Faculdade de Saúde Ibituruna

# Cozinha Fria / Garde-Manger

*Chef* Jonas Sacchetto

Montes Claros – 2012

# GARDE MANGER

**Apresentação**

O módulo de garde manger fornece substrato para preparação dos três principais itens da cozinha fria: pratos para recepções (coquetéis, brunchs, vernissages, coffee breaks, etc.), entradas em serviços à la carte e aparadores e buffets para alimentação de coletividade em eventos sociais.
Não abrindo mão do sabor, aroma e harmonia, o enfoque principal no Garde Manger é a apresentação, o visual das preparações, fazendo com que a figura do profissional em Garde Manger seja visto sempre como um artista, e muitas vezes, um artesão.

**Definição**

Historicamente, Garde Manger (cuja tradução livre é "despensa") descrevia a área onde se preparava grandes esculturas com alimentos, ornamentadas através de um trabalho quase artesanal, que eram usadas para decorar grandes travessas e espelhos onde seriam oferecidas as preparações que comporiam a entrada dos banquetes a jantares. Muito artístico e suntuoso, tinha enorme valor para os anfitriões, diferente da realidade atual, pois demandam muito tempo e mão de obra. Mas isso não era problema na época, pois o alimento e a mão de obra eram muito baratos.
Na cozinha contemporânea, Garde Manger se refere ao setor da cozinha onde são preparados os pratos frios, bem como o nome dado ao profissional que nele atua. Esse profissional deve estar sintonizado com os custos dos alimentos, da mão de obra e das decorações, bem como a viabilidade e praticidade dos pratos escolhidos. Deve ter como preocupação primordial com a aparência, sem contudo deixar de lado o sabor e qualidade das preparações.

**Competências**

As competências e habilidades esperadas para a execução das preparações em garde manger não divergem muito daquelas já dominadas em Habilidades, porém algumas aparecem como novidade, como pode-se perceber abaixo:

- Habilidade, precisão e domínio da faca;
- Domínio dos conceitos e técnicas de recheios;
- Noções de charcutaria, embutidos e defumação;
- Curas, salmouras e marinadas;
- Princípios para apresentação de pratos e produções;
- Manipulação de reconstrução da gelatina;
- Domínio do conceito e preparação de molhos frios e salsas;
- Conhecimento dos elementos presentes nos canapés;
- Competência em saber diferenciar e como preparar mousses, patês e terrines;
- Dominar a preparação de saladas, e talento em como apresentar (visual);
- Poder de criação encimas das técnicas absorvidas e capacidade de planejamento e organização de buffets e aparadores.

**Mandamentos do Garde Manger**

- A preocupação não deve ser se é uma preparação fria ou quente, e sim se ela é boa;
- A primeira impressão determina o volume de venda, portanto atente-se ao visual;
- Evite o excesso de manipulação do alimento. Ele deve conservar ser frescor e forma;
- Cuidado para que o excesso de decoração não caia no brega. Pesquisa sobre tendências atuais e fuja do "alface embaixo da maionese de batata" e da "flor de casca de tomate";
- Trata-se de uma cozinha de entrada, portanto, as porções devem ser delicadas SEMPRE;
- O protagonista deve ser protagonista. Não deve ser camuflado em meio a ervas, especiarias e condimentos;
- Mantenha o equilíbrio entre simplicidade e bom gosto, harmonia e elegância, aparência e sabor. Sem exageros: "tudo que é demais é sobra".
- Acabe com o preconceito de que tudo que é bonito é também sem sabor. Prove o contrário.

**Possibilidades de Atuação do Profissional**

Chef Garde Manger da cozinha fria num hotel ou restaurante
Buffets, coquetéis e banquetes
Catering
Artesanato e decoração de aparadores em eventos sociais

# Manteigas

Deverão ser de boa qualidade e manter as características originais. Pode-se também usar o creme de leite fresco batido em ponto após o chantilly. São servidas como patês e guarnições.

**Manteiga de Salsa**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Salsinha repicada | 2 colheres sopa |
| Suco de limão | 1 colher sopa |
| Sal e pimenta | QB |

Combinar todos os ingredientes, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Tomate Seco**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Orégano seco ou fresco | QB |
| Tomate seco repicado | 40 g |
| Sal e pimenta | QB |

Combinar todos os ingredientes, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Damasco e nozes**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Damascos secos brunoise | 50 g |
| Nozes repicadas | 50 g |
| Sal e Pimenta | QB |

Combinar todos os ingredientes, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Alho e Manjericão**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Manjericão fresco repicado | 2 colheres sopa |
| Alho brunoise | 1 colher sopa |
| Azeite extra virgem | QB |
| Parmesão ralo médio | 1 colher sopa |
| Sal e pimenta | QB |

Dourar o alho no azeite. Então, combinar todos os ingredientes, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Olivas e Zestes de Limão**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Tomilho fresco e orégano seco | QB |
| Alho repicado | 2 dentes |
| Azeitonas pretas repicadas finamente | 100 g |
| Limão zestes e suco | 1 und |
| Sal e pimenta | QB |

Dourar o alho no azeite. Então, combinar todos os ingredientes, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Queijo Azul**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Queijo gorgonzolla esfarelado | 100 g |
| Avelãs torradas trituradas | 50 g |
| Sal e pimenta | QB |

Combinar todos os ingredientes, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Castanhas**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Avelãs torrados | 30 g |
| Amêndoas torradas | 30 g |
| Nozes | 30 g |
| Xerém | 30 g |
| Sal e pimenta | QB |

Processar todas as castanhas no liquidificador. Juntar a manteiga, corrigir o sal e pimenta, modelar e refrigerar.

**Manteiga de Brie com Mel**

| | |
|---|---|
| Manteiga em pomada | 200 g |
| Queijo Brie | 100 g |
| Passas brancas | 50 g |
| Rum envelhecido | 50 ml |
| Sal e pimenta | QB |
| Mel | 20 g |

Marinar as passas no rum por 30 min. Escorrer e repicar. Transformar o queijo brie em uma pasta. Juntar a manteiga, o queijo, o mel e as passas, corrigir o sal e a pimenta, modelar e refrigerar.

## Salsas

Tipicamente mexicanos, são molhos de frutas ou vegetais que podem ser crus ou cozidos e são servidos como acompanhamento de chips de tortillas, nachos, crudites, queijos e grissinis, mas podem também acompanhar carnes, frutos do mar e massas.

**Guacamole**

| | |
|---|---|
| Abacate em cubos | 250 g |
| Tomate concassé | 100 g |
| Cebola picada | 50 g |
| Pimenta verde fresca | 1 colher chá |
| Coentro fresco repicado | 1 colher sopa |
| Suco de limão | 1 colher sopa |
| Azeite extra virgem | QB |
| Sal | QB |
| Tortillas de milho | 50 g |

Processar a pimenta com o azeite. Combinar todos os ingrediente, regando com esse azeite picante, finalizando com limão e sal. Servir com tortillas de milho e queijo nacho.

**Salsa Verde**

| | |
|---|---|
| Manteiga | 30 g |
| Azeite | 20 ml |
| Cebola brunoise | 200 g |
| Alcaparras repicadas | 50 g |
| Anchovas repicadas | 4 und |
| Vinagre de vinho branco | 30 ml |
| Salsinha repicada | ½ xícara |
| Sal e pimenta | QB |

Caramelizar as cebolas no azeite e manteiga. Juntar todos os ingredientes, corrigindo sal e pimenta ao final. Caso seja necessário, colocar mais azeite para acertar a textura. Servir com chips de batatas tipo "Pringles" ou tortillhas de milho.

## Saladas

**Salada Caesar (de orgiem italiana, imortalizada por Caeser Cardini)**

| | |
|---|---|
| Alface | QB |
| Alho em pasta | 1 colher chá |
| Anchovas repicadas | 2 und |
| Suco de limão | 1 colher sopa |
| Azeite extra virgem | 30 ml |
| Maionese | 50 ml |
| Creme de leite fresco | 50 ml |
| Parmesão ralo médio | 50 g |
| Sal e pimenta | QB |
| Croutons de pão | 5 fatias |

Esfregue o alho na saladeira que será usada. Misture as anchovas com o limão e o azeite. Acrescente o creme de leite e a maionese e junte o parmesão. Rasgue as folhas de alface com as mãos, disponha na saladeira, regue com o molho e finalize com sal, pimenta e croutons.

**Salada Caprese (salada italiana)**

| | |
|---|---|
| Tomate italiano | 200 g |
| Mussarela de búfala em bolas | 200 g |
| Folhas de manjericão | 2 colheres sopa |
| Aspargos sifflet | 3 und |
| Acelga chifonnadde | QB |
| Vinagre balsâmico | 25 ml |
| Mostarda Dijón | 1 colher sopa |
| Azeite extra virgem | 100 ml |
| Sal e pimenta | QB |

Fazer um vinagrete com o vinagre, a mostarda e o azeite. Reservar. Fatiar o tomates e a mussarela, dispor sobre a acelga, salpicando os aspargos e o manjericão por cima. Regar com o vinagrete.

