
Manual de cozinha

Modular

Formador: Silvestre Inácio



INDICE

Introdução e história características	pag 3 a 9
Gestão	pag. 10 a 12
Economato	pag 13 a 18
Layout cozinha	pag 19
Brigadas de cozinha	pag 20 a 23
Noções de serviço	pag 24 a 27
Vocabulário técnico	pag 28 a 31
Fichas técnicas / menu engineering	pag 31 a 40
Materiais de cozinha	pag 41 a 52
Sabores na cozinha	pag 52 a 62
Temperaturas	pag 62 a 63
Anexo tipos e características dos diferentes tipos de restauração	pag 64 a 70

MODULO 1

Organização e gestão de cozinha



Introdução

Cozinha é o local reservado à confecção de alimentos.

Os primeiros vestígios de cozinha (compartimento distinto da casa) aparecem por volta do século V A. C.

Na Antiguidade, o local onde se comiam as carnes e os legumes é também um altar de culto dos deuses domésticos.

As cozinhas Romanas eram constituídas por grandes compartimentos bem equipados, com cisternas, pias de despejos, forno para o pão, cavidades adaptadas como mesa de trabalho, tripés, etc...

Na Idade Média, a cozinha era constituída por compartimentos enormes e bem apetrechados, com uma ou mais chaminés; tinham também imensos anexos.

Nas casas burguesas e nas quintas a cozinha era o local onde se comia.

A Renascença trouxe à arte culinária uma verdadeira revolução, nomeadamente no reinado de Luís XV. As cozinhas das casas mais importantes eram luxuosas, onde imperava a ordem e a limpeza.

No século XIX, com o surgimento do trem de cozinha e do fogão principalmente, as cozinhas foram sendo transformadas em verdadeiros laboratórios. É um compartimento isolado do resto da habitação com entrada própria.

Com o século XX o progresso da iluminação e o aparecimento dos aparelhos refrigeradores e de conservação vai revolucionar a cozinha.

História

Desde a Pré-História que o homem sente a necessidade de se alimentar; inicialmente vivia do que colhia pelos campos, comendo tudo no seu estado natural.

Com a descoberta do fogo podemos dizer que surge o primeiro cozinheiro; que ao aproximar as carnes às chamas constatou que ela se tornava mais saborosa e sua mastigação mais fácil. A partir deste momento a génese da cozinha tinha nascido, tendo progredido graças a descobertas, tais como: o púcaro de pedra (que vai dar origem à marmita), o espeto, a caçarola, etc...

O estudo detalhado de documentos que a Pré-História nos fornece sobre a cozinha não é mais do que fragmentos de olaria, utensílios de sílex, bronze, ossos de animais, etc...

A Cozinha na Grécia Antiga

Nas cozinhas das grandes casas da época, existia, supervisionada pela direcção de um intendente geral, chamado ÉLEATROS, toda uma hierarquia de servidores tendo, cada um deles atribuições claramente definidas. Assim, destes criados chamados OPSONÉS, tinham por missão efectuar as compras.

Um outro, chamado OSARTYTÉS, estava encarregado de acender o fogo e mantê-lo vivo, fazendo também a preparação de pratos mais ordinários. Uma mulher DÉMIURGA, ocupava-se da confecção da pastelaria e outras guloseimas.

Contrariamente ao que sucedia em Roma, onde estava interdita a entrada às mulheres nas cozinhas, na Grécia, elas tinham livre acesso e ocupavam-se de certos trabalhos.

Outros servidores estavam também ocupados na preparação das refeições ou de serviço à mesa.

No século IV A. C., os cozinheiros de Atenas, eram geralmente escravos. Apesar da sua vil condição eles tinham na vila um lugar considerável, pois era nas casas em que se servia melhor comida, que afluíam os poetas e homens de letras.

Na Grécia, os cozinheiros chegavam a ser grandes personagens. Em Atenas sobressaem sobre os outros servidores da casa, na qualidade de mestres. Uma lei especial, dava ao cozinheiro que inventava um novo prato, o privilégio exclusivo de o preparar e vender aos consumidores. Um provérbio desse tempo, prova a importância que tinham os cozinheiros, dizendo: " Quando o cozinheiro comete uma falta, é o tocador de flauta que recebe o castigo".

Os utensílios culinários dos gregos, eram também rudimentares, mas não tanto como os utilizados durante os primeiros séculos da história.

Rapidamente, a fabricação de utensílios de cozinha, aperfeiçoa-se, chegando mesmo a produzir-se objectos usuais tais como: marmitas, caçarolas, tachos, panelas, grelhas, que por vezes eram feitos de metal precioso, como a prata ou ouro, magnificamente ornamentados. Desta sumptuosidade de utensílios e aparelhos utilizados na cozinha dos antigos, conservam-se diferentes peças no museu do Louvre em França.

As caçarolas utilizadas na Grécia antiga, eram geralmente de bronze e com a mesma forma das actuais. A frigideira, era também muito parecida com a dos nossos dias.

Havia também pratos específicos para estrear os ovos, com diferentes dimensões; uns serviam para os ovos de pavão, outros para os ovos de ganso e finalmente os mais pequenos para os ovos de galinha.

Utilizavam-se outros recipientes com forma de tigela, para guardar os molhos e certos guisados um pouco líquidos.

Para o empratamento das iguarias, sobretudo os pratos frios, os gregos tinham vários utensílios, uns de barro e outros de metal. Entre outros citaremos: o KANÉ, prato côncavo com asas horizontais; o PAZOPSIS, prato igualmente côncavo feito em barro fino, em bronze, em prata e por vezes em ouro, sempre ricamente ornamentado.

Cozinha na Roma Antiga

Na Roma primitiva, não existiam cozinheiros propriamente ditos, sendo substituídos pelos padeiros que eram em número suficiente para exercerem a profissão.

A cozinha dos primeiros séculos de Roma, era das mais rudimentares e para executar os pratos simples, com que se alimentavam os romanos de então, não eram necessários praticantes de grande talento.

Por altura do ano 568 de Roma, começaram aparecer festins de luxo e como consequência, são necessários cozinheiros com certa habilidade para os preparar. O cozinheiro, considerado até então como escravo, pago a vil preço, começa a cotar-se caro. O que não era mais do que uma ocupação, passa a ser uma arte.

Os cozinheiros romanos constituíam uma espécie de alta sociedade, uma hierarquia.

No tempo do Imperador Adriano, chegaram a formar uma academia chamada COLEGIUM COGUORUM, cuja sede era o PALATINO.

Eram pagos a alto preço. EALUSTO pagava ao seu cozinheiro chamado DAMA, cem mil "AS" (250.000\$00 correspondente á nossa moeda). Um bom número de cozinheiros de reputação era pago a quatro talentos por ano o que correspondia na época actual a mais de 5000€ .

Conhece-se a história do cozinheiro de Cleópatra a quem Marco António, dá para o recompensar, depois deste lhe ter servido uma refeição admirável, a missão duma cidade de MAGNÉSIA.

Como na Grécia, o pessoal de cozinha das grandes casas romanas, era composto por servidores, tendo, cada um deles, atribuições bem definidas. A divisão do trabalho, é já nesse tempo a regra das brigadas de cozinha de hoje. Nestas casas estava em primeiro lugar o COQUUS, que era o chefe propriamente dito, a seguir o FOCARIUS, homem encarregue de conservar o fogo, o COCTOR tinha por missão vigiar a cozedura de certos pratos tais como:

estufados, guisados, etc..., o PISTOR que não era mais do que um ajudante de cozinha encarregado de preparar os recheios, cortar os condimentos (os romanos apreciavam muito os picados) e também os grãos para preparar o pão e as tortas.

Nas vilas romanas a cozinha era uma das dependências mais espaçosas da habitação.

Era obrigatório a todos os servidores da casa tomarem as suas refeições dentro dela, sendo estes bastantes numerosos.

Os utensílios de cozinha dos romanos, eram muito parecidos com os dos gregos, na sua matéria e no seu formato.

Para cozerem as carnes, serviam-se de uma grelha chamada CRATICULA.

Tinham também um grande número de formas de pastelaria, passadores, escumadeiras, em suma, todos os utensílios mais ou menos parecidos aos utilizados nos nossos dias.

É poca de Ouro

No século XIX, A ARTE CULINÁRIA ESTÁ NOAPOGEU. Carême, Dubois, Gouffé definem os princípios, teorizam e cozinha francesa e internacional.

Procura-se o verdadeiro, o sólido, o espesso, o consistente, oposto ao leve, ao instável, ao insípido; as receitas tornam-se mais pesadas, incorporam quantidades consideráveis de manteigas e de gorduras que tornam o alimento "pesado como chumbo", arredondam os sabores, mas também as formas dos comedores, respondendo a uma estética corporal oriunda de séculos de fome, que vêem na gordura um sinal de prestígio, de bem estar social.

Durante o século XIX, o material de cozinha e mais precisamente os fogões vão sofrer uma evolução considerável.

Até ao início do século, são feitos de tijolo e com cavidades destinadas a receber as brasas e sobre as quais se coloca quer o recipiente de cozedura quer uma placa de metal no caso de se desejar obter uma difusão menos directa do calor. A combustão é alimentada a carvão de madeira, mas o fogão não dispõe de chaminé própria e os fumos escapam-se.

O aparecimento do fogão de ferro fundido com depósito interno, chaminé e fornos integrados funcionando indiferentemente a carvão de madeira ou carvão de pedras, será saudado como um progresso considerável. Estes novos fogões permitem executar gratinados, soufflés, bolos, o que não se conseguia com os fogões antigos.

Momentos e descobertas que influenciaram a cozinha:

- Frigorífico – 1922 – primeiros refrigeradores de produção autónoma de frio
- Indústria agro-alimentar
- Indústria de conserva – 1851
- Açúcar de beterraba
- Margarina
- Nascimento do Turismo
- Nascimento da indústria hoteleira

O final do século XIX e o início do século XX assistem à aliança da arte e da ciência, a tecnologia e do "savoir-faire". Eles marcam claramente o triunfo das práticas de restaurante, não que os cozinheiros das casas burguesas tenham desaparecido, mas a literatura e o jornalismo gastronómico que se desenvolvem, fazem incidir as luzes da actualidade sobre os restaurantes, espiciando e tornando públicas a reflexão e as criações.

A

Arte Culinária, no início do século XX, é marcada pelo pensamento de Escoffier (1846- 1935) que, através de um vasto movimento, simultaneamente de simplificação e de desenvolvimento das receitas, começa uma estruturação da cozinha "clássica" a fim de melhor a adaptar, dizia ele, "aos imperativos da vida activa da clientela desta época"

Com efeito, é a partir do ano de 1919 até aos nossos dias, que foram publicados livros tais como: o Guia Culinária de Escoffier e o grande livro da Cozinha de Prosper Salles, obras de grande envergadura conhecidas no mundo inteiro e assim como tantos outros livros interessantes de grandes mestres de cozinha como Suzanne, Garlin, Bonzy, Pellaprat, etc..

N

ouvelle Cuisine

Em 1960, o crescimento económico é contínuo. A ciência explode, sonha-se andar sobre a lua e fazer viagens interplanetárias; o cientismo triunfante anuncia para amanhã progressos libertadores.

Desta marcha para a frente, a cozinha não faz parte. Acabou-se o tempo passado em fastidiosas refeições. As privações da guerra estão esquecidas. O homem está demasiado ocupado com os seus negócios: anda a reconstruir o mundo. O intelectual, esse, teoriza o marxismo e a revolução, premissas da grande noite de gala e do avanço da sociedade sem classes.

O luxo demasiado irracional, politicamente marcado tornou-se tabu. E a gastronomia, como a bela adormecida, mergulha no sono. Para os aventureiros dos tempos modernos, a hora é de ascetismos alimentar: os modelos de estética corporal mudaram.

A barriga do gastrónomo dos séculos XVIII E XIX era um sinal de distinção social: ela marcava a sua liberdade face à necessidade. Numa sociedade de abundância, a distinção faz-se pela elegância. A mulher bonita de outrora, bastante gorda, perde o encanto face às silhuetas filiformes, arredondadas apenas "onde deve ser". Uma dietética racional, clínica, vulgariza-se e anuncia o divórcio do bom e do saudável, da gastronomia e da dietética.

Entretanto, os cozinheiros não se conseguem libertar das suas referências clássicas. E vaie-se cavando o fosso entre o espírito do tempo e o mundo da cozinha mais do que nunca ligado à sua idade de Ouro do século XIX.

Como compensação ao progressismo descabelado, surge uma inversão parcial das hierarquias gastronómicas a favor de pratos rústicos e naturais; a procura entendida de vinhos, azeites, enchidos, produtos do campo, por oposição aos produtos industriais; tudo isto traduz a nova valorização da simplicidade rústica e da qualidade natural.

Entre 1970 e 1976 florescem as lojas dietéticas, restaurantes vegetarianos e macrobióticos. Aqui se exprime, com a recusa do assassinato alimentar, a recusa em participar na ordem social e cultural considerada pervertida, degradada em ralação à perfeição natural, natural, que convém reconquistar em harmonia com a terra inteira, com a ordem do mundo.

A pouco e pouco vaie-se procedendo a uma contextualização imaginária que ira permitir a eclosão da nova cozinha.

1. A imposição dietética de uma alimentação saudável
2. Um modelo de estética corporal da magreza
3. O desejo de harmonia com a natureza
4. A recusa da ordem social estabelecida

Mas este contexto mental, existente desde o final dos anos sessenta, à partida apenas conduz a uma negação dos valores gastronómicos e ao absentismo alimentar. Para que se processe a deslocação, é ainda preciso reabilitar o prazer imediato. Será necessário esperar pelas primeiras fracturas do mito do crescimento económico, com o choque petrolífero e o início da crise, para se

assistir à renovação da gastronomia. Em 1974, sopra um ar novo sobre os fogões.

Também os cozinheiros fazem a sua revolução: cansados de repetir de forma algo nevrótica os clássicos de Escoffier, começam a viver a sua própria cozinha.

Acabou-se a travessa, agora trabalha-se com o prato. Acabou-se o tempo em que o chefe de mesa, com ênfase, se atarefava em torno da mesa de rodas, cortando, deitando fogo e dirigindo com mão firme um enxame de ajudantes. Esta teatralidade surge agora como uma grande fantochada. O criado é mais uma espécie de agressor do que alguém que presta um serviço.

A boa cozinha não se faz na sala de jantar " o pequeno ballet em torno dos crepes "suzette, da omelete flambée, do steak au poivre a nadar em conhaque, numa travessa de prata, sobre a qual arde uma perigosa e malcheirosa lâmpada de álcool, tudo isso releva da atracção de feira, e da vigilância dos bombeiros, e não da gastronomia" ... in J.F.Revel, Un festin en paroles, 1980

Características da Nouvelle Cuisine

- " O molho deve preservar, revelar o gosto do produto que acompanha"
- "...colocar em primeiro lugar o respeito pelo gosto natural do produto"
- Bases pouco cozidas mas reduzidas

Restauração

Definição

Regra geral, todos os estabelecimentos, que produzem e distribuem comidas e bebidas, são considerados como tendo uma actividade dita de " restauração": desde os mais simples, que vendem produtos directamente, tais como, sanduíches, pizzas, etc...; aos mais complexos, que tem como preocupação constante manter em alto nível o prestígio do acolhimento e da Gastronomia Portuguesa.

A restauração divide-se em dois grandes sectores de actividade:

- Restauração colectiva de carácter social,
- Restauração comercial que se dirige a todos os clientes

Gestão

Embora não seja possível encontrar uma definição universalmente aceite para o conceito de gestão e, por outro lado, apesar deste ter evoluído muito ao longo do último século, existe algum consenso relativamente a que este deva incluir obrigatoriamente um conjunto de tarefas que procuram garantir a afectação eficaz de todos os recursos disponibilizados pela **organização**, afim de serem atingidos os objectivos pré-determinados.

Por outras palavras, cabe à gestão a optimização do funcionamento das organizações através da tomada de decisões racionais e fundamentadas na recolha e tratamento de dados e informação relevante e, por essa via, contribuir para o seu desenvolvimento e para a satisfação dos interesses de todos os seus colaboradores e proprietários e para a satisfação de necessidades da sociedade em geral ou de um grupo em particular.

Sendo o gestor alguém pertencente à organização e a quem compete a execução das tarefas confiadas à gestão, torna-se agora mais fácil encontrar um conceito que o identifique.

Segundo o conceito clássico, desenvolvido por **Henri Fayol**, o gestor é definido pelas suas funções no interior da organização: é a pessoa a quem compete a interpretação dos objectivos propostos pela organização e actuar, através do planeamento, da organização, da liderança ou direcção e do controlo, afim de atingir os referidos objectivos. Daqui se conclui que o gestor é alguém que desenvolve os planos estratégicos e operacionais que julga mais eficazes para atingir os objectivos propostos, concebe as estruturas e estabelece as regras, políticas e procedimentos mais adequados aos planos desenvolvidos e, por fim, implementa e coordena a execução dos planos através de um determinado tipo de comando (ou **liderança**) e de controlo.

Gestão na cozinha

A gestão na cozinha, consiste em controlar ao máximo os custos e por sua vez os lucros.

Sendo assim, deveremos ter o maior controlo possível de todo o que adquirimos, processa-mos e vende-mos, para tal teremos de criar ferramentas capazes de satisfazer os nossos objectivos, elas vão desde requisições internas e externas, fichas técnicas, inventários mensais e anuais, de materiais e produtos até a avaliação da acção propriamente dita.

Esta avaliação será feita com a avaliação das nossas ferramentas, com a análise e interpretação de resultados afim de atingirmos objectivos pré estabelecidos.

As Requisições

As requisições são documentos de carácter interno (utilizados na empresa de forma uniforme por todas as secções) ou de carácter externo (notas de encomenda, pedidos a fornecedores, etc).

Estas requisições de extrema importância, pois controlam todo o que foi pedido, entregue, devolvido, assim como são o ponto de partida para a gestão.

As requisições apresentam-se de variadíssimas formas, de acordo com a unidade ou negocio, no entanto devem ser uniformizadas entre secções assim como em toda a unidade.

Exemplo:

Secção: _____			
Data: ____/____/____			
Produto	Unidade de Medida	Quantidade Requisitada	Quantidade Entregue
Azeite	Litros	5	5

Responsável : _____ Ecónomo: _____

Data: _____

As requisições podem ser de produtos, serviços, materiais, etc.

O importante será serem sempre preenchidas de forma a controlar tudo o que sai do nosso economato .

Economato

O economato, é o espaço reservado na unidade para arrecadação de mercadorias, frescas, secas, congeladas, maquinas, produtos alimentares, detergentes, etc.

A responsabilidade do economato encontra-se entregue ao ECONOMOMO, sendo este que recebe mercadorias, acondiciona e entrega as requisições

Composição e definição da Secção

O economato é a principal secção abastecedora e responsável pela recepção/armazenamento e distribuição de todas as mercadorias da unidade hoteleira. É esta a secção que verifica a entrada de toda a gama de géneros e que controla a saída dos mesmos, para as várias secções. As entradas são controladas por meio de notas de encomenda, notas de crédito ou facturas; as saídas por meio de requisições dos diversos sectores.

A esta secção compete zelar pela boa conservação dos géneros adquiridos ou em stock, mesmo que em alguns casos se tenha de solicitar a colaboração de secções consumidoras e transformação, pelas bebidas, artigos de higiene e limpeza, artigos de manutenção, material de escritório e reserva de material de exploração (loijas, talheres, vidros, roupas e equipamento diverso).

A armazenagem desta diversidade de produtos, de natureza diversa, necessita de condições específicas, pelo que é essencial a existência de divisões próprias para o efeito

Através do seguinte organograma, podem ser distinguidos os vários locais de armazenamento da responsabilidade do economato.



Existem várias possibilidades de organizar o problema dos aprovisionamentos, quer no quadro de repartição da gestão pelos vários departamentos do hotel, quer na criação de uma Secção específica que deve assumir todos os problemas que se possam colocar neste contexto.

Em suma, o economato é o responsável por tudo o que diga respeito às mercadorias, desde a compra até à distribuição pelos diferentes pontos de produção, tendo em conta a sua organização, controle e gestão de todo o processo.

O economato está funcionalmente ligado a todas as outras secções do estabelecimento hoteleiro, dada a sua natureza de fornecedor de matérias-primas, necessárias ao seu funcionamento. A secção deve ser autónoma, mas com fortes ligações funcionais com o departamento financeiro, tendo em conta o investimento que é feito no aprovisionamento e as dificuldades da sua gestão.

F

unções do ecónomo:

- Compras – responsável por todas as compras necessárias, de acordo com a política de compras em vigor na Empresa
- Controlo – responsável pelo controlo de custos e de qualidade das mercadorias, e indirectamente, pelos outros departamentos de produção, e portanto os consumidores das referidas mercadorias. Este sector deverá ter fortes ligações com o departamento financeiro, dada a importância que os Custos de Mercadorias têm no orçamento da Empresa.
- Armazenamento e Distribuição – responsável pela manutenção e distribuição das mercadorias para o consumo dos diferentes departamentos.

O

rganização geral do Economato

O sector das compras, é uma parte integrante do departamento, como já tivemos ocasião de verificar. O interesse do comprador, será obter o produto de qualidade desejada ao melhor preço possível, isto é, obter o produto certo, com a qualidade certa, ao preço certo, no tempo certo, e de fonte certa. Para tal, deverá organizar o seu trabalho de forma a conseguir atingir estes objectivos.

A organização das compras passa pela existência de um livro onde são especificados todos os pormenores do produto a fornecer às secções requisitantes:

- **Definição do que comprar**
- **Quando comprar**

- **Quanto comprar**

- **Procura e escolha de fornecedores**
- **Definição dos contratos de fornecimento, tendo em conta:**
 - Os tempo de fornecimento
 - As quantidades mínimas e máximas a encomendar
 - Preço unitário
 - Os descontos e reduções
 - As condições de fornecimento
 - Os custos acessórios (Transportes, embalagens, ect.)

- Elaboração de horários para Recepção de lista de compras
- Elaboração de horários para receber e negociar com candidatos a fornecedores
- A escolha de fornecedores
- Livro de especificações (elaborado pelo ecónomo):
- A Quantidade

A compra

A compra de mercadorias, ou o aprovisionamento, é a função que consiste em abastecer a empresa e pôr à sua disposição, nas melhores condições de qualidade e preço, os elementos necessários à sua actividade.

A compra é uma tarefa de grande responsabilidade na unidade hoteleira, pois não só envolve gastos financeiros elevados, como também, é o ponto a partir do qual é determinado o custo e qualidade do produto final.

Por estas razões, é essencial que as compras sejam centralizadas exclusivamente numa pessoa ou num serviço, com o objectivo de garantir melhor controlo de qualidade e do preço dos produtos, retirando assim, este ónus das atribuições e responsabilidades dos chefes das diversas secções, permitindo que estes se dediquem às suas funções específicas.



O chefe de compras

O chefe de compras é o elemento responsável por todas as aquisições efectuadas pelo estabelecimento hoteleiro.

Esta função exige elevados conhecimentos técnicos, nomeadamente ao nível da apreciação e distinção das várias qualidades de produtos, assim como da sazonalidade dos mesmos.

Para além disso, este cargo exige uma vasta experiência profissional e conhecimentos contabilísticos.

O comprador deve conhecer as exigências do serviço de preparação e de produção dos alimentos, dialogar com os fornecedores acerca da qualidade dos produtos a adquirir e estar familiarizado com os preços de mercado.

