



Barman



1



Programa de
QUALIFICAÇÃO
ARCO OCUPACIONAL
PROFISSIONAL
GASTRONOMIA

BARMAN

1



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Geraldo Alckmin

Governador

**SECRETARIA DE DESENVOLVIMENTO ECONÔMICO,
CIÊNCIA E TECNOLOGIA**

Paulo Alexandre Barbosa

Secretário

Luiz Carlos Quadrelli

Secretário Adjunto

Antonio Carlos Santa Izabel

Chefe de Gabinete

Juan Carlos Dans Sanchez

Coordenador de Ensino Técnico, Tecnológico e Profissionalizante

Concepção do programa e elaboração de conteúdos

Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Ciência e Tecnologia

Coordenação do Projeto
Juan Carlos Dans Sanchez

Equipe Técnica
Cibele Rodrigues Silva e João Mota Jr.

Fundação do Desenvolvimento Administrativo – Fundap

Geraldo Biasoto Jr.
Diretor Executivo
Lais Cristina da Costa Manso Nabuco de Araújo
Superintendente de Relações Institucionais e Projetos Especiais
Coordenação Executiva do Projeto
José Lucas Cordeiro

Equipe Técnica
Ana Paula Alves de Lavos, Bianca Briguglio,
Emily Hozokawa Dias, Karina Satomi e
Maria Helena de Castro Lima
Textos de Referência
Denis Yoshio Takenaka,
Laís Schalch e Selma Venco

Gestão do processo de produção editorial

Fundação Carlos Alberto Vanzolini

Antonio Rafael Namur Muscat
Presidente da Diretoria Executiva
Hugo Tsugunobu Yoshida Yoshizaki
Vice-presidente da Diretoria Executiva

Gestão de Tecnologias aplicadas à Educação

Direção da Área
Guilherme Ary Plonski
Coordenação Executiva do Projeto
Angela Sprenger e Beatriz Scavazza
Gestão do Portal
**Luiz Carlos Gonçalves, Sonia Akimoto e
Wilder Rogério de Oliveira**
Gestão de Comunicação
Ane do Valle

Gestão Editorial
Denise Blanes
Equipe de Produção
Assessoria pedagógica: Ghisleine Trigo Silveira
Editorial: Airton Dantas de Araújo, Beatriz Chaves,
Camila De Pieri Fernandes, Carla Fernanda Nascimento,
Célia Maria Cassis, Daniele Brait, Fernanda Botallo,
Lívia Andersen, Lucas Puntel Carrasco, Mainá Greeb Vicente,
Patrícia Maciel Bomfim, Patrícia Pinheiro de Sant'Ana,
Paulo Mendes e Sandra Maria da Silva
Direitos autorais e iconografia: Aparecido Francisco,
Beatriz Blay, Hugo Otávio Cruz Reis, Olívia Vieira da
Silva Villa de Lima, Priscila Garofalo, Rita De Luca e
Roberto Polacov
Apoio à produção: Luiz Roberto Vital Pinto, Maria Regina
Xavier de Brito, Valéria Aranha e Vanessa Leite Rios
Diagramação e arte: Jairo Souza Design Gráfico

CTP, Impressão e Acabamento
Imprensa Oficial do Estado de São Paulo

Agradecemos aos seguintes profissionais e instituições que colaboraram na produção deste material:

**Bartender Store, Carlos Alberto de Freitas, Di Pratos, Di Presentes, Mário Ramalho Júnior,
Raul Ribeiro e Rick Anson**

CARO(A) TRABALHADOR(A)

Estamos bastante felizes com a sua participação em um dos nossos cursos do Programa **Via Rápida Emprego**. Sabemos o quanto é importante a capacitação profissional para quem busca uma oportunidade de trabalho ou pretende abrir o seu próprio negócio.

Hoje, a falta de qualificação é uma das maiores dificuldades enfrentadas pelo desempregado.

Até os que estão trabalhando precisam de capacitação para se manter atualizados ou quem sabe exercer novas profissões com salários mais atraentes.

Foi pensando em você que o Governo do Estado criou o **Via Rápida Emprego**.

O Programa é coordenado pela Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Ciência e Tecnologia, em parceria com instituições conceituadas na área da educação profissional.

Os nossos cursos contam com um material didático especialmente criado para facilitar o aprendizado de maneira rápida e eficiente. Com a ajuda de educadores experientes, pretendemos formar bons profissionais para o mercado de trabalho e excelentes cidadãos para a sociedade.

Temos certeza de que iremos lhe proporcionar muito mais que uma formação profissional de qualidade. O curso, sem dúvida, será o seu passaporte para a realização de sonhos ainda maiores.

Boa sorte e um ótimo curso!

Paulo Alexandre Barbosa
Secretário de Estado de Desenvolvimento Econômico,
Ciência e Tecnologia

CARO(A) TRABALHADOR(A)

Vamos começar uma etapa de muitas aprendizagens! Neste Caderno, teremos a oportunidade de tratar da ocupação de *barman*.

Quais seriam os principais conhecimentos de um *barman*? Será que basta saber preparar algumas bebidas?

Um *barman* precisa desenvolver uma série de qualidades que facilitarão muito o exercício dessa função, pois, além de conhecer bem bebidas, precisa dominar as técnicas de preparo, ter criatividade e capricho na finalização dos pedidos, ser sociável e tornar-se um conhecedor de bebidas e coquetéis.

O Programa **Via Rápida Emprego** parte do princípio de que, para iniciar sua carreira ou aperfeiçoar aquilo que você já sabe fazer em uma ocupação, é preciso informar-se melhor sobre as etapas da atividade. Isso dará mais chances na obtenção de um emprego ou no sucesso em caso de trabalho autônomo, podendo aperfeiçoar-se cada vez mais.

A Unidade 1 convida você a conhecer a origem da produção do álcool e como ela evoluiu para a preparação de bebidas. Na Unidade 2, você se informará sobre as várias facetas da ocupação de *barman*, seu campo de atuação e o que precisa saber para desempenhar melhor seu trabalho.

Para início dessa qualificação profissional, é importante conhecer os materiais que um *barman* tem a sua disposição para produzir os drinques e os coquetéis, e isso será apresentado na Unidade 3.

Um *barman* não seria nada sem os copos. Cada bebida tem seu tipo de copo e, por isso, a Unidade 4 será dedicada inteiramente a eles.

A Unidade 5 trata das boas práticas de higiene dos alimentos em geral, o que é essencial para a manutenção da limpeza e para garantir que nenhum ingrediente seja contaminado.

SUMÁRIO

Unidade 1

9

A ORIGEM DO ÁLCOOL

Unidade 2

29

BARMAN OU *BARWOMAN*?

Unidade 3

45

O MATERIAL DO *BARMAN*

Unidade 4

53

COPOS, A VITRINE DO *BARMAN*

Unidade 5

61

BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE

São Paulo (Estado). Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Ciência e Tecnologia. Via Rápida Emprego: gastronomia: barman, v.1. São Paulo: SDECT, 2012.
il. - - (Série Arco Ocupacional Gastronomia)

ISBN: 978-85-65278-30-0 (Impresso)
978-85-65278-28-7 (Digital)

1. Ensino profissionalizante 2. Gastronomia - Qualificação técnica 3. Barman - Serviços de bar 4. Bebidas alcoólicas 5. Coquetéis I. Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Ciência e Tecnologia II. Título III. Série.

CDD: 371.425
641.874

FICHA CATALOGRÁFICA
SANDRA APARECIDA MIQUELIN - CRB-8/6090
TATIANE SILVA MASSUCATO ARIAS - CRB-8/7262

A ORIGEM DO ÁLCOOL

Poucos se arriscam a dizer com precisão quando e como surgiu a ocupação de *barman* (fala-se “barmen”). Mas é possível afirmar que, desde que as civilizações descobriram a produção do álcool, existiu, de alguma forma, um *barman*, embora não exatamente com a imagem que temos dessa ocupação hoje. Há registros de que antigos boticários hindus separaram uma substância do vinho e da cerveja, que inebriava quem os bebia, dando início ao processo de destilação com funções medicinais, como as produzidas pela morfina. Tais medicamentos eram comercializados em “boticas”, espécies de farmácias da época; daí surgiriam, mais tarde, os termos “boteco” e “botequim”.



Frontispício do *Liber de Arte Distillandi de Compositis*, de Hieronymus Brunschwig, Strasburgo, 1512. Processo de destilação.



Você sabia?

As **bebidas alcoólicas** são encontradas também nas origens dos povos indígenas brasileiros. Eles as preparavam pela mastigação da mandioca e de algumas frutas.



Você sabia?

Os ingleses, no século XIX (19), criaram o **gim-tônica** para combater a febre. Descobriram que a adição de **quinino** (pó branco extraído da casca de uma árvore dos Andes, na América do Sul) ao gim era um bom antitérmico. Hoje, sabe-se que, além de antitérmica, essa substância é também um analgésico, usado para câimbras e distúrbios cardíacos. É até mesmo usada na água tônica.

Na primeira década do século XIX (19), em 1806, um jornal estadunidense publicou a palavra *cocktail* (fala-se “côctel”), cuja tradução literal é “rabo (*tail*) de galo (*cock*)”, para designar uma inovação para as bebidas: esse coquetel era descrito como a mistura de gelo, açúcar, destilados e *bitter* (fala-se “bíter”), **bebida alcoólica** amarga.

Na segunda metade daquele século, em 1862, o novaiorquino Jerry Thomas, considerado o “pai da coquetelaria”, lançou o livro *The Bartender’s Guide: How to mix drinks or The bon vivant’s companion* (O guia do bartender: como preparar drinques ou A companhia do *bon vivant*), com mais de duas centenas de preparos, conhecidos até os dias atuais. O livro de Thomas é conhecido como o primeiro guia oficial de coquetéis.

Mas apenas no século XX (20), mais precisamente em 1951, é que foi fundada na Inglaterra a *International Bartenders Association* (IBA), ou Associação Internacional de *Bartenders*, cujo papel foi de extrema importância para a regulamentação da ocupação e também para padronizar receitas clássicas que poderiam ser preparadas em qualquer lugar do mundo. São 62 coquetéis oficiais da Associação, cujas receitas não podem ser alteradas.

