

Cozinha fria



Isabela Fonseca/Edicléia Mendes

Competências e habilidades



COMPETÊNCIAS



- Definir o porcionamento dos alimentos do cardápio com o per capita estabelecido.
- Identificar transformações sensoriais e físico-químicas sofridas pelos alimentos nos processos de preparo e de conservação.

COMPETÊNCIAS

- Identificar e avaliar informações gastronômicas atrativas à clientela.
- Elaborar preparações segundo as normas de segurança alimentar.



Habilidades

- Organizar os ingredientes conforme a produção

- Higienizar os alimentos.

- Controlar tempo e temperatura dos alimentos.



Habilidades

- Elaborar caldos, fundos e molhos frios básicos.
- Elaborar canapés, *terrines*, patês, *couvert*, saladas, sanduíches, e similares



Habilidades

- Observar o ponto de cocção dos alimentos.

- Aplicar técnicas de decoração para os pratos



Formas de avaliação

- Prova teórica e prática
- Frequência
- Postura em sala de aula e laboratório
- Comprometimento com normas de higiene
- Trabalho em equipe



Avaliação teórica

- Questões dissertativas e múltipla escolha



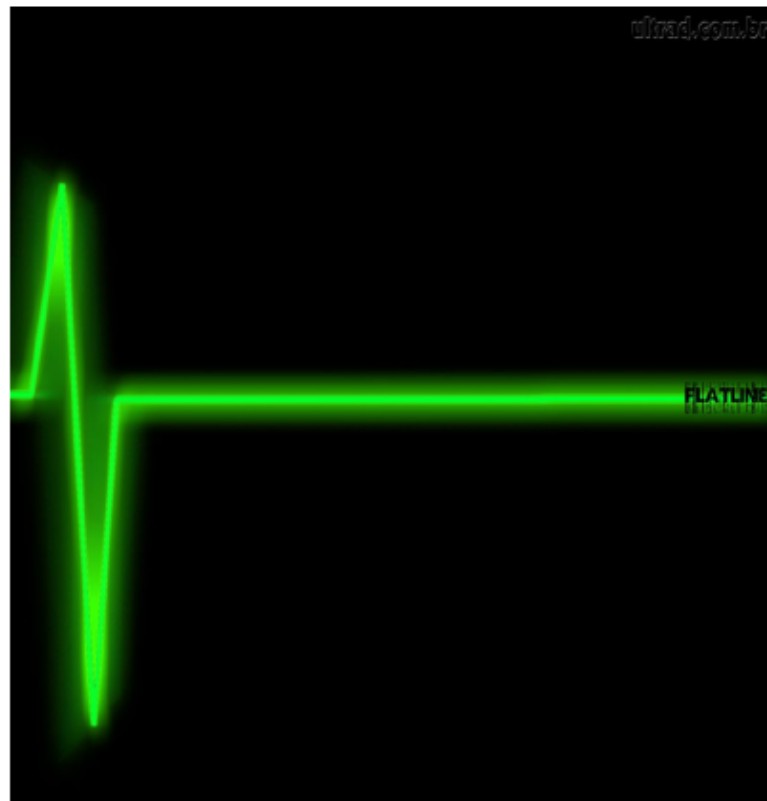
Avaliações Práticas

- Criar e elaborar preparações.



Frequência

- Mínima 75%
- Curso presencial



Critérios de avaliação

MB Muito Bom

O aluno obteve excelente desempenho no desenvolvimento das competências do componente curricular (tema) no período.

B Bom

O aluno obteve bom desempenho no desenvolvimento das competências do componente curricular (tema) no período.

R Regular

O aluno obteve desempenho regular no desenvolvimento das competências do componente curricular (tema) no período.

I Insatisfatório

O aluno obteve desempenho insatisfatório no desenvolvimento das competências do componente curricular (tema) no período.



Livros Base

- TUCUNDUVA, Sônia. **Nutrição e Técnica Dietética**. 2ed.2004
- GOMENSORO, M.L. **Pequeno dicionário de Gastronomia**. Rio de Janeiro: Objetiva. 1999.
- CONTI, L. Almanaque de cozinha – técnica passo a passo e dicas culinárias. São Paulo: Nova Cultural. 1994.



Livros Base

- Ronaldo Barreto- Passaporte para o Sabor-Senac
- Escola de Culinária: 150 receitas clássicas e contemporâneas- Ed. Manole
- A.Pacheco- Manual do Maitre d'hotel-Atheneu
- Brillat Savarin- A fisiologia do gosto- Companhia das letras.

Regras do laboratório

Guardar produtos não utilizados.

Desligar equipamentos.

Fechar instalações e dependências

Lavar equipamentos e utensílios.

Embalar lixo.

