

A Arte do Empratamento

(The Art of the Plating)



Esta forma de empratamento mais elaborada e moderna é um dos fatores que contribui para a cozinha elevada a Arte e para a explosão de novos sabores, cores e texturas que hoje em dia vemos, seja nos restaurantes de autor ou não.

Nos dias atuais, por razões variadas, quer sejam por um sentido estético mais apurado, quer seja pela veia artística do cozinheiro, a grande competitividade do setor, a própria globalização que faz com que a comparação seja rápida e sua exposição nos meios de comunicação, diga-se web e pela própria necessidade de dar vazão e enaltecer montagens, o apuro com que são feitas a cada dia se torna mais comum e necessários.

A própria formação do cozinheiro influencia isto.

A forma de empratamento mais elaborada e moderna, devido à própria evolução da gastronomia, nas técnicas e no próprio aprendizado, muitas vezes, elevam a condição de arte as montagens, mas não confunda, escultura e design de comida, pois a escultura é uma forma de arte pura usando alimentos e o design de comida, que além da beleza, do enaltecimento dos ingredientes no prato, leva em conta a funcionalidade e todas as técnicas culinárias, para que ao servirmos esses empratados, quem o come, fica satisfeito.

A importância que assume o layout determina o sucesso ou não dessa preparação, por isso, um apuro, um detalhe, um elemento a mais ou a menos, fazem com que o desejo do cliente aumente ou diminua.

Nos casos de preparos tradicionais, como uma lasanha, por exemplo, a montagem muitas vezes deve seguir os padrões tradicionais, pois, muitas vezes, a mudança pode causar estranhamento e depor contra o trabalho, mas não exime, caso queira, de alguns adereços como folhagens, ervas e molho, além de chips de parmesão, croutes bem elaboradas e, em muitos casos, uma proteína de guarnição.

Em todos os casos sempre haverá métodos de melhorar o visual, com a adição de novos elementos, como folhagens, chips, tuiles, vegetais e frutas desidratadas, flores, adornos com açaúcares e chocolates, etc.

Não devemos nos ater ao comum, quando estamos pensando em melhorar o layout e, para nos destacarmos, esse apuro precisa sempre levar em conta a harmonização entre os ingredientes, para que os sabores se completem e não conflitem, a menos que isso seja o resultado desejado.

Desde a instalação do movimento chamado **Nouvelle Cuisine**, na década de 70, onde os alicerces da gastronomia começaram a mudar, uma parcela de cuidados na apresentação foi introduzida e ela segue em crescente movimento até hoje.

Não que a Nouvelle Cuisine se preocupa apenas com a apresentação dos pratos, pois o maior trunfo desse movimento estava na nova maneira de cozinhar, enaltecendo o ingrediente, o terroir, os sabores, além das montagens mais apuradas.

Nos séculos anteriores muitos modos de montagens de pratos surgiram.

Há vários tipos de serviço, que passam pelos mais famosos como o serviço à francesa, onde o comensal se serve através de uma bandeja trazida pelo garçom e o comensal se serve, muito utilizado em banquetes nobres e serviços em famílias requintadas da época e, ainda, muito utilizado esse modelo em nossos dias, em muitos estabelecimentos.

O **serviço à inglesa**, onde a comida é servida em bandejas, porém o dono da casa ou o cabeça da mesa servem os convidados. Nos estabelecimentos, o garçom leva a bandeja e serve ao cliente. Também, ainda, muito utilizado em estabelecimentos atuais.

O **serviço à Americana**, que nesse caso é montada uma mesa com as iguarias e o próprio comensal se serve de suas preferências e quantidades desejadas.

Muito usado em eventos, esse serviço, também chamado de “Buffet” é prático ao profissional, mas necessita de um apuro grande nas montagens, muitas vezes usando decorações fora do contexto dos ingredientes usados, mas seguindo um tema proposto pelo local ou pelo contratante.

O **serviço à russa**, originário dos tempos dos czares, onde peças inteiras eram servidas em bandejas e depois cortadas e servidas por garçons na frente do cliente ou comensal. Hoje em dia pouco é usado esse modelo, embora em alguns estabelecimentos ou mesmo eventos, isso faça parte integrante do movimento de serviço, como nas famosas festas onde se prepara o porco inteiro ou o boi em pedaços grandes, que depois de prontos são servidos individualmente a cada um.

Hoje, muito diferente da época antes da Nouvelle Cuisine, onde era impensável uma interpretação pessoal de uma receita e sua posterior montagem, muitos estabelecimentos primam por montar pratos individuais, onde aflora a criatividade do cozinheiro em termos de arte.

Ela tem sua importância muito elevada e em consideração na atualidade.

Em sua grande maioria dos restaurantes estrelados, que, normalmente, trabalham com uma cozinha autoral, esse tipo de apresentação é quase uma regra.

Os estabelecimentos modernos usam, muitas vezes, um serviço onde mais de um preparo é servido.

Podemos ter um serviço com vários “cousers”, ou seja, uma refeição formada de vários preparos. Quando fazemos esse tipo de serviço, precisamos sempre pensar nas quantidades servidas, para que o comensal comece e termine a refeição aproveitando todos os courses.

Normalmente esse tipo de serviço tem de três ao infinito courses.

As entradas frias, as entradas quentes, os principais, as pré-sobremesas e a sobremesa, terminando, ainda, com um chamado “digestivo”, caso de licores, vinhos fortificados e biscoitinhos ou bombons.

Nesse serviço o uso de prato empratados é absoluto, pois não daria servir em bandejas e deixar o cliente se servir de quantidades acima do que engendramos para o serviço todo.

Regras Básicas do Empratamento:

1- Cor da Louça:

Normalmente preferimos a cor branca, pois ela destaca os ingredientes que formam a montagem.

Porém, a regra é flexível dependendo do preparo.

Um prato escuro quando a montagem tem muitas cores pode ser desejável, mas atente para que seja liso, sem desenhos.

Dê preferência ao fosco, pois louça brilhante mancha mais facilmente e precisamos de muito cuidado para não deixarmos impressões no prato.

2- Tamanho da Louça:

Devemos dimensionar o tamanho da louça em relação ao tamanho da porção.

Preparos, muitas vezes, estão ligados a uma série de outros que serão servidos na mesma ocasião, os chamados “cousers” nos “menus de degustação”, portanto a dimensão deve ser levada em conta, caso isso aconteça.

Louças pequenas e preparos imensos deixam uma impressão de desarrumação, de bagunça, enquanto louça grande e preparo pequeno pode causar má impressão, embora em alguns preparos isso seja desejável, principalmente quando servimos algo raro, valioso e de intenso preparo. Desejamos que ele se destaque à vista.

3- Apresentação da louça:

A louça usada deve ser imaculadamente limpa, sem impressões e sem fiapos de pano. Para isso, lave com água quente e deixe escorrendo em posição vertical, sem o uso de panos.

Em caso de algum desvio, de alguma imperfeição na confecção, utilize um papel absorvente, um papel absorvente com álcool esborrifado ou cotonetes (em alguns casos, a pinça que usamos para a colocação de ingredientes no prato pode ser usada com um algodão preso na ponta. Para não correr riscos de que algum fiapo fique preso nela, utilize duas. Uma para montagem e outra para limpeza).

4- A estrela do Preparo:

Ao fazermos uma montagem, criarmos o layout do prato, precisamos destacar o ingrediente principal que estará presente.

Esse deve estar em duas posições: ou no centro do prato, ou à frente das guarnições. A isso chamamos de harmonia focal.

5- Temperatura:

Devemos nos preocupar com o fator temperatura quando preparamos pratos quentes, portando, um dos métodos mais utilizado é usar a louça aquecida.

Molhos e géis devem ficar em banho-maria para manter a temperatura.

6- Alturas:

Precisamos montar o layout procurando sempre a harmonia, porém podemos utilizar de alturas diferentes para destacar um conjunto inteiro.

No caso, podemos utilizar as montagens em torres, com a sobreposição dos ingredientes, a exemplo de um preparo onde a base é feita com legumes saltée e por cima é colocada uma proteína. Essa montagem, além de dar destaque, tem sua utilização em termos de saborização, pois os sucos da proteína temperam e ajudam a dar sabor aos legumes que fazem essa base.

Toda montagem que utiliza de alturas deve ser sólida, bem pensada e que ao ser transportado o prato não desabe tornando o preparo uma mistura sem sentido.

7- Guarnições:

Hoje em dia as guarnições assumem uma importância enorme, principalmente em montagens minimalistas.

Cada detalhe pensado deve ser criado e moldado com muito apuro.

Os acompanhamentos devem harmonizar e completar o ingrediente principal.

8- Molhos:

Após a montagem dos preparos, a colocação dos molhos deve ser feita de modo parcimonioso, aos poucos, pois adicionar mais é muito mais fácil do que retirar. Os molhos darão o sabor final ao preparo e devem ser pensados em total harmonia com o conjunto, tanto principal quanto guarnições.

A colocação não necessariamente precisa ser direta. Podemos servir o molho à parte em charmosos containers, muitas vezes projetados especificamente para a criação.

9- Shinning (brilho):

É clássico o chamado glazeamento de alimentos ao servirmos.

Pesquisa da Universidade da Califórnia, provou-se que alimento que possuem brilho são muito mais atrativos ao visual.

Podemos fazer isto de várias maneiras. Passando com pincel, aspergindo ou mesmo mergulhando o ingrediente no glaze.

Os glazes mais usados são a manteiga e o azeite, mas estes podem ser preparados de forma a acrescentar mais sabor ao preparo e não só visual.

Esse é um passo muito utilizado pelos Food Stylists, além de outros métodos como água, gelatinas, etc.

10- Spritz:

Semelhante aos métodos usados acima no shinning, o spritz consiste em aspergir líquidos em folhas de saladas.

Podemos usar vinagretes, azeites e até, alguns molhos fluidos.

11- Props:

Esse tipo de preparo é feito usando a própria embalagem do produto principal. Casos como latas de sardinha ou atum. Em um momento luxuoso e de requinte, lata de caviar ou embalagens especiais.

Em desuso ultimamente, pois embora tenha um efeito visual interessante, comprovadamente não agrada muito o cliente que, muitas vezes, considera desmazelo e lhe remete ao produto em prateleiras de supermercado.

11 – Cor:

Estudos científicos provam que a cor pode afetar a percepção do paladar. Necessitamos, ao criarmos uma montagem, levar em conta a harmonia das cores. Quanto mais cores atraentes, variadas, embora harmônicas, mais desejável fica a montagem. Isso está intimamente ligado ao nosso subconsciente e nossos instintos primais, de uma procura por variedade para suprir nosso organismo, pela procura da não toxidade e pelo prazer.

Materiais e equipamentos desejáveis para o empratamento:

Dependendo do apuro de nossas montagens, muitos itens são usados, mas listarei os mais comuns e que estão ao alcance de todos por uma pequena quantia:

Facas
Tábuas de corte
Silpat e papel manteiga
Formas metálicas e de silicone
Aros de corte metálicos
Bisnagas maleáveis
Manga de confeitaria (sacos descartáveis de confeitaria)
Bowls e tigelas
Painéis pequenos e médios, com e sem tampa.
Frigideira antiaderente de fundo reto
Mixer
Batedeira
Liquidificador
Processador
Termômetros
Espátula de degrau (ou angular) e retas
Espátula de silicone
Potes herméticos de vários tamanhos para armazenamento
Colheres metálicas e de madeira, além de silicone

Ferramentas para seu uso na decoração e design dos empratados

Molhos:

Os molhos assumem uma grande responsabilidade nos preparos, pois são eles que darão o sabor.

Procure sempre usar bons ingredientes, fazer a cocção correta, respeitando tempos e quantidades, além da procura pela harmonia com que eles serão usados no preparo.

Um delicioso molho Bourdelaise, feito à base de vinho, Demi-glace e cebolas ficaria horrível com um preparo com frutos do mar, do mesmo jeito que um molho de camarão não cabe em um preparo com aves, pelo menos nas regras normais.

Por isso devemos ter em mente sempre a harmonização.

Receitas clássicas são mais fáceis, mas ao criarmos uma nova receita, esse ponto deve ser exaustivamente testado e comprovado por mais de uma pessoa.

Existem dois tipos de molhos: os frios e os quentes.

É preciso entender bem desses molhos.

*Chamamos **Molhos "frios"** os preparos que não necessitam de calor, embora possam usar ingredientes que tenha passado por ele, como é o caso dos ovos, por exemplo.*

São molhos versáteis que podem ir de um simples sanduíche até em pratos sofisticados.

Normalmente, esses molhos, podem ser acondicionados em potes herméticos (significa que tenha uma tampa que não permita a entrada de ar), limpos e colocados no freezer.

Sua duração é de aproximadamente dois meses de armazenamento a frio, menos os que levam ovos na composição, a menos que sejam pasteurizados, mas para falar a verdade, excetuando os molhos tipo o molho Pesto que não leva nem ovos, nem leite, e que fica muito bom depois de congelado, eu não congelaria. Só os usos feitos na hora e procuro sempre fazer na quantidade necessária para o uso imediato.