O surgimento das bebidas destiladas não pode ser desvinculado do início do ato de servir bebidas.

Há registros de que esse tipo de serviço foi iniciado no Egito, onde era servido um tipo de cerveja nas estufas de grãos. As **tabernas** existentes na Idade Média serviam refeições e vinho e abrigavam os viajantes.

O profissional da ocupação de *barman*, hoje em dia, atende a bares de hotéis, restaurantes e clubes que se assemelham ao chamado *american bar*.

Atualmente, muitos hotéis têm espaço reservado ao bar, cuja arquitetura é forte colaboradora para oferecer aos clientes um clima especial.



Fichel Eugène Benjamin. *Le cabaret de Rampouneau*, 1877. Museu de Belas Artes, Bordeaux, França.

Nos hotéis, o tipo de bar mais comum é o chamado **lobby bar** (fala-se “lóbi bar”), localizado no saguão. Mas existem ainda os bares de piscina e o chamado *set up* (fala-se “setâp”), espécie de bar móvel, montado em um carrinho, que atende os hóspedes em seus quartos.



As casas noturnas também são um espaço importante para o *barman*. Nesses bares, o cardápio de bebidas é amplo, e o de comida, restrito.

American bar: típico bar estadunidense. Oferece bebidas conhecidas internacionalmente, os primeiros coquetéis e as guarnições. Bar no qual a atração principal é o *barman*, que em muitas ocasiões é o proprietário. O local é caracterizado por um longo balcão com grandes prateleiras iluminadas. A montagem do salão é voltada para o bar, dando a impressão de estar em um teatro, cujo ator principal é o *barman*. É o mais popular estilo de bar no planeta.



Bar de hotel: praticamente baseado num *american bar*, oferece bebidas e coquetelaria internacional em virtude da variada procedência de seus hóspedes.

Botequim: típico bar brasileiro, com serviço de bebidas, lanches, tira-gostos.



Brasseries (fala-se “brasserris”): antigas cervejarias com serviço de pães, frios embutidos (salames, linguiças e presuntos crus) e queijos. Depois que os insetos *Filoxera* acabaram com os vinhedos da Europa, a partir de 1870, as *brasseries* se tornaram moda na França, na Bélgica e nos países do Noroeste europeu.



Café: típico bar francês. Serve bebidas alcoólicas e café em seus variados estilos. Conta com o serviço de profissionais especializados na arte de tirar cafés, os baristas.



Cervejaria: bar com vasta oferta de cervejas de alta e baixa fermentação, com destaque para o serviço de iguarias alemãs, assim como a disponibilidade de *sommelier* (fala-se “someliê” – especialista no serviço de bebidas).



© Imagebroker/Alamy/Other Images

Choperia: casa especializada em chope, petiscos e outras bebidas.



© Yulid Levy/Alamy/Other Images



Epicure: Aquele que gosta de boas comidas e bebidas. Nos bares brasileiros, o *epicure sommelier* é especialista nas combinações das bebidas e charutos.

Clube privê: típico bar inglês, exclusivo para associados. Funciona como clube de bebidas destiladas exclusivas, além de charutaria com serviço de *epicure sommelier* (fala-se “epiquir someliê”).

Dancing bar: típico bar estadunidense. Oferece bebidas, refeições e pista de dança com música ao vivo ou mecânica, com a presença de DJs.



© Stuart Pearce/Easyph

Only drink bar: típico estadunidense, com serviço exclusivo de bebidas. Não é permitido música, refeições e nada que possa perturbar o cliente enquanto estiver bebendo.

Piano-bar: típico bar estadunidense. Bar com característica de um *american bar*, com música de piano, *standards* do jazz estadunidense, bossa nova, entre outros.



© Alanida Photoware/Corbis (DC)/Lainmeda

Promenade bar: típico bar europeu. Serviço de café, chá, petiscos e bebidas *groggs* (quentes). Comum em calçadas, bulevares, margens de lagos e bosques. Muitas vezes trata-se de um bar itinerante em *trailers* ou rústicas carroças.



Pub: típico bar britânico, com destaque para os ingleses e irlandeses. O nome deriva da palavra *public* (público). Serve bebidas, alimentos rápidos e jogos como xadrez, gamão, dardo, entre outros. Atualmente, os *pubs* são encontrados nas capitais cosmopolitas e sua oferta de cervejas *premium* e destilados agrada o público amante do *rock* britânico.



Quiosque: estabelecimento localizado em lugares de grande circulação de pessoas – praias, *shopping centers*, ruas, entre outros. Ele é geralmente aberto para todos os lados, com balcões. Nele há oferta de bebidas e comidas, de acordo com sua localização. Por exemplo, num quiosque de praia vendem-se cervejas, caipirinhas, petiscos, entre outras coisas.



Saloon: típico bar estadunidense do século XIX (19), no período da expansão da fronteira dos Estados Unidos da América para a costa do oceano Pacífico. Esses bares prestavam serviços variados: quartos, cocheiras, jogos e shows, comidas e bebidas. Era famoso na época pela frequência de bailarinas, pistoleiros, xerifes e fazendeiros. Hoje em dia existem bares com a temática do *saloon*, mas já não são famosos como naquela época.



Snack bar: típico bar estadunidense, com refeições rápidas e bebidas. Localiza-se em grandes lojas, aeroportos, estações rodoviárias e de trens, hotéis etc.



Taberna inglesa: típico bar inglês. Além de servir bebidas como vinho e cerveja, serve comida. Em suas dependências também funcionavam hospedarias e cocheiras.

Vagon: típico bar estadunidense (mascate). Bar ambulante que vendia alimentos, armas e bebidas alcoólicas (armazém ambulante).

Wine bar: conceito que se reinventa graças ao sucesso no serviço de vinhos em taças, cujas garrafas devem ser acondicionadas em máquinas de serviço denominadas *wine machines* (fala-se “uain machine”).



Uisqueria: espaço bastante restrito em que as pessoas se reúnem para apreciar uísque. A oferta de grande variedade de marcas é o foco desse tipo de bar.

Além dos bares aqui descritos, há inúmeros outros. Alguns deles não são estabelecimentos, como é o caso do *frigobar* e do *self-service*. O primeiro, encontrado em hotéis, trens, navios etc., oferece bebidas em doses engarrafadas em miniaturas, salgadinhos e doces. O segundo são máquinas automáticas que oferecem bebidas enlatadas. Ambos são tipicamente estadunidenses.



Minibar (*frigobar*).



Self-service.

Você já ouviu falar em bar temático?

Bares temáticos são aqueles que apresentam uma característica culturalmente definida: jogo de dardos, anos 1960 etc. Ou seja, são bares com um tema definido e com o objetivo de atingir um público específico por afinidade ou por ser especializado em algum tipo de bebida.

Há também os que se concentram em temas prediletos da população brasileira, como o bar temático de futebol, o bar do *rock and roll*, do samba, entre tantos outros exemplos.

Certamente, você encontrará uma série de outros bares temáticos, uma vez que criatividade é uma das características imprescindíveis nesse ramo de negócio.

A teoria das cores

A função principal de um *barman* é a arte de preparar bebidas, decorar copos e taças e, assim, tornar mais atraente e prazerosa a degustação dos coquetéis.

A combinação de cores atrai o olhar e é compensada pelo paladar. A teoria das cores auxilia esse profissional a planejar e a criar seus drinques e coquetéis.

Conhecer as cores faz parte do aprendizado básico para todo *barman*. Elas são classificadas em:

- Primárias: aquelas que não são formadas por outras misturas. São elas: o azul, o amarelo e o vermelho.
- Secundárias: são as que misturam duas cores primárias. Por exemplo: laranja é resultado da mistura do amarelo com o vermelho; verde, do azul com o amarelo.
- Terciárias: aquelas que somam uma cor primária (azul, amarelo ou vermelho) a uma ou mais cores secundárias.

Vamos experimentar?

Vamos aqui construir nossa tabela de cores, com lápis de cor.

Cores primárias	Cores secundárias	Cores terciárias

Mas a brincadeira com as cores não para aqui!

Veja o círculo cromático a seguir: ele indica as cores primárias e secundárias e, ainda, duas novidades – as cores complementares e as análogas.

As cores complementares são aquelas que apresentam um contraste entre elas. No círculo de cores, elas ficam sempre em lados opostos.

As cores análogas são vizinhas no círculo cromático. Por exemplo: azul e azul + magenta.