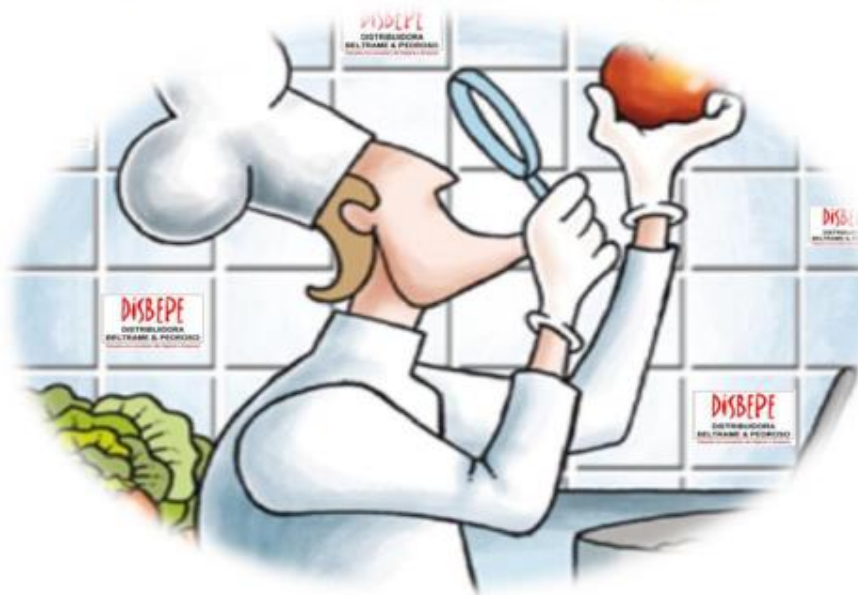
Retirar lixo da cozinha.

Limpar chão da cozinha.



Segurança e Higiene

- Limpar verduras, frutas e legumes em solução clorada.
- Utilizar equipamentos de segurança.



Garde Manger

Noções básicas de ciência alimentar

- **Características Físicas:** Aspecto, cheiro, cor, sabor, consistência e estrutura.
- **Estado Físico:** Sólido, líquido, viscoso, suspensão, emulsão, solução.

Garde Manger

- Garde manger – antigamente era a despensa da cozinha, "guarda comida".



- Sabe-se que os atuais métodos de conservação (refrigeração, congelamento) são atuais e que antigamente os meios de conservação eram basicamente: salgas, desidratações, curas, defumações, embutidos, etc.

Garde Manger

Garde manger passou a designar a praça da cozinha onde são elaborados os pratos a serem servidos frios ou em temperatura ambiente, as entradas, os aperitivos e coquetéis, as terrines, molhos frios e vinagretes



