MANUAL TÉCNICO DE **PASTELARIA**

Pastelaria








TURISMO DE PORTUGAL

TURISMO DE
PORTUGAL

MANUAL TÉCNICO DE **PASTELARIA**



Autores:



Chef Fábio Bernardino
EHT Estoril



Chef Henrique Leandro
EHT Algarve



Chef Hugo Florentino
EHT Oeste



Chef Inácio Berlinda
EHT Lisboa



Chef Jorge Ferraz
EHT Porto



Chef Paula Mártires
EHT Portimão



Chef Paulo Santos
EHT Oeste



Chef Ricardo Santos
EHT Coimbra

Agradecimentos: Pastelaria Centeio (Faro); Fábrica e Pastelaria Arco-íris (Faro); Pastelaria Viriato (Ramada – Odivelas); Aos alunos e funcionários das Escolas de Hotelaria e Turismo que colaboraram direta ou indiretamente na logística e confeção da doçaria necessária à elaboração das Fichas Técnicas.

PREFÁCIO

O DESAFIO DA PASTELARIA

O tempo vai passando e quando olhamos para os muitos caminhos percorridos abismamos perante as transformações que operou e a que assistiu. Ora se faz longínquo, ora se torna arauto de amanhãs que nem nos havíamos atrevido sonhar. A força do calor e do fogo gerados na alquimia de uma cozinha, grande ou pequena, caseira ou profissional, dá-nos em contínuo o gozo inefável do "fazer de novo", sempre renovado. É um tempo circular que sistematicamente reconduz ao início de tudo e é assunto exclusivo dos incansáveis artesãos que povoam as cozinhas. Um tempo que não olha a regras, antes as estabelece. São os artistas, afinal, os que fazem o tempo, segundo mecanismos que só eles dominam. Tudo é novo e ao mesmo tempo tudo se eterniza.

Quando olhamos para a história da alimentação humana, rapidamente vamos ter ao tempo primevo, aquele em que nem do fogo dispunhamos ainda. Nessa escala, vemos que o assunto da pastelaria ocupa pouco mais que os dois segundos mais recentes. E, no entanto, intuímos facilmente o antigo. O nosso Abade de Priscos, o mesmo que nos deixou um legado especial a nós portugueses, foi um homem do séc. XX e no entanto, temo-lo firme na galeria dos clássicos, dos antigos. Estremeço de espanto quando constato que foi contemporâneo de Schönberg, o grande fundador da revolucionária música atonal; quando me dou conta da sua paixão pela fotografia; e sobretudo, quando sou forçado a perceber que o trabalho do açúcar, chocolate e ovos estava já ao seu dispor quando começou a exercer na área que tanto o afamou. A doçaria conventual, única e exclusiva do nosso Portugal, comportando códices de leitura aberta e internacional, era-lhe inteiramente familiar. Se França se adiantou na sistematização das técnicas e modos da pastelaria, ocupando o lugar que há que reconhecer-lhe, a nós coube-nos a tarefa de fixar receituário familiar e conventual, ainda a clamar por que se interessem mais pessoas por ele. Os pastéis de leite, eternizados no livro de cozinha da infanta D. Maria, deram, com a introdução da massa folhada, no fabuloso pastel de nata, peça indiscutível do estandarte português. Mais tarde, já na primeira metade do séc. XX, estabeleceram o Mestre João Ribeiro, do ido Hotel Aviz, e o grande gastrónomo António Maria Oliveira Bello (Olleboma) as duas grandes receitas que hoje existem para o nosso pastel de nata. O primeiro parte do leite, o segundo das natas, o que tem a leitura direta da renúncia a qualquer programa obrigatório, afirmando a criatividade como o componente mais importante de quem se dedica à pastelaria. É este, de resto, o grande paradigma da cozinha portuguesa, doce ou salgada: tudo em aberto, sem segredos.

Se a cozinha tradicional é por definição experimentalista e empírica, a pastelaria exige um programa mínimo de conhecimentos e técnicas. O trabalho de um pasteleiro é de tal minúcia que o mililitro e o miligrama são as suas unidades de trabalho. Os passos do seu trabalho, desde os ingredientes iniciais até ao resultado final, não permitem o mínimo desmazelo. Uma flutuação de apenas alguns graus na temperatura de um chocolate altera dramaticamente o aspeto e estrutura finais, por exemplo. Tudo é sensível e tudo se reflete no resultado final. O arsenal técnico de que um pasteleiro tem de estar munido é imenso e no entanto, é de quem se espera a maior fantasia.

Há dentro de cada pasteleiro uma criança que não só adora brincar, como está sempre a pensar num brinquedo novo. E no entanto, a criação na pastelaria é dos processos mais solitários que existe. É como se a fantasia se fizesse também companhia. Ainda por cima, todo o processo existe para nos dar prazer. Nunca é a fome que nos faz aproximar da pastelaria, é sempre o desejo. E quando somos surpreendidos, seja com um simples arroz doce ou com um complexo *financier*, ficamos em festa. A pastelaria promove esta cumplicidade de forma simples e sensível. É aí que está a sua grande beleza.

A exposição mediática dos cozinheiros tem despertado muitas vocações na camada jovem, aspirando aos píncaros de uma carreira que, como todos sabemos, exige uma vida inteira de dedicação e paixão. As nossas escolas de hotelaria têm sabido ajustar os seus currículos de forma notável, conseguindo corresponder à procura da novidade que caracteriza os jovens aspirantes a cozinheiro. Sem esquecer, como se impõe, a relevância e riqueza da nossa tradição culinária. Tenho-me dado conta de que, a par desta explosão de vocações, são muitos, também, os que sentem o apelo da pastelaria. Também no universo profissional, muitos dos novos *chefs* nutrem também grande interesse pelo assunto, procurando formação e conhecimento. É de inteira justiça, por tudo o que ficou dito e muito mais que não cabe aqui, que todos nos regozijemos com a brilhante iniciativa do Turismo de Portugal de lançar este seu primeiro manual de pastelaria.

Fernando Melo

Gastrónomo, crítico de vinhos e comida.

ÍNDICE

Índice alfabético 9

01 Os conceitos 13
- Introdução 14
- Evolução histórica da pastelaria 14
- A doçaria em Portugal 15
- Organização física da pastelaria 16

02 Os géneros 29
- Açúcar 30
- Aletria 33
- Arroz 33
- Bebidas 34
- Café 34
- Chocolate 35
- Ervas aromáticas 35
- Especiarias 36
- Farinha 37
- Frutos 39
- Gorduras 40
- Legumes 42
- Levedura 42
- Ovos 43
- Produtos lácteos 44
- Produtos secundários 45

03 Massas de base 47
04 Cremes 63
05 Merengues 73
06 Doces e geleias 79
07 Molhos 91
08 Pastelaria clássica 99
09 Pastelaria internacional 109
10 Pastelaria festiva 139
11 Pastelaria regional e conventual 151
12 Pastelaria individual 175
13 Pastelaria de merenda e pequeno-almoço 191
14 Minipastelaria e *petit-fours* 199
15 Chocolate 209
16 Sorvetes, gelados e *parfait* 217
17 Pastelaria artística 227
18 Panificação 235

Vocabulário técnico 247
Bibliografia 253

ÍNDICE ALFABÉTICO

A

Aletria 140
Apfelstrudel 110
Apple pie 111
Arroz doce 141

B

Babá com rum 176
Baklava 112
Barriga de freira 152
Bavarois (Moscovita) 100
Bebinca 113
Biscoitos 200
Bola de Berlim 177
Bolo de aniversário/casamento /batizado..... 149
Bolo de arroz 178
Bolo de mel (Ilha da Madeira) 148
Bolo inglês 192
Bolo-rei 142
Bom bocado [Nota] 165
Bombom 210
Bread and butter pudding 114
Brigadeiros 211
Brioches 193
Broas castelares 143
Brownies 212

C

Cacete 238
Calda de lustre [Nota] 184
Caracol 179
Cassata 115
Castanhas de ovos 153
Charlotte de morango 101
Cheesecake 116
Churros 117
Coscorões 144
Creme brulée [Nota] 118
Creme catalão 118
Creme chiboust [Nota] 121
Creme de amêndoa (Frangipane).. 68
Creme de chantilly 69
Creme de chocolate 64
Creme de manteiga 65
Creme de natas 66
Creme de ovos 67
Creme de pasteleiro 68
Creme de Pudim Flan 70
Creme inglês 71
Crème anglaise collée [Nota] 71
Croissant 194
Croquembouche 102
Custard [Nota] 71

D

Demi-cuit 213
Doce de abóbora 80
Doce de amora [Nota] 83
Doce de framboesa [Nota] 83
Doce de gila 81
Doce de marmelo (Marmelada).... 82
Doce de morango 83
Doce de pera 84
Doce de pêssego 85
Doce de tomate 86
Dom Rodrigo 154
Duchesse 180
Dundee cake 119

E

Éclair 181
Encharcada 155

F

Fatias de Tomar 156
Fios de ovos [Confeção] 154
Folar da Páscoa 147

G

Gâteau Paris-Brest 120
Gâteau Saint Honoré 121
Gelado de amora [Nota] 223
Gelado de baunilha 220
Gelado de café 221
Gelado de chocolate 222
Gelado de framboesa 223
Gelado de morango [Nota] 223
Geleia de laranja 87
Geleia de maçã 88
Geleia de pera 89
Glacê real 74

J

Jesuíta 182

K

Kugelhopf 122

L

Lampreia de ovos 157
Leite creme [Nota] 118
Lemon pie 123
Línguas de gato 201
Línguas de veado 202

M

Macarons 203
Massa areada (ou doce) 49
Massa de brioche 57
Massa de crepes 54
Massa de fartos 55
Massa de filhó 53
Massa de biscoito 56
Massa de Saboia 60
Massa de savarino 58
Massa folhada 51
Massa genovesa 59
Massa quebrada 50
Massa tenra [Nota] 161
Massa vinhê 61
Massapão 52
Merengue francês 75
Merengue italiano 76
Merengue suíço 77
Mil folhas 183
Moka cake 103
Molho de chocolate 92
Molho de frutos vermelhos [Nota] 95
Molho de laranja 97
Molho de maçã 96
Molho de mel 94
Molho de morango 95
Molho de Sabayon (Zabaglione) 93
Morgados 158
Mousse de chocolate 214
Muffins 124

O

Omeleta surpresa 104
Ovos moles 159

P

Palha de Abrantes 160
Palmier coberto 184
Palmier recheado 184
Palmier simples 184
Panettone 125
Panna Cotta 126
Pão de centeio 239
Pão de Deus 195
Pão de leite 196
Pão de milho 240
Pão de mistura 241
Pão de rala 163
Pão de trigo branco (Vianinhas) 242

Pão de trigo escuro 243
Pão integral 244
Pão tigre 245
Pão-de-ló de Ovar 162
Papos de anjo 164
Parfait 224
Parfait Praliné 225
Pastéis de feijão 161
Pastéis de nata 165
Pastéis de Tentúgal 166
Pastelaria artística (açúcar) 228
Pastelaria artística (chocolate) 229
Pastelaria artística (pão) 231
Pastelinhos de coco 204
Pera Bela Helena 105
Pêssego Melba 106
Pizza 246
Praliné [Confeção] 120
Profiteroles 205
Pudim Abade de Priscos 167

Q

Queijada 185
Queque 186
Quindim 127

R

Rabanadas 145
Rabanadas com vinho tinto [Nota] . 145
Rim [Nota] 181

S

Sacher torte 128
Schwarzwälder kirschtorte 129
Scones 197
Sericá / Sericaia 168
Shortbread 130
Sonhos 146
Sopa dourada 169
Sortido húngaro 206
Sorvete de limão 218
Sorvete de morango 219
Soufflé de limão 107

T

Tarte Linzer 131
Tarte Tatin 132
Telhas 207
Tíbia 187
Tiramisu 133
Torta de Viana 170
Tortinhas de Azeitão 171
Toucinho do céu 172
Trança 189
Travesseiro 188
Triffle 134
Trouxas de ovos 173
Trufa de chocolate 215

V

Vacherin 135

W

Waffles 136

X

Xarope (Sirop) 94

Z

Zuppa 137











01

Os Conceitos

O presente manual tem como objetivo proporcionar aos jovens alunos das Escolas de Hotelaria e Turismo em formação inicial e aos profissionais em reciclagem, um instrumento de apoio, consulta e guia nas sessões práticas de aprendizagem na área da pastelaria.

Sendo um manual básico, não pretende ser exaustivo na abordagem, tendo, por isso, requerido um trabalho de seleção do receituário mais relevante que procura cobrir as diferentes técnicas desta arte, bem como fazer uma pequeníssima abordagem às técnicas de panificação.

Nos dias de hoje, a um profissional da pastelaria não basta ter o domínio das questões técnicas abordadas neste manual, mas também outras, como sejam as questões da higiene alimentar ou nutrição, mas acima de tudo, as competências sociais, como o relacionamento com os outros, a delicadeza, a lealdade, a cooperação e a confiança.

Ao estruturar a organização deste manual, por capítulos, procurou-se facilitar a consulta por temática, sendo cada capítulo constituído por um conjunto de fichas técnicas, que acreditamos serem de fácil leitura e explícitas nas fases de execução, respeitando a simplicidade técnica, a rapidez, a eficácia e o respeito pela tradição clássica e pela história da preparação.

As fichas técnicas são instruções de produção que contêm as especificações e explicações necessárias à confeção das diversas receitas. Devem ser criteriosamente seguidas, pois qualquer alteração, pode conduzir a resultados infelizes.
Não se pretende, contudo, excluir abordagens mais recentes ou outros métodos de preparação em uso na profissão.

Como nota final, fazemos votos que este manual possa ser útil a todos aqueles que consigam encontrar satisfação nesta nobre arte.



Ilustração de Nicolas de Larmessin II, 1700

INTRODUÇÃO

A pastelaria é uma área técnica, multidisciplinar e interdisciplinar, que se foi desenvolvendo ao longo dos tempos de forma empírica, até se obter uma base científica de técnicas e fenómenos rigorosos. Pode, também, ser considerada uma arte gastronómica, pois para além da técnica, existe toda uma sensibilidade estética na conciliação de ingredientes, cores, texturas e temperaturas dos diferentes alimentos que expressam um conceito.

Ao longo da história da pastelaria foram (co)existindo diferentes vertentes de pastelaria, como a regional, a tradicional, a popular, a conventual portuguesa, a pastelaria clássica ou a pastelaria internacional. Mas, outras vertentes modernas se vão revelando, como são os casos da pastelaria de autor, da pastelaria de fusão, da pastelaria molecular e da pastelaria de reconstrução.

EVOLUÇÃO HISTÓRICA DA PASTELARIA

Iniciada, segundo tudo indica, pelos gregos em data imprecisa, a arte da pastelaria foi introduzida em França na idade média. Desde então, este país tornou-se o grande precursor da pastelaria nas suas variadas cambiantes, dada a natural tendência e o gosto requintado dos seus executantes que, através dos tempos, cultivaram a arte da pastelaria com extraordinário empenho e dedicação.

Deve-se a Etiene, consagrado profissional francês, a legalização do trabalho neste setor. Foi ele que, no ano de 1268, fixou períodos de trabalho e aprendizagem, montantes de salário e orientações pedagógicas.

Por intermédio de Carême, a pastelaria conheceu um belo período no começo do séc. XIX, atingindo o prestígio e requinte inerentes a uma verdadeira arte. Diga-se por curiosidade, que a ele se devem as criações dos célebres "croquembouche", das "milfeuilles" ou os segredos do açúcar trabalhado à mão. Após Carême, apareceram homens como Rouget, Leblanc, Jacquet e outros, que aperfeiçoando o estilo deste, deslumbram o meio parisiense com novos métodos de apresentar os seus trabalhos.

Foi neste período que apareceram peças consideradas clássicas e que se mantêm atuais, tais como o "Saint Honoré", o "napolitan" e muitas outras, que foram o prelúdio da pastelaria moderna de que nos fala Darenne na sua obra "Patisserie Moderne".

A pastelaria, tem hoje um lugar de destaque na gastronomia mundial porque se trata de uma arte que é feita para proporcionar aos amantes da doçaria momentos de encanto e delícia. Como se de consagrados artistas de escultura se tratasse, os grandes nomes da pastelaria foram constantemente solicitados para participar em exposições internacionais e em banquetes reais para que as suas peças ornamentassem *buffets*. Mestres como Duval, Chanel, Brown, Revier, Guillon e Guerard ficaram na história como artífices na difícil missão de transformar o açúcar em maravilhosa filigrana ou em estilizadas decorações.

Esta breve descrição histórica, demonstra aos que pretendam singrar nesta profissão, que serão eles os herdeiros de uma longa tradição, construída ao longo dos séculos por magníficos homens.

A DOÇARIA EM PORTUGAL

Os nossos antepassados Lusitanos teriam já confecionado doces. Decerto que nesses longínquos tempos a variedade não seria muita, bem como as preocupações em relação à sua estética, tanto mais, que a sua base seriam produtos como a farinha de bolota e o mel, para além do leite de cabra, visto que outros produtos ainda não abundavam.

Com a chegada dos romanos e o seu estabelecimento na Península Ibérica, iniciou-se a implementação dos seus usos e costumes e a utilização de outros produtos até então desconhecidos na região.

Embora a doçaria venha neste período a atingir uma dimensão comercial, tal desenvolvimento acabou por estagnar devido à queda do Império Romano e à devastação da península aquando das invasões por povos do norte da Europa.

Desde a queda do Império Romano, as populações do que restava das grandes cidades, passaram a confecionar doces por ocasião das grandes festividades. Apenas os mosteiros, devido à sua função de "unidades de produção" e "centros culturais", detinham o conhecimento de receitas que no esplendor das grandes cidades tinham sido populares. Isto, porque nesses locais existia quem detivesse o conhecimento e porque possuiam os géneros necessários para o efeito, desde a matéria-prima aos registos de antigas receitas.

Contudo, a conquista da Península Ibérica pelos mouros, possibilitou o desenvolvimento da agricultura e do comércio. Foram introduzidos, na zona a sul do Tejo, o cultivo e refinação do açúcar, a laranjeira, o limoeiro e a amendoeira, o que talvez explique a origem da doçaria algarvia, pois existem receitas que remontam a tempos muito antigos. Mais tarde, o desenvolvimento da cana-de-açúcar a partir da ilha da Madeira (séc. XV) e a seu tempo, também do Brasil (séc. XVI), possibilitaram a generalização do uso deste género alimentar na doçaria portuguesa. Contudo, o povo raramente incluía os doces nas refeições, continuando a reservar a sua presença para festas ou ocasiões especiais, quer por não haver tempo nem conhecimentos para os elaborar, quer por não existir possibilidade de comprar açúcar ou por o mel ser escasso.



A partir do séc. XVI, devido às grandes indústrias açucareiras da Madeira, Açores, Cabo Verde, S. Tomé e Brasil, o preço do açúcar caiu em virtude da abundância do produto e das ligações proporcionadas pelas rotas marítimas. O seu consumo generalizou-se a todos os estratos sociais. Todavia, os mosteiros e conventos continuaram a ser, até meados do séc. XIX, os principais centros de confeção doceira em Portugal. Com a República e a extinção das ordens religiosas, muitas das receitas centenárias saíram das paredes dos mosteiros e foram passadas para familiares, chegando aos nossos dias, passando de geração em geração.

ORGANIZAÇÃO FÍSICA DA PASTELARIA

O ESPAÇO DA PASTELARIA

O termo pastelaria, designa, habitualmente, em Portugal, o estabelecimento do pasteleiro ou de quem faz bolos, bem como o local onde se pode consumir uma refeição ligeira.

Tratamos aqui dos locais de produção, podendo estes ser em unidades independentes ou integrados em estabelecimentos hoteleiros ou similares.



Nas unidades integradas em estabelecimentos hoteleiros, a pastelaria é um local independente, anexo à cozinha, frequentemente considerado à margem daquela, apesar da sua relevância no conjunto da produção.

A sua localização deve ser criteriosamente escolhida, sendo aconselhável a sua fácil ligação aos seguintes locais:

- cozinha – dado inúmeras preparações salgadas serem produzidas na cozinha com a ajuda da pastelaria (quiches, massas para cobertura, *pizzas*, etc.)
- espaços de comercialização (restaurantes, cafetarias e bares) – favorecendo a passagem de notas de encomenda, o envio das confeções e o seu controlo.

Nas unidades integradas em estabelecimentos similares, a pastelaria é igualmente um local independente anexo a um espaço de comercialização da sua produção.

As instalações de uma pastelaria devem obedecer ao mesmo conjunto de requisitos exigidos para a instalação de uma cozinha (Regulamento [CE] n.º 852/2004 do Parla-

mento Europeu e do Conselho de 29 de Abril de 2004, relativo à higiene dos géneros alimentícios), usufruindo de sistemas de ventilação e refrigeração, iluminação e demais condições legais de trabalho indispensáveis à atividade.

Se produzir gelados ou trabalhar o chocolate de uma forma intensiva, as instalações devem ter um espaço próprio ou "atelier", onde as condições físicas possam ser controladas, particularmente a temperatura ambiente e a humidade.

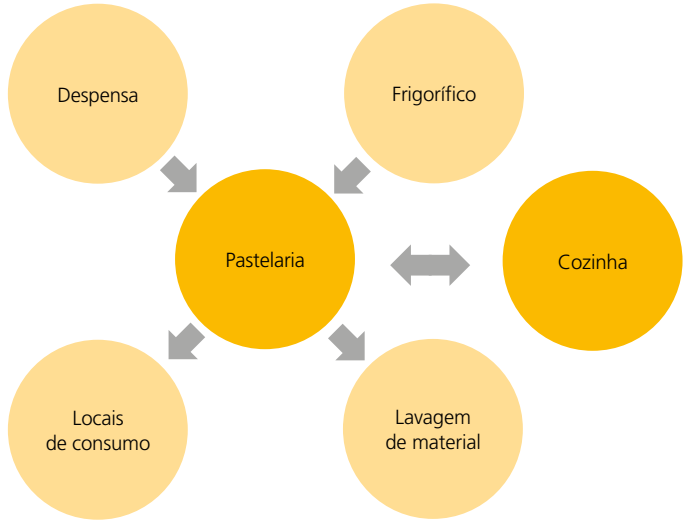
A utilização crescente de produtos semi-elaborados (para finalizar no local) e de produtos prontos a consumir, congelados ou refrigerados, modificou progressivamente a conceção e instalação do espaço da pastelaria, a organização do trabalho e o grau de qualificação dos seus recursos humanos.

Segundo a dimensão da unidade e a diversidade da sua produção, assim os recursos humanos devem ser adaptados.

Este local de produção exige a implementação de rigorosos planos de higiene e segurança alimentar, atendendo que a produção de cremes e molhos, associados ao seu elevado índice de manipulação, são as principais fontes de toxi-infeções alimentares.

A organização do trabalho deve, por isso, obedecer a uma progressão lógica e racional, numa perspetiva de respeito pela regra da "marcha em frente" e onde não existam cruzamentos de circuitos, nomeadamente, profissionais, matérias-primas e resíduos de produção.

Organograma da Pastelaria numa unidade hoteleira





EQUIPAMENTO

ABATEDOR

Também designado por célula de arrefecimento rápido, serve para abater a temperatura de um género alimentar para temperaturas positivas ou negativas.

AMASSADEIRA

Equipamento de pastelaria e panificação utilizado para amassar os componentes que constituem uma massa. Geralmente é mais utilizado para massas mais compactas e de maiores dimensões. Possui uma grelha de proteção para evitar eventuais acidentes durante a amassadura.

ARRIÕES E ENFORNADORES



Arriões são carros ou estruturas para transportar tabuleiros (enfornadores) de pastelaria e panificação. Podem ser fabricados em inox ou zincados, em diversas medidas, para se adequarem aos tabuleiros a suportar.

Os tabuleiros (enfornadores) são utensílios utilizados para auxiliar a tarefa de enfornar produtos de panificação e pastelaria. Existem nos tipos "persiana" e "tela única".

Normalmente, são da largura da câmara de cozedura por forma a aproveitar todo o espaço disponível. O enfornador de persianas caracteriza-se por permitir uma rotação de 180º das suas telas e é normalmente utilizado para pães de menor dimensão. O enfornador de tela única é composto por uma só tela que desliza sobre o enfornador através de rolamentos, sendo utilizado para pães de maior dimensão.

BALANÇA

Instrumento destinado a indicar o peso dos produtos sólidos ou líquidos, existe em vários tipos, desde as antigas balanças de pratos e balanças analógicas (de disco e mostrador), até às recentes balanças digitais.



Balança de mostrador



Balança digital



Balança de pratos



Balança de disco

BANCADA DE LAVAGEM



Peça de equipamento constituída por um ou dois tanques e torneiras de água quente e água fria ou misturadora. Lateralmente ao tanque, podem existir uma ou duas chapas onduladas que servem para colocar os utensílios a escorrer.

BATEDEIRA

Estas máquinas servem para bater e amassar massas. Para tal, dispõem de um conjunto de acessórios. O que as caracteriza é a capacidade da sua bacia, que pode ser de 10, 20, 40 e 60 litros ou até mais.

A capacidade da bacia diz-nos a potência da batedeira e a sua capacidade de amassadura. As batedeiras de maior dimensão podem, em muitos casos, utilizar bacias de menor dimensão. Para que tal seja possível é necessária a utilização de um acessório que reduz o círculo de assentamento, permitindo a adaptação individual de bacias com inferior capacidade.



Amassadeira e batedeira

Acessórios de batedeira:



Varas
(cremes)



Gancho
(massas densas)



Raquete
(massas semi-rígidas)

ESTANCADOR



Utensílio em inox onde se colocam as massas panares e outras para a fermentação inicial. Este tempo de fermentação também se pode designar por "estanca". A sua composição é feita por um suporte e um meio cilíndro que encaixa no suporte, formando uma espécie de cuba.

ESTUFA

Câmara onde se pode elevar, artificialmente, a temperatura e a humidade, por forma a acelerar a fermentação de massas. Existem três tipos diferentes de estufas:

- **Secas**

  São incorporadas nos fornos elétricos sob câmaras de cozedura e com aquecimento elétrico regulável.



- **Com humidade**

  Tanto o aquecimento como a humidade podem ser regulados e estão separados dos fornos. Utilizam-se para evitar a criação de crostas nas massas e podem estar providas de rodas para deslocação.

- **Controladas**

  Têm um dispositivo eletrónico para regular o tempo de congelação. Após o período de congelação programado, o dispositivo alterna automaticamente, passando a produzir calor, provocando assim a fermentação. Este tipo de estufas permite que as massas sejam tendidas num dia e cozidas no dia seguinte.

FOGÃO

Equipamento elétrico ou a gás que permite confecionar produtos de pastelaria. Dispõe de bocas de calor, cuja força, no caso dos modelos a gás, é regulável através de botões e nos modelos a eletricidade por termóstatos.



Forno de alvenaria

FORNO

O forno é uma peça fundamental e indispensável numa pastelaria e padaria. É constituído por uma estrutura metálica assente sobre rodas, com as câmaras de cozedura sobrepostas. Geralmente, os fornos para panificação possuem uma câmara alta e um "lar" com pedra refratária e vapor de água, enquanto que os fornos de pastelaria podem ter apenas chapas metálicas.

Os principais tipos de fornos são os de alvenaria, a gás e elétricos.

- **Alvenaria**

  É um tipo de forno já muito pouco utilizado tanto em pastelaria como em panificação. A sua decrescente utilização deve-se ao facto de não ser muito prático.

- **Gás**

  Este tipo de forno foi, em tempos, muito utilizado nesta atividade profissional, mas hoje, o seu uso encontra-se reduzido.

- **Elétrico**

  É o tipo de forno mais utilizado em pastelaria e panificação. Possui câmaras sobrepostas, podendo a câmara ter uma capacidade para dois ou três tabuleiros.

  As câmaras destes fornos dividem-se em quatro tipos:

  - Baixa (16 cm)
  - Alta (21 cm)
  - Super alta (26 cm)
  - Super-super alta (31 cm)



  O calor tem origem em resistências elétricas que podem aquecer todo o conjunto ou em separado, o tecto, a porta e o "lar". Estas resistências não são visíveis no interior das câmaras pois funcionam por fora das suas estruturas, mas no interior da estrutura geral do forno.

FRIGORÍFICOS

Armário ou câmara vertical, ou horizontal, para armazenagem de géneros alimentares a temperaturas positivas ou negativas.

FRITADEIRA

Equipamento em inox de forma circular, quadrada ou retangular, com modelos de vários tamanhos. Em pastelaria utilizam-se modelos de maiores dimensões por forma a fritar um maior número de produtos. Estão disponíveis no mercado com alimentação elétrica e a gás. A temperatura do óleo é regulável por termóstato.



LAMINADOR

Equipamento utilizado para estender, ou seja, laminar massas, com o objetivo de regular progressivamente a sua espessura.

LAVA MÃOS



Equipamento essencial para manter a higiene dos manipuladores na produção de pastelaria. Este equipamento possui uma torneira misturadora para que a água seja tépida, facilitando a remoção da sujidade das mãos. O seu dispositivo de funcionamento está adaptado de forma a que o utilizador o possa usar sem que necessite de utilizar as mãos para o acionar, possuindo para isso um pedal ou sensores. Desta forma, mantém-se a higiene do utilizador e do próprio equipamento.

MESA DE TRABALHO



Mesa com tampo em pedra

É sobre esta que o profissional de pastelaria e panificação realiza grande parte dos seus trabalhos, como amassar, tender e dar acabamento às várias massas.

- **Mesa com tampo de pedra**

  Integralmente feita em inox, possui um tampo de pedra.

- **Mesa com tampo em inox**

  Possui uma estrutura fechada e, tal como a anterior, é também, integralmente feita em inox, incluíndo o tampo.

- **Mesa com refrigeração**

  Relativamente aos modelos anteriormente descritos, a grande diferença reside na existência, na zona inferior fechada, de um motor de refrigeração e prateleiras refrigeradas para conservação de alimentos perecíveis.



Mesa com refrigeração

MICRO-ONDAS



Equipamento utilizado para promover o aquecimento de algumas matérias-primas, cujo funcionamento se baseia na agitação de ondas eletromagnéticas que oscilam com frequências muito elevadas.

MOLDADORA DE CACETES

Máquina de panificação que enrola e molda empelos de pão na forma de cacetes.



PASTEURIZADORA

Máquina de pasteurizar aparelhos que pode funcionar associada à produtora de gelados.

PICADORA

Máquina utilizada para fracionar produtos alimentares.



PRODUTORA DE GELADOS

Produz, por batimento, aparelhos de gelado criando uma massa de micro cristais.

REFRIGERADOR E DOSEADOR DE ÁGUA



Refrigerador
e doseador de água

O refrigerador tem a finalidade de arrefecer a água utilizada na elaboração de massas para o controlo da sua temperatura.

Utilizado em conjunto com o refrigerador, o doseador de água, permite controlar a quantidade necessária desta para a amassadura de uma massa. Também existem equipamentos que misturam a água do refrigerador com a água da torneira, descarregando para a amassadeira a quantidade de água necessária, à temperatura previamente definida.

SALAMANDRA



Equipamento elétrico ou a gás, regulável em altura, que permite gratinar e tostar, sendo o seu calor projetado pela parte superior.

SALVA-VIDAS



Objeto metálico utilizado na panificação para retirar o pão de forma mais rápida do forno. Associado a esta estrutura metálica está um cabo, também metálico.

TEMPERADORA DE CHOCOLATE



Caixa térmica em aço inoxidável, utilizada para derreter e manter o chocolate em estado líquido com a temperatura regulada entre os 0 °C e os 60 °C. Existe em versões com água (banho-maria) e de calor seco.