Atividade 1

OBSERVAÇÃO DO CÍRCULO CROMÁTICO

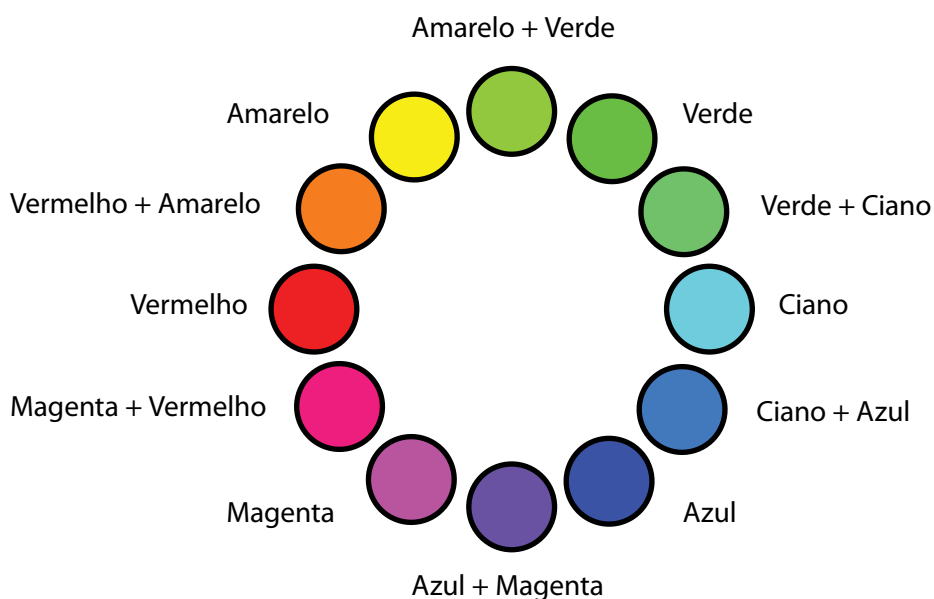
1. Em sua opinião, qual é a cor complementar do:

- vermelho? _____
- azul? _____

2. Qual é a cor análoga ao:

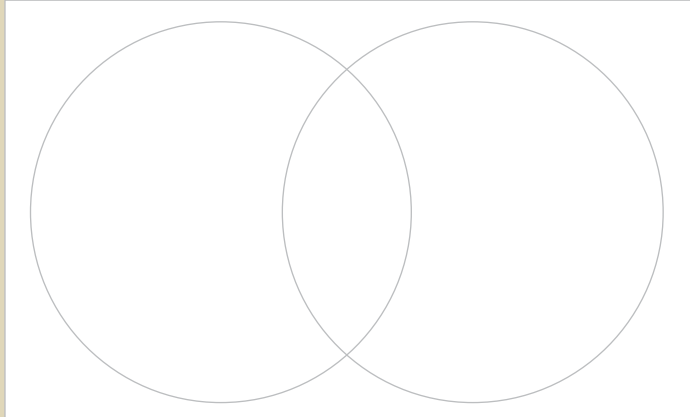
- magenta? _____
- ciano? _____

Círculo cromático



Curiosidade

Escolha duas cores complementares e pinte cada círculo de uma cor.



Qual cor surgiu entre os dois círculos?

Cinza, não é mesmo? Sempre que você misturar duas cores complementares, o resultado será cinza!

3. A cor tem temperatura?

Nossa imaginação nos ajudará a responder.

a) Pense em algo quente. Qual é a primeira cor que vem à nossa mente?

b) E quando pensamos em algo frio? Qual é a cor de que nos lembramos?

Todos acertaram? Provavelmente, sim! Quando faz muito frio, temos a sensação de que uma blusa de lã branca não vai esquentar, não é mesmo? O mesmo acontece no verão, quando nem pensamos em usar uma camiseta preta para andar sob o sol do meio-dia, e sempre que cometemos esse erro... nos arrependemos.

Veja, a seguir, quais são os tons frios e os quentes:



Tons frios



Tons quentes

Atividade 2

AS CORES EM TODOS OS LUGARES

1. Observe a pintura a seguir.



Paul Gauguin, *Arearea (Joyousness)*, 1892. Óleo sobre tela, 75 cm x 94 cm, Museu d'Orsay, Paris, França.

2. Classifique as cores utilizadas pelo artista, anotando no quadro:

Cor	Classificação
Vermelho	Cor primária



Você sabia?

Um poema é escrito em versos e, em geral, apresenta uma combinação de sons (sonoridade), ritmo e rimas.

Muitos acham que a poesia trata só de amor, mas não! Há inúmeros poemas que se referem a diversos assuntos. Esse que vamos ler é um bom exemplo!

3. Em sua opinião, o artista preferiu tons frios ou quentes na pintura que fez? Explique sua resposta.

4. Qual é a mensagem que o artista quis transmitir com essa pintura?

5. Para terminar esta atividade, leia o **poema** “Para falar de cores”. É sempre recomendável procurar no dicionário todas as palavras desconhecidas.



Para falar de cores

Um azul cerúleo para voar alto.

Um azul cobalto para a felicidade.

Um azul ultramarino para estimular o espírito.

Um vermelhão para o sangue circular alegremente.

Um verde-musgo para apaziguar os nervos.

Um amarelo-ouro: riqueza.

Um violeta cobalto para o sonho.

Um garança para deixar ouvir o violoncelo.

Um amarelo barife: ficção científica e brilho; resplendor.

Um ocre amarelo para aceitar a terra.

Um verde veronese para a memória da primavera.

Um anil para poder afinar o espírito com a tempestade.

Um laranja para exercitar a visão de um limoeiro ao longe.

Um amarelo limão para o encanto.

Um branco puro: pureza. Terra de siena natural: a transmutação do ouro.

Um preto sumptuoso para ver Ticiano. Um terra de sombra natural para aceitar melhor a melancolia negra. Um terra de siena queimada para o sentimento de duração.

SILVA, Maria Helena Vieira da. Testamento. In: *Vieira da Silva*, vol. 2. Genebra: Skira, 1994, p. 82.

Como você já adquiriu o conhecimento sobre cores, poderá criar receitas de **drinques** multicoloridos, saborosos e, ao mesmo tempo, visualmente atraentes.



Atividade 3

ARTE E CRIATIVIDADE NO BAR

Nesta atividade, vamos observar como a arte se expressa de diversas maneiras: na pintura, na crônica e no bar.

1. Observe atentamente o quadro do pintor italiano Giuseppe Arcimboldo (1527-1593).



Giuseppe Arcimboldo. *Retrato de homem feito de frutas (invertido)*, c. 1580. Óleo sobre tela, 55,9 cm x 41,6 cm. New York, French & Company LLC.

- a) Agora que você observou a obra, vire-a de ponta-cabeça. O que acontece? Qual é, em sua opinião, a mensagem que o autor procura transmitir ao colocar a maçã no rosto do homem?

BARMAN OU BARWOMAN?

A nomenclatura dessa ocupação é composta de duas palavras inglesas: *bar* (bar) + *man* (homem). O nome já nos dá sinais de que é um trabalho mais masculino do que feminino. Contudo, as mulheres têm se interessado por essa ocupação, demonstrando que as diferenças devem ser eliminadas na vida cotidiana.

Leia a matéria reproduzida a seguir, pois ela é um exemplo de que não devem existir restrições ao acesso de mulheres a esta e a outras ocupações.



Você sabia?

O nome correto para a mulher que trabalha como *barman* é *barmaid* (fala-se “barmeid”).

Barmaid significa, popularmente, “a donzela do bar”. Mas a palavra *barwoman* (fala-se “bar uóman”) pode ser encontrada em algumas situações, como no texto ao lado.

Barwoman premiada mostra segredo de drinque aprovado por Madonna no Londra

Uma aula sobre como chegar ao coquetel perfeito. A *barwoman* Lara Jennings [...], ensinou [...] o passo a passo de três drinques [...]: um *mojito* [fala-se “morrito”] provado e aprovado por Madonna em sua última passagem pelo Brasil, o *Piña Sour* [fala-se “pinha sauer”] e o *Candy Girl* [fala-se “kendi guêrl”], sendo os dois últimos criações da moça.

Segundo Lara, o *kit* de todo *barman* deve incluir coqueteleira, macerador, *strainer* [fala-se “streiner”] e peneira para coar resíduos, além de uma bailarina, uma colher com a haste comprida. Entre as dicas para obter o drinque perfeito estão o respeito às medidas previstas na receita, a escolha dos copos corretos, a temperatura e o cuidado na seleção dos ingredientes.

– Existe uma grande diferença entre uma destilação boa e outra malfeita. Isso vai contar no resultado final do seu coquetel. É bom vocês darem ênfase na escolha do destilado –, alertou a *barwoman*, vencedora do Prêmio Rio Show de Gastronomia em 2008, pelo Melhor Drink da cidade. – A taça tem de estar sempre na mesma temperatura do drink. O *irish coffee* [fala-se “airich cófi”], por exemplo, tem de ser servido na taça em que foi flambado. Até o café a gente tem a obrigação de aquecer a xícara quando vai servir. Então o coquetel gelado tem de ser servido em uma taça gelada. Isso vai dar o toque final e vai ser o diferencial do seu coquetel.

Lara Jennings disse ainda que o gelo deve ser sempre o primeiro elemento no preparo de um coquetel, desde que não seja um drink macerado, nem aquecido. Na hora de servir, o copo deve ser o apropriado para a bebida.

– Drink servido no copo errado perde o charme e não raro perde também o sabor –, afirmou. – A decoração só deve ser feita quando realmente necessário. Um caso de vodka martini você vai dar prioridade para um *zest* (lâmina da casca de limão ou laranja), porque vai dar todos os aromas.

A bela *bartender* mostrou como fazer o *mojito*, que teve as folhas de hortelã maceradas e coadas antes de ser servido, o *Piña Sour*, que leva bourbon e suco de abacaxi, e o *Candy Girl*, feito com vodka de baunilha e suco de *cranberry* [fala-se “crenbéri”]. Praticamente onipresente nos drinks, o *sour mix* [fala-se “sauer mix”], composto por suco de limão, clara de ovo e açúcar, também teve seu segredo revelado na aula.

– São 500 ml de suco fresco de limão, de 6 a 8 colheres de açúcar e duas claras de ovos, sem aquela parte branca. Mistura o açúcar na clara como se fosse fazer clara em neve, depois acrescenta o limão –, ensinou Lara.

AMORIM, Daniela. *Barwoman* premiada mostra segredo de drink aprovado por Madonna no Londa. *Extra Online*, 3 out. 2009. Disponível em: <<http://extra.globo.com/tv-e-lazer/barwoman-premiada-mostra-segredo-de-drink-aprovado-por-madonna-no-londra-343479.html>>. Acesso em: 13 maio 2012.

Para ser um bom profissional

Para uma boa formação, é importante saber que profissional queremos ser e quais são as possibilidades para ingressar no mercado de trabalho nessa área.

Vamos começar nosso percurso nos fazendo a seguinte pergunta: Onde eu estarei trabalhando em cinco meses?

Você se imagina trabalhando como *barman*/*barmaid*? Como você se vê? Onde estará trabalhando?

- Em um restaurante?
- Em um bar temático?
- Em um hotel?
- Em um navio?

São muitas as possibilidades e, certamente, você deve ter imaginado outras tantas.

O que diz o Ministério do Trabalho e Emprego sobre o que faz o *barman*?

O Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) produz um documento chamado Classificação Brasileira de Ocupações, a **CBO**.

Nele existe a descrição de 2 422 ocupações, o que o profissional de cada uma delas faz, qual a escolaridade necessária para exercê-la, onde o profissional pode atuar etc.

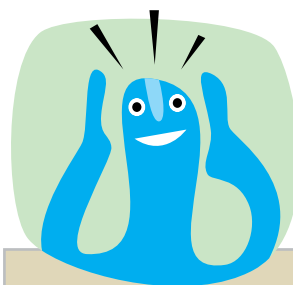
Entre as informações que constam nesse documento, existe um grupo que nos interessa definir neste momento: “quem é o *barman* hoje”.

De forma resumida, o documento do Ministério, a CBO, indica o que faz o *barman*.

Agrupamos essas orientações nos seguintes temas:



A ocupação de *barman* também é conhecida como *bartender*. Nesses cadernos optou-se pelo uso de *barman*, tal qual é utilizado pelo Ministério do Trabalho e Emprego. Portanto, ao ser registrado em um bar, hotel etc., em sua carteira profissional deve vir anotado *barman*.



Você sabia?

A descrição de cada ocupação da CBO é feita pelos próprios trabalhadores.

Dessa forma, temos a garantia de que as informações foram fornecidas por pessoas que trabalham no ramo e, portanto, conhecem bem a ocupação.

Você pode conhecer esse documento na íntegra, acessando o site do Ministério do Trabalho e Emprego no laboratório de informática. Disponível em: <<http://www.mte.cbo.gov.br>>. Acesso em: 13 maio 2012.

Formação/qualificação profissional	Atitudes pessoais	Atitudes profissionais
<ul style="list-style-type: none"> • Participar de cursos e eventos de atualização • Ter Ensino Fundamental incompleto • Ler jornais e revistas especializadas • Participar de concursos • Frequentar associações de classe 	<ul style="list-style-type: none"> • Honestidade no preparo dos alimentos • Ser asseado • Ser ético • Ser versátil • Ser gentil 	<ul style="list-style-type: none"> • Discriminar sabores, odores e cores • Zelar pela correta manutenção de equipamentos e utensílios, assim como pela higiene dos alimentos perecíveis • Evitar perdas e desperdícios

Fonte: Ministério do Trabalho. Classificação Brasileira de Ocupações – CBO. Disponível em: <<http://www.mtecbo.gov.br>>. Acesso em: 16 maio 2012.

Se a CBO indica essas entre outras características da ocupação, é importante lembrar que vários profissionais, dependendo do porte do estabelecimento e do bar, atuam no mesmo espaço e cada um tem funções definidas. Veja a seguir:

- **Chefe de bar** – supervisiona todas as atividades relacionadas ao serviço de atendimento aos clientes, controla estoque de mercadorias, bebidas, utensílios e pessoal do setor, além de participar da elaboração dos menus. Elabora as escalas de serviço. Contrata e forma novos profissionais.
- *Barman/barmaid/barwoman/bartender* – na ausência de um chefe de bar, elabora as escalas de serviço. É recomendável que o profissional se mantenha atualizado, buscando a leitura de jornais e revistas, pois é comum haver clientes interessados em conversar. Ao final do expediente, o *barman* faz o controle do movimento do dia (entrada e saída de mercadorias) e anota na ficha de controle. Atribuições:
 - é o encarregado do bar e dos garçons do bar;
 - elabora escalas de serviço;
 - organiza o estoque e seleciona o pessoal sob sua supervisão;
 - examina todos os equipamentos, certificando-se de seu funcionamento e limpeza;
 - organiza e supervisiona todo o trabalho desde a *mise en place* (fala-se “misan-place”) até o encerramento do expediente;
 - prepara e serve no balcão as bebidas solicitadas pelos clientes.

- Garçom de bar – serve bebidas, coquetéis, salgadinhos e lanches em geral nas mesas do bar. Deve ter conhecimento da descrição de cada coquetel para poder oferecê-los aos clientes.
- *Commis* (fala-se “comí”; em português, cumim) de bar – função primordial num bar, pois geralmente a carreira é iniciada nessa etapa. Esse profissional começa a trabalhar antes do *barman*, pois a *mise en place* deverá estar pronta para o momento de execução do serviço de bebidas. Prepara sucos, higieniza frutas e insumos, corta cenouras e salsão em palito, fatia limões e laranjas, organiza garrafas e demais utensílios, esteriliza taças e copos, prepara o gelo, assim como produz o xarope de açúcar simples (goma). E, ainda, auxilia o *barman* na execução dos coquetéis e demais bebidas. Zela pela conservação e manutenção dos equipamentos e materiais.
- *Runner* (fala-se “râner”) de bar – ocupação criada recentemente devido à longa espera nos restaurantes mais movimentados. Profissional que serve rapidamente os coquetéis pedidos pelos clientes durante a espera das mesas.

Atividade 1

ESTUDO DE MEIO

Apresentamos anteriormente vários locais onde o *barman* pode exercer sua ocupação. Vamos, agora, formar pequenos grupos: cada grupo deve visitar um local diferente e entrevistar profissionais que atuam em várias áreas.

Seguem algumas sugestões:

- bar;
- restaurante;
- hotel;
- casa noturna.

O que vocês gostariam de perguntar aos profissionais que atuam nesses locais?

Segue, aqui, um roteiro de entrevista e cada grupo pode acrescentar outras perguntas que considerar importantes:

a) Quem é o entrevistado?

- b) É homem ou mulher?
- c) Qual a idade dele(a) ? Qual é a escolaridade? Ainda estuda ou pretende voltar a estudar?
- d) Costuma fazer cursos para se especializar?
- e) Onde trabalha?
- f) Trabalha em apenas um lugar?
- g) Como escolheu essa ocupação?
- h) Como aprendeu a ocupação?
- i) Quais os pontos positivos e negativos dessa ocupação?
- j) Quais são seus conselhos para um *barman* que está começando agora?

Agora, é com o grupo: Quais são as outras perguntas que vocês gostariam de fazer para esse profissional?

No final, cada participante fará um texto sobre a entrevista.

Antes de começar a escrever, procure planejar seu texto. A seguir, relacionamos algumas questões que podem auxiliá-lo:

- a) Qual é a ideia principal que quero transmitir com meu texto?

b) Como organizo as ideias de forma a explicar aquilo que o profissional nos contou?

c) Quais foram os argumentos que ele usou para nos relatar essa ocupação?

d) Quais foram as conclusões às quais cheguei depois dessa entrevista?

Para ajudá-lo a se identificar com alguma área de atuação do *barman*, vamos fazer um balanço do que você sabe fazer bem e de outras coisas que precisa aperfeiçoar para ser um bom profissional.

Muitas vezes, sabemos fazer bem alguma coisa, porque gostamos daquela atividade. Mas você já parou para pensar nisso? Nem sempre imaginamos que esse gosto pode ser transformado em trabalho!

A CBO identifica que o *barman* tem várias atribuições e que, dependendo do local de trabalho, poderá ocorrer uma divisão de tarefas. Vamos ver a relação das funções elencadas na CBO:

Higienizar frutas e folhas



Preparar sucos



Selecionar copos



Cortar frutas



Atividade 2

RECONHECENDO MEUS CONHECIMENTOS

Reconhecer os conhecimentos que acumulamos ao longo da vida é um passo importante tanto para elaborar um currículo quanto para buscar um novo emprego. Para isso, organizamos esse processo de reconhecimento em algumas etapas.

Etapa 1

Vamos começar pensando sobre quem somos.

1. A escultura a seguir é feita em bronze e é muito famosa. Repare como ela foi esculpida, como os músculos são representados.



Auguste Rodin. *O pensador*, 1902. Estátua em bronze, 186 cm x 102 cm x 144 cm. Exterior do Museu Nacional de Arte Ocidental, Tóquio, Japão.

- a) Ele está relaxado ou tenso?
- b) Pare e reflita: O que essa obra de arte lhe transmite?
- c) Que sentimento ela lhe passa?

2. Agora, você é “o pensador”.

Aqui vai um roteiro de perguntas que o ajudará a ordenar suas ideias sobre você mesmo:

a) Quem sou eu?

b) Como eu acho que sou? Como eu me vejo?

c) Quais são as minhas principais qualidades?

d) O que dizem as pessoas quando me elogiam?

e) O que eu faço que todos gostam?

A balança da vida



Em grupo de cinco pessoas, é o momento de trocar ideias com os colegas.

Cada um deve se apresentar aos demais, contando as respostas que deu ao roteiro anterior.

Não é preciso se envergonhar de nada! Todos temos qualidades e, lógico, defeitos! Em nossa balança da vida, certamente, encontraremos muitos deles. Como será nossa balança?

Conte ao grupo quem você é e ouça quem eles são. Fique atento às histórias dos colegas: conhecer o que as pessoas pensam ajuda a entender melhor quem somos. Experimente!

Etapa 2

Um dos grandes poetas brasileiros, **Carlos Drummond de Andrade**, que retratou problemas sociais e o sentido da vida, escreveu o poema “Sentimento do mundo”:

Tenho apenas duas mãos
e o sentimento do mundo.

ANDRADE, Carlos Drummond de.
Sentimento do mundo. Rio de Janeiro: Record.
Carlos Drummond de Andrade ©Graña Drummond.
<www.carlosdrummond.com.br>

A tarefa, agora, é vasculhar as próprias memórias. Só que, dessa vez, será preciso pensar nelas relacionando-as com aspectos dessa ocupação que você começa a aprender.

Carlos Drummond de Andrade, mineiro de Itabira (1902-1987), foi um dos grandes poetas brasileiros; tratou de problemas sociais e do sentido da vida.



ANDRADE, Carlos Drummond de. Carlos Drummond de Andrade © Graña Drummond <www.carlosdrummond.com.br>

Carlos Drummond de Andrade.
Autorretrato em caricatura.