Garde manger

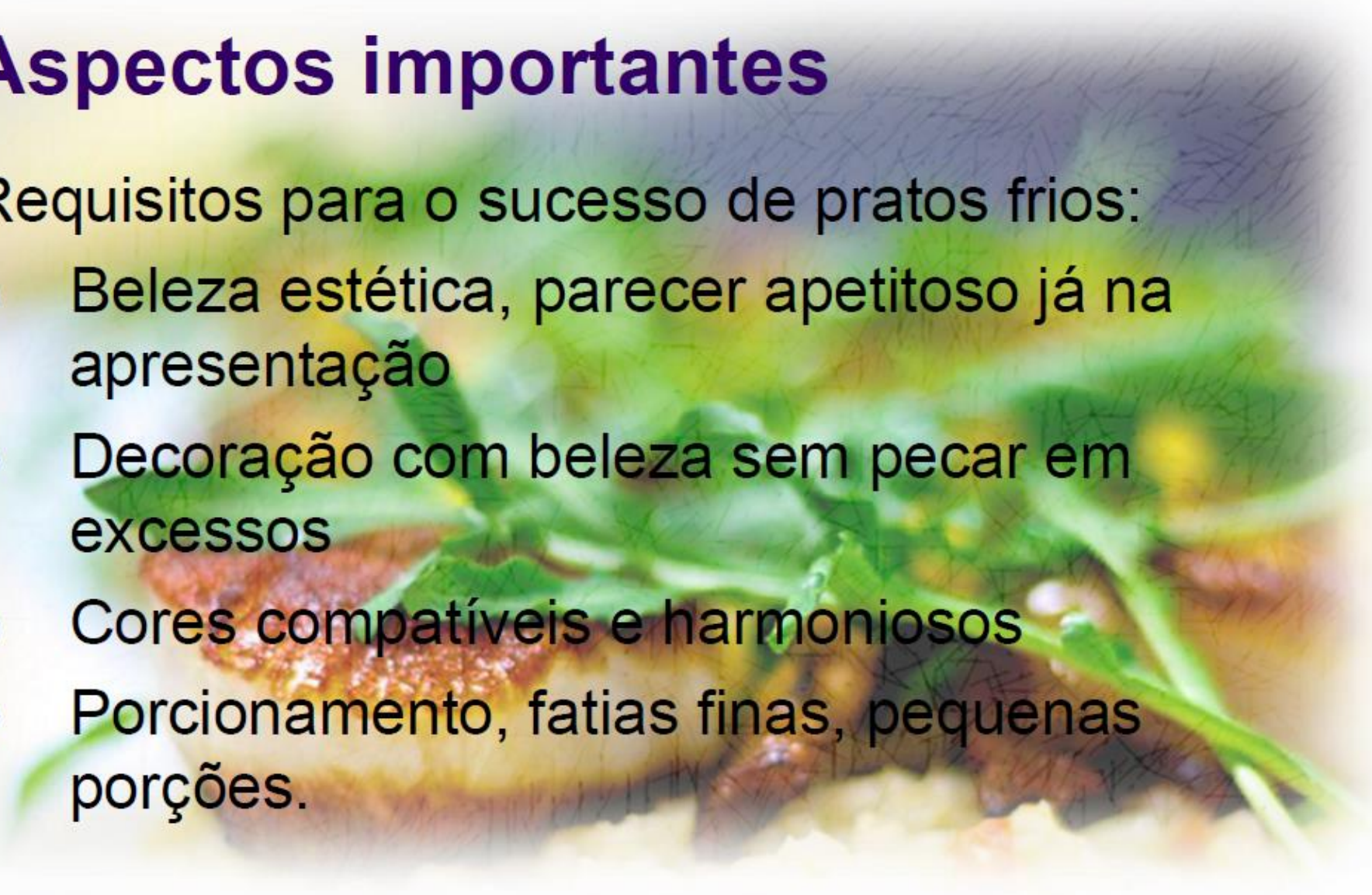


- O profissional que trabalha nessa área deve estar em sintonia com: custos, agilidade no serviço, apresentações bonitas, sabor e produção prática.

Aspectos importantes

Requisitos para o sucesso de pratos frios:

- Beleza estética, parecer apetitoso já na apresentação
- Decoração com beleza sem pecar em excessos
- Cores compatíveis e harmoniosos
- Porcionamento, fatias finas, pequenas porções.



Aspectos importantes

Requisitos para o sucesso de pratos frios:

- Limpeza do prato
- Equilíbrio entre apresentação, simplicidade, elegância e sabor.



Aspectos importantes

- Cores
- Sabor
- Frescor
- Textura



ENTRADAS



Tira Gosto – Face inicial de uma refeição, cuja função é estimular o paladar e abrir o apetite. Devem ser: Pequenos o bastante para serem comidos em duas ou três garfadas, alguns são consumidos com as mãos (finger food), outros pode ser exigido prato e garfo;

Finger Food

- Utilizado geralmente em coquetéis
- Pode ser frio ou quente
- Degustado com as mãos em 1 a 2 bocadas
- Sem talheres