Depois de derretido e feita a tempera do chocolate, coloca-se à temperatura pretendida para que este se possa manter em estado de uso adequado.

Temperadora e outros
acessórios para trabalhar chocolate

VÁCUO



Máquina de embalar géneros alimentares, que utiliza sacos próprios, retirando o oxigénio do seu interior.



UTENSÍLIOS



Passadores (chinês), púcaros, caçarolas e panelas.



1 - Aros de inox; 2 - Molheiras; 3 - Escumadeiras; 4 - Concha; 5 - Tachos; 6 - Funil de fios de ovos.



1 - Cortantes; 2 - Varas de arames; 3 - Boquilhas; 4 - Formas; 5 - Rolo; 6 - Moldes de filhós.



1 - Sifão; 2 - Rolo para *croissants*; 3 - Raspadeira (cuía); 4 - Rolo rendilhador; 5 - Espátula; 6 - Descaroçadores; 7 - Tesouras; 8 - Pincéis; 9 - Colher em polietileno.



Utensílios para gelados: 1 - Cuvetes; 2 - Taças; 3 - Colheres de gelado; 4 - Espátula de gelado.

PESSOAL

"BRIGADA" DE PASTELARIA

Designa-se por "brigada" o pessoal que trabalha numa pastelaria. Cada "brigada" deve ser composta segundo as necessidades e as disponibilidades existentes, conforme com o tipo de estabelecimento e possui uma hierarquia, constituída tradicionalmente pelas seguintes posições:

- **Chefe pasteleiro**

  É quem planifica, dirige, distribui, coordena e fiscaliza todas as tarefas e fases de trabalho da secção, nela intervindo onde e quando necessário. Requisita matérias-primas e outros produtos e cuida da sua conservação. Cria receitas e colabora na elaboração das ementas e listas. Mantém atualizado o inventário de material e *stocks* de matérias-primas.

- **Pasteleiro de 1.ª**

  É quem prepara as massas, vigia temperaturas e pontos de cozedura e age em todas as fases dos serviços. Dirige o funcionamento das máquinas, em tudo procedendo de acordo com as instruções do chefe, substituindo-o nas suas faltas e impedimentos. Colabora, dentro da sua especialidade, nos trabalhos de pastelaria.

- **Pasteleiro de 2.ª**

  É quem trabalha com o forno e, qualquer que seja a sua área, quem coadjuva o pasteleiro de 1.ª no exercício das suas funções, substituindo-o nas suas faltas e impedimentos. Confeciona sobremesas e colabora, dentro da sua especialidade, nos trabalhos de pastelaria.

- **Auxiliar de pastelaria**

  É o auxiliar do pasteleiro de 2.ª e tem por missão o transporte e arrumo de todo o material requisitado pela secção. Trata de toda a limpeza e arrumação da pastelaria.

INDUMENTÁRIA PROFISSIONAL

Todo o pessoal ligado à confeção de alimentos deve manter durante as horas de trabalho uma higiene muito cuidada. Para tal, é necessária a utilização de fardas limpas e adequadas.

A farda, sendo obrigatória, representa o profissionalismo e responsabilidade do trabalhador, dando uma boa imagem do estabelecimento.

A escolha da farda deve seguir determinados fatores como a durabilidade, a facilidade de tratamento, o conforto e a estética.

As fardas devem ser de cor clara, para que a sujidade se detete com facilidade, bem como, para refletir o calor mais facilmente.

O calçado, sapatos ou socas, deve ser confortável, antiderrapante e mantido limpo. Em determinadas tarefas é também necessária a utilização de máscaras para proteger o nariz e boca.

A jaleca deverá estar sempre fechada e abotoada, o lenço bem apertado e o avental colocado de forma correta.

Em termos de cuidados pessoais, o cabelo deverá manter-se curto, limpo e tapado com o barrete. As mãos devem ser cuidadas, com as unhas curtas, lavadas e desinfetadas antes de cada tarefa. Por razões de higiene, não é permitida a utilização de relógio, anéis, pulseiras e outros objetos de adorno pessoal na zona das mãos e braços.

COMPOSIÇÃO DO UNIFORME



Touca ou barrete

Tem como função proteger os cabelos para evitar a sua queda nos alimentos. Pode ser de tecido lavável ou descartável.

Lenço

Protege o pescoço e absorve o suor durante o trabalho.

Jaleca

Deve ser composta por tecido lavável, de preferência em algodão e de cores claras. Deve permitir que se dispa rapidamente em caso de acidente.

Avental

Tem como função proteger a jaleca e as calças da sujidade. Existem modelos com e sem peitilho.

Calças

Podem ser da mesma cor da jaleca ou de cor diferente, mas de tecido lavável. Para a padaria é aconselhável uma cor clara.

Sapatos ou socas

Devem ser de biqueira de aço e com rasto antiderrapante.











02

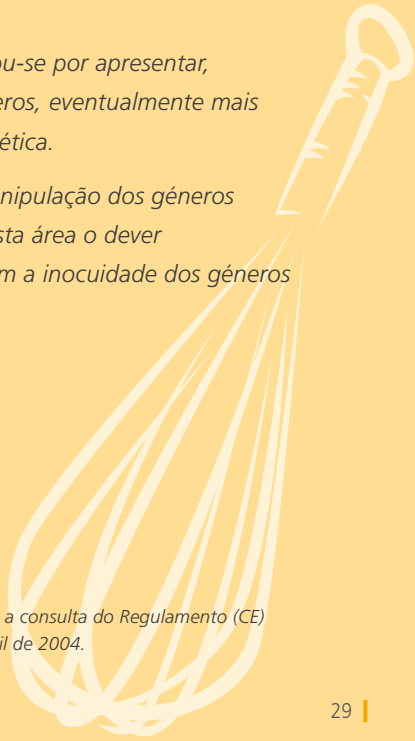
Os Géneros

A pastelaria e a padaria são secções de produção alimentar onde se manuseia e utiliza uma enorme variedade de géneros alimentícios distintos.

Inevitavelmente, qualquer profissional de pastelaria deve possuir conhecimentos sobre as características, aplicação e utilidade de cada ingrediente que utiliza no seu dia-a-dia de trabalho.

Não pretendendo tornar este capítulo extenso, optou-se por apresentar, de forma resumida, a caracterização de alguns géneros, eventualmente mais usuais, por tipologia e organizados por ordem alfabética.

É oportuno salientar, que o acondicionamento e manipulação dos géneros requer particular atenção, tendo os profissionais desta área o dever de implementar medidas de segurança que garantam a inocuidade dos géneros e do produto final.



Nota: *Relativamente à higiene dos géneros alimentícios, sugere-se a consulta do Regulamento (CE) n.º 852/2004 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 29 de Abril de 2004.*



AÇÚCAR

O açúcar faz parte da família dos glícidos solúveis (também chamados hidratos de carbono), ditos açúcares de rápida absorção, por oposição aos amidos, de assimilação lenta. O termo açúcar, no singular, está legalmente reservado ao açúcar de cana ou de beterraba.

As suas duas principais fontes são a cana-de-açúcar, nas regiões tropicais, e a beterraba sacarina, nas regiões temperadas.

APRESENTAÇÕES DO AÇÚCAR

- **Açúcar amarelo**

  Açúcar refinado também classificado de claro e escuro.

- **Açúcar aromatizado**

  Açúcar adicionado de extratos, como baunilha, por exemplo.

- **Açúcar cristalizado**

  Trata-se de açúcar granulado, apresentando-se em cristais mais finos e utiliza-se sobretudo em compotas, pastas de frutos e na decoração de bolos.

- **Açúcar de melaço**

  É um açúcar escuro não refinado, com elevada percentagem de melaço.

- **Açúcar demerara**

  Originalmente proveniente da Guiana, possui enormes cristais e é ligeiramente pegajoso.

- **Açúcar granulado**

  É o açúcar mais utilizado em pastelaria. É, também, utilizado para fazer açúcares aromatizados.

- **Açúcar mascavado**

  Pode ser claro ou escuro. Tem um sabor menos forte que o açúcar de melaço.

- **Açúcar em pó**

  Açúcar granulado, muito bem triturado, reduzido a um pó impalpável, adicionado a 3% de amido para evitar a formação de pedras, serve para polvilhar, decorar e envolver doces. É, muito utilizado em confeitaria.

- **Outros**

  Frutose – Também conhecido como açúcar da fruta, é um tipo de produto purificado e cristalizado, mais doce do que a sacarose.

  Glucose – Apresenta-se sobre a forma de xarope viscoso transparente ou em pó branco. É utilizado com o fim de limitar a cristalização dos açúcares e tornar suave as misturas onde é adicionado.

Isomalte – Substância adoçante inodora, incolor e cristalina. Possui poder calórico inferior à sacarose, sendo normalmente obtido de beterraba.

Maltitol – Produto edulcorante que resulta da hidrogenação da fécula do malte.

Mel – Substância adoçante e natural, elaborada pelas abelhas com o néctar das flores (alfazema, pinheiro, acácia, etc.). É composto por 76% de açúcar e a restante parte por vitaminas e água. Possui um poder adoçante superior às restantes sacaroses, tendo a vantagem de ter cor e sabor perfumado.

Sorbitol – Produto adoçante proveniente da glucose ou dextrose. O seu poder adoçante é inferior ao da sacarose, o que o torna muito utilizado em alimentos para diabéticos.

Xarope de glucose – Composto aquoso purificado e concentrado de sacarídeos alimentícios.

PONTOS DE AÇÚCAR

Aos diferentes estados de adição de açúcar com água, pela ação da fervura, dá-se o nome de calda de açúcar. Continuando o processo de fervura, obtêm-se os pontos de açúcar. Na generalidade, as proporções de água e açúcar são de 1 kg de açúcar para 0,5 l de água.

Para determinar os diferentes pontos de açúcar, usa-se o processo baseado no aspeto físico da calda, avaliando a sua consistência. Também se pode utilizar um termómetro ou um pesa-xaropes.

DETERMINAÇÃO DOS PONTOS DE AÇÚCAR

Pontos de açúcar	Pesa-xaropes	Termómetro	Descrição empírica
Pasta ou **calda fraca**	24 °Be	101 °C	Ao mergulhar uma colher na calda, esta adere e forma uma crosta quando a colher é retirada.
Cabelo	26 °Be	104 °C	Pondo uma gota de calda entre o polegar e o indicador, ao afastar os dedos, a calda corre em fios finos e resistentes.
Pérola ou **nata**	32 °Be	107 °C	Forma-se uma bola na extremidade do fio que escorre da colher.
Estrada ou **fio**	35 °Be	110 °C	Colocando-se uma gota da calda ligeiramente arrefecida no polegar e outra no indicador, ao juntar e afastar os dedos, a calda forma fio.
Assoprado fraco ou **de voar fraco**	37 °Be	112 °C	Soprando nos furos de uma escumadeira que passou na calda, formam-se bolhas que rebentam rapidamente.
Assoprado forte ou **de voar forte**	38 °Be	115 °C	Soprando nos furos de uma escumadeira que passou na calda, formam-se bolhas maiores que demoram a rebentar.



Espadana	40 °Be	117 °C	A calda escorre em fitas largas com o aspeto de lâmina.
Bola mole	——	121 °C	A colher, ao passar na calda, deixa uma abertura que permite ver o fundo do tacho.
Rebuçado ou **bola rija**	——	125 °C	Deitando um pouco de calda em água fria, forma-se de imediato uma bola consistente que, quando lançada sobre um prato, faz o barulho de vidro.
Areia	——	134 °C	A calda começa a secar e nos bordos do tacho parece areia.
Caramelo	——	140 °C	O açúcar e a água, derretidos em lume médio, formam uma calda dourada e um cheiro característico de caramelo, que se vão acentuando com a fervura.

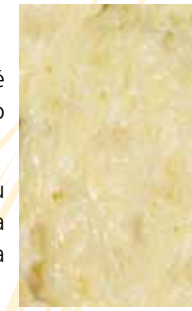
PRECAUÇÕES

A obtenção de um ponto de açúcar implica uma série de precauções. Uma vez que as diferentes etapas se sucedem muito rapidamente, deve-se ter atenção ao seguinte:

- Utilizar material perfeitamente limpo.
- Vigiar a preparação com muita atenção.
- Mexer o açúcar, para acelerar a sua dissolução na água, antes de o levar à ebulição.
- Nunca mexer o açúcar enquanto estiver ao lume, pois desta forma o açúcar toma a forma de pequenos cristais (cristaliza) ou diz-se que "está a arear".
- A adição de glucose impede a cristalização.
- Limpar constantemente os bordos interiores do recipiente com ajuda de um pincel húmido bem escorrido.
- Se for ultrapassado acidentalmente o ponto desejado, é possivel recuar no ponto juntando um pouco de água fria e retomando o lume até ao ponto pretendido. No entanto, não é possivel retirar-lhe os excessos de coloração.



ALETRIA



Massa alimentar em fios de fina gramagem, utilizada em cozinha e em pastelaria é citada no livro "Germinal", do escritor francês Émile Zola, por ter sido consumida pelo proletariado francês durante a Revolução Industrial.

Provavelmente introduzida em Portugal pelos árabes, de cuja palavra *al-irtiâ* ou simplesmente *itriya* (massa) deriva o seu nome, é citada em receitas da Península Ibérica desde o século XIV, estando muito enraizada na tradição gastronómica portuguesa, particularmente na sua doçaria tradicional.

ARROZ



Cereal da família das gramíneas de sabor suave e neutro, o arroz é consumido por mais de metade da população do planeta. Utiliza-se em cozinha e em pastelaria e é a terceira maior cultura cerealífera do mundo, apenas ultrapassado pelo milho e pelo trigo.

Historicamente, sabe-se que os chineses e os indianos conhecem o arroz desde há 3.000 anos a.C. e que este cereal terá chegado à Europa pela mão de Alexandre, o Grande.

Desde o início dos anos 20 do século passado, que o arroz passou a ter um papel bastante importante na alimentação dos portugueses, principalmente no norte do país, sendo Portugal o terceiro produtor europeu, maioritariamente com arroz tipo japónica (carolinos e médios), em que 70% pertence à variedade Carolino Ariete.

Com mais de 25.000 variedades, a classificação deste cereal é feita segundo o tamanho do grão (longo, extralongo, agulha) e segundo o tipo de tratamento a que é submetido (integral, pré-cozido, refinado).

O arroz é um cereal rico em amido e desprovido de glúten podendo ser usado em pastelaria e panificação dietética e recomendado na doença celíaca.

VARIEDADES MAIS UTILIZADAS EM PASTELARIA

- **Arroz Carolino**

  Característico por possuir um bago pequeno e redondo, tem mais amido e está indicado para a confeção de arroz doce.

- **Arroz Agulha**

  Com um bago maior e mais comprido que o tipo carolino, tem menos amido do que outras variedades.

- **Arroz Vaporizado**

  Este tipo de arroz é submetido a uma lavagem em água morna e posteriormente a um tratamento com vapor. Com este processo elimina-se parte do amido do bago, o que facilita a sua cozedura não o deixando empapar.



BEBIDAS

A utilização de bebidas alcoólicas faz parte integrante da receita de algumas confeções de pastelaria. Identificam-se algumas dessas bebidas.

- **Vinho** – Bebida obtida da fermentação alcoólica total do mosto de uvas brancas ou tintas e produzida, quase em todo o mundo, a partir de uma vasta série de castas.
- **Vinho licoroso** – Obtido da fermentação alcoólica parcial do mosto de uvas, interrompida com a adição de álcool vínico.
- **Cerveja** – Bebida obtida da fermentação de cevada maltada e outros cereais.
- **Aguardente [Aguardente velha / *Cognac* / *Brandy* / *Armagnac*]** – Aguardente proveniente da destilação de vinho e envelhecida em casco de carvalho.
- **Rum** – Aguardente proveniente da destilação do melaço de cana-de-açúcar fermentado.
- ***Kirsch*** – Aguardente incolor proveniente da destilação de cerejas silvestres.
- **Licores [*Triple sec* / *Curaçau*]** – Licores à base da infusão de cascas de laranja em álcool e sujeitos a uma tripla destilação.
- **Licor de amêndoa amarga** – Licor à base de aguardente e amêndoa, típico da região algarvia.
- **Licor de ginja** – Licor à base de aguardente e ginjas.
- **Licor de marasquino** – Licor incolor à base de cerejas marascas.
- **Licor à base de plantas e raízes** – Licor à base de plantas e sementes aromáticas e álcool, sujeito a dupla destilação.
- **Creme de menta (*Pippermint*)** – Licor de hortelã-pimenta.
- **Anis / *Anisette*** – Licor incolor de sementes de anis e açúcar.
- **Licor de café** – Licor à base de seiva de cana-de-açúcar, ervas, café e álcool.



CAFÉ

Bebida produzida a partir dos grãos torrados do fruto do cafeeiro das espécies arábica e robusta. É servido tradicionalmente quente, podendo igualmente ser consumido frio e com gelo.

O café é originário das terras altas da Etiópia tendo-se disseminado para o mundo através do Egito e da Europa. A palavra "café", para uns deve a sua origem à localidade de Kaffa na Etiópia e, para outros, à palavra árabe *qahwa*, que significa "vinho", dada a sua relevância para o mundo árabe.

O café é muito utilizado em pastelaria, como aromatizante de aparelhos, manteigas frescas e cremes.

Tradicionalmente, às preparações de pastelaria que utilizam café associa-se o termo "moka", nome do mais antigo porto de exportação de café no Iémen.

CHOCOLATE



Originário da América Central, chegou à Europa depois de Hernan Cortez ter conquistado o México em 1519, onde se popularizou nos séculos XVII e XVIII.

Produzido ao longo da linha do Equador, este produto alimentar é obtido a partir da fermentação da fava do cacau. Após a moagem e segundo a adição proporcional de outros elementos, obtêm-se diferentes variedades de chocolate.

- **Chocolate negro**

  Serve de base para inúmeras sobremesas. Caracteriza-se por uma cor escura e paladar amargo. Obtém-se a partir da adição de açúcar e baunilha à massa do cacau.

Variante	Extra amargo	Amargo	Meio amargo
Teor de cacau	75% a 85%	50% a 75%	35% a 50%

- **Chocolate de leite**

  Obtém-se a partir da adição de açúcar e leite em pó à massa do cacau. Os seus teores de cacau situam-se entre 30% e 40%.

- **Chocolate branco**

  Tecnicamente não se trata de chocolate. Criado já em pleno século XX, obtém-se a partir da adição de açúcar e leite em pó à manteiga do cacau. É sensível ao calor e difícil de trabalhar.

- **Sucedâneos**

  Produto similar ao chocolate em que a manteiga de cacau, base da sua gordura, é substituída por outro tipo de gordura vegetal.

Alimento mundialmente apreciado, o chocolate encontra-se no mercado sobretudo na forma de chocolate em pó, em barras, em pastilha ou líquido. Para além de ser consumido puro, é também um excelente ingrediente em inúmeras confeções de pastelaria, como bolos (biscoitos, tortas, etc.), *mousses*, gelados e outros doces.

ERVAS AROMÁTICAS



As ervas aromáticas têm como objetivo realçar o sabor e o aroma de determinados alimentos. A sua utilização perde-se no início da Civilização, havendo registos que testemunham o seu cultivo e uso na alimentação no Egito, na Grécia e em Roma.

Nas ervas aromáticas o mais importante, além da correta relação alimento-erva aromática, é a manutenção do seu aroma característico uma vez que a fragrância deste tipo de plantas é efémera.

Em pastelaria, as ervas aromáticas mais utilizadas são:

Nome	Origem	Aspeto	Aplicação em pastelaria
Alfazema	África, Europa, Arábia e Índia	Flor	Decoração e gelados
Hortelã	Ásia e Europa	Folhas frescas e secas	Aromatizante e decoração
Salva	Região Mediterrânica	Folhas frescas ou secas e moídas	Aromatizante e decoração
Tomilho	Grécia	Folhas frescas e secas	Aromatizante

FLORES

Na Antiguidade, no Médio e Extremo Oriente, as flores de roseira e de laranjeira já eram usadas na alimentação. Em pastelaria utilizam-se bastante as flores como elementos decorativos e aromáticos, simples ou cristalizadas. Entre as flores mais utilizadas temos a **violeta**, usada como flor inteira, quer como aromatizante, quer como elemento decorativo. Na decoração, utilizam-se as pétalas de **rosa** e como aromatizante, a **flor de laranjeira**, que tal como o nome indica, é usada sob a forma de flor.



ESPECIARIAS

Na natureza existem certas plantas que, isoladamente ou em condições sublimes, são ingredientes essenciais às confeções de pastelaria. Estas plantas, que quando secas dão origem às especiarias, enquanto verdes são normalmente tratadas por ervas aromáticas.

A maior parte das especiarias tem origem no Oriente. Por elas foram travadas guerras e perdidos impérios. É impossível falar de especiarias sem as associar aos Descobrimentos portugueses, que tornaram o seu comércio uma atividade altamente rentável e a sua expansão avassaladora.

As especiarias já foram utilizadas para conservar alimentos em molhos, normalmente para disfarçar determinados gostos, mas hoje, o seu emprego na pastelaria é moderado e utilizado para realçar cores ou aromas.

Nome	Origem	Aspeto	Aplicação em pastelaria
Anis	Médio Oriente	Sementes secas e frescas	Aromatizante
Anis estrelado	China	Seco inteiro, partido moído e sementes	Aromatizante
Baunilha	América do Sul	Vagem inteira e essência	Aromatizante, gelados e sorvetes
Canela	Médio Oriente	Em pau e pó	Ingrediente e decoração

Cravo da Índia	Molucas	Botões, secos ou moídos	Aromatizante
Gengibre	Ásia	Fresco, inteiro, seco em lascas ou moído	Pequenos biscoitos
Noz-moscada	Molucas	Seca, inteira e moída	Aromatizante
Pimenta	América Central	Grão e pó	Aromatizante e decoração

FARINHA



A farinha é um produto obtido da moagem de grãos sãos de diversos cereais. O trigo, o centeio e o milho são os mais utilizados para a produção de farinha para panificação.

A forma como se obtém a farinha tem variado ao longo dos anos e dos conhecimentos técnicos de cada época. Primeiro à mão, depois com recurso ao vento, à água ou aos animais e, mais tarde, através de meios mecânicos.

A FARINHA DE TRIGO

A farinha de trigo tem sido o alimento mais universal e constante na alimentação humana, sendo o grão de trigo constituído por 3 partes principais:

Casca ou farelo	Gérmen ou embrião	Endosperma
12% a 15% do grão	2% a 3% do grão	82% a 85% do grão

Os géneros mais comuns e com maior importância comercial são:

- **Trigo mole** *(Triticum cestiver)* – utilizado para a produção de farinhas para a indústria da panificação e pastelaria.
- **Trigo rijo** *(Triticum durum)* – destinado para a produção de sêmola e essencial para a indústria de massas alimentares.

A diferença entre as várias farinhas está na sua granulometria, cor e teor de cinzas e glúten. Após a moagem, as farinhas podem ser corrigidas adicionando-se componentes, como fermento, cálcio, ferro e vitaminas.

As farinhas de trigo classificam-se da seguinte forma:

Tipo	Aspeto	Aplicação
45	Farinha flor é a mais refinada e branca	Massas de padaria (*baguette* tipo francês)
55	Farinha superfina	Preparações de bolos, tartes e massas lêvedas
65	Farinha fina	Preparações de pão branco, podendo ser também utilizada em pastelaria

80	Farinha semi-integral	Panificação
110	Farinha semi-integral	Panificação
150	Farinha integral	Panificação (em utilização crescente)
Autolevedante		Utilização doméstica. Contém fermento químico. Confeção de bolos e de massas leves e arejadas



A FARINHA DE MILHO

O milho é originário da América, sendo nesta parte do mundo onde é mais consumido.

O grão de milho é composto por:

Pericarpo	Gérmen	Endosperma
6% do grão	12% do grão	82% do grão

No mercado encontra-se farinha de milho de cor branca ou amarela, em três tipos:

Tipo 170	Tipo 100	Tipo 175

Amido de milho – Disponível no mercado em embalagens de vários pesos, o amido de milho é um glícido extraído dos grãos de milho. É isento de glúten e não tem sabor, nem cheiro. Apresenta-se como um pó fino, suave e de cor branca, utilizando-se em pastelaria como espessante em cremes, bolos, pudins e outros.

A FARINHA DE CENTEIO

O centeio é oriundo da Ásia Central. A sua farinha pode ser encontrada em variedade clara, média ou escura, e a sua cor depende de como o farelo foi removido.

Comparativamente ao trigo, esta farinha contém glúten em menor quantidade e as massas obtidas são mais difíceis de manusear pelo facto de serem menos elásticas e extensíveis. Estas razões dificultam a manutenção das formas que são conferidas às massas.

O grão de centeio é composto por:

Casca ou farelo	Gérmen	Endosperma
10% do grão	4,5% do grão	86,5% do grão

As farinhas de centeio classificam-se em quatro tipos:

Tipo 70	Tipo 85	Tipo 130	Tipo 170

Referiram-se as três principais farinhas usadas em pastelaria e panificação, contudo, particularmente no continente asiático, também se usam farinhas de arroz e soja.

FRUTOS



O consumidor pode encontrar durante todo o ano e em época própria, uma enorme variedade de frutos em estado natural, mas também outros que, através da conservação, ficam disponíveis ao longo do ano.

Segundo normas comunitárias, a comercialização de frutos, para além da sua etiquetagem obrigatória, obedece a 3 critérios de classificação:

Categoria / Classe	Qualidade	Cor da etiqueta
Extra	Superior	Vermelha
I	Boa	Verde
II	Razoável, comerciável	Amarela

Conteúdo da etiqueta:

Embalador/ Expedidor	Origem	Categoria
	Produto - Variedade	
	Calibre	Número ou peso

Os frutos podem ser comercializados sob diferentes gamas:

1.ª gama	2.ª gama	3.ª gama	4.ª gama	5.ª gama
Produtos frescos	Produtos conservados ou semiconservados	Produtos congelados e ultracongelados	Produtos *sous vide* crus	Produtos *sous vide* cozinhados

Uma 6.ª gama se perfila para os produtos secos desidratados e liofilizados.

O esquema de agrupamento de frutos que se apresenta é o mais comum:

Pevide	maçã, pera (…)
Citrinos	laranja, limão, tangerina, toranja, clementina (…)
Bagas	framboesa, groselha, morango, amora, mirtilo (…)
Caroço	pêssego, ameixa, alperce, cereja, manga, damasco (…)
Exóticos/Tropicais	banana, actinídea (kiwi), maracujá, papaia, ananás (…)
Outros frutos	melão, melancia, meloa
Secos	figo, ameixa, alperce, sultanas, corintos, cereja, tâmara, castanhas (...)
Nozes	amêndoa, pinhão, noz, avelã, caju (…)

Na pastelaria, os frutos para além de serem consumidos na sua forma natural, podem ser utilizados trabalhados em calda, em geleia, em doce ou cristalizados.



GORDURAS

A gordura é uma substância que facilita a preparação dos alimentos ao nível da confeção, textura e sabor, sendo normalmente classificada segundo a sua origem, grau de saturação e temperatura de degradação.

Gordura alimentar	Temperatura (a partir da qual se inicia a degradação)	Uso adequado	Serve para fritar
Manteiga	120 °C	Em cru	Não
Banha	210 °C	Em todos os processos (cru e cozinhada)	Sim
Azeite	220 °C	Em todos os processos (cru e cozinhado)	Sim
Óleo de amendoim	180 °C	Em todos os processos (cru e cozinhado)	Sim
Óleo de sementes (milho, girassol, soja)	160 °C	Em cru, para temperar	Não
Margarinas e outras gorduras para barrar	140 °C*	Em cru	Não

Tabela "Utilização adequada de gorduras alimentares" adaptada com algumas alterações de Peres, E. *Saber Comer para Melhor Viver – versão atualizada de Alimentação Saudável*. Lisboa: Caminho, 4ª edição, 2000.

* Temperaturas variáveis conforme a gordura que, em média, aguentam sem se degradarem até aos 140 °C.

ORIGEM ANIMAL

- **Manteiga**

Trata-se da nata de leite fresco batida até se desestabilizar a emulsão. Esta agitação faz com que a matéria gorda se una dando origem à manteiga, à qual se pode incorporar sal.

Encontra-se no mercado em diversas variedades e apresentações, mas basicamente pode dividir-se em manteiga com sal, meio sal e sem sal, acondicionada em embalagens com pesos entre as 10 g e 1 kg.

Gordura pouco resistente ao calor, que queima com relativa facilidade, é rica em gorduras saturadas e deve ser consumida em doses moderadas.

Para utilização em folhados, utiliza-se igualmente a manteiga extra seca e a manteiga clarificada.

- **Banha**

Elemento utilizado em muitas receitas da doçaria tradicional portuguesa tem como origem a gordura subcutânea do porco, o **toucinho**, cuja gordura quando derretida passa a denominar-se banha. Pelo facto de ser uma gordura saturada, a sua utilização tem vindo a diminuir pelos riscos que apresenta para a saúde.

ORIGEM VEGETAL



- **Azeite**

Gordura produzida a partir da azeitona, trata-se de um ingrediente de uso ancestral e clássico da culinária. Regular na dieta mediterrânica é presentemente muito utilizado.

Possuidor de várias substâncias benéficas para a saúde, tem ainda a particularidade de conferir à comida um sabor e aroma peculiares.

O azeite deve ser produzido apenas a partir de azeitonas e não deve ter qualquer mistura com outro tipo de óleos, sendo a sua qualidade, sobretudo, determinada pelos factores da acidez, cor, sabor e cheiro.

No mercado estão disponíveis vários tipos de azeite que se distinguem pela percentagem de acidez, sendo denominados segundo a seguinte classificação:

Azeite	Acidez	Observações
Virgem Extra	< 1%	Comercializado diretamente após a extração
Virgem	< 2%	Comercializado diretamente após a extração
Virgem corrente	< 3,3%	Não apto para consumo direto
Virgem lampante	> 3,3%	Não apto para consumo direto. Necessita de refinação para ser comestível

- **Óleo**

O óleo vegetal destinado à alimentação humana é, essencialmente, uma substância extraída de frutos ou sementes de plantas oleaginosas e que passa por processos químicos e físicos de refinação que a tornam apta para consumo alimentar.

É uma substância rica em ácidos gordos insaturados e com baixo teor de colesterol, sendo a acidez, a cor, o aroma e o cheiro características essenciais que a tornam indicada para fritar ou temperar.

Encontra-se em comercialização a partir de uma vasta gama de fontes que inclui, entre outros, o óleo de sésamo, o óleo de girassol, o óleo de cânhamo (à base de sementes), o óleo de milho, o óleo de amendoim, o óleo de soja, o óleo de palma ou o óleo de coco.

- **Margarina**

A margarina é uma gordura alimentar produzida com uma grande variedade de óleos e/ou gorduras vegetais hidrogenadas, geralmente misturados com água, sal, leite e emulsionantes.

Existem margarinas de utilização diversa em pastelaria, como as margarinas de cremes, as margarinas de massas e as margarinas de folhados e de meio folhados.

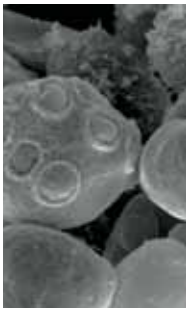


LEGUMES

Os atuais meios de produção e comercialização tornaram os legumes sazonais em legumes de todo o ano e potenciaram o aparecimento de legumes exóticos.

Em pastelaria, nem todos os legumes são utilizados. Apresentam-se, em seguida, os mais comuns, agrupando-os segundo a sua parte edível.