3. Agora que se lembrou de diversos fatos de sua vida, indique suas experiências profissionais relacionadas com o preparo de bebidas: pode ser como passatempo, cursos que tenha feito, coisas que gosta de fazer (mesmo que não ganhe dinheiro com elas), algo que faça ou que as pessoas acham que você faz bem.

Veja, novamente, um exemplo na primeira linha do quadro.

Quadro 2: Minhas experiências de vida na área da gastronomia

Experiência	O que precisei fazer?	O que foi fácil nessa experiência?	O que foi difícil nessa experiência?
Preparar uma festa	Planejar as bebidas que seriam servidas	Selecionar as frutas	Combinar diferentes bebidas

Ao preencher esses quadros, você foi percebendo que já fez muita coisa na vida e que, também, sabe fazer bem outras tantas.

Etapa 3

Depois de fazer um balanço de nossa vida, dos nossos conhecimentos, vamos aprofundar essa discussão a respeito do que é preciso saber para ser *barman*.

Atividade 3

ATIVIDADES DE UM *BARMAN*



1. Em um grupo de cinco pessoas, discutam o que vocês acham que um *barman* deve saber fazer. Procurem organizar as ideias de forma a completar as seguintes frases:

a) Um *barman* profissional deve saber...

b) Um *barman* profissional precisa usar...

c) Um *barman* profissional necessita cuidar...

d) Esta é com vocês: um *barman* profissional deve...

2. Agora que conversamos sobre o que o *barman* deve saber, vamos pensar sobre nós mesmos.

a) Dos itens discutidos, o que eu sei fazer bem, mais ou menos, não sei nada ou sei pouco?

b) Relacione esses itens e analise-os: Eu sei fazer bem? Mais ou menos? Não sei fazer? Vá marcando as respostas com um X na respectiva coluna.

Veja um exemplo na primeira linha:

Itens discutidos	Faço bem	Faço mais ou menos	Não sei fazer
Combinar bebidas		X	

Bem, agora já tomamos conhecimento de quem somos, do que sabemos fazer para nos ajudar a iniciar nessa ocupação e, principalmente, o que precisamos aprender para sermos bons profissionais!

Ainda vamos voltar a esse assunto.

Esse primeiro passo ajudará, e muito, na hora de elaborar seu currículo.

Após a elaboração dessa lista de utensílios, vamos conhecer os detalhes dos principais equipamentos e materiais existentes em um bar profissional:

- Abridor de latas e de garrafas.



- Balde e pinça para gelo – conhecidos como caçambinha, são utilizados para levar gelo à mesa do cliente.



- Balde para champanhe – de tamanho maior, é usado para manter gelados vinhos, champanhes e cervejas, depois de abertos.



- Colher de bar – também conhecida como bailarina, feita geralmente de aço inox ou prata. Tem cabo comprido e na extremidade possui um sacador de tampas. É usada para mexer as bebidas no *mixing glass* (fala-se “míxin gléss”) e também para medir alguns ingredientes de coquetéis, como açúcar e creme de leite.



- Coqueteleira de duas peças (também conhecida como *shaker* (fala-se “chêiker”), pode ser de aço ou de prata. É usada na preparação de coquetéis cujos ingredientes não se misturam com facilidade, por exemplo, o leite de coco e o rum.



© Paulo Sivalda

- Coqueteleira de Boston.



© Eugeny Karandeev/123RF

- Dosador de bar – a dose brasileira possui oficialmente 50 mililitros (ml) ou 5 centilitros (cl).



© Paulo Sivalda

- Esprededor de frutas (manual e elétrico) – serve para fazer sucos em pequenas doses ou em grandes quantidades.



© David Murray/Getty Images



© Hemphelign/Alamy/Other Images

- Faca de bar – pequena, de ponta, sem serra e muito bem afiada. Utilizada para descascar frutas que auxiliam na decoração de alguns drinques.

© Topix Photo Agency / iStockphoto



- Jarra de vidro ou de aço inox – utilizada para armazenar sucos e líquidos perecíveis, como o creme de leite.

© Paulo Savalla



- *Mixing glass* (copo misturador ou copo de bar) – copo grande, de vidro, com biqueira. Usado para misturar e gelar bebidas preparadas.

© Paulo Savalla



- Organizador de bar – espaço em que são guardados guardanapos, canudos e misturadores de drinques. Também conhecidos como *stirs* (fala-se “istir”), os canudos pretos não dobráveis têm dupla função: canudo e mexedor.

© Paulo Savalla



- Picador de gelo – instrumento pontiagudo usado para quebrar barras de gelo em pedaços menores.



© Judith Collins/Alamy/Other Images

- Raspador de gelo – instrumento de metal que serve para fazer flocos de gelo, utilizado na preparação de alguns drinques.



© Paul Savala

- Sacarolhas.



© Mito Luzanni/Alamy/Other Images

- Saleiro, pimenteiro e paliteiro – utilizados no preparo de drinques, mas também em alguns petiscos que os acompanham. Para coquetéis como o *dry martini* (fala-se “drai martíni”), os palitos ideais para a azeitona verde são aqueles feitos de bambu ou plástico (resina).



© Maxim Lurin/53RF

- Socador ou macerador (mão de pilão) – serve para macerar as frutas de um coquetel como a caipirinha.



- *Strainer* (fala-se “streiner”) – coador de coquetel ou passador de coquetel na coqueteleira de três peças. É geralmente de aço inox e serve para reter o gelo e os eventuais resíduos dos ingredientes usados na preparação do coquetel.



- Tampas de garrafa – substituem as rolhas de cortiça e as tampinhas metálicas originais para vedar garrafas que ainda contenham líquidos.



Um bar padrão pode ser caracterizado por um balcão, banquetas individuais e antebalcão; ali o *barman* executa seu trabalho, no espaço delimitado entre o antebalcão, as prateleiras e as geladeiras, que comportam o estoque de bebidas e outros materiais do bar.

São vários os equipamentos, de maior porte, utilizados na manutenção, armazenamento ou produção dos coquetéis:



- geladeira e *freezer* (fala-se “frízer”) para bebidas e gêneros perecíveis, de preferência horizontal, localizada abaixo do balcão;
- máquina de gelo industrial, capaz de produzir entre 12 quilos e 50 quilos de gelo, instalada fora do bar;
- armário, preferencialmente abaixo do balcão;
- balcão onde serão servidos os coquetéis e guarnições. Largura variável de até 70 centímetros (cm). Altura de 1,20 metro (m) e banquetas de 75 cm, com anteparo para os pés de 30 cm até o piso;
- antebalcão: *mise en place* – local para uso do *barman*. Altura de 80 cm a 90 cm. Deve conter pias, torneiras (cubas), local para gelo, garrafas em uso, local para lixo e arrumação de copos;
- pia de apoio, para higienizar e cortar ingredientes;
- prateleiras onde são colocadas as bebidas em exposição e o estoque. Altura para litros normais: 33 cm a 40 cm de largura para no mínimo 2 litros (enfileirados) e comprimento de acordo com o espaço existente e o tamanho do balcão;
- piso do bar de estrado de borracha vazada, com orifícios que permitam que qualquer item que caia no chão não cause acidente, permitindo a circulação do *barman* e do *commis* com segurança;
- liquidificador.

Conheça a seguir uma lista de ingredientes indispensáveis em um bar para que um *barman* possa desempenhar bem sua função:

- açúcar refinado ou em cubo;
- adoçante dietético;
- sal;
- pimenta-do-reino;
- noz-moscada;
- creme de leite;
- cebolinha-branca em conserva;
- cerejas em calda;
- limão, abacaxi, laranja e maçã;
- molho inglês;
- cravo, canela em pó, mel;
- ovos;
- café solúvel;
- azeitonas verdes com caroço;
- castanha de caju;
- amendoim;
- batatas *chips*;
- biscoitinhos salgados diversos;
- gelo.

Você sentiu falta nessa lista de algum outro utensílio ou equipamento indispensável para um *barman*?

Se pensou nos copos, acertou! Esse é o utensílio mais importante para o *barman*, o que dá o toque final, como disse a *barmaid* (*barwoman*) na entrevista mostrada na Unidade 2. A escolha do copo adequado é fundamental para a produção de um coquetel perfeito. Em razão de sua grande importância, dedicaremos a próxima Unidade exclusivamente a eles: os copos.

COPOS, A VITRINE DO BARMAN

O austríaco Georg Riedel – fabricante de renomados copos de vinho – revolucionou o ramo da produção e a escolha dos copos para as bebidas. Ele criou um tipo de taça para cada tipo de uva e acabou produzindo cerca de 400 taças diferentes. Segundo ele, dois aspectos do copo interferem na percepção do aroma e no sabor da bebida: *shape* (fala-se “cheip”) – formato do bojo e da borda do copo; tamanho do copo.

Atividade 1

EXPERIMENTANDO COM OS SENTIDOS

1. Quais dos cinco sentidos (visão, audição, tato, olfato e paladar) você usa no dia a dia? E quais usa no momento em que degusta uma bebida diferente?

2. Troque impressões com os colegas e registre suas conclusões.

3. Depois de refletir sobre os sentidos no momento da apreciação de uma bebida ou coquetel, escreva um pequeno texto a respeito da seguinte afirmativa:

O copo é a chave para a boa apreciação de uma bebida.

Além do formato (*shape*) e do tamanho corretos, outras características contribuem para a apreciação de uma bebida: limpeza extrema, temperatura exata, decoração de bom gosto.

Apesar da variedade de copos, eles são classificados apenas em duas grandes famílias:

- copos sem pé – chamados *tumblers* ou *unfooted* (falam-se “tâmbler” e “anfúted”);
- copos com pé – chamados *stemmed* ou *footed* (falam-se “stémed” e “fúted”).




Existe moda para os copos!

Assim como as roupas ganham novos modelos ao longo dos tempos, os copos também ganham novas formas. Por exemplo, nos anos 1920 os copos eram bem menores do que os da atualidade.

Hoje, a moda é servir drinques em copos grandes. Muitos apreciadores de vinho, por exemplo, afirmam que, quanto maior o copo, melhor a apreciação das qualidades de um vinho. Mas fique atento: não é porque o copo é grande que a quantidade também será grande.








