcool de cereais ou na vodka).

Origem: México

Utilizado em: Bolos. Tortas. Cremes. Carnes. Sopas. Doces.

Sabor rico e floral. Tons de laranja. Doçura floral.

ANIS ESTRELADO (ABSINTO)

Origem: China

Utilizado em: Carne de porco. Vitelo. Pato. Arroz. Licores. Doces.

Aroma adocicado. Sabor de alcaçuz. Perfume suave e intenso.

CANELA

Origem: Lanka

Utilizado em: Pudim. Bebidas. Arroz Porco. Bolos (Pó). Compotas. Pães. Carnes (assados). Molho de tomate. Curau.

Perfume suave e intenso. Aroma floral. Doçura. Ardência.

CRAVO

Origem: Indonésia

Utilizado em: Carnes. Peixe. Bolo. Doces

Sabor forte, levemente picante. Dormência.

CURSO TÉCNICO EM COZINHA

COMINHO

Utilizado em: Frango, Porco. Carneiro. Queijos. Presunto. Embutidos.
Aroma forte. Sabor intenso. Ligeiramente amargo.

CÚRCUMA

Utilizado em Arroz. Carne. Sopas.
Aroma suave. Corante. "Lembra" mofo. Ligeiramente amargo.

NOZ MOSCADA

Origem: Indonésia
Utilizado em: Sopas. Pudim. Molhos. Carnes.
Extremamente aromática. Ligeiramente amarga. quente. Tons de noz.

GENGIBRE

Origem: Ásia
Utilizado em: Carnes. Bebidas. Doces.
Sabor forte. Aroma persistente. Picante

MOSTARDA

Origem: Europa e Ásia
Utilizado em: Carne de boi. Porco. Frango. Coelho. Condimentos
Sabor forte. Picante.

ZIMBRO

Origem: Europa e Ásia
Utilizado em: Carnes. Assados. Pickles. Bebidas.
Adocicado\9não picante)
Aroma forte, picante, ligeiramente intenso.

CEBOLINHA

Origem: Sibéria
Utilizado em: Manteiga. Molhos. Peixe. Carnes. Ovos. Queijos.
Finalização pratos.

AÇAFRÃO

Origem: Asia Central
200 mil unidades de flores para 1 kg
Arido ao paladar. "Lembra" louro. Floral. Lavanda. Acre-doce. Levemente amargo.

CURSO TÉCNICO EM COZINHA

OUTRAS ESPECIARIAS CITADAS, SEM SLIDE:

- **CARDAMOMO**
- **PIMENTA DO REINO BRANCA**
- **PIMENTA ROSA / AROEIRA**
- **PÁPRICA DOCE + DEFUMADA**
- **COLORAU**