Agrupamento	Legumes	Utilização em pastelaria
De folha	Ruibarbo (apenas os caules)	Tartes
Tubérculos	Batata doce	Aparelhos de recheio
Raízes	Cenoura	Bolos
Frutos hortícolas	Tomate, abóbora, *courgette*	Doces, aparelhos de recheio, bolos
Leguminosas	Grão-de-bico, feijão	Aparelhos de recheio



LEVEDURA

Microorganismo, da família dos fungos, pertencente à espécie *Saccharomyces cerevisiae* de raça *minor*. Em meio nutritivo propício e em condições especiais, uma célula de levedura divide-se em novas células segundo leis bem determinadas. Graças ao grande progresso das indústrias bioquímicas, em escala industrial, podem obter-se células de leveduras, de características rigorosamente iguais às da célula mãe, a partir de uma levedura selecionada, bacteriologicamente pura.

Encontra-se no mercado em dois tipos: levedura fresca e levedura seca.

A utilização conveniente da levedura permite:

- Melhorar a qualidade do pão quanto ao volume, sabor, aroma, estrutura do miolo e cor da côdea.
- Obter pão mais digestivo e de valor alimentar mais elevado, graças a uma combinação rica em proteínas e vitaminas.
- Obter um maior rendimento da farinha, que pode exceder 2 kg de pão por cada 75 kg de farinha.
- Fabricar pão com regularidade e de forma mais rápida, com menor dispêndio de energia.

FERMENTO QUÍMICO OU EM PÓ

- ***Baking powder***

Composto por um alcalino (bicabornato de sódio), um ácido (cremor tártaro) e uma matéria complementar (amido, fécula ou farinha de arroz). O primeiro, pela ação do calor e da humidade, liberta gás carbónico que faz aumentar de volume a massa;

o segundo, acelera o processo; e o terceiro, impede uma reação prematura com a humidade do ar. É, em ambiente húmido e temperado, que a sua ação se inicia, acentuando-se no forno.

- **Levedura biológica desidratada**

Possui todas as características da levedura biológica. A sua utilização requer 30 minutos de preparação, devendo fazer-se com água tépida e farinha, por forma a que as células empreendam a sua atividade. Este fermento deve ser conservado em local seco e fresco.

OVOS



Os ovos desempenham um papel relevante na pastelaria, assim como na panificação.

No centro de classificação, os ovos são inspecionados (ovoscópio) e desde que garantam para o consumidor, condições de salubridade e integridade, são classificados por categorias e classes de peso.

CLASSIFICAÇÃO DOS OVOS

- **Categoria A**

Os ovos pertencentes a esta categoria devem apresentar-se com casca e cutícula normais, limpas e intactas. Não devem ser lavados, nem limpos, antes ou depois da classificação, nem submetidos a qualquer tratamento ou refrigeração abaixo de 5 °C.

Os ovos da categoria A são classificados de acordo com as seguintes classes de peso:

Classe XL	Classe L	Classe M	Classe S
> a 73 g	entre 63 a 73 g	entre 53 e 63 g	< a 53 g

- **Categoria B**

São considerados ovos de categoria B, todos os ovos que não reúnam as condições de exigência relativas aos ovos de categoria A. Os ovos desta categoria apenas podem ser encaminhados para a indústria.

OVOPRODUTOS / OVO PASTEURIZADO

Ovoprodutos são todos os produtos obtidos a partir do ovo (gema e clara) depois de retirada a casca e que se destinam ao consumo humano. Podem ser complementados com outros produtos alimentares ou aditivos e podem encontrar-se no estado líquido, concentrado, desidratado, cristalizado, congelado e ultracongelado, tendo várias aplicações:

Ovo inteiro pasteurizado	Gema de ovo pasteurizada	Clara de ovo pasteurizada
Bolos, gelados, *croissants*	Pudins, leite-creme, gelados	*Mousses*, merengues, sorvetes, *chantilly*



PRODUTOS LÁCTEOS

LEITE

O leite é uma secreção nutritiva de cor branca produzida pelas glândulas mamárias das fêmeas dos mamíferos. Sendo que, quando se fala de leite, se trata sempre de leite de vaca, quando o não é, tal é referido em destaque, uma vez que o termo também caracteriza o suco de determinadas plantas ou frutos.

É comercializado nas seguintes apresentações:

- **Pasteurizado ou leite do dia** – Submetido a aquecimento a uma temperatura de 73 °C/76 °C durante 15 segundos.
- **Ultrapasteurizado (UHT)** – Submetido a aquecimento a uma temperatura de 145 °C durante 2 a 4 segundos.
- **Esterilizado** – Submetido a aquecimento a uma temperatura de 120 °C/130 °C, por um período alongado.
- **Condensado** – Produzido a partir da evaporação parcial da água do leite, adicionando-se açúcar.
- **Pó** – Produto obtido pela evaporação da água do leite.

O leite pode ser utilizado e consumido ao natural, na preparação de bebidas de cafetaria e em confeções de cozinha e pastelaria (confeção de bolos, gelados, etc). Aos seus **derivados**, onde também está incluído, e que incluem o iogurte, a nata, a **manteiga** (*ver informação na página 40*), o queijo ou até o gelado, dá-se o nome de laticínios ou produtos lácteos e o seu consumo tem apresentado um enorme crescimento.

IOGURTE

Este derivado é obtido pela ação dos fermentos lácteos *Lactobacillus bulgaricus* e *Streptococus termophilus* sobre o leite. O iogurte contém um baixo teor de lactose e uma grande variedade de minerais, onde se destaca o cálcio.

É comercializado ao natural ou açucarado, em estado sólido ou líquido, com uma diversidade de aromas, polpas e/ou pedaços e, segundo o teor de gordura, pode ser considerado magro, meio-gordo e gordo.

NATA

A nata ou creme de leite, é o produto obtido do leite pela concentração da sua matéria gorda e que apresenta um teor de matéria gorda superior a 12%. Elemento base na preparação da manteiga, destina-se ao consumo humano, de forma direta e indireta.

A legislação em vigor sobre rotulagem obriga a observação das seguintes expressões na sua comercialização: nata ligeiramente gorda ou nata para café, nata meio gorda, nata normal ou simplesmente nata e nata gorda (que utilizada em pastelaria tem que possuir 35% de matéria gorda).

PRODUTOS SECUNDÁRIOS

ÁCIDOS

- **Ácido cítrico:** extrato de limão, realça o gosto de certas massas de frutas.
- **Ácido ascórbico:** extrato das bagas da sorveira, é utilizado como conservante.
- **Ácido tartárico:** ácido alcoólico que se encontra no vinho e que se utiliza em pó, como acidificante e corretor de acidez.
- **Cremor tártaro:** cristais que se depositam no interior dos tonéis de vinho e que se utilizam em pó, como acidificante e corretor de acidez.

ALFARROBA



Fruto da alfarrobeira, possui inúmeras utilizações na indústria alimentar. A farinha de alfarroba é obtida pela trituração e torrefação da polpa da vagem.

AMIDOS OU FÉCULAS

O amido apresenta-se sobre a forma de pó branco e o seu poder espessante é o triplo do que possui a farinha. Diluído num líquido, é empregue como elemento de ligação. Misturado com farinha torna as emulsões mais leves.

GELATINAS

Substância incolor extraída do colagénio, facilita a manutenção de substâncias sólidas nos líquidos provocando o seu espessamento e gelificação. Utiliza-se em folhas ou em pó.

Em alternativa às gelatinas de origem animal, existem as gelatinas de origem vegetal, extraídas de algas.

PECTINA

A pectina é um polissacarídeo ramificado. As principais fontes para a produção comercial são os resíduos das indústrias de sumo de maçã e de citrinos.

A sua graduação é a medida do seu poder de geleificação, dada geralmente em graus SAG, que são o número de gramas de sacarose que é capaz de geleificar um grama de pectina, formando um gel de consistência padronizada em condições determinadas.

As pectinas são úteis na elaboração de produtos com frutas em suspensão, pois a geleificação rápida a alta temperatura mantém os pedaços de frutas bem distribuídos na massa, evitando-se a decantação ou afloramento dos pedaços.

A pectina caseira pode ser preparada com a parte branca da laranja, triturada e fervida com água na presença de ácido cítrico ou sumo de limão.











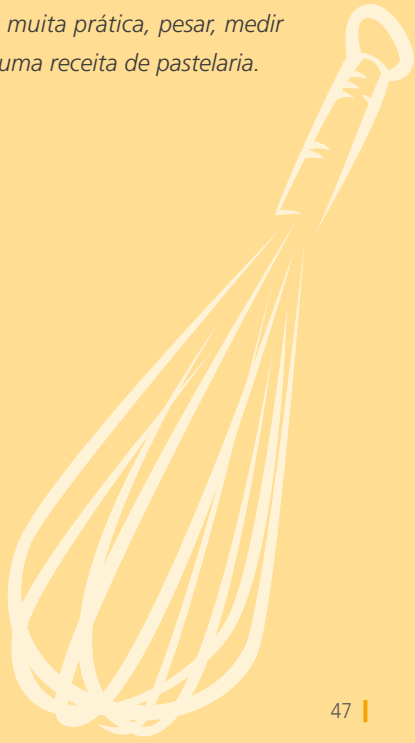
03

Massas de Base

De uma correta manipulação da massa, depende a boa qualidade dos doces a confecionar, tendo-se em conta o seu peso e medida.

Este fator tem extraordinária importância, na medida em que alguns gramas a mais ou a menos, podem alterar toda uma confeção.

Deve o profissional de pastelaria, mesmo que tenha muita prática, pesar, medir ou contar todos os ingredientes que fazem parte de uma receita de pastelaria.





TIPOS DE MASSAS

Existem, em pastelaria, duas espécies de massas: as lêvedas e as não lêvedas. As primeiras distinguem-se por levarem como ingrediente fermento em pasta, o que vai obrigar a massa a ter um tempo de repouso, exatamente para permitir a fermentação.

Conforme a manipulação a que se sujeitar a massa (amassar, bater, espalmar, secar, tempo de repouso ou de crescimento), obtêm-se massas lêvedas, massas secas, massas moles e massas montadas.

A execução rigorosa das receitas de base e o seu cumprimento exato (respeito pelas proporções e pelos processos de preparação) asseguram o êxito de uma boa pastelaria.

Massas secas	Massas moles	Massas montadas	Massas levedadas
Areada (ou doce) Quebrada Folhada Massapão	Crepes Fartos Palitos Rainha	Genovesa Massa de Saboia Vinhê	Brioche Savarino *Pizza* Filhó

AS MASSAS E SUAS APLICAÇÕES

Tipo	Cozedura	Pastelaria
Massa areada	Forno	Base de pastelaria, tartes, bolos secos, *petit-fours*
Massa quebrada	Forno	Tartes
Massa folhada	Forno ou frita	Mil-folhas, *galettes*, *palmiers*, *jalousies*, *petit-fours*, jesuítas
Massapão		Guarnições, coberturas, miniaturas
Massas de crepes	Frigideira	Crepes
Massa filhó		Filhós
Massa de biscoito	Forno	*Charlottes*
Massa doce	Forno	Tarteletes, tartes de frutas
Massa vinhê	Frita	*Beignets* de maçã
Massa de brioche	Forno ou frita	Brioche, pão de leite, bolas de Berlim
Massa de babá	Forno	Babá, savarino
Massa de fartos	Frita ou forno	Sonhos, *éclairs*, *choux*, Paris-Brest, *Saint Honoré*, *croquembouche*
Massa genovesa	Forno	Entremeios
Massa de Saboia		*Biscuit Savoie*

Massa areada (ou doce)

Pâte sablée ou *Pâte sucrée*



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
500 g	Açúcar
500 g	Manteiga
5	Ovos
5 g	Raspa de limão

Confeção:









1. Colocar a farinha sobre a mesa de trabalho e abrir uma estanca.
2. Juntar o açúcar, a manteiga e a raspa de limão. Trabalhar a mistura.
3. Introduzir os ovos e envolver.
4. Trabalhar a massa até esta ficar lisa e homogénea.
5. Deixar repousar, tapada, durante 15 minutos antes de utilizar.

Aplicações:
Fundos de tartes, tarteletes e *petit-fours* secos.

Massa quebrada

Pâte brisée ou *Pâte a foncer*



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
50 g	Açúcar
250 g	Manteiga
4	Gemas
20 cl	Água
8 g	Sal











Confeção:

1. Colocar a farinha e o sal sobre a mesa e abrir uma estanca.
2. Juntar o açúcar e a manteiga. Trabalhar a mistura.
3. Introduzir as gemas e a água (tépida).
4. Trabalhar a massa até esta ficar lisa e homogénea.
5. Deixar repousar, tapada, durante 15 minutos antes de utilizar.

Aplicações:
Tartes, tarteletes, empadas, *quiches* e fundos de *Saint Honoré*.

Massa folhada

Pâte feuilletée



Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
700 g	Margarina para folhados
50 cl	Água
13 g	Sal











Confeção:

1. Colocar a farinha e o sal na batedeira.
2. Iniciar a batedura da massa com 2/3 da água.
3. Adicionar a restante água aos poucos até formar uma massa lisa e enxuta.
4. Deixar descansar a massa (quando esta estiver lisa e enxuta) durante 20 minutos.
5. Amassar a margarina e colocá-la à parte.
6. Esticar a massa em forma de estrela (patão).
7. Colocar a margarina no meio da massa e puxar as pontas para cima da margarina até fechar.
8. Bater com o rolo e esticar em forma rectangular.
9. Dar três voltas simples e uma em livro.

Aplicações:
Cornucópias, *jalousies*, *pithiviers*, *palmiers*, tartes folhadas e florões.

Massapão

Marzapane



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Amêndoa (sem pele)
1000 g	Açúcar
50 cl	Água











Confeção:

1. Triturar a amêndoa até obter uma farinha.
2. Colocar a farinha na mesa e abrir uma estanca.
3. Misturar o açúcar com a água e levar ao lume até atingir o ponto pérola.
4. Adicionar este preparado para o interior da estanca e envolver.
5. Deixar arrefecer e passar a massa pelo moinho de amêndoa, várias vezes, até ficar bem fina.

Aplicações:
Coberturas, bolos festivos e doçaria regional.

Massa de filhó



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
6	Gemas
6	Ovos
1	Sumo de laranja ou aguardente vínica
100 cl	Leite
8 g	Sal
10 cl	Azeite (ou 100 g Manteiga)











Confeção:

1. Colocar a farinha com o sal num recipiente largo.
2. Adicionar o sumo ou a aguardente e o leite. Amassar com as mãos.
3. Deitar os ovos, lentamente, um a um, e de seguida a gordura, continuando a amassar.
4. Quando estiver tudo envolvido, continuar a amassar até a massa se despegar do recipiente.
5. Deixar repousar, moldar e tender.

Aplicações: Filhós.

Massa de crepes

Pâte à crêpes



Tempo: 120 min

Ingredientes:

400 g	Farinha
100 cl	Leite
200 g	Manteiga
6	Ovos
6	Gemas

Confeção:

1. Juntar a farinha com um pouco de leite até a farinha ficar dissolvida.
2. Juntar os ovos com as gemas.
3. Adicionar ao preparado anterior o restante leite, que foi previamente aquecido.
4. Juntar a manteiga derretida.
5. Passar pelo chinês, se for necessário.
6. Deixar repousar.
7. Com a ajuda de uma concha, colocar uma dose na frigideira previamente untada.
8. Deixar cozer a folha e virar.









Aplicações:
Crepes doces e salgados, guarnições e aparelho de *soufflés*.

Massa de fartos

Pâte à choux



Tempo: 120 min

Ingredientes:

50 cl	Água
300 g	Manteiga
700 g	Farinha
16	Ovos
4 g	Sal
10 g	Açúcar



Confeção:



1. Colocar num tacho a água, a manteiga, o açúcar e o sal.
2. Deixar ferver.
3. Incorporar a farinha no tacho, mexendo bem até cozer.



4. Deixar esfriar.
5. Fora do lume, adicionar os ovos, dois a dois e envolver.



6. Retirar a massa do tacho e deixar repousar.
7. Colocar a massa num saco de pasteleiro e tender nos feitios pretendidos em cima de um tabuleiro.



Aplicações:
Profiteroles, *Saint Honoré*, rins, *éclairs* e *duchesse*.

Massa de biscoito

Biscuit à la Cuiller



Tempo: 60 min

Ingredientes:

600 g	Farinha
450 g	Açúcar (150 g + 300 g)
16	Claras
16	Gemas
50 g	Açúcar em pó











Confeção:

1. Bater as claras em castelo com 150 g de açúcar.
2. Bater as gemas com 300 g de açúcar.
3. Envolver a farinha com as mãos.
4. Com um saco de pasteleiro e boquilha lisa desenhar riscos no tabuleiro sobre papel vegetal siliconizado.
5. Polvilhar com açúcar em pó.
6. Levar ao forno a uma temperatura de 200 °C, até alourar.

Aplicações:
Palitos Rainha, *biscuit de champagne*, *savoiardi*, bávaro, *tiramisu* e *charlotte*.

Massa de brioche

Pâte à brioche



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
250 g	Açúcar
250 g	Manteiga
8	Ovos
50 g	Levedura fresca
10 cl	Leite
5 g	Raspa de limão



Confeção:



1. Misturar um pouco de farinha com o leite e com a levedura fresca numa taça, até formar uma bola.
2. Deixar levedar durante algum tempo.
3. Na máquina, juntar a restante farinha com o açúcar, a margarina, os ovos e a raspa de limão.



4. Deixar bater.
5. Incorporar a bola de fermento ao preparado anterior.
6. Deixar bater até despegar do fundo da taça.



7. Deixar levedar antes de utilizar.



Aplicações:
Donuts, bola de Berlim, arrufadas, caracóis e pães de leite.

Massa de savarino

Pâte à savarin



Tempo: 120 min

Ingredientes:

200 g	Farinha
8 cl	Leite (ou água)
10 g	Levedura fresca
100 g	Manteiga
2	Ovos
20 g	Açúcar

Confeção:









1. Numa taça, dissolver a levedura fresca no leite (ou água).
2. Juntar a farinha, os ovos e o açúcar.
3. Adicionar a manteiga derretida.
4. Deixar descansar nas formas durante alguns minutos.
5. Levar ao forno, a cozer a 180 °C.

Aplicações: Babá e savarino.

Massa genovesa

Pâte à génoise



Tempo: 60 min

Ingredientes:

600 g	Farinha
600 g	Açúcar
12	Ovos
6	Gemas
30 g	Manteiga

Confeção:









1. Numa taça, com as varas, bater os ovos e as gemas com o açúcar, até multiplicar de volume e ficar um creme esbranquiçado.
2. Peneirar a farinha sobre papel vegetal.
3. Envolver a farinha, à mão, no preparado anterior, sem bater.
4. Untar com manteiga a forma desejada.
5. Polvilhar com farinha a forma.
6. Colocar o aparelho na forma e levar ao forno, a cozer a 200 °C.

Aplicações:
Moka cake, bolos festivos, entremeios e bolos enrolados.

Massa de Saboia

Biscuit de Savoie



Tempo: 60 min

Ingredientes:

120 g	Farinha
120 g	Açúcar
8	Gemas
8	Claras











Confeção:

1. Em banho-maria, bater as gemas com o açúcar até atingir 50 °C/55 °C. Retirar do lume e continuar a bater até arrefecer.
2. Bater as claras em castelo e juntar o açúcar em chuva obtendo uma merengagem.
3. Incorporar delicadamente as gemas batidas na merengagem.
4. Envolver com cuidado a farinha previamente peneirada.
5. Colocar em forma apropriada untada e levar ao forno a uma temperatura de 210 °C, durante 7 minutos.

Massa vinhê

Pâte à beignets



Porções: 20

Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Farinha
10 g	Sal
50 cl	Azeite
250 g	Manteiga
30 cl	Vinho branco
6	Gemas
6	Claras











Confeção:

1. Colocar numa taça a farinha, o sal, o azeite, o vinho branco e as gemas.
2. Amassar tudo.
3. Deixar repousar durante 30 minutos.
4. Adicionar as claras em castelo e envolver.
5. Aplicar na confeção pretendida.

Aplicações: Em fritura.











04

Cremes

Na arte da pastelaria existem numerosos cremes, uns mais importantes do que outros. Aos mais importantes, podemos chamar-lhes "de base" ou fundamentais, pois para além de serem os mais utilizados, são também a origem de outros cremes.

À base de leite, de ovos e de açúcar, por vezes engrossados com farinha ou enriquecidos com manteiga e com perfumes diversos, os cremes de sobremesa são geralmente cozinhados e utilizados frios ou mornos. Podem constituir uma sobremesa ou ser empregues para guarnecer, rechear, cobrir ou acompanhar um bolo ou um doce, quente ou frio, ou servir de base para a confeção de uma grande variedade de sobremesas.

Podemos dividi-los em dois grupos:

***Cremes líquidos** – onde se incluem os* sabayons, *mas cujo exemplo maior é o "creme inglês", muito utilizado em pastelaria no acompanhamento de farófias, biscoitos,* genoises, charlottes *ou pudins, entre outros.*

***Cremes consistentes** – também chamados cremes de forma ou "flans". Certos cremes, ditos "aveludados", contêm farinha em vez de ovos. Se forem usadas apenas gemas de ovos, em vez de ovos inteiros, o creme fica mais untuoso e mais fino, mas não se desenforma. Para se desenformar um creme consistente, este deve estar bem frio.*

Creme de chocolate

Ganache



Tempo: 60 min

Ingredientes:

250 g	Chocolate negro
25 cl	Natas
60 g	Manteiga
1/4	Vagem de baunilha

Confeção:

1. Derreter o chocolate em banho-maria.
2. Ferver as natas com a baunilha.
3. Juntar as natas ao chocolate, vertendo por cinco vezes, sempre a mexer.
4. No final, a preparação deve estar a uma temperatura de 30 °C.
5. Adicionar a manteiga em pequenas porções.
6. Utilizar o triturador para emulsionar, tendo o cuidado de não adicionar ar.

Aplicações:
Guarnecer e forrar entremeios, *petit-fours* e recheio de *pralinés*.

FICHA TÉCNICA

15

Creme de manteiga



Porções: 10
Tempo: 60 min

Existem várias formas de fazer o creme de manteiga:

Creme de manteiga 1

Ingredientes:
1250 g manteiga | 1250 g açúcar | 16 claras | aroma de baunilha

Confeção:
Bater as claras com o açúcar até ficar com uma consistência muito firme. Acrescentar, depois, a manteiga, que deve estar à temperatura ambiente e deixar bater bem.

Creme de manteiga 2

Ingredientes:
1000 g manteiga | 1000 açúcar | 5 cl óleo | 50 cl água

Confeção:
Fazer uma calda com água e açúcar. Deixar ferver até o açúcar dissolver na totalidade. (Esta calda utiliza-se depois à temperatura ambiente e não quente, pois derreteria a manteiga e não é isso que se pretende).
Na cuba da batedeira, colocar o óleo e a manteiga à temperatura ambiente e bater em velocidade baixa, adicionando aos poucos a calda. Deixar bater por cerca de 20 minutos.

Creme de manteiga 3

Ingredientes:
10 claras | 700 g açúcar | 1000 g manteiga

Confeção:
Bater as claras em castelo com o açúcar até ficarem bem firmes. Adicionar a manteiga aos poucos e bater mais 10 minutos, de forma a que o creme fique esbranquiçado e fácil de barrar. O creme de manteiga deve ser muito em batido, até ficar com uma consistência firme e ao mesmo tempo leve. Deve guardar-se à temperatura ambiente e não no frigorífico.

Creme de natas



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Açúcar
50 cl	Água
100 cl	Leite
150 g	Farinha
11	Gemas
1	Ovo
1	Zeste de limão
1	Vagem de baunilha
4	Paus de canela

Confeção:

1. Num recipiente com a água ao lume, adicionar o açúcar e deixar ferver 3 minutos, para fazer calda de açúcar.
2. Envolver a farinha em 20 cl de leite frio.
3. Levar a ferver os restantes 80 cl de leite com a zeste de limão, a vagem de baunilha e a canela.
4. Adicionar ao leite fervido o preparado anterior e voltar ao lume mais 1 minuto.
5. Adicionar a calda de açúcar ao aparelho e mexer energicamente.
6. Deixar arrefecer até à temperatura de 35 ºC.
7. No momento, adicionar as gemas e o ovo. Encher as formas.

Aplicações:
Pastel de nata, bom bocado, tarte alsaciana (creme de natas com frutas cristalizadas).

FICHA TÉCNICA 17

Creme de ovos



Tempo: 60 min

Ingredientes:

600 g	Gemas
1000 g	Açúcar
50 cl	Água

Confeção:

1. Colocar a água com o açúcar num tacho até atingir o ponto pérola (107 °C).
2. Colocar as gemas numa taça.
3. Adicionar o ponto de açúcar em fio às gemas mexendo sempre.
4. Levar ao lume a cozer mexendo sempre no fundo do tacho em forma de cruz.
5. Retirar do tacho e reservar.
6. Arrefecer e trabalhar sobre tampo de pedra com ajuda de uma espátula.

Nota:
Poderá juntar 50 g de manteiga para ligar.

Creme de pasteleiro



Tempo: 60 min

Ingredientes:

100 cl	Leite
250 g	Açúcar
125 g	Farinha
8	Gemas
10 g	Manteiga
1	Vagem de baunilha
1	Zeste de limão

Confeção:

1. Envolver o açúcar, a farinha, as gemas e um pouco de leite (só para dissolver).
2. Ferver o restante leite com a baunilha e a zeste de limão.
3. Verter o leite fervido, em fio, no preparado anterior.
4. Colocar o preparado ao lume e mexer sempre no fundo com uma colher.
5. Retirar do lume depois de engrossar.
6. Arrefecer imediatamente e de forma rápida.
7. Colocar manteiga por cima para não ganhar crosta. (A colocação de açúcar não é aconselhada pois pode provocar a fermentação).

Nota:
Este creme, adicionado de 50 g de manteiga e 50 g de amêndoas peladas e trituradas, dá origem ao **creme de amêndoa** (*Frangipane*).

FICHA TÉCNICA 19

Creme de chantilly



Tempo: 30 min

Ingredientes:

100 cl	Nata fresca
150 g	Açúcar

Confeção:

1. Num recipiente, colocar gelo e um outro recipiente sobre o gelo.
2. Dentro do segundo recipiente, deitar a nata fresca e bater até ganhar consistência.
3. Juntar às natas o açúcar, aos poucos
4. Bater com as varas até ficar cremoso.

Aplicações:
Saint Honoré, *charlottes* e *vacherin*, entre muitos outros.

Creme de Pudim Flan

Crème renversée



Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Leite
10	Ovos
250 g	Açúcar
100 g	Caramelo
1	Vagem de baunilha

Confeção:

1. Ferver o leite com a baunilha.
2. Misturar os ovos com o açúcar, incorporando bem.
3. Adicionar o leite a ferver.
4. Passar pelo chinês.
5. Colocar o caramelo na forma, espalhando bem.
6. Encher a forma com o aparelho.
7. Cozer no forno em banho-maria a 180 °C.
8. Deixar arrefecer completamente.
9. Desenformar.

Creme inglês

Crème anglaise



Tempo: 60 min

Ingredientes:

100 cl	Leite
250 g	Açúcar
10	Gemas
1	Vagem de baunilha

Confeção:

1. Ferver o leite com a vagem de baunilha.
2. Numa tigela, com ajuda de varas, envolver as gemas com o açúcar.
3. Adicionar o leite fervido ao preparado.
4. Cozer o preparado em banho-maria, engrossando, mas sem deixar ultrapassar os 80 °C.
5. Retirar do lume e passar pelo chinês.
6. Deixar esfriar rapidamente ou conservar em banho-maria para servir quente.

Notas:

1. Este creme, conforme a sua consistência, pode ser utilizado como molho de farófias, molho de baunilha ou como aparelho para o creme de pasteleiro.
2. No Reino Unido é designado por "Custard".
3. **Crème anglaise collée**

   Ingredientes: Creme inglês | 10 g de gelatina | Água

   Confeção: Dissolver as folhas de gelatina em água fria. Juntar a gelatina ao creme inglês e passar pelo chinês.

   Este creme utiliza-se na preparação de bávaro e do creme russo.











05

Merengues

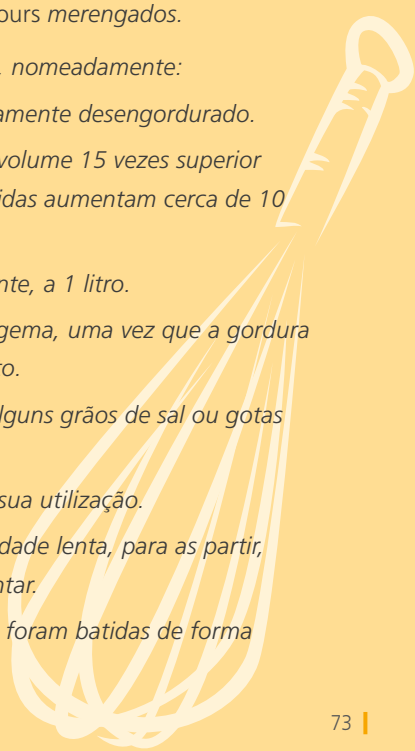
Os merengues são claras batidas em castelo, adicionadas de açúcar, sendo essencialmente a forma de adicionar o açúcar que permite diferenciar os vários tipos de merengagem.

Ou seja, se as claras forem batidas em conjunto com o açúcar e com a essência pretendida, podemos designar a merengagem por "vulgar" (ou ordinária) e a sua utilização faz-se em farófias, merengues ou fundos de vacherin e petit-fours.

No entanto, se à mesma base ou composição, se adicionar progressivamente xarope de açúcar, trata-se de uma merengagem à italiana, utilizada em entremeios merengados, na omoleta norueguesa ou em petit-fours *merengados.*

Bater claras em castelo implica algumas precauções, nomeadamente:

- *Utilizar material perfeitamente limpo e cuidadosamente desengordurado.*
- *Utilizar um recipiente bastante grande, com um volume 15 vezes superior à quantidade de claras a bater, pois as claras batidas aumentam cerca de 10 a 12 vezes o seu volume.*
- *32 claras de ovos correspondem, aproximadamente, a 1 litro.*
- *Utilizar claras de ovos sem a menor partícula de gema, uma vez que a gordura contida nas gemas diminui o seu desenvolvimento.*
- *Devem bater-se claras muito frescas colocando alguns grãos de sal ou gotas de limão.*
- *As claras devem ser batidas momentos antes da sua utilização.*
- *Deve-se começar por bater as claras numa velocidade lenta, para as partir, e depois acelerar, progressivamente, para as montar.*
- *Quando as claras ficam granuladas, significa que foram batidas de forma descuidada ou estão muito batidas.*



Glacê real



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Açúcar
4	Claras
4 gotas	Sumo de limão



Confeção:

1. Com as varas, bater as claras em castelo, até ficarem bem firmes.
2. Gradualmente, juntar o açúcar às claras, não parando de bater.
3. Juntar o sumo de limão e voltar a bater.

FICHA TÉCNICA

23

Merengue francês



Tempo: 30 min

Ingredientes:

1000 g	Açúcar
4	Claras



Confeção:

1. Com as varas, bater as claras em castelo, até ficarem bem firmes.
2. Gradualmente, juntar o açúcar às claras, não parando de bater.

Merengue italiano



Tempo: 80 min

Ingredientes:

1000 g	Açúcar
500 cl	Água
4	Claras



Confeção:

1. Num tacho, juntar o açúcar com a água e levar a ferver.
2. Deixar atingir os 121 °C (ponto bola mole).
3. Com as varas, bater as claras em castelo, bem firme.
4. Adicionar às claras o ponto de açúcar em fio.
5. Deixar arrefecer, sempre a bater.

FICHA TÉCNICA

25

Merengue suíço



Tempo: 30 min

Ingredientes:

200 g	Açúcar
2	Claras



Confeção:

1. Juntar as claras com o açúcar numa tigela.
2. Em lume brando, colocar a tigela sobre um tacho com água a ferver.
3. Bater até ficar com a consistência desejada.