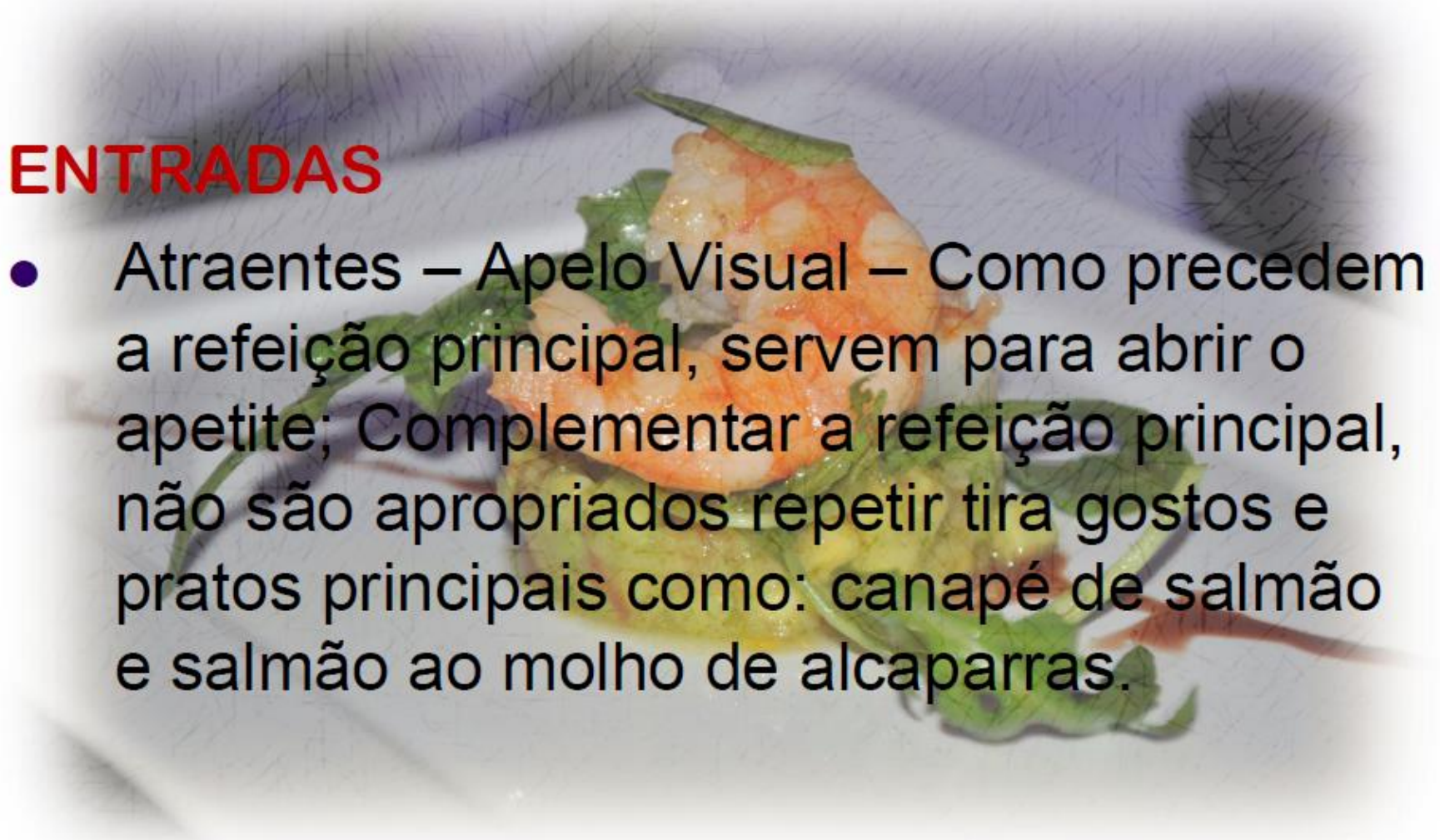


Finger Food

- Podem ser preparados com diversos métodos de cocção.
- Textura e cor em harmonia.

Finger Food





ENTRADAS

- Atraentes – Apelo Visual – Como precedem a refeição principal, servem para abrir o apetite; Complementar a refeição principal, não são apropriados repetir tira gostos e pratos principais como: canapé de salmão e salmão ao molho de alcaparras.

ENTRADAS

- Na linguagem gastronômica italiana, o curso normal dos pratos vai dos antepastos, considerados entradas, pois, são aperitivos (pratos a base de pães, massas, arroz, etc) e um segundo prato contendo proteínas, terminando com pratos de queijos e por fim a sobremesa.



ENTRADAS

- Já no serviço francês o curso normal vai de pequenos aperitivos como os finger food, os hors d'oeuvre, ou seja, os pratos que antecedem o prato principal e posteriormente os entrées que é justamente a entrada propriamente dita, na sequência virá o prato principal, os de queijos e as sobremesas.