**Salada Waldorf (clássico do Waldorf Hotel, em Nova York)**

| | |
|---|---|
| Maçãs em cubos | 250 g |
| Cebola em pétalas | 100 g |
| Maionese | 50 g |
| Nozes picadas em 4 | 30 g |
| Alface roxa | QB |
| Sal e pimenta | QB |

Besuntar as maçãs e a cebola (que pode ser branqueada ou crua) com a maionese, ajustando sal e pimenta. Disponha sobre folhas de alface e salpique as nozes por cima.

OBS: outra versão bastante reproduzida é com salsão no lugar da cebola.

**Salada Niçoise (típica de Nice, na França)**

| | |
|---|---|
| Vagens inteiras branqueadas | 80 g |
| Cebola fatiada | 250 g |
| Batatas cortadas em 4 branqueadas | 3 und |
| Tomates pelados em pétalas | 1 und |
| Ovo cozido duro em 4 | 1 und |
| Alcaparras dessalgadas | 10 g |
| Salsinha repicada | 2 colheres sopa |
| Anchovas | 2 und |
| Atum em conserva em pedaços | 100 g |
| Azeitona verdes fatiadas | 20 g |
| Azeitona preta fatiada | 20 g |
| Vinagre de maçã | 50 ml |
| Azeite extra virgem | 150 ml |
| Mostarda dijon | 1 colher sopa |
| Sal e pimenta | QB |
| Alface roxa fatiada | QB |
| Acelga fatiada | QB |

Fazer um vinagrete clássico com o vinagre, a mostarda e o azeite. Com ele, marinar a vagem, a cebola, a batata e a salsinha por 1 hora. Dispor as folhas, o atum no centro, os legumes marinados em volta e decorar com os tomates, os ovos, as anchovas e as azeitonas.

**Salada Horiatiki (salada grega camponesa)**

| | |
|---|---|
| Alface roxa fatiada | QB |
| Tomates cortados em meia lua | 100 g |
| Pepinos em cubos grandes | 100 g |
| Cebola roxa fatiada | 50 g |
| Queijo Feta (de cabra) | 100 g |
| Azeitonas pretas fatiadas | 50 g |
| Azeitonas verdes fatiadas | 50 g |
| Suco de limão | 30 ml |
| Mostarda Dijón | 1 colher sopa |
| Azeite extra virgem | 100 ml |
| Sal e pimenta | QB |
| Salsinha repicada | QB |

Fazer um vinagrete: juntar a mostarda e o suco de limão, então incorporar em um fio fino constante o azeite. Finalizar com sal, pimenta e salsinha e reservar. Forrar o vasilhame com a alface e dispor a bola de queijo feta no centro. Combinar o tomate, o pepino e a cebola, e dispor ao redor do queijo. Salpicar as azeitonas e finalizar regando o vinagrete.

**Salada de Lentilhas e Embutidos**

| | |
|---|---|
| Lentilhas | 150 g |
| Tomilho fresco | QB |
| Cebola brunoise | 60 g |
| Presunto cru (tipo Parma) | 50 g |
| Lombo canadense (ou peito de peru) | 50 g |
| Cenoura brunoise branqueada | 60 g |
| Nozes repicadas | 30 g |
| Salsão em brunoise | 20 g |
| Manga em brunoise | ½ und |
| Mostarda Dijón | 1 colher sopa |
| Vinagre balsâmico | 20 ml |
| Azeite extra virgem | 80 ml |
| Cebolinhas em anéis | 2 colheres sopa |
| Sal e pimenta | QB |
| Acelga | 4 folhas |

Cozinhar *al* dente as lentilhas com o tomilho, a cebola e um pouco de sal. Escorrer e transferir para uma tigela. A essas lentilhas, juntar a cenoura, o salsão e o lombo canadense em cubos pequenos. Preparar o vinagrete: juntar a mostarda e o vinagre balsâmico, então incorporar em um fio fino constante o azeite. Finalizar com sal, pimenta e cebolinha. Misturar o vinagrete e as lentilhas e refrigerar por 30 min. Enquanto isso, fazer *crisps* de presunto cru, fritando em uma frigideira anti-aderente bem quente e sem óleo. No momento de servir, juntar a manga e servir sobre folhas de acelga ou dentro de endívias, decorando com os *crisps* de presunto cru e anéis de cebolinha.

**Salada Oriental**

| | |
|---|---|
| Macarrão de arroz | 100 g |
| Kani kama em julienne | 100 g |
| Pepino em julienne | 50 g |
| Cenoura em julienne | 70 g |
| Acelga chiffonade | 3 folhas |
| Óleo de gergelim torrado | 10 ml |
| Shoyu | 50 ml |
| Vinagre de arroz | 25 ml |
| Gergelim preto torrado | 10 g |
| Gergelim branco torrado | 10 g |
| Cebolinha fatiada | QB |

Hidratar o macarrão cobrindo-o com água quente. Incorporar os legumes e a acelga ao arroz. Preparar o molho da salada, juntando o óleo e gergelim, o shoyu, o vinagre e os gergelins. Regar a salada com o molho, finalizando com a cebolinha.

**Coleslaw (de inspiração alemã, de origem estadunidense)**

| | |
|---|---|
| Repolho em chiffonade | ½ und |
| Creme de leite fresco | 80 ml |
| Maionese | 30 ml |
| Vinagre de maçã | 20 ml |
| Mostarda Dijón | ½ colher sopa |
| Açúcar refinado | 20 g |
| Salsão fatiado fino | 30 g |
| Cenoura julienne | 100 g |
| Sal e pimenta | QB |
| Cebolinha em anéis finos | QB |

Juntar o repolho, o salsão, a cebolinha e a cenoura. Misturar a maionese com o vinagre, o açúcar e a mostarda e incorporar à salada. Por último, aerar suavemente o creme de leite e juntar à salada, finalizando com sal e pimenta.

**Salada Verde com Lulas Crocantes**

| | |
|---|---|
| Alface roxa | QB |
| Alface americana | QB |
| Alface frise | QB |
| Kiwi em rodelas | 2 und |
| Manga em lascas | ½ und |
| Anéis de lula | 150 g |
| Camarão médio sem casca | 150 g |
| Limão | QB |
| Sal e pimenta | QB |
| Alho em pasta | 2 dentes |
| Salsinha repicada | QB |
| Fubá | QB |
| Ovos | 2 und |
| Farinha de pão | QB |
| Óleo para fritura | QB |

Temperar as lulas e o camarão com sal, pimenta, limão, alho e salsinha e reservar. Empanar as lulas e camarões na seguinte ordem: fubá – ovo – farinha de pão, então fritar em óleo quente até dourar. Rasgar as folhas, dispor sobre o vasilhame e salpicar as frutas. Por cima, juntar os anéis de lula e os camarões. Regar com vinagrete de hortelã e servir.

<u>Para o vinagrete de hortelã:</u>

| | |
|---|---|
| Folhas de hortelã repicadas | 1 xícara |
| Azeite extra virgem | 100 ml |
| Molho de ostra | ¼ colher chá |
| Mostarda Dijón | 1 colher sopa |
| Suco de limão | 30 ml |
| Sal e pimenta | QB |

Aqueça a metade do azeite e junte a hortelã rapidamente. Retire, junte a outra metade do azeite, processe no liquidificador e coe. Em separado, misture o molho de ostra, a mostarda e o limão. Incorpore o azeite aromatizado em fio fino constante, batendo sempre. Corrija o sal e pimenta.

**Salada de Penne com Parma e Pesto**

| | |
|---|---|
| Penne cozido *al dente* | 100 g |
| Presunto cru (tipo Parma) em lascas | 75 g |
| Azeitona preta fatiada | 30 g |
| Tomate seco repicado | 30 g |
| Avelãs torradas repicadas | 20 g |
| Folhas de manjericão | QB |
| Parmesão em ralo médio | 150 g |

Moldar tuilles de parmesão e reservar. Juntar o penne, o presunto, as azeitonas, o tomate seco e as avelãs. Regar o molho pesto e ajustar sal e pimenta. Dispor dentro das tuilles, decorar com folhas de manjericão e servir.

Para o Molho Pesto:

| | |
|---|---|
| Manjericão | ½ molho |
| Alho | 1 dente |
| Nozes (ou Pinolis) | 20 g |
| Parmesão | 30 g |
| Azeite extra virgem | 50 a 70 ml |
| Sal | QB |

Processar tudo no liquidificador.

**Salada Italiana**

| | |
|---|---|
| Batatas em cubos grandes *al dente* | 3 und |
| Salaminho italiano julienne | 150 g |
| Presunto cozido em julienne | 150 g |
| Cebola roxa fatiada branqueada | ½ und |
| Nozes repicadas | 20 g |
| Cebolinha fatiada | QB |
| Parmesão em ralo grosso | 50 g |
| Azeite extra virgem | 15 ml |
| Sal e pimenta | QB |
| Maionese | 50 ml |
| Creme de leite fresco | 100 ml |
| Orégano seco | QB |

Unir em uma bowl a batata, o azeite, o salaminho, o presunto, a cebola, as nozes, a cebolinha, o parmesão, um pouco de sal e pimenta e salpicar o orégano. Em separado, misturar o creme de leite com a maionese e então incorporar à salada. Corrigir sal e pimenta, e servir.