06

Doces e geleias

Os doces e as geleias são provenientes de frutos de boa qualidade e permitem opções concretas e criativas na pastelaria, particularmente ao nível de recheio de tartes, bolos, bolos enrolados e decorações, entre outras.

A técnica de misturar frutos com açúcar, elevados a um ponto de fusão acentuado, teve origem na antiga Mesopotâmia e chegou à Europa, trazida pelos Cruzados, no séc. XVI. Em Portugal, foi nos conventos, a partir do séc. XVII, que esta arte se expandiu.

De um modo geral, as designações de doce, compota e geleia confundem-se entre si. Mas, existem diferenças que as ajudam a catalogar, sendo a textura uma das principais.

O termo ***doce****, designa frutos partidos e cozidos em água, posteriormente colocados numa calda de açúcar e sujeitos a uma cocção lenta até atingir o ponto desejado. O fruto pode ser reduzido a puré, mas sempre com uma consistência que permita ser espalhado.*

A ***compota*** *ou* ***fruta em calda*** *refere-se a frutos suavemente cozidos, podendo ser partidos, acondicionados num recipiente, ao qual se adiciona calda de açúcar e onde se conservam.*

A ***geleia*** *é um produto resultante da fervura de sumo e cascas de frutos com açúcar, coados numa estamenha, apenas por gravidade e de textura gelatinosa e translúcida, sendo vulgarmente usados frutos ricos em pectina e ácido.*

A ***fruta cristalizada*** *é um produto proveniente de frutos cozidos, submetidos a calda de açúcar através de fervura em lume brando, posteriormente colocados a secar durante várias horas para que o açúcar cristalize à sua volta. Deve ser cuidadosamente acondicionada e conservada.*

O controlo e equilíbrio dos açúcares são preponderantes para a consistência e untuosidade do preparado, bem como para a sua conservação. Uma descuidada redução na quantidade de açúcar compromete a consistência e a conservação, levando a que estes produtos se possam deteriorar mais rapidamente.

Doce de abóbora



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Abóbora
800 g	Açúcar
1	Pau de canela
2	Cravo-da-Índia

Confeção:

1. Descascar a abóbora e retirar os filamentos e pevides.
2. Cortar aos bocados, pequeninos, e passar por água.
3. Levar a lume brando com o açúcar e o pau de canela. Deixar cozer.
4. Quando começar a cristalizar, juntar o cravo-da-Índia.
5. O doce estará pronto quando, passando com a colher de pau, se veja o fundo do tacho (ponto estrada).
6. Retirar do lume e deixar arrefecer.

FICHA TÉCNICA

27

Doce de gila



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Abóbora gila
800 g	Açúcar
1	Pau de canela
1	Zeste de limão
10 g	Sal
25 cl	Água

Confeção:

1. Partir a abóbora sem utilizar facas ou objectos metálicos, pois estes alteram o sabor da gila. Com as mãos, separar a abóbora em vários pedaços e retirar as sementes e filamentos mais amarelos.
2. Lavar os pedaços em várias águas até deixar de deitar espuma. Colocar os pedaços num alguidar com bastante água e com a casca para cima. Deixar de um dia para o outro .
3. Levar a a abóbora a cozer em água a ferver e temperada com sal. Deixar cozer até ficar bem tenra e a separar-se da casca.
4. Retirar do lume e deixar arrefecer um pouco. Retirar do tacho (sem utilizar objectos metálicos) e deixar escorrer cerca de 30 minutos.
5. Levar ao lume o açúcar, a água, o pau de canela e a casca de limão. Mexer e deixar ferver até atingir o ponto pérola. Passados cerca de 8 minutos passar com a colher na calda. Se a calda começar a cair em gotas, está no ponto.
6. Juntar a abóbora e deixar cozer, mexendo sempre e separando os fios. Quando fizer ponto estrada, está pronto.

Doce de marmelo (Marmelada)



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Polpa de marmelo
800 g	Açúcar
1	Zeste de limão
1	Pau de canela

Confeção:

1. Num tacho, misturar a polpa de marmelo com o açúcar, a zeste de limão e o pau de canela.
2. Levar ao lume.
3. Deixar ferver mexendo sempre para não pegar.
4. Retirar a casca de limão e o pau de canela.
5. Retirar do lume quando estiver em ponto estrada.
6. Colocar num recipiente e deixar arrefecer.

FICHA TÉCNICA

29

Doce de morango



Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Morangos
800 g	Açúcar
0,5 cl	Sumo de limão
1	Pau de canela

Confeção:

1. Lavar os morangos muito bem.
2. Tirar o pedúnculo.
3. Colocar num tacho e misturar o açúcar, o sumo de limão e o pau de canela.
4. Levar ao lume até atingir o ponto estrada.
5. Retirar do lume e deixar arrefecer.

Nota:
Esta confeção pode utilizar-se para a preparação de outros doces de frutos silvestres, como framboesas ou amoras.

Doce de pera



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Peras
800 g	Açúcar
0,5 cl	Sumo de limão
1	Pau de canela

Confeção:

1. Descascar as peras, tirar os caroços e cortar em pedaços pequenos.
2. Colocar os pedaços num tacho, juntar o açúcar, o sumo de limão e o pau de canela.
3. Levar ao lume até atingir o ponto estrada.
4. Retirar do lume e deixar arrefecer.

FICHA TÉCNICA

31

Doce de pêssego



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Pêssegos
800 g	Açúcar
0,5 cl	Sumo de limão
1	Pau de canela

Confeção:

1. Descascar os pêssegos, tirar os caroços e cortar em pedaços.
2. Colocar os pedaços num tacho, juntar o açúcar, o sumo de limão e o pau de canela.
3. Levar ao lume até atingir o ponto estrada.
4. Retirar do lume e deixar arrefecer.

Doce de tomate



Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Tomate
800 g	Açúcar
1	Pau de canela
1	Zeste de limão
2	Cravo-da-Índia

Confeção:

1. Pelar o tomate, retirar as grainhas e deixar escorrer.
2. Misturar o açúcar com o tomate.
3. Juntar a canela, a casca de limão e o cravo-da-Índia.
4. Levar a ferver. O doce estará pronto quando estiver em ponto estrada. Isto é, quando passando com a colher de pau, se veja o fundo do tacho.

FICHA TÉCNICA 33

Geleia de laranja



Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Laranjas (azedas de preferência)
1000 g	Açúcar
1 g	Ácido tartárico ou salicílico

Confeção:

1. Espremer as laranjas, passar o sumo pela estamenha e medir.
2. Por cada litro de sumo, juntar 1000 g de açúcar, 1 g de ácido tartárico ou salicílico e levar ao lume até atingir ponto fio.
3. Aproveitar as cascas e cortá-las em juliana muito fina.
4. Cozer as cascas em água.
5. Juntar as cascas, já cozidas e escorridas, à geleia já pronta.

Geleia de maçã



Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Cascas de maçã
60 cl	Água
1300 g	Açúcar
0,5 cl	Sumo de limão

Confeção:

1. Fazer uma calda de açúcar com a água, o açúcar, as cascas de maçã e o sumo de limão.
2. Deixar ferver até atingir o ponto fio, mexendo sempre.
3. Retirar do lume e deixar arrefecer.

Geleia de pera



Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Cascas de pera
60 cl	Água
1300 g	Açúcar
0,5 cl	Sumo de limão

Confeção:

1. Fazer uma calda de açúcar com a água, o açúcar, as cascas de pera e o sumo de limão.
2. Deixar ferver até atingir o ponto fio, mexendo sempre.
3. Retirar do lume e deixar arrefecer.











07

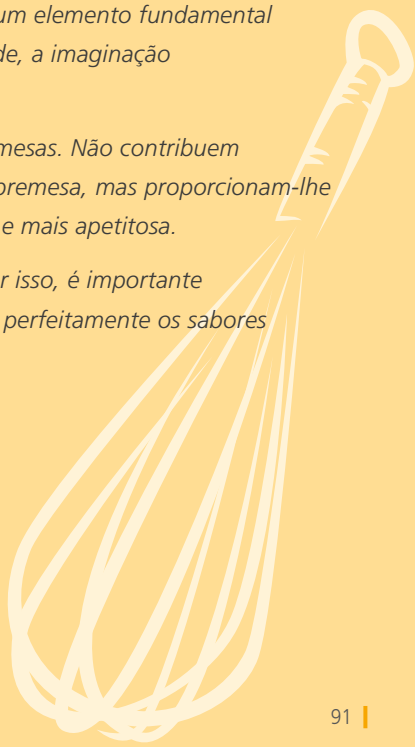
Molhos

Os molhos têm uma grande importância na pastelaria pois transformam sobremesas simples em sobremesas especiais, sendo apreciados como complemento de uma confeção e assumindo em determinadas receitas e momentos, mais importância que a própria iguaria.

Os chefes de pastelaria consideram o molho como um elemento fundamental na elaboração de algumas sobremesas. A criatividade, a imaginação e o atrevimento obtêm-se com o apoio dos molhos.

Os molhos conferem outro aspeto e sabor às sobremesas. Não contribuem apenas para uma melhor apresentação visual da sobremesa, mas proporcionam-lhe um sabor distinto, tornando-a mais rica em aromas e mais apetitosa.

A sobremesa é o detalhe final de uma refeição e por isso, é importante que o molho complete a sobremesa e que combine perfeitamente os sabores para conseguir a excelência do resultado.



Molho de chocolate



Tempo: 45 min

Ingredientes:

150 g	Chocolate negro
30 cl	Leite

Confeção:

1. Derreter o chocolate negro em banho-maria a uma temperatura de 45 °C.
2. Adicionar o leite quente.
3. Mexer até ficar homogéneo.

Nota:
O leite pode ser substituído por natas. Mas, se a intenção for utilizar o molho como cobertura, deve substituir o leite ou as natas por manteiga.

Molho de Sabayon (Zabaglione)



Tempo: 60 min

Ingredientes:

30 cl	Vinho branco seco ou doce
6	Gemas
100 g	Açúcar
q.b.	Aroma (baunilha, licor, zeste de limão, laranja)

Confeção:

1. Deixar reduzir o vinho em lume brando.
2. Numa caçarola, em banho-maria, bater com as varas as gemas com o açúcar.
3. Deixar ganhar consistência e ligar em fio o vinho reduzido.
4. Quando a mistura estiver espessa e espumosa, tirar do lume e perfumar com o aroma escolhido.

Xarope (Sirop) e Molho de mel



Tempo: 30 min

Xarope (Sirop)

Ingredientes:

250 g	Açúcar
10 cl	Água
q.b.	Zeste de limão ou pau de canela

Confeção:

1. Num recipiente, ferver a água com o açúcar.
2. Adicionar a zeste de limão ou o pau de canela.
3. Deixar ferver por mais 10 minutos e de seguida coar.

Molho de mel

Ingredientes:

100 g	Mel
1	Vagem de baunilha
10 cl	Sumo de limão
1	Laranja (raspa)

Confeção:

1. Ferver o mel com a vagem de baunilha.
2. Adicionar o sumo de limão e a raspa de laranja.
3. Retirar do lume e deixar arrefecer.

Molho de morango

Coulis



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Morangos
300 g	Açúcar
10 cl	Água

Confeção:

1. Num tacho, colocar a água, os morangos e o açúcar. Levar a lume brando para que a fruta possa libertar os seus sucos.
2. Passar por um passador é opcional em função de se obter o molho com ou sem grainhas.

Nota:

Podem adicionar-se a esta confeção outros frutos vermelhos (silvestres), como framboesas e amoras. Neste caso, o molho deve designar-se por **molho de frutos vermelhos**.

Também se pode confecionar, substituindo os morangos por framboesas.

Molho de maçã



Tempo: 60 min

Ingredientes:

1000 g	Maçã Reineta
16 cl	Água
50 g	Açúcar
50 g	Manteiga
1	Pau de canela (opcional)
10 g	Sal
0,5 g	Pimenta
1 cl	Sumo de limão

Confeção:

1. Descascar as maçãs, retirar as pevides e cortá-las em pedaços.
2. Num tacho, colocar a água, as maçãs em pedaços, o sal, a pimenta, o pau de canela e o sumo de limão.
3. Levar ao lume, deixando ferver lentamente, até que as maçãs fiquem bem cozidas.
4. Triturar para se obter um puré.
5. Adicionar o açúcar e a manteiga.
6. Envolver.

FICHA TÉCNICA 41

Molho de laranja



Tempo: 45 min

Ingredientes:

650 g	Açúcar
100 cl	Sumo de laranja
1	Zeste de laranja
5 cl	Licor *Triple Sec*

Confeção:

1. Preparar um caramelo com o açúcar, sem água.
2. Adicionar o sumo de laranja e a zeste de laranja e levar novamente ao lume até ferver.
3. Aromatizar com o *Triple Sec*.
4. Passar pelo passador (chinês).









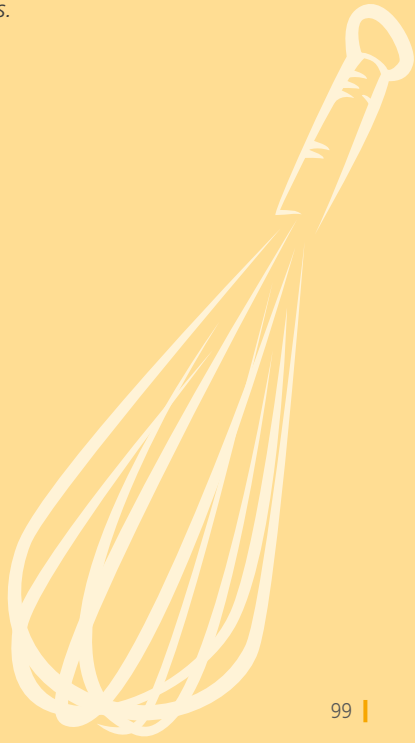


08

Pastelaria Clássica

A pastelaria clássica tem por base uma variada série de formas de preparar sobremesas assentes no receituário de Auguste Escoffier e seus pares.

Enquanto expressão da alta gastronomia, a pastelaria clássica tem por princípios básicos, o envolvimento dos sentidos e o estímulo do uso mútuo de perceções para gerar uma leitura mais complexa dos alimentos.



Bavarois (Moscovita)



Porções: 20
Tempo: 150 min

Ingredientes:

1	*Génoise* [ver Ficha Técnica **11**]
50 cl	Molho de morango [ver Ficha Técnica **39**]
100 cl	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
100 cl	Creme inglês [ver Ficha Técnica **21**]
150 g	Morangos
20 g	Gelatina

Confeção:

1. Hidratar previamente a gelatina em água fria.
2. Aquecer o molho de morango e adicionar a gelatina hidratada, mexendo sempre para derreter.
3. Adicionar o creme inglês.
4. Adicionar o *chantilly*.
5. Cortar o *génoise* à dimensão do aro.
6. Encher o aro com o aparelho e levar ao frigorífico para solidificar.
7. Decorar com morangos.

Charlotte de morango



Porções: 10
Tempo: 150 min

Ingredientes:

200 g	Biscoitos [ver Ficha Técnica **8**]
40 cl	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
50 cl	Molho de morango [ver Ficha Técnica **39**]
150 g	Morangos
20 g	Gelatina

Confeção:

1. Forrar uma forma de aro com os biscoitos.
2. Aquecer o molho de morango.
3. Hidratar a gelatina em água fria.
4. Adicionar a gelatina amolecida ao molho quente.
5. Cuidadosamente, envolver o molho com o *chantilly*.
6. Encher o aro com o preparado, sem desmanchar os biscoitos.
7. Levar ao frigorífico para solidificar.
8. Desenformar.
9. Colocar num prato.
10. Decorar com *chantilly* e morangos.

Croquembouche



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
200 g	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]

Nougat:

200 g	Caramelo
1000 g	Açúcar
20 cl	Água
1000 g	Amêndoa pelada laminada

Confeção:

1. Executar o caramelo com o açúcar e a água.
2. Quando atingir o ponto caramelo, adicionar a amêndoa.
3. Verter para cima de papel siliconizado.
4. Colocar outra folha de papel vegetal por cima e espalmar com o rolo nivelando o *nougat*.
5. Ainda em quente, formar um cone.
6. Com a massa de fartos (*choux*), fazer *profiteroles* e cozer no forno a 200 °C durante alguns minutos.
7. Com um saco de pasteleiro, rechear os *profiteroles* com o creme de pasteleiro.
8. Fazer a montagem, dispondo os *profiteroles* com ajuda de caramelo no cone de *nougat*.
9. Servir decorado a gosto com caramelo.

Moka cake



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Bolo de massa genovesa com café [ver Ficha Técnica **11**]
350 g	Creme de manteiga de café [ver Ficha Técnica **15**]
10 cl	Calda de açúcar aromatizada com rum
20 cl	Café

Confeção:

1. Dividir o bolo de massa genovesa em 3 partes iguais, no sentido horizontal.
2. Remolhar as partes com calda de açúcar.
3. Barrar as partes inferiores do bolo com o creme de manteiga fresca de café, montando de seguida o bolo completo.
4. Colocar o entremeio numa base.
5. Cobrir o bolo com creme de manteiga de café previamente derretido, retirando os excessos com a espátula,
6. Barrar as laterais do bolo com creme de manteiga de café.
7. Enfeitar por cima, com o termo "moka".

Omeleta surpresa



Porções: 15
Tempo: 180 min

Ingredientes:

500 g	Massa genovesa [ver Ficha Técnica **11**]
500 g	Gelado de baunilha [ver Ficha Técnica **146**]
500 g	Gelado de chocolate [ver Ficha Técnica **148**]
500 g	Sorvete de morango [ver Ficha Técnica **143**]
250 g	Merengue [ver Ficha Técnica **24**]
250 g	Fruta em calda
3 cl	Aguardente velha

Confeção:

1. Colocar uma base de massa genovesa numa travessa oval.
2. Sobrepor as diversas bolas de gelados e sorvete, cobrindo a base de bolo.
3. Polvilhar com macedónia de frutas.
4. Cobrir as bolas com outra base de bolo.
5. Barrar, decorando com merengue toda a omeleta.
6. Polvilhar o merengue com macedónia de frutas.
7. Levar ao forno bem forte para gratinar.
8. Servir rapidamente.

Pera Bela Helena



Porções: 5
Tempo: 150 min

Ingredientes:

250 g	Gelado de baunilha [ver Ficha Técnica **146**]
10 cl	Molho de chocolate [ver Ficha Técnica **36**]
50 cl	Xarope [ver Ficha Técnica **38**]
5	Peras
50 g	Amêndoa laminada

Confeção:

1. Descascar as peras, retirar o caroço e cozer no xarope.
2. Deixar arrefecer na calda.
3. Empratar, colocando uma bola de gelado de baunilha e por cima a pera.
4. Regar com molho de chocolate quente.
5. Polvilhar com amêndoa laminada.

Nota:
Podem ser tomadas outras opções de montagem da sobremesa.

Pêssego Melba



Porções: 5
Tempo: 25 min

Ingredientes:

200 g	Gelado de baunilha [ver Ficha Técnica **146**]
10 cl	Molho de framboesa [ver Ficha Técnica **39**]
20 cl	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
50 cl	Xarope [ver Ficha Técnica **38**]
5	Pêssegos
50 g	Amêndoa laminada

Confeção:

1. Descascar os pêssegos, retirar o caroço, cortar em metades e cozer em xarope.
2. Deixar arrefecer na calda.
3. Empratar, colocando uma bola de gelado de baunilha e por cima o pêssego.
4. Regar com molho de framboesa.
5. Decorar com *chantilly* e polvilhar com amêndoa laminada.

FICHA TÉCNICA 49

Soufflé de limão



Porções: 5
Tempo: 60 min

Ingredientes:

8	Gemas
8	Claras
40 cl	Leite
120 g	Açúcar
90 g	Farinha
40 g	Manteiga
10 cl	Sumo de limão
1	Raspa de limão
10 g	Açúcar em pó

Confeção:

1. Numa caçarola, levar a ferver o leite e a manteiga.
2. Misturar as gemas com o açúcar, mexendo bem.
3. Adicionar o sumo e a raspa de limão.
4. Ligar a farinha e envolver tudo muito bem.
5. Adicionar o leite e a manteiga a ferver ao preparado anterior.
6. Levar novamente ao lume, mexendo bem até engrossar um pouco.
7. Retirar do lume e deixar arrefecer.
8. Bater as claras em castelo e envolver ao preparado.
9. Colocar a massa em taças de *soufflé* untadas com manteiga e passadas por açúcar.
10. Levar ao forno a 200 °C.
11. Retirar do forno e polvilhar com açúcar em pó.
12. Servir rapidamente.









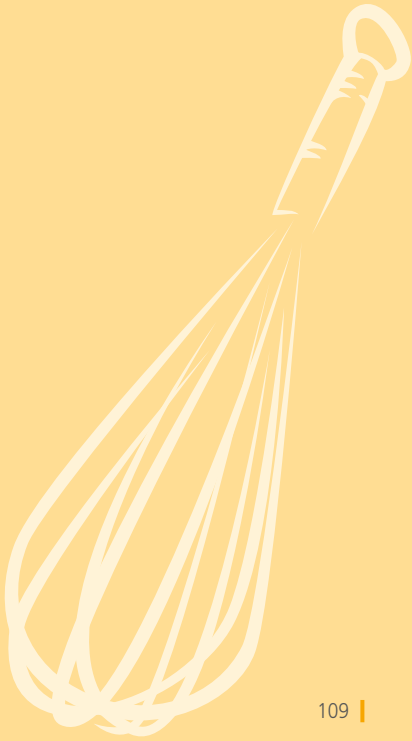


09

Pastelaria Internacional

A pastelaria internacional representa uma diversidade de influências de culturas variadas, bem como de produções agrícolas díspares, alicerçadas em realidades históricas muito marcantes.

Não sendo uma recolha exaustiva, descrevem-se seguidamente as mais relevantes e mais reproduzidas receitas a nível global.



Apfelstrudel *(Áustria)*



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

Massa:

300 g	Farinha
20 g	Açúcar
5 cl	Óleo
20 cl	Água
10 g	Sal

Recheio:

1000 g	Maçã Reineta (cubos)
100 g	Nozes (picadas)
100 g	Açúcar
100 g	Sultanas
10 cl	Rum
5 g	Canela em pó
50 g	Pão ralado
1	Limão (raspa e sumo)
100 g	Manteiga
50 g	Açúcar em pó

Confeção:

1. Juntar os ingredientes da massa e amassar muito bem.
2. Deixar descansar a massa durante alguns minutos.
3. Estender finamente, com ajuda do rolo.
4. Misturar os ingredientes do recheio numa tigela.
5. Colocar o recheio na massa e enrolar como uma torta.
6. Colocar num tabuleiro untado com manteiga.
7. Levar a cozer no forno a 200 ºC durante alguns minutos.
8. A meio do tempo de cozedura, polvilhar com açúcar em pó e deixar terminar a cozedura.
9. Retirar do forno, deixar arrefecer, mas servir morno.

Nota:

Acompanhar com molho de baunilha morno.

FICHA TÉCNICA 51

Apple Pie *(América do Norte)*



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

600 g	Massa areada [ver Ficha Técnica **1**]
1500 g	Maçãs
1 cl	Sumo de limão
40 g	Manteiga (pedaços)
80 g	Açúcar
1 g	Noz-moscada
1 g	Pimenta-da-Jamaica
1 g	Gengibre
4 g	Canela em pó
1	Gema de ovo

Confeção:

1 Preparação do recheio

- Descascar as maçãs, retirando o caroço e as sementes, e cortar a polpa em pedaços pequenos.
- Colocar num recipiente e juntar todos os ingredientes, exceto o ovo.

2 Preparação da tarte

- Dividir a massa areada ao meio e colocá-la sobre uma superfície polvilhada de farinha.
- Com o rolo, distender os dois pedaços de massa de modo a ficarem com o mesmo tamanho.
- Colocar uma das camadas de massa na forma e deixar sobressair um pouco a massa.
- Encher com o recheio e espalhar por cima os pedaços de manteiga.
- Pincelar a massa que sobressai da forma com gema de ovo misturada com um pouco de água.
- Colocar a segunda camada de massa sobre a primeira, deixando também sobressair um pouco.
- Pressionar um pouco a segunda camada contra a primeira.
- Fazer um orifício no centro da massa e com um pincel, barrar o resto da gema de ovo por cima da tarte.
- Levar ao forno, previamente aquecido a 200 °C.
- Deixar arrefecer ligeiramente e desenformar em seguida.

Baklava *(Grécia e Turquia)*



Porções: 10
Tempo: 150 min

Ingredientes:

500 g	Massa folhada [ver Ficha Técnica **3**]
225 g	Nozes e pistácios picados
50 g	Açúcar amarelo
1	Canela em pó
175 g	Mel
1	Ovo (para pincelar)

Confeção:

1. Picar as nozes e em seguida misturar muito bem com o açúcar amarelo e a canela.
2. Tender a massa folhada muito fina.
3. Cortar a massa folhada em quadrados e colocá-los num tabuleiro com o preparado de nozes por cima.
4. Sobrepor massa folhada e nozes.
5. Terminar sobrepondo novamente massa folhada.
6. Pincelar com ovo batido.
7. Levar ao forno a 200 °C.
8. Retirar do forno e regar com mel enquanto estiver quente.

Bebinca *(Índia)*



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

6	Cardamomos
400 g	Açúcar
30 cl	Leite de coco
300 g	Farinha
10	Gemas
50 g	Manteiga

Confeção:

1. Bater muito bem o açúcar com as gemas até duplicar de volume.
2. Fazer uma infusão com o leite de coco e os cardamomos pisados e torrados. Adicionar ao preparado anterior.
3. Misturar a farinha e bater muito bem.
4. Barrar uma forma redonda e lisa com manteiga, deixando uma boa camada no fundo.
5. Levar ao forno para aquecer a forma.
6. Retirar a forma do forno e deitar uma porção do preparado a cobrir o fundo.
7. Levar ao forno para cozer com o lume por cima (gratinador). Quando alourar, deitar nova camada, e assim sucessivamente, até as camadas perfazerem a altura da forma. Ter atenção para não deixar tostar demais as camadas, mas apenas alourar.
8. Depois de pronto, desenformar, podendo servir frio ou morno.

Bread and butter pudding *(Grã-Bretanha)*



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

8	Fatias de pão branco
50 g	Manteiga
50 g	Passas (ou sultanas)
50 cl	Leite
12 cl	Natas batidas
50 g	Açúcar
1	Zeste de meio limão
3	Ovos
0,5 g	Noz-moscada ralada (opcional)
50 g	Limão cristalizado (opcional) (ou casca de laranja)

Confeção:

1. Pré-aqueçer o forno a 180 °C e barrar um tabuleiro de ir ao forno com manteiga.
2. Barrar as fatias de pão com manteiga de ambos os lados. Colocar uma camada de pão com manteiga no fundo do tabuleiro. Polvilhar com metade das passas (e todo o limão cristalizado ou casca de laranja). Cobrir com o restante do pão e das passas.
3. Misturar o leite, as natas, o açúcar e as zestes. Adicionar esta mistura aos ovos, batendo vigorosamente. Despejar tudo sobre o pão. Salpicar com a noz-moscada ralada.
4. Levar ao forno até que a crosta fique dourada. Servir quente com natas ou *custard*.

FICHA TÉCNICA 55

Cassata *(Itália)*



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

700 g	Gelado de baunilha [ver Ficha Técnica **146**]
500 g	Gelado de morango [ver Ficha Técnica **149**]
400 g	Gelado de chocolate [ver Ficha Técnica **148**]
	Chantilly [ver Ficha Técnica **19**]
200 g	Frutas cristalizadas picadas
120 g	Frutas frescas da época

Confeção:

1. Forrar com gelado de baunilha, uma forma em meia esfera.
2. Sobrepor gelado de morango em toda a volta.
3. Sobrepor gelado de chocolate em toda a volta.
4. Colocar *chantilly* no centro, misturado com frutas cristalizadas picadas.
5. Levar ao congelador durante alguns minutos para solidificar bem.
6. Desenformar
7. Decorar com *chantilly* e frutas frescas.

Cheesecake *(América do Norte)*



Porções: 10
Tempo: 150 min

Ingredientes:

500 g	Massa areada [ver Ficha Técnica **1**]
50 cl	Molho de morango [ver Ficha Técnica **39**]
450 g	Queijo creme
5	Ovos
200 g	Açúcar
40 g	Farinha
20 cl	Leite
400 g	Natas azedas*
6 g	Essência de baunilha

* Misturar as natas com um pouco de limão e deixar descansar no frigorífico.

Confeção:

1. Distender a massa com um rolo e forrar o fundo de uma forma. (A massa deve preencher apenas o fundo, sem as laterais).
2. Levar ao forno pré-aquecido a 180 °C e deixar dourar levemente.
3. Bater bem o queijo até formar uma pasta e de seguida adicionar os ovos.
4. Acrescentar o açúcar e a farinha.
5. Adicionar o leite, as natas azedas e a essência de baunilha.
6. Colocar o recheio sobre a massa já pré-cozida.
7. Levar ao forno, baixo (160 °C), até a massa ficar firme e levemente dourada.
8. Deixar arrefecer.
9. Servir com molho de morango.

Churros *(Espanha)*



Porções: 8
Tempo: 150 min

Ingredientes:

500 g	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
100 cl	Óleo
100 g	Açúcar
20 g	Canela em pó

Confeção:

1. Colocar a massa num saco pasteleiro e boquilha frisada.
2. Tender numa frigideira com óleo quente.
3. Deixar fritar e virar.
4. Retirar depois de frito e escorrer sobre papel absorvente.
5. Passar os churros por açúcar e canela.

58

Creme catalão *(Espanha)*



Porções: 2
Tempo: 120 min

Ingredientes:

25 cl	Natas
65 g	Açúcar
5	Gemas
1	Vagem de baunilha
50 g	Açúcar mascavado

Confeção:

1. Preparar a vagem de baunilha. Usando uma faca, cortar ao meio e abrir.
2. Raspar a polpa com a ponta da faca e colocar na caçarola. Adicionar o resto da vagem e deitar as natas.
3. Levar ao lume a aquecer, sem deixar ferver.
4. Misturar as gemas e o açúcar. Bater até ficar homogéneo.
5. Juntar o creme quente gradualmente, batendo sem parar. Se deitar o creme rápido demais, as gemas ficam cozidas.
6. Passar a mistura pelo passador e colocar em taças.
7. Cozer no forno a 85 °C.
8. Retirar do forno e deixar arrefecer muito bem.
9. Polvilhar com açúcar mascavado e queimar com o maçarico.

Nota:

Também designado por ***creme brulée***, em França, e por **leite creme**, em Portugal.

Dundee cake *(Escócia)*



Porções: 10
Tempo: 150 min

Ingredientes:

7 cl	*Whisky*
175 g	Passas
175 g	Sultanas
110 g	Cerejas cristalizadas
75 g	Mistura de cascas cristalizadas
1	Casca de laranja ralada
1	Casca de limão ralada
150 g	Manteiga
150 g	Açúcar mascavado
3	Ovos
225 g	Farinha de trigo
10 g	Fermento
25 g	Amêndoa sem pele
110 g	Amêndoa inteira sem pele

Confeção:

1. Numa tigela, macerar de véspera, regando com *whisky*, os frutos, 25 g de amêndoas e as cascas.
2. Bater a manteiga e o açúcar até obter um creme leve e fofo. Bater separadamente os ovos e em seguida adicioná-los aos poucos, batendo sempre.
3. Com uma colher grande e cuidadosamente, juntar a farinha e o fermento. A consistência deve ser suave e cremosa.
4. Vazar cuidadosamente para uma forma os ingredientes preparados de véspera e com as costas de uma colher, alisar suavemente a superfície.
5. No topo da mistura, colocar as restantes amêndoas em círculos, sem pressionar.
6. Levar ao forno e deixar cozer até o centro ficar firme, mas elástico ao toque.
7. Deixar arrefecer na forma e só depois desenformar.
8. Com um palito, fazer pequenos furos no topo e na base do bolo e de seguida verter um pouco de *whisky*, ao que os escoceses chamam *feeding* (alimentar).