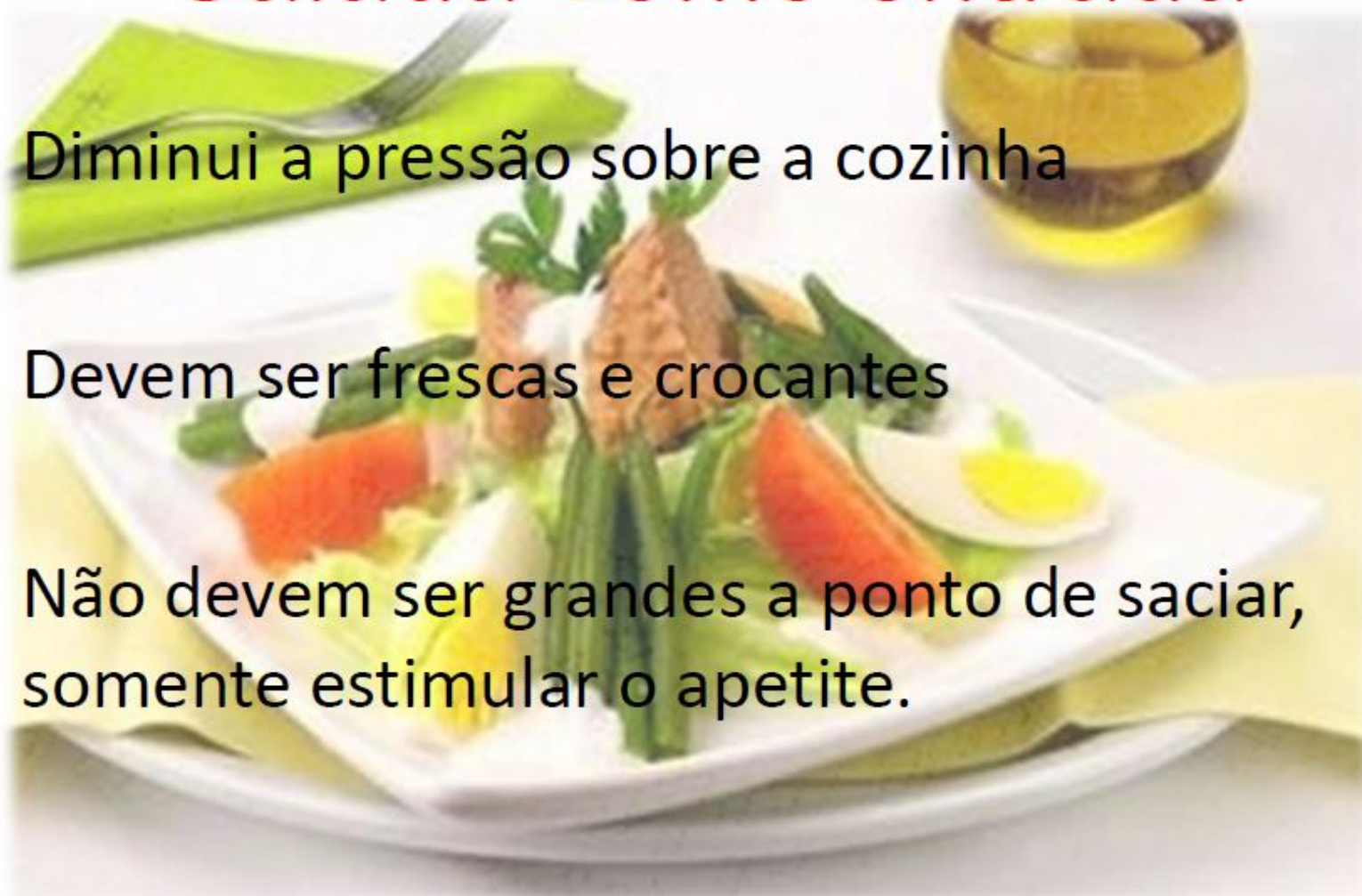
SALADAS

- Simples – legumes, folhas
- Compostas – grãos, massas, frutas, queijos, carnes, frutos do mar e peixes



Salada como entrada

- Diminui a pressão sobre a cozinha
- Devem ser frescas e crocantes
- Não devem ser grandes a ponto de saciar, somente estimular o apetite.



Salada como acompanhamento

- Podem ser servidas como prato principal
- Devem harmonizar com o restante da preparação.



Salada como prato principal

- Utilizada por pessoas que buscam saúde.
- Dever ser substancial e substituir uma refeição completa.



<http://blog.giallozafferano.it/lemandimanni/>

Tipos de folhas

- acelga



Agrião

Amargo e picante



Alface bibb ou limestone

Pequena e delicada

Sabor delicado, molhos leves



Alface Americana

- Crocante



Alface crespa

- Murcha com facilidade
- Baixo custo



Alface de cordeiro

- Folha em formato de colher
- Pequena
- Sabor delicado e amendoado



Alface Romana

- Alongada
- Coloração verde escura



Brotos

- Moda
- Plantas jovens
- Feijão-mungo (culinária chinesa)
- Alfafa
- Mostarda



Chicória ou Escarola-lisa

- Folhas largas em formato de maço
- Ligeiramente dura e amarga
- Coloração externa verde e amarela interna



Chicória ou escarola-crespa

- Folhas estreitas crespas e retorcidas
- Textura firme e amarga

Servida com azeite de oliva e alho na cozinha italiana



Dente de leão

- Folhas novas e macias



Endívia

- Estreito e pontiagudo
- Crocante e amargo, textura cerosa
- Preço elevado



Endívia Roxa

- Ou radicchio de treviso
- Levemente amargo



Espinafre

- Folhas pequenas e tenras



Frisée

- Chicória ou escarola crespa



Microfolhas

- As primeiras folhas que se desenvolverem depois que a semente brota



Mizuna

- Conhecida como mostarda japonesa
- Sabor suave de mostarda



Radicchio

- Variedade Italiana de chicória
- Sabor amargo
- Acrescenta cor a salada



Rúcula

- Muito perecível



Ruibarbo

- É um caule.



Estrutura de uma salada

- Base
- Camada de folhas que dá corpo a salada.