**Salada Escandinava**

| | |
|---|---|
| Melão pele de sapo | ½ und |
| Repolho roxo rasgado | ¼ und |
| Échalote em pétalas branqueada | 200 g |
| Castanha de caju moída | 50 g |
| Cebolinha fatiada | QB |
| Maionese | 50 ml |
| Creme de leite | 100 ml |
| Atum em conserva ralado | 200 g |
| Sal e pimenta | QB |
| Limão 1 und | |

Bolear o melão em noisettes e reservar. Misturar o creme de leite, a maionese e o atum, ajustando sal e pimenta. Reservar. Forrar o vasilhame com o repolho rasgado, por cima dispor a pétalas de échalote e então as noisettes de melão. Salpicar a cebolinha e a castanha de caju, regar com suco de limão e oferecer o molho no centro, mas em um recipiente à parte.

**Kartoffelsalat (salada alemã muito popular)**

| | |
|---|---|
| Batata inglesa em cubos grandes | 3 und gdes |
| Azeite extra virgem | 50 ml |
| Cebola laminada | 100 g |
| Alho laminado | 3 dentes |
| Vinagre de maçã | 50 ml |
| Vinho branco seco Riesling | 50 ml |
| Ervilhas frescas | 100 g |
| Salsicha tipo alemã em rodelas branqueada | 200 g |
| Sal e pimenta | QB |
| Salsinha repicada | QB |

Cozinhar as batatas *al dente*. Reservar. Dourar a cebola no azeite, juntar o alho e dourar mais. Então juntar o vinho e o vinagre, salpicar sal e pimenta do reino e desligar. Resfriar. Unir às batatas as salsichas e as ervilhas. Regar essa união com o caldo que estava esfriando e juntar a salsinha. Corrigir sal e pimenta, refrigerar e servir.

OBS: Quanto mais tempo essa salada ficar marinando antes de ser servida, mais próximo se chega do resultado esperado.

**Salada Tropical**

| | |
|---|---|
| Mamão foromosa em cubos grandes | ½ und |
| Uvas sem caroço cortadas ao meio | 200 g |
| Maçãs em lorettes | 2 und |
| Manga em lascas | ½ und |
| Limão suco | QB |
| Morangos cortados ao meio | ½ bdja |
| Abacaxí em meia lua | ¼ und |
| Passas brancas | 50 g |
| Passas pretas | 50 g |
| Nozes cortadas em 4 | 30 g |
| Peito de peru defumado (ou frango) | ¼ und |
| Creme de leite | 100 ml |
| Maionese | 100 ml |

Regar o suco de limão nas maçãs e na manga para que não escureçam. Desidratar o abacaxi no forno. Combinar todos os ingredientes e no momento de servir, incorporar o creme de leite e a maionese. Corrigir sal e pimenta e servir.

**Panzanella (salada Toscana, mas comum também na Úmbria, Marcas e Lácio – Itália)**

| | |
|---|---|
| Pão tipo italiano de massa dura | ½ und |
| Tomate pelado | 2 und |
| Pepino em cubos grandes | 1 und |
| Folhas de manjericão | QB |
| Cebola roxa em pétalas | ½ und |
| Alho laminado | 3 dentes |
| Azeite extra virgem | 30 ml |
| Vinagre balsâmico | 30 ml |
| Sal e Pimenta Calabresa | QB |

Rasgar grosseiramente o pão, regar um pouco de azeite, um pouco de vinagre balsâmico e salpicar sal, e torrar no forno. Queimar os tomates pelados na chama do fogão, então cortá-los em cubos. Dourar a cebola e o alho no azeite. Combinar o pão, o tomate, o pepino, o alho e a cebola. Salpicar as folhas inteiras de manjericão, regar azeite e vinagre, corrigir sal e salpicar a pimenta calabresa e servir.

**Salada Suprême**

| | |
|---|---|
| Alface americana rasgada | QB |
| Acelga rasgada | QB |
| Rúcula rasgada | QB |
| Laranjas em suprême | 2 und |
| Tomate cereja cortado ao meio | 200 g |
| Granola | 150 g |
| Iogurte natural | 1 copo |
| Morangos | ½ bdja |
| Sal e pimenta | QB |
| Azeite extra virgem | QB |

Combinar as folhas e dispor no vasilhame. Sobre elas, colocar simetricamente os suprêmes e o tomate cereja e salpicar a granola. Processar os morangos com o iogurte no liquidificador. Corrigir sal e pimenta e, no momento de servir, espalhar sobre a salada, regando azeite para finalizar.

# Marinadas

Marinadas são compostos condimentados usados para conferir sabor e aroma às produções, além de atuar na maioria das vezes como agentes amaciantes para carnes, aves, peixes e também vegetais e frutas. Em alguns casos, as marinadas podem atuar também como veículos de desidratação e agentes conservadores dos alimentos.
O líquido da marinada geralmente é utilizado para regar as peças durante a cocção, servem de base para cocção em líquido aromático, é usado para deglaçar e ainda podem entrar na confecção de molhos.
São tradicionalmente usadas em preparações da região do mediterrâneo (legumes, presuntos, gansos, patos, peixes, etc.); preparações da América Latina (ceviches, escabeches, etc.); Índia e Oriente Médio (proteínas e legumes) e Estados Unidos (carnes, aves, peixes, legumes, etc.), mas conseguimos observar a técnica de marinada em quase todas as cozinhas do mundo, sofrendo variações de acordo com o contexto cultural de cada lugar.
Os tipos de marinadas se dividem quanto ao seu procedimento, e podem ser:

- Cruas (líquido + aromáticos – sem cocção)

- Cozidas (líquido + aromáticos – com cocção prévia, para intensificar seu poder de ação)

- De Cozimento Instantâneo ou Rápida (união de ingredientes que fornecerão cocção leve por desnaturação de proteínas)

- Seca (apenas ingredientes secos, sem presença de líquidos)

**Elementos Possíveis das Marinadas:**

**Ácidos:** vinagres, sucos, vinho e outras bebidas alcoólicas.
**Óleos:** quando aromatizados por infusão.
**Ácidos e Óleos:** muito comuns para saladas e legumes, tem grande poder conservante.
**Ácidos e Condimentos:** ocorre desnaturação das proteínas, conferindo aspecto de semi cocção, além de conservar, amaciar e dar sabor.
**Óleos e condimentos:** muito usado para grelhados, não amaciam, mas dão sabor e agem como conservantes.

**Salmouras e curas:**

União de sal (geralmente sal de cura), açúcar e vários temperos e especiarias, que tem como papel fundamental reduzir a umidade do alimento utilizado, agindo assim contra o crescimento e a proliferação de bactérias. Conservam e conferem sabor, mas não amaciam. A salmoura tem água como base, e é adotada quando se trata de um volume maior de produção, já a cura é apenas os ingredientes misturados a seco.

Elementos Básicos para Salmouras e Curas:

- Sal: retira a umidade
- Açúcar: equilibra a salinidade
- Nitritos: encontrados no sal de cura, evitam o surgimento de colônias bacterianas
- Temperos e especiarias: conferem sabor e aroma

**Algumas Receitas Básicas:**

## Pickling Spice

União de especiarias que entra como agente de sabor e aroma em várias marinadas, salmouras e curas. Trata-se da união, na mesma proporção dos seguintes ingredientes:

- Canela em pó
- Pimenta da Jamaica em pó
- Sementes de mostarda em pó
- Sementes de coentro em pó
- Louro em pó
- Gengibre em pó
- Pimenta vermelha em pó
- Cravo em pó
- Pimenta do reino em grãos
- Macis em pó
- Cardamomo verde em pó

**Cura Seca para Peixes Oleosos**

| | |
|---|---|
| Sal de cura | 1 kg |
| Açúcar (refinado ou mascavo) | ½ kg |
| Cebola em pó | 2 colheres sopa |
| Cravo em pó | 1 colher sopa |
| Louro em pó | 1 colher sopa |
| Macis em pó | 1 colher sopa |
| Pimenta da Jamaica em pó | 1 colher sopa |

**Salmoura Cozida para Peixes em Geral**

| | |
|---|---|
| Água | 4,5 ltos |
| Sal | 1,5 kg |
| Açúcar | ½ kg |
| Pickling Spice | 1 xícara |
| Alho | 5 dentes |
| Suco de limão | 5 und |

**Salmoura Cozida para Carnes**

| | |
|---|---|
| Água | 4,5 ltos |
| Sal | 250 g |
| Açúcar mascavo | 50 g |
| Mel | 1 colher sopa |
| Cebola em pó | 100 g |
| Pickling Spice | ½ xícara |
| Sal de cura | 30 g |

**Salmoura Cozida para Pato**

| | |
|---|---|
| Água | 4,5 ltos |
| Sal | 250 g |
| Sal de cura | 30 g |
| Vinho tinto seco | ½ xícara |
| Mel | 1 colher sopa |
| Tomilho | 1 colher sopa |
| Louro | 6 folhas |
| Bagas de zimbro | 1 colher sopa |
| Sálvia | 1 colher sopa |