Gâteau Paris-Brest *(França)*



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

500 g	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
250 g	Merengue [ver Ficha Técnica **24**]
250 g	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
250 g	Creme de manteiga *praliné* [ver Ficha Técnica **15**]
100 g	Amêndoas peladas e laminadas
1	Ovo
50 g	Açúcar em pó

Confeção:

1. Espalhar as amêndoas laminadas num tabuleiro e levar ao forno em intensidade média (200 °C aproximadamente).
2. Encher de massa um saco de pasteleiro, com bico redondo de 15 mm de diâmetro e num tabuleiro fazer duas circunferências de 18 cm de diâmetro. Em seguida, pincelar com ovo e polvilhar com as amêndoas laminadas.
3. Deixar cozer, em forno pré-aquecido a 180 °C. Desligar o forno, deixando as circunferências de massa no interior com a porta entreaberta. Passados alguns minutos, retirá-las do forno e deixar arrefecer completamente.
4. Preparar o creme de pasteleiro, o creme de manteiga fresca (adicionado de *praliné**) e o merengue.
5. Deixar arrefecer os três aparelhos, e de seguida, misturá-los bem.
6. Cortar os anéis de massa ao meio, no sentido horizontal e com a ajuda do saco de pasteleiro, com um bico canelado, preencher a parte inferior com o creme.
7. Colocar a metade superior por cima do creme e polvilhar toda a superfície com açúcar em pó.

* Para confecionar um ***praliné***, fazer um caramelo até ao ponto de endurecer e adicionar amêndoas peladas e picadas grosseiramente. Retirar o aparelho do lume e deixar arrefecer sobre pedra mármore. Quando estiver rijo, triturar.

Gâteau Saint Honoré *(França)*



Porções: 10

Tempo: 180 min

Ingredientes:

500 g	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
50 cl	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
200 g	Massa quebrada [ver Ficha Técnica **2**]
200 g	Caramelo

Creme *chiboust*:

25 cl	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
5	Claras
25 g	Açúcar
8 g	Gelatina

Confeção:

1. Com um saco de pasteleiro, fazer uma circunferência de massa de fartos (*choux*) em cima de uma circunferência de massa quebrada e cozer no forno a 200 °C durante alguns minutos.
2. Fazer *profiteroles* com a restante massa de fartos e cozer no forno a 200 °C.
3. Rechear com creme de pasteleiro e passar os *profiteroles* por caramelo.
4. Cobrir a base de massa quebrada com os *profiteroles* e com a ajuda de um saco de pasteleiro, encher o interior com creme *chiboust*.

Notas:

- Para preparar o **creme *chiboust***, adicionar ao creme de pasteleiro a gelatina diluída em água fria e esgotada, mantendo o creme sempre quente. Bater as claras em castelo e adicionar o açúcar. Adicionar o preparo do creme às claras e misturar energicamente.
- A massa quebrada pode ser substituída por massa folhada.

Kugelhopf *(Alsácia-França)*



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

500 g	Farinha
10 g	Levedura fresca
15 cl	Leite morno
100 g	Passas
2 cl	Rum
180 g	Manteiga
120 g	Açúcar
3	Ovos
4 g	Sal
1 g	Noz-moscada
1	Limão (Raspas)
2	Gemas de ovos

E ainda:

1	Forma em coroa canelada com 22 cm
25 g	Manteiga (para untar)
50 g	Pão ralado (para untar)
15 g	Açúcar em pó (polvilhar)

Confeção:

1. Colocar a farinha numa tigela fazendo uma estanca no meio. Em seguida, partir a levedura fresca aos bocados, dissolvê-la em leite morno e de seguida deitá-la na estanca. Peneirar farinha por cima desta massa, tapá-la com um pano e deixar levedar até a superfície começar a abrir fendas.
2. Macerar as passas em rum. Bater e misturar bem a manteiga, as gemas, os ovos e os condimentos até obter uma massa fofa. Deixar crescer até duplicar.
3. De seguida, adicionar ao preparado a massa previamente confecionada, mexendo e misturando com a farinha até obter uma massa mole.
4. Bater esta massa até formar bolhas e se despegar da tigela. Tapar com um pano e deixar levedar 20 a 25 minutos, até duplicar.
5. Untar a forma com manteiga e deixar solidificar no frigorífico de modo a formar uma camada uniforme. Depois de untar novamente a forma espalhar pão ralado por cima.
6. Escorrer as passas e eliminar o rum que sobrar. Juntá-las à massa, batendo de baixo para cima. Deixar levedar e de seguida deitar na forma já preparada. Alisar a superfície, tapar com um pano e deixar a massa voltar a crescer.
7. Levar ao forno previamente aquecido a 200 °C. Retirar o bolo do forno e deixar arrefecer um pouco. Desenformá-lo e virar ao contrário. Polvilhar com açúcar em pó.

Lemon pie *(Grécia)*



Porções: 6
Tempo: 180 min

Ingredientes:

500 g	Massa quebrada [ver Ficha Técnica **2**]
200 g	Merengue [ver Ficha Técnica **23**]

Creme de limão:

25 cl	Leite
30 g	Açúcar
3	Gemas de ovo
35 g	Manteiga
30 g	Amido de milho
2	Zestes de limão
1	Limão (sumo)

E ainda:

q.b.	Leguminosas (para a cozedura em vazio)

Confeção:

1. Estender a massa e forrar a forma. Cortar a massa excedente e picar com um garfo.
2. Levar a forma a "cozer em vazio". Colocar papel vegetal sobre a massa e encher de leguminosas secas. Levar ao forno previamente aquecido a 190 °C. Retirar o papel e as leguminosas e deixar a massa cozer durante mais 10 a 15 minutos até ficar com um tom dourado.
3. Ferver o leite com o açúcar. Bater as gemas com o amido de milho, adicionar 1 a 2 colheres do leite quente, mexer bem e juntar esta mistura com o leite, mexendo sempre com vara de arames. Deixar ferver bastante e em seguida juntar o sumo e as zestes de limão.
4. Juntar ao creme de limão metade do merengue, batendo sempre com a vara de arames. Ferver todo este preparado.
5. Deitar o creme de limão quente sobre a base da massa quebrada. Alisar a superfície e barrar o resto do merengue sobre a tarte fazendo pequenas ondulações na superfície.
6. Gratinar na salamandra ou com maçarico.

Muffins *(Grã-Bretanha)*



Porções: 6
Tempo: 120 min

Ingredientes:

250 g	Farinha
10 g	Fermento em pó
5 g	Sal
150 g	Açúcar
1	Ovo
25 cl	Leite
6 cl	Óleo vegetal
q.b.	Nozes ou frutas secas (ou chocolate, etc.)

Confeção:

1. Misturar a farinha, o fermento, o sal e o açúcar. Fazer uma estanca no centro da massa.
2. Bater os ovos e mexê-los com o leite e o óleo.
3. Verter a mistura na estanca da massa e mexer de modo a envolver os elementos secos.
4. Juntar as nozes ou outro ingrediente, misturando cuidadosamente até se incorporarem na massa.
5. Despejar a massa em formas individuais de *muffins* untadas.
6. Levar ao forno previamente aquecido a 200 °C.

Nota:

As primeiras receitas deste bolo de origem inglesa remontam a 1703, mas a sua popularidade nos Estados Unidos é tão grande que se pode considerar um bolo anglo-americano.

Panettone *(Itália)*



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

Fermento:

80 g	Levedura fresca
50 g	Açúcar
15 cl	Leite
2	Ovos
250 g	Farinha

Massa:

150 g	Manteiga
100 g	Açúcar
3	Gemas
1	Ovo inteiro
30 g	Mel
1	Zeste de limão
1 g	Noz-moscada ralada
1 g	Canela em pó
10 g	Sal
500 g	Farinha
200 g	Sultanas
250 g	Frutas cristalizadas picadas
100 g	Nozes picadas (previamente torradas)

Confeção:

Preparação do fermento

1. Misturar todos os ingredientes e amassar.
2. Deixar levedar cerca de 15 minutos.

Preparação da massa

1. Bater a manteiga, o açúcar e as gemas até obter um creme fofo e esbranquiçado.
2. Juntar o fermento e os restantes ingredientes e amassar cerca de 20 minutos. Se necessário, adicionar um pouco de leite para a massa não ficar dura.
3. Deixar a massa descansar até dobrar de volume.
4. Colocar em forma própria e deixar levedar novamente.
5. Levar ao forno pré-aquecido a 180 °C.
6. Depois de cozido, suspender o *Panettone* com o fundo para cima até servir.

Panna Cotta *(Itália)*



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

750 g	Natas
50 g	Açúcar
12 g	Gelatina
1	Vagem de baunilha
250 g	Frutos silvestres ou outro tipo de fruta, chocolate, caramelo, etc.

Confeção:

1. Hidratar a gelatina em água fria.
2. Misturar as natas com o açúcar.
3. Abrir a vagem e raspar o interior para a mistura de natas. Misturar.
4. Levar as natas ao lume até ferver.
5. Escorrer a gelatina e juntá-la às natas, misturando bem.
6. Deixar repousar 2 minutos.
7. Passar o preparado por um passador de rede, deitá-lo em formas e levar ao frigorífico até solidificar.
8. De seguida, desenformar e regar com molho a gosto (frutos silvestres ou outro).

Nota:

Esta é uma sobremesa típica da região italiana de Piemonte e em italiano significa "nata cozida".

Quindim *(Brasil)*



Porções: 20
Tempo: 90 min

Ingredientes:

500 g	Coco ralado
25 cl	Água
1000 g	Açúcar
30	Gemas
1	Vagem de baunilha

Confeção:

1. Num tacho, levar a água a ferver.
2. Colocar o coco num recipiente e verter sobre ele a água a ferver.
3. Juntar o açúcar, a baunilha e as gemas.
4. Untar as formas com gordura e passar por açúcar.
5. Colocar o preparado no interior das formas e levar a cozer, em banho-maria, a uma temperatura de 200 °C.
6. Retirar e desenformar quando frio.

Sacher torte *(Áustria)*



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

50 cl	Creme de chocolate [ver Ficha Técnica **14**]
8	Gemas
10	Claras
125 g	Manteiga
200 g	Chocolate negro
15 g	Fermento em pó
140 g	Açúcar
125 g	Farinha
25 cl	Natas
75 g	Geleia de damasco
1	Vagem de baunilha
4 g	Sal

Confeção:

1. Em banho-maria, derreter o chocolate negro.
2. Bater ligeiramente as gemas, adicionar a manteiga derretida e 200 g do chocolate negro derretido.
3. Bater as claras em castelo com o sal e adicionar o açúcar com baunilha.
4. Gradualmente, adicionar as claras em castelo.
5. Juntar a farinha e o fermento peneirados. Misturar todos os ingredientes até desaparecerem os laivos brancos, não prolongando muito esta operação.
6. Levar ao forno até a massa crescer e secar. Desenformar o bolo, colocando-o numa rede a arrefecer. Cortar em dois na horizontal.
7. Espalhar a geleia de damasco sobre uma das partes do bolo de chocolate e cobrir este com a outra metade.
8. Cobrir tudo com o creme de chocolate, espalhando-o uniformemente com uma espátula de metal.
9. Colocar no frigorífico e retirar 30 minutos antes de ser servido.

Nota:

Famoso bolo vienense, criado por Franz Sacher, pasteleiro do príncipe Metternich, por ocasião do Congresso de Viena. *Sachertorte* (bolo de Sacher) é uma espécie de bolo de Saboia achocolatado, recheado ou coberto com geleia de damasco e forrado com chocolate, tradicionalmente servido com *chantilly* e uma chávena de café.

Schwarzwälder kirschtorte *(Alemanha)*



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

60 cl	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
10 cl	Xarope de açúcar [ver Ficha Técnica **38**]
125 g	Manteiga
150 g	Chocolate negro
250 g	Açúcar
100 g	Farinha
15 g	Fermento em pó
6	Ovos
100 g	Açúcar em pó
100 g	Cerejas
5 cl	Aguardente de cereja (*Kirsch*)
350 g	Raspas de chocolate

Confeção:

1. Em banho-maria, derreter o chocolate negro com a manteiga.
2. Separar as gemas das claras.
3. Misturar as gemas com o açúcar e bater na batedeira.
4. Ligar o chocolate derretido ao batido anterior.
5. Peneirar a farinha com o fermento.
6. Envolver cuidadosamente a farinha ao preparado anterior.
7. Bater as claras em castelo.
8. Envolver ao preparado.
9. Untar uma forma com manteiga e passar por farinha.
10. Colocar a massa na forma e levar ao forno a uma temperatura de 180 °C.
11. Depois de cozido retirar do forno e deixar arrefecer.
12. Desenformar e cortar o bolo ao meio, remolhar com xarope de açúcar aromatizado com aguardente de cereja.
13. Rechear com *chantilly* e cerejas picadas.
14. Barrar com *chantilly* e decorar com as raspas de chocolate.
15. Polvilhar com açúcar em pó e decorar com cerejas inteiras.

Shortbread *(Grã-Bretanha)*



Porções: 12
Tempo: 60 min

Ingredientes:

125 g	Manteiga
55 g	Açúcar amarelo
180 g	Farinha

Confeção:

1. Bater a manteiga e o açúcar até obter uma emulsão homogénea.
2. Por fases, adicionar a farinha, até obter uma massa fofa.
3. Dispor esta massa numa superfície de trabalho e com a ajuda de um rolo, espalmar até ter cerca de 0,5 a 1 cm de espessura.
4. Cortar em pequenos retângulos ou em circunferências, como bolachas, e colocar em tabuleiro de ir ao forno sobre papel siliconizado.
5. Cozer em forno a 190 °C até ficarem dourados.
6. Deixar arrefecer e polvilhar com açúcar.

FICHA TÉCNICA 71

Tarte Linzer *(Alemanha)*



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

300 g	Massa areada [ver Ficha Técnica **1**]
500 g	Doce de framboesa [ver Ficha Técnica **29**]
1	Ovo
100 g	Geleia neutra

Confeção:

1. Forrar uma forma de tarte com a massa areada.
2. Rechear a tarte com o doce de framboesa.
3. Sobrepor tiras de massa areada por cima a formar um quadriculado.
4. Pincelar com ovo.
5. Levar ao forno a cozer durante alguns minutos.
6. Retirar do forno e deixar arrefecer.
7. Pincelar com geleia neutra e servir.

Tarte Tatin *(França)*



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

200 g	Massa areada [ver Ficha Técnica **1**]
500 g	Maçãs
150 g	Manteiga
200 g	Açúcar

Confeção:

1. Descascar as maçãs, tirar o pedúnculo, o caroço e cortar aos quartos.
2. Colocar a manteiga e o açúcar numa forma com fundo fixo.
3. Deixar caramelizar.
4. Cobrir o fundo com as maçãs e caramelizar.
5. Colocar por cima massa areada.
6. Levar ao forno para cozer a massa.
7. Retirar do forno e desenformar ainda quente

Nota:
Também se pode utilizar massa folhada nesta confeção.

Tiramisu *(Itália)*



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

150 g	Biscoitos [ver Ficha Técnica **8**]
25 cl	Café
4	Gemas
100 g	Açúcar em pó
5 cl	*Amareto* (licor de amêndoa)
500 g	Queijo *Mascarpone*
30 g	Cacau em pó

Confeção:

1. Passar os biscoitos pelo café.
2. Cobrir o fundo de um recipiente com os biscoitos.
3. Bater as gemas com o açúcar em pó, até obter um creme fofo e esbranquiçado.
4. Ligar o licor de amêndoa ao creme.
5. Adicionar o queijo *Mascarpone* aos poucos, batendo sempre até ficar homogéneo.
6. Colocar uma camada de creme por cima dos biscoitos que estão no fundo do recipiente.
7. Sobrepor outra camada de biscoitos molhados em café por cima do creme.
8. Terminar com uma camada de creme, alisando muito bem.
9. Polvilhar com cacau em pó.
10. Servir bem frio.

Triffle *(Grã-Bretanha)*



Porções: 8
Tempo: 60 min

Ingredientes:

1/2	*Génoise* [ver Ficha Técnica **11**]
100 cl	Creme inglês [ver Ficha Técnica **21**]
250 g	Doce de framboesa [ver Ficha Técnica **29**]
30 cl	*Sherry* ou vinho da Madeira
12	Suspiros
60 cl	Natas batidas
150 g	Cerejas, morangos ou framboesas
100 g	Amêndoa laminada

Confeção:

1. Cortar o *génoise* ao meio.
2. Barrar com o doce de framboesa
3. Cortar em cubos e colocar numa taça de vidro.
4. Remolhar com o *Sherry* (ou o vinho da Madeira).
5. Polvilhar com os suspiros esfarelados.
6. Cobrir com o creme inglês.
7. Levar ao frigorifico.
8. Decorar com natas batidas, cerejas, morangos ou framboesas. Polvilhar com amêndoa laminada

Vacherin *(Suiça)*



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Merengue [ver Ficha Técnica **23**]
1 unid.	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
200 g	Morangos maduros
30 g	Açúcar em pó
2 cl	Rum

Confeção:

1. Forrar os tabuleiros com o papel vegetal.
2. Encher um saco de pasteleiro com o merengue. Com um bico redondo, desenhar sobre os tabuleiros dois círculos, um ao lado do outro, assim como dois círculos grandes. Com um bico estriado formar dois entrançados que se destinam aos topos.
3. Levar os tabuleiros ao forno previamente aquecido a 50 °C. Deixar a porta ligeiramente entreaberta para deixar escapar o vapor.
4. Deixar secar completamente os merengues e só depois retirar o papel vegetal.
5. Lavar bem os morangos, secá-los, cortá-los e embebê-los com o rum, deixando macerar.
6. Com um saco de pasteleiro com bico redondo rechear o *vacherin* com *chantilly* e dispor os morangos.
7. Tapar com a tampa merengada.

Nota:
Preferencialmente, fazer o merengue de véspera.

Waffles *(Bélgica)*



Porções: 8
Tempo: 60 min

Ingredientes:

Massa:

175 g	Manteiga
175 g	Açúcar
1/2	Vagem de baunilha
3 g	Sal
4	Ovos
200 g	Farinha
10 g	Fermento em pó

E ainda:

1	Forma de *waffles*
3	Colheres sopa de óleo (para untar)

Confeção:

1. Misturar a manteiga, o açúcar, a baunilha e o sal até obter uma massa fofa.
2. Sempre a bater, deitar os ovos, um a um, só depois de o anterior estar absorvido na massa.
3. Peneirar a farinha com o fermento e adicioná-los à massa, misturando tudo.
4. Aquecer a forma de *waffles* e untá-la com óleo. Deitar 2 colheres de massa para cada *waffle*. Fechar a forma e deixar cozer até dourar.

Nota:

Este bolo tem origem na Idade Média, quando era usado nas igrejas como hóstia. Normalmente a imagem impressa era um brasão ou uma figura relacionada com o Cristianismo.

Zuppa *(Grã-Bretanha)*



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	*Génoise* [ver Ficha Técnica **11**]
350 g	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
250 g	Merengue [ver Ficha Técnica **24**]
100 g	Frutas cristalizadas
4 cl	Rum ou *marasquino*

Confeção:

1. Cortar o *génoise* em fatias horizontais.
2. Colocar a fruta a macerar no rum ou *marasquino*.
3. Colocar as fatias do *génoise* numa forma e sobrepor em camadas com as frutas e o creme de pasteleiro.
4. Cobrir a parte superior com o merengue.
5. Levar ao forno a gratinar e servir de seguida.











10

Pastelaria Festiva

Desde a Idade Média que os dias de festa são ocasiões propícias para quebrar a rotina diária da alimentação. A doçaria ocupou sempre um lugar de relevo na festa e em todos os momentos que, por uma ou outra razão, todos comemoram, sejam casamentos, batizados, aniversários, ou até mesmo negócios.

Durante o Império Romano, os noivos comiam um bolo simbolizando a prosperidade futura e, logo após o matrimónio, era esmigalhado um bolo de frutas sobre a cabeça da noiva para lhe conferir fertilidade, considerando-se privilegiadas as convivas que apanhassem algumas dessas migalhas.

Ao longo do ano existem diversos momentos de comemoração, aos quais, segundo a religião, região de origem e hábitos familiares, cada um associa na sua memória um determinado conjunto de doces.

Longe vão os tempos em que na Páscoa o folar era um presente que os padrinhos ofereciam aos afilhados, com o ovo a representar o renascer ou a ressurreição.

O Natal, com toda a sua simbologia e doçaria tradicional associada, conta hoje com a presença inigualável do Bolo-rei entre os mais desejados. Ao Carnaval associamos uma panóplia de fritos que se serviam no sábado filhoeiro, mas também uma imensidão de outras iguarias onde o arroz doce marca presença.

Desvendaremos neste capítulo como se poderão confecionar estas e outras deliciosas iguarias festivas.

Aletria



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Leite
500 g	Aletria
300 g	Açúcar
100 g	Manteiga
6	Gemas
1	Zeste de limão
1	Pau de canela
5 g	Sal
1 g	Canela em pó
150 cl	Água

Confeção:

1. Num tacho, ferver a água com o sal, o pau de canela, a zeste de limão e o leite.
2. Retirar o pau de canela e a zeste de limão e juntar a aletria.
3. Deixar cozer.
4. Adicionar o açúcar e deixar engrossar.
5. Ligar a manteiga muito bem.
6. Ligar as gemas fora do lume.
7. Empratar e deixar esfriar.
8. Decorar a gosto com canela em pó.

Arroz doce



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Leite
250 g	Arroz
250 g	Açúcar
100 g	Manteiga
1	Zeste de limão
1	Pau de canela
5 g	Sal
1 g	Canela em pó
75 cl	Água

Confeção:

1. Num tacho, ferver a água com o sal, o pau de canela e a zeste de limão.
2. Retirar o pau de canela e a zeste de limão e juntar o arroz.
3. Deixar cozer.
4. Misturar o leite e deixar engrossar.
5. Juntar o açúcar só quando o arroz já estiver cozido.
6. Ligar a manteiga muito bem.
7. Empratar e deixar esfriar.
8. Decorar a gosto com canela em pó.

Bolo-rei



Porções: 6
Tempo: 240 min

Ingredientes:

Fermento

500 g	Farinha
50 g	Levedura fresca
25 cl	Leite

Massa

350 g	Açúcar
350 g	Margarina de massas
6	Ovos
20 g	Sal
50 g	Melhorante
10 cl	Licor (ou vinho do Porto)
1	Laranja e limão (raspa)
10 cl	Água
1000 g	Farinha
600 g	Fruta cristalizada
270 g	Sultanas
200 g	Nozes
100 g	Pinhões
6	Ovos (pintar)
300 g	Mel (pintar)

Confeção:

1. Preparar o fermento, amassando a farinha e a levedura na batedeira. Iniciar a batedura em velocidade lenta e incorporar o leite aos poucos até formar uma massa.
2. Colocar esta massa numa taça e levar à estufa a levedar durante 30 min.
3. Amassar a massa depois de lêveda.
4. Colocar a farinha, o açúcar, a margarina, os ovos, o sal, o melhorante e o fermento na batedeira com gancho. Amassar em velocidade lenta.
5. Colocar depois o licor e afinar a consistência da massa com a água.
6. Incorporar as frutas cristalizadas picadas e os frutos secos até estarem envolvidos.
7. Colocar a massa em cima da mesa, tapada com uma taça, para uma fermentação inicial de 90 minutos.
8. Cortar a massa em empelos de 800 g, tender em formato redondo e deixar descansar 10 minutos.
9. Tender, formando um buraco no meio e colocar em tabuleiros.
10. Pintar com o ovo, colocar por cima as frutas cristalizadas cortadas e o açúcar em pó humedecido. Levar a levedar na estufa, durante 60 minutos, mais ou menos.
11. Levar a cozer a uma temperatura de 190 °C.
12. Pincelar sobre as frutas com mel aquecido.

Broas castelares



Porções: 50
Tempo: 180 min

Ingredientes:

400 g	Batata doce
500 g	Açúcar
125 g	Amêndoa moída sem pele
50 g	Coco ralado
150 g	Farinha de milho
75 g	Farinha de trigo
3	Ovos
1	Raspa de laranja
250 g	Mel

Confeção:

1. Cozer a batata com pele, descascar e passar.
2. Juntar o açúcar e o mel. Levar ao lume até ferver, mexendo sempre.
3. Quando levantar fervura, juntar a amêndoa, o coco, a raspa de laranja e os ovos, misturando tudo muito bem.
4. Sem retirar do lume, juntar as farinhas previamente misturadas, e envolver bem.
5. Deixar arrefecer e fazer pequenas bolas (cerca de 30 g), dando-lhes a forma de broa.
6. Colocar as broas num tabuleiro untado, separadas umas das outras.
7. Quando o tabuleiro estiver preenchido, espalmar um pouco as broas e pincelá-las com gema de ovo. Deixar secar e pincelar novamente.
8. Levar a cozer em forno bastante forte.

Coscorões



Porções: 14
Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
100 g	Açúcar
50 g	Manteiga
2	Ovos
20 g	Levedura fresca
3,5 cl	Água
1	Limão (raspa)
100 g	Açúcar e canela em pó
0,5 cl	Aguardente velha

Confeção:

1. Colocar a farinha, o açúcar, os ovos e a manteiga na batedeira com gancho e amassar todos os ingredientes em simultâneo.
2. Adicionar um pouco de água e a aguardente até obter uma massa dura e muito bem ligada.
3. Juntar a levedura a meio da amassadura até ficar uma massa homogénea.
4. Colocar numa taça e levar à estufa para levedar durante 60 minutos.
5. Depois de levedar, estender a massa com um rolo.
6. Cortar a massa em forma de grades com a ajuda de uma carretilha.
7. Fritar os coscorões em óleo bem quente.
8. Colocar a escorrer.
9. Passar por uma calda de açúcar que pode ser perfumada com uma casca de limão.
10. Polvilhe com a mistura de açúcar e canela.

Nota:

Utilizando massa de filhó [ver Ficha Técnica **5**], proceder de igual forma a partir do ponto 5.

Rabanadas



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Pão tipo cacete
100 cl	Leite
12	Ovos
200 g	Açúcar
10 cl	Vinho do Porto
10 g	Canela em pó
1	Pau de canela
1	Zeste de limão

Confeção:

1. Cortar o pão com cerca de 15 mm de espessura.
2. Aromatizar o leite com o pau de canela, a zeste de limão e adicionar o vinho do Porto.
3. Colocar as fatias na mistura até ensopar bem.
4. Retirar as fatias e colocar a escorrer.
5. Passar as fatias por ovo e fritar em óleo bem quente.
6. Colocar as fatias a escorrer.
7. Passar as fatias pela mistura de açúcar e canela.

Nota:

O leite e o vinho do Porto podem ser substituídos por uma redução de vinho tinto e pau de canela, passando a designar-se **Rabanadas com vinho tinto**.

Sonhos



Porções: 40
Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Água
50 cl	Manteiga
700 g	Farinha
20	Ovos
2 g	Sal
300 g	Açúcar
25 g	Canela em pó

Confeção:

1. Colocar num tacho a água, a manteiga e o sal.
2. Deixar ferver.
3. Quando o preparado estiver a ferver, juntar a farinha toda de uma vez.
4. Mexer com uma colher até despegar do tacho.
5. Retirar do lume e deixar arrefecer.
6. Adicionar os ovos, dois a dois, deixando a massa envolver.
7. Tender a massa em bolas.
8. Fritar em óleo bem quente.
9. Retirar com escumadeira e escorrer bem.
10. Passar pela mistura de açúcar e canela.

Folar da Páscoa



Porções: 8

Tempo: 180 min

Ingredientes:

Fermento:

500 g	Farinha
50 g	Levedura seca
25 cl	Leite

Massa:

2000 g	Farinha
900 g	Açúcar
500 g	Manteiga
50 g	Sal
28	Ovos
5 g	Canela
5 g	Erva-doce
50 g	Mel
100 cl	Leite
1	Limão (raspa)
1	Cebola (casca)

Confeção:

1. Juntar na batedeira a farinha, a levedura e incorporar o leite aos poucos até formar uma massa rija.
2. Levar à estufa durante 30 minutos.
3. Para preparar a massa, colocar 16 ovos a cozer com casca de cebola.
4. Num tacho, colocar o mel, a manteiga, a raspa de limão e o açúcar. Levar ao lume em banho-maria.
5. Na batedeira, juntar a farinha, o sal, 8 ovos e a mistura anterior. Afinar a consistência da massa com o leite.
6. A meio da amassadura, juntar o fermento previamente preparado.
7. No final, colocar a canela, a erva-doce e deixar envolver. Deixar repousar durante 20 minutos.
8. Cortar empelos com o peso pretendido e enrolar. Deixar um terço da massa para decorar.
9. Colocar os ovos cozidos no meio da massa e com a restante massa decorar. Pintar todo o folar com ovo e deixar levedar durante 60 minutos.
10. Levar a cozer a uma temperatura de 190 °C.

Bolo de mel (Ilha da Madeira)



Porções: 24
Tempo: 150 min

Ingredientes:

100 g	Pão em massa
1000 g	Açúcar
280 g	Banha
200 g	Manteiga
10 g	Erva-doce
20 g	Canela em pó
5 g	Cravinho da Índia
4 g	Mistura de especiarias
800 g	Miolo de noz
125 g	Miolo de amêndoa
25 g	Cidrão
60 g	Bicabornato de sódio
90 cl	Mel de cana
10 cl	Vinho da Madeira
2	Laranjas (raspa e sumo)

Confeção:

1. Peneirar a farinha com o açúcar para um recipiente.
2. Fazer uma estanca e nela colocar o pão em massa. Trabalhar a massa até ficar homogénea.
3. Acrescentar o mel amornado com as gorduras, parte das frutas picadas, o bicarbonato dissolvido no vinho, o sumo e a raspa das laranjas e as especiarias, amassando sempre.
4. Depois de tudo bem amassado, deixar a massa a levedar em local temperado.
5. Colocar a massa em formas redondas e baixas, untadas com manteiga.
6. Enfeitar a superfície com noz, amêndoa, cidrão e levar ao forno a uma temperatura de 200 °C.
7. Retirar do forno, deixar arrefecer e desenformar.

Nota:

O pão em massa ou isco, é constituído por farinha, levedura fresca e água. Normalmente, este produto pode ser comprado a peso em padarias.

Bolo de aniversário / casamento / batizado







Ingredientes:

1 unid.	*Génoise* [ver Ficha Técnica **11**]
1 unid.	Xarope [ver Ficha Técnica **38**]
1 unid.	Creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**]
1 unid.	Massapão [ver Ficha Técnica **4**]
1 unid.	Glacê real [ver Ficha Técnica **22**]

Confeção:

1. Dividir o *génoise* em duas ou três partes iguais, conforme a altura do bolo.
2. Remolhar todas as partes em calda de açúcar.
3. Barrar as partes inferiores do bolo com creme de ovos, montando de seguida o bolo completo.
4. Colocar o entremeio numa base.
5. Barrar com creme de ovos e cobrir com massapão tapando o bolo na totalidade.
6. Decorar a gosto com glacê real. Reforçar a decoração.

Nota:

Estes bolos festivos são símbolos ou elementos centrais numa festa de aniversário, casamento e batizado. A sua confeção é relevante e a decoração deve ter em conta os desejos e características de cada pessoa.