Estrutura da salada

- Guarnição
- Item decorativo e comestível
- Deve harmonizar



Molho

- Preparação líquida adicionada para acrescentar sabor
- Deve harmonizar.
- Molhos ácidos- saladas verde e de vegetais
- Molhos levemente adocicados- pedem salada com frutas
- Folhas verdes delicadas- molho delicado



SALADAS

EXEMPLOS:

Cesar salad



Salada Waldorf



Tabule



Salada Niçoise



MOLHOS FRIOS

Emulsões frias

Molhos a base de laticínios

Coulis

Molhos específicos

Molhos a base de maionese

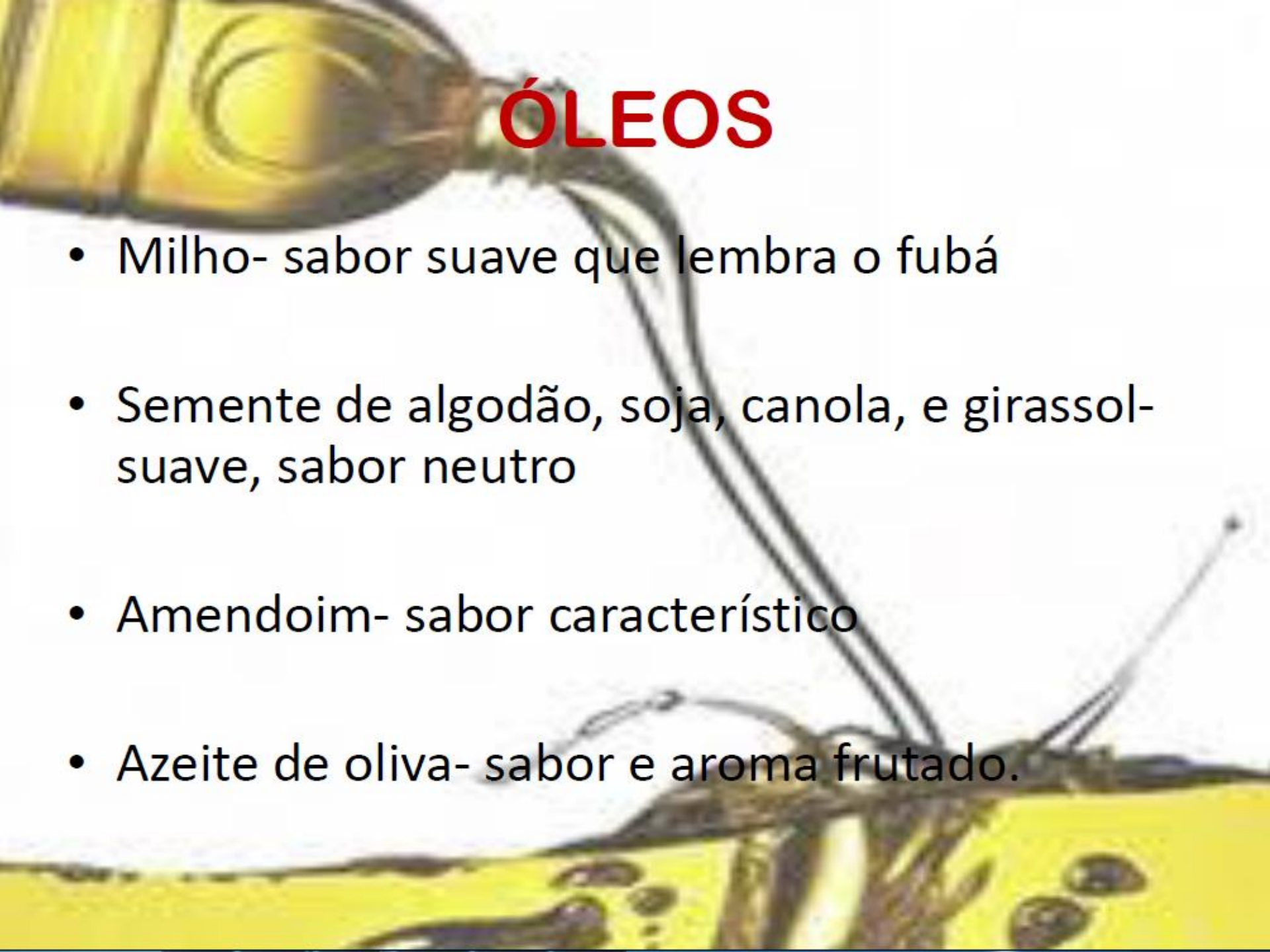
Molhos cozidos



MOLHOS FRIOS

- Emulsões temporárias – “vinagretes”
- Emulsões semi temporária – “molho holandaise”
- Permanente – “maioneses”



A stylized illustration of a glass bottle pouring a golden liquid, representing oil, into a container. The liquid is shown as a thick, flowing stream. The background is white, and the overall style is simple and illustrative.

ÓLEOS

- Milho- sabor suave que lembra o fubá
- Semente de algodão, soja, canola, e girassol- suave, sabor neutro
- Amendoim- sabor característico
- Azeite de oliva- sabor e aroma frutado.

Vinagre

- Maçã- coloração amarronzada
- Vinagre branco- destilado e de sabor neutro
- Vinho- tem sabor de vinho
- Condimentados- são acrescidos aromatizantes
- Balsâmico- vinagre envelhecido em barrís
- Framboesa- sabor adocicado



Vinagre

- Teor de acidez – 5% À 8%
- Deve constar no rótulo



VINAGRES, VINAGRETES E CITRONETES

- Molhos para entradas e saladas



VINAGRES, VINAGRETES E CITRONETES

EXEMPLOS:

- CITRONETE DE FRAMBOESA
- VINAGRETE FRANCESA
- VINAGRETE DE MANJERICÃO



Orientações para preparo de maionese

- Utilize óleos com sabores acentuados.
- Use ovos frescos ou pasteurizado
- Todos ingredientes em temperatura ambiente
- Acrescente o óleo devagar, batendo constantemente.
- Alterne o óleo com o vinagre.
- Máximo- 240 ml de óleo por gema.



Se a maionese desandar?

- Em uma tigela bata duas gemas ou uma boa maionese preparada e acrescente devagar a maionese que desandou.



Molhos a base de maionese

Molho Ranch

Creme de leite azedo+ vinagre +suco de limão+
molho inglês + ceboullete + salsinha picada +
alho + mostarda e semente de aipo

Molho Aioli

Alho + gema + azeite de oliva



Sandwiches

Base + Pasta+Recheio



Serviço de Sanduiche

- Sanduiches abertos (canapés)
- Sanduiche para aperitivo
- Wraps



Tipos de pães

- Pão de forma
- Pão italiano
- Pão francês
- Ciabatta
- Pão integral
- Pão preto
- Pão sírio
- Focaccia



Manteiga

- Deve estar mole para ser espalhada.
- Pode ser batida para amolecer.
- Pode bater com um pouco de água ou leite.



Manteiga aromatizada

- Manteiga de anchova
- Manteiga de alho
- Manteiga para escargot
(salsa, alho, pimenta do reino e sal)
- Manteiga de camarão
- Manteiga de ervas
- Manteiga de curry



Maionese



- Mais utilizado que a manteiga por ser mais saboroso.
- Não protege tanto o pão da umidade quanto a manteiga

Recheios

DIP's

- Tapanade
- Homus
- Guacamole



DIP e Queijos cremosos Aromatizados

- Pastas feitas de queijos cremosos como cream cheese.
- Pode ser acrescentado um queijo mais forte para aromatizar.



DIP's de Carnes

- Pasta feita através da moagem ou com purê dos ingredientes sólidos misturados com ingredientes de consistência pastosa como maionese ou queijo ricota.



Recheios

- **CARNE BOVINA**
 - Rosbife
 - Hambúrguer
 - Filé pequena



Recheios

- **CARNE DE PORCO**
 - Presunto
 - Bacon
 - Lombinho



Recheios

- **AVES**
 - Peito de peru
 - Peito de frango



Recheios

- **EMBUTIDOS**

- Salame
- Salsicha
- Mortadela
- Frios fatiados



Recheios

QUEIJO

Fica seca rapidamente.

- Utilizado como as carnes.
- Variedades mais comuns:
 - Muçarela
 - Cheddar
 - Provolone
 - Queijo branco



Recheios

PEIXES E FRUTOS DO MAR

Altamente perecível

- Atum
- Salmão
- Camarão
- Anchovas



Recheios

OUTROS TIPOS

- Geléia
- Ovos
- Pasta de amendoim
- Frutas frescas ou secas



CANAPÉS

- Definido como sanduíche aberto
- Ingerido em uma só mordida
- Cuidado com o tempo de serviço!!



BASE DO CANAPÉ

- Pão cortado
- Biscoito salgado
- Mini carolina salgada
- Triângulo de pão sírio



HORS D'OEUVRE

- Hors-d'oeuvre – Expressão francesa que significa “fora da refeição”
- Podemos chamar de hors d'oeuvre itens pequenos como:
 - Petiscos
 - Antipastos
 - aperitivos





HORS D'OEUVRE

- Exemplos: massas, vegetais, grãos, truta defumada, escargot, patês.
- Na maioria das vezes são pequenas porções de alimentos saborosos, com a finalidade de excitar o apetite para o prato principal

Definições

- Os tira gustos podem ser servidos como hors d'oeuvre aumentando ligeiramente o tamanho da porção;



BRUSCHETTA

- Fatia de pão italiano
- Tostado com azeite e alho
- Variedade mais conhecida é coberta de tomates



Tapas

- Original da Espanha
- Pequenos itens alimentícios elaborados para acompanhar vinho e outras bebidas.
- Vem do termo tampa, pois originalmente era uma fatia de presunto curado servido sobre a taça de xerez.