**Salmoura Cozida para Frango e Aves**

| | |
|---|---|
| Água | 4,5 ltos |
| Sal | 250 g |
| Sal de cura | 30 g |
| Vinho branco seco | ½ xícara |
| Açafrão em pó | ¼ colher sopa |
| Mel | 1 colher sopa |
| Tomilho | 1 colher sopa |
| Louro | 6 folhas |
| Limão suco | 3 und |
| Salsinha e cebolinha | 5 colheres sopa |
| Alho | 5 dentes |
| Alecrim | 1 colher sopa |

**Salmoura Cozida para Carne Suína**

| | |
|---|---|
| Água | 4,5 ltos |
| Sal | 250 g |
| Sal de cura | 30 g |
| Açúcar mascavo | 250 g |
| Vinho tinto seco | ½ xícara |
| Mel | 1 colher sopa |
| Tomilho | 1 colher sopa |
| Louro | 6 folhas |
| Alho | 5 dentes |
| Cebola em pó | 3 colheres sopa |

**Salmoura Cozida para Cordeiro**

| | |
|---|---|
| Água | 4,5 ltos |
| Sal | 250 g |
| Sal de cura | 30 g |
| Açúcar mascavo | 200 g |
| Vinho tinto seco | 1 xícara |
| Mel | 3 colheres sopa |
| Pickling Spice | ½ xícara |
| Alecrim e Hortelã frescos | 1 xícara de cada |

**Ceviche de Lula**

| | |
|---|---|
| Lulas em anéis | 250 g |
| Azeite extra virgem | 30 ml |
| Limão suco | 2 und |
| Tomate verde pelado ralado | 1 und |
| Cebola em brunoise | 1 und |
| Ovas de peixe | 2 g |
| Cebolinha fatiada | QB |
| Pimenta calabreza | QB |
| Sal | QB |

Cortar as lulas em cubos. Reservar. Combinar todos os ingredientes e juntar à lula. Corrigir o sal e deixar marinar por 2 horas. Servir com tortillas de milho.

**Ceviche de Salmão**

| | |
|---|---|
| Filé de salmão limpo | 250 g |
| Limão suco | 2 und |
| Azeite extra virgem | 30 ml |
| Cebola em brunoise | ½ und |
| Salsinha repicada | QB |
| Ovas de peixe | 2 g |
| Sal e pimenta do reino | QB |

Cortar o salmão em cubos pequenos e reservar. Combinar todos os ingredientes e juntar ao peixe. Corrigir o sal e deixar marinar por 2 horas. Servir com chips de batatas.

**Escabeche de Camarão e Mariscos**

| | |
|---|---|
| Mariscos limpos temperados e salteados | 200 g |
| Camarão limpo temperado e salteado | 200 g |
| Azeite extra virgem | 50 ml |
| Vinagre de maçã | 150 ml |
| Limão suco | 1 und |
| Alcaparras dessalgadas | 50 g |
| Azeitona verde fatiada | 50 g |
| Açúcar refinado | 20 g |
| Salsinha repicada | QB |
| Sal e pimenta | QB |

Combinar todos os ingredientes, corrigindo sal e pimenta ao final. Deixar marinari por 2 horas e servir com chips de batatas.

**Ceviche de Robalo**

| | |
|---|---|
| Filé de robalo limpo | 250 g |
| Limão suco | 3 und |
| Azeite extra virgem | 30 ml |
| Cebola roxa fatiada | ½ und |
| Abacate em cubos | ½ und |
| Alho repicado | 1 dente |
| Pimenta fresca brunoise | QB |
| Coentro fresco repicado | QB |

Cortar o peixe em cubos e reservar. Combinar o restante dos ingredientes e juntar ao peixe. Deixar marinar por 2 horas e servir com tortillas de milho.

**Carpaccio de Filé Mignon**

| | |
|---|---|
| Filé mignon limpo | 1/3 da peça |
| Óleo de soja | 20 ml |
| Alecrim repicado | 1 colher sopa |
| Tomilho | 1 colher sopa |
| Sálvia repicada | 1 colher sopa |
| Louro esfarelado | 2 folhas |
| Pimenta de reino esmagada | ¼ colher sopa |
| Vinagre balsâmico | 2 colheres sopa |
| Sal | ½ colher sopa |

Preparar a marinada e envolver o filé. Enrolar em plástico filme, fazendo um cilindro. Refrigerar por 4 horas, e então congelar até ficar duro.
Próxima aula: Retirar do plástico, fatiar finamente e servir, acompanhado de molho, ou torradas ou como preferir.

**Gravadlax (em sueco, "salmão enterrado")**
O gravadlax surgiu na Idade Média, como uma forma de conservação do peixe, usada pelos pescadores da Península Escandinava, que envolviam numa cura seca e enterravam o salmão na praia, acima da linha da maré alta, deixando-o fermentar nas areias frias de região.

| | |
|---|---|
| Filé de salmão com pele | |
| Sal | 100 g |
| Açúcar mascavo | 225 g |
| Pimenta do reino repicada | 10 g |
| Dill picado | 1 colher sopa |
| Limão suco | 1 und |
| Azeite extra virgem | 15 ml |
| Cognac ou vodka | 15 ml |
| Tecido Musselina | |

Fazer uma cura seca com o sal, o açúcar, a pimenta, e o dill. Junte o limão, o azeite e o cognac. Esfregue sobre o salmão, de maneira uniforme, envolvendo bem. Embrulhe com tecido, disponha sobre uma travessa com peso encima e deixe marinar sob refrigeração por 2 a 4 dias.
Próxima aula: Desembrulhe o salmão, remova a cura, corte em fatias finas na diagonal e sirva.

**Confit de Pato**

| | |
|---|---|
| Pato corte em 10 | ½ und |
| Gordura de pato (ou manteiga clarificada) | 500 g |
| Sal grosso | 40 g |
| Pimenta do reino amassada | QB |
| Tomilho | QB |
| Louro | 2 folhas |
| Alho repicado | 6 dentes |

Combine todos os ingredientes da marinada e esfregue no pato. Disponha sobra superfície suspensa, coberto com plástico filme e deixe marinar por 48 hs.
Próxima aula: Lave o pato para remover o excesso de marinada, e cozinhe lentamente na gordura até ficar macio, mas sem desmanchar. Sirva os pedaços inteiros ou desfie para utilizar.

**Roast Beef**

| | |
|---|---|
| Lagarto inteiro | |
| Óleo de soja | QB |
| Salmoura para carnes | ½ ou 1/3 da receita |

Selar o lagarto rolando a peça na superfície na panela constantemente para que o processo seja uniforme. Preparar a salmoura e envolver o lagarto selado. Dispor dentro de um saco plástico ou plástico filme, e refrigerar por 24 horas e então congelar.
Próxima aula: cortar e fatias finas e servir, ou utilizar para outra preparação.

## Hors d'Oeuvre / Aperitivos

Hors d'Oeuvre para os franceses, Antipasti para os italianos, Tapas para os espanhóis, Zakuski para os Russos e Acepipes ou Aperitivos para os brasileiros, são preparações servidas para lisonjear o convidado ou cliente e preparar seu paladar para refeições ou banquetes maiores que virão em seguida. Podem ser servidos à mesa ou em local específico destinado exclusivamente para eles.
Historicamente, nesse tipo de serviço o Chef oferecia suas seleções do dia, em pequenas porções, sempre utilizando o que encontrou de melhor no mercado local aplicado às melhores técnicas.
Alguns cuidados são fundamentais: contemplar e repeitar os sabores de cada produto, dando preferência para os contrastes (cores, texturas, sabores...) e cuidar meticulosamente da apresentação / decoração sem, contudo, exagerar. Podem ser:

Frios: Peixes, frutos do mar, carnes e fiambres marinados, defumados, variedade de charcutaria, ovas e subprodutos de pescados, crudités com dips e pastas, saladas compostas, mousses, terrines, aspics, sorbets, sopas frias, etc...

Quentes: Beignets recheados, croquetes, friturinhas, tartelletes e mini quiches, moldes com massas folhadas, preparações com massa philo, vol-au-vents, etc...

## Canapés

De origem escandinava, cujo nome faz alusão aos primeiros canapés confeccionados na história da alimentação, que significa, numa tradução livre, "sanduíche aberto". São preparações servidas geralmente como entrada, que devem ser padronizadas entre si e ter apresentação impecável. Não deve ter um volume muito grande, pois devem ser consumidas com uma ou duas bocadas. Não existe regra quanto à sua preparação, mas geralmente são constituídos por uma **base**, uma parte cremosa ou **creme**, um ingrediente principal ou **cobertura** (que confere caráter) e uma **decoração**.

É muito importante que haja cuidado com o visual, mas sem negligenciar sabores, texturas e temperatura (podem ser quentes ou frios). Para o sucesso da preparação, deve-se levar em consideração a sazonalidade dos produtos e optar pela logística mais adequada.

**Carpaccio com Molho de Mostarda, Alcaparras e Parmesão**

| | |
|---|---|
| Carpaccio de Filé Mignon | QB |
| Mostarda amarela | 50 ml |
| Azeite extra virgem | 100 ml |
| Limão suco | 2 und |
| Vinagre balsâmico | 1 colher sopa |
| Mel | 1 colher |
| Alcaparras dessalgadas | 70 g |
| Parmesão em ralo médio | 100 g |
| Cebolinha fatiada | QB |
| Sal e pimenta | QB |

Juntar a mostarda, o limão e o vinagre, e então incorporar o azeite em fio fino até formar um vinagrete. Ao final, temperá-lo com mel e acertar sal e pimenta. Dispor o carpaccio em uma travessa específica para ele, regar o vinagrete, um pouco de azeite, salpicar as alcaparras, o queijo e a cebolinha.

**Canapé de Carpaccio**

| | |
|---|---|
| Carpaccio de Filé Mignon | QB |
| Baguete de pão italiano em sifflet | 1 und |
| Molho de mostarda | QB |
| Parmesão ralo médio | 50 g |
| Salsinha folhas | QB |

A base pode ser torrada ou fresca. Dispor sobre ela fatias de carpaccio, temperar com o molho de mostarda feito para o carpaccio, decorar com parmesão ralado e folhas de salsinha.

**Gravadlax com Salada de Radicchio**

| | |
|---|---|
| Gravadlax em fatias | QB |
| Radicchio fatiado | ½ pé |
| Damascos fatiados | 70 g |
| Limão suco | 1 und |
| Azeite extra virgem | 20 ml |
| Xerém | 30 g |
| Cebolinha fatiada | QB |
| Sal | QB |

Misturar o limão com o azeite, acertar o sal e reservar. No centro do prato, fazer uma "moita" com o radicchio misturado com o damasco, dispor o gravad lax ao redor, salpicar o xerém, a cebolinha, regar com o azeite + limão e servir.

**Canapé de Gravadlax**

| | |
|---|---|
| Gravadlax em fatias finas | QB |
| Pão de forma preto | 5 fatias |
| Maionese | ½ xícara |
| Raiz forte (wasabi) | QB |
| Dill | QB |
| Limão suco | ½ und |
| Mostarda Dijon | ½ colher sopa |
| Molho de pimenta tabasco | 3 gotas |
| Cornichons em conserva brunoise | 20 g |
| Alcaparras dessalgadas | 20 g |

Cortar o pão para servir de base do canapé, podendo assar ou não. Temperar a maionese com o wasabi, o dill, o limão e mostarda e o tabasco. Fazer pitangas (ou besuntar) desse creme na base, dispor fatias de gravad lax e decorar com os cornichons e alcaparras inteiras.

**Canapé de Pato Confit e Geleia de Framboesa**

| | |
|---|---|
| Pato confit desfiado | QB |
| Cream cheese | 150 g |
| Avelãs torradas repicadas | 40 g |
| Geleia de framboesa | 100 g |
| Salsinha crespa | QB |
| Pão de forma de mel e castanhas | 5 fatias |

Preparar a base com o pão, podendo assar ou não. Fazer um creme unindo o cream cheese, o pato desfiado e as avelãs e moldá-lo encima da base. Sobre ele, pingar a geléia de framboesa e decorar com folhas de salsinha crespa.

**Vol-au-vent de Pato com Laranja**

| | |
|---|---|
| Pato confit desfiado | QB |
| Cream cheese | 150 g |
| Geleia de laranja | 100 g |
| Laranja em Supremes | 2 und |
| Salsa crespa | QB |
| Massa folhada | QB |

Preparar os vol-au-vents. Para o creme, unir o cream cheese ao pato e um pouco de geléia. Rechear os vol-au-vents com esse creme, sobre ele dispor um supreme de laranja, pingar uma gota de geléia e decorar com folhas de salsinha crespa.

**Roast Beef Marinado**

| | |
|---|---|
| Roast beef fatiado | QB |
| Azeite extra virgem | 150 ml |
| Vinagre Balsâmico | 100 ml |
| Shoyu | 50 ml |
| Azeitona verde fatiada | 100 g |
| Alcaparras dessalgadas | 70 g |
| Passas brancas | 50 g |
| Cebolinha fatiada | 1 xícara |
| Sal e pimenta | QB |

Unir todos os ingredientes da marinada, corrigindo sal ao final. Juntar o roast beef em fatias, deixar apurar por 1 hora e servir.

**Espetinho de Roast Beef e Olivas**

| | |
|---|---|
| Roast beef marinado fatiado | QB |
| Azeitona sem caroço recheada | 300 g |
| Palitos para sanduíche | QB |
| Cenoura em julienne | 1 und |

Moldar os espetinhos com o rosast beef marinado e as azeitonas. Servir com um pouco da marinada, decorando com a cenoura em julienne.

**Canapé de Kiwi, Kani e Manga**

| | |
|---|---|
| Pão de forma integral | 12 fatias |
| Maionese | 100 g |
| Cream cheese | 100 g |
| Kiwi fatiado | 3 und |
| Kani em brunoise | 100 g |
| Manga em triângulos | ½ und |
| Salsa crespa | QB |

Preparar a base, podendo assar ou não. Sobre ela, besuntar com maionese misturada ao cream cheese e dispor os kiwis (cortados com o mesmo vazador da base), depois a manga (em triângulos) e por cima o brunoise de kani. Decorar com ciboulette.

**Canapé de Creme Azedo e Caviar**

| | |
|---|---|
| Pão de forma preto | 6 fatias |
| Cream cheese | 150 g |
| Limão (suco e zestes) | ½ und |
| Ceboulette | QB |
| Ovas de peixe pretas | 15 g |

Preparar a base, podendo assar ou não. Temperar o cream cheese com o suco e zestes de limão. Modelar pitangas de creme azedo sobre a base, e sobre elas dispor um QB de caviar. Decorar com ciboulette.

**Canapé com Creme de Pistache**

| | |
|---|---|
| Pão de forma de aveia | 6 fatias |
| Ricota esfarelada | 50 g |
| Cream cheese | 80 g |
| Creme de leite fresco semi batido | 50 ml |
| Pistache torrada processado | 60 g |
| Tomate cereja cortado em 4 | QB |
| Sal | QB |
| Cebolinha | QB |

Preparar a base, podendo assar ou não. Para o creme, juntar a ricota, o cream cheese, o pistache e corrigir o sal. Por último, incorporar delicadamente o creme de leite apenas aerado. Fazer pitangas sobre a base e sobre elas, dispor o ¼ de tomate cereja. Decorar com anéis de cebolinha.

**Canapé de Maçã Verde e Gorgonzolla**

| | |
|---|---|
| Baguete de pão preto em sifflet | 1 und |
| Cream cheese | 150 g |
| Gorgonzolla | 60 g |
| Maçã verde sem casca em fatias | 2 und |
| Manteiga | 2 colheres |
| Salsa crespa | QB |

Preparar a base torrada. Saltear as maçãs na manteiga e dispor sobre a base. Sobre as maçãs, dispor uma pitanga de cream cheese + gorgonzolla. Decorar com salsa crespa.

## Gelatina

**Produção Comercial**

A produção comercial de gelatina pura e sem sabor é o processo químico que envolve banhos ácidos ou alcalinos, aquecimento, filtragem, clarificação, desidratação e pulverização. São encontradas em forma de pó e folhas, além de misturas pré definidas para gelatinas específicas, como gelatinas de frutas, de carnes, ou outros sabores.

**Produção em Cozinha**

Em termos culinários, a gelatina é obtida ao se fazer um fundo com partes animais que possuem uma grande quantidade de colágeno, tais como ossos de grande cavidade, focinho, pele, patas, pés, articulações e tendões (tecidos conjuntivos), que deverá ser cozido lentamente em fogo brando durante pelo menos 12 horas, de modo que a diluição do colágeno no líquido de cocção seja representativa. Ao final desse processo, temos um produto que em gastronomia recebe o nome de "**gelée"**, palavra francesa para gelatina. Se durante o processo a gelatina for clarificada (como no consomé), obtêm-se ao final uma gelatina clarificada conhecida como **"aspic gelée"**, que é a gelatina natural, ou não industrial.

**Aspic Gelée Básico**

| | |
|---|---|
| Pé de boi | 3 kg |
| Pé de porco | 3 kg |
| Água | QB para cobrir os ingredientes |
| Mirepoix | 1 kg |
| Alho poró parte não comestível | 200 g |
| Alho esmagado | 6 dentes |
| Alecrim | 1 ramo |
| Tomilho | 2 ramos |
| Louro | 5 folhas |
| Pimenta do reino mignonnette | 2 colheres sopa |
| Mostarda em grãos mignonnette | 1 colher sopa |
| Vinho branco seco | 300 ml |
| Patinho bovino moído | 1,5 kg |
| Claras de ovos | 4 und |
| Cebola brulée | 1 und |
| Cebola Piquet | 1 und |
| Tomate concassé | 2 und |

1 – Lavar os pés e deixar de molho em água fria por 30 min;
2 – Levar a um caldeirão, cobrir com outra água (fria) e cozinhar em fogo brando por 8 horas;
3 – Coara e reservar o caldo;

4 – Cuidadosamente, remover o tutano dos ossos, então dispensar os ossos;
5 – Juntar o tutano ao caldo reservado, adicionar os aromáticos (exceto o mirepoix) e cozinhar por pelo menos mais 8 horas;
6 – Coar, resfriar, desengordurar, levar à fervura novamente e coar denovo;
7 – Caramelizar os tomates, juntar o mirepoix e fazer uma pinçagem leve. Juntar a carne moída e entrar com o caldo, adicionar as claras e o vinho;
8 – Ferver por 2 horas, sem mexer em momento algum;
9 – "Pescar" o clarif (carne moída + claras de ovos) que vai estar boiando, coar tudo ao final em tecido de malha fina e porcionar para armazenar.

A diferença entre o aspic gelée e a gelatina produzida comercialmente é a qualidade de sabores e aromas. Porém, para uma realidade atual, produzir gelatina natural mostra-se um processo extramente dispendioso no que diz respeito à tempo, logística, custos e mão de obra para tal fim.

## Como Trabalhar com a Gelatina Industrial

### Reconstrução da Gelatina

1 - Pesar a gelatina e medir o líquido criteriosamente;
2 – Despejar a gelatina no líquido em temperatura ambiente, misturar até homogeneizar;
3 – Deixar hidratar por aproximadamente 10 ou 15 min;
4 – Dissolver os grânulos que se formarão em banho-maria, e adicionar à preparação logo em seguida.

### Orientação para Proporções de Concentração da Gelatina – Ponto de Gel

| Proporção | Descrição | Utilização |
|---|---|---|
| 15 g por litro | Gel Delicado | Quando não é necessário fatiar. Porções individuais de carne, legumes, peixes (etc.) ligados por gel. |
| 30 g por litro | Cobertura | Cobertura e espelho de terrines, mousses salgadas e doces, tortas salgadas e doce, muito usado em confeitaria também. |
| 60 g por litro | Gel Fatiável | Para dar estrutura e forma a preparações que precisarão ser fatiadas. Terrines, galantines, etc. |
| 100 – 120 g por litro | Gel Duro | Usado como base ou camada com propósitos não comestíveis. Serve basicamente para decoração. |

# Mousse

Palavra francesa que traduzida significa "espuma". Entretanto, em gastronomia essa palavra é largamente utilizada para definir diversas produções, cuja textura é aerada, leve, espumosa.
No Garde Manger contemporâneo, mousse é uma mistura de ingredientes transformados em purê ou pasta através de processamento (processo de mousseline), ligados com gelatina. Ao final, a fim de conferir leveza, incorpora-se um agente de aeração (creme de leite batido, claras em neve, etc...) e é servido sempre frio, em forma inteira ou fatiada.
Para produções quentes, a mousse entra basicamente como recheios, porém mais ao estilo mousseline.
Outras produções que também são consideradas mousses podem ser servidas como sobremesa, como exemplo a Mousse de Chocolate. Embora os ingredientes sejam diferentes, os componentes básicos de uma mousse se fazem presentes.

**Componentes Básicos para uma Mousse**

- Base: confere sabor, cor e personalidade
- Liga: confere estrutura
- Aeração: confere delicadeza e leveza na textura e na cor

**Proporções Básicas**

Para cada 200 g de base: 30 g gelatina (reconstruída em 100 ml de líquido)
100 a 200 g de chantilly

**Plano de Ataque**

1 – Preparar a fôrma
Separar a fôrma, envolver com alumínio ou plástico filme

2 – Preparar a base
Cozinhar, processar, temperar e medir a quantidade

3 – Preparar a liga
Pesar, hidratar e dissolver a gelatina

4 – Preparar a aeração
Bater em ponto de neve

5 – Adicionar a liga à base a bater bem

6 – Incorporar delicadamente a aeração

7 – Colocar na fôrma e refrigerar

**Mousse de Fígado de Galinha**

| | |
|---|---|
| Manteiga | 120 g |
| Cebola brunoise | 50 g |
| Alho repicado | 3 dentes |
| Fígado de galinha | 450 g |
| Canela em pó | QB |
| Noz moscada em pó | QB |
| Sal e Pimenta | QB |
| Vinho do Porto | 100 ml |
| Gelatina incolor em pó | 30 g |
| Creme de leite fresco | 250 ml |

Limpar bem o fígado, temperar com sal e pimenta e reservar. Dourar a cebola e o alho na manteiga. Juntar o fígado e saltear. Processar e coar em peneira grossa. Temperar com a canela, a noz moscada e ajustar sal e pimenta. Reconstruir a gelatina no vinho do porto, e então adicionar à base. Aerar o creme de leite e incorporar delicadamente à base + liga. Levar imediatamente à fôrma revestida com plástico filme e refrigerar.

**Mousse de Salmão e Ervas**

| | |
|---|---|
| Filé de Salmão limpo e sem pele em cubos | 500 g |
| Clara de ovo | 2 und |
| Azeite extra virgem | 100 ml |
| Cebola brunoise | 50 g |
| Salsinha repicada | ½ xícara |
| Cebolinha fatiada | ½ xícara |
| Limão suco | 1 und |
| Sal e Pimenta | QB |
| Gelatina incolor em pó | 30 g |
| Creme de leite fresco | 250 ml |

Temperar o salmão, juntar a clara de ovo e processar. Ainda no cutter, juntar o creme de leite e processar rapidamente (cuidado para não desandar). Em separado, dourar a cebola no azeite, desligar e então juntar a salsinha e cebolinha. Adicionar ao salmão. Temperar com suco de limão, sal e pimenta. Reconstruir a gelatina em 100 ml de água. Juntar a liga à base. Levar imediatamente à forma revestida com papel alumínio, e cozinhar por 15 min em banho-maria. Refrigerar.

**Mousse de Espinafre, Tomate Seco e Gorgonzolla**

| | |
|---|---|
| Espinafre branqueado | ½ maço |
| Ovos | 2 und |
| Creme de leite fresco | 150 ml |
| Queijo gorgonzolla | 40 g |
| Tomate seco repicado | 150 g |
| Sal e Pimenta | QB |
| Noz moscada em pó | QB |
| Gelatina incolor em pó | 20 g |

Processar o espinafre com os ovos e o queijo. Ainda no cutter, juntar o creme de leite e processar rapidamente (cuidado para não desandar). Juntar à essa base o tomate seco repicado, a noz moscada, e ajustar sal e pimenta. Reconstruir a gelatina em 80 ml de água. Adicionar a liga à base, transferir imediatamente à uma fôrma revestida com plástico filme e refrigerar.

**Mousse de Peito de Peru Defumado**

| | |
|---|---|
| Peito de peru defumado peça | 350 g |
| Claras de ovos | 2 und |
| Laranjas suco | 3 und |
| Creme de leite fresco | 200 ml |
| Damascos fatiados | 100 g |
| Ameixas secas sem caroço fatiadas | 100 g |
| Nozes repicadas | 50 g |
| Avelãs torradas repicadas | 50 g |
| Sal e Pimenta | QB |
| Gelatina incolor em pó | 25 g |

Processar o peito de peru com os ovos e o suco de laranja. Ainda no cutter, juntar o creme de leite e processar rapidamente (cuidado para não desandar). Juntar à essa base o damasco, a ameixa, as nozes, as avelãs e ajustar sal e pimenta. Reconstruir a gelatina em 100 ml de água. Adicionar a liga à base, transferir imediatamente à uma fôrma revestida com plástico filme e refrigerar.

## Dips

São preparações com as quais muitas vezes são confundidas as mousses e os patês, quando na verdade trata-se apenas de um creme leve, de produção livre, que serve como acompanhamentos, molhos, composições, ou simplesmente para serem consumidas com grissinis ou crudités.

Grissinis: Palitos de massa de pão, que podem ser macios, crocantes ou folhados. Podem também variar quanto à finalização (ex. com ou sem gergelim...)

Crudités: Palitos em forma de bastões longos obtidos de legumes que são servidos para serem consumidos com os dips. Os mais comuns são de pepino, cenoura e salsão.

**Dip de Iogurte e Queijo**

| | |
|---|---|
| Ricota fresca amassada com o garfo | ½ und |
| Iogurte natural | 200 ml |
| Azeite extra virgem | 20 ml |
| Cebola em brunoise | ¼ und |
| Queijo parmesão em ralo médio | 150 g |
| Dill | QB |
| Sal e pimenta | QB |

Juntar todos os ingredientes, misturando delicadamente com uma espátula. Ajustar ao final sal e pimenta e servir com:

| | |
|---|---|
| Crudités de Pepino | 1 und |
| Crudités de Cenoura | 1 und |
| Grissinis de pão macio | 5 und |

**Dip Cremoso de Alho Assado**

| | |
|---|---|
| Maionese | 250 ml |
| Creme de leite fresco | 150 ml |
| Alho | 1 cabeça |
| Sal e Pimenta | QB |
| Passas brancas repicadas | 100 g |
| Salsinha repicada | QB |

Embrulhar a cabeça de alho em papel alumínio e assar no forno até que esteja macio. Descascá-los e bater no liquidificador com a maionese. Aerar o creme de leite e juntá-lo à 1ª mistura. Acrescentar as passas brancas, a salsinha e ajustar sal e pimenta ao final. Servir com:

| | |
|---|---|
| Crudités de Pepino | 1 und |
| Crudités de Cenoura | 1 und |
| Grissinis de pão macio | 5 und |

## Chutneys

De origem indiana - país onde eles são confeccionados na altura de serem consumidos – são preparação de paladar agridoce e picante, à base de frutas ou legumes (ou ambos) bastante aromáticos a saborosos, podendo ser crus (apenas marinados em suco de frutas e pimentas) ou cozidos. O tempero utilizado na sua preparação inclui quase invariavelmente açúcar mascavo, sal, alho, cebola, mel, vinagre, gengibre a canela.
Em Goa, estado mais rico ao Sul da Índia, o possível encontrar até mesmo chutney de camarão seco, de coentro e o tradicional Mango Chutney.

**Chutney de Manga – Mango Chutney de Goa**

| | |
|---|---|
| Manga palmer firme em cubos médios | 1 und |
| Açúcar mascavo | 100 g |
| Azeite | QB |
| Cebola em brunoise | ½ und |
| Alho repicado | 3 dentes |
| Gengibre fresco em brunoise | 50 g |
| Pimenta dedo de moça brunoise | 2 und |
| Curry em pó | ½ colher sopa |
| Vinagre de maçã | 50 ml |
| Canela e pau | 1 und |
| Uvas passas pretas | 50 g |
| Sal | QB |

Misturar a manga com o açúcar e deixar descansar por 1 h. Refogar no azeite (sem dourar), a cebola, o alho, o gengibre, a pimenta e o curry (repeitando essa ordem). Acrescentar a manga, então o vinagre e a canela. Deixar cozinhar até consistência de geleia. Juntar as passas. Deixar maturar por 2 dias.

# Relishes

Também de origem indiana, e típica anglo-saxônica, é uma preparação agridoce semelhante ao chutney, porém mais ácido e menos doce. É muito consumida como acompanhamento de carnes (principalmente assadas), peixes de todas as maneiras, saladas e sanduíches (formato através do qual ganhou repercussão mundial, acompanhando os sandwichs, hamburgers e principalmente os hot dogs norte-americanos).

**Relish de Pepino e Maçã Verde**

| | |
|---|---|
| Pepino sem casca e semente em cubos | 1 und |
| Maçã verde sem casca em cubos | 1 und |
| Pimentão vermelho em cubos | ¼ und |
| Laranja suco | 2 und |
| Vinagre de maçã | 50 ml |
| Mostarda em grãos | ½ colher chá |
| Açúcar refinado | 1 colher sopa |
| Sal | QB |

Salpique sal sobre os pepinos e as maçãs, e deixa reservado por 1 h. Enxágue, esprema bem e reserve. Leve à fervura o vinagre, o suco de laranja, a mostarda e o açúcar. Acrescente o pepino com a maçã, o pimentão e cozinhe por mais 7 a 10 min. Deixe esfriar e refrigere.

# Terrines e Patês

Em uma cozinha mais ortodoxa, essas duas preparações faziam referência aos recheios do garde manger clássico, no qual eram oferecidas envolvidas por uma massa não fermentada pré assada, usando-se fôrma desmontável apropriada. Hoje, ganhando espaço como protagonistas, as terrines e os patês, assim como a mousse, são uma mistura de ingredientes transformados em purê ou pasta através de processamento (processo de mousseline), porém é usada a proteína dos ingredientes como componente de ligação.
Terrine também é o nome dado à fôrma onde geralmente são montadas essas preparações.

**Patê de Frango, Lombo e Cogumelos**

| | |
|---|---|
| Peito de frango sem osso repicado | 200 g |
| Lombo de porco repicado | 200 g |
| Gordura de porco | 200 g |
| Cebola em brunoise | 1 und |
| Alho repicado | 3 dentes |
| Óleo | QB |
| Vinho madeira | 25 ml |
| Vinho do Porto | 25 ml |
| Salsinha, sálvia, tomilho e alecrim | QB |
| Sal | QB |
| Tabasco | QB |
| Peito de frango temperado em cubos | 200 g |
| Cogumelos Paris laminados salteados | 100 g |

Juntar o frango, o lombo, a gordura, temperar levemente e refrigerar. Refogar a cebola e o alho no óleo, e juntar às carnes, ainda sob refrigeração. Quando estiver bem gelado, juntar os vinhos, as ervas e ajustar o sal e a pimenta Tabasco. Processar bem, e voltar à refrigeração. Agregar os cogumelos e os cubos de frango e dispor na fôrma untada. Assar em banho-maria até que a superfície esteja firme.

**Patê de Pernil com Frutas Secas**

| | |
|---|---|
| Pernil suíno desossado | 500 g |
| Cebola em brunoise | 150 g |
| Alho repicado | 3 dentes |
| Óleo | QB |
| Sálvia fresca repicada | ½ colher sopa |
| Tomilho fresco | ¼ colher sopa |
| Mostarda Dijon | 8 colheres sopa |
| Nos moscada em pó | QB |
| Pimenta do reino em pó | QB |
| Zimbro | 1 und |
| Sal | QB |

Temperar levemente o pernil e refrigerar. Refogar a cebola e o alho no óleo, e juntar ao pernil, ainda sob refrigeração. Quando estiver bem gelado, juntar as ervas, as especiarias e ajustar o sal e a pimenta. Processar bem, e voltar à refrigeração. Dispor na fôrma untada e assar em banho-maria até que a superfície esteja firme. Servir com frutas secas cozidas em xarope de açúcar mascavo e cognac.

| | |
|---|---|
| Damascos secos | 50 g |
| Ameixas secas sem caroço | 50 g |
| Tâmaras secas | 50 g |
| Figos secos | 50 g |
| Água | 200 ml |
| Cognac | 50 ml |
| Açúcar mascavo | 50 g |
| Sal e Pimenta | QB |

Fazer um xarope com o cognac, a água, açúcar mascavo e cozinhar as frutas secas. Ao final, ajustar sal e pimenta e resfriar. Servir sobre o patê.

**Terrine Rústica**

| | |
|---|---|
| Bacon em fatias | 10 fatias |
| Fígado de frango limpo temperado repicado | 150 g |
| Lombo suíno temperado repicado fino | 150 g |
| Lingüiça suína repicada | 150 g |
| Óleo | 100 ml |
| Cebola em brunoise | ½ und |
| Alho repicado | 3 dentes |
| Azeite | 20 ml |
| Ovos | 2 und |
| Miolo de pão sem casca | 70 g |
| Cognac | 50 ml |
| Leite | 50 ml |
| Tomilho fresco | QB |
| Salsinha repicada | QB |
| Limão zestes | 1 und |
| Louro em pó | QB |
| Noz moscada em pó | QB |
| Pimenta do reino | QB |
| Sal | QB |
| Peito de frango sem temperado em tiras | 200 g |

Untar a fôrma e cobrir com fatias de bacon. Juntar e temperar levemente o lombo, o fígado e a linguiça. Refrigerar. Dourar a cebola e o alho em óleo, então juntar ás carnes, ainda sob refrigeração. Juntar os ovos, o miolo de pão molhado em congnac + leite e processar bem. Refrigerar novamente. Quando gelado, juntar o tomilho, a salsinha, as zestes, o louro em pó, a noz moscada, ajustar sal e pimenta e montar a terrine, intercalando 1/3 de massa, tiras de frango. + 1/3 de massa, tiras de frango e por último o 1/3 restante de massa. Fechar com as sobras das fatias de bacon, cobrir com papel alumínio e assar em banho-maria.

**Terrine de Legumes**

| | |
|---|---|
| Peito de frango temperado repicado | 350 g |
| Clara de ovo | 2 und |
| Creme de leite fresco aerado | 250 ml |
| Cebola brunoise | ½ und |
| Alho repicado | 3 dentes |
| Azeite extra virgem | QB |
| Tomilho fresco | 1 colher chá |
| Dill repicado | 1 colher chá |
| Manjerona fresca repicada | 2 colheres sopa |
| Cebolinha fatiada | 2 colheres sopa |
| Salsinha repicada | 2 colheres chá |
| Tabasco | QB |
| Sal, pimenta | QB |
| Noz moscada | QB |
| Cenoura em cubos branqueada | 1 und |
| Abobrinha em cubos branqueada | 1 und |
| Mandioquinha em cubos branqueada | 2 und |
| Ervilha fresca | 100 g |
| Pimentão vermelho em cubos | ¼ und |

Repicar todas as ervas, e branquear todos os legumes individualmente. Refogar o alho e a cebola no azeite. Juntar ao frango, as claras e processar.Juntar as ervas, então os legumes e ajustar sal, pimenta Tabasco e noz moscada ao final. Incorporar o creme de leite delicadamente. Dispor na forma com papel alumínio e assar em banho-maria.

## Defumação

Processo pelo qual carnes, aves, caças, frutos do mar, legumes e verduras curados (ou não) são expostos à fumaça num ambiente controlado. A fonte de formação dessa fumaça são lascas de madeira ou de serragem, associados – caso seja o interesse – a aromáticos e especiarias. Expostos à ela, os alimentos ganham sabor, aroma, textura, aparência e durabilidade.
O processo de defumação ocorre sob temperaturas que variam de 18ºC e 121ºC. Em temperaturas mais baixas, o alimento simplesmente absorve sabor e aroma de fumaça (defumação a frio) enquanto que submetidos a temperaturas mais elevadas, além de sabor e aroma de fumaça, o alimento sofre cocção (defumação a quente).

**Procedimento de Defumação:**

1 – Seleção:
Carnes de qualquer animal, pescados, frutos do mar, queijos e laticínios, frutas secas, embutidos e derivados de charcutaria, legumes, verduras e frutas. Tudo pode ser defumado. Quanto maior a superfície de contato com o alimento, mais intenso é o resultado do processo de defumação.

2 – Limpeza e porcionamento:
Deve-se limpar muito bem a peça a ser defumada. No caso de animais, deve-se drenar todo o sangue. Usa-se remover o excesso de gordura e no caso de peças maiores, usa-se porcionar, desossar ou filetar. Para aves, usa-se defumá-las amarradas ou costuradas. Os queijos devem ser descascados.

3 – Cura:
Muitos alimentos que serão defumados podem antes ser curados, seja em cura seca, ou em marinadas líquidas (cruas ou cozidas), com principal objetivo evitar o crescimento e proliferação de bactérias, além de atuar como agente de sabor e aroma. Entre a cura e a defumação, o alimento deve ser enxaguado.

4 – Secagem:
Se o alimento que vai ser defumado não estiver bem seco, não atingirá a cor esperada após o processo. Por isso ele deve ser pendurado ou armazenado descoberto sob refrigeração, ou em local frio. Feito isso, se formará uma película externa, absolutamente necessária para o resultado final no processo de defumação.

5 – Seleção da madeira:
Cada tipo de madeira fornecerá aromas e sabores particulares característicos. Escolha o mais adequado para a peça a ser defumada e faça a assemblage (mistura) com componentes aromáticos.

6 – Defumação:
Importante cuidar para que os alimentos não encostem uns nos outros dentro do defumador. Defume de acordo com a temperatura desejada, tomando cuidado para os processos que indicam temperaturas entre 38ºC e 63ºC, devido às considerações sanitárias.

## Linguiças

Principal produto da charcutaria, podem ser preparadas com diversos recheios, envolvidas por tripas naturais (intestino delgado de animais) ou tripas sintéticas. As tripas naturais podem ser salgados ou secas, e devem ser lavadas com bastante cuidado, depois deixadas de molho em meio ácido (limão, vinagre, etc...) a fim de evitar odores característicos de miúdos de animais. O processo de defumação é muito usado para as linguiças, e tem como objetivo principal a conservação das mesmas, além do sabor e aroma característicos.

**Lingüiça de Cordeiro**

| | |
|---|---|
| Carne de cordeiro desossada | 1 kg |
| Bacon | 100 g |
| Sal | QB |
| Sal de cura | QB |
| Açúcar refinado | 20 g |
| Alho repicado | 5 dentes |
| Pimenta síria | QB |
| Pimenta calabresa | QB |
| Alecrim fresco repicado | QB |
| Hortelã fresco repicado | QB |
| Damascos e figos secos repicados | 200 g |

Passar a carne em lâmina média e temperá-la com todos os outros ingredientes, exceto damasco e figo. Deixar marinar por 1 hora, sovar bem e então juntar as frutas secas e embutir nas tripas.

| | |
|---|---|
| Mini Pão Italiano | 10 und |
| Cream cheese | 150 g |
| Alface crespa | ¼ pé |
| Tomate seco | 150 g |

**Lingüiça de Frango com Ervas**

| | |
|---|---|
| Carne de porco sem osso em cubos | 600 g |
| Carne de frango sem osso em cubos | 600 g |
| Gordura de porco sólida | 150 g |
| Leite | 120 ml |
| Ovos | 2 und |
| Cebola repicada | 80 g |
| Alho repicado | 4 dentes |
| Sal e sal de cura | QB |
| Cúrcuma em pó | QB |
| Páprica picante em pó | QB |
| Pimenta do reino moída na hora | QB |
| Salsinha repicada | ½ xícara |
| Cebolinha fatiada | ½ xícara |
| Coentro repicado | ½ xícara |
| Sálvia repicada | ¼ xícara |

Passar a carne em lâmina média, juntar todos os temperos às carnes e deixar marinar por 1 hora. Sovar bem e embutir na tripa.

| | |
|---|---|
| Mini Pão Italiano | 10 und |
| Cream cheese | 150 g |
| Alface crespa | ¼ pé |
| Tomate seco | 150 g |

**Linguiça Suína**

| | |
|---|---|
| Pernil sem osso em cubos | 500 g |
| Lombo suíno em cubos | 500 g |
| Bacon defumado em cubos | 200 g |
| Sal e sal de cura | QB |
| Açúcar mascavo | 20 g |
| Ovos | 2 und |
| Limão suco e zestes | 2 und |
| Louro em pó | QB |
| Noz moscada | QB |
| Pimenta calabresa | QB |
| Páprica doce | QB |
| Salsinha repicada | ½ xícara |
| Cebolinha repicada | ½ xícara |

Passar as carnes em lâmina média, juntar todos os temperos às carnes e deixar marinar por 1 hora. Sovar bem e embutir na tripa.

| | |
|---|---|
| Mini Pão Italiano | 10 und |
| Cream cheese | 150 g |
| Alface crespa | ¼ pé |
| Tomate seco | 150 g |

**Linguiça de Frutos do Mar**

| | |
|---|---|
| Pão de forma sem casca | 200 g |
| Claras de ovos | 5 und |
| Creme de leite fresco | 480 ml |
| Filé de merluza temperado | 650 g |
| Sal | QB |
| Páprica picante | QB |
| Salsinha e cebolinha repicados | 1 xícara |

Juntar o pão de fôrma com as claras e 120 ml de creme de leite. Processar o peixe e juntar à mistura. Juntar a páprica, a salsinha e a cebolinha, corrigir sal e incorporar o restante do creme de leite aos poucos. Refrigerar por 30 min. Misturar as guarnições abaixo, envolver com plástico filme formando "salsichas", fechar com arame trefilado dos dois lados e branquear em água fervente.

| | |
|---|---|
| Camarão médio s/ casca limpo temperado | 500 g |
| Carne de siri temperada | 250 g |
| Pistache torrado repicado | 100 g |
| Limão zestes | 1 und |
| Limão suco | 2 und |
| Sal e pimenta | QB |
| | |
| Plástico filme | 1 rolo |
| Arames trefilados | QB |
| | |
| Mini Pão Italiano | 10 und |
| Cream cheese | 150 g |
| Alface crespa | ¼ pé |
| Tomate seco | 150 g |

## Outras Preparações

**Presunto Cru com Melão**

| | |
|---|---|
| Palitos para Sanduíches | QB |
| Presunto cru (tipo Parma) | 200 g |
| Melão em noisette | ½ und |
| Mamão firme em noisette | ½ und |
| Manjericão | QB |
| Hortelã | QB |

Moldar os palitos intercalando o presunto cru, as noisettes, folhas de manjericão e de hortelã. Servir com vinagrete.

Para o Vinagrete:

| | |
|---|---|
| Vinagre balsâmico | 4 colheres |
| Limão suco | 1 colher |
| Mostarda Dijon | 1 colher |
| Sal e pimenta | QB |
| Azeite extra virgem | 100 ml |

**Damascos com Cream Cheese e Papoula**

| | |
|---|---|
| Damascos secos | 250 g |
| Cream cheese | 300 g |
| Sementes de papoula | 2 colheres sopa |

Abrir delicadamente os damascos ao meio, formando bolsinhas. Misturar o cream cheese com a papoula e rechear os damascos.

**Profiteroles com Rilletes de Frango**

| | |
|---|---|
| Carolinas de massa choux | 35 und |
| Filé de frango cozido desfiado | 500 g |
| Mostarda Dijón | ½ colher sopa |
| Pimenta Tabasco | QB |
| Salsinha repicada | QB |
| Cebolinha repicada | QB |
| Cream cheese | 100 g |
| Manteiga clarificada | 50 g |
| Sal | QB |

Cozinhar e desfiar o frango. A ele juntar a mostarda, a pimenta Tabasco, a salsinha, a cebolinha, o cream cheese e a manteiga. Corrigir sal ao final, e rechear as carolinas cortadas ao meio.

**Espetinho Caprese**

| | |
|---|---|
| Palitos para Sanduíches | QB |
| Tomate Sweet Grape | 250 g |
| Mussarela de Búfala em cubos | 300 g |
| Folhas de manjericão | ½ mlh |
| Azeite | 100 ml |
| Nozes trituradas | 50 g |
| Sal | QB |

Moldar espetinhos com mussarela, o tomate e manjericão. Besuntar no azeite + sal e "empanar" nas nozes trituradas.