Os bolos podem ser confecionados com outras massas e os recheios podem ser à base de cremes de ovos, doces, natas ou outros cremes à base de leite. Podem ser decorados e cobertos com os cremes anteriormente descritos ou por vezes com massapão, pasta americana, *fondant* e chocolate. Podem ainda ser incluídas decorações não comestíveis como peças em plástico, velas e letras.











11

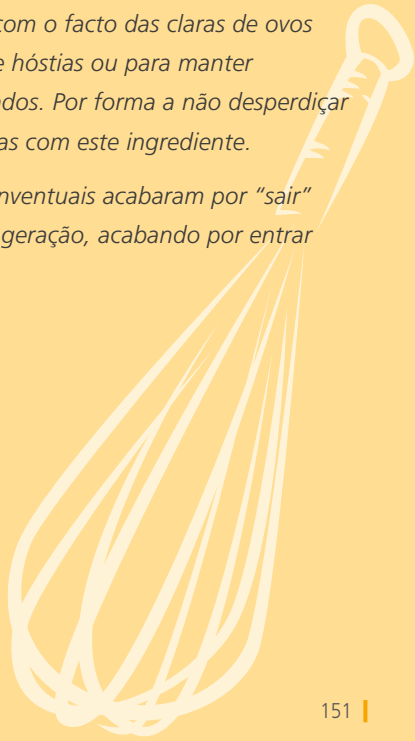
Pastelaria Regional e Conventual

Uma grande parte da doçaria portuguesa tem a sua origem nos conventos.

Na sua maioria compostos por grandes quantidades de açúcar e gemas de ovos, os doces confecionados nos conventos possuem uma extensa lista que abrange todas as regiões de Portugal, podendo variar conforme a congregação de origem.

A abundante utilização de gemas está relacionada com o facto das claras de ovos serem utilizadas, nos conventos, para a confeção de hóstias ou para manter os hábitos (vestuário das religiosas) sempre engomados. Por forma a não desperdiçar as gemas, as religiosas aperfeiçoaram as suas receitas com este ingrediente.

Apesar de guardadas ciosamente, várias receitas conventuais acabaram por "sair" dos conventos e foram transmitidas de geração em geração, acabando por entrar na tradição popular de cada região.



Barriga de freira



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

50 cl	Calda de açúcar a 32º
9	Gemas
6	Ovos
20 g	Canela em pó
100 g	Pão de forma em fatias

Confeção:

1. Passar as fatias de pão de forma pela calda de açúcar e reservar.
2. Misturar a restante calda de açúcar às gemas e aos ovos.
3. Levar ao lume até ganhar alguma consistência.
4. Incorporar as fatias de pão de forma ao preparado anterior.
5. Mexer bem e colocar em travessas.
6. Polvilhar com canela em pó decorando a gosto.

Castanhas de ovos



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

18	Gemas
250 g	Açúcar
10 cl	Água
6 fls	Obreia

Confeção:

1. Levar a ferver a água e o açúcar, até ficar em ponto de voar.
2. Retirar do lume e deitar a calda numa tigela, onde estão as gemas previamentes deslaçadas.
3. Misturar bem e levar novamente ao lume para engrossar.
4. Depois de formar o ponto de estrada, retirar do lume.
5. Deixar arrefecer.
6. Formar castanhas, fazendo bolas.
7. Colocar no tabuleiro forrado com obreia e pincelar com gemas.
8. Levar ao forno a uma temperatura de 300 °C para gratinar.
9. Retirar do forno depois de gratinado e cortar o excesso de obreia.

Dom Rodrigo



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

Fios de ovos:

20	Gemas
1	Ovo
1000 g	Açúcar
50 cl	Água

Ovos moles:

10	Gemas
250 g	Açúcar
140 g	Amêndoa picada
10 cl	Água
10 g	Canela em pó

Confeção:

1 Preparação dos fios de ovos

- Passe as gemas e o ovo pelo peneiro. Leve o açúcar e a água ao lume até ponto de fio. • Deitar uma porção sobre a calda e deixar formar espuma. • Coloque as gemas num funil próprio para fios de ovos e sobre a espuma de açúcar descreva círculos. • Retire os fios de ovos com uma escumadeira e passe por calda fraca fria. • Coloque numa peneira, separando os fios com as mãos. • Coloque de vez em quando um pouco de água fria na calda para que esta não engrosse muito.

2 Preparação dos ovos moles

- Leve o açúcar com a água ao lume e deixe ferver até ponto de voar.
- Retire a calda, junte as gemas passadas pelo peneiro e a amêndoa picada.
- Leve novamente ao lume até desprender da panela (ponto de estrada).

3 Montagem

- Numa frigideira deite uma colher de sopa da calda que restou dos fios de ovos. • Deixe alourar, coloque uma porção de fios de ovos e sobre estes, uma colher de chá de ovos moles. • Envolva tudo. • Deixe dourar conforme o gosto e em seguida retire do lume, colocando-os sobre papel siliconizado. • Repita esta operação até terminar os fios de ovos e os ovos moles. • Coloque cada Dom Rodrigo no centro de um quadrado de papel vegetal e este sobre papel metalizado. • Polvilhe com canela e feche as pontas.

Encharcada



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

22	Gemas
4	Claras
750 g	Açúcar
10 g	Canela em pó

Confeção:

1. Levar o açúcar ao lume com 20 cl de água e deixar ferver até atingir o ponto de pérola, muito fraco.
2. Bater os ovos enquanto o preparado levanta fervura.
3. Estando a calda no ponto, deitar os ovos lentamente, através de um passador de rede e em movimentos circulares.
4. Deixar cozer, espetando com uma espátula, dos lados para o meio, para evitar que ganhe crosta.
5. Retirar do lume quando os ovos estiverem cozidos, mas ainda com um pouco de calda.
6. Deitar num recipiente fundo, polvilhar com canela e levar a encharcada a forno bem quente só para tostar.

Nota:
Receita cuja a origem é apontada ao Convento de Sta. Clara, em Évora.

Fatias de Tomar



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

24	Gemas
1000 g	Açúcar
100 cl	Água
1	Vagem de baunilha

Confeção:

1. Bater as gemas durante 20 minutos, na batedeira elétrica.
2. Deitar a massa numa forma oval ou retangular própria, com tampa, muito bem untada com manteiga.
3. Introduzir no forno a forma em banho-maria, já a ferver. Deixar cozer durante 60 minutos.
4. Quando a massa de gemas estiver cozida, retirar e deixar arrefecer antes de cortar as fatias.
5. Preparar a calda levando o açúcar e a água ao lume e deixar ferver cerca de 5 minutos.
6. Mergulhar as fatias, uma a uma, na calda de açúcar, que deve borbulhar ligeiramente. Deixar as fatias incharem até absorverem um pouco da calda.
7. Retirar cuidadosamente as fatias com a escumadeira e colocá-las numa travessa, regando com a restante calda.

Nota:
Acredita-se que a origem deste doce terá sido o convento de Santa Iria de Tomar. Ainda hoje este doce é conhecido pelo seu nome inicial de Fatias da China. No entanto, o facto de serem uma especialidade de Tomar, levou a que ficassem conhecidas com o nome da cidade.
Para a confeção destas fatias, para além dos ingredientes, é importante a panela própria que serve para as cozer (à venda na cidade de Tomar), apesar de poderem ser feitas em qualquer forma que vede bem.

FICHA TÉCNICA 93

Lampreia de ovos



Porções: 12
Tempo: 180 min

Ingredientes:

30	Gemas
500 g	Açúcar
25 cl	Água
150 g	Amêndoa picada
50 g	Amido
1	Obreia
2	Gemas (para pincelar)
100 g	Fios de ovos [ver Ficha Técnica **90**]
50 g	Glacê real [ver Ficha Técnica **22**]
20 g	Pérolas

Confeção:

1. Torrar a amêndoa.
2. Juntar o açúcar e a água. Fazer ponto de voar.
3. Colocar as gemas numa tigela em inox e ligar a calda de açúcar, cuidadosamente para não talhar.
4. Levar novamente ao lume para cozer e engrossar (tipo creme de ovo).
5. Adicionar a amêndoa e mexer sempre, para secar e não queimar.
6. Retirar do lume quando estiver em ponto de estrada.
7. Deixar arrefecer a massa.
8. Formar a lampreia com a massa, com ajuda do amido.
9. Colocar a lampreia num tabuleiro forrado com obreia e pincelar por cima com as gemas de ovo.
10. Levar a cozer no forno a 200 °C, aproximadamente 30 minutos.
11. Retirar do forno depois de cozido, deixar arrefecer e empratar decorando com fios de ovos, glacê real e pérolas.

Morgados



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

250 g	Açúcar
250 g	Amêndoa moída sem pele
2	Gemas
200 g	Fios de ovos [ver Ficha Técnica **90**]
150 g	Doce de gila [ver Ficha Técnica **27**]
150 g	Ovos moles [ver Ficha Técnica **95**]
150 g	Glacê real [ver Ficha Técnica **22**]
20 g	Pérolas

Confeção:

1. Colocar o açúcar ao lume com um pouco de água.
2. Quando a calda atingir o ponto pérola, deitar a amêndoa, deixar ferver um pouco e retirar do lume.
3. Adicionar as duas gemas e mexer muito bem, trabalhando um pouco a massa.
4. Fazer bolas pequenas e um buraco no meio de cada bola.
5. Nesse buraco, deitar o doce de gila, os ovos moles e os fios de ovos. Tapar o buraco com um pouco de massa.
6. Colocar num tabuleiro, untado com gordura e farinha, e levar ao forno a uma temperatura de 250 °C, até alourar.
7. Retirar do forno e do tabuleiro. Após arrefecer, cobrir com glacê real e deixar secar.

FICHA TÉCNICA 95

Ovos moles



Porções: 20
Tempo: 180 min

Ingredientes:

500 g	Açúcar
30 cl	Água
24	Gemas
200 g	Fios de ovos
	[ver Ficha Técnica **90**]
12 fls	Obreia (com feitios)
2	Claras

Confeção:

1. Colocar o açúcar e a água numa caçarola e levar ao lume até atingir o ponto de pérola.
2. Deslaçar as gemas numa tigela em inox.
3. Adicionar a calda de açúcar às gemas.
4. Levar novamente ao lume para engrossar, mexendo sempre para não queimar.
5. Retirar do lume e deixar arrefecer.
6. Encher as obreias com o creme.
7. Pincelar com clara e unir as obreias fazendo coincidir os feitios.
8. Deixar secar e cortar os ovos moles deixando uma pequena margem lateral.
9. Servir num prato com fios de ovos a decorar.

Palha de Abrantes



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

250 g	Açúcar
25 cl	Água
12	Gemas
4	Claras
60 g	Amêndoa pelada moída
3 fls	Obreia
10 g	Canela em pó

Confeção:

1. Levar ao lume a água com o açúcar até atingir o ponto de pérola fraco. Adicionar a mistura de ovos com açúcar para originar espuma.
2. Misturar 6 gemas com 2 claras e passar três vezes por um passador de rede.
3. Colocar os ovos num funil de fios de ovos e deixar cair os fios na espuma, manobrando o funil o mais alto possível.
4. Os fios de ovos tomarão o aspeto de uma meada que deve ser retirada com a ajuda de uma escumadeira para uma calda fraca fria e posteriormente, dispostos sobre uma grelha ou peneira.
5. Deixar ferver a calda que restou até fazer ponto de cabelo.
6. Depois de arrefecer um pouco, juntar as restantes 6 gemas e 2 claras, previamente misturadas e a amêndoa.
7. Levar o preparado ao lume a cozer até atingir o ponto de estrada.
8. Retirar do lume e adicionar a canela.
9. Cortar as folhas de obreia em rodelas com 5 ou 6 cm de diâmetro colocar uma colher de chá do preparado que levou a amêndoa e cobrir com fios de ovos.
10. Levar ao forno muito quente, só para tostar a parte de cima dos ovos.

FICHA TÉCNICA 97

Pastéis de feijão



Porções: 20
Tempo: 240 min

Ingredientes:

Massa:

250 g	Farinha
125 g	Manteiga
15 cl	Água

Recheio:

1250 g	Açúcar
50 cl	Água
500 g	Feijão branco
300 g	Farinha de amêndoa com pele
30	Gemas
100 g	Açúcar em pó

Confeção:

Preparação da massa

1. Amassar a farinha com a manteiga.
2. Gradualmente, adicionar a água, conforme a necessidade, até obter uma massa homogénea.
3. Forrar formas de pastel de nata com a massa.

Preparação do recheio

1. Num tacho, colocar a água e o açúcar e levar ao lume até atingir os 124 °C.
2. Cozer o feijão e triturar com um pouco de água da cozedura.
3. Colocar as gemas e a amêndoa num recipiente e envolver.
4. Juntar o feijão triturado.
5. Envolver a calda em fio no preparado.
6. Colocar o recheio no interior das formas e polvilhar por cima com farinha e açúcar em pó.
7. Levar a cozer no forno a uma temperatura de 200 °C.

Nota:
Nesta massa, designada por **massa tenra**, a manteiga pode ser substituída por azeite e banha.

Pão-de-ló de Ovar



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

250 g	Açúcar
18	Gemas
4	Ovos
60 g	Farinha
2 g	Sal
1 fl	Papel vegetal grosso

Confeção:

1. Na batedeira, misturar o açúcar, as gemas e os ovos.
2. Adicionar o sal e bater durante 35 minutos.
3. Envolver a farinha e bater a massa durante mais 10 minutos.
4. Forrar uma forma de barro com o papel vegetal.
5. Colocar a massa na forma e levar ao forno durante 45 minutos a uma temperatura de 170 °C.
6. Retirar do forno e deixar arrefecer na forma.

Nota:
O papel vegetal mencionado pode ser substituído por papel branco de linho.

FICHA TÉCNICA 99

Pão de rala



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

Massa:

500 g	Açúcar
25 cl	Água
500 g	Amêndoa moída
1	Limão (raspa)
20	Gemas

Recheio:

100 g	Fios de ovos [ver Ficha Técnica **90**]
100 g	Creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**]
350 g	Doce de gila [ver Ficha Técnica **27**]

Confeção:

1. Misturar o açúcar com a água e levar ao lume até atingir fio forte.
2. Separar as gemas e colocar numa tigela com a raspa de limão.
3. Adicionar a calda, mexendo sempre para não cozer as gemas.
4. Levar novamente ao lume a engrossar, mexendo sempre com bastante cuidado para não perder a cor e não ganhar liga.
5. Quando tiver alguma consistência, misturar a amêndoa moída.
6. Deixar cozer até ficar em ponto de estrada.
7. Retirar do lume e deixar arrefecer um pouco.
8. Dividir a massa em duas partes, sendo uma maior que a outra.
9. Com a parte maior, forrar a base de uma tigela e colocar o recheio. Tapar com a outra parte.
10. Virar o pão ao contrário sobre um tabuleiro, polvilhar com farinha e levar a cozer a uma temperatura de 200 °C.

Papos de anjo



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

20	Gemas
50 g	Manteiga (para untar)
75 cl	Calda de açúcar fio fraco
20 g	Cerejas
1	Zeste de limão
3	Paus de canela

Confeção:

1. Separar as gemas e colocar na batedeira.
2. Bater energicamente com as varas até ficar em relevo.
3. Untar as formas de pastéis de nata com a manteiga.
4. Colocar o preparado das gemas num saco pasteleiro e encher as formas.
5. Levar ao forno a uma temperatura de 200 °C.
6. Retirar do forno e sem deixar secar muito, desenformar e passar por calda de açúcar aromatizada com limão e pau de canela.
7. Colocar em recipiente fundo e regar com a calda de açúcar.
8. Decorar com cerejas e servir frio.

Pastéis de nata

FICHA TÉCNICA 101



Porções: 8
Tempo: 180 min

Ingredientes:

250 g	Massa folhada [*ver nota de rodapé*] [ver Ficha Técnica **3**]
25 cl	Creme de natas [ver Ficha Técnica **16**]

Confeção:

1. Com a massa folhada, forrar formas de pastel de nata.
2. Colocar o creme dentro das formas e levar ao forno a uma temperatura de 300 °C.
3. Depois de cozido, retirar do forno e salpicar com água fria para parar a fervura. Desenformar e servir.

Notas:

- A massa folhada para pastel de nata apenas leva 3 voltas simples e termina em rolo.
- Substituindo a massa folhada por massa quebrada, obtem-se a confeção do **bom bocado**.

Pastéis de Tentúgal



Porções: 12
Tempo: 180 min

Ingredientes:

Massa:

500 g	Farinha
20 cl	Água
200 g	Manteiga (para pincelar)

Recheio:

250 g	Açúcar
12,5 cl	Água
12	Gemas
50 g	Açúcar em pó

Confeção:

1. Peneirar a farinha várias vezes para dentro de um alguidar e adicionar a água morna.
2. Amassar muito bem na batedeira até despegar da cuba e não agarrar às mãos. Deixar descansar.
3. Sobre uma mesa forrada com lençol branco, colocar a massa no centro do lençol e puxar aos poucos o bordo da massa formando um véu contínuo. Deixar secar.
4. Cortar a massa em rectângulos com 14x10 cm.
5. Sobrepor quatro folhas de massa e rechear com o creme.
6. Enrolar os pastéis, pincelar com manteiga derretida e dobrar as pontas para cima.
7. Levar a cozer no forno a uma temperatura de 220 °C.
8. Polvilhar com açúcar em pó.

FICHA TÉCNICA 103

Pudim Abade de Priscos



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

15	Gemas
500 g	Açúcar
25 cl	Água
50 g	Presunto
5 cl	Vinho do Porto

Caramelo:

1000 g	Açúcar
30 cl	Água
1	Pau de canela

Confeção:

1. Preparar o caramelo com o açúcar, a água e o pau de canela.
2. Caramelizar uma forma de pudim.
3. Numa caçarola, misturar o açúcar, a água e o presunto.
4. Levar a ferver até ficar em ponto de pérola fraco.
5. Misturar na calda o vinho do Porto e retirar o presunto.
6. Colocar as gemas numa tigela e ligar a calda de açúcar, mexendo sempre bem.
7. Colocar o creme na forma de pudim.
8. Levar a cozer no forno, em banho-maria, a uma temperatura de 180 °C.
9. Retirar do forno e deixar arrefecer.
10. Desenformar.

Sericá / Sericaia



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

50 cl	Leite
6	Gemas
6	Claras
100 g	Farinha
250 g	Açúcar
50 g	Canela em pó
1	Pau de canela
1	Vidrado de limão

Confeção:

1. Juntar o açúcar, as gemas e ligar muito bem até ficar homogéneo.
2. Ligar a farinha com ajuda das varas.
3. Numa caçarola, ferver o leite com o vidrado de limão e o pau de canela.
4. Retirar o limão e o pau de canela e misturar o leite ao preparado anterior.
5. Levar ao lume para engrossar e cozer, mexendo sempre para não queimar.
6. Retirar do lume e deixar arrefecer um pouco.
7. Bater as claras em castelo e envolver cuidadosamente ao preparado já frio.
8. Em colheradas desencontradas e alternadas, uma a direito e outra atravessada, deitar a massa num prato que possa ir ao forno.
9. Polvilhar com canela em pó e levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 230 °C.
10. Retirar do forno e servir.

Sopa dourada



Porções: 16
Tempo: 90 min

Ingredientes:

50 cl	Água
1000 g	Açúcar
2	Paus de canela
24	Gemas
250 g	Amêndoa moída sem pele
3	Zestes de limão
400 g	Pão frito (em cubos)
20 g	Canela em pó

Confeção:

1. Levar o açúcar ao lume com a água, os paus de canela e as zestes de limão.
2. Deixar ferver até atingir o ponto de espadana.
3. Retirar do lume e juntar a amêndoa moída e as gemas batidas.
4. Levar o preparado ao lume, mexendo sempre. Juntar o pão frito.
5. Colocar numa taça e polvilhar com canela.

Torta de Viana



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

250 g	Açúcar
300 g	Farinha
7	Ovos
8	Gemas
300 g	Marmelada
	[ver Ficha Técnica **28**]
50 g	Açúcar em pó
5 g	Canela em pó
2 fls	Papel vegetal
50 g	Manteiga (para untar)

Confeção:

1. Na batedeira, misturar o açúcar, os ovos e as gemas. Bater até ficar em relevo.
2. Retirar da batedeira e envolver a farinha peneirada com bastante cuidado para não abater a massa.
3. Untar um tabuleiro com a manteiga e forrar com papel vegetal.
4. Colocar a massa e alisar muito bem com uma espátula. Levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 200 ºC.
5. Retirar do forno sem deixar secar muito.
6. Desenformar sobre uma folha de papel vegetal polvilhada com açúcar e rechear com marmelada.
7. Enrolar a massa com a ajuda do papel vegetal e deixar descansar um pouco para ganhar a forma de torta.
8. Retirar o papel vegetal e colocar numa travessa.
9. Polvilhar com açúcar e canela em pó.

Tortinhas de Azeitão



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

300 g	Creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**]
20	Claras
20	Gemas
400 g	Açúcar
70 g	Farinha
50 g	Manteiga
2 fls	Papel vegetal

Confeção:

1. Bater as gemas com o açúcar até obter um creme espesso.
2. Juntar a farinha e bater só o tempo necessário para envolver os ingredientes.
3. Juntar, cuidadosamente, as claras batidas em castelo.
4. Untar um tabuleiro com manteiga, forrar com papel vegetal e colocar o aparelho.
5. Deixar repousar durante 10 minutos e levar ao forno, a uma temperatura de 220 ºC.
6. Retirar do forno e desenformar sobre uma folha de papel vegetal.
7. Cortar em pequenos retângulos, barrar com creme de ovos e enrolar de seguida.

Nota:
Estas tortas são individuais, por conseguinte, devem ser feitas, aproximadamente, com um diâmetro de 5 cm e um comprimento de 8 cm.

Toucinho do céu



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

225 g	Amêndoa picada
25	Gemas
500 g	Açúcar
25 cl	Água
100 g	Doce de gila
	[ver Ficha Técnica **27**]
5 cl	Vinho do Porto
100 g	Açúcar em pó
100 g	Canela em pó
50 g	Manteiga (para untar)
10 g	Açúcar (para polvilhar)

Confeção:

1. Depois de torrada, picar a amêndoa finamente.
2. Juntar o açúcar, a água e fazer ponto de voar.
3. Colocar as gemas numa tigela inox e ligar a calda de açúcar às gemas, cuidadosamente, para não talharem.
4. Levar novamente ao lume para cozer e engrossar (tipo creme de ovo).
5. Adicionar a amêndoa picada.
6. Mexer sempre para secar e não queimar.
7. Quando estiver em ponto de estrada adicionar o doce de gila e o vinho do Porto.
8. Retirar do lume.
9. Untar uma forma com manteiga e passar por açúcar.
10. Colocar a massa na forma.
11. Levar a cozer, no forno, em banho-maria, a uma temperatura de 180 °C.
12. Retirar do forno e desenformar.
13. Polvilhar com açúcar em pó e decorar a gosto com canela em pó.

Trouxas de ovos

FICHA TÉCNICA 109



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

12	Ovos
1000 g	Açúcar
100 cl	Água

Confeção:

1. Passar 11 gemas e um ovo inteiro pelo peneiro.
2. Preparar um ponto de fio brando e quando estiver pronto, deitar uma pequena porção de gemas sobre a calda, deixando ferver até que estas fiquem passadas de ambos os lados.
3. Retirar as gemas da calda com uma escumadeira, colocá-las em calda fraca fria e depois a escorrer sobre uma grelha. Proceder de igual forma até acabarem as gemas.
4. Aparar as trouxas para que fiquem de forma quadrada, metendo as aparas cortadas em cada quadrado e enrolando.
5. Dispor num recipiente e regar com a calda.











12

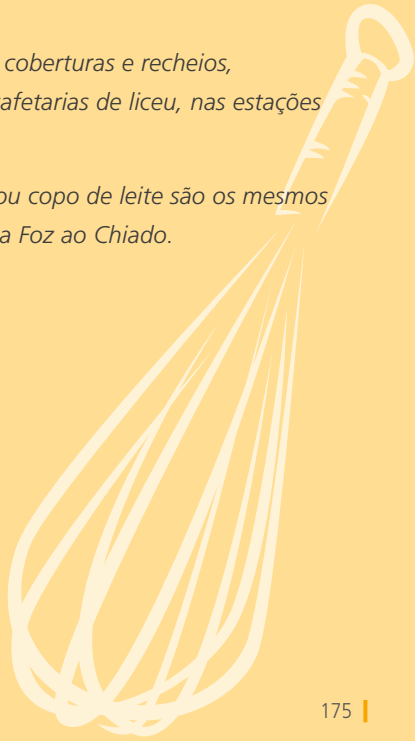
Pastelaria Individual

Este capítulo trata dos bolos que fazem parte de um conjunto de bolos disponíveis em qualquer pastelaria ou café.

Confecionados pela chamada pastelaria semi-industrial portuguesa, é um fenómeno exclusivo de Portugal e nenhum outro país tem uma riqueza igual no que se refere a "pastelaria quotidiana".

As receitas podem ser secretas ou com variantes de coberturas e recheios, mas encontram-se nas pastelarias mais finas e nas cafetarias de liceu, nas estações de comboio, no café da esquina.

Todos os bolos que se escolhem com o café, galão ou copo de leite são os mesmos de Braga a Tavira, do Funchal a Ponta Delgada ou da Foz ao Chiado.



Babá com rum



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa savarino [ver Ficha Técnica **10**]
1/2 unid.	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
60 cl	Água
300 g	Açúcar
1	Limão (raspas)
10 cl	Rum

Confeção:

1. Colocar a massa em formas pequenas untadas e enfarinhadas até metade. Deixar levedar.
2. Quando a massa chegar perto da boca da forma, colocar no forno pré-aquecido a 180 °C, até dourar a superfície.
3. Para preparar a calda, colocar o açúcar e a água a ferver até atingir o ponto de calda fraca. Tirar do lume e juntar o rum e as raspas do limão.
4. Quando o bolo estiver cozido, desenformar e remolhar com a calda.
5. Com um cortante, retirar uma pequena porção da parte central do bolo deixando um pequeno orifício.
6. Rechear com *chantilly* e colocar a tampa.

Nota:
Existem diferentes versões sobre a origem deste bolo e uma delas atribui a sua origem a um pastel criado na região da Lorena por Stanislaw I, rei destronado da República das Duas Nações (Polónia) e pai de Maria Leszczynsk, esposa de Luís XV de França. O nome do doce teria vindo da gastronomia russa e é uma abreviatura de avó (*babá*).

FICHA TÉCNICA 111

Bola de Berlim



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa de brioche [ver Ficha Técnica **9**]
1 unid.	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
150 g	Açúcar
1	Limão (sumo)
10 cl	Rum
q.b.	Óleo para fritar

Confeção:

1. Com a massa de brioche, fazer bolas de tamanho regular.
2. Colocar num tabuleiro polvilhado com farinha e deixar levedar.
3. Fritar em óleo abundante a 160 °C.
4. Retirar e escorrer.
5. Cortar as bolas na horizontal sem separar as duas metades.
6. Rechear com creme de pasteleiro e polvilhar com açúcar.

Bolo de arroz



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

300 g	Açúcar
300 g	Farinha
150 g	Farinha de arroz
150 g	Manteiga
25 g	Fermento em pó
6	Ovos
20 cl	Leite
1	Limão (raspa)
12	Tiras de papel

Confeção:

1. Bater o açúcar com a manteiga amolecida, o fermento e a raspa de limão.
2. Juntar os ovos e o leite e bater bem até obter uma massa cremosa.
3. Adicionar as farinhas e misturar bem de modo a que a massa fique homogénea e fofa.
4. Forrar o aro de 6 cm de bolo de arroz com uma tira de papel com as mesmas dimensões.
5. Encher os aros, assentes em papel vegetal, com a massa até 2/3 da altura.
6. Levar ao forno, aquecido a uma temperatura de 200 °C e em seguida passar para 170 °C/180 °C, até estarem cozidos.
7. Polvilhar com açúcar.

FICHA TÉCNICA 113

Caracol



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

Massa:

75 g	Levedura fresca
10 cl	Leite
500 g	Farinha
100 g	Açúcar
4	Ovos
1	Limão (raspas)
75 g	Manteiga
100 g	Farinha (para polvilhar)
3	Ovos (para batido)
100 g	Geleia neutra

Recheio:

50 g	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
50 g	Nozes (picadas)
50 g	Passas de uva
100 g	Fruta cristalizada (picada)

Confeção:

1. Dissolver a levedura no leite, que deve estar à temperatura ambiente.
2. Misturar a farinha, o açúcar, 2 ovos inteiros, 2 gemas, as raspas de limão e a manteiga amolecida, incorporando o preparado anterior gradualmente.
3. Amassar tudo muito bem, batendo até ficar com uma consistência semelhante à massa de pão. Polvilhar com farinha e com o rolo. Estender a massa num retângulo com cerca de 40x30 cm.
4. Barrar a massa com cerca de 30g de manteiga e espalhar por cima todas as frutas, previamente picadas.
5. Enrolar a massa, com muito cuidado, no sentido do comprimento.
6. Cortar o rolo de massa em fatias com 2 cm de espessura e colocar num tabuleiro previamente untado com manteiga.
7. Pincelar com ovo batido.
8. Levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 160 °C.
9. Quando os bolos estiverem cozidos, retirar e pincelar com a geleia.

Duchesse



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

400 g	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
400 g	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
600 g	Fios de ovos [ver Ficha Técnica **90**]
400 g	Açúcar em pó

Confeção:

1. Com o auxílio do saco de pasteleiro, fazer bastonetes compridos de massa (cerca de 10 cm) e colocar sobre tabuleiro de ir ao forno, levemente untado.
2. Levar ao forno pré-aquecido, a uma temperatura de 200 °C.
3. Baixar a temperatura para 180 °C e deixar secar até ficarem dourados. Deixar arrefecer dentro do forno.
4. Encher o saco de pasteleiro com o *chantilly* para rechear.
5. Com o auxílio de uma tesoura, fazer um corte na parte superior da massa e rechear com *chantilly*.
6. Polvilhar com açúcar em pó
7. Decorar com fios de ovos.

Nota:
Em Portugal, tradicionalmente, este bolo é decorado com fios de ovos. Mas, também pode ser decorado com fruta fresca.

FICHA TÉCNICA 115

Éclair



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
1 unid.	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**] pode ser aromatizado com café ou chocolate
2 unid.	Glacê real [ver Ficha Técnica **22**] pode ser aromatizado com café ou chocolate
50 g	Manteiga

Confeção:

1. Untar um tabuleiro com manteiga e polvilhá-lo com farinha.
2. De seguida, colocar a massa de fartos no saco de pasteleiro com boquilha lisa e formar os bastonetes compridos (cerca de 10 cm).
3. Levar ao forno, a uma temperatura de 200 °C e deixar cozer.
4. Baixar a temperatura para 180 °C e deixar secar. Deixar arrefecer dentro do forno.
5. Colocar o creme de pasteleiro num saco de pasteleiro e rechear por uma abertura lateral ou por orifício no fundo do bolo.
6. Depois de recheado, passar a parte superior pelo glacê real, podendo também ser utilizado *fondant*.



Nota:
Com a mesma massa e recheio podem também formar-se **Rins**, fazendo a cobertura de chocolate [ver Nota da Ficha Técnica **36**].

Jesuíta



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Massa folhada [ver Ficha Técnica **3**]
300 g	Creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**]
200 g	Glacê real [ver Ficha Técnica **22**]
2 g	Canela em pó

Confeção:

1. Estender finamente a massa folhada com ajuda de um rolo.
2. Barrar com creme de ovos metade da massa e polvilhar com canela.
3. Dobrar em dois, para cobrir o creme.
4. Fazer o glacê real e barrar a parte superior da massa.
5. Cortar em triângulos.
6. Colocar num tabuleiro e levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 200 °C.
7. Retirar do forno.

FICHA TÉCNICA 117

Mil folhas



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa folhada [ver Ficha Técnica **3**]
1 unid.	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
2 unid.	Glacê real [ver Ficha Técnica **22**]
1 unid.	Molho de chocolate [ver Ficha Técnica **36**]

Confeção:

1. Estender a massa folhada em formato retangular e levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 200 ºC.
2. Depois de cozida, cortar a massa folhada em 3 bandas iguais.
3. Montar as 3 bandas, recheando com creme de pasteleiro.
4. Deitar o glacê real sobre a cobertura e espalhar com a ajuda de uma espátula.
5. Verter o chocolate líquido em fios sobre o glacê para decorar.
6. Utilizar uma faca para melhorar a decoração, fazendo efeitos.
7. Deixar solidificar e cortar em retângulos mais pequenos.

Palmier



Porções: 18
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa folhada [ver Ficha Técnica **3**]
30 g	Açúcar
10 cl	Óleo

Confeção:

1. Executar a massa folhada com três voltas simples e uma em livro, sendo esta última dada sobre açúcar. Esticar a massa formando um retângulo e visualmente, dividir a massa ao meio.
2. Enrolar duas vezes cada uma das metades da massa até se sobreporem a duas partes. Cortar fatias de massa com 1 cm de espessura e colocar num tabuleiro com óleo.
3. Cozer no forno, a uma temperatura de 220 °C e virar a meio da cozedura.

Palmier recheado

Confeção:

1 Proceder tal como no ponto 1 da receita base. **2** Cortar fatias de massa com 0,5 cm de espessura e colocar num tabuleiro com óleo. **3** Cozer no forno, a uma temperatura de 220 °C. **4** Deixar arrefecer, colocar creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**] numa das peças e sobrepor a outra. **5** Opcionalmente, podem ser polvilhados com açúcar em pó.

Palmier coberto

Confeção:

1 Proceder tal como nos pontos 1 e 2 da receita base. **2** Passar pelo creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**] , deixar secar um pouco e em seguida passar pela calda de lustre. Deixar secar.

Calda de lustre
Colocar 50 cl de água e 100 g de açúcar num tacho e levar ao lume até atingir os 120 °C. Retirar do lume e com as costas de uma colher empurrar e esfregar a calda nas paredes do tacho até iniciar a cristalização.

FICHA TÉCNICA 119

Queijada



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

Massa:

250 g	Farinha
15 cl	Água
5 g	Sal

Recheio:

400 g	Queijo fresco sem sal
350 g	Açúcar
4	Gemas
60 g	Farinha
5 g	Canela em pó

Confeção:

1. Com 24 horas de antecedência, preparar a massa, misturando bem os ingredientes.
2. Para evitar que a massa ganhe crosta, cobrir com película aderente.
3. Passar o queijo pelo *passe-vite* e misturar com o açúcar.
4. Ao preparado anterior, juntar as gemas, a farinha e a canela. Bater tudo de modo a obter um preparado homogéneo.
5. Com o rolo e a ajuda de farinha, estender até obter uma massa fina.
6. Colocar sobre a mesa as formas e cobrir com a massa. Ajustar a massa às formas e passar com o rolo por cima de modo a cortar o excedente de massa.
7. Rechear com o preparado, colocar em tabuleiros e levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 250 °C.

Queque



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Farinha
500 g	Açúcar
200 g	Manteiga
4	Ovos
30 cl	Leite
20 g	Fermento em pó
1	Limão (raspas)

Confeção:

1. Misturar bem a farinha, o açúcar, o fermento e a raspa do limão.
2. No centro da mistura, fazer uma estanca e nela deitar os ovos.
3. Mexer muito bem e, de seguida, juntar o leite e a manteiga.
4. Encher as formas, untadas com manteiga.
5. Levar ao forno, previamente aquecido a uma temperatura de 180 °C.

FICHA TÉCNICA 121

Tíbia



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
1 unid.	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
1/2 unid.	*Chantilly* [ver Ficha Técnica **19**]
300 g	Fios de ovos [ver Ficha Técnica **90**]

Confeção:

1. Colocar a massa num saco de pasteleiro com boquilha frisada.
2. Tender a massa deixando um pouco mais no início e depois alongando.
3. Levar a cozer a uma temperatura de 220 °C. Deixar cozer bem para não abater e sem abrir a porta do forno durante a cozedura.
4. Retirar do forno, deixar arrefecer e cortar uma das extremidades.
5. Rechear com creme de pasteleiro e *chantilly* na ponta.
6. Decorar com fios de ovos e polvilhar com açúcar em pó.

Travesseiro



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa folhada [ver Ficha Técnica **3**]
1/2 unid.	Creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**]
1/4 unid.	Doce de gila [ver Ficha Técnica **27**]

Confeção:

1. Esticar a massa em formato retangular.
2. Cortar retângulos de massa folhada com 12x10 cm de comprimento.
3. Rechear com o doce de ovos e o doce de gila.
4. Dobrar a massa formando um charuto.
5. Apertar as extremidades e colocar num tabuleiro.
6. Levar a cozer a uma temperatura de 220 ºC.
7. Depois de cozer passar por açúcar e canela.

Trança



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa brioche [ver Ficha Técnica **9**]
1/2 unid.	Creme de ovos [ver Ficha Técnica **17**]
300 g	Margarina meio folhada
2	Ovos (para pintar)
24	Cerejas em calda

Confeção:

1. Com a massa de brioche, formar um patão colocando a margarina no seu centro.
2. Fechar o patão e esticar em forma retangular, dando duas voltas simples.
3. Voltar a esticar, novamente, em forma retangular.
4. Cortar tiras de massa e barrar com creme de ovos.
5. Dobrar a massa ao meio, por forma a ficar com 10 cm de largura.
6. Cortar unidades de massa com 6 cm de largura e nesses retângulos abrir um rasgo de cerca de 5 cm no meio.
7. Pegar na ponta e passar duas vezes pelo orifício.
8. Esticar, colocar num tabuleiro e levar a levedar.
9. Depois de lêveda, colocar no meio o creme de ovos e nas pontas meia cereja, em cada lado.
10. Pintar com ovo e levar a cozer a uma temperatura de 200 °C.











13

Pastelaria de Merenda e Pequeno-almoço

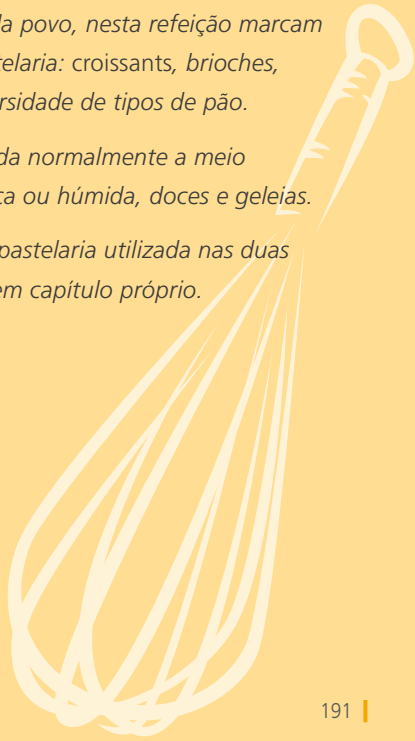
O pequeno-almoço é, hoje em dia, considerado uma das principais refeições do dia.

Nos países anglo-saxónicos, na Alemanha ou nos países nórdicos, para além da pastelaria e padaria, nesta refeição figuram ovos, charcutaria, flocos de cereais, doces e sumos.

Independentemente dos hábitos alimentares de cada povo, nesta refeição marcam presença obrigatória as confeções de padaria e pastelaria: croissants, *brioches, pães de leite, bolo inglês, doces, geleias e uma diversidade de tipos de pão.*

Por outro lado, a merenda é a refeição ligeira tomada normalmente a meio da tarde e constituída, sobretudo, por pastelaria seca ou húmida, doces e geleias.

Neste capítulo apresentam-se exemplos de alguma pastelaria utilizada nas duas refeições mencionadas, sendo a padaria abordada em capítulo próprio.



Bolo inglês



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Açúcar
250 g	Manteiga
1000 g	Farinha
30 g	Fermento em pó
225 g	Fruta cristalizada picada
100 g	Amêndoa com pele
100 g	Sultanas
100 g	Nozes
14	Ovos
5 cl	Aguardente velha

Confeção:

1. Na batedeira, bater o açúcar e a margarina em velocidade rápida.
2. Adicionar os ovos aos poucos e a aguardente.
3. Peneirar a farinha, o fermento e juntar ao preparado anterior.
4. Juntar depois as frutas.
5. Untar as formas e colocar o preparado no interior.
6. Levar a cozer a uma temperatura de 200 °C.

FICHA TÉCNICA 125

Brioches



Porções: 20
Tempo: 180 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa de brioche [ver Ficha Técnica **9**]
100 g	Açúcar
3	Ovos

Confeção:

1. Dividir a massa em empelos com 50 g.
2. Enrolar os empelos, apertando bem a massa.
3. Colocar em tabuleiros e deixar levedar.
4. Pintar os empelos com ovo e polvilhar com açúcar por cima.
5. Levar a cozer, a uma temperatura de 200 °C.

Croissant



Porções: 20
Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha
50 g	Levedura fresca
100 g	Manteiga
20 g	Sal
40 g	Açúcar
400 g	Água
400 g	Margarina de folhados
3	Ovos (para pintar)

Confeção:

1. Na batedeira, bater a farinha, o açúcar e o sal.
2. Juntar depois a água aos poucos.
3. A meio da amassadura juntar a manteiga.
4. A 5 minutos do fim, juntar a levedura.
5. Deixar amassar até a massa ficar lisa e enxuta.
6. Deixar descansar.
7. Fazer o patão e dar duas voltas e meia.
8. Esticar a massa, até ficar com uma espessura de 3 mm.
9. Cortar em formato triangular e enrolar.
10. Colocar em tabuleiros e deixar levedar.
11. Depois de lêvedos, pintar com ovo e levar a cozer a uma temperatura de 200 °C.

FICHA TÉCNICA 127

Pão de Deus



Porções: 20
Tempo: 180 min

Ingredientes:

Cobertura:

1	Ovo
80 g	Coco ralado
30 g	Açúcar
q.b.	Açúcar em pó
1 unid.	Massa de brioche [ver Ficha Técnica **9**]
3	Ovos (para pintar)
300 g	Manteiga

Confeção:

1. Depois de levedada a massa, colocá-la na mesa, polvilhar com farinha, dividir em empelos e dar o feitio de bolas. Colocar num tabuleiro bem untado com manteiga.
2. Deixar levedar novamente até duplicar de volume.
3. Depois de duplicado o volume, pintar cuidadosamente com ovo, para que a massa lêveda não baixe.
4. Colocar a massa de coco que entretanto foi preparada misturando e mexendo o coco ralado com o açúcar e a clara de ovo até formar uma papa.
5. Levar ao forno a cozer, a uma temperatura de 180 °C.
6. Retirar do forno e do tabuleiro. Polvilhar com açúcar em pó.

Pão de leite



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa de brioche [ver Ficha Técnica **9**]
3	Ovos (para pintar)

Confeção:

1. Dividir a massa em empelos com 50 g.
2. Enrolar os empelos, apertando bem a massa.
3. Alongar a massa e com as mãos em cunha dar o formato de pão de leite.
4. Colocar em tabuleiros e deixar levedar.
5. Depois de lêvedos, pintar com ovo e levar a cozer, a uma temperatura de 200 °C.

FICHA TÉCNICA

129

Scones



Porções: 12
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Farinha
120 g	Açúcar
3 g	Sal
50 g	Manteiga
15 cl	Leite
1	Ovo
20 g	Fermento em pó

Confeção:

1. Numa tigela, misturar a farinha, o sal, o fermento e o açúcar.
2. Derreter a manteiga juntamente com o leite.
3. Fazer uma estanca na farinha e nela deitar a manteiga derretida com o leite e o ovo.
4. Mexer até os ingredientes estarem ligados.
5. Colocar montinhos da massa, feitos com as mãos, sobre um tabuleiro.
6. Levar ao forno, pré-aquecido a 200 °C.






EARL
GREY
TEA





14

Minipastelaria e Petit-fours

Termos aplicados a diversos produtos de pastelaria e de confeitaria, que em comum têm o seu tamanho reduzido.

A expressão "petit-four" remonta ao século XVIII, época em que os fornos eram a lenha e em que a cozedura dos bolos pequenos era feita em petit-four, *isto é, quando o calor do forno já era moderado e após terminar a cozedura das grandes peças.*

Podemos subdividi-los em:

Petit-four ***seco*** *– bolinhos ou biscoitos secos de longa conservação, como as telhas, línguas de gato,* macarons *e biscoitos variados, entre outros, destinados, sobretudo, a acompanhar gelados e sorvetes, mas também para acompanhar o chá, o café e os vinhos licorosos.*

Petit-four ***fresco*** *– grupo mais vasto e diversificado, por vezes designados por* mignardises. *Nele se incluem as miniaturas de bolos individuais; outros, cortados numa base de* génoise *ou de biscoito macio, cobertos e decorados com cremes, glacê ou com doce e cortados nas mais diversas formas; e ainda, os que são constituídos por um suporte de massa de amêndoas, com chocolate,* nougatine, *merengue ou frutos disfarçados e cobertos ou decorados com glacê, cremes e frutas.*

Petit-four ***salgado*** *– servido em aperitivo, em cocktails ou receções, é por vezes designado por* amuse gueule. *Nele se incluem, pequenas* pizzas, *palitos de massa folhada guarnecidos e mini quiches, entre outros.*

Biscoitos



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Farinha de amêndoa
50 g	Amêndoas peladas
75 g	Açúcar
9	Claras
6 fls	Obreia

Confeção:

1. Misturar a farinha de amêndoa com o açúcar.
2. Envolver as claras.
3. Forrar um tabuleiro com papel de obreia.
4. Colocar o aparelho no interior de um saco de pasteleiro e com uma boquilha lisa, fazer pequenos montes de massa.
5. Colocar, por cima, uma amêndoa inteira.
6. Levar a cozer a uma temperatura de 250 °C.

Línguas de gato



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

70 g	Manteiga
70 g	Açúcar
70 g	Farinha
2	Claras
0,5 cl	Essência de baunilha

Confeção:

1. Bater muito bem a manteiga até esta apresentar uma consistência cremosa.
2. Juntar o açúcar, a essência de baunilha e a farinha. Misturar bem os ingredientes.
3. Juntar as claras.
4. Untar um tabuleiro e utilizando um saco de pasteleiro com a massa anterior, fazer pequenas línguas com cerca de 4 cm de comprimento.
5. Levar ao forno, pré-aquecido a 200 °C e retirar quando estiverem douradas.

Línguas de veado



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

150 g	Manteiga
200 g	Açúcar
4	Ovos
250 g	Farinha
0,5 cl	Essência de baunilha

Confeção:

1. Bater a manteiga com o açúcar até ficar uma mistura homogénea.
2. Juntar os ovos, a farinha previamente peneirada e amassar.
3. Deixar descansar.
4. Num tabuleiro untado com manteiga e forrado com papel vegetal siliconizado, utilizando um saco de pasteleiro, fazer riscos bem espaçados com a massa preparada.
5. Levar ao forno, a uma temperatura de 200 °C e retirar quando alourarem.

Macarons



Porções: 20
Tempo: 120 min

Açúcar finoIngredientes:

110 g	Amêndoa sem pele em farinha
110 g	Açúcar
3	Claras
110 g	Açúcar em pó
2 g	Sal
20 / 30	Gotas de corante (cor à escolha)

Confeção:

1. Juntar o açúcar com a amêndoa moída e passar por uma peneira para tirar o excesso de grumos. Reservar.
2. Bater as claras em castelo adicionando o sal.
3. Acrescentar uma colher de açúcar em pó e bater, acrescentando pouco a pouco, o restante açúcar em pó.
4. Acrescentar às claras a mistura passada pela peneira, incorporando aos poucos com uma espátula, em movimentos de baixo para cima.
5. Depois de obter uma massa um pouco mole, juntar o corante alimentar da cor escolhida. Só nesta altura se deve misturar o corante para que as claras em castelo não abatam. A mistura não deve ficar muito firme, mas ligeiramente líquida.
6. Forrar uma forma com papel siliconizado, colocar a massa dentro de um saco de pasteleiro e fazer gotas redondas de 2 cm com uns 4 ou 5 mm de espessura, deixando um espaço entre elas.
7. Deixar descansar na forma à temperatura ambiente.
8. Cozer em forno pré-aquecido, a uma temperatura de 150 °C.
9. Retirar e deixar arrefecer.
10. Depois de frios, rechear com um creme a gosto.

Pastelinhos de coco



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

500 g	Coco
500 g	Açúcar
6	Ovos
1	Limão (raspa)
20 g	Farinha
5	Cerejas em calda (cortadas ao meio)

Confeção:

1. À mão, misturar e ligar muito bem todos os ingredientes, com exceção das cerejas
2. Com a ajuda de um saco de pasteleiro de boquilha estriada, fazer pequenos montes de massa num tabuleiro untado com margarina e forrado com papel vegetal siliconizado.
3. Colocar, por cima, uma metade de cereja.
4. Levar ao forno, a uma temperatura de 200 °C e retirar quando alourar.

Profiteroles



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1 unid.	Massa de fartos [ver Ficha Técnica **7**]
1 unid.	Creme de pasteleiro [ver Ficha Técnica **18**]
1 unid.	Molho de chocolate [ver Ficha Técnica **36**]

Confeção:

1. Num tabuleiro, utilizando um saco de pasteleiro com a massa de fartos, fazer pequenas bolas.
2. Levar a cozer, a uma temperatura de 200 °C.
3. Após arrefecerem, retirar e fazer um pequeno furo na zona inferior.
4. Com a ajuda de um saco de pasteleiro, injetar o creme de pasteleiro para dentro do *profiterole*. Também se pode utilizar gelado de baunilha como recheio [ver Ficha Técnica **146**].
5. Passar os *profiteroles* pela *ganache*.

Nota:

Existem outras formas de utilizar os profiteroles, nomeadamente na montagem do *croquembouche* [ver Ficha Técnica **44**] ou do *Gâteau Saint Honoré* [ver Ficha Técnica **61**].

Sortido húngaro



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

15	Ovos
850 g	Farinha
500 g	Manteiga
300 g	Açúcar
500 g	Chocolate negro
100 g	Doce (alperce, ameixa ou morango)

Confeção:

1. Cozer os ovos com água e sal.
2. Depois de cozidos, separar as gemas das claras e com a ajuda de uma peneira, passar as gemas.
3. Num recipiente, envolver as gemas, a farinha, a margarina e o açúcar, amassando e esticando a massa.
4. Untar um tabuleiro, cobrir com papel siliconizado e com a ajuda de um saco de pasteleiro de boquilha lisa, fazer pequenos círculos.
5. Levar ao forno, a uma temperatura de 200 °C.
6. Depois de arrefecerem, rechear cada duas "bolachas" com doce e mergulhar em chocolate derretido até meio.

Telhas



Porções: 10
Tempo: 120 min

Ingredientes:

200 g	Açúcar
100 g	Farinha
200 g	Manteiga
8	Claras
50 g	Farinha de amêndoa

Confeção:

1. Juntar a farinha, a amêndoa, o açúcar e envolver a manteiga derretida.
2. Envolver as claras.
3. Com a massa obtida e com a ajuda de uma colher, moldar as telhas em cima de uma tela.
4. Levar ao forno, a uma temperatura de 200 °C.
5. Depois de cozidas e ainda quentes, moldar em formato de telha.











15

Chocolate

Para se poder trabalhar o chocolate em barra ou em pastilha é necessário em primeiro lugar proceder-se à "tempera". Processo que consiste em elevar gradualmente o chocolate até à temperatura de 47 ºC, baixando a temperatura, em seguida, por agitação, por adição de manteiga de cacau ou através do espalhamento da massa quente sobre pedra mármore, o que contribui para a existência de uma rede perfeita de cristais que originam um chocolate com uma correta viscosidade.

As temperaturas de pré-cristalização, sempre a partir de uma temperatura inicial de 47 ºC, diferem consoante os tipos de chocolate e cifram-se nos 27 ºC para o chocolate branco, em 29 ºC para o chocolate de leite e em 31 ºC para o chocolate negro.

O chocolate quando arrefecido deve ficar estaladiço, brilhante e homogéneo.

*Após a tempera, o chocolate pode ter múltiplas aplicações, como sejam a confeção de bombons/*pralinés *ou as esculturas, entre outras.*

O chocolate pode ser colorido através de diferentes técnicas e corantes específicos, distintos dos utilizados em açúcar e que podem ser do tipo primário (usados para mistura direta no chocolate derretido) ou de finalização (neutro ou com cores, que quando aplicados no produto final potenciam um maior brilho ou cor, como se de um verniz se tratasse).

Em casos mais particulares de trabalhos personalizados, como logótipos, podem usar-se transferes, que são folhas de acetato com o desenho gravado em corante e manteiga de cacau, que ficam estampados no chocolate após uma correta aplicação.

138

Bombom



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

300 g	Chocolate negro

Recheio:

125 g	Manteiga
40 g	*Fondant*
250 g	Chocolate de leite
5 cl	*Triple Sec*

Confeção:

Preparação do recheio:

1. Colocar a manteiga e o *fondant* na batedeira e bater muito bem.
2. Ligar o chocolate de leite derretido e continuar a bater até ficar bem homogéneo.
3. Adicionar o *Triple Sec*.
4. Retirar da batedeira depois de estar bem ligado.
5. Colocar a massa num saco pasteleiro e reservar.

Montagem:

1. "Temperar" o chocolate negro e colocar nas formas de bombons.
2. Retirar o excesso de chocolate e deixar endurecer.
3. Rechear com o creme.
4. Tapar as formas com chocolate negro "temperado" e alisar com uma espátula.
5. Deixar solidificar e desenformar os bombons.

FICHA TÉCNICA

139

Brigadeiros



Porções: 10
Tempo: 60 min

Ingredientes:

1	Lata de leite condensado (390 g)
100 g	Chocolate em pó
50 g	Manteiga
100 g	Chocolate granulado

Confeção:

1. Num tacho, misturar todos os ingredientes, com exceção do chocolate granulado. Levar ao lume a engrossar, mexendo sempre.
2. Mexer até ganhar consistência (ponto estrada).
3. Retirar do lume e levar ao frio a solidificar.
4. Depois de sólido, formar pequenas bolas com a massa e passar por chocolate granulado.

FICHA TÉCNICA

140

Chocolate

Brownies



Porções: 8
Tempo: 60 min

Ingredientes:

200 g	Chocolate negro (70% cacau)
250 g	Manteiga
150 g	Nozes picadas
80 g	Cacau em pó
65 g	Farinha
20 g	Fermento em pó
350 g	Açúcar
4	Ovos

Confeção:

1. Em banho-maria, derreter a manteiga e o chocolate.
2. Retirar do lume e misturar o cacau e as nozes. Em seguida, a farinha, o fermento e o açúcar. Juntar os ovos e bater bem até obter uma consistência suave e cremosa.
3. Deitar esta mistura num tabuleiro untado com papel siliconizado.
4. Levar ao forno a uma temperatura de 160 °C.
5. Depois de cozido cortar aos quadrados.

Demi-cuit



Porções: 8
Tempo: 60 min

Ingredientes:

200 g	Chocolate negro
200 g	Manteiga
200 g	Farinha
200 g	Açúcar
4	Ovos
300 g	Manteiga (para untar)

Confeção:

1. Derreter o chocolate com a manteiga.
2. Num recipiente, misturar o açúcar com os ovos.
3. Adicionar o chocolate derretido com a manteiga.
4. Adicionar a farinha ao preparado.
5. Untar as formas com manteiga.
6. Colocar a massa nas formas e levar ao forno a cozer a 180 °C.
7. Servir de imediato.

Nota:
Esta sobremesa pode ser acompanhada de gelado de baunilha [ver Ficha Técnica **146**].

FICHA TÉCNICA

142

Chocolate

Mousse de chocolate



Porções: 8
Tempo: 60 min

Ingredientes:

250 g	Chocolate negro
6	Gemas
6	Claras
10 cl	Natas
100 g	Açúcar

Confeção:

1. Derreter o chocolate em banho-maria.
2. Misturar as natas líquidas aquecidas com a mesma temperatura.
3. Bater as gemas e envolver o chocolate anterior.
4. Bater as claras em castelo e envolver ao preparado anterior.
5. Colocar num recipiente e levar ao frigorífico.
6. Decorar a gosto.

FICHA TÉCNICA

143

Trufa de chocolate



Porções: 20
Tempo: 120 min

Ingredientes:

350 cl	Natas
1	Vagem de baunilha
600 g	Chocolate negro
75 g	Manteiga
10 cl	Leite
400 g	Cacau em pó
400 g	Chocolate branco

Confeção:

1. Ferver as natas com o leite e com as sementes da vagem de baunilha.
2. Verter o preparado, aos poucos, para cima do chocolate negro finamente picado e mexer até este ficar completamente derretido.
3. Adicionar a manteiga derretida e colocar no frio.
4. Colocar a massa dentro de um saco de pasteleiro com boquilha lisa e tender pequenas bolas num tabuleiro.
5. Levar ao congelador a solidificar.
6. Passar por chocolate branco previamente derretido e de seguida por cacau em pó.











16

Sorvetes, Gelados e Parfait

As referências mais antigas sobre a origem do sorvete referem que foi Nero, o imperador romano, quem ordenou aos seus escravos a mistura de neve das montanhas com frutas e, mais recentemente, o mercador Marco Polo, como o responsável por trazer da China um método de fazer sorvetes muito idêntico ao que temos hoje.

Por vezes, entende-se que sorvete e gelado designam a mesma coisa. No entanto, existe uma diferença entre ambos os termos que se deve sobretudo ao ingrediente base. O sorvete tem por base a água e não possui matéria gorda, enquanto o gelado tem por base o leite gordo ou outra matéria gorda, estando regulamentada a legislação tanto para as designações comerciais, como para a quantidade relativa de ingredientes em cada um dos tipos.

Existem também, os termos "sorbet" e "sorbetto", utilizados para designar produtos gelados de fruta, sem leite ou ovos, e cuja elaboração requer bastante conhecimento, criatividade, arte e técnica.

O termo francês "parfait", designa uma sobremesa gelada, feita a partir de uma base de xarope de açúcar, ovos e natas. A gordura, o açúcar, o álcool e o ar minimizam a formação de cristais de gelo, sendo este controle feito durante a confeção, mexendo regularmente o preparo ou bloqueando quimicamente a formação pela adição de glicerol, que de outro modo, daria ao parfait *uma textura desagradável na boca.*

Neste capítulo apresentam-se algumas receitas básicas de elaboração destas sobremesas, que apesar de mais procuradas ou sugeridas em épocas de calor, são consumidas praticamente em qualquer estação do ano.

Sorvete de limão



Porções: 35
Tempo: 120 min

Ingredientes:

80 cl	Água
200 g	Açúcar
60 cl	Limão (sumo)
4 g	Limão (raspa)
12 g	Estabilizante
300 g	Dextrose

Confeção:

1. Num tacho, misturar a água e a dextrose e aquecer a 40 °C.
2. Adicionar a raspa de limão, o açúcar e o estabilizante. Continuar a cozer até 85 °C.
3. Em banho-maria com gelo, arrefecer rapidamente o preparado até 4 °C.
4. Juntar o sumo de limão.
5. Deixar maturar no frio (4 °C) durante 6 a 12 horas.
6. Colocar o preparado na produtora de gelados até aos -18 °C.
7. Retirar da produtora, colocar em recipiente e conservar no congelador.

FICHA TÉCNICA

145

Sorvete de morango



Porções: 5
Tempo: 40 min

Ingredientes:

1000 g	Morango
30 cl	Água
50 g	Açúcar invertido
170 g	Açúcar
5 g	Estabilizante
80 g	Dextrose

Confeção:

1. Triturar o morango até obter uma polpa.
2. Adicionar todos os restantes ingredientes e misturar até obter uma massa homogénea.
3. Levar o preparado à produtora de gelados.
4. Deixar ganhar consistência, até atingir a temperatura de -18 °C
5. Retirar da produtora, colocar em recipiente e conservar no congelador.

Gelado de baunilha



Porções: 35

Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Leite gordo
400 g	Açúcar
20 cl	Natas
2	Vagem de baunilha
400 g	Leite condensado
30 g	Estabilizante

Confeção:

1. Levar ao lume o leite, as natas e as sementes das vagens de baunilha até atingir os 36 °C.
2. Adicionar o estabilizante misturado no açúcar aos 45 °C e deixar pasteurizar até aos 85 °C.
3. Em banho-maria com gelo, arrefecer rapidamente o preparado até 4 °C.
4. Deixar maturar no frio (4 °C) durante 6 a 12 horas.
5. Colocar o preparado na produtora de gelados até aos -15 °C.
6. Retirar da produtora, colocar em recipiente e conservar no congelador.

FICHA TÉCNICA

147

Gelado de café



Porções: 25
Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Leite gordo
300 g	Açúcar
10	Gemas
30 cl	Café

Confeção:

1. Num recipiente, misturar as gemas, o açúcar, o café e o leite.
2. Levar ao lume para cozer, mexendo sempre e não deixando ultrapassar os 80 °C.
3. Em banho-maria com gelo, arrefecer rapidamente o preparado até 4 °C.
4. Colocar o preparado na produtora de gelados e deixar ganhar consistência até atingir a temperatura de -10 °C.
5. Retirar da produtora, colocar em recipiente e conservar no congelador à temperatura de -18 °C.

Nota:

As gemas conferem a esta confeção o mesmo resultado que o estabilizante utilizado nas receitas anteriores (4 gemas equilibram 1000 g de aparelho).

Gelado de chocolate



Porções: 25
Tempo: 120 min

Ingredientes:

100 cl	Leite gordo
300 g	Açúcar
10	Gemas
50 g	Cacau

Confeção:

1. Num recipiente, misturar as gemas, o açúcar, o cacau e o leite.
2. Levar ao lume para cozer, mexendo sempre e não deixando ultrapassar os 80 °C.
3. Em banho-maria com gelo, arrefecer rapidamente o preparado até 4 °C.
4. Colocar o preparado na produtora de gelados e deixar ganhar consistência até atingir a temperatura de -10 °C.
5. Retirar da produtora, colocar em recipiente e conservar no congelador à temperatura de -18 °C.

Gelado de framboesa

FICHA TÉCNICA 149



Porções: 25
Tempo: 120 min

Ingredientes:

1000 g	Framboesa
200 g	Açúcar
100 cl	Natas
1	Limão (sumo)

Confeção:

1. Fazer uma polpa de framboesa e passar pelo peneiro.
2. Bater as natas com o açúcar.
3. Adicionar à polpa de framboesa, batendo até estar tudo envolvido.
4. Deitar umas gotas de sumo de limão e mexer.
5. Colocar o preparado na produtora de gelados.
6. Deixar ganhar consistência até atingir a temperatura de -10 °C
7. Retirar da produtora, colocar em recipiente e conservar no congelador à temperatura de -18 °C.

Nota:

A framboesa pode ser substituída por morangos ou amoras, obtendo-se assim, gelados desses frutos.

Parfait



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

25 cl	Leite
50 g	Açúcar
4	Gemas
25 g	Chocolate branco
25 cl	Natas
1 fl	Papel vegetal

Confeção:

1. Ferver o leite com o chocolate branco até reduzir um terço.
2. Bater as gemas e o açúcar até obter uma mistura clara.
3. Adicionar o leite.
4. Bater as natas e incorporar ao preparado.
5. Colocar a massa em aros, sobre papel vegetal e levar ao congelador durante algumas horas.
6. Retirar o *parfait* dos aros e colocar no prato.
7. Decorar a gosto.

Nota:

Esta sobremesa pode ser acompanhada com molho de café ou uma mistura de creme inglês com café [ver Ficha Técnica **21**].

Parfait Praliné

FICHA TÉCNICA 151



Porções: 8
Tempo: 120 min

Ingredientes:

350 g	*Praliné*
50 cl	Natas com 35% de matéria gorda
3	Claras
80 g	Açúcar em pó
1 fl	Papel vegetal

Confeção:

1. Emulsionar o *praliné* com 13 cl de natas ligeiramente quentes, tendo o cuidado de envolver as natas pouco a pouco.
2. Juntar depois as restantes natas até se obter uma mistura elástica e brilhante.
3. Ao mesmo tempo, preparar um merengue, juntando as claras e o açúcar em pó em banho-maria até aos 65 °C, montando bem as claras.
4. Misturar uma pequena parte do merengue na mistura do *praliné* e depois, envolver o restante, até ficar uma mistura homogénea.
5. Colocar nos aros sobre papel vegetal e levar ao congelador a solidificar durante algumas horas.
6. Retirar o *parfait praliné* dos aros e colocar no prato.
7. Decorar a gosto.











17

Pastelaria Artística

A palavra arte é geralmente entendida como um ato humano ligado a manifestações de ordem estética, concebidas normalmente a partir da perceção de emoções e ideias com o objetivo de estimular a consciência de quem a vê.

Pode, por isso, ser produzida através de uma imensa variedade de materiais e meios.

A componente artística na pastelaria assume grande importância, na medida em que permite ao profissional exortar toda a criatividade e sentido estético de modo a que, por um lado, a sua obra possa produzir emoções, e por outro, convidar a perceber a filosofia que reside no âmago de quem a produz e consequentemente o modus operandi *da instituição que representa.*

Em pastelaria, a arte é concretizada em materiais efémeros, pois é produzida em matéria-prima alimentar, mas nem por isso menos nobre, como são os casos da escultura em manteiga, em pão, em chocolate ou em açúcar, de acordo com a criatividade do profissional executante.

A criatividade, é por isso, uma ferramenta que permite oferecer ao cliente, um produto de facto diferenciador, e permite, também, que o cliente se reveja em todo o conceito subjacente.

A arte e a comunicação são dois conceitos inseparáveis, cabe a cada profissional utilizar este binómio em proveito da unidade e da sua área de atuação.

Em açúcar (pastilhagem)





Ingredientes:

1800 g	Açúcar em pó	16	Folhas de gelatina
100 g	Amido	25 cl	Água

Confeção:

1. Pesar todos os ingredientes, peneirar o açúcar e o amido em conjunto e colocar numa mesa, previamente limpa. Abrir uma cova ao centro e formar uma estanca.
2. Derreter a gelatina na água, sem a deixar ferver e verter para o interior da estanca formada com o açúcar e o amido. Misturar todos os ingredientes pelo interior da estanca, até que se forme uma massa homogénea. Trabalhar um pouco esta massa.
3. Envolver em película aderente e reservar dentro de um recipiente plástico hermético em local seco e fresco.
4. Para produzir uma peça em pastilhagem, seja ela fácil ou complexa, é necessário produzir moldes em cartolina e recortar cada um dos alçados da peça que se pretende construir.
5. Começar por laminar a pastilhagem com o rolo de massa ou laminador, a uma espessura de 3 mm e deixar secar ligeiramente a superfície da massa.
6. Colocar os moldes de cartolina em cima da pastilhagem laminada e recortar à forma do molde. Retirar o molde de cartolina, os excessos de pastilhagem e deixar secar 12 horas, virando a peça ao contrário para secar mais 12 horas, de forma a que as peças sequem completamente e se possa iniciar a montagem.
7. Para a montagem, derreter em banho-maria um pouco da própria pastilhagem, até ter a consistência de um glacê real, colocar num cartucho de papel vegetal e colar as extremidades das peças com a pastilhagem derretida. Dispor em cima de uma base as peças coladas e deixar secar completamente.

Nota:

Este tipo de peças deve ser conservado em local seco. Se colocadas dentro de caixas de acrílico, podem durar vários anos.

FICHA TÉCNICA 153

Em chocolate





Ingredientes:

Chocolate plástico

500 g	Chocolate de cobertura
100 g	Xarope a 30 °Be
150 g	Xarope de glucose

Procedimento:

Derreter a cobertura de chocolate, ligar os outros componentes, trabalhar o conjunto e deixar repousar.

Confeção:

1. Este trabalho deve ser efetuado em oficina/atelier de trabalho devidamente climatizada, entre os 18 °C e os 20 °C e com uma humidade relativa do ar não superior a 60%.
2. O manipulador do chocolate deve trabalhar com luvas, preferencialmente de algodão ou de látex, para manter o brilho do chocolate.
3. Para efetuar peças é necessário proceder à tempera do chocolate, sendo para o efeito necessário derreter em banho-maria ou numa estufa seca o chocolate negro, de leite ou branco, durante 12 horas a 45 °C/50 °C para que os cristais do chocolate estabilizem.
4. Passado esse tempo, colocar numa mesa de tampo de pedra, um terço do chocolate a 45 °C. Espalhar com uma espátula e remexer sempre para fazer baixar a temperatura até aos 27 °C (chocolate branco), 28 °C (chocolate de leite) ou 29 °C (chocolate negro). Misturar aos dois





terços restantes, para que a totalidade do chocolate fique a 28 ºC (chocolate branco), 29 ºC (chocolate de leite) e 31 ºC (chocolate negro). Estas temperaturas dependem sempre da marca do chocolate que se trabalhar e para isso, o mais indicado é seguir a curva de cristalização indicada pela marca.

5 Depois de o chocolate estar à temperatura que se pretende, pode proceder-se à construção das peças artísticas. Se forem peças planas ou cúbicas, o procedimento de montagem é o mesmo que para a pastilhagem em açúcar, sendo que para as colagens é necessário usar o próprio chocolate derretido e temperado.

6 Se for para peças ovais ou esféricas em moldes de policarbonato, tem de se encher completamente com chocolate os moldes e bater ligeiramente para retirar todas as bolhas de ar. Verter em seguida o excedente para o recipiente onde se encontra o respetivo chocolate e colocar o molde em policarbonato virado ao contrário, em cima de uma folha de papel siliconizado. Deixar secar, até que o chocolate contraia do próprio molde e se solte sozinho. Este processo pode demorar algumas horas. Como tal, o ideal é fazê-lo com 24 horas de antecedência.

7 Para colar ambas as partes do molde, seja qual for o seu formato (oval, esférico, etc.), basta ter uma placa aquecida a 35 ºC e passar a superfície de ambas as peças que se pretende que fiquem coladas sobre a placa aquecida. Uni-las, esperar uns segundos e aplicar na base desejada. Para fazer pequenos apontamentos, como por exemplo, olhos, sobrancelhas ou botões, é necessário fazer estas peças em chocolate plástico, em separado, e aplicar posteriormente na peça base de trabalho.

Em pão





Introdução:

Este tipo de peças é relativamente recente, contudo, nas últimas décadas os profissionais do setor têm-se servido da "massa morta" (cujo nome advém da não utilização de leveduras) não só para promoverem a componente artística na panificação, como também para atraírem clientela para o interior dos respetivos estabelecimentos.

À semelhança da pastilhagem e do chocolate, a massa morta permite, com as técnicas certas, produzir qualquer tipo de peça artística, sendo normalmente colorida com açafrão, pimenta, cacau, caril e tinta de choco, entre outros.

A cozedura, em regra geral, deve ocorrer a temperaturas baixas, de forma a possibilitar uma boa secagem da massa. Os diferentes componentes de uma peça são posteriormente colados com uma cola feita a partir de farinha cozida.

Esta massa, por ter uma plasticidade muito acentuada, não impõe limites à criatividade.

Massa morta 1

Ingredientes:

900 g	Farinha de trigo T65
100 g	Farinha de centeio T70
50 g	Sal
550 g	Xarope a 32 ºBe

Confeção:

1. Em cima da mesa de trabalho fazer uma estanca com as farinhas.
2. Adicionar e ligar o xarope arrefecido dentro da estanca.
3. Trabalhar todo o conjunto até que a massa fique homogénea.
4. Reservar num saco plástico por 24 horas em local seco e fresco.
5. Para a execução de peças artísticas em massa morta, o procedimento é o mesmo que para a pastilhagem, sendo que as peças têm de ser cozidas antecipadamente, arrefecidas, e só depois, coladas com a cola de farinha, voltando ao forno para fixar uma peça à outra.
   Uma outra opção de colagem, é a utilização de caramelo a quente, a 150 °C, sendo que, neste caso, a peça já não terá de voltar ao forno para secar.

Para decorar:

100 g	Cacau em pó
70 g	Claras de ovo

Procedimento:

Misturar ambos os ingredientes e reservar. Para aplicação, fazer cartuchos de papel vegetal, encher até metade com o aparelho e aplicar onde for necessário antes de ir ao forno.

Para colar:

500 g	Farinha T55
3,5 cl	Água
10 g	Sal
1 cl	Vinagre

Procedimento:

Misturar tudo muito bem, levar ao lume para cozer um pouco a farinha e aplicar nos locais que se pretendem colados antes de os levar ao forno.





Massa morta 2

Ingredientes:

1000 g	Farinha de trigo T65
100 g	Ovos
20 g	Açúcar em pó
10 g	Banha
q.b.	Água

Confeção:

1. Na amassadeira, misturar a farinha, o sal e o açúcar, juntando de seguida os ovos.
2. Juntar a banha quando os elementos estiverem todos envolvidos.
3. Afinar a consistência da massa com a água, tendo em conta que a massa deverá ficar rija.
4. Colocar num saco e deixar descansar 24 horas.
5. Moldar com o formato pretendido.
6. Levar ao forno, a uma temperatura de 100 °C.











18

Panificação

O pão é há mais de seis mil anos alimento de civilizações milenares como a babilónica, a grega e a egípcia.

Foi no Egito (2500 a.C.), que se deu o maior desenvolvimento na produção de pão pelo facto de existirem enormes produções de trigo nas férteis margens do rio Nilo. Originalmente amassado com os pés, era fermentado com o mosto da preparação do vinho e da cerveja e cozido sobre pedras quentes ou em vasos de cerâmica colocados no meio de brasas. O padeiro gozava de regalias especiais conferidas pelos Faraós que, acreditando na vida eterna, se faziam acompanhar de pão nos sarcófagos.

Os gregos (450 a.C.) melhoraram a produção da farinha, introduziram a roda hidráulica nas ribeiras, aperfeiçoando a produção do pão que era amassado por mulheres e cozido em fornos de barro.

Com os romanos, os fornos passaram a ser de alvenaria, idênticos a alguns fornos ainda hoje existentes. No ano 30 a.C. já existiam padarias organizadas de forma corporativa, tendo o Imperador Trajano fixado o preço e o peso do pão.
Os padeiros formaram o colégio dos "Pistores", uma espécie de elite profissional, onde os filhos de padeiros apenas podiam casar entre si. O pão em forma de anel, dedicado ao Deus Júpiter, consagrava o casamento.

Ao longo dos séculos o pão tornou-se alimento indispensável para grande parte dos povos de todo o mundo, mas apenas a partir do séc. XIX surgiram técnicas capazes de melhorar a qualidade do pão, sobretudo com a introdução de leveduras selecionadas, permitindo melhor a sua digestão.

Hoje em dia, o pão que consumimos é maioritariamente produzido com farinhas provenientes de moagens industriais e, em Portugal, produzem-se mais de 140 tipos diferentes de pães.



A FERMENTAÇÃO

Processo de transformação de uma substância por ação de microorganismos, vulgarmente designados por fermentos.

Existem dois processos de fermentação:

- Processo indirecto, que pode ser obtido por intermédio de um isco puro, misto ou esponja.
- Por processo indirecto, através de levedura selecionada.

Processo indireto

- **Isco**

As massas são levedadas por leveduras cultivadas num pouco de massa que se deixa em repouso de um dia para o outro, podendo ser refrescado diariamente adicionando água e farinha. O pão fabricado por este processo caracteriza-se por ser um pão de pouco volume, miolo escuro e sabor ácido. Este isco é utilizado em quantidades que variam de 1% a 10%.

- **Misto**

Obtido através de isco e leveduras selecionadas.

- **Esponja**

Faz-se um fermento com parte da farinha, duas ou três horas antes da amassadura.

Processo direto

- **Levedura sele cionada**

Utiliza-se apenas a levedura selecionada. Todos os componentes da receita são amassados numa única vez.

A AMASSADURA

A amassadura consiste em ligar todos os ingredientes de uma massa panar, de modo a obter uma pasta cujas propriedades plásticas e fermentativas sejam as adequadas para que se obtenha um pão de qualidade.

Finalidade da amassadura:

1. Distribuir, de forma homogénea, todos os ingredientes.
2. Desenvolver o glúten formando a massa.
3. Permitir uma boa absorção de água.
4. Insuflação de ar na massa.

Desenvolvimento da massa:

A massa forma-se através da absorção da água pela farinha, sendo o amido e o glúten os principais responsáveis pela quantidade de água absorvida. O glúten absorve duas a três vezes o seu peso em água e o amido absorve até 1/3 do seu peso em água.

O desenvolvimento do glúten confere à massa a plasticidade necessária, formando uma rede de alvéolos que se estende uniformemente por toda a massa.

Ao aproximar-se do ponto ideal de amassadura, a massa deve estar lisa e enxuta, desprendendo-se facilmente das paredes da amassadeira.

Quando a massa se considerar amassada, deve permitir que se faça um "véu", devendo poder esticar-se sem rasgar, até criar uma película fina e translúcida.



A COZEDURA

É o processo durante o qual a massa se transforma em pão cozido. Nessa transformação ocorrem muitos fenómenos físico-químicos que se manifestam em três grandes etapas:

1.ª Etapa:

No forno a massa aumenta rapidamente até aos 50 °C, os açúcares são transformados, pelas enzimas, em gás carbónico (CO_2). A partir desse ponto, a maioria das enzimas são destruídas e a produção de gás carbónico cessa. Durante esse período a massa aumenta de volume.

2.ª Etapa:

Dos 50 °C aos 80 °C, sob o efeito do calor, o gás carbónico presente na massa dilata-se acentuando o desenvolvimento da massa e permitindo a formação de alvéolos no seu seio. Em simultâneo, as enzimas amilases transformam o amido em dextrinas e maltose, promovendo desta forma a cor da côdea. Aos 70 °C o glúten coagula cessando o desenvolvimento da massa.

3.ª Etapa:

Aos 170 °C, em conjunto com a reação de outro tipo de açúcares juntamente com proteínas (reacção Maillard), os açúcares transformam-se em caramelo, dando-se início à coloração do pão. Na derradeira fase da cozedura do pão, uma grande parte de água e o gás carbónico evaporam, permitindo que o pão enxugue.

Temperaturas aconselhadas

Peso em massa	Pães de trigo	Pães de mistura de centeio	Pães com açúcar ou malte	Tempo aproximado de cozedura
70 g	245 °C	240 °C	235 °C	12 min.
120 g	235 °C	230 °C	225 °C	15 min.
240 g	225 °C	220 °C	215 °C	18 min.
300 g	220 °C	215 °C	210 °C	25 min.
480 g	210 °C	205 °C	200 °C	30 min.
600 g	200 °C	195 °C	190 °C	35 min.
960 g	190 °C	185 °C	180 °C	45 min.



Hidratação média de 60%.
Quantidade de açúcar superior a 5% ou quantidade de malte superior a 0,5%.

Cacete

Baguette parisienne



Porções: 6
Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha T55
60 cl	Água
30 g	Levedura fresca
12 g	Sal

Confeção:

1. Na amassadeira, misturar a farinha, o sal e incorporar a água.
2. A 5 minutos do fim da amassadura, adicionar a levedura.
3. Dividir a massa em partes, formar bolas, cobrir com um pano húmido e deixar levedar durante 40 minutos.
4. Formar as baguetes.
5. Cobrir novamente com um pano húmido e deixar levedar por 90 minutos.
6. Pré-aquecer o forno a 220 °C.
7. Levar a cozer durante 20 a 25 minutos, pelo menos, até o pão soar a oco quando se bate no fundo.

FICHA TÉCNICA 156

Pão de centeio



Porções: 5
Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha de centeio T85
60 cl	Água
30 g	Levedura fresca
12 g	Sal
10 g	Melhorante
100 g	Massa fermentada

Confeção:

1. Colocar na amassadeira a farinha, o sal, o melhorante e a massa fermentada. Iniciar a amassadura em velocidade lenta.
2. Incorporar a água fria aos poucos.
3. A 5 minutos do fim da amassadura, incorporar a levedura.
4. Continuar a amassadura até a massa ficar lisa e enxuta.
5. Deixar estancar a massa durante 20 minutos.
6. Pesar a massa e dividir em empelos.
7. Tender no formato pretendido.
8. Colocar em tabuleiros e deixar a levedar durante 40 minutos
9. Levar a cozer a uma temperatura de 240 °C.

Pão de milho



Porções: 4
Tempo: 180 min

Ingredientes:

550 g	Farinha de milho T70
250 g	Farinha de trigo T65
200 g	Farinha de centeio T70
85 cl	Água
10 g	Levedura fresca
12 g	Sal

Confeção:

1. Ferver 55 cl de água com o sal.
2. Depois de ferver, juntar à agua, a farinha de milho e mexer.
3. Deixar arrefecer.
4. Na amassadeira, juntar a farinha de milho escaldada, a farinha de trigo e a farinha de centeio, colocando a restante água aos poucos.
5. A 5 minutos do fim da amassadura, incorporar a levedura.
6. Depois de amassada, deixar a massa levedar durante 45 minutos.
7. Cortar a massa e dentro de um baqueador com farinha, apertar a massa.
8. Levar a cozer a uma temperatura de 240 °C.

Nota:

A água para escaldar a farinha de milho deve ser em quantidade igual à quantidade de milho usada.

FICHA TÉCNICA 158

Pão de mistura



Porções: 8
Tempo: 180 min

Ingredientes:

600 g	Farinha de trigo T65
400 g	Farinha de centeio T70
60 cl	Água
30 g	Levedura fresca
12 g	Sal
10 g	Melhorante

Confeção:

1. Colocar na amassadeira todos os ingredientes com exceção da água e da levedura.
2. Ligar a primeira velocidade durante 3 minutos para misturar bem os ingredientes secos.
3. Adicionar 60% da água e deixar a massa ligar.
4. Adicionar o restante da água aos poucos até que a massa se encontre com liga, elástica, faça véu e esteja enxuta.
5. Adicionar a levedura a 5 minutos do fim da amassadura.
6. Depois de amassada, deixar levedar durante 20 minutos.
7. Cortar em empelos e tender no formato pretendido.
8. Colocar num tabuleiro e deixar levedar durante 90 minutos.
9. Levar a cozer a uma temperatura de 240 °C.

FICHA TÉCNICA

159

Panificação

Pão de trigo branco (Vianinhas)



Porções: 10

Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha de trigo T65
65 cl	Água
40 g	Levedura fresca
12 g	Sal
10 g	Melhorante

Confeção:

1. Colocar na amassadeira a farinha, o sal e o melhorante. Iniciar a amassadura em velocidade lenta.
2. Incorporar a água fria aos poucos.
3. A 5 minutos do fim da amassadura, incorporar a levedura.
4. Continuar a amassadura até a massa ficar lisa e enxuta.
5. Deixar estancar a massa durante 10 minutos.
6. Pesar a massa e dividir em empelos.
7. Tender os empelos no formato pretendido.
8. Colocar em tabuleiro e deixar a levedar durante 75 minutos
9. Levar a cozer a uma temperatura de 250 ºC.

Pão de trigo escuro



Porções: 8
Tempo: 180 min

Ingredientes:

600 g	Farinha de trigo T150
400 g	Farinha de centeio T80
60 cl	Água
30 g	Levedura fresca
12 g	Sal
10 g	Melhorante

Confeção:

1. Colocar todos os ingredientes na amassadeira, com exceção da água e da levedura.
2. Ligar a primeira velocidade durante 3 minutos para misturar bem os ingredientes secos.
3. Adicionar 60% da água e deixar a massa ligar.
4. Adicionar o restante da água aos poucos até que a massa se encontre com liga, elástica, faça véu e esteja enxuta.
5. Adicionar a levedura a 5 minutos do fim da amassadura.
6. Deixar levedar durante 20 minutos.
7. Pesar a massa, dividir em empelos e tender em forma de cacete.
8. Colocar em tabuleiro e deixar a levedar durante 90 minutos
9. Levar a cozer a uma temperatura de 240 °C.

FICHA TÉCNICA

161

Panificação

Pão integral



Porções: 10

Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha de trigo T150
70 cl	Água
30 g	Levedura fresca
12 g	Sal
10 g	Melhorante
10 g	Glúten em pó

Confeção:

1. Colocar na amassadura a farinha, o sal, o melhorante e o glúten. Iniciar a amassadura em velocidade lenta.
2. Incorporar a água fria aos poucos.
3. A 5 minutos do fim da amassadura, incorporar a levedura.
4. Continuar a amassadura até a massa ficar lisa e enxuta.
5. Deixar estancar a massa durante 15 minutos.
6. Pesar a massa e dividir em empelos.
7. Tender no formato pretendido.
8. Colocar em tabuleiros e deixar a levedar durante 60 minutos
9. Levar a cozer a uma temperatura de 240 °C.

Pão tigre



Porções: 10
Tempo: 180 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha de trigo T55
60 cl	Água
40 g	Levedura fresca
12 g	Sal
10 g	Melhorante
50 g	Leite em pó
30 g	Margarina para massas
200 g	Massa fermentada

Cobertura:

250 g	Farinha de arroz
30 g	Açúcar
4 cl	Óleo
20 cl	Água
40 g	Levedura fresca
2,5 g	Sal

Confeção:

1. Colocar os ingredientes secos na amassadeira e ligar a primeira velocidade durante 3 minutos para os misturar bem.
2. Adicionar os restantes ingredientes, exceto a levedura.
3. Adicionar 60% da água e deixar a massa ligar.
4. Adicionar o restante da água aos poucos até que a massa se encontre com liga, elástica, faça véu e esteja enxuta.
5. Adicionar a levedura a 5 minutos do fim da amassadura.
6. Depois de amassada, deixar levedar durante 15 minutos.
7. Dividir a massa em empelos, colocar num tabuleiro e deixar levedar durante 50 minutos.
8. Preparar a cobertura, colocando todos os ingredientes num recipiente inox. Ligar com varas e deixar levedar.
9. 10 minutos antes de enfornar, com o auxílio de uma trincha, pincelar os empelos com a cobertura.
10. Levar a cozer a uma temperatura de 240 °C.

Pizza



Porções: 4
Tempo: 90 min

Ingredientes:

1000 g	Farinha de trigo T65
50 cl	Água morna
30 g	Levedura fresca
12 g	Sal
20 g	Farinha para tender

Confeção:

1. Num recipiente, dissolver o fermento em 13 cl de água e adicionar cerca de 100 g de farinha.
2. Trabalhar esta massa e deixar descansar por 20 minutos coberta com película.
3. Numa superfície de trabalho, peneirar a restante farinha, fazer uma estanca no centro, adicionar a massa do fermento dissolvido e, aos poucos, a restante água morna.
4. Amassar tudo com as mãos até formar uma bola lisa. Se necessário, adicionar mais farinha e trabalhar a massa.
5. Fazer uma bola e deixar descansar num recipiente coberto durante 60 minutos ou até que a massa duplique de volume.
6. Em seguida, trabalhar a massa vigorosamente por mais 10 minutos.
7. Dividir a bola em quatro bolas iguais (para pizzas de tamanho médio) e deixar levedar por mais 60 minutos.
8. Quando a massa está pronta para tender, com as mãos, estender até ficar com 0,5 cm de espessura e uma forma arredondada.
9. Untar um tabuleiro com azeite, colocar as bases de massa e guarnecer.
10. Levar ao forno a uma temperatura de 280 °C.

Guarnições:

Todas as pizzas levam obrigatoriamente como guarnição o tomate bem maduro, sem pele e sem sementes, cortado grosseiramente. Os restantes ingredientes são os que a imaginação e gosto ditar. No entanto, atendendo à sua origem na cidade de Nápoles, as pizzas mais famosas são a *Pizza alla Napoletana* (anchovas, *mozzarella*, azeite e oregãos) e a *Pizza Margherita* (*mozzarella*, folhas de manjericão, azeite, sal e pimenta).

Vocabulário Técnico



CONCEITO DE GLOSSÁRIO

A terminologia usada na área técnica da pastelaria, provem de um conjunto de expressões regionais, nacionais e internacionais que foram entrando progressivamente e ao longo dos tempos no vocabulário técnico deste setor de trabalho.

As palavras e termos que se seguem, são códigos e conceitos de referência generalizada, que devem ser apreendidos, assimilados e usados no desempenhar de tarefas, na execução de fichas técnicas e na comunicação com os pares ou demais elementos da brigada de trabalho.

A

Abrilhantar – Dar a uma preparação mais valor e beleza com gelatina, ovo, manteigas ou outras gorduras.

Almofariz – Recipiente onde se esmagam, com um pilão diversos produtos.

Amassar – Trabalhar uma massa mediante a utilização das mãos ou de máquina para o seu fortalecimento.

Amêndoa filada – Amêndoa pelada torrada ou não cortada em filetes.

Aparar – Ornar, embelezar, endireitar ou tornear eliminando as partes supérfluas, para lhe dar uma forma apropriada ou elegante.

Aparelho – Mistura de vários ingredientes que constituem a base de uma preparação culinária; o mesmo que *preparo*.

Arear ou **trabalhar em areia** – Misturar manteiga e farinha, esfregando-as entre os dedos, de modo que a mistura fique com uma consistência de pão ralado. Também acontece quando se pretende tirar um ponto de açúcar e não há o cuidado de limpar, sobretudo o que fica agarrado às paredes do utensílio, que começa a queimar antes que o açúcar atinja o ponto.

Aromatizar – Incluir um aroma numa preparação com a finalidade de a enobrecer.

B

Banho-maria – Método de coser ou derreter géneros alimentícios sobre um recipiente com água a ferver.

Barrar – Untar ou cobrir de manteiga, de recheio ou de puré numa camada relativamente espessa.

Bater – Ato de agitar uma mistura; misturar energicamente um elemento ou uma preparação modificando-lhe a consistência, o aspeto ou a cor.

Boquilhas – Pequenos cones (inox) lisos ou estriados e de diâmetros variados que se colocam no saco de pasteleiro.

C

Caçarolete – Tacho de cobre com cabo.

Caramelizar – Transformar açúcar em caramelo aquecendo-o em lume brando; pas-

sar certos bolos por açúcar em ponto de caramelo; cobrir o fundo de algumas formas com açúcar em ponto de caramelo.

Castelo – Natas ou claras batidas fortemente para lhes aumentar o volume.

Chinês – Passador cónico munido de um cabo; modelo de coador, em forma de cone, frequentemente utilizado na pastelaria.

Clarificar – Tornar límpida e clara uma substância turva; operação que consiste em dar transparência.

Clarificar manteiga – Levá-la à estufa ou calor, até separar o soro da gordura, para realizar algumas elaborações que assim o requerem.

Coador – Utensílio composto por haste e base cilíndrica, tipo crivo, que permite nas cocções, separar géneros sólidos da parte líquida.

Concha – Utensílio composto por haste e base côncava que permite transpôr líquido de um recipiente para outro.

Corante alimentar – Substância aditiva, sólida ou líquida, que tem como objetivo, sobretudo, alterar a cor de um alimento.

Corta massas – Utensílio em metal ou plástico, com várias configurações, que serve para cortar massa com determinada configuração.

D

Descaroçador – Objecto apropriado para a extração de caroços de frutas.

Desenformar – Retirar de uma forma o resultado de uma confeção.

E

Ebulição – Ato de ferver.

Embeber – Impregnar certos bolos com um xarope ou bebida alcoólica.

Empelos – Porcionamento de uma massa base.

Emulsionante – Substância que colabora na ligação da água com a gordura, torna a textura mais fina e melhora a inclusão do ar.

Enfarinhar – Lançar farinha sobre uma superfície para evitar que a preparação se pegue.

Envolver – Misturar ingredientes cuidadosamente, sem bater.

Escaldar – Submeter uma substância, durante alguns segundos, em água a ferver.

Escumadeira – Utensílio composto por haste e base plana perfurada, normalmente cilíndrica, que serve para misturar alimentos e retirar a espuma de cocções.

Esfarelar – Reduzir a migalhas.

Espátula – Utensílio espalmado em forma de faca e sem fio cortante.

Espessante – Aditivo alimentar, constituído, sobretudo, por hidratos de carbono. Quando adicionado a um alimento líquido aumenta a sua viscosidade.

Espremedor – Utensílio usado para obter um líquido ou um puré a partir de ingredientes sólidos.

Essência – Substância aromática concentrada, utilizada para acentuar o gosto de um preparado.

Estabilizante – Substância também conhecida por gelificante, tem como objetivo ajustar a densidade dos alimentos, ajudar a incorporação do ar, melhorar a textura e a estabilidade do alimento durante a sua conservação.

Estanca – Cova aberta num elemento sólido.

Estamenha ou ***Etamine*** – Pano especial para passar molhos e caldos.

F

Fécula – Farinha branca extraída das raízes ou tubérculos de certos vegetais; amido.

Fintar – Levedar; deixar descansar uma massa com fermento a uma temperatura amena para que as enzimas se possam multiplicar aumentando de volume.

Flamejar – Regar um preparado com álcool e pegar-lhe fogo.

Florões – Peças pequenas de massa folhada em forma de triângulos ou losangos, pinceladas com ovo.

Fondant – Composição de açúcar pilé com água, limão e glucose, que depois de atingido o ponto, se trabalha até ficar branco e opaco. Reserva-se para cobrir bolos, amornando-o ligeiramente no seu emprego.

Formas – Utensílios onde se cozem, no forno ou em banho-maria, pudins, doces e recheios.

Forrar – O mesmo que *encamisar*, apenas com a diferença que, neste caso, será sempre utilizado um recheio de carne ou de peixe; tapar a parte interior da forma ou os arcos com massa ou papel.

G

Ganacha ou ***Ganache*** – Creme de pastelaria à base de chocolate, manteiga e natas.

Gelatina – Substância incolor, extraída dos ossos e cartilagens de animais, bem como de certas algas.

Glacear – Dar uma cobertura brilhante aos alimentos, pincelando com leite ou ovo antes ou depois de confecionados.

Granular – Formar pequenos grumos; também se emprega em relação ao açúcar cozido que tende a cristalizar e a ficar turvado.

Gratinado – Crosta dourada que se forma à superfície de um alimento sob ação de calor.

Grau Baumé – Medida de densidade dos líquidos com o açúcar; classificação que determina a densidade de sais de uma solução avaliada com um pesa-xaropes.

I

Incorporar – Juntar um elemento a um preparado e misturá-lo delicadamente.

Infusão – Maceração de uma substância aromática num líquido escaldante.

L

Lar – Solo do forno ou da chaminé.

Levedar – Consiste em fazer aumentar o volume devido à fermentação de uma massa de pão, de brioche, de *savarin* ou de babá, que provoca a formação de gás carbónico.

Levedura – Fungos microscópios utilizados para fermentação das massas levedadas.

Ligar – Dar uma certa consistência (espessura) a um líquido ou preparação através de ingredientes específicos, chamados elementos de ligação (ovos, matérias gordas, cereais ou féculas), por meio de procedimentos diferentes, com o objectivo de lhes conferir a untuosidade e consistência necessárias.

M

Macerar – Molhar, durante mais ou menos tempo, elementos crus, secos ou conserva, num líquido que poