

Aperitivos sólidos e produtos de cafeteria



SCBMR



AE LEONARDO COIMBRA, FILHO



CÉLIA ABREU

Conteúdos

- ▶ Tipos de aperitivos sólidos que podem ser servidos
- ▶ Torrados (ex. amendoins, castanhas)
- ▶ Salgados (ex. favas, amendoins, caju)
- ▶ Em conserva (ex. enchovas, salsichas)
- ▶ Confeccionados (ex. croquetes, rissóis)
- ▶ Fumados (ex. presuntos, enchidos)
- ▶ Canapés
- ▶ Outros

- 
- 
- ▶ Tipos de sanduíches
 - ▶ Simples, queijo, fiambre, outras
 - ▶ Mistas, carne com alface e tomate, ovos e bacon, outras
 - ▶ Tostas
 - ▶ Outras
 - ▶ Tipos de bebidas (ex. café, águas, sumos)
 - ▶ Tipos de doces
 - ▶ Tipos de confeções usualmente servidas como refeições ligeiras - saladas, do tipo fast food
 - ▶ Tecnologia das matérias-primas, equipamentos e utensílios
 - ▶ Matérias-primas - carnes, peixes, mariscos, ovos, outros
 - ▶ Recheios

- 
- 
- ▶ Molhos para saladas, para cocktail de marisco, para doces, outros
 - ▶ Guarnições
 - ▶ Equipamentos e utensílios - carro de serviço/guéridon, máquinas e moinho de café, torradeira, talheres, bonbonnières, taças, outros
 - ▶ Armazenamento e conservação das matérias-primas, produtos alimentares, equipamentos e utensílios
 - ▶ Registo de pedidos
 - ▶ Anotação de pedidos
 - ▶ Regras a considerar na comunicação dos pedidos
 - ▶ Comprovantes
 - ▶ Articulação com a copa
 - ▶ Regras de preparação e execução do serviço de copa
 - ▶ Processos de confeção dos produtos alimentares
 - ▶ Preparação de canapés
 - ▶ Preparações diversas (hambúrgueres, baguetes, bifanas no pão, omeletas, outras)
 - ▶ Preparação de saladas - frias, quentes, simples e compostas
 - ▶ Preparação de refeições ligeiras

- 
- 
- ▶ Técnicas do serviço de alimentos e bebidas de cafetaria ao balcão e à mesa
 - ▶ Regras de preparação e execução do serviço de cafetaria (ex. lanches e outros)
 - ▶ Corte, empratamento e apresentação de alimentos
 - ▶ Preparação, dosagem e apresentação das bebidas
 - ▶ O desembaraço do balcão e/ou da mesa e do local das preparações
 - ▶ Boas práticas de higiene e segurança

Tipos de aperitivos sólidos que podem ser servidos



Salgados



Torrados



Fumados



Aperitivos sólidos



Canapés



Outros



CAFÉ

Estas são as 10 bebidas à base de café mais popularizadas no mundo.

- ▶ **Espresso ou expresso:** café feito com uma moagem bem fina extraído através da pressão de uma máquina de café adequada, usando água muito quente.
- ▶ **Ristretto ou café curto:** é um café espresso tirado com menos água, ficando com um sabor mais forte que um espresso normal.
- ▶ **Lungo ou café longo:** é um café espresso obtido através da passagem do dobro da água através do pó do café.
- ▶ **Doppio ou café duplo:** são duas medidas de pó de café: dois espressos numa só chávena.

CAFÉ

- ▶ **Americano:** o café americano é feito adicionando água a café espresso extraído. Dependendo do tamanho, pode levar um ou mais cafés espressos. Neste café, e ao contrário do café de saco, a água não fica a passar pelo pó de café até encher a caneca.
- ▶ **Café de saco:** a água passa por um saco com pó de café até este ficar preparado. Este tipo de café não tem o creme típico do espresso.
- ▶ **Cappuccino:** feito de partes iguais de café espresso, leite a ferver, espuma de leite, e um pouco de açúcar.
- ▶ **Latte:** é um café espresso misturado com leite quente e coberto com um pouco de espuma de leite, usualmente servido num copo de vidro.

CAFÉ

- ▶ **Macchiato:** são 4 partes de café espresso, uma parte de leite condensado e um shot de espuma de leite por cima. Usualmente é servido numa pequena chávena de vidro.
- ▶ **Mocha:** é um café espresso com chocolate quente, coberto com espuma de leite, e frequentemente servido num copo.

SUMOS

- ▶ Dada a **grande diversidade de sumos**, e respetivas características nutricionais, existentes no mercado, falar apenas em “sumo” seria generalizar demasiado estes produtos. As denominações existentes para bebidas baseadas no seu teor de sumo e açúcar permitem distinguir diferentes tipos de sumos (**refrigerantes, néctares, sumos 100%, ...**).

REFRIGERANTES

- ▶ Entende-se por refrigerante uma bebida constituída por água e que contém um dos seguintes ingredientes: sumo de fruto, polpa de citrinos ou extratos vegetais... O refrigerante pode ser ácido, aromatizado, adoçado com açúcares e conter ou não gás. Existem, então, diversos tipos de refrigerantes, tais como:
- ▶ **Refrigerante de sumo de frutos** — resulta da diluição em água de sumo ou polpa de frutos, respetivos concentrados ou desidratados, com um teor de sumo compreendido entre os limites mínimos (segundo a lei é 6%) e a concentração mínima fixada para o néctar do mesmo fruto, podendo conter aromatizantes naturais ou idênticos aos naturais.

Teores mínimos de sumo para os diferentes frutos:

- ▶ Ananás, morango, limão, toranja e frutos ácidos diversos —6%;
- ▶ Laranja —8%;
- ▶ Alperce e pêsego—12%;
- ▶ Maçã, pêra e uva —16%;
- ▶ Outros frutos e misturas de frutos—10%;
- ▶ Deste tipo de refrigerantes podemos encontrar algumas bebidas com gás (resultante da adição de dióxidos de carbono) **como o Frisumo e sem gás como o Frutis.**

Tipos de doces

Tão importante quanto os salgadinhos, a escolha dos doces é a cereja do bolo para qualquer festa. Do brigadeiro até inovações recheadíssimas, como os canudinhos, a mesa fica completa com a nossa seleção de dar água na boca.

Tipos de confeções usualmente servidas como refeições ligeiras - saladas, do tipo fast food

Fast-food

- ▶ quer dizer, literalmente, comida rápida. Trata-se de um setor diferenciado no serviço de alimentação, onde a padronização, a mecanização e a rapidez, além da garantia da procedência dos ingredientes, atraem os clientes. Os restaurantes ou lanchonetes do tipo fast-food são uma evolução dos restaurantes e lanchonetes do tipo drive-in, que surgiram na década de 40, no sul da Califórnia.
- ▶ Apesar de ser muito apreciada, **a comida do tipo fast-food está na mira dos médicos** e nutricionistas. Isso por que os padrões nutricionais desses alimentos não são indicados para o consumo constante. São alimentos ricos em gorduras hidrogenadas, açúcar, sódio, e calorias. Fibras e vitaminas não fazem parte do cardápio tipo fast-food.