Veja, na tabela a seguir, alguns dos copos mais usados em bares:

Nome	Característica	Uso	Foto
<i>Highball</i>	Alto, grande e com formato cilíndrico.	<i>Long drinks</i> (fala-se “longue drinques”): cuba-libre, <i>gin fizz</i> , <i>hi-fi</i> , gim-tônica, campari soda, sucos.	 © Sergii Dibrovai/133RF
<i>Collins</i>	Um pouco mais baixo que o <i>highball</i> (fala-se “raibol”) e mais esguio. Ideal para <i>long drink</i> .	Uísque com <i>club soda</i> ou água mineral. Coquetéis servidos: <i>bloody mary</i> , <i>tom collins</i> , tequila sunrise, <i>mojito</i> , entre outros.	 © Paulo Swaha
<i>On the rocks</i>	Baixo, com borda e fundo largos. O copo para caipirinha é semelhante, porém um pouco mais estreito e com fundo espesso.	Uísque <i>on the rocks</i> (fala-se “on de roques”) com pedras de gelo.	 © Paulo Swaha

Nome	Característica	Uso	Foto
<i>Old-fashioned</i>	Borda mais larga que o fundo.	Coquetéis <i>old-fashioned</i> (fala-se "old fechion"), italianos <i>negroni</i> e <i>americano</i> , além de <i>white russian</i> , <i>black russian</i> , <i>french connection</i> , <i>rusty nail</i> , entre outros.	 <p>© Paulo Swala</p>
Taça martíni ou copo para coquetel	Formato aberto na borda, com haste longa.	Martíni, manhattan, daiquiri, <i>alexander</i> .	 <p>© Creative Crop/Getty Images</p>
<i>Hurricane</i> ou taça escandinava, ou, ainda, <i>poco grande</i> , em espanhol	Haste baixa, bojudo desde a parte de baixo até a metade, com estreitamento e nova abertura mais larga na borda. Ideal para servir com canudos dobráveis e decoração com frutas.	Coquetéis tropicais, <i>piña colada</i> (quando não é servida dentro do abacaxi, essa é sua taça oficial).	 <p>© Elena Elisseeva/Getty Images</p>

Nome	Característica	Uso	Foto
Margarita ou <i>coupett</i>	Haste longa, bojudo e com borda larga.	Margarita.	 <small data-bbox="1253 304 1269 465">© Zoomar/Elena Elisseev/Keystone</small>
Copo para vinho branco ou <i>rosé</i>	Pé e formato bojudo ou cilíndrico; pequeno, com borda menor.	Vinho branco e vinho <i>rosé</i> (fala-se “rosê”). Essas bebidas são servidas sempre geladas, e o tamanho pequeno ajuda a evitar o aquecimento.	 <small data-bbox="1233 778 1249 889">© Sano Trebizan/123RF</small>
Copo para vinho tinto	Pé e formato bojudo; alto e com borda mais aberta.	O vinho tinto é servido nesta taça, que contribui para que ele “respire” mais, liberando seu aroma.	 <small data-bbox="1239 1286 1255 1467">© Jonathan Kantor Studio/Getty Images</small>

Nome	Característica	Uso	Foto
Copo para espumante ou <i>flûte</i> (fala-se "flite")	Fino, comprido, com pé; borda mais estreita.	Espumante. A taça contribui para que as borbulhas da bebida sejam apreciadas.	 <p>© Image Source/Getty Images</p>
<i>Sherry</i> (<i>xerez</i> ou <i>jerez</i>)	Mais baixo, com borda larga e pé.	Vinhos fortificados: xerez, madeira, vinho do Porto.	 <p>© Jose Antonio Revidiguel/23RF</p>
Copo para licores	Cálice pequeno (30 ml).	Licores, destilados puros, shots (fala-se "shóts").	 <p>© Paulo Sivala</p>

Nome	Característica	Uso	Foto
Copo para conhaque Napoleão ou balão (<i>balloon</i> ou <i>snifter</i>)	Bojudo, com borda estreita. Apesar da haste, é preferível segurar a taça com as mãos em seu bojo. O objetivo é que as notas aromáticas que compõem o <i>bouquet</i> (fala-se "buquê") sejam sentidas no olfato graças ao calor.	Conhaques e <i>brandies</i> (fala-se "brénds").	 <small>© Sergey Sizenev/Alamy/Other Images</small>
Copo para água e refrigerante	Com ou sem haste; caso não a tenha, é maior que o copo para vinho tinto.	Água e refrigerante.	 <small>© Keng Po Leung/Alamy/Other Images</small>



Shot: Dose pura da bebida.

Dicas sobre as taças de vinhos!

As taças de vinho muitas vezes parecem todas iguais, certo?

Vamos colocá-las uma ao lado da outra para visualizar as diferenças de tamanho entre elas.

© Alfredo Barni/Esaypic



Da esquerda para a direita: água, espumante, vinho tinto e vinho branco.

Copos para cerveja e chope

Quanto à cerveja, ela pode ser servida em diversos tipos de copo, em geral cilíndricos e de corpo grande.

O chope, em particular, é servido em dois tipos específicos: copo tulipa e canecas de vidro grosso.

© Stockbyte/Getty Images © Michael Traversi/123RF © Pascal Bove/Getty Images © Espeniyu Uvarova/123RF © Simon Kater/Getty Images © Alexandre Belem/Kino © Stockbyte/Getty Images © Valentin Volkov/123RF





Você sabia?

Existe um órgão público para fiscalizar e normatizar todos esses aspectos.

A **Anvisa**, vinculada ao Ministério da Saúde, atua também na área de alimentos: coordena, supervisiona e controla as atividades de registro, informações e inspeção, controle de riscos e estabelecimento de normas e padrões. O objetivo é garantir as ações de vigilância sanitária de alimentos, bebidas, águas envasadas, seus insumos, suas embalagens, aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia, limites de contaminantes e resíduos de medicamentos veterinários. Essa atuação é compartilhada com outros ministérios, como o da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, e com os estados e municípios, que integram o Sistema Nacional de Vigilância Sanitária. Saiba mais sobre esse órgão muito importante para os que trabalham com alimentos, acessando o *site* da Anvisa. Disponível em: <<http://www.anvisa.gov.br>>. Acesso em: 13 maio 2012.

BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE

O alimento, líquido ou sólido, é o principal assunto nesta nova ocupação que você está aprendendo. Como ele é um dos mais importantes promotores da saúde, devemos conhecer a melhor maneira de prepará-lo e servi-lo, pois, caso contrário, poderá até mesmo nos causar doenças.

Preparar um alimento de modo seguro para consumo significa, obrigatoriamente, adotar cuidados higiênicos-sanitários em todas as etapas da produção, isto é, desde a plantação (também denominada produção primária) até a mesa do consumidor.

Os estabelecimentos do ramo alimentício (bares, restaurantes, cafés etc.) devem, obrigatoriamente, ter um documento com a descrição do trabalho a ser executado e a forma correta de fazê-lo.

É o chamado Manual de Boas Práticas. Nele, podem ser registradas informações gerais sobre limpeza, água utilizada, controle de pragas, procedimentos de higiene e de controle de saúde dos funcionários, de que modo eles são capacitados, qual o destino do lixo e, por fim, como garantir a preparação de alimentos saudáveis.

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (**Anvisa**) disponibiliza material e cartilhas que informam sobre os Procedimentos Operacionais Padronizados (POP), ou seja, documentos que descrevem como se deve proceder em cada operação em uma cozinha.

Os POP devem conter todas as etapas de cada ação, bem como os materiais empregados e os responsáveis pelas ações.

Além disso, esses documentos devem ficar disponíveis para que todos os funcionários do bar possam consultá-los a qualquer momento durante seu trabalho. Parece uma etapa burocrática, mas ela é de extrema importância para garantir os padrões de higiene na cozinha e no bar.

Veja quais são os procedimentos indicados pela Anvisa:

- Limpeza das instalações, dos equipamentos e móveis.
- Controle de insetos transmissores e pragas.
- Limpeza do reservatório de água.
- Higiene e saúde dos manipuladores.

Os procedimentos que devem ser adotados e estar presentes nos Manuais de Boas Práticas e nos POP, cujo objetivo é assegurar as condições higiênico-sanitárias do alimento a ser preparado, foram aprovados pela Resolução-RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004, da Anvisa. Essa Resolução estabelece as Boas Práticas para Serviços de Alimentação:

[...]

Art. 2º: A presente Resolução pode ser complementada pelos órgãos de vigilância sanitária estaduais, distrital e municipais visando abranger requisitos inerentes às realidades locais e promover a melhoria das condições higiênico-sanitárias dos serviços de alimentação.

[...]

Fonte: Resolução-RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004.
Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2004/res0216_15_09_2004.html>. Acesso em: 13 maio 2012.

Tais medidas são essenciais para que não haja risco de contaminação das pessoas, pois qualquer problema com os alimentos pode causar risco para a saúde dos trabalhadores e dos consumidores.

Como os alimentos são contaminados?

Assim como há inúmeras maneiras de contaminar nossa água, o mesmo se dá com os alimentos.

Qualquer elemento diferente do alimento pode ser sinal de contaminação. A contaminação pode ser física, química ou biológica.

Alguma vez você já encontrou fios de cabelo em sua comida? Esse é um exemplo de contaminação física.

Já a contaminação química difere da física porque não é facilmente vista. Sabemos que um alimento sofreu contaminação química quando nele há algum tipo de produto químico que habitualmente não é utilizado como ingrediente. Podem ser produtos de limpeza, inseticidas, antibióticos, agrotóxicos, óleos lubrificantes, entre outros.

E, por fim, quando o alimento contém seres vivos, como microrganismos e parasitas, ele sofreu contaminação biológica. Em geral, todas essas contaminações ocorrem no momento do preparo e da manipulação dos alimentos. Portanto, é possível evitá-las!



Ilustração © Hudson Calasans sobre fotos © Senghvi Veluzee/i3RF e © Steve Cochmeister/SPL/Latinstock

O que são microrganismos?

São seres invisíveis a olho nu, que podem ser vistos apenas com auxílio de microscópios, dotados de lentes que aumentam de 400 a 1 000 vezes. Só é possível enxergá-los a olho nu quando estão agrupados em forma de colônia.

Os microrganismos são também conhecidos como micróbios, classificados como desejáveis ou indesejáveis.

Você já ouviu dizer que para o preparo do iogurte, por exemplo, é necessário adicionar uma cultura de bactérias? Parece estranho, mas a bactéria é um tipo de **microrganismo desejável**, como aqueles utilizados na produção de alguns alimentos e bebidas, como queijos, cervejas, vinhos e pães, entre outros.



Os **microrganismos indesejáveis** que se desenvolvem no alimento causam deterioração e até doenças. Por exemplo, talvez você já tenha jogado fora algum alimento porque ficou muito tempo fora da geladeira e azedou, ou ficou com uma cor diferente da habitual. Esse é um caso típico de microrganismo que altera o aspecto físico do alimento. No entanto, a maioria dos microrganismos que causam doenças não provoca essa alteração no alimento.



Os microrganismos multiplicam-se nos alimentos quando encontram condições ideais de nutrientes, umidade e temperatura.



© Emily Keighin/Getty Images

Conheça alguns microrganismos

A maioria das doenças transmitidas por alimentos é causada por bactérias. Mas há outros tipos de microrganismos, como vírus, fungos e protozoários. Veja alguns exemplos no quadro a seguir.

Tipo	Onde?	O que fazer?
<i>Salmonella</i>	Essa bactéria é encontrada em vários alimentos crus, como frango, porco e na casca dos ovos.	Cozinhar bem as carnes; limpar a casca do ovo com vinagre; consumir no mesmo dia produtos que levam ovos crus (maionese, por exemplo).
<i>Listeria monocytogenes</i>	Bactéria encontrada nas frutas, no leite e em seus derivados.	Lavar bem as frutas, consumir e utilizar os produtos refrigerados no prazo de validade.
<i>Toxoplasma gondii</i>	Esse é um protozoário que vive no aparelho digestório de gatos e pode contaminar os alimentos e as pessoas. Gatos e cozinha não combinam!	Não ter gatos próximos à cozinha ou ao bar. Caso tenha vizinhos com gatos, chame a vigilância sanitária de sua cidade para a verificação dos animais.

Atividade 1

REFLETINDO, INTERPRETANDO, ESCRREVENDO

1. Em dupla, no laboratório de informática, pesquisem sobre a importância da temperatura para a conservação dos alimentos.
2. Observe o desenho a seguir.



Fonte: *Cartilha sobre boas práticas para serviços de alimentação*. Resolução-RDC nº 216/2004. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), p. 11. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra_final.pdf>. Acesso em: 13 maio 2012.

3. Agora, escreva um texto sobre a importância da temperatura para o controle dos microrganismos nos alimentos.

Os alimentos que contêm níveis elevados de umidade oferecem condições mais adequadas para a multiplicação de microrganismos. Para evitar sua proliferação, é necessário que os alimentos sejam conservados em temperaturas adequadas e em locais secos.

Os alimentos perecíveis são aqueles passíveis de estragar quando não há condições adequadas de armazenamento.

Os alimentos não perecíveis são secos, pois não possuem umidade suficiente para a proliferação de microrganismos. Isso permite que sejam conservados à temperatura ambiente.

Atividade 2

IDENTIFICAÇÃO DE PERECÍVEIS E NÃO PERECÍVEIS

Agora que você conhece a definição de alimentos perecíveis e não perecíveis, classifique os alimentos do quadro a seguir.

Alimento	Perecível	Não perecível
Morango		
Uísque		
Leite		
Abacaxi		
Chocolate em barra		
logurte		

Já conhecemos as medidas denominadas Boas Práticas para Serviços de Alimentação, editadas pela Anvisa. Elas são necessárias para evitar, eliminar ou reduzir a níveis aceitáveis as contaminações biológicas, físicas e químicas.

O local de trabalho

Limpeza e organização são duas palavras de ordem nos locais de trabalho do *barman*, isto é, o bar e também a cozinha, lugares onde ele pode pré-preparar os ingredientes. Para isso, a infraestrutura do local, ou seja, sua estrutura física, deve ser adequada para a manipulação de alimentos:

- o piso, a parede e o teto devem ser conservados e não podem ter rachaduras, goteiras, infiltrações, mofo e descascamentos – porque uma rachadura, por exemplo, pode abrigar insetos e fungos sem que percebamos;
- as janelas devem ter telas para impedir a entrada e o abrigo de insetos e outros animais;
- todos os objetos sem utilidade para o trabalho no bar devem ser retirados do local; eles só atrapalham a circulação de pessoas e o manuseio dos equipamentos, e podem concentrar poeira e micróbios;
- a rede de esgoto ou fossa séptica deve ser instalada fora da área de preparo e de armazenamento de alimentos;
- os produtos de limpeza devem ser regularizados e conter no rótulo o número de registro no Ministério da Saúde, ou a frase: “Produto notificado na Anvisa/MS”, e devem ser guardados separados dos alimentos;
- banheiros e vestiários não devem se comunicar diretamente com as áreas de preparo e de armazenamento dos alimentos e precisam estar sempre limpos;
- a limpeza deve ser feita sempre que necessário e ao final das atividades de trabalho. Ela é importante para prevenir e impedir a aparição de baratas, ratos e outras pragas.

Atividade 3 VISITA A UM BAR

Você e seus colegas vão visitar um bar. Cada grupo deve escolher um local: restaurante, hotel, casa noturna. Com o auxílio do monitor, solicitem autorização para a visita.

1. Na visita, vocês assumem o papel de observadores das condições de higiene do local. Fiquem atentos aos itens relacionados anteriormente.

2. Se possível, entrevistem o responsável pelo bar e conversem sobre a manutenção do local de trabalho, quais são as formas de limpeza da cozinha e do bar, quem faz a limpeza etc.
3. Cada grupo deve organizar as observações e informações coletadas durante a visita.
4. Apresentem essas observações e informações coletadas na visita aos demais colegas e troquem impressões.

O manipulador de alimentos

Todo *barman*, como o cozinheiro, será um manipulador de alimentos, pois muitas vezes terá de lavar, descascar, cortar, ralar, ou seja, preparar os alimentos. Alguns cuidados básicos devem ser tomados:

- estar sempre limpo;
- usar cabelos presos e com toucas apropriadas;
- usar uniforme na área de preparo dos alimentos e trocá-lo diariamente;
- retirar brincos, pulseiras, anéis, colares, relógio ou maquiagem;
- lavar bem as mãos antes de manipular os alimentos e depois de usar o banheiro;
- manter as unhas curtas e sem esmaltes;
- não fumar nem comer, tossir, espirrar, falar demais ou mexer em dinheiro durante a preparação dos alimentos;
- se estiver doente ou com cortes e feridas, não manipular os alimentos;
- fazer exames periódicos de saúde.

Fonte: *Cartilha sobre boas práticas para serviços de alimentação*. Resolução-RDC nº 216/2004. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), p. 22. e 24. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra_final.pdf>. Acesso em: 13 maio 2012.



- Use apenas água tratada ou de sistema alternativo, como poços artesianos. Para o preparo de alimentos e do gelo use apenas água potável.
- O lixo deve ser retirado com frequência da área de preparo de alimentos em sacos bem fechados. Após o manuseio do lixo, lave bem as mãos com sabão.



© Rubberball / Glow Images

Atividade 4

É BOM REFLETIR SOBRE AS BOAS PRÁTICAS



1. Em grupo de cinco pessoas, analisem as recomendações da Anvisa e discutam:
 - a) Sobre os procedimentos que geralmente usam na cozinha da própria casa.
 - b) Quais procedimentos devem ser alterados? Por quê?
2. Exponham para a classe as conclusões a que chegaram.

O ato de lavar as mãos parece ser um procedimento simples, mas, para quem lida com alimentos, são necessários alguns cuidados especiais, já que esse é o principal meio de transmissão de bactérias. Veja como fazer:



Lavar as mãos é o procedimento mais importante dentre as práticas de higiene, na cozinha e no bar!

Fonte: *Cartilha sobre boas práticas para serviços de alimentação*. Resolução-RDC nº 216/2004. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), p. 26. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gcra_final.pdf>. Acesso em: 13 maio 2012.

Hudson Calasans



1. Utilize a água corrente para molhar as mãos.
2. Esfregue o antebraço, a palma e o dorso das mãos com sabonete, inclusive as unhas e os espaços entre os dedos, por aproximadamente 15 segundos.
3. Enxágue as mãos com água corrente, retirando todo o sabonete.
4. Seque-as com papel-toalha ou outro sistema eficiente de secagem.
5. Esfregue as mãos com um pouco de produto antisséptico.

Ao lavar as mãos, fique atento também a estes cuidados:

- Esfregue todas as regiões das mãos (veja a ilustração a seguir com as áreas geralmente esquecidas).
- A pia para lavar as mãos não deve ser a mesma para a lavagem dos vasilhames.



Hudson Calhans

■ Áreas frequentemente esquecidas durante a lavagem das mãos

■ Áreas pouco esquecidas durante a lavagem das mãos

■ Áreas não esquecidas durante a lavagem das mãos

Fonte: *Cartilha sobre boas práticas para serviços de alimentação*. Resolução-RDC nº 216/2004, Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), p. 28. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra_final.pdf>. Acesso em: 13 maio 2012.

Cuidados com os ingredientes usados no preparo de bebidas

Os produtos congelados e refrigerados devem ser armazenados imediatamente. Em seguida, armazenam-se os produtos não perecíveis, já que nestes últimos, como vimos, é mais difícil ocorrer a proliferação dos micróbios. Os locais de armazenamento devem ser limpos, organizados, ventilados e protegidos de insetos e outros animais.