Maionese:

A maionese é base para inúmeros preparos e não só para pôr na salada ou no sanduíche. Dela derivam outros molhos, como Aioli.

Você pode fazer a maionese de dois modos: Manualmente ou com um liquidificador/processador.

A vantagem de fazer manualmente é que podemos controlar bem a emulsificação (mistura de dois líquidos), mas cansa o braço de quem não está acostumado.

Para fazer precisamos de ovos (podemos fazer só com as gemas ou com o ovo inteiro, porém a verdadeira maionese usa gemas, apenas), óleo, um agente emulsificador que pode ser mostarda, vinagre ou limão, sal e pimenta-do-reino moída na hora. Deixe todos esses

ingredientes em temperatura ambiente, antes de começar. Coloque as gemas, o agente emulsificante que escolheu (cada um dará um sabor característico), o sal e a pimenta-do-reino e bata com o fuet ou, se for o caso, ligue o liquidificador.

Aos poucos, em um fio, ou mesmo gota a gota, vá adicionando o óleo vegetal, enquanto mistura energicamente os ingredientes.

Se estiver usando o liquidificador, você ouvirá uma diferença no barulho da hélice quando a maionese estiver ficando pronta. Parece que as pás estão girando sem tocar nela. Estará pronta nesse momento.

Se estiver fazendo manualmente, você perceberá quando ela engrossa e ao levantar o fuet verá que parte dela fica presa nele.

Podemos usar azeite de oliva, porém, a maionese fica mais forte e não suave como que usando o óleo vegetal.

Podemos, ainda, usar uma mistura do azeite com óleo vegetal.

A menos que use ovos pasteurizados, consuma rapidamente.

Não armazene, pois pode oferecer risco a saúde.

A nova técnica usada é colocar 150 mls de óleo vegetal, dez gotas de vinagre de xerez, sal e um ovo, em um recipiente alto e com o mixer fazer a emulsão.

É rápido, eficiente e podemos fazer na hora de servir, mesmo que estejamos com uma série de pedidos, servindo sempre uma maionese fresquinha ao cliente, amigo ou familiar.

Tendo essa base, feita pela maionese, podemos fazer outros molhos interessantes como:

Molho Aioli:

Não use a mostarda quando fizer a maionese e coloque dentes de alho esmagados (para pessoas com digestão problemática, devemos evitar esse molho). Pratos com ovos, peixes fritos e frutos do mar ficam muito bons com esse molho.

Molho Andaluza:

Junte à maionese um dente de alho amassado e cubinhos de pimentão verde e vermelho (usado em peixes grelhados e hambúrgueres).

Molho Chantilly:

Misture quatro colheres de creme de leite fresco batido à maionese (excelente com legumes e peixe cozido). Verifique o sal e, se quiser, adicione pimenta-do-reino moída na hora após bater.

Molho de Ervas:

Misture salsa, cebolletes frescas bem picadas e estragão à maionese e sirva com churrascos, quer sejam de carne ou de aves.

Outros molhos frios:

Molho Pesto:

Um molho frio, da região da Ligúria na Itália que ganhou o mundo pela sua versatilidade. Não pensem que ele é usado apenas em macarrão. Usamos em carnes, peixes (o salmão fica divino com ele), sanduiches, saladas, etc.

Feito com folhas de manjeriço, azeite de oliva, pinolis ou castanhas, queijo Pecorino ou Parmesão, um dente de alho, sal e pimenta do reino.

O molho pesto pode ser feito com outras ervas e mesmo verduras. Existem molhos com salsinha, coentro, rúcula, espinafre, etc. Ficam ótimos, principalmente no verão. Basta substituir o manjeriço e, se quiser, as nozes (nozes é o nome genérico de várias sementes, como Castanha-Do-Pará, amêndoas, avelã, castanha de caju, etc., e não somente aquela que conhecemos como noz).

(Os pinolis, caros e, muitas vezes, difíceis de encontrar, podem ser substituído por alguma castanha, como a do Pará e a de caju).

O Molho Pesto nunca deve ir ao fogo. Deve ser misturado à massa, queijo (como a ricota) e peixes no final do preparo *sem ir ao fogo*.

Uma variação do Molho Pesto é o **Molho Salsa Verde**, que vai muito bem com peixes, aves, carnes vermelhas, massas, etc. O mais importante nesse molho é a qualidade dos ingredientes que devem ser frescos, saborosos e limpos.

Coloque no pilão uma xícara de folhas de salsa, 12 folhas médias de manjeriço, uma colher de sopa de alcaparras escorridas, dois a três filets de anchovas e uma colher de sopa de azeite. Tempere com sal e pimenta branca moída. Triture no pilão todos os ingredientes. Quando estiverem moídos, vá acrescentando azeite em um fio, sempre mexendo. Fazer no liquidificador deixa o molho muito homogêneo. Se preferir, faça, mas no pilão fica melhor.

Tapanade:

Uma excelente opção, não só para cobrir peixes, por exemplo, mas para passar em "croutés" (tiras de vegetais crocantes ou torradas).

Coloque no processador ou liquidificador azeitonas, anchovas, alcaparras, um dente de alho amassado e azeite de oliva extra-virgem. Bata tudo durante uns três minutos até virar uma pasta.

Molho Rouille:

Embora use ovos cozidos, é considerado um molho frio, porque os ovos são cozidos antes do preparo.

Comece cozinhando dois ovos (de 8 a 10 minutos) e uma batata (de 12 a 16 minutos, até ficar bem macia) e passe pela peneira.

Junte duas gemas cozidas, sem a clara, dois dentes de alhos amassados, sal e pimenta-doreino. Mexa bem com uma colher de pau e vá acrescentando azeite de oliva, assim como se fosse uma maionese, bem devagar, até obter um molho grosso e brilhante. Experimente e ajuste o sal, se necessário.

Há receita do molho Rouille que usam as gemas cruas. Se for usá-las procure ovos pasteurizados, assim você foge do perigo da salmonella.

Molho Quentes:

São partes fundamentais para o sucesso de um prato. Não adianta preparar uma carne perfeitamente e regá-la ou envolvê-la com molho ruim. Perde-se tempo e ingredientes.

A grande maioria, descrita aqui, é formada por molhos da culinária francesa e, sem dúvida, são os mais famosos, a exceção do Molho Pesto, da culinária italiana, e os tradicionais molhos de tomate que acompanham as massas, em sua maioria, italianos, também.

São alguns nomes de molhos famosos que você poderá encontrar em algumas receitas e deve conhecer.

Deixarei uma descrição simples, apenas como base de conhecimento, mas se quiser reproduzi-los, será possível.

Os molhos mais importantes e mais usados, ou mesmo as bases que dão origem a uma série de molhos, descreverei de maneira clara e fácil, mesmo que haja alguma simplificação da receita original, muitas vezes, cheias de passos complicados e que é melhor deixar para chefs e profissionais.

O universo dos molhos é muito grande e complexo e é um dos pilares da boa culinária. Dominá-los é grande caminho andado para o sucesso de seu prato.

Estes são os mais conhecidos, necessários e famosos. Muitos ainda existirão.

Molhos à base de Roux:

O “roux” é uma base e não um molho. Desta base se derivam muitos molhos e técnicas, como o de engrossamento, de saborização, etc.

Normalmente usamos 50 gramas de manteiga e 50 gramas de farinha para um litro de líquido.

Às vezes, alteramos essa proporção, colocando um pouco mais de manteiga para ter um molho mais aveludado e macio.

O roux pode ser branco, claro (blond) ou escuro (brow). Isso depende do tempo em que a farinha e a manteiga ficam no fogo.

* Caso o molho empelote, colocá-lo em uma vasilha e com auxílio de um fuet (batedor de arame), mexa até alisar e volte para a panela passando por uma peneira.

** Outra dica para manter o molho perfeito até a hora de servir, é deixá-lo em uma panela colocada dentro de uma forma com água quente e mexer de vez em quando.

*** Cortar e cobrir a superfície do molho com papel manteiga ou filme plástico, além de espetar um pedaço de manteiga gelada na ponta de um garfo, passar sobre a superfície do molho e mexer bem na hora de servir, assim evitamos a formação daquela película desagradável por cima e que quando misturada ao molho deixa grumos e estragarão todo nosso trabalho.

**** Sempre passe pela peneira. Muitas vezes, principalmente quando a quantidade é maior, podemos deixar escapar um ou outro grumo por não vermos. A peneira não tem olhos falhos, portanto, use-a não só nesse caso, mas sempre que houver sombra de dúvida. Exemplo como acrescentar Maisena (amido de milho) para engrossar certos líquidos, isso se torna obrigatório, pois, o não fazer pode simplesmente destruir uma preparação perfeita.

Desses molhos a base de Roux, seguem-se os seguintes molhos famosos e que, talvez, tenha já lido ou escutado e não sabia como eram:

Molho Bechamel:

(Chamado de Molho Branco aqui no Brasil)

Roux branco mais leite posto em infusão, temperado com cebola, alho, cravo, louro, noz moscada, sal e pimenta do reino e depois coados.

Coloque o leite em uma panela junto com rodela de cebola, um dente de alho*, noz-moscada moída na hora*, Louro*, cravo*, sal e pimenta do reino.

(as palavras marcadas com o "" são itens opcionais. Você pode colocar um ou mais de um deles).*

Não deixe o leite ferver e quando começar a borbulhar, retire do fogo, tampe, e deixe descansar uns 15 minutos e, aí sim, acresça no roux passando por uma peneira para retirar os temperos.

Lembro que é importante, após o roux estar pronto, de retirar do fogo para acrescentar lentamente o leite, sempre mornos, mexendo vigorosamente com um fuet para não empelotar.

Caso empelote o molho, conforme escrevi nas dicas acima, retire da panela e, com o fuet, bata até alisar. Volte à panela e aqueça. Na dúvida se ficou ainda algumas pelotas, passe o molho pela peneira.

O dito molho branco, apenas é o roux mais o leite (temperado ou não) com sal.

Molho Velouté:

Roux blond mais caldos, que podem ser de carne, peixe, galinha ou outros, como o de vitela e é base para inúmeros molhos.

Coloque uma colher de farinha de trigo à uma colher de manteiga já derretida e misture. Deixe em fogo brando, sempre mexendo, com uma colher de pau ou espátula de silicone, até ficar levemente dourado, o que leva apenas um a dois minutos.

Retire do fogo e deixe amornar.

Acresça o caldo que escolher, morno, aos poucos, sempre mexendo e, depois, deixe ferver. Abaixar o fogo e deixe cozinhar uns 15 minutos, tomando o cuidado de retirar a nata que se forma na superfície com uma colher de metal.

Podemos acrescentar, quando o Molho Velouté estiver pronto, uma série de elementos para temperá-lo, como extrato de tomate, tomates, pimentões vermelhos, limão, salsa ou mesmo suco peneirado de laranja, que fica muito bom em carnes brancas e mesmo para sobremesas, tomando o cuidado de colocar apenas uma pitadinha de sal ao fazer o Velouté.

No caso de guarnecer sobremesas, acresça quando ainda quente de um pouco de açúcar, mexa para dissolver bem e acompanhe sorvetes, bolos, etc. Nesse momento umas gotas de essência ou mesmo um licor pode ser colocado para incrementar o sabor.

Outros molhos clássicos e famosos:

Molho Espagnole: molho básico escuro, cogumelos e purê de tomate.

Molho Bretonne: Cebola, manteiga, vinho branco, purê de tomate, alho e salsa.

Molho Perigueux: Caldo de trufas, vinho Madeira, manteiga e trufas em cubos.

Molho Poivrade: Mirepox, vinho branco seco, manteiga e pimenta do reino esmagada em vinagre.

Molho Robert: Cebola, manteiga, vinho branco e mostarda Dijon.

Molho Chaudfroid: Molho frio feito de molhos de carne básico e Aspic (veja Aula Nº2).

Molho Alexandre: Feito com caldo de vitela e enriquecido com gemas.

Molho Aurore: Velouté de peixe mais purê de tomate.

Molho Nantua: feito com lagostins, creme de leite e Brandy

Molho Antiboise: Para fazer esse molho usamos tomate concassé, cebola, um dente de alho, manjerição, coentro, estragão, suco de limão, sal e pimenta-do-reino. Feito na panela, depois de dourar a cebola e o alho, deve ser servido morno ou quente.

Molhos a base de Manteiga:

Molho Hollandaise: gemas de ovos, batidas em uma tigela em banho-maria e acrescida de manteiga clarificada. Podemos acrescentar muitos elementos ao molho Hollandaise como creme de leite integral, que forma assim o Molho Mousseline, uma colher de mostarda Dijon, fazendo o Molho Moustard ou colocando um pouco de suco de laranja e a casca desta escaldada e picada a julliene (em tirinhas muito finas) e teremos o Molho Maltese.

Se, em vez, de usarmos a manteiga clarificada usarmos a manteiga sem sal derretida teremos o Molho Noisette.

Molho Béarnaise: Tem como base o Molho Hollandaise, mais suave, mas é forte e picante devido a adição de condimentos, como a pimenta-do-reino, a cebola, estragão, vinagre de vinho e pimenta caiena.

Se acrescentarmos creme fraîche (mistura de leite integral com leitelho e creme de leite) em vez das gemas, teremos a famosa *Beurre Blanc*, do francês, manteiga branca

Esses molhos devem ser preparados minutos antes de servir e não devem ser armazenados.

- ***Manteiga clarificada:*** Para clarificar a manteiga, use manteiga sem sal e derreta lentamente em fogo baixo, retirando com uma colher a espuma que vai se formando. Essa espuma contém os detritos lácteos.
- Após a retirada da espuma, novamente retire a manteiga usando uma colher e depositando em uma vasilha ou pote, com cuidado de deixar os sedimentos formados no fundo da panela.
- A vantagem é que essa manteiga se conserva por mais tempo sem ficar rançosa e pode ser usada em temperaturas mais altas, próprias para frituras e saltée.

- Usa-se, também, misturada nos molhos para dar brilho e sabor refinado.

Dicas:

* Os molhos com manteiga costumam separar, por isso existe um método que é colocar um cubo de gelo dentro da panela do molho, fora do fogo e ir misturando até derreter.

Molho de tomate:

A escolha do tomate é o começo perfeito para um molho perfeito.

Procure tomates pequenos, alongados, bem vermelhos e maduros. O melhor tipo de tomate para o molho é o italiano. Lembro a vocês que os tomates sofrem muita ação dos agrotóxicos nas agriculturas de larga escala, portanto, prefira os tomates orgânicos, muito mais saborosos e isentos dos venenos agrícolas.

Tomates de supermercado, devido a estocagem e até refrigeração errônea, são ruins para um bom molho de tomate.

Um exemplo deste "mau" tomate está no fato de que dias antes da colheita ela é regada abundantemente, inflando as frutas, sim, tomate é uma fruta, para que o peso seja maior, assim como no transporte ele resista melhor e não sofra na aparência.

Feiras e quitandas, além dos mercados centrais, são os lugares que encontramos os bons tomates orgânicos.

Devemos retirar a pele e as sementes que existem no tomate. Para isso, chamamos o resultado final de tomate concassé, já que iremos pica-lo, também.

Para preparar o Tomate Concassé :

A palavra "Concasée" em francês quer dizer "amassado", "esmagado", porém não iremos amassar e nem esmagar os tomates.

Escolha tomates vermelhos, maduros, mas que estejam firmes, sem bolores, fungos ou machucados que rompam a casca.

Retire os talos e com uma facinha tire o miolo seco da parte inferior.

Faça um corte em forma de cruz no topo do tomate e coloque-os em água fervendo. Deixe por uns 10 a 15 segundos, retire e coloque imediatamente em uma vasilha com água gelada, de preferência com gelo.

Espere um minuto e a pele sairá facilmente por causa desse choque térmico que estamos dando na fruta.

Corte em quatro e retire as sementes.
A cada quarto, faça cortes em tira e depois corte em quadradinhos.

O molho, propriamente dito:

A parte mais fácil, porém, a que exige mais paciência.
Levamos à panela, em fogo baixo, junto com cubos de cebola bem picada e um fio de azeite e deixamos depurando lentamente até engrossar.
O tempo irá depender da quantidade de água que o tomate usado tem, afinal, o que estamos fazendo é apenas desidratar.
Mexa de vez enquanto para que a parte do fundo, que está mais próxima do fogo, não queime.

Com essa base, podemos temperar com o que quisermos e dar inúmeras funções a ela.

- *Sempre me perguntam por que meu molho tem um vermelho forte e vivo, pois o segredinho é que eu coloco um pedacinho de beterraba durante a cocção, que, também será retirado ao fim do processo.*
- *A beterraba é um corante natural e forte. Não precisa exagerar. Um quarto de uma beterraba média em um litro de molho é o suficiente.*

Após essa "base" do molho estar pronta, podemos temperar de muitas maneiras. Erra quem coloca ervas durante o processo. Elas têm que ser colocadas momentos antes do término ou após, assim se mantém crocantes, saborosas, aromáticas, frescas e agradáveis.

Os temperos mais usados são o manjerição, a salsa, noz-moscada, tomilho, orégano, sálvia, alecrim, cebolinha e louro, sendo esse último em folhas que serão retiradas após estar o molho pronto.

Use o sal e a pimenta-do-reino após a cocção.
Deixe o molho ficar pronto e depois os coloque. Sal demais estraga nosso trabalho. Sempre o coloque aos poucos experimentando.

O molho de tomate suporta bem o congelamento e dura dois meses no freezer. Pense nisso quando fizer e aproveite para fazer em quantidade maior. Na geladeira ele dura três a quatro dias sem problemas em potes limpos e tampados.

Podemos colocar outros ingredientes, como carnes moídas ou em pedaços, alcaparras, anchovas, aliche, azeitonas, bacon, linguças, etc. Destes derivam uma infinidade de molhos como os molhos Bolonhesa, Calabresa, Putanesca, etc.

Deixarei a receita destes molhos mais famosos inserida aqui:

Molho Bolonhesa:

Coloque azeite em uma panela e frite a carne, podendo ser moída ou em pequeninos cubos. Não tampe a panela, pois isso fará com que a carne solte seus sucos e eles se perderão. O certo é que esses se transfiram para o molho.

Quando a carne estiver dourada, mas não muito, acrescente cebola picada e misture, deixando por mais uns 5 minutos.

Acrescente um talo de salsão, um pouco de vinho branco, deixe mais uns cinco minutos para o álcool evaporar e acrescente o molho de tomate.

Baixe o fogo e deixe depurando, em panela semiaberta, por uns 30 minutos. Se necessário acrescente um pouco de água no começo, caso o molho de tomate esteja muito grosso.

Quando estiver pronto, aí chega a hora de temperar. Coloque o sal, a pimenta do reino e as ervas, que podem ser a salsinha, o manjericão e o tomilho.

Experimente em todas as fases. Não espere colocar sobre a pasta e ver que o molho precisa de sal ou tem sal demais, por exemplo.

Molho Calabresa:

Retire a pele das linguças.

Se houver pedaços muito grandes de gordura, caso queira um molho menos calórico e mais saudável, retire.

Coloque azeite na panela e refogue as linguças. Acrescente cebola e pimentão vermelho picado e mexa bem.

Deixe no fogo por uns 6 minutos ou até as linguças ficarem bem caramelizadas. Nessa hora, vamos colocar pimenta vermelha, sem a parte branca e as sementes (*abra de comprido e passe a faca rente à pele e elas saíram com facilidade*) e um dentinho de alho picado.

Mais uns cinco minutos no fogo e acrescentamos o molho de tomate.

Deixaremos no fogo para os sabores se misturarem bem, colocando um pouco de água, se necessário, durante uns trinta minutos em panela semi-tampada.

Ao término do tempo, acrescentamos salsinha fresca e temperamos com sal.

Molho Putanesca:

Em uma panela, coloque azeite e doure um dente de alho picado. Quando estiver no ponto, acresça de uns filets de anchova, previamente dessalgados. Uma pimenta dedo de moça e o molho de tomate (*nesse caso, poderemos usar tomates pelados, aqueles que vêm na latinha, os tais Pomodoros, pois a anchova é o sabor que domina e mesmo que os tomates não estejam muito saborosos e doces, quase não se percebe*).

Deixe dez minutos em fogo brando, desligue e acrescente azeitonas em fatias ou inteiras sem caroço e folhas de manjeriço.

Purées e Géis:



Os purées, quando bem feitos, valorizam o ingrediente, completam os sabores da receita e adicionam beleza ao preparo.

Respeite o ingrediente principal.

Dê a textura correta.

Passe sempre pela peneira para evitar qualquer semente, grão ou grumo.

Há várias formas de fazermos um purée ou um gel.

Podemos, em caso de raízes e tubérculos, usá-los sem a necessidade de um espessante, ou em caso da extração de um sumo, usá-los.

O exemplo mais comum de espessante é a **Goma Xantana**.

A goma xantana precisa ser misturada com auxílio de força física, diferente de outros géis, onde a temperatura é necessária.

O uso de um mixer ou liquidificador é fundamental para isso.

Aconselho a passagem pela peneira fina após seu uso, pois, muitas vezes, a goma xantana não se dissolve mesmo com a agitação, formando grumos de sabor desagradável.

Azeites:

Podemos saborizar azeites com ervas, folhagens e especiarias, o que deixará a receita mais saborosa, quando esse couber.

Para preparar azeite com ervas, como manjerição e tomilho, devemos antes higienizar as folhas, separar de seus talos, branquear, dando o choque térmico, secando e batendo no liquidificador, sendo a quantidade ideal de azeite usada sempre o dobro da quantidade das ervas usadas. Se usarmos 200 gramas de ervas, usamos 400 mls de azeite, por exemplo. Depois passamos pela peneira fina e conservamos na geladeira por até uma semana.

Ao usarmos especiarias, devemos primeiro salteá-las na frigideira para depois colocar em um recipiente hermético e deixar por, no mínimo, 72 horas, para saborizar o azeite.

Podemos usar folhagens como agrião e rúcula para fazermos azeites saborizados, mas atente para o fato de que a operação é muito semelhante às das ervas e não há adição de mais nenhum ingrediente, pois caso fizéssemos, estaríamos praticamente montando um molho Pesto.

Para o **Azeite em pó**, usado na Gastronomia Molecular, coloque a **maltodextrina** no processador e adicione o azeite. Ligue o processador e bata por 1 minuto e obteremos um crumble (areia) de azeite.

Podemos encapsular o azeite usando o Isomalt, explicado abaixo, em açúcares.



Chocolate:



O chocolate é muito usado nas apresentações de preparos de sobremesa, mesmo que não seja o ingrediente principal.

Como decoração, há inúmeras preparações que podemos fazer.

As mais simples, são as que mais surtem efeitos.

Usamos: Acetato, papel manteiga, pincel, aros de corte, faca, espátula de degrau e espátula de dentes.

Com esses elementos simples, podemos abrir uma gama enorme de decorações. A receita de uma boa calda de chocolate que servirá para conferir sabor e adornar a receita, enfeitando a louça se faz com 200 mls de água mineral, 60 gramas de açúcar, 60 gramas de pó de cacau, 60 gramas de glucose e 35 gramas de chocolate picado ou em callets.

Levar ao fogo médio, menos o chocolate picado até a fervura.

Desligar o fogo e acrescentar o chocolate.

Espere esfriar e veja se a consistência está boa. Se não estiver, acrescente mais algumas gramas de chocolate picada depois de aquecer levemente a calda.

Não exagere, pois ela pode ficar muito grossa.

Coloque em um frasco maleável e com bico ou em manga de confeitar e cones de papel manteiga.

Para que o chocolate fique bem preparado, temos que temperá-lo.

A dois tipos de tempera: quente e fria.

Na temperagem quente, derretemos o chocolate em banho-maria ou micro-ondas e colocamos sobre uma superfície de mármore vamos revolvendo até a temperatura chegar aos 28°C. Nesse ponto o chocolate pode ser trabalhado.

Na temperagem fria, derretemos 2/3 da quantidade de chocolate a usarmos e depois misturamos com o terço restante.

O chocolate derrete a partir dos 28°C, portanto precisamos de uma temperatura adequada para trabalhar, assim como para armazenar.

Use sempre luvas para não deixar marcas e impressões no chocolate.

Açúcares:



O açúcar é outro ingrediente muito usado em decorações de preparos. Existem vários tipos de açúcares, porém os mais usados são o refinado (branco) e o Isomalt, um tipo de adoçante que, na verdade, é um derivado do açúcar. Muito estável a temperatura ambiente, tem a vantagem de não absorver água como o açúcar refinado, portanto ficando menos pegajoso, e não proliferar facilmente fungos. São chamados de polisóis esses substitutos do açúcar e tem a vantagem, também, de não causar cáries e ser menos calórico. O uso em esculturas e em adereços mais simples é muito mais versátil do que o açúcar normal.

Para fazer uma tuiles, bolhas ou fios de isomalt:

Colocamos um pouco do açúcar entre dois silpat e levamos ao forno pré-aquecido 180°C por 8 a 10 minutos.

Retiramos e deixamos esfriar.

Ao levantar o silpat superior, estará formada uma folha de isomalt. Retire com cuidado do silpat inferior e quebre com as mãos.

Para os fios, basta derreter em uma panela até formar uma calda. Com um garfo, faça fios, ou com a colher, faça desenhos em cima do silpat. Em segundos ele solidifica. Basta retirar com cuidado com uma espátula e usar como decoração.

Há um terceiro modo de usar o Isomalt como decoração, porém essa dura pouco tempo e temos que servir quase que imediatamente.

Derreta em uma panela o açúcar.

Ao esfriar, chegando a temperatura de 116°C, encoste um aro metálico na superfície.

O Isomalt irá aderir à base do aro, formando uma película.

Coloque uma colher de café de azeite ou destilado dentro do aro, imediatamente ao retirar e sobre uma tigela de azeite.

Formará uma bolha com o líquido usado encapsulado.

Para fios dourados, com açúcar refinado, basta fazer uma calda e quando estiver esfriando ir testando com uma colher até formar os fios.

Podemos, ao formar os fios, enrolar sobre um tubo metálico, ou mesmo no cabo de uma colher de pau, formando lindas espirais.

Espere solidificar e retire com cuidado.

Em dias de muito calor, duram muito pouco em temperatura ambiente e temos que armazenar na geladeira, o que não ocorre com **o Isomalt**.

O Isomalte pode ser colorido com a adição de corante específico para açúcar ou, em pequenas quantidades, com corante alimentar normal.

Trabalhos com açúcares, devido às altas temperaturas precisam de atenção e cuidados. Se possível use luvas térmicas de proteção.

Massas:

Muitas massas podem ser usadas com intuito de decorar receitas.

A Patê à Choux é muito boa para isso, pois é uma massa que pode ser preparada mais doce ou mais salgada, é estável e com resistência suficiente para manter a forma depois de assada.

A receita básica da Patê à Choux se faz colocando 250 mls de água e 100 gramas de manteiga em uma panela e levando ao fogo médio até começar a borbulhar e a manteiga estar totalmente derretida.

Retiramos do fogo e acrescentamos, de uma só vez, 150 gramas de farinha peneirada, uma colher de sopa de açúcar e uma colher de café de sal.

Misturamos e voltamos ao fogo, sempre mexendo, até o fundo da panela ficar aparente, algo em torno de três minutos.

Agora retiramos, novamente, do fogo e acrescentamos 4 ovos batidos, aos poucos, sempre mexendo até incorporá-los.

(Não se assuste se no começo parecer ficar em pedaços a massa. Com o fuet continua a mexer e logo estará uma massa lisa).

Coloque em um saco de confeitar e use-a sobre uma forma forrada com o silpat.

Podemos dar a forma que desejarmos, fazendo desenhos sobre o silpat.

Procure usar um bico fino e deixe sempre na mesma altura, evitando que parte fique tostada demais e outra crua.

Passe egg-wash (uma mistura de gema de ovo e água) com um pincel, delicadamente. Para preparos longos, passe na superfície superior deste, um garfo, formando ranhuras na massa. Caso das éclairs (bombas).

Aproveite e deixo a receita das éclairs ou dos profiterolis, dependendo do formato que daremos a massa.

Deixe na geladeira após dar a forma, enquanto aquece seu forno por uns 25 minutos em 200°C. É fundamental o forno estar quente e todo preenchido igualmente com o calor, por isso a necessidade de um pré-aquecimento longo.

Coloque o preparo no forno.

Após 8 minutos, baixe até 160°C e deixe até dourar.

Para pequenos preparos, isso demora 20 minutos, aproximadamente e para grandes, como éclair, até 30 minutos.

Ainda quente, faça um furo na parte inferior, para que o ar quente escape, assim a massa ficará crocante.

Em preparos longos (éclairs) recheamos em três etapas. Nas pontas e depois no centro.

Nos preparos curtos, profiterolis ou carolinas, apenas recheamos no centro da parte inferior.

Para fazer aquela cobertura, do tipo fondant, colocamos duas colheres de sopa de cacau em pó, duas de açúcar refinado, uma colher de sopa de manteiga e uma colher de sopa de leite.

Misture bem, leve ao fogo baixo para que tudo derreta e se misture bem e passe sobre as éclairs.

Para decoração em fios, coloque em um cone de papel com bico bem fino.

Massa Folhada ou Filo:

São ótimas para moldarmos.

Podemos fazer cestas, tubos ou mesmo envolver ingredientes com elas.

Siga as instruções de uso das massas, dando a forma que desejar, mas sirva rapidamente para não perder a crocância.

Se necessário armazenar, o faça sempre frias e em recipiente hermético, no máximo em 24 horas.

Vegetais:



O uso de vegetais torneados, talvez, seja a mais utilizada das decorações de preparos. A vantagem é que, normalmente, podem fazer parte do preparo, são estáveis, baratos e coloridos o suficiente para dar vida às montagens.

Embora algumas preparações necessitem de uma veia artística, existem muitas que com pequeno treino podem ser feitas por qualquer pessoa.

Hoje em dia, existem muitas “engenhocas” que facilitam a confecção, como cortadores, moldadores e fatiadores.

Embora um pouco fora de moda em alguns preparos, na culinária oriental é muito usado.

Nesse caso, o bom gosto do cozinheiro deve levar em conta o evento, também. Um Buffet ricamente decorado sempre atrai muito mais os olhos do comensal, porém em pratos prontos é necessário o bom gosto, a delicadeza e o tamanho.

Necessariamente não precisamos “esculpir” vegetais para que se tornem adornos. O uso de técnicas como a laminação pode ser o suficiente para uma decoração apurada. Um exemplo é o uso de lâminas de abobrinhas, de pepino ou cenoura envolvendo alguns ingredientes, formando uma espécie de rocambole com estes, que ficam aparentes no topo, mas tem as lâminas os envolvendo na parte inferior.

Nos dias de hoje, cortar com aro, tanto leguminosas, raízes ou folhas, é parte integrante de uma decoração apurada, dando harmonia ao preparo.

As sobras (aparas) podemos usar em caldos ou recheios.

Em se tratando de legumes, uma faca de tornejar, um aro de corte metálico e uma tábua de corte são suficientes para trabalharmos quando se tem habilidade e técnica manual.

Uma mandoline (fatiador manual) e outros itens são desejáveis quando precisamos de rapidez ou não temos a destreza manual necessária.

Os resultados são bons e muito profissionais usando esses itens.

Alguns vegetais podem ser usados para fazermos tuiles, lâminas ou folhas.

Para isso, fazemos um purée e acrescentamos 25% do peso total em açúcar.

Espalhamos sobre o silpat, em camada fina, com a espátula de degrau, e levamos ao forno a 90°C por 60 a 120 minutos.

A desidratação causada pela temperatura do forno formará uma película com o purée.

Os vegetais mais comuns de usarmos são a cenoura e a beterraba.

Podemos fazer o mesmo processo com frutas, principalmente frutas vermelhas, que resultam em uma película muito atraente.

Se quisermos, colocamos esse purée em um saco de confeiteiro e desenhamos sobre o silpat.

Levamos ao forno do mesmo modo, até desidratar.

A película tem uma certa dificuldade de ser destacada do silpat. É necessário pegá-la pela pontinha e ir puxando com cuidado.

Ela tem certa resistência, portanto, após pronta, podemos enrolar para dar formas. Caso queira um aro endurecido, após todo processo, coloque em volta de um aro metálico, untado com óleo e volte ao forno por mais alguns minutos.

Julienne com Legumes:

Uma forma interessante de decorar pratos está no uso de juliennes de vegetais, cortes bem finos e compridos.

Após o corte podemos levar ao forno ou à frigideira com óleo vegetal novo e limpo. Alho-poró, cenouras, abobrinhas, pepinos, são os mais usados. O pepino não vai ao forno e nem à frigideira. É usado na decoração cru, sozinho ou combinado com cenoura, dando um contraste de cores muito usado em pratos orientais.

Outro modo de apresentarmos os vegetais à julienne está em arrumá-los em feixes e amarrá-los com cebolinha, formando um bouquet.

Para melhor uso, branqueie rapidamente (15 segundos) a cebolinha, assim ficará mais maleável para dar o nó e com cor mais bonita.

Boleador:

O boleador é um instrumento interessante para fazermos decoração com vegetais e, por isso, insiro nesse capítulo.

Frutas e legumes assumem uma forma atraente e interessante com seu uso.

Frutas como melão, abacate, mamão e manga são muito usadas.

Batatas são feitas assim, a exemplo das famosas batatas noisettes.

A manteiga pode ser boleada e servida quando for necessária.

Muitas vezes queremos dar a forma de quenelles em cremes e sorvetes, mas para isso é necessária uma consistência específica.

Para servirmos esses ingredientes de maneira mais profissional quando não é possível usamos uma colher de sorvete ou o boleador quando queremos uma apresentação mais delicada.

Tuiles:



As tuiles (ou telhas) são uma espécie de massa que podemos colocar no forno ou em uma frigideira antiaderente, com diferenças na confecção de suas massas e que, ao mesmo tempo que adornam, transferem sabor à receita.

São delicadas, belas e muito saborosas, além de conferir crocância à receita.

Sorvetes, mousses, frutas, bolos cremosos, enfim, podem ser usados em diversos preparos, e não somente doces, pois podem ser doces ou salgadas.

Embora muitas receitas digam que podem ser feitas em papel manteiga, aconselho o uso do silpat (tapete de silicone).

Existem muitas receitas, mas deixo aquela cujo resultado é sempre bom e é bem mais fácil de fazer, sem a adição de claras de ovo, como em algumas receitas.

No forno:

35 gramas de Farinha de trigo, 35 gramas de manteiga a temperatura ambiente, 70 gramas de açúcar refinado.

Adicionamos um líquido, que pode ser um suco ou destilado, o qual vai conferir o sabor à receita.

A farinha de trigo pode ser substituída por farinha de amêndoas como nas famosas Tuiles aux Amandes, onde, também podemos inserir lâminas de amêndoas em sua receita. Nesse

caso, o líquido usado e o licor Amaretto, que confere um sabor ainda mais pronunciado das amêndoas.

Espalhe sobre a forma forrada com silpat, com a espátula de degrau, o mais fino possível que conseguir, mas deixe uma boa distância uma da outra, pois no forno elas se espalham bastante.

Se as quiser retas, espere esfriar e use, podendo ou não quebrá-las e usar aos pedaços, ou retire, com cuidado, ainda quentes e coloque sobre uma tigelinha ou o rolo de massa, assim assumiram a forma desejada.

Na frigideira:

Misture em um bowl, 50 gramas de farinha, 35 gramas de açúcar e uma pitada de sal.

Acrescente 35 mls de leite, misture bem. Adicione 25 gramas de manteiga derretida, misture e, por último, 35 gramas de claras de ovos, algo em torno de claras de dois ovos, misturadas em duas etapas, primeiro a metade e depois o restante.

Deixe descansar por 15 minutos.

Com o pincel, passe na frigideira, ainda fria e levemente untada de azeite ou manteiga derretida.

Em fogo médio, deixe até as bordas ficarem marrons.

Retire com a espátula a ponta e depois puxe com as mãos ou uma pinça larga de silicone. Ao sair do fogo, as tuiles de frigideira estão maleáveis, portando podemos dar a forma que quisermos a elas.

Podemos colocar em uma tigela ou forminha de cupcake, formando cestinhas.

Podemos enrolar sobre um aro de corte metálico e formar lindos aros com as tuiles ou ainda as deixar retas.

Ao pincelar sobre a frigideira, podemos colocar sobre a massa alguns ingredientes para conferir sabor, entre eles gergelim, lâminas de amêndoas ou, até, fazer desenhos com chocolate derretido.

As tuiles podem ser feitas, também, com queijos duros, a exemplo do parmesão. São dois métodos que podemos usar: Na frigideira, bastando espalhar sobre o fundo, em camada fina, e levar ao fogo até caramelizar.

No forno, a 180°C, espalhando sobre um silpat.

Em ambos os métodos, imediatamente sua execução, a tuile está amolecida e podemos moldá-la.

Podemos colocar dentro de uma tigelinha e moldarmos cestinhas ou recortá-las com a faca e enrolar em um tubo ou cabo da colher de pau formando uma espiral.

Tuile Favo de Mel, está descrita abaixo.



Tuiles podem ser doces ou salgadas, como as de tuiles de gergelim acima na foto.

Gelo:



Podemos moldar superfícies ou recipientes em gelo.

Para fazer copos ou vasilhas de gelo, basta colocar água em uma vasilha e colocar uma vasilha menor, algo em torno de um centímetro, dentro desta, também cheia de água e levamos ao freezer.

Funciona bem com tigelas de metal. As de plástico, por serem mais leves que a água, são complicadas de manter emergidas dentro da tigela maior.

Não use tigelas de vidro, pois são perigosas na hora de desenformar.

Para retirar, em sendo de metal, basta passar o maçarico pelo exterior rapidamente ou emergir em uma tigela maior com água quente por alguns segundos. Não são muito práticas.

Superfícies, tipo pratos e tábuas, feitas com gelo, são usados para servir frutos do mar bem frescos, a exemplo de ostras.

Existem formas especiais para a produção de copos de gelo, como usado na foto acima.

Cremes:

Ao usarmos cremes, a exemplo do creme Chantilly, a melhor forma de darmos uma apresentação é a manga de confeitas (saco de confeiteiro) com ou sem bicos específicos. Os bicos dão aos cremes interessantes formas, custam barato e podemos ter uma coleção deles, assim uma variedade grande de formas e desenhos podem ser feitos.

A consistência dos cremes deve ser perfeita para que se mantenham.

Em alguns casos, como o Chantilly, se queremos que eles fiquem estáveis por um tempo longo, adicionamos um pouco de gelatina ou Agar-agar, como ingredientes mais fáceis de encontrar, ou o Gellan ou Kappa.

Gelificantes:



Excelentes para uso na decoração de pratos, dão forma e consistência aos preparos, mantendo por mais tempo essa forma.

Os tipos mais comuns agentes gelificantes.

Agar



É extraída de um tipo de alga vermelha (do *Gelidium* e *Gracilaria*) é um agente de gelificação utilizado no Japão desde o século XV.

Característico da culinária chinesa e início do século XX foi implementado na indústria de alimentos.

Ele é uma fonte de fibra e é capaz de formar geles em proporções muito pequenas.

Ele permite a preparação de geleias quentes.

O extrato de gelificação das algas pode ser encontrada em pó, flocos, fios ou filamentos, e cada forma de apresentação é melhor usá-lo como você quer dar.

O importante é escolher os produtos que eram tradicionalmente produzidos sem aditivos ou conservantes.

O agar-agar, é amplamente utilizada no cozimento, pelas suas propriedades espessantes, estabilizantes, gelificação e para os seus valores nutricionais e não adiciona cor, odor ou sabor aos alimentos.

Forma géis dez vezes mais rápido do que a gelatina de origem animal e tem absorção de água de 200 a 300 vezes o seu peso.

Características:

- Misture enquanto fria e leve fervura.
 - Gelificação é rápida.
- Uma vez que um gelificada pode resistir a temperaturas de 80 °C, o que torna interessante para fazermos gelatinas quentes.
 - Deixe repousar para gelificação adequada.
- Em meio ácido perde a capacidade de gelificação, portanto, limão, abacaxi e outras frutas ácidas não devem ser usadas.

Capa Carragena (Kappa):

Extrai-se a partir de um tipo de algas vermelhas (principalmente a partir de Eucheuma géneros e Chondrus).

Seu nome é derivado da cidade irlandesa de Carragenina, onde estas algas têm sido utilizadas por mais de 600 anos.

E meados do século XX, este "musgo irlandês" começou a ser produzido industrialmente como gelificante.

Kappa produz um gel com uma textura firme e quebradiça.

Estas carragena são amplamente utilizados na indústria como um espessante e estabilizante em muitos mais produtos como leite vegetal, refrigerantes diet, smoothies, molhos, sorvetes, iogurtes.

Ele também tem cloreto de potássio e algumas pessoas podem usá-lo como um substituto para o sal, se você tem hipertensão, embora não seja recomendado para aqueles que têm insuficiência renal.

Este faz a gelificação rápido, por isso é especialmente adequado para revestimentos ou nappas, mas tem mais usos. Ele fornece uma textura firme e gel frágil que suporta até 60 ° C.

Características:

- Pó refinado apresentação.
 - Misture enquanto fria e leve ao fogo até ferver.
- Sua gelificação rápida nos permite cobrir um ingrediente (podemos fazer raviolis moleculares com ele, colocando o líquido em formas de silicone em formato e tamanho adequado e congelando. Após o congelamento, mergulhamos em uma solução de Kapa e retiramos, deixando secar para formar uma película que retém o líquido congelado quando este descongelar).
 - Uma vez gel pode suportar temperaturas de até cerca de 60 ° C.
 - Em meio ácido perde parte da sua capacidade de gelificação.

Iota

Agente extraída de um tipo de algas vermelhas gelificação (principalmente de Chondrus e Eucheuma gêneros), assim como outros carrageninas.

Elas podem ser localizadas nas margens do Atlântico Norte e nos mares das Filipinas e da Indonésia.

Gel de consistência macia e elástica. Ele também permite gelatinas quentes.

É um gel tiotrópico, o que significa que se você cortá-la, pode juntar de volta novamente. Para trabalhar tem de desfazer a temperatura ambiente e levar a ferver, que é importante para atingir uma temperatura mínima de 80 ° C, porque se não ele forma gel por arrefecimento.

Podem fazer pudins, pannacotas, entre outros.

Características:

- Pó refinado apresentação.
- Dissolve-se em água fria e é aquecido até cerca de 80 ° C durante a qual a gelificação ocorre.
- Precisa de agitação para ser misturado. Usamos o mixer, assim como na Goma Xantana.

Gellan (Gelano):

Gelificantes muito recentemente descoberto (1977), obtido a partir da fermentação de bactérias Elodea Sphingomonas.

De acordo com o processo de preparação, existem diferentes tipos de goma de gelano. Produz um gel firme e corte limpo que pode resistir a temperaturas de 90 ° C (Ideal para a gelatina quente).

É um polissacárido que foi introduzida no processamento de comida no final de 1990 é obtido de um modo semelhante ao da goma xantana, por fermentação de bactérias, neste caso Sphingonomas Elodea.

O Gelano (ou Gellan) é usado como gelificação enquanto xantana é utilizada como espessante.

Misture a temperatura ambiente e leve a 80/85 °C para gelificar.

Se não chegar a esta temperatura atua como um agente espessante.

É ideal para a preparação de folhas, raviolis, gelatinas e azeite de oliva. É um dos ingredientes “estrela” da nova cozinha moderna.

Características:

- Pó refinado apresentação.
- Aquece-se a 85 ° C e em seguida deixa-se arrefecer para efetuar a gelificação.
 - A consistência do gel é perdida em soluções muito salinas.

Flores Comestíveis



Nos dias de hoje, uma das decorações mais comuns usadas pelos chefs são as flores comestíveis. Atente para o fato que nem todas são comestíveis e algumas perigosas à saúde, além de sabores ruins e não harmônicos à receita.

Procure sempre retirar o caule, o talo, parte muito fibrosa e os pistilos, pois podem ser amargos e alérgicos.

As flores comestíveis mais comuns são:

Borago:

De cor azul, brilhante, tem sabor agradável e refrescante.

Ideal para sobremesas leves, geladas, de verão

Prímula:

Uma flor agradavelmente doce ao paladar e muito perfumada, porém devemos usar apenas as cultivadas, evitando as silvestres ou compradas em mercados e floriculturas.

Pode ser usadas em sobremesas e até em drinks com vinhos.

Harmoniza com saladas que contenham molho vinagrete.

Amor-Perfeito:

O ideal é cristaliza-las, mas podem ser usadas para decorar sobremesas e bolos.

Violeta

(Cultivada para consumo alimentar)

Diferente das violetas que encontramos em supermercado, não possuem os aditivos para florescer que estas contêm.

Usada em molhos doces, em carnes e pode ser cristalizada.

Lavanda:

Muito usada na decoração de bolos.

A cor azul e seu aroma são outros atrativos para seu uso.

Funciona bem em infusões e caldas.

Não devemos exagerar no seu uso, pois seu aroma dominará toda a receita.

Cravina:

Sorvetes harmonizam bem com essa flor. De sabor que lembra o cítrico do limão.

Pode ser usada em caldas e até refogados.

Primavera:

Usada em saladas verdes, embora seu sabor adocicado permita seu uso, também, em sobremesas.

Doces com chocolate.

Capuchinha

Por sua variação de cores, que vai do amarelo ao vermelho, tem um sabor picante e forte.

Não deve ser usada em grandes quantidades ou dominam os sabores da receita.

Usada em pratos salgados, queijos e sorbets.

Azedinha:

Um tipo de folhagem, de sabor marcante, perfeito para harmonizar com carnes e peixes.

Podem ser misturadas com azeite.

Calêndula:

Por sua cor, pratos que usem açafrão são perfeitos para seu uso, inclusive substituindo o açafrão da terra em muitos preparos.

Flores de Manjerição:

São ótimas para saladas, sopas e massas, mas é necessário experimentar para sentir se não estão muito amargas.

Flores de Alecrim:

São muito perfumadas e harmonizam com as receitas que usem o alecrim, carnes vermelhas, como a de cordeiro.

Brotos:



Muito em moda o seu uso, hoje em dia, os brotos são excelentes elementos decorativos, contém nutrientes e dão vida às receitas.

Os brotos mais comumente usados são:

Beterraba
Agrião
Rúcula

Considerações Finais:

Existem diversas maneiras de melhorarmos as montagens das receitas quando essas estão sendo montadas em um prato, uma louça, uma taça...

Use sempre o bom gosto e o bom senso.

Não exagere e sobrecarregue a montagem. Muitas vezes, menos é mais.

Pense no conforto de quem irá comer. Uma bela apresentação deve se manter por mais tempo do que a primeira garfada.

Facilite o corte, quando houver, caso de proteínas e vegetais inteiros ou em grande porção.

Um cenário, ou seja, uma mesa bem arrumada, limpa, clara, sempre ajuda a emoldurar nossas montagens.

Leve sempre em conta que a montagem nada mais é do que uma comida em um prato, portanto, precisamos respeitar tempos, temperaturas, texturas e sabores.

Jamais insira na montagem elementos que não são comestíveis, a menos que sejam visíveis e imprescindíveis, como o caso de alguns espetos e palitos em alguns preparos.

Procure dar um colorido harmônico às montagens.

Leve em conta sempre a louça a ser usada. Cores, tamanhos e formas influenciam no resultado final de maneira grande.

Bebidas podem fazer parte da montagem, portanto, copos e taças sempre limpos e harmonizando, pois, o conjunto eleva-se quando há essa preocupação.

Iluminação é importante para valorizar a montagem.

O frescor dos ingredientes é mais importante do que a beleza, pois, por si próprios, dão vida às montagens.

Preparos corretos ajudam a manter cores e formas.
Cortes corretos também.

Não deixe ingredientes soltos nas montagens. Elementos arredondados, caso de tomates, azeitonas, etc, devem ser fixados ou, quando possível, cortados, para ajudar nessa estabilidade.

Nunca deixe para fazer na hora de servir algo que nunca fez.
Haja como se a montagem fosse servida a você. Se ela lhe agradaria e lhe surpreenderia.

Seja crítico e experimente várias montagens até escolher a que mais se adapta a todos as situações acima.

Muitas vezes fotografar ajuda na escolha, mas nada como a visualização para analisarmos em três dimensões as montagens.

Procure, ao optar por uma montagem, sempre seguir o mesmo padrão. Isso mostra profissionalismo.

E novamente, nunca faça a beleza e detrimento do sabor.
Um lindo preparo de gosto ruim não serve para nada a não ser enfeitá-la.
E, para isso, temos vasos, arranjos, castiçais e outros itens.

Essa apostila tem como intuito não ensinar apenas a montar um prato e sim lhe dar ferramentas e técnicas para que isso possa ser feito da melhor maneira possível.
É preciso a experimentação.

Repetindo: Jamais deixe para fazer algo pela primeira vez na hora de servir.

O Kown-How se obtém com o tempo, o que melhora a qualidade e diminui o tempo de confecção.

Um mise en place bem feito é fundamental.
Preparar os itens que podem ser armazenados e armazená-los corretamente para uso na hora da montagem.

Escolher flores e mantê-las frescas, harmonizando com o preparo e fazendo parte dele, assim como adereços vegetais, que devem estar com aparência e crocância perfeitas na hora da montagem.

Usar sempre o bom senso e o equilíbrio faz com que as montagens, mesmo as mais simples, sejam desejáveis, pois esse é nosso intuito.
O de fazer nossos comensais felizes.

A seguir, fotos de montagens próprias usando as técnicas descritas acima:



Purée montado em três modos: Como base, após a passagem da espátula denteada, em gotas, feito com a manga de confeitar, e quenelle, feita com a colher.



Várias técnicas usadas na preparação dos vegetais.
O aro que envolve é feito com Agar, com a técnica do sheet (lençol) e depois recortado com aros de metal.





Purées de Alho, feito com Agar e flores comestíveis.



O Lagostim, preparado com técnica normal, é guarnecido com purée de alho e temperado com spaghetti de limão e mostarda.



*Purées em consistências corretas podem ser usados para decoração.
Na foto, purée de Kinkan (um tipo de mini-laranja) espessado com goma xantana e kinkans recheadas com gel de chocolate, feito com Agar.*



Corte com aros de purée de chocolate, feito com Agar agar, gelatinas de frutas com Agar, Palito de chocolate e tubos de queijo mascarpone, usando a técnica de acetato e depois levado para gelar no freezer para retirar o acetado. Para tanto, precisamos fazê-lo com antecedência e dispor no prato já na posição fixa.

Caviares de chocolate e laranja com Cointreau, feitos com a técnica de esferificação direta usando agar agar.



Tagliatelli de Chocolate branco e coulis de frutas vermelhas, feito com Agar Agar. Usamos a técnica do Sheet (lençol) e cortamos em formato de tagliatelli.



Spaghetti de Laranja temperada guarnece a carne suína. Feito com Agar e a técnica da mangueira preenchida pelo líquido através de uma seringa, imersa dentro da cuba de gelo. Para retirar o preparo da mangueira, insira em uma ponta a seringa cheia de ar. Não demore mais do que três minutos.



***Caviares de Blue Curaçau feitos com Agar Agar, assim como o gel sólido de Beterraba
feito com Agar Agar, depois colocado em formas individuais.
Para retirar das formas, coloque a base da forma em água quente por dez segundos e,
com uma faca pequena, solte as laterais.***



Várias técnicas estão presentes no Fractus.

As tulies, a lâmina de chocolate mista, feita com Agar, o creme chantilly de chocolate com Agar, o palito de chocolate feito com o acetato e o fractal, cuja base é feita com goma xantana, que espessa o Hidromel.

Em caso de usar uma massa, como na foto, coloque por baixo callets de chocolate para que esta não fique mergulhada no Hidromel, mantendo a forma.



Purées usando goma xantana e vegetais crusos formam o Gargaloo, uma entrada vegetariana ou não, caso insira uma proteína como o presunto Parma.



Presunto Parma desidratado e caviares de melão feitos com o boleador.



O uso de aros metálicos não fica apenas nos cortes e contenções, podem ser usados para dar forma a preparos como o Spaghetti al Pesto acima.

Coloque em um prato a porção a ser servida e enrole em um garfo de duas pontas, comprido, daqueles usados em churrasco.

Coloque uma espátula por baixo e leve para dentro do aro.

Continue a enrolar a massa dentro do aro até ela se adaptar dentro deste.

Aguarde uns minutos antes de retirar o aro.

Por cima, coloque um pouco mais do molho, assim ajudará a manter o formato.



*Laminar vegetais com a mandolina deixa o preparo mais atraente.
Branqueie rapidamente após o corte ou coloque em uma frigideira com
azeite que pode ser saborizado com um dente de alho amassado ou um file
de anchova.*



Cremes diversos (creme inglês, de confeitiro, chantilly, etc) são as bases de frutas que foram cortadas de maneira singular, dando a elas uma forma diferente da natural sem estarem esculpidas.

Um tipo de design moderno, leve e de fácil obtenção.



A disposição deve ser harmônica, simétrica e as cores atraentes.

Pickles de Cenoura e Labneh, coalhada seca feita com leite de cabra.

Os ingredientes estão em sua forma pura, sem uso de gelificantes.



Em preparos simples, como uma salada de frutas, os cortes, feito a faca, mandoline e boleador, deixam a montagem mais harmônica e atraente.

Caviares de Licor de Menta complementam a montagem.



*A simetria é outro fator importante nas montagens dos pratos.
Procure sempre manter uma espécie de ordem, seguindo linhas e círculos.*



*Podemos usar purées como forma de contenção de molhos e cremes, assim a montagem
fica suave, arrumada e harmônica.*



Uso de flores em um jogo de cor que deixa, por exemplo, um preparo de cor monótona, como o filet do frango, vivo e atraente, mas, sem exagero e sempre enaltecendo o ingrediente principal.



Muitas vezes a crueza e a simplicidade de uma montagem é o seu ponto alto. Podemos usar pequenos suportes, copos ou tigelas contendo molhos e cremes, porém a louça precisa comportar e deixar estável o preparo.



Formas podem ser dadas as montagens, porém devemos evitar que nos remeta a outros preparos ou produtos consagrados.

No caso acima, ao servir, se a louça fosse girada 90º, acabaríamos com um formato de letra "S", o que remeteria imediatamente a uma marca famosa. Evite ao servir.



Preparos em formas arredondadas precisam de algo que os mantenha na posição e rolem pelo prato ao servir.

Nesse caso, o purée de brócolis que garante foi usado em pequena quantidade abaixo dos roulades de frango, já que nessa montagem os roulades foram deixados em pé e não acondicionados na louça deitados.



Preparos, mesmo simples, podem assumir uma montagem surpreendentes com o uso de folhagens, flores e desenhos discretos no prato. Os Deviled Eggs foram adornados por uma redução de aceto balsâmico, folhas de baby-agrião, salsa e flor de violeta.



Um simples frango com legumes quando moldado e torneados os legumes, deixa a montagem moderna, atraente e bela.



A mesma legenda da montagem acima serve para o frango com legumes em outro tipo de arranjo.



Ao sermos obrigados a montar um preparo em que a louça não condiz com o tamanho, temos que ter certa ordem e simetria.

Procurar encontrar a melhor disposição para que não haja amontoamento e dificuldades para o comensal.

Para isso, as técnicas de cortes devem ser seguidas e precisas, além da colocação estratégica na louça para haver “espaço de manobra”.



A ocupação da louça nem sempre precisa ser de 60 a 70%, dependendo do preparo. Deve haver simetria, beleza e contraste de cores, ou o preparo ficará pobre em vez de sofisticado, mesmo usando ingredientes simples.



Ao colocar os elementos, disponha de maneira em que, mesmo que não haja simetria, fiquem harmônicos e apetitosos.



Uma simples salada pode se transformar em uma montagem atrativa, dando aos ingredientes formas e disposições bonitas e profissionais.



Usamos os próprios ingredientes como elementos de contenção, em caso de haver ingredientes líquidos, caso do azeite nessa montagem.

Essa disposição de montagem valoriza todos os preparos e mantém unida em um só ponto de vista todo o preparo, pois a proteína, no caso o peixe, funciona como uma ponte entre os purées que contém a estrela do prato que é o azeite, nesse caso.



Louça escura precisa de ingredientes de cores claras e vivas para não “morrer”. Evite o uso de louça escura brilhante, pois é difícil não deixar marcas aparentes.



Use adereços de decoração, também, para dar altura, dando a impressão de uma montagem mais cheia.

*Esse fator é importante quando servimos porções pequenas.
Nesse caso, podemos centralizar ou ladear a louça, dependendo do preparo.*



Use contraste de cores, porém procure sempre, além da harmonização dos ingredientes, fazê-la de modo suave, que não obtenha a atenção em cima da preparação principal.



Elementos de uma desconstrução precisam ser bem pensados, harmônicos e que não fujam do tema do preparo desconstruído.

Nessa foto, uma desconstrução do clássico Tiramisu, onde foi trocado biscoito champagne por um crumble, o chocolate foi moldado como um quadrado cremoso, o café expresso faz a linha base da montagem e o mascarpone foi colocado através de uma manga de confeitar com bico estrela.

Os adereços decorativos, como frutas (framboesa), o caviar, feito com Amaretto e as tuiles, feitas com amêndoas, adicionam mais sabor, entretanto, podem ser deixados de lado, mantendo a originalidade da receita tradicional.



Elementos surpresa, muitas vezes, são bem-vindos nas montagens modernas. O clássico Gaspacho, feito de maneira tradicional, recebe um leve gel sólido de alho, adornado por caviares de salsa e pimentão.



Gelée de Alho, abobrinhas com Gogyberry e flores comestíveis.



Uma série de técnicas em uma simples sobremesa.

Os tubos e o aro de massa são feitos enrolando tiras de massa fina (pode ser massa de pastel) em um aro metálico e levando ao forno a 180°C por alguns minutos, dependendo da espessura da massa.

O tubo transparente é feito com uma sheet de licor de morango.

O queijo “creamcheese” é adicionado ao açúcar Demerara para lembrar o sabor do queijo mascarpone.

Suspiros, feitos de claras e açúcar, são colocados inteiros e, ao mesmo tempo, esmigalhado para dar textura crocante.

Caviares de morango são feitos com a técnica explicada acima e, com o mesmo preparo, a sheet do tubo transparente.



***Gelée de Chocolate, feito com creme de leite, leite integral, chocolate meio amargo em raspas, pó de cacau e açúcar, tem a adição do agar agar para gelificar.
A tuile, explicada no adendo e os blueberries em caviar e in natura dão sabor, beleza e texturas diferenciadas à montagem.***



Técnica do Balotine, aqui foi usada no filet de frango, pode ser usada em peixes e outros tipos de carnes. Com ela aproveitamos pedaços pequenos e sobras.

O Molho Marsala (ou vinho do Porto) está explicado nos adendos.

A batata foi cozida por 8 minutos, ficando "al dente". Seca e polvilhada com farinha de trigo, recebe, com o pincel uma camada de mostarda e depois Panko, farinha de rosca oriental.

É frita por imersão até dourar e depois deve ser escorrida na grade ou sobre um papel absorvente.

O molho Balkanaise está explicado abaixo e é ótimo com as batatas, camarões e peixes, além de saladas em geral, principalmente as de folhas verdes.

O purê de damasco com pimenta é feito hidratando os damascos e processando junto com um pouco de creme de leite, sal e pimenta do reino branca moída na hora.

Acrescenta-se a pimenta em brunoise e mexe-se até mistura-la bem.



Tuile Favo de Mel

100 mls de água
60 mls de óleo vegetal
25 gramas de farinha de trigo (30 gramas, caso vá colocar lâminas de
amêndoas ou gergelim)
Sal (em caso de salgadas)
Adoçante culinário (em caso de doces)

Levar à frigideira quente, a 190°C e espalhar em camada uniforme.
Esperar a água evaporar.
Ao se formar a tuile, retirar com cuidado com uma espátula e colocar em
uma forma de fundo reto com papel absorvente.

DICAS UTEIS

- * Se quiser dar forma arredondada, colocar ainda quente em cima de um cilindro ou rolo de massa.
- * Altere a quantidade de farinha, se precisar, pois depende da quantidade de corante que será usada e o tamanho da trama que deseja.
- * Haverá uma quantidade expressiva de óleo que ficará na frigideira, pois um pouco é absorvido pela farinha e o restante solta-se.
A água evaporará totalmente, o que causa os casulos na tuile.
- * No caso que quiser inserir lâminas de amêndoas ou gergelim, aumente um pouco a quantidade de farinha, como escrito acima, e coloque-as antes no fundo da panela e depois varta a massa da tuile.
- * Devem ser crus esses ingredientes, pois com o calor da frigideira eles se tostaram. Caso já estejam tostados poderão queimar.
- * Se necessário, vá mexendo a frigideira em cima do fogo para que um lado não queime enquanto esperamos o outro ficar pronto.



Molho Agridoce (acridoce)

150 mls de polpa de tomate, 30 mls de vinagre branco, 30 gramas de açúcar refinado.

Como sempre há variações nos tomates, devemos equilibrar a mistura educando nossos paladares a encontrar o equilíbrio perfeito entre os sabores.

Em caso da falta de polpa de tomate, se usar catchup, deve verificar o equilíbrio, pois este contém açúcar e sal em excesso.



Molho Thai

100 mls de Polpa de Tomate, 30 mls de Mel, 20 Mls de suco de limão, 10 gotas de Tabasco, 30 Mls de Shoyu.

* Opcional: cebolotes bem picados

Como sempre, há variações nos tomates e no sumo do limão, devemos equilibrar a mistura educando nossos paladares a encontrar o equilíbrio perfeito entre os sabores.



Na foto a presença de dois molhos, o Molho Thai (mais escuro) e o molho Balkanaise (cor rósea)

Molho Balkanaise

1 ovo

200 mls de óleo vegetal, (de preferência de girassol que é mais leve).

1 colher de café de mostarda

50 gramas de iogurte natural integral.

10 gotas de limão

20 gotas de tabasco

1 colher de café de páprica picante

Sal a gosto

Primeiro preparamos a base que é a maionese, batendo o ovo, o óleo, o sal e a mostarda.

Após atingir o ponto, acrescente os outros ingredientes e bata um pouco mais. Verifique o equilíbrio e acrescente apenas limão, sal ou tabasco, caso precise.

*** Podemos substituir o óleo vegetal na totalidade pelo iogurte, eliminando o ovo e os outros ingredientes que formam a maionese, porém a alteração é bem sentida pelo paladar e na textura, sendo que deve ser servido imediatamente. Deixa de ser o verdadeiro molho Balkanaise, mas é uma opção mais leve.**



Molho Vinho do Porto (ou vinho Marsala) e Uvas Verdes:

1 colher de sopa de açúcar (20 gramas)

3 colheres de sopa de água

200 mls de caldo de carne

150 mls de vinho Marsala ou Vinho do Porto

25 gramas de manteiga

20 gramas de farinha de trigo

40 gramas de uvas verdes sem sementes cortadas em rodela finas.

Sal e pimenta do reino a gosto.

Em uma panela coloque o açúcar e a água e, em fogo médio, espere o açúcar derreter, formando uma calda simples.

Acrescente o caldo de carne e deixe reduzir à metade.

Quando chegar a esse ponto, acresça o vinho e reduza todo o volume à metade novamente.

A parte, misture a manteiga e a farinha de trigo (beurrie manié) e, em fogo baixo, vá acrescentando aos poucos, sempre mexendo com o fuet, até chegarmos ao ponto a La Nape, ou seja, quando colocamos uma colher no molho, retiramos e riscamos com a ponta do dedo as costas da colher. Deve ficar um risco firme, mas que ainda seja perene depois de alguns minutos.

Ao desligar o fogo, coloque as uvas, misture e sirva imediatamente.

Caso vá armazenar (pode ser armazenado por 3 dias na geladeira) não acrescente as uvas. Deixe para fazer isso na hora que reaquecer o molho para servir.

Um molho delicioso para aves, suínos e foie gras.

*** Podemos substituir as uvas por algum tipo de berrie (framboesa, blueberrie, amora. O morango, devido a ter muita água deve ser evitado para não alterar o resultado).**

Azeites



Azeite de Manjericão:

2 maços de folhas de manjericão

500 mls de azeite

2 gramas de sal

Branquear as folhas de manjericão (em água fervente e colocar em água gelada depois de 30 segundos).

Escorrer bem a água.

Bater no liquidificador junto com o azeite e o sal.

Passar pela peneira fina.

Colocar em uma bisnaga etiquetada e manter refrigerado por, até, 5 dias.

Retirar uma hora antes de usar.

Azeite de Salsa

2 maços de folhas de salsa

500 mls de azeite

2 gramas de sal.

Branquear as folhas de salsa (em água fervente e colocar em água gelada depois de 30 segundos).

Escorrer bem a água.

Bater no liquidificador junto com o azeite e o sal.

Passar pela peneira fina.

Colocar em uma bisnaga etiquetada e manter refrigerado por, até, 5 dias.

Retirar uma hora antes de usar.



Manteiga de Páprica

200 gramas de manteiga clarificada

15 gramas de Páprica Mild (meio picante, meio doce)

5 gotas de Tabasco

Sal a gosto

Após clarificar a manteiga, acrescente quando estiver morna a páprica Mild, o Tabasco e, caso queira, o sal.

Mantenha por até 15 dias na geladeira.

Para melhor emulsificação, podemos usar o mixer.

***Para clarificar a manteiga, pegue um tablete e coloque em fogo médio, deixando até espumar.**

Com uma escumadeira, retire a espume e deixe amornar.

Quando amornar os sólidos se sedimentaram ao fundo.

Retire apenas a parte líquida.

Esse processo tem a vantagem de deixar o ponto de queima da manteiga mais alto, propiciando frituras onde a temperatura faria os sólidos se queimarem deixando gosto de carvão nos preparos.

A manteiga clarificada pode ser colocada em pote hermético ou garrafa e ser mantida em temperatura ambiente por 7 dias e na geladeira por 60 dias.

Redução Balsâmica

500 mls de aceto balsâmico

Leve a uma panela e reduza em um terço o volume inicial.

Perceba bem esse volume para não exagerar na redução, o que resultará em uma geleia borrachuda de balsâmico.

Pode ser usado em salgados e doces, como morangos e outros berries.

Mantem-se bem por muito tempo, mesmo fora da geladeira.

Apenas evite os raios solares diretos.

Armazene em lugar fresco e arejado em uma bisnaga de bico fino.

Geleia de Morangos



Coloque 1 kg de morangos e 500 gramas de açúcar em uma panela.

Deixe, tampada, por uma hora.

Acenda o fogo médio e, mexendo de vez em quando, deixe levantar fervura.

Baixe o fogo e mexa a cada 3 minutos.

Irá se formar uma espuma na superfície que deve ser retirada com uma escumadeira ou colher.

Aguarde até formar uma calda grossa, porém, lembre-se, que essa calda irá ficar mais espessa quando esfriar, portanto, não a deixe muito grossa.

Com um amassador, macere metade dos morangos, mantendo a outra metade intacta.

Adicione 30 mls de aceto balsâmico e o sumo de um limão.

Volte ao fogo por mais alguns minutos, por volta de uns cinco minutos e deixe esfriar.

Pasta de Pimentão

Retire a pele de 5 pimentões vermelhos usando o método de chamuscar dentro do forno e colocando em um saco plástico.

Após 10 minutos leve em baixo da água corrente e retire as sementes e a pele.

Coloque no processador junto com 100 gramas de nozes, uma cebola média, 10 gramas de salsinha (só as folhas), 50 mls de creme de leite fresco, 15 mls de vinagre de vinho branco, sumo de um limão (o vinagre e o limão, além de sabor conferem conservação da pasta).

Tempere com sal, pimenta do reino branca e uma pitada de cominho.

Processe até virar uma pasta.

Coloque em pote hermético e armazene na geladeira por até 15 dias.

Conserva de Pimenta Biquinho e Cachaça

200 gramas de Pimenta biquinho (vermelha ou amarela)

200 gramas de açúcar

100 mls de cachaça

100 mls de água.

Leve tudo ao fogo e espere formar uma calda rala.

**Utilize para decorar saladas, usando com parcimônia.
pode ser conservado, desde que imersas as pimentas na calda por até 30 dias,
refrigerado.**

Água de Tomate

Sensacional tipo de Consommé, límpido e saboroso, mas que precisa de paciência para fazer e deve ser usado no mesmo dia em que ficou pronto.

1,5 de Tomate (quanto mais saboroso, melhor)

10 folhas médias de manjerição

1 ramos de Tomilho

30 gramas de sal Maldon

Passe todos ingredientes pelo liquidificador até os tomates ficarem em pedaços pequenos.

Forre uma peneira cônica e grande (chinois) com uma camada dupla de musselina (pano fino muito usado na gastronomia)

Coloque os ingredientes processados sem fazer pressão e coloque o chinois dentro de uma panela ou bowl grande (que caiba a quantidade de um litro, pelo menos).

Leve à geladeira por 12 horas, sem mexer. Não caia na tentação de espremer para que não fique turvo e perca a clareza,
Após o tempo, descarte a polpa e utilize a água de tomate.

Uso em uma versão moderna da salada Caprese, colocando em verrine uma bola de mozzarella de búfala e cobrindo com a água de tomate.

Finalizo com umas micro folhinhas de manjerição e alguns caviars de tomate e flores de manjerição roxo.

Molho de Mostarda, Limão e Mel (para saladas verdes)

100 mls de Mostarda (normal)

40 mls de Mel

40 mls de suco de limão

20 gramas de pétalas de Uvas verdes sem semente.

Misture os ingredientes líquidos até emulsificar todos e acrescente as pétalas de uvas (essas podem ser adicionadas na hora de servir, pois para armazenar por, até, 5 dias esse molho, ficam melhores se forem frescas, assim mantém a crocância).



Purées Modernos:

Para preparar, de forma rápida, fácil e deliciosa, purées de ervilhas, couve-flor, brócolis, usamos, abrindo exceções pela facilidade e qualidade, esses vegetais congelados.

Coloca-se 600 gramas de cada um, junto com 100 gramas de manteiga e 100 mls de água para iniciar o processo, em uma panela e tampamos, levando ao fogo médio até o vapor escapar pela tampa.

Retiramos e batemos no liquidificador até ficar liso.

Acrescentamos sal e pimenta do reino, branca ou negra, dependendo do ingrediente.



Para fazer o círculo, devemos usar uma calda de chocolate e um pincel.
Ajuda o uso de um prato tipo bailarina, usado na confeitaria (prato giratório) para perfeição do círculo.

Fudge de Chocolate

Misture 50% de chocolate meio amargo derretido com 50% de doce de leite.
Acrescente lâminas de amêndoas tostadas ou pistaches.
Espalhe a mistura em um silpat (tapete de silicone) e deixe esfriar.
Ao endurecer, corte com a faca ou aros metálicos.

Aros de Chocolate:



Derreta chocolate meio amargo ou 70% de cacau e espalhe em uma folha de acetato. Com uma faca ou uma espátula de dentes, risque. Dobre, apoiando a folha de acetato em um copo, por exemplo, ou feche com fita adesiva ou pregador de roupas. Espere endurecer e abra com cuidado.





Fios de Isomalt

Leve o Isomalt, uma espécie de açúcar, a uma panela, sem adição de água e com algumas gotas de corante de sua escolha.

Espere derreter e atingir a temperatura de 165°C para derreter completamente.

Deixe esfriar até chegar a 117°C.

Puxe um fio com um garfo e vá fazendo esse movimento até conseguir que os fios formem uma teia.

Você pode ir moldando como quiser.

Se quiser fazer “molass”, basta enrolar em um tubo como exemplo abaixo:



- A árvore de chocolate é feita derretendo chocolate, colocando em um cone de papel manteiga e depois moldando sobre um papel vegetal ou papel manteiga.
Espere esfriar e retire com cuidado.
Pode ser armazenado, separado com papel manteiga, em pote hermético.
- A calda de Marasquinho é feita com o licor e acréscimo de Vodka, além de um pouco, a gosto, de adoçante culinário.
- O gelée de chocolate é o mesmo explicado acima, apenas cortado com um aro metálico.



**Montagens perfeitas tem que ter um apelo geométrico.
Note que o molho tem uma continuidade com o aspargo, formando uma linha
reta, tipo uma flecha.**



Sheets

(lençois de gelée)

As sheets podem ser usadas para recobrir ingredientes, causando beleza e surpresa.

No caso acima, uma sheet feita a base de aceto balsâmico e temperos, recobre o palmito pupunha, dando a ele a beleza e ao mesmo tempo sabor.

Crisps de alho poró são feitos cortando em fios bem finos e levando a uma panela com óleo a 190°C até tostarem.

Placas de chocolate

São muito fáceis de fazer, além de dar sabor e vida à montagem.
Basta derreter o chocolate e espalhar sobre uma folha de acetato.
Com a lâmina da faca aquecida, faça cortes que desejar.



Crisps

Do mesmo modo que fazemos os crisps de alho poró, podemos fazer crisps couve.

Basta fazer os filets com a ponta da faca e depois levar, dentro de uma peneira para facilitar a retirada, a uma panela com óleo a 190°C.

Retire e coloque sobre papel absorvente.

Tempere com sal ou flor de sal.





Aros de Presunto Parma

Usando a mesma técnica dos aros de massa, enrolamos fatias finas de presunto Parma em um aro metálico e levamos ao forno a 140 °C para desidrata-las.

Broto e Mini-Folhagens



Muito usados para decoração ou saladas (guarnecendo proteínas e omeletes), os brotos são deliciosos, tenros e muito vistosos nas montagens.

Principais brotos e mini folhagens

- Folha de Beterraba

- broto de agrião
- broto de rúcula
- broto de alface
- broto de feijão
- broto de alfafa
- Broto de Alho
- Broto de Ervilha
- Broto de Manjeriçã
- Broto de Cenoura
- Broto de Mostarda
- Broto de Salsão
- Broto de Mizuna
- Broto de Coentro

Algumas **ervas** que podem ser usadas para decorar as montagens, desde que harmonizem com os ingredientes que nela estão e que tenham sido higienizadas:

Tomilho limão - evite os cabos. Procure usar apenas as folhas. Corte com uma tesoura pequena.

Manjeriçã - evite folhas grandes. Ao cortarmos com a tesoura, podemos manter mais de uma folha, mas evitando deixar o caule muito grande.

Manjeriçã roxo - as mesmas instruções acima

Salsa - Evite folhas grande e murchas. Utilize apenas os ramos finos, nunca o caule grosso.

Salsa Crespa - Delicadamente belas quando pequenas, não tem muito se podem ser usadas em muitas montagens, pois seu sabor não interfere no resultado.

Cerefólio - As mesmas instruções acima

Ciboulette _ um tipo de cebolinha bem fina e que é muito utilizada nas decorações inteiras ou picadas (pique com a tesoura para manter a forma). Em muitas épocas do ano, essa erva é acompanhada de uma flor em sua extremidade superior e é comestível (muito utilizada na culinária oriental).

Hortelã - Evite folhas grandes. Procure usar com comedimento, pois dá muito sabor

às montagens de sobremesas.

Menta - As mesmas instruções acima.

Pimentas: Cuidado na hora de usar pimentas. Caso utilize, sempre retire todas as sementes (onde está o maior poder de ardência.

Podemos cortar em finos fios e usar como adereço nas montagens.

Podemos utilizar a conserva de pimenta, a geleia de pimenta ou a própria pimenta, desde que a receita aceite.

Nova Lista das Comuns Flores Comestíveis

Em primeiro lugar aconselho a nunca usar os pistilos das flores, pois onde há pólen existe a possibilidade de pessoas terem alergia a estas.

Os cuidados com a higienização e manipulação deve ser sempre esmerado e cuidadoso.

Disponha sem sobrecarregar as montagens, a menos que essas flores tenham participação ativa no preparo, como foi o caso do Gelée de Alho com Flores comestíveis apresentado nas aulas.

Angélica: Vai bem com peixes. A árvore é coberta com globos de pequenas flores amarelas ou brancas em meados do verão ou mais tarde. As hastes, de forma cristalizada, são usadas para enfeite de bolos e sobremesas. Aqueles com alergia de pele devem verificar-se antes de usar.

Hissopo anis: É doce, com sabor como anis ou alcaçuz.

Borago: Flor assim, picante, muito bonita para decoração de pratos.

Amor Perfeito: Assim como a capuchinha pode ser servido em saladas ou como decoração

Capuchinha; Talvez a flor comestível mais famosa para decoração. Tem diversas cores, sabor pungente e suas folhas, também, podem ser usadas para decoração, pois são comestíveis e seu sabor lembra vagamente a rúcula.

Begônia: De várias cores, sabor levemente picante e muito usada em decorações. As pétalas podem ser separadas.

Flor de Maçã: Sabor floral. Estas flores devem ser consumidas em quantidade limitada apenas, pois elas podem conter precursores de cianeto.

Flor de Manjeriço: Diversas variedades (mais de 60) de flores de manjeriço são conhecidas por os vários sabores e cores que elas oferecem.

Crisântemo: Tem sabor ligeiramente amargo e odor pungente.

Camomila: O uso de flores de camomila em chá de camomila pode decorar pratos, mas evite, pois não difíceis de mastigar.

Lavanda: As flores podem ser usadas para aromatizar pratos, mas são pouco digeríveis.

Chicória: para fazer conserva de brotos

Limão: Flores do limão podem ser utilizadas para fazer as águas de citrinos. Se você estiver usando-as para enfeitar comida, você não deve colocar flores demais no prato.

Cebolinha de Alho: Eles vêm na forma de um monte de pequenas flores brancas. Cebolinhas de alho são populares na culinária asiática. Comestíveis e de sabor suave.

Jasmim: oferece um sabor muito delicado doce para chá de jasmim.

Erva-doce: Flores amarelas da erva-doce tem sabor doce parecido com sabor de alcaçuz.

Sua rama é muito usada nas decorações de saladas e peixes.

Hibisco: Hibiscus é uma flor comumente disponível. Flores de hibisco secas ou frescas são usadas para fazer chá de hibisco.

Não use em decorações, pois são indigestas se não fervidas.

Hortelã: Quando hortelã cobre o solo, espigas de flores brancas ou rosadas aparecem entre as folhas verdes brilhantes. Flores carregam as propriedades medicinais de hortelã.

Rosa: A rosa é amplamente utilizada em várias sobremesas. Ela oferece um sabor excepcional e sabor ao prato. Flores secas de rosas também são usadas comumente.

Alecrim: Rosemary produz doces e salgadas, brancas, rosas, roxas ou flores azuis juntamente com fragrantes de folhas sempre verdes.

Tomilho: As flores adicionam um agradável, leve, aroma de limão para o prato.

Girassol: Apenas as pétalas são comestíveis. O amargor das pétalas pode ser reduzido por tratamento com vapor leve.

Quiabo: Como flores de Squash, quiabo vem com sabor doce de néctar-like. Você pode dar uma olhada rápida na lista a seguir que contém nomes de algumas flores comestíveis mais.

Lista de Flores Comestíveis não muito comuns e difíceis de encontrarmos, pois não são comumente usadas no Brasil.

• Alcachofra • Rúcula • Botões Bachelor • Banana • Erva-cidreira • Borragem • Burnet • Calêndula • Cravo • Coentros • Cítrico • Trevo • Hemerocallis • Dianthus • Endro • Sabugueiro • Inglês Daisy • Freesia • Fúcsia • Gardênia • Gerânio • Gladiolas • Madressilva • Alteia • Hissopo • Iceland Poppy • Impatiens • Johnny Jump Up • Lilás • Tília • Malva • Manjerona • Mostarda • Chagas • Orégano • Cebola • Flores de laranjeira • Martírio • Ervilha • Sábio abacaxi • Prímula • Rabanete • Trevo vermelho •

Redbud• Rosa de Sharon• Runner Feijão• Cártamo• Sábio• Saboroso• Gerânio
perfumado• Boca-de-lobo• Sociedade Alho• Flor de Squash• Marigold doce•
William doce• Tulipa• Viola• Violeta• Savory inverno

Como Escolher Flores Comestíveis

As flores comestíveis são geralmente utilizadas para fazer chás, doces, saladas, etc. Quando adicionadas a um prato, elas oferecem um sabor agradável. Você pode adicioná-las às geleias, pickles, xaropes, vinagre, bolos, cremes, sorvetes, etc.

Flores de ervas ou vegetais são geralmente incluídas na lista de flores comestíveis, mas há exceções também.

Flores de tomate, batata, berinjela, pimentão, aspargos, etc. não são comidas.

* Alguns lírios, narcisos, azaléias, rododendros, espírradeira, etc. são venenosos.

** Lembre-se, apenas as pétalas de flores compostas como o girassol ou de cártamo são comestíveis. Pólen destas flores é extremamente alérgico. A utilização destas flores pode resultar em reações graves em indivíduos sensíveis.

Aqueles que têm asma, alergia a ambrósia e febre do feno devem ficar longe de flores compostas. Pessoas com tais doenças podem sofrer de graves problemas de saúde com o consumo de outras flores também. Então, deve-se tomar as precauções necessárias ao usar flores comestíveis. Se você tem alguma dúvida, deve consultar uma pessoa que sabe tudo sobre as flores e seus usos culinários. A lista acima de flores comestíveis não é completa e há muitas flores mais que podem ser usadas para cozinhar, sempre tomando os devidos cuidados.

Tabela de tempos e Temperatura de SOUS VIDE:

Doneness Target Temperatures

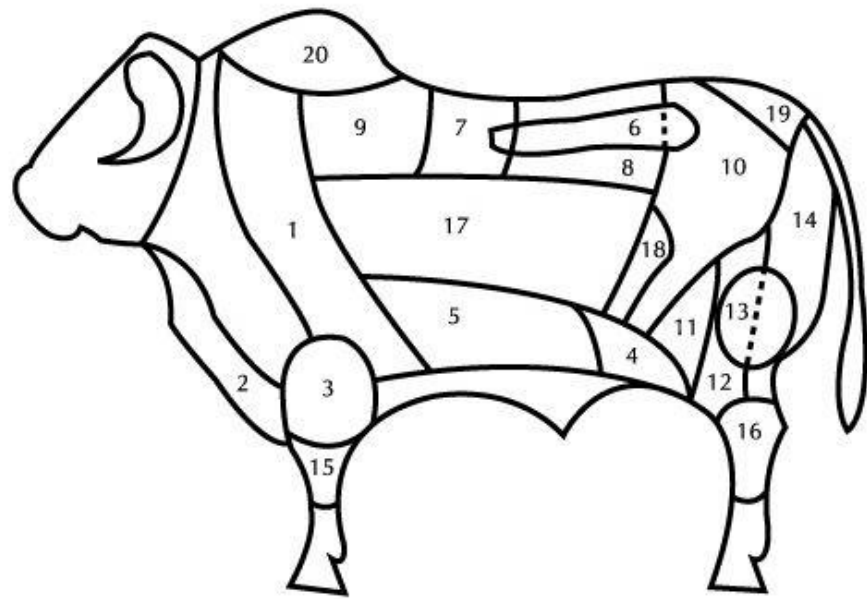
FOOD	DONENESS	TEMPERATURE	
		°F	°C
BEEF, VEAL, LAMB, GAME	Rare	120	49
	Medium Rare	134	56.5
	Medium	140	60
	Medium Well	150	65.5
	Well Done	160 and over	71 and over
PORK	Medium Rare	134	56.5
	Medium	140	60
	Well Done	160 and over	71 and over
POULTRY, White Meat	Medium	140-146	60-63
DUCK, White Meat	Medium Rare	134	56.5
POULTRY, Dark Meat	Well Done	176	80
FISH, SEAFOOD	Rare	116	47
	Medium Rare	126	52
	Medium	140	60
VEGETABLES, FRUITS	—	183-190	84-87
EGGS	soft cooked	147 or 167	64 or 75
	hard cooked	160	71
	scrambled	167	75
	pasteurized	135	57

Δ CAUTION

Raw or unpasteurized food must never be consumed by immune compromised or highly susceptible individuals. The United States Food Code recommends that, for safety, food should not be kept between 41°F (5°C) and 130°F (54.5°C) for longer than four hours.

Recommended Cooking Temperatures and Times

FOOD	THICKNESS ¹		TEMPERATURE		TIME	
	inch	cm	°F	°C	min	max
BEEF, VEAL, LAMB, GAME						
Tender Cuts Tenderloin, Rib-eye, T-bone, Chops, Cutlets	1	2.5	134 or higher	56.5 or higher	1 hr	4 hrs
	2	5	134 or higher	56.5 or higher	3 hrs	6 hours
Tough Cuts and Grassfed ² Bison, Game	1	2.5	134 or higher	56.5 or higher	8-10 hrs	12-24 hrs
Lamb Roast or Leg	2.75	7	134 or higher	56.5 or higher	10 hrs	24-48 hrs
Spare Ribs	2	5	134 or higher	56.5 or higher	24 hrs	48-72 hrs
Flank Steak, Brisket	1	2.5	134 or higher	56.5 or higher	8 hrs	24 hrs
	2	5	134 or higher	56.5 or higher	12 hrs	30 hrs
PORK						
Tenderloin	1.5	4	134 or higher	56.5 or higher	90 min	6-8 hrs
Baby Back Ribs			165	74	4-8 hrs	24 hrs
Chops, Cutlets	1	2.5	134 or higher	56.5 or higher	2-4 hrs	6-8 hrs
	2	5	134 or higher	56.5 or higher	4-6 hrs	8-10 hrs
Roast	2.75	7	160-176	71-80	12 hrs	30 hrs
Spare Ribs	2.75	7	160-176	71-80	12 hrs	30 hrs
Belly (quick)	2	5	185	85	5 hrs	8 hrs
Belly (slow)	2	5	167	75	24 hrs	48-72 hrs
POULTRY						



Brazilian Cuts of Beef - Cortes Bovinos

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 1. Chuck - Acém | 11. Ruckle/Red Meat - Patinho |
| 2. Breast/Brisket - Peito | 12. Silverside - Coxão Duro |
| 3. Shoulder - Braço/Paleta | 13. Topside - Coxão Mole |
| 4. Bottom Sirloin - Fraldinha | 14. Eye of Round - Lagarto |
| 5. Short Ribs - Ponta de Agulha | 15. Muscle/Leg of Beef - Muscúlo |
| 6. Eye Fillet - Filet Mignon | 16. Muscle/Hind quarter - Muscúlo |
| 7. Striploin Cap - Filet de Cost lé | 17. Skirt of Tenderloin Beef - Aba de Filet |
| 8. Sirloin - Alcatra | 18. Trip Tip/Rump Tail - Maminha |
| 9. Scotch Fillet - Contrafilé | 19. Rump Cap - Picanha |
| 10. Boneless Rump - Alcatra + Picanha | 20. Hump - Cupim |

Tabela das principais bactérias infecciosas na alimentação:

Relação entre as doenças de origem alimentar, sintomas e agentes etiológicos

BACTÉRIA	SALMONELLA	STAPHYLOCOCCUS	CLOSTRIDIUM
ONDE SÃO ENCONTRADAS	Carne de gado, aves, suínos ovos crus, mãos contaminadas	Nariz, garganta, ouvido, fermentos, mãos contaminadas	Carnes ensopadas, assados, enlatados contaminados, molhos
PERÍODO DE INCUBAÇÃO	6 a 72 horas	1 a 8 horas	8 a 22 horas
DURAÇÃO DA DOENÇA	11 a 18 dias	6 a 24 horas	12 a 48 horas
SINTOMAS	Febre, dor de cabeça, diarreia, dores abdominais	Vômito, dores abdominais	Dores abdominais e diarreias. São raros os vômitos.
TRANSMISSÃO	Alimentos contaminados e /ou manipuladores infectados que tocam alimentos.	Tosse, espirros sobre alimentos desprotegidos e/ou contato do manipulador que apresenta feridas e arranhões nas mãos.	Conservas mal elaboradas e/ou equipamentos mal higienizados.

Onde adquirir produtos utilizados nas aulas pela internet:

Loja Santo Antonio: <http://www.lojasantoantonio.com.br/>

GastronomyLab: <http://www.gastronomylab.com/>

Casa Flora: <http://www.casaflora.com.br/>

- * Agar-agar, Nori, gergelim, etc, são mais baratos quando compramos em lojas de artigos orientais.
- * Instrumentos, como pinças, pipetas, seringas, etc, são muito mais em conta em farmácias e outros tipos de comercio do que em lojas gastronômicas.

Marcos "Ripp" Cozzella

descomplicada
Gastronomia

A Arte do Empratamento



Marcos “Ripp” Cozzella

ripp.cozzella@gmail.com