Caviar

- Ovas do peixe esturjão (Beuga, Osetra e o Sevruga)
- Rússia e Irã



Ovas de peixe

- Truta
- Salmão



- Não consumir com colher de metal.

EXEMPLOS DE ENTRADAS

- **Tartare** (O tartare é a preparação de um prato de carne crua e finamente picada. O tartare pode ser feito com *carne de vaca*, carne de cervo, salmão ou atum. O prato é popular na América do Norte e na Europa e considerado refinado. Geralmente, o tartare é servido com torradas.)



- **Ceviche**(Ceviche, cebiche ou seviche),é um prato de origem peruana baseado em peixe cru marinado em suco de limão ou outro *cítrico*. O essencial é que o pescado seja branco (sem muita gordura, nem músculo vermelho, como o atum), mas de carne firme; camarão, lagosta ou mesmo polvo podem também ser usados.)



COUVERT – “serviço de mesa”

Pães

Alichella, sardella

Legumes marinados ou condimentados

Azeitonas, ovinhos de codorna

Manteigas



SOPAS FRIAS

- GAZPACHO – sopa fria proveniente da Espanha (tomate, cebola, pimentão, pepino)
- SOPA CREME DE MANDIOQUINHA E MAÇAS
- SOPA FRIA DE PÊRAS



CONDIMENTOS E CONSERVAS

Condimento é o nome genérico dado a substâncias largamente utilizadas com a finalidade de temperar, aromatizar e/ou conservar alimentos.



- Mostarda

Como condimento é encontrada em pó e grãos brancos, amarelos e escuros, para conservas, assados, embutidos e pratos



CONDIMENTOS E CONSERVAS

- **Raiz-forte:**
Raiz utilizada ao natural, ralada ou desidratada, em pó ou ainda em pasta.



- **Conservas**

Sal, ervas e especiarias foram utilizados para conservar os alimentos. Esses mesmos alimentos, submersos em salmoura de concentração controlada passa por um processo natural de fermentação pela ação das bactérias. Produção de ácido acético, láctico.

- **Conservas**

Cura – desidratação do alimento através da sua exposição a uma mistura seca ou úmida a base de sal.

Marinada – cura dissolvida em água, concentração ricas em óleo, sais, açúcares e aromas como ervas frescas.

Salmouras – bacalhau, etc.



- Conservas

Relish – é um pickles porém cozidos e picado de legumes ou frutas como: ketchup, mostarda



Chutney – condimento doce, ácido e picante. Purê de uma fruta aromatizado com acidez, especiarias e pimentas, servidos como guarnição. São feitos essencialmente com frutas.

- **Pâte** – massa esfarelada. Muito utilizado para tortas e quiches, empadões simples. Ingredientes como: manteiga, ovos, água e farinha de trigo.

Pâte a choux – “carolinas” - característica da massa ser cozida 2 vezes, manteiga com farinha, depois for a do fogo acrescentando-se os ovos um a um.



MOLHOS FRIOS

- Chaud froid – do francês quente-frio – consommé gelatinizado, ou seja, fundo de carne, aves ou peixes com adição de gelatina para cobrir alimentos previamente cozidos e agora frios para lhes dar brilho especial na apresentação. Serve para cobrir ovos, aves ou até peixes.



ASPIC

- É um fundo clarificado acrescido de gelatina
- Pode ser retirado naturalmente do osso.

- **Terrines, gelatinas, mousse e mousseline**

Terrines – “fatia de carne fria luxuosa”

Gelatinas: dar consistência, brilho e maior validade.



Mousses –

significa “espuma”, textura leve, aerada e espumosa. Mistura de ingredientes cozidos ou crus, reduzidos a purê e ligados através de gelatina, creme de leite ou clara de ovos



Mousse – “souflês”

- Crua ou não
- Ligada através de uma gelatina ou proteína
- Clara de ovos sempre aerada
- Aspecto aerado e espumoso



Mousseline

- Sofrem cocção.
- Elemento de liga sempre é uma proteína
- Servida fria ou quente,
- Não é aerada, creme não é batido e sim incorporado.





Charcutaria

refere a certos alimentos preparados com:
carne de porco, linguiça, presunto
defumado, bacon, carne prensada com:
terrines



AULA DADA, AULA ESTUDADA!!