Não compre e, principalmente, não utilize produtos cujas embalagens apresentem algum tipo de alteração, que estejam amassadas, estufadas, enferrujadas, trincadas, com furos ou vazamentos, rasgadas, abertas ou com qualquer tipo de defeito.



Produtos com prazo de validade vencido não devem ser utilizados.

Antes de abrir as embalagens, é necessário limpá-las.

Após a abertura da embalagem, os ingredientes que não forem utilizados totalmente devem ser armazenados em recipientes limpos e identificados com:

- o nome do produto;
- a data da retirada da embalagem original;
- o prazo de validade após a abertura.

Preparação dos alimentos com higiene

Quando tratamos da preparação dos alimentos, é preciso lembrar que a cozinha – e não apenas o bar – é também o local de trabalho do *barman*. Por isso, todos os cuidados de higiene são fundamentais para o desempenho de suas funções. O primeiro cuidado deve ser não deixar alimentos crus em contato com alimentos cozidos. É importante que os utensílios utilizados no preparo de alimentos crus sejam lavados antes de serem usados em alimentos cozidos.

Os alimentos congelados e refrigerados não devem permanecer fora do *freezer* ou da geladeira por tempo prolongado.

Os alimentos cozidos precisam atingir altas temperaturas de forma que todas as partes do alimento atinjam no mínimo 70 °C. A mudança na cor e na textura na parte interna do alimento indica, geralmente, que houve completo cozimento do alimento.

Alterações de cheiro, sabor, cor, ou a formação de espuma e fumaça durante a utilização de óleos e gorduras, indica que eles devem ser trocados imediatamente.

No caso de alimentos preparados, eles devem ser armazenados na geladeira ou no *freezer*, e identificados de maneira semelhante à das embalagens de alimentos abertos e não utilizados totalmente:

- o nome do produto;
- a data de preparo;
- o prazo de validade.

Os alimentos nunca devem ser descongelados à temperatura ambiente. Para tanto, existem duas opções: o forno de micro-ondas, se o preparo for imediato, ou deixar o alimento na geladeira até descongelar.

Frutas, legumes e hortaliças

Alimentos que podem ser consumidos crus devem ser higienizados. Lembre-se de que a correta higienização elimina os micróbios.

Para higienização de hortaliças, frutas e legumes:

1. Retire folhas, partes ou unidades deterioradas.
2. Lave em água corrente vegetais folhosos (hortelã, erva-cidreira, rúcula, agrião etc.), folha a folha, e frutas, uma a uma.
3. Coloque-os de molho por 10 minutos em água clorada, utilizando um produto adequado para esse fim (ler o rótulo da embalagem), com diluição de 1 colher de sopa para 1 litro.
4. Enxágue em água corrente vegetais folhosos folha a folha, e frutas e legumes, um a um.
5. Faça o corte dos alimentos para a montagem dos pratos com as mãos e os utensílios bem lavados.
6. Mantenha sob refrigeração até a hora de servir.

Fonte: BRASIL. CGPAN/SAS/Ministério da Saúde 2008. Guia Alimentar para a População brasileira: promovendo a alimentação saudável, 2005. Apud *Cartilha sobre boas práticas para serviços de alimentação*. Resolução-RDC nº 216/2004. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), p. 35. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra_final.pdf>. Acesso em: 13 maio 2012.

Mais cuidados

Não é demais lembrar que tudo o que envolve o preparo de alimentos deve estar sempre muito limpo. Não apenas a cozinha, mas também o local onde as bebidas serão servidas.

Todos os equipamentos precisam ser limpos e organizados, e apresentar bom estado de conservação e de funcionamento.

Para ser *barman*, não basta dominar o preparo de receitas, mas também lidar com um conjunto de situações. Por exemplo: como profissional, você deverá organizar o tempo de preparo dos coquetéis em relação ao horário em que eles serão servidos. Esse intervalo terá de ser o menor possível, para que não haja risco de qualquer tipo de contaminação e mesmo de alteração de nenhum componente do drinque.



De acordo com a enciclopédia *Larousse Gastronomique*, na cozinha profissional, a ***mise en place*** é um procedimento que facilita e organiza todas as operações necessárias para a elaboração de qualquer prato.

Cozinhar: parte integrante da função do *barman*

Você já deve ter assistido a alguns programas de televisão nos quais se preparam receitas culinárias. Nesses programas, parece ser fácil cozinhar, pois todos os ingredientes da receita estão em sua forma ideal, cortados, ralados, descascados e separados nas proporções exatas. É isso que na cozinha chamamos ***mise en place***.

Essa expressão francesa significa, literalmente, “colocado no lugar”. É o momento inicial, em que todos os utensílios e ingredientes necessários para o preparo de alguma bebida devem ser separados e organizados. Além disso, nessa fase, os ingredientes são medidos, descascados, cortados, quando é preciso. Trata-se da etapa fundamental para a boa execução de qualquer receita.

Imagine: o cliente pede uma bebida que leva abacaxi cozido e você começa a prepará-lo: descascar e cozinhar. Impossível! Assim, para que na cozinha haja uma produção perfeita, a *mise en place* deve estar em ordem.

Essa organização também auxilia na criação de um clima menos estressante no trabalho. Falhas nessa etapa, somadas à pressão para que o pedido saia rapidamente, serão, com certeza, fonte de desgaste entre colegas.

Para realizar a *mise en place* é essencial ter a ficha técnica do que vai ser preparado, ou seja, a receita. Na ficha de cada prato ou produção a serem feitos estão contidas as quantidades de cada item e o método de preparo.

No entanto, a *mise en place* não acontece apenas no início da jornada de trabalho, mas também no fim do dia.

No bar, essas operações são conhecidas como “abre e fecha do bar”. Vamos ver como isso é realizado:

- deve-se limpar e arrumar o bar;
- deve-se realizar o trabalho administrativo de fechamento do caixa;
- deve-se arrumar o balcão com a ajuda do *commis* (ajudante em restaurantes e bares);
- faz-se o levantamento do material usado e da quantidade necessária para repor o estoque.

Feito isso, no dia seguinte, o *barman* deve:

- conferir as requisições da véspera e repor o estoque com a ajuda do *commis*;
- conferir as datas de validade e limpar as garrafas que vêm do almoxarifado;
- iniciar a arrumação do balcão – os copos e as taças devem ficar sempre à mão, nunca uns sobre os outros, e sempre os mais baixos à frente dos mais altos, para facilitar o manuseio;
- iniciar a seleção de alguns ingredientes que serão utilizados na preparação ou decoração de drinks – cortar frutas, fazer sucos, aprontar petiscos;
- forrar com toalha limpa o balcão de serviço e colocar sobre ela os utensílios mais utilizados;



Tudo isso pode evitar o estresse no trabalho, deixando o *barman* com preocupações relacionadas exclusivamente aos pedidos dos clientes.

- providenciar o gelo, ligar a máquina do café expresso (caso exista), arrumar xícaras, pires, colheres, açucareiro e adoçante no local apropriado;
- passar pano úmido no interior do balcão e guardar o material de limpeza.

Atividade 2

○ ESTRESSE E AS CONDIÇÕES DE TRABALHO

1. Leia o texto a seguir e, durante a leitura, marque as palavras que desconhece.



Estresse na cozinha

Observe um restaurante (que não seja por quilo) nos momentos de maior movimento. Normalmente, como clientes, as pessoas veem apenas os garçons correndo apressados equilibrando pratos, copos e bebidas, mas há o trabalho invisível ao público e que, de fato, faz tudo acontecer: é o trabalho no interior da cozinha.

Para que os pratos, em seu resultado final, sejam saboreados pelos clientes houve um trabalho de muitas mãos. Dependendo do porte do restaurante o *chef* comanda uma “orquestra”, na qual todos devem tocar uma música harmoniosa para que a sinfonia, o prato final, chegue à mesa corretamente.

Mas, o trabalho na cozinha muitas vezes se distancia da imagem tranquila da execução de uma sinfonia e se assemelha a uma verdadeira maratona. Mesmo que haja o pré-preparo dos alimentos, a correria é sempre grande.

Se você teve a oportunidade de assistir aos filmes *Simplesmente Marta* (2001), *Sem reservas* (2007) ou mesmo *Ratatouille* (2007), pôde perceber como o clima na cozinha acaba sendo tenso e realizado sob forte pressão.

Ou seja, para trabalhar no ramo de gastronomia é preciso se qualificar, mas também ficar atento ao ambiente de trabalho e compreender e compartilhar com seus colegas que a pressão não só altera o sabor do prato, mas as chances de o resultado final não agradar o cliente podem aumentar.

Além da pressão nos momentos de pico no restaurante, em geral, as cozinhas são quentes e o trabalho para a maior parte dos diversos cargos é repetitivo.

É sempre importante ficar alerta para as condições de trabalho, a fim de encontrar formas de prevenção do estresse e da fadiga física e mental.

2. Procure no dicionário as palavras que desconhece e analise seu grau de compreensão do texto.
3. Forme um grupo com quatro colegas e discutam o texto.
4. Qual é a mensagem contida no texto? Anotem suas conclusões.

5. Quais são as maneiras para controlar o estresse no trabalho e na vida?

Atividade 3

ELABORAÇÃO DE UMA FICHA TÉCNICA

1. Pense em algum coquetel que você tenha provado. Escreva a seguir a ficha técnica dele.

Organize as etapas:

- a) Ingredientes e quantidades necessários:

b) Agora, é hora de escrever o passo a passo. Qual é o ingrediente a ser utilizado em primeiro lugar? E em seguida?

2. Troque sua ficha com a de um colega e analise alguns aspectos:

a) A ficha foi construída de forma compreensível?

b) Algum ingrediente foi esquecido?

c) Quais seriam suas sugestões para que a ficha técnica de seu colega seja mais compreensível?

© Cia Tóxico/Pingado



- *A origem do álcool*
- *Barman ou barwoman?*
- *O material do barman*
- *Copos, a vitrine do barman*
- *Boas práticas de higiene*



GOVERNO DO ESTADO
SÃO PAULO

Secretaria de Desenvolvimento
Econômico, Ciência e Tecnologia