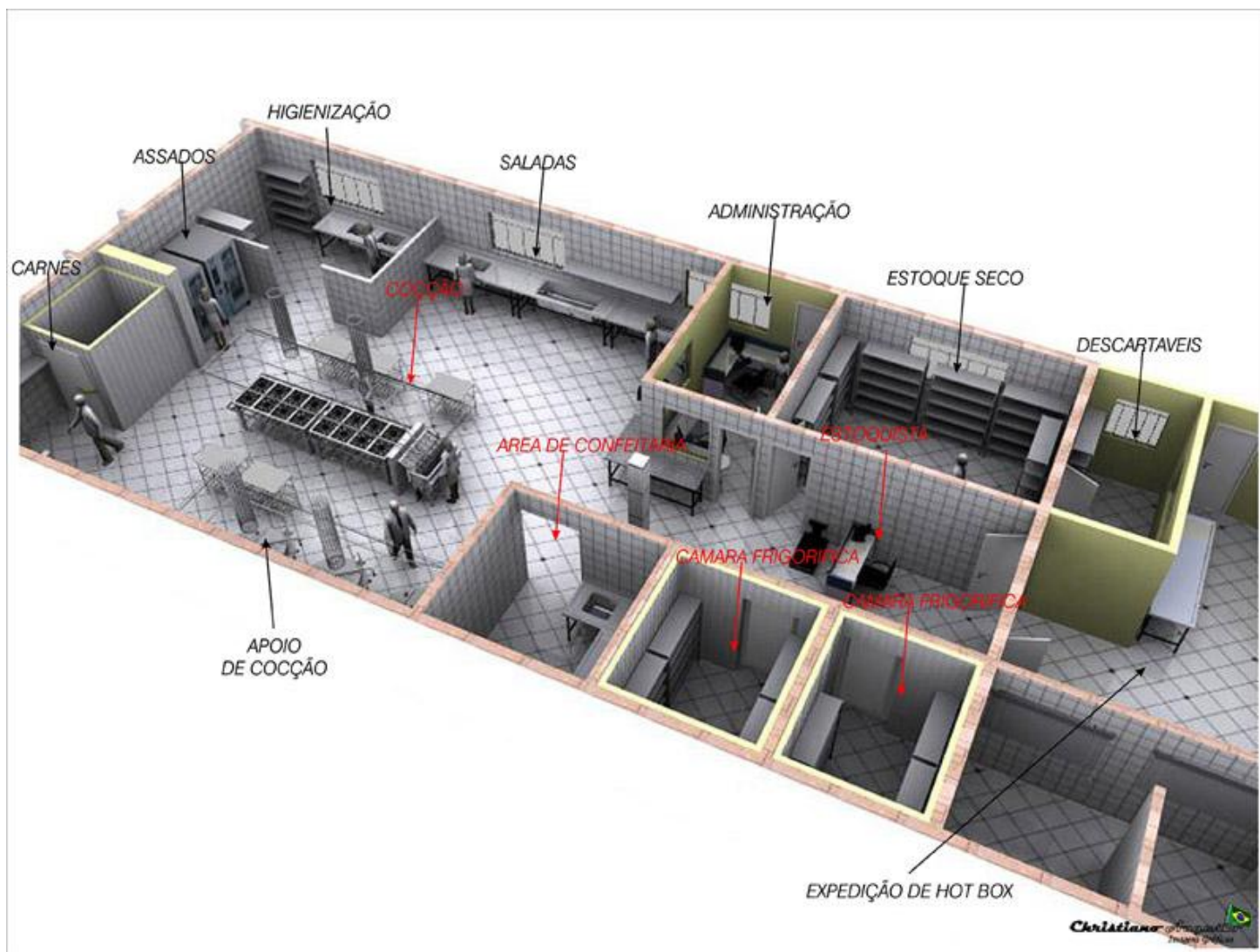
Este profissional deve, igualmente privilegiar o diálogo com os chefes das secções com o objectivo de melhor se aperceber da qualidade dos produtos a adquirir.

O aparecimento de novos produtos e abastecedores deve merecer um cuidado especial, nomeadamente ao nível do estudo e análise dos mesmos. São também importantes as visitas regulares aos principais mercados e empresas abastecedoras da região.

Por último impõe-se ao comprador uma total lealdade e honestidade para com a empresa, bem como um espírito cordial no trato com os fornecedores.



A cozinha e seu layout



Na figura acima ilustrada, podemos ver um layout básico de uma cozinha, este deve ter sempre:

Bloco quente

Garde-manger (ou zona de frios)

Zonas de preparação para os diferentes tipos de alimentos

E quando possível e necessário uma zona de família e uma pastelaria.

A Brigada de Cozinha

A noção de Brigada implica obrigatoriamente um trabalho organizado e hierárquico.

Actualmente a visão de cozinhas com muitos elementos vai diminuindo, devido ao avanço tecnológico dos equipamentos e utensílios, que originam uma redução de mão de obra, mas por outro lado implica uma maior especificidade na profissão de cozinheiro

Comportamento Profissional

SABER – SER
SABER – SABER
SABER – FAZER

O trabalho na cozinha exige ao cozinheiro certas atitudes específicas à Profissão; nunca se esquecendo que o cliente pode estar a vê-lo e julgar a unidade hoteleira pelo seu comportamento.

Sobriedade
Metodologia de trabalho
Rapidez
Memória
Espírito de Iniciativa
Pontualidade

Rigor
Disponibilidade
Espírito de equipa

Brigada de Cozinha Clássica

Auguste Escoffier (1846-1953), desenvolveu um sistema de trabalho, para resolver a anarquia que existia nas cozinhas profissionais. Criou então um sistema (brigada) hierárquico de responsabilidades e funções para a restauração comercial.

Chefe de cozinha

- Organiza, coordena, dirige e verifica os trabalhos de cozinha em restaurantes, hotéis e estabelecimentos similares.
- Elabora ou contribui para a elaboração do plano de ementas e listas de restaurante, com uma certa antecedência, tendo em atenção a natureza e o número de pessoas a servir, os víveres existentes ou susceptíveis de aquisição e outros factores; requisita às secções respectivas os géneros que necessita para a sua confecção.
- Dá instruções ao pessoal da cozinha sobre a preparação e confecção dos pratos, tipo de guarnição e quantidades a servir.
- Cria receitas e prepara especialidades, acompanha o andamento dos cozinheiros, assegurando-se da perfeição dos pratos e da sua concordância com o estabelecimento.
- Supervisiona a saída das iguarias preparadas, assegurando-se de que elas correspondem aos pedidos e sejam perfeitas sobre todos os pontos de vista.
- É responsável pela elaboração das ementas do pessoal e pela boa confecção das respectivas refeições, qualitativa e quantitativamente.
- Controla a qualidade e a quantidade das mercadorias entregues pelos fornecedores, ou quando necessário, efectuará as compras de acordo com o sistema das empresas; controla as quantidades e qualidade das mercadorias entregues na cozinha, provenientes de outras secções, certificando-se de que correspondem às requisitadas.
- Executa todos os cálculos de custo (directos ou indirectos) rápida e eficientemente, tendo em conta o valor das capitações.
- Elabora todos os mapas, inventários e relatórios do seu departamento e administra o orçamento atribuído ao mesmo.
- Colabora na aquisição de equipamento, assim como na sua implantação e

manutenção.

- Mantêm a ordem e a disciplina no trabalho, assim como as boas relações entre o pessoal de cozinha e o dos outros departamentos.

Subchefe de Cozinha

- É o profissional que coadjuva e substitui o chefe de cozinha no exercício das respectivas funções.

Chefes de Partida

Saucier

- Confecciona as bases e molhos de carne.
- Confecciona todas as carnes e aves estufadas e salteadas; caça excepto assada ou grelhada.

Rotisseur

- Confecciona as carnes assadas, grelhadas e as fritas
- Prepara e confecciona todas as batatas destinadas a serem fritas.

Legumier

- Confecciona todos os legumes

Entremetier

- Confecciona os pratos de ovos,
- Confecciona massa italianas,
- Confecciona caldos, consommés, sopas, cremes
- Confecciona dietas.

Poissonier

- Confecciona todos os peixes,
- Prepara molhos e caldos de peixe.

Garde manger

- Mantêm o stock de mercadorias conforme as necessidades do estabelecimento, distribui os géneros às restantes partidas durante o serviço, à medida que vão sendo requisitadas pelo chefe.
- Prepara todas as carnes e peixes (limpa, corta, ata, tempera).
- Confecciona os pratos frios, molhos frios, saladas e acepipes.
- Confecciona e decora os Buffets Frios, tendo para o efeito as grandes casas o Chefe de Frio.

Família

- Confecciona as refeições do pessoal, seguindo as instruções do chefe de cozinha.

Tournant

- Substitui os chefes de partida nas suas folgas

Pasteleiro

- Confecciona gelados, sorvetes, etc...
- Confecciona bolos de aniversário, casamento, comunhão, etc...
- Confecciona todas as massas salgadas para a cozinha: vol-au-vents, tarteletes, florões, etc...

Guarda

- É o profissional que faz o horário morto da cozinha, tem por missão atender algum pedido que surja fora da hora normal das refeições.

Ajudantes de cozinha

- Coadjuvam os chefes de partida.

Aprendizes

- Coadjuvam os chefes de partida e os ajudantes de cozinha.

Conclusão

Neste momento são raros os hotéis que tenham brigadas completas. As partidas que ainda mantêm uma certa autonomia são. O garde-manger e a pastelaria; sendo as outras ocupadas consoante a categoria da empresa e o seu número de profissionais.

Técnica Profissional de Cozinha

N

oções de serviço

Mise en place

Nas grandes cozinhas este termo refere-se ao conjunto de operações preparatórias antecedentes à confecção das refeições. A " mise en place ", nos grandes estabelecimentos, como nos pequenos é muito importante.

Nunca é inútil, mesmo assim, tanto nas grandes casas como nas pequenas, o facto de preparar de avanço, metódica e judiciosamente, os diversos elementos auxiliares, dos pratos a confeccionar.

Por isso, entendemos que antes de pôr em funcionamento o prato principal, è sempre de toda a conveniência aprontar os legumes, os raminhos de cheiros, etc...

Todas estas pequenas operações bem feitas, todos os apontamentos que precedem o acabamento dos alimentos, estando a sua preparação terminada, torna a execução do trabalho mais fácil e rápido.

Serviço de Confecção

A seguir à " mise en place " segue-se o serviço propriamente dito, isto é, a confecção dos pratos destinados às refeições diárias.

Este trabalho deverá ser feito com rapidez, esmero e bom gosto, segundo as indicações do Chefe de Cozinha e as ordens transmitidas por este ou pelo segundo chefe, quando o primeiro se encontra encarregado do serviço de Roda.

È sob a sua direcção, que se processa o serviço, no respeitante ao momento de pôr em andamento aquelas iguarias que são feitas na altura própria. Quer dizer que, não foram feitas no horário que procede o serviço propriamente dito; é o caso dos peixes grelhados ou fritos e das carnes grelhadas ou salteadas.

Como se sabe, tanto uns como outros, principalmente as carnes, serão feitas no momento exacto, de forma a serem servidas ao cliente nas melhores condições de sabor, ponto de cozedura e temperatura.

Para que tudo isto se processe da melhor maneira, é necessário, manter ao longo do horário correspondente ao serviço das refeições, a máxima atenção aos pedidos e indicações, dadas pelo Chefe, que se encontra na Roda.

Roda ou Passe

Como já indicamos anteriormente, a Roda é fundamental num trabalho de cozinha comercial. O serviço feito na mesma, é de extrema importância para o bom funcionamento de todas as secções de uma cozinha. Por isso, entendemos que deverá ser o Chefe ou na impossibilidade deste, o seu segundo, quem se ocupe do funcionamento da mesma devido ao grau de responsabilidade; pois

pela Roda, passam todos os pratos depois de confeccionados e destinados a serem consumidos pelo cliente.

Na Roda, são feitos os pedidos, por meio de vales numerados e entregues ao Chefe de Cozinha pelos ajudantes de sala. Este " cantar " os ditos pedidos, em voz alta e clara ou através de um microfone, instalado já em todas as cozinhas modernas e de grandes dimensões, que estão ligadas a um sistema de altifalantes distribuídos pelas diversas secções.

A atenção de todos os cozinheiros, na hora de serviço, deverá manter-se ao longo da sua duração, para assim evitar a necessidade de repetir os pedidos e não estabelecer a confusão com as perturbações consequentes.

O Chefe que se encontra na Roda canta os pedidos seguindo a ordem dos vales, que, seguidamente são pendurados, suspensos por meio de uma escápula, num quadro dividido em quadrados de 10 cm (aprox.), com o número da mesa correspondente.

À medida que o chefe vai reclamando, vai riscando com um lápis os que já foram entregues à sala. No fim do serviço deposita os vales numa caixa que será entregue à contabilidade para efeitos de controlo.

Para além de toda esta atenção, o responsável por este serviço deverá assegurar-se constantemente, de que a saída dos pratos confeccionados corresponde às encomendas, assim como, cuidará da sua apresentação, temperatura e quantidade.

Para terminar, o Chefe, velará para que não se cometam erros e confusões, com os ajudantes de sala, que transportam os pedidos, já que por vezes estes, podem retirar pratos que não correspondem à mesa indicada. Este caso, passa-se muitas vezes no meio da rapidez do serviço, porém, se o responsável pela Roda, estiver com a devida atenção e mantiver o controlo necessário, evitar-se-ão as complicações

Uniformes

A lenda diz-nos que foi o grande chefe " Carême ", o primeiro que teve a ideia de trocar o pouco gracioso barrete de algodão usado pelos nossos antepassados, pelo barrete branco, engomado e usado de forma correcta. O barrete indicava o carácter da pessoa que o usava; " Casimiro Noisson ", que foi o grande chefe da " Maison Dorée de Paris ", usava um barrete chamado " Torre Eiffel ", que se assemelhava muito ao dos nossos dias, mas era pouco engomado, prestando-se às mais diversas transformações da moda. Nesta época o inglês levava à guisa de barrete, o boné escocês, o espanhol, a boina de lã branca; o cozinheiro alemão, um boné de policia, etc...

O uniforme de cozinha é constituído por:

- Casaco branco de algodão;
- Calças de algodão;

- Barretes descartáveis ou de polyester, engomados e de pregas vincadas de cor branca;
- Lenço de pescoço de algodão branco;
- Avental, cor branca de algodão branco;
- Pano de cinta de algodão branco, sendo utilizado para pegar em recipientes quentes;
- Calçado, socos de pele rija;

Como se pode contactar a cor base do uniforme é o branco; não por ser a cor em que se nota melhor o estado de limpeza, como também pelo facto de repelir o calor, a que todos os cozinheiros estão expostos.

Os socos têm a vantagem de evitar as queimaduras e a humidade. O lenço além da sua performance estética, têm como finalidade proteger o pescoço do excesso de calor e evitar que o cabelo caía inadvertidamente nas confecções



Conselhos de Higiene Profissional

- Manter o posto de trabalho em perfeita ordem e higiene;
- Retirar imediatamente os produtos deterioráveis;
- Realizar a limpeza dos legumes em locais próprios;
- Lavar o local de trabalho após a limpeza dos legumes;
- Não descascar legumes em cima da placa de corte;
- Verificar rigorosamente a qualidade sanitária e a validade dos produtos;
- Recusar embalagens amolgadas, inchadas, etc.....
- Verificar diariamente as temperaturas dos equipamentos frigoríficos;
- Limpar as facas após cada utilização;

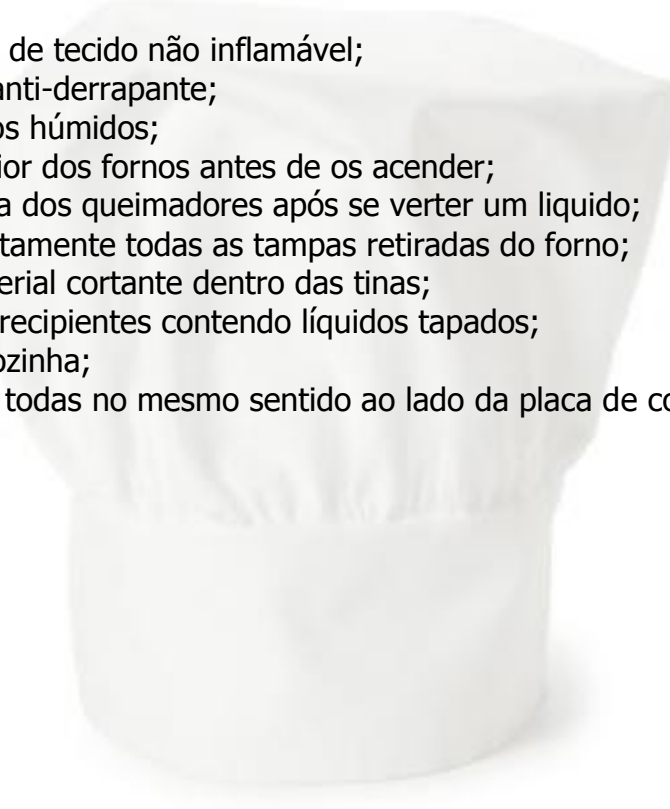
- Respeitar as regras de armazenamento dos produtos;
- Realizar molhos coagulados, semi-coagulados no momento de servir;
- Não confeccionar um molho emulsionado em cima de outro antigo;
- Verificar a temperatura das frituras; filtrar o óleo regularmente;

Conselhos relativos à Higiene do material e do local de trabalho

- Verificar o estado de conservação dos recipientes de cozedura;
- Lavar e desinfetar periodicamente os filtros da hotte;
- Raspar, lavar, desinfetar todos os dias as placas de corte;
- Eliminar os insectos e roedores;
- Não deixar entrar animais na cozinha;

Conselhos de Segurança

- A farda deve ser de tecido não inflamável;
- Utilizar calçado anti-derrapante;
- Não utilizar panos húmidos;
- Observar o interior dos fornos antes de os acender;
- Verificar a chama dos queimadores após se verter um líquido;
- Arrefecer imediatamente todas as tampas retiradas do forno;
- Não colocar material cortante dentro das tinas;
- Não transportar recipientes contendo líquidos tapados;
- Não comer na cozinha;
- Colocar as facas todas no mesmo sentido ao lado da placa de corte.



Vocabulário Técnico de Cozinha

Os termos de cozinha que se seguem, representam operações fundamentais ou servem para denominar utensílios utilizados nesta profissão.

ABRANDAR Pôr uma coisa branda, suave.

ABRILHANTAR Dar a todos os preparos mais valor e beleza

ACAMAR Dispor em camadas.

ADUBAR Acto e efeito de temperar

AFIAMBRAR Submeter línguas ou outras peças de carne à salmoura seca ou líquida, para as tornar de cor rosada.

ALBARDAR Sobrepor uma capa fina de toucinho, em peças de carne, peixe, caça, etc.
Destina-se a proteger do calor, evitando que sequem ou coem demasiado.

ALOIRAR Fritar rapidamente, em gordura previamente aquecida, qualquer ingrediente destinado à alimentação; levar um prato ao forno parar à iguaria uma cor dourada

AMANHAR Preparar o peixe para ser cozinhado

AMASSAR Formar uma massa com farinha ou fécula, àgua, manteiga, etc...

AMORNAR Aquecer levemente.

APARAR Ornar, embelezar para que fique elegante

APARELHO Preparação composta de um ou mais elementos diferentes e que depois de misturados servem para a confecção de vários pratos.

APURAR Acentuar o paladar de um molho, pela adição de condimentos ou deixando reduzir mais.

ARDIDO Queimado, fermentado, pouco fresco

AROMATIZAR Designação usada para ervas, plantas ou raízes, expandem um odor agradável.

ARREPIAR Esfregar o peixe com sal, no sentido contrário às escamas, para o

conservar.

ASPIC De carne, peixe ou legumes; geleia transparente que encerra qualquer iguaria.

ASSAR Cozinhar em seco, directamente no forno; tostar, queimar

AVINHAR Misturar com vinho; dar sabor ou cheiro de vinho

BISPO Cheiro ou sabor a esturro

BRANQUEAR Cozedura leve e rápida; entalar

BRIDAR Acto de atar algo com fio para lhe dar forma

BRINGIR O mesmo que branquear

CANELAR Fazer incisões com faca de gume afiado ou com canelador, em limões, cenouras, etc...

CHAMUSCAR Passar ligeiramente por chama para eliminar os pelos ou penas

CLARIFICAR Acção de purificar o caldo ou geleia pela aplicação de claras. Tornar transparente qualquer líquido.

CONCASSÊ Qualquer legume cortado em dados de cerca de dois centímetros de lado.

CONDIMENTAR O mesmo que temperar. Dar gosto ou acentuar, pela acção de condimentos.

CORDÃO Fio de molho que se dispõe à roda ou por cima de certa iguaria

COROA Dispor em forma circular, rodela, fatias, etc

EMBAMATA Mais conhecido por "roux", é uma mistura de manteiga com farinha, para servir de base a molhos. Pode ser branco, alourado ou escuro, conforme a preparação a que se destina.

EMPRATAR Dispor as comidas dentro do prato ou travessa com bom gosto e aspecto.

ENCAMISAR Cobrir o interior de uma forma com uma camada de geleia, fundo, glace, etc..., antes de a encher com um aparelho qualquer.

ENGROSSAR Tornar mais espessos caldos, molhos e sopas, por meio de elementos de ligação.

ENTALAR Passar por água fervente ou gordura, com o fim de evitar a sua de composição. Cozer ligeiramente

ESCALFAR Maneira de cozer ovos sem casca, durante dois ou três minutos

ESFARELAR Reduzir a migalhas

ESTUFAR Guisar quase a seco e tapado, qualquer alimento, a fogo lento

ESTRUGIR O mesmo que refogar

GLUTEN Substância que se encontra em grande quantidade na farinha de trigo, constituindo a parte nutritiva daquele cereal.

GRATINAR Fazer corar em forno forte a camada superior de um preparado.

LAMINAR Cortar em fatias ou rodelas delgadas.

LARDEAR Entremear uma peça de carne com fatias de toucinho

LARDÕES Tiras de toucinho que se empregam para lardear.

LEVANTAR O mesmo que montar. Bater fortemente natas ou claras, para lhes aumentar o volume.

LIGAR Adicionar farinha ou gemas de ovo às preparações que se pretendem tornar mais compactas

LUSTRAR Cobrir uma peça com geleia ou glace de carne gelatinada, para lhes dar brilho

MARINAR Acto de temperar carnes ou peixes

MONTAR Misturar pouco a pouco manteiga, natas ou azeite a um molho, que depois desta preparação, fica mais leve e volumosa

MORTIFICAR Expor ao ar durante algum tempo, carnes, aves ou caça, para lhes dar tempo de se tornarem tenros.

NAPAR Cobrir totalmente com molho espesso a peça tratada

PANAR Passar elementos por farinha, ovo batido e pão ralado

POLVILHAR Espalhar levemente sobre algo, farinha ou queijo ralado, sobre forma de chuva

Ramo de Cheiros Molho de ervas aromáticas (salsa, tomilho, louro, aipo, alho,

etc...), podendo haver predominância de um ou outro conforme o fim a que se destina.

REFOGAR O mesmo que guisar; frigar em cebola e alho dourados em gordura quente, aos quais se juntam tomates limpos e outros temperos.

SALTEAR Passar por gordura, no sauté , misturando. Corar, apertar ao calor a carne, legumes, batatas, etc..., dentro de uma frigideira ou caçarola, com banha , azeite, óleo ou manteiga.

SANGRAR Meter carne ou peixe dentro de água para que se torne branca

SUAR Cozer um alimento tapado hermeticamente, quase sem caldo ou água.

Após conhecermos a cozinha, quem lá trabalha, como se comporta e veste, que termos pode utilizar, vamos falar de receitas e seu controlo.

Para tal temos ferramentas a utilizar nomeadamente as fichas técnicas.

Fichas Técnicas

As fichas técnicas, digamos que são a ferramenta mais importante para a gestão da cozinha.

Através delas poderemos saber:

- As receitas
- Quantidades
- Custo unitário
- Custo total
- Food cost
- Rácio
- Preço de venda sem iva
- Preço de venda com iva
- Nome dos pratos

- Quantidades a que se destina esse mesmo prato
- Família de ficha técnica

Para tal deveremos ter o máximo de cuidado na sua elaboração.

Estas fichas técnicas, assim como as requisições apresentam diversas formas, como tal devemos optar por um formato que satisfaça as nossas necessidade



Food cost = preço unitário / preço de venda sem iva x 100

COEFICIENTE

O coeficiente corresponde ao numero de vezes que multiplicamos o preço unitário para achar-mos o preço de venda

Normalmente utiliza-se um coeficiente 3 que significa que multiplicamos por 3 o preço unitário sendo que 1 vez é para o nosso custo, 1 vez para os custo de pessoal , luz, agua, etc e mais 1 vez para um novo investimento, quando assim é o nosso food cost será de 33%.

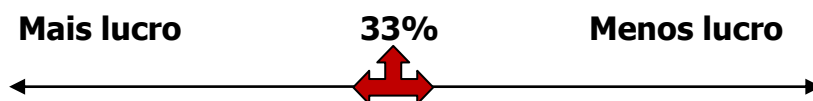
FOOD COST

O food cost é nada mais nada menos que a percentagem que nos indica o impacto do custo sobre o nosso lucro.

Em hotelaria estipulou-se que 33% indica que nem ganhamos nem perdemos , ou seja , se multiplicarmos por 3 o nosso custo a terceira parte será para um novo investimento não devendo ser entendida como lucro, mas como forma de novo investimento, sempre que possível deveremos utilizar um coeficiente superior a 3 pois ai esta o nosso real lucro, acima de investimento.

Sendo assim poderá pensar que um prato de food cost 33% não será viável, isto não será de todo verdade visto que pode ser um prato de muita procura, ou seja um sucesso de vendas , cabe-nos a nós tentar baixar o preço de custo sem nunca desprezar a qualidade de forma o tornar esse prato realmente rentável.

Em suma :



As fichas técnicas como já referido são uma ferramenta de avaliação da nossa produção, com ela avaliamos os custos e devemos sempre que possível baixar ao máximo os custos, ou seja o food cost de forma a termos mais lucro.

A ficha técnica também é utilizada para avaliar a viabilidade e a popularidade de um determinado prato, para tal basta utilizarmos uma segunda ferramenta da qual falaremos a seguir, o **MENU ENGINEERING**.

MENU ENGINEERING

Esta ferramenta é utilizada para avaliarmos uma carta de restaurante ou seja um conjunto de fichas técnicas (porque todas as cartas são compostas por receitas, que por sua vez são feitas fichas técnicas para avaliarmos custos e encontrar-mos o preço de venda como já falamos anteriormente)

Com esta nova ferramenta pretendemos saber quais os pratos mais populares e quais o mais rentáveis, para tal deveremos relacionar os seguintes factores:

- Custo
- Procura
- Margem de lucro
- Preço de venda

Por outras palavras vamos utilizar os resultados das fichas técnicas com os resultados das vendas reais em restaurante (o numero de pratos vendidos).

Deveremos avaliar separadamente cada família da carta (entradas, sopas, peixes, carnes, sobremesas...)

EXEMPLO:

Click no link para visualizar documento de exemplo

[Menu engineering](#)

Cálculos :

Popularidade = número de unidades vendidas / total de unidades vendidas

Custo ficha técnica = preço unitário da ficha técnica

Preço de venda = preço de venda sem iva da ficha técnica

Lucro do produto = preço de venda – o preço de custo

Custo total = nº de unidades vendidas x preço de custo

Total de lucro bruto = nº de unidades vendidas x preço de venda

Total de lucro limpo = total de lucro bruto - total de custo

Categoria de lucro

Esta poderá ser maior ou menor (+ ou -)

Categoria de popularidade

Também poderá ser maior ou menor (+ ou -)

Para encontrarmos estes valores fazemos um teste de lógica

- 1. Encontramos uma média de lucro limpo (total de lucro limpo / total de unidades vendidas)**
- 2. Efectuamos o teste de lógica dizendo (se o lucro limpo for menor que a media de lucro limpo então atribuímos menos (-) se for maior atribuímos mais (+)**
- 3. Com a mesma media de lucro relacionamos o custo dizendo; se o total de custo for menor que a media de lucro atribuímos menos (-) se for maior atribuímos mais (+)**
- 4. Por fim relacionamos os dois resultados**

Menos (-) , menos (-) = DOG

Menos (-) , mais (+) = WORKHORSE

Mais (+) , menos (-) = CHALLENGE

Mais (+) , mais (+) = STAR

OU SEJA,

Um produto DOG indica que é pouco popular e dá pouco lucro devendo ser rejeitado.

Um produto WORKHORSE indica que dá pouco lucro mas é popular devemos tentar baixar o custo e transformar este produto num STAR

Um produto CHALLENGE indica que dá muito lucro mas não é popular devemos arranjar forma de o tornar mais popular para o transformar num STAR .

Um produto STAR indica que dá lucro e é popular sendo desta maneira o nosso melhor produto.

Entenda-se por **popularidade** o nível de procura do produto ou seja quanto mais for vendido mais popular é.

MEDIDAS CORRECTIVAS

Como reacção aos resultados devemos avaliar os seguintes tópicos:

- Fornecedores
- Alternativas de produtos
- Posição numa carta de restaurante
- Eventuais promoções
- Mencionar especialidade
- Eliminar a receita
- Mudar o nome do prato
- Etc
- **INVENTÁRIOS**
- Os inventários são uma importante forma de controlo de tudo o que nos fica em stock, com isto podemos relacionar com as nossas vendas e as nossas compra de forma a obter um rácio de cozinha, ou seja,
-

- Depois de contabilizar o nosso inventario (contar tudo e pesar) vamos valorizar o mesmo, para tal multiplicamos cada produto de inventario pelo seu preço de custo .
- Exemplo
-
- Açúcar em stock (inventário) temos 5 kg o preço de kilograma é de 0,50€ sem iva então temos um total em inventário de 2,50€
-
- De seguida vamos ver o total facturado sem iva de comidas (só comidas sem bebidas este deverá ser um rácio de bar ou restaurante)
- Exemplo:
- Temos em inventário um total de 1500€ e facturamos em comidas um total sem iva de
- 5000€
- Compras mensais de 2500 €
-
- $\text{Rácio} = \frac{\text{total de compras do mês sem iva} - \text{inventário}}{\text{total facturado}} \times 100$
-
- $\text{Rácio} = \frac{2500€ - 1500€}{5000€} \times 100$
- Rácio = 20%

Com este resultado podemos concluir que obtivemos lucro com as vendas de comida, no entanto deveremos ter em atenção o nosso inventário e tentar gastar este diminuindo as compras do próximo mês ganhando deste modo um lucro mais real.

Se possível deveremos trabalhar com o stock mais baixo possível, ou seja, se o inventário for zero significa que todo o que compramos gastamos , neste caso devemos avaliar muito bem as nossas vendas e as nossas compras .

De notar que ter um bom rácio em comidas não é sinonimo de muito sucesso do nosso restaurante visto que aos nossos lucros devemos ainda subtrair os nossos custos fixos e todos os custos inerentes a exploração obtendo deste modo um rácio geral esse sim indicativo da "saúde" do nosso negócio, no entanto uma boa gestão da cozinha é sempre importante, não devemos esquecer que trabalhamos com produtos perecíveis logo devemos ter a máxima atenção as validades e aos produtos em si minimizando o desperdício e as quebras .

NÃO ESQUECER :

1. Elaborar as fichas técnicas
2. Respeitar as requisições
3. Elaborar um inventário
4. Controlar as nossas vendas e compras
5. Controlar a higiene e promover um bom relacionamento interpessoal

UM FUNCIONÁRIO SATISFEITO É UM FUNCIONÁRIO RENTAVEL E FUNCIONAL

UMA EQUIPA SAUDAVEL É MEIO NEGOCIO DE SUCESSO, O RESTO É NÃO DESLEIXAR.



Materiais de cozinha

Fogões combinados tradicionais

Exemplos:



O fogão combinado tradicional, associa num único bloco, um ou mais fornos e um conjunto de queimadores ou placas eléctricas. O forno tradicional é um espaço fechado e isolado termicamente, onde os alimentos são cozinhados pelo calor seco proveniente de uma fonte de energia. Neste tipo de fornos a temperatura varia de ponto para ponto, sendo mais elevado junto a chama e na proximidade da chaminé, por causa desta variação de temperatura é necessário mover os tabuleiros para homogeneizar a temperatura.

Fornos Convectores



Os fornos convectores ou de convecção forçada apresentam uma circulação mecânica do ar quente pelo espaço do forno, eliminando a desvantagem dos fornos tradicionais ao apresentarem uma heterogeneidade de temperaturas nos diferentes pontos do seu interior e, como tal requerem uma abertura de portas para o manuseamento dos alimentos e adição de líquidos para isolamento e abaixamento da temperatura dos alimentos.

A circulação do ar quente é feita por meio de um ventilador ou de uma turbina pela aspiração do ar da câmara ou cuba para uma filtragem, seguida de um reaquecimento e compressão para a câmara através de canais dispostos uniformemente junto das grelhas e tabuleiros nos fornos de convecção.

Vantagens dos fornos de convecção:

- Melhor aproveitamento da capacidade da cuba com uma maior densidade de tabuleiros, economizando-se espaço.
- Impossibilidade de transmissão de cheiros e sabores por contacto directo, pois o ar de retorno para reaquecimento é filtrado e lavado antes de novo regresso á cuba.
- Precisão de controlo de temperaturas.

Cozedores a vapor



Os cozedores de vapor, também designados por fornos de vapor, são equipamentos de cozedura numa atmosfera de vapor seco ou de vapor húmido no interior de uma câmara térmica devidamente isolada, com paredes de aço inoxidável ou alumínio, dispendo de tabuleiros perfurados e cestos apoiados em guias de deslizamento.

Vantagens da cozedura a vapor:

- Tempo de cozedura cerca de três vezes inferior a cozedura por imersão na água
- Tempo de recuperação da atmosfera de vaporização reduzido (início da operação) e abaixamento da temperatura muito rápido (final da operação)
- Reduzida quantidade de água necessária
- Cozedura sem ar atmosférico causador de oxidação
- Cozedura sem dissolução da clorofila, sais minerais e outros componentes solúveis dos alimentos
- Conservação das qualidades organolépticas dos alimentos

Para além da cozedura dos alimentos estes equipamentos são utilizados para bringir, escalfar, aquecer, descongelar, esterilizar, etc.

Marmitas

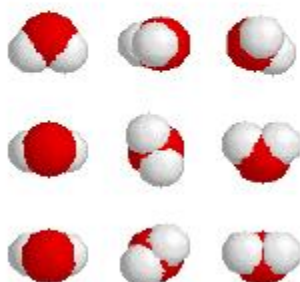


A marmita é um aparelho de cozedura sob pressão, fechado por uma tampa basculante com grampos, que utiliza uma câmara intermédia com fluido térmico (vapor de água ou óleo espacial) para transferir o calor necessário, de modo homogéneo, para a câmara de cozedura (cuba).

Fornos de microondas

Moléculas bipolares:

microondas



O forno de microondas baseia o seu funcionamento na conversão electromagnética, produzida pelo aparelho, em energia térmica absorvida pelos alimentos.

As moléculas de água, de gordura e de açúcares, embora neutras, quando sujeitas a campos de microondas apresentam uma polarização eléctrica em extremos opostos, com cargas eléctricas de sinais contrários, designando-se

como moléculas bipolares. A molécula de água é a molécula mais importante que se conhece, estando presente em todos os alimentos.

A energia eléctrica recebida da rede converte-se sucessivamente em energia electromagnética (microondas geradas pelo magnetron) em energia cinética (movimento das moléculas bipolares) e finalmente em energia térmica.

As microondas reflectem nos metais, atravessam certas cerâmicas, porcelanas, vidros e plásticos e são absorvidos pelos alimentos.

Deste modo o uso de recipientes metálicos e de utensílios de suporte e fixação dos alimentos (espetos, grelhas, etc) são desaconselhados.

O forno nunca devese ser accionado vazio, sem alimentos o que poderia provocar uma avaria grave no magnetron, embora este geralmente possua protecção.

O microondas proporciona as seguintes operações:

- Descongelação de alimentos e pré-preparados
- Regeneração e aquecimento de pratos refrigerados e congelados
- Aquecimento de líquidos
- Cozedura acelerada de pequenas quantidades de alimentos para a transformação convencional
- Cozedura de alimentos em pratos confeccionados tradicionalmente
- Cozedura de alimentos de pequena espessura
- Cozedura em vapor com alimentos em recipientes fechados
- Frituras e grelhados (com prato tostador)
- Cozedura de pequena pasteleria
- Cozedura de ovos (em recipientes especiais)
- Cozedura de alimentos de pequena espessura com acabamentos por radiação de infravermelhos (nos fornos com grill)

A única verdadeira perigosidade dos microondas resulta da má utilização do aparelho.

Vantagens da utilização de fornos microondas:

1. Reaquecimento rápido de alimentos
2. Conservação dos sabores e cores originais
3. Regeneração de pratos cozidos e congelados
4. Descongelação rápida e higiénica
5. Reaquecimento de envelhecimento do sabor original
6. Possibilidade de corresponder a cuidados dietéticos cozendo em pouca água quase sem sal e sem gorduras.
7. Conservação das qualidades nutricionais dos alimentos (transformação térmica a baixas temperaturas)
8. Ausência de emissão de calor para a cozinha
9. Segurança de uso mantendo-se o aparelho limpo e em bom estado de conservação.

Fogões e Placas de Indução



O aquecimento por indução baseia-se na produção de um campo magnético oscilante por uma bobina em espiral, percorrida por uma corrente de alta frequência de 25.000 a 50.000 Hz, situada sobre a placa vitrocerâmica onde o recipiente ferroso a aquecer é colocado.

Fogão combinado de indução



A massa metálica do recipiente é atravessada por correntes electromagnéticas que se convertem no calor aproveitado para a cozedura, com perdas energéticas reduzidíssimas para o exterior, já que não existe chama ou caudal de gases da combustão.

A placa vitrocerâmica é permeável ao campo magnético e não sofre qualquer aquecimento, mantendo-se "fria" durante o funcionamento do aparelho. Por essa mesma razão os recipientes de vidro ou porcelana não são susceptíveis de utilização, nem mesmo metais como cobre, o estanho, o alumínio, ou ligas como o latão, por não serem ferro magnéticos.

As correntes induzidas apenas surgem em recipientes ferrosos (ferro fundido,

ferro, ferro esmaltado, aço macio, inox) que se encontrem no campo magnético, cortando-o.

As placas de indução podem ser utilizadas para aquecer / regenerar alimentos conservados nos recipientes de servir à mesa, desde que nos fundos de faiança ou porcelana seja embutida uma placa de material ferro magnético.

Estes recipientes especiais são utilizados, inclusive, na regeneração em conjunto com outros recipientes normais com alimentos para servir em frio, colocados em bandejas permeáveis à indução, verificando-se o aquecimento dos pratos quentes e a conservação fria dos outros pratos (saladas, maionese, consomês, etc.)

Vantagens das placas de indução

- Possibilidade de execução de todas as operações de um fogão tradicional
- Disponibilidade de uma gama alargada de regulações de potência, permitindo, inclusive, utilizações para molhos, cremes, recheios de pastelaria e como banho-maria.
- Ausência de zonas de sobreaquecimento no fundo dos recipientes que originam a carbonização dos alimentos.
- Utilização de uma fonte quente com a radiação de calor da placa para a atmosfera da cozinha.
- Melhoria do conforto pela inexistência de emissão de calor da placa para a atmosfera da cozinha.
- Maximização da superfície de aquecimento ajustada automaticamente às dimensões dos recipientes.
- Paragem imediata do equipamento ao retirar-se os recipientes
- Eliminação de queimaduras no contacto com o aparelho, devido à sua placa fria
- Economia de energia de 40 a 80 % consoante as utilizações

Fornos Convectores Combinados



Os fornos convectores combinados, associam ao forno convector de ar quente forçado, o vapor, mais recentemente as microondas, num único aparelho com vários tipos de energias.

No forno de convecção misto de ar quente e vapor, ou "turbo steamer", o vapor é gerado por uma caldeira, inserida no aparelho e injectado na cuba através do sistema de distribuição de ar dirigido do forno.

Os fornos convectores, como aparelhos de uma utilização intensiva que tornam quase desnecessários os equipamentos tradicionais, em geral, possuem uma concepção higiénica:

- Têm cantos arredondados para impossibilitar acumulações de resíduos
- São construídos sem emendas nas paredes da câmara de cozedura
- Possuem uma boa drenagem do vapor e água de limpeza, com filtro protector
- Têm uma boa acessibilidade para a desmontagem dos filtros de circulação
- Apresentam uma estanquicidade perfeita para limpeza por jacto de vapor / água quente.

Vantagens do forno convector:

- Arranque rápido
- Funcionamento contínuo
- Temperatura homogénea
- Controlo perfeito da temperatura das gorduras
- Elevada capacidade de produção
- Maior carga por volume da câmara de cozedura

- Múltiplos níveis de energia
- Menor consumo de gorduras e molhos
- Diminuição das perdas de peso dos alimentos confeccionados
- Boa ergonomia
- Elevado rendimento energético
- Maior produtividade homem - aparelho
- Elevada autonomia
- Possibilidade de cargas de diferentes alimentos
- Disponibilidade num único aparelho de funções tradicionalmente dispersas em vários tipos de aparelhos

A utilização dos fornos convectores implica uma reaprendizagem da utilização dos temperos, em especial do sal e das especiarias, sem o que se perdem os efeitos favoráveis que proporciona.

Fritadeiras



As fritadeiras tradicionais são equipamentos que utilizam uma gordura sólida ou líquida aquecida entre 150° e 200°, numa cuba, na qual é mergulhado o alimento a fritar, sendo a temperatura controlada por um termóstato. Os alimentos são colocados num cesto de rede, em aço inox possuindo um cabo de material térmico e isolante, que se apoia no filtro / chapa de protecção sobre os tubulares de gás ou na resistência eléctrica.

Cuidados de limpeza e manutenção das fritadeiras

- Cuba e elementos de aquecimento limpos regularmente (diariamente para as grandes utilizações, semanalmente para curtas utilizações) com desengordurantes, nunca utilizando produtos abrasivos e corrosivos.
- Inspeção mensal do termóstato de segurança da temperatura do óleo (deve actuar à temperatura de 233°c, nas fritadeiras eléctricas, e a 177°c nas fritadeiras a gás, efectuando o corte do aquecimento)
- Inspeção mensal do queimador, piloto e termopor de segurança (extinção de chama) nas fritadeiras de queima de gás

- Inspeção mensal das ligações eléctricas e do condutor de protecção à massa (condutor de terra)
- O óleo drenado para limpeza da cuba da fritadeira deve ser filtrado com um pano ou papel apropriado antes de ser recolocado na fritadeira para uso
- A qualidade do óleo deve ser verificada com kits específicos para esse efeito.

Sautese ou fritadeira basculante



A sautese é um equipamento que dispõe de uma cuba paralelepípedica, pouco profunda, com um fundo espesso e bom condutor de calor (aço macio ou bimetálico em duas camadas de ferro macio e aço inoxidável), estando a cuba geralmente apoiada em duas colunas.

A cuba tem elevação e inclinação que é efectuada por um sistema de accionado por uma manivela manual ou eléctrica.

A sautese dispõe de tampa rebatível para utilização consoante os alimentos a serem cozinhados.

1. Com tampa fechada: arroz com teor elevado de humidade final, guisados, grelhados e estufados, etc.

2. Com tampa aberta: omeletas, ovos estrelados, batatas salteadas, bifés, escalopes, peixe corado, etc.

O gás e a electricidade são energias adoptadas nestes aparelhos, sendo o controlo efectuada do mesmo modo que nos outros equipamentos de cozinha bem como a limpeza e manutenção.

GRELHADORES



É um equipamento térmico dispendo de uma placa, constituída por ferro fundido ou em capa de aço inox revestida por cromagem dura, aquecida por gás ou electricidade , que é utilizada par grelhar ou fritar com reduzida quantidade de gordura .

As placas podem ser caneladas ou lisas, sendo geralmente montadas com uma ligeira inclinação sobre um armário de capa inox. A forma canelada permite que o alimento seja cozinhado com uma drenagem dos seu sucos, ficando marcados pela grelha. A forma lisa origina que os sucos formem uma almofada que reduz a transmissão térmica e provoca a cozedura do alimento pelo que se utiliza para fritar alimentos com a sua própria gordura por exemplo bacon.

BANHO-MARIA



Banho-maria é um método utilizado tanto na cozinha como em laboratórios químicos e na indústria (farmacêutica, cosmética, conservas, etc.) para aquecer lenta e uniformemente qualquer substância líquida ou sólida num recipiente,

submergindo-o noutra, onde existe água a ferver ou quase. O processo recebe o seu nome em honra da famosa alquimista, Maria, a Judia. Neste processo, as substâncias nunca são submetidas a uma temperatura superior a 100° C, já que a partir dessa temperatura, todo o calor transferido para a água é convertido em energia cinética nas moléculas da água, formando-se vapor de água.

SABORES E AROMAS NA COZINHA

“ OS AROMATICOS SÃO A ALMA E O ESPIRITO DE UM BOM COZINHEIRO”
- Grimod de la Reynière

Na natureza existem certas substâncias alimentares de origem vegetal ou mineral que isoladamente ou em combinações sublimes, dão sabor e cor a uma confecção. Estas substâncias tanto podem ser especiarias, ervas aromáticas, condimentos, frutos, flores, extractos, essências, adoçantes, óleos, vinagres, lacticínios, etc. produtos estes que devem ser utilizados de maneira cuidadosa e criteriosa

Condimentos são substâncias utilizadas para realçar o sabor dos alimentos ou para lhes conferir sabor diferenciado.

A utilização dos condimentos é muito variável, ou seja, vão ao encontro dos hábitos e tradições das regiões. A maioria destes ingredientes tem como origem as regiões do Oriente, Europa e Américas.

Ervas aromáticas

As ervas aromáticas constituem um tempero fundamental em todas as cozinhas do mundo tendo como objectivo, realçar o sabor e o aroma de determinados alimentos.

A utilização das ervas aromáticas perde-se com o início da civilização, havendo registos que testemunham o seu cultivo e uso na alimentação no Egipto, na Grécia, em Roma, na Arábia, etc.

Hoje em dia, as ervas aromáticas são “ essências” de consumo generalizado em todo o mundo.

Nas ervas aromáticas o mais importante, além da correcta relação alimento / erva aromática adequada, é o seu aroma característico, a fragrância deste tipo de plantas é efémera, desaparece rapidamente com acção do calor. Sendo esta a razão pela qual só se adicionam aos alimentos quando estes estiverem quase prontos.

Espiciarias

A maior parte das especiarias vinham do oriente. A 1ª a ser conhecida foi a pimenta da Índia sendo durante séculos a mais rara e cara. Os romanos apreciavam muito gengibre, influencia que se manteve até ao século XVIII. As comidas bem temperadas não são necessariamente as que fazem arder a língua. As especiarias são uma complexa variedade de produtos aromáticos que fazem realçar aspectos desconhecidos dos ingredientes - e apenas algumas, como o piri-piri, as pimentas e o gengibre, picam na língua.

Uma especiaria parcimoniosamente adicionada a um prato suave pode torná-lo extremamente agradável. Também pode ser um tempero miraculoso no último momento para muitas coisas, tanto salgados como doces; por exemplo, noz moscada ralada sobre os legumes, pudins de leite e pratos de queijo, ou sementes de alcravia adicionadas a batatas doces e abóbora.

O cardamomo é maravilhoso, não só com carne, criação e peixe - uma vagem ou duas esmagadas transformam uma caldeirada -, mas também para adicionar um perfume mágico aos pudins de leite e aos gelados. Nos pratos salgados de todos os tipos, a mistura de cardamomo com alho e gengibre fresco é uma das combinações mais apetitosas que existem. A canela é outra especiaria que faz realçar tanto os pratos salgados como os doces; é especialmente boa no frango, utilizando-se paus inteiros para dar gosto a um estufado. A tosta de canela - pão frito em manteiga e barrado com canela em pó - é irresistível. Tal como é melhor utilizar ervas frescas, também o sabor das especiarias é mais pronunciado quando as compramos inteiras e apenas as moemos quando necessitamos delas. Antes de usar especiarias (inteiras ou moídas) convém aquecê-las rapidamente numa frigideira seca, para realçar os aromas. Se puder tenha um moinho de café elétrico que use só para moer especiarias, mas pode limpar o seu moinho de café e servir-se dele, ou utilizar um almofariz, embora isso seja mais difícil com as especiarias mais duras, como a canela, o cravinhoda-Índia e o anis-estrelado. No Norte de África e no Médio Oriente, geralmente, põem uma vagem de cardamomo em infusão no café.

Poderá fazer experiências com diferentes especiarias, do mesmo modo que com as ervas, as pessoas ficam intrigadas com o gosto difícil de definir de uma determinada especiaria num certo prato. Também poderá fazer a sua própria mistura de especiarias, para usar nos pratos, como as donas de casa fazem na Índia. Um cuidadoso tempero da comida parece animar as pessoas, e as comidas condimentadas, numa festa, são quase sempre mais notadas e mais recordadas.

É geralmente difícil saber que bebida servir com comida muito condimentada; a cerveja combina geralmente bem e, se quiser festejar-se algum acontecimento, poderá servir champanhe ou qualquer outro vinho espumoso.

O

rigem e utilização de ervas

NOME	ORIGEM	ASPECTO	APLICAÇÃO
Cebolinho	Romanos e Gregos	Caules - frescos, picados, secos e congelados Flores - frescas	Caules: ovos, saladas, queijos macios, molhos e sopas flores : saladas
Endro	Romanos e Gregos	Folhas - frescas e secas Sementes - inteiras e moídas	Folhas : queijos macios, omeletas, peixes, molhos á base de mostarda, sopas frias, batata, vitela,. Sementes : pão couve estufada, arroz e tubérculos cozidos.
Cerefólio	Romanos	Folhas - frescas e secas	Peixes e mariscos cozidos, sopas á base de natas, omeletas e ovos mexidos, galinha, molhos delicados de manteiga.
Estragão	Nativo da Sibéria	Folhas - frescas e secas	Molho Bearnês, omeletas, peixes cozidos, cogumelos, aves e tempero de saladas
Coentros	Nativo do Sul da Europa e Médio Oriente.	Folhas - frescas e secas. Raízes - frescas Sementes - inteiras e moídas.	Folhas frescas : sopas, estufados, caris, fritadas, vegetais, saladas, peixe, criação, molhos de tomate. Sementes : caris, pratos de carne ou criação, vegetais e pickles
Funcho	Nativa do Sul da Europa. Romanos e Gregos	Folhas - frescas e secas Caules - frescos e secos Sementes - secas	Folhas frescas : peixes grelhados ou assados. Caldeiradas, maionese, molhos, estufados, sopas, vinagrete, saladas de peixes, carne de porco. Sementes : pão, salsichas, carnes.

NOME	ORIGEM	ASPECTO	APLICAÇÃO
Louro	Nativo da Ásia Oriental	Folhas - frescas e secas	Ramo de cheiros, pratos de carne e criação, estufados, guisados, molhos para massas, pratos de peixe.
Hortelã	Nativa da Ásia e Europa	Folhas - frescas e secas	Folhas frescas e secas : Sopas, saladas, molhos, guisados, carnes, peixes, criação,
Manjericão	Europa e Ásia	Folhas - frescas e secas	Molhos de tomate e de carne, peixes, saladas esparguete, cogumelos, sopas,, guisados, ovos, arroz.
Orégão	Grécia	Folhas - frescas e secas	Temperos para saladas, anchovas, criação, caçam, peixe, sopas, feijão, massas, carnes, molhos á base de tomate á base de tomate.
Salsa	Nativa do Sul da Europa	Folhas - frescas e secas	Omeletas, saladas, vegetais, sopas, ovos, molhos, arroz, massas, peixe, marisco, carne, criação, etc...
Alecrim	Nativa da região Mediterrânea	Folhas - frescas Raminhos - frescos Flores - Frescas	Pratos de carne, (borrego, porco, galinha), molhos á base de tomate, vegetais estufados.
Salva	Nativa da região Mediterrânea	Folhas - frescas, secas e moidas.	Recheios de galinha com cebola, carnes gordas (porco e ganso (, salsichas, enchidos, vitela, saladas, etc...

NOME	ORIGEM	ASPECTO	APLICAÇÃO
Segurelha	Nativas do Mediterrâneo	Folhas - frescas e secas	Legumes (lentilhas, feijão verde e branco), saladas de vegetais cozidos, carnes de vitela e porco assadas, aves, coelhos, sopas, carnes frias, etc...
Tomilho	Antiga Grécia	Folhas - frescas e secas	Qualquer prato cozinhado lentamente , guisados, sopa, molhos á base de tomate, carne assada ou grelhada, recheios, etc...

Combinações de ervas aromáticas

Herbes de Provence

Trata-se de uma mistura de ervas originárias do Sul de França, são empregues em estufados, tomates, pizzas, ou nos grelhados.

- . Oregãos
- . Segurelha
- . Tomilho
- . Alecrim
- . Manjerona

Especiarias

A maior parte das especiarias vinham do Oriente. A 1ª a ser conhecida foi a Pimenta da Índia sendo durante séculos a mais rara e cara. Os Romanos apreciavam muito o gengibre, influência que se manteve até ao século XVIII. Durante os séculos XVI e XVIII o comércio das especiarias era compensador o que tornou a sua divulgação avassaladora.

As especiarias eram utilizadas para conservar os alimentos em molhos muito temperados, para disfarçar o gosto da carne em decomposição ou para lhes

dar mais gosto quando coziam demais.

Agora o emprego das especiarias é mais moderado do que antigamente, variando o seu emprego em função dos pratos.

O rigem e utilização

NOME	ORIGEM	ASPECTO	APLICAÇÃO
Mostarda	Ásia	Sementes - secas, inteiras, óleo Preparadas - forte, aromatizada, fraca.	Seca . sopas, guisados, Preparada forte : molhos para aves, assados, carnes frias, salsicharia, maionese. Preparada fraca . molhos, peixes (salmão e arenque).
Malagueta	México e América do Norte	Frescas - Verdes, amarelas e moídas. Secas : Inteiras, moídas e esmagadas.	Molhos á base de tomate, cebolas, abacates, feijões, queijos macios, salsichas, carne guisada, aves, peixe e mariscos.
Pimento	México	Seco - moído	Pratos de ovos, estufados de carnes e aves, caçam, coelho, peixe e mariscos, sopas, arroz, molhos de natas.
Açafrão	Comercializado pelos Fenícios	Seco - fios, moído	Pratos de peixe (paelha, zarzuela bouillabaisse,), estufados de criação, carne de vaca, molhos á base de tomate.
Cominhos	. Originária do Oriente	Sementes - inteiras e moídas	Pickles, hortaliças, carne guisada, salsicharia, molhos á base de tomate.
Curcuma	Originária da Índia, China e Médio Oriente.	Fresca e seca - inteira e moída	Pós de caril, pickles, chutneys, ovos, pratos de feijão e de lentilhas, arroz, criação, peixe, marisco, vegetais (couve-flor, batatas).

NOME	ORIGEM	ASPECTO	APLICAÇÃO
Cardamono	Egípcios, Romanos e Gregos.	Seco - cápsulas, sementes soltas, sementes moídas.	Pratos de carne arenques de conserva.
Cravinho	Originário das Molucas.	Botões - secos, inteiros ou moídos.	Guisados de carne de vaca, borrego e porco, recheios de carne, língua ou outras carnes cozidas, marinadas para carnes de caça.
anis-estrelado	Nativo da China	Seco - inteiro, partido, moídos e sementes	Pratos da Cozinha Oriental (porco, pato, galinha), pratos de peixe e mariscos.
Zimbro	Romanos	Bagas - frescas e secas	Marinadas para carnes ou caça, infusão em molhos, recheios, enchidos, couves.
noz-moscada	Ilhas das Molucas	Inteira, moída	Estufados, purés, molhos, massas, vegetais, espinafres.
Pimenta da Jamaica	Nativa das América	Bagas - inteiras ou moídas	Conservas, marinadas, peixes, caça, carnes, arroz, vegetais.
Anis	Nativa do Médio Oriente	Sementes - secas, frescas.	Pães, peixes, mariscos, molhos á base de tomate, vegetais.
Pimenta	Nativa da Índia	Fresca - inteira,. Seca - inteira, esmagada e moída	Estufados, guisados, court-bouillons., salteados, etc...
Gengibre	Nativo da Ásia Tropical	Fresco - inteiro Seco - em lascas ou moído.	Caris, molhos de soja, estufados de carne e criação, vegetais, sopas, peixes, queijos.

Misturas de especiarias

4 Especiarias

- ◆ pimenta-preta
- ◆ noz moscada
- ◆ cravinho
- ◆ gengibre.

Caril básico

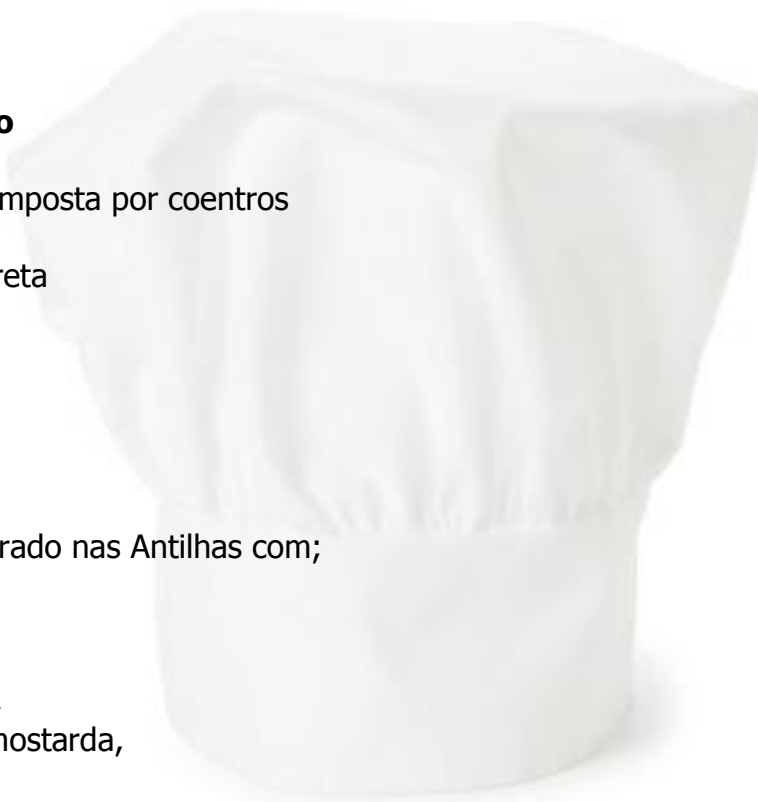
- ◆ mistura composta por coentros
- ◆ mostarda
- ◆ pimenta preta
- ◆ gengibre
- ◆ Curcuma
- ◆ tomilho.

Colombo

- ◆ caril preparado nas Antilhas com;
- ◆ Curcuma,
- ◆ pimenta,
- ◆ alho,
- ◆ tamarindo,
- ◆ grãos de mostarda,
- ◆ arroz,
- ◆ sementes de coentros,
- ◆ anis,
- ◆ funcho
- ◆ cravinho.

Harissa

- ◆ Esta pasta é muito utilizada no Norte de África na preparação de diversos couscous.
- ◆ massa de cor avermelhada composta de pimentos vermelhos esmagados,
- ◆ alho,
- ◆ tomate,



- ◆ azeite, e
- ◆ especiarias.

Tabasco

- ◆ Condimento preparado em Inglaterra a partir de pequenos pimentos vermelhos de Lousiana (E.U.A.), vinagre, álcool e sal.

Condimentos

A palavra condimento provém da palavra latina " Condire ", que queria dizer conservar. Assim na Idade Média o hábito de condimentar era interpretado como a maneira de conservar os alimentos - os molhos eram muito temperados.

Classificação dos condimentos

Condimentos Acres

Alho
Cebola
Alho francês
Rábano

Condimentos Salgados

Sal marinho
Sal gema
Glutamatos de sódio
Salitre
Etc...

Condimentos Doces

Açúcar de cana
Açúcar de beterraba
Mel
Adoçantes sintéticos (sacarinas)
Etc...

Condimentos Ácidos

Sumo e zestes de limão, toranja, laranja
Mostardas de Dijon, doces e aromatizadas, etc...
Vinagres, simples ou perfumadas

Pickles, cornichons, alcaparras, etc...

Condimentos Agri-doces

Chutneys de manga, maçã, etc...

Ketchup

Molho worcestershire

Molho de soja

Etc....

Condimentos Gordos

Manteigas simples e compostas

Margarinas

Óleos simples e perfumados

Azeite simples e perfumados

Condimentos Alcoólicos, Vinhos e Licores

Cognac, Armagnac, Calvados, Rhum, Kirsch, etc....

Porto, Madeira, Moscatel, Vinhos brancos e tintos, etc....

Grand Marnier, Cointreau, etc...

Nota :

Molho Worcestershire - condimento inglês feito á base de vinagre de malte, melaço, chalota, alho, tamarindo, cravinho, essência de anchovas e extracto de carne.

Molho de Soja - condimento de base no Sudoeste Asiático e no Japão. Chamado de " shoyu " no Japão e de " jiang yong " na China, este molho é obtido a partir de soja, de trigo, de água e de sal.

Folhas e flores comestíveis

Na Antiguidade, mais propriamente por volta do ano 140 a.C., No Médio Oriente e Extremo Oriente, as flores de roseira e da laranjeira já eram usadas. Na região Mediterrânea, as flores de courgette recheadas à muito que são fritas ou grelhadas para servir como entrada.

Regras para utilizar flores nos pratos

- ◆ Usar flores comestíveis;
- ◆ Flores cultivadas sem pesticidas ou outros químicos;
- ◆ Utilizar flores de jardins particulares;

- ◆ Não devem ser tóxicas;
- ◆ Colher as flores de manhã e enxagua-las;
- ◆ Limpar bem a flor;

Flores na alimentação

- **Cravo**
- **Violeta**
- **Amores Perfeitos**
- **Borragem** - guarnecer bebidas e sopas.
- **Frésia** - infusão com açúcar
- **Ervilha de Cheiro** - pratos de vegetais
- **Rosa** – guarnição
- **Margaridas** - omeletas, queijos, soufflés, terrinas.
- **Chagas** - aromatizar azeite
- **Madressilva** - aromatizar bolos, sorvetes e refrescos
- **Lírio-Vermelho** - aromatizar sopas,

Temperaturas de Confeção (em graus °C)

300 ° C

- 280 - 300 calor da salamandra (gratinar)
- 250 forno muito quente
- 170 forno médio
- 160 - 240 saltear carnes
- 160 - 180 fritar
- 150 - 250 grelhar
- 150 - 200 glacear
- 140 - 250 cozer no forno
- 140 - 200 brasear no forno
- 130 - 150 bringir na fritura
- 120 - 140 estufar
- 110 - 200 assar no forno
- 110 forno fraco ou brando

100 ° C

- 100 ponto de ebulição da água
- 95 ponto de ligação das féculas naturais
- 90 - 98 ferver devagar
- 88 - 92 temperatura de infusão
- 80 - 85 temperatura interior da carne de porco e frango no final da cozedura
- 75 temperatura interior da carne de vitela bem passada

70 coagulação da gema de ovo
70 temperatura interior das carnes vermelhas bem passadas
65 coagulação da clara de ovo
60 temperatura interior dos assados e grelhados " meio termo "
50 temperaturas de quase todas as iguarias quentes quando colocadas no prato
45 temperatura interior dos grelhados e assados " mal passados "
40 temperatura interior dos grelhados " muito mal passados "
10 - 50 temperatura favorável ao desenvolvimento das bactérias
7 - 9 a melhor temperatura para a conservação das batatas
4 - 6 idem, para as frutas e legumes
3 - 5 idem, para os alimentos cozinhados
0 - 3 idem, para o leite e seus derivados, assim como para a conservação de peixes frescos

0 ° C

-18 - -22 a melhor temperatura para a conservação dos produtos ultracongelados



Anexo tipos e características dos diferentes tipos de restauração

Restauração colectiva de carácter social

Este tipo de restauração denominada de " restauração colectiva ". Ela está dirigida ás grandes empresas, públicas ou privadas, ás escolas, aos hospitais, ás prisões, aos quartéis, etc.

Esta categoria de restauração não tem como fim o lucro.

Serviço de restauração colectiva em hospitais, clinicas, asilos,....

Serviço de restauração no lugar	
Produção	<ul style="list-style-type: none">• No próprio estabelecimento• Em cozinhas centrais
Serviço	<ul style="list-style-type: none">• Serviço empratado<ul style="list-style-type: none">- Na sala de refeições- No quarto• Na sala<ul style="list-style-type: none">- Serviço restrito (com quantidades certas)- Serviço livre
Obrigações	<ul style="list-style-type: none">• Respeito pelas exigências de composição das iguarias (higiene alimentar e nutrição)• Horários rígidos• Serviço quente• Apresentação simples

Serviço de restauração colectiva nas escolas, cantinas, etc...

Linhas de self	
Produção	<ul style="list-style-type: none">• No próprio estabelecimento• Em cozinhas centrais
Serviço	<ul style="list-style-type: none">• Em linhas de self
Características	<ul style="list-style-type: none">• Decoração da sala restrita e simples• Conforto mínimo• Mobiliário simples e resistente
Obrigações	<ul style="list-style-type: none">• Respeito pelas exigências de composição das iguarias (higiene alimentar e nutrição)• Horários rígidos• Serviço quente• Apresentação simples

Restauração de carácter comercial

Nos nossos dias, a restauração comercial é um sector em plena evolução. Para tal a capacidade de evolução é indispensável: permitindo a cada estabelecimento a resposta á ânsia múltipla dos seus clientes pela novidade. Os clientes frequentam as diversas formas de restauração comercial em quatro ocasiões tipo:

- Refeições normais
- Refeições em tempo de férias
- Refeições de convívio
- Refeições de Negócios

Cada uma destes tipos de refeições necessita de um tempo mais ou menos longo e de uma categoria mais ou menos importante.

As principais fórmulas de restauração comercial

Os snack-bares, as Sandwicherias, as Croissanterias, etc...

São fórmulas de restauração simples e rápidas situadas nas grandes cidades, vilas e centros comerciais

Snack-bar, Sandwicherias, Croissanterias

Instalações	- Funcionais, modernas e jovens
Capacidade	- 20 a 30 lugares sentados
Cozinha	- As iguarias são preparadas á frente dos clientes, ou atrás de um balcão
Carta	- Muito simples, propõe sanduíches, cachorros quentes, ovos, etc...
Serviço	- Na mesa ou no balcão
Particularidades	- Serviço durante todo o dia

Restauração rápida – Fast-food

Este tipo de restauração importado dos Estados Unidos da América, propõe aos seus clientes, principalmente jovens, servir rapidamente produtos a preços bastante competitivos.

Fast-food

Instalações	- Funcionais, modernas e jovens, em harmonia perfeita com os seus produtos
Capacidade	- Variável, geralmente nunca superior a 80 lugares
Cozinha	- Muito simples
Carta	- Não existe carta, os produtos são apresentados em quadros luminosos.
Serviço	- Ao balcão, sendo os clientes que levam os produtos para as mesas
Particularidades	- Serviço durante todo o dia (13 a 14 horas); os produtos são apresentados em embalagens próprias, que eliminam a louça tradicional.

As Cafetarias

Este tipo de restauração é explorado em diversas formas, e variados sistemas de distribuição; balcão linear, linhas de self, livre escolha, em carrossel,máquinas automáticas, etc...

Cafetarias

Instalações	- Funcionais com um conforto mínimo
Capacidade	- 80 a 150 lugares sentados
Cozinha	- Propõe uma variedade completa de iguarias simples, frias e quentes.
Carta	- Muito simples, propõe sanduíches, cachorros quentes, ovos, etc...
Serviço	- Os clientes passam na caixa com um tabuleiro e escolhem um lugar para se sentarem - Na sala o serviço de limpeza dos tabuleiros está geralmente assegurado
Particularidades	- Serviço durante 13 horas mais ou menos.

Coffee-shop

Unidade de restauração que faz parte integrante de um complexo hoteleiro que contém outros tipos de restauração.

Coffee-shop	
Instalações	- Modernas
Capacidade	- Variáveis, mas raramente com mais de 80 lugares sentados
Cozinha	- Simples
Carta	- Carta com escolha múltipla comportando um ou mais pratos do dia.
Serviço	- À mesa (tradicional). - Ao balcão.
Particularidades	- Assegura os pequenos-almoços dos clientes do hotel. - Servir refeições rápidas.

Pub

Este tipo de restauração foi importado da Grã-bretanha mantendo as suas características e decoração de origem.

Pub	
Instalações	- Típicas e confortáveis
Capacidade	- Mais ou menos 40 a 80 lugares.
Cozinha	- Simples de origem anglo-saxónica.
Carta	- Simples, propõe alguns pratos quentes e frios. - Alguns pubs propõem cartas essencialmente com crepes.
Serviço	- No bar - Na sala
Particularidades	- O serviço de bebidas anglo-saxónicas e de cocktails são uma particularidade importante

Adegas Típicas

Estes estabelecimentos propõem aos seus clientes uma restauração pouco onerosa (composta essencialmente por petiscos), os vinhos são servidos ao copo

Adegas Típicas

Instalações	- Simples e sociáveis
Capacidade	- 15 Lugares ou mais
Cozinha	- Regional e tradicional
Carta	- Comporta essencialmente especialidades regionais, charcutarias, queijos, etc... - Vinhos do lavrador.
Serviço	- Ao balcão ou á mesa com toda a simplicidade.
Particularidades	- Lugares de grande convívio.

Casas de Crepes

Unidades de restauração originárias da Bretagne (França); especializadas no serviço de crepes salgados e doces.

Casas de Crepes

Instalações	- Modernas e agradáveis.
Capacidade	- Mais ou menos 30 lugares
Cozinha	- Simples. - Em alguns dos casos as iguarias são preparadas á frente dos clientes.
Carta	- Carta com escolha múltipla de crepes salgados e doces.
Serviço	- Á mesa

Pizzarias

Unidade de restauração originária de Nápoles (Itália); especializada em massas.

Pizarias

Instalações	- Modernas, tendo como base a cor verde e vermelha
Capacidade	- Variáveis de 80 a 100 lugares sentados
Cozinha	- De influência italiana, mais ou menos elaborada.
Carta	- Carta com escolha múltipla de pizzas, massas, saladas, etc...
Serviço	- Á mesa.
Particularidades	- As pizarias devem o seu sucesso ao ambiente, apesar dos preços um pouco elevados.

Grill ou Steak-house

Unidade de restauração especializada em carnes grelhadas e gelados, modelo originário dos Estados Unidos da América.

Grill ou Steak-house

Instalações	- Rústicas, modernas e jovens.
Capacidade	- Variáveis, mas raramente com mais de 80 lugares sentados
Cozinha	- Simples, grelhados
Carta	- Carta limitada propõe algumas saladas compostas e essencialmente carnes grelhadas e gelados.
Serviço	- À mesa com toda a simplicidade.

Restaurantes com Buffet

Unidade de restauração que faz parte integrante de um complexo hoteleiro (Hotel), em que o seu preço é variável e o serviço volante.

Restaurantes com Buffet

Instalações	- Tradicionais
Capacidade	- Variáveis, mas raramente com mais de 80 lugares sentados
Cozinha	- Clássica e inovadora
Carta	- Placar á vista do cliente. - Na sala o buffet está exposto á disposição do cliente.
Serviço	- Os clientes servem-se á mesa ajudados por um empregado de mesa ou um cozinheiro e dirigem-se á mesa. - É assegurado um serviço mínimo á mesa.
Particularidades	- O preço da refeição varia com a qualidade do buffet e está afixado á entrada no placar da ementa.

Restaurantes

Unidades de restauração que propõe aos seus clientes uma variedade equilibrada de iguarias e bebidas, baseadas numa cozinha internacional, regional e criativa

Restaurantes

Instalações	- Confortáveis, com estilos próprios
Capacidade	- Variáveis
Cozinha	- Cartas e ementas simples ou compostas; com iguarias de fácil elaboração ou mais sofisticadas.
Carta	- Carta com escolha múltipla comportando um ou mais pratos do dia.
Serviço	- De qualidade á mesa
Particularidades	- Alguns restaurantes comportam cartas de flamejados.

Restaurantes Típicos (Gastronómicos)

Unidade de restauração que faz parte integrante de um complexo hoteleiro que contém outros tipos de restauração.

Restaurantes Típicos	
Instalações	- Confortáveis com decoração bem personalizada.
Capacidade	- Variáveis, mas raramente com mais de 80 lugares sentados
Cozinha	- Refinada, tendo com base o tradicional, o clássico e o criativo.
Carta	- Carta luxuosa como ex-libris das iguarias da região.
Serviço	- À mesa com média ou grande qualidade.
Particularidades	- Restaurantes familiares na maior parte dos casos, considerados patrimónios da Gastronomia da Região.



Modulo seguinte – preparações ,cutelaria e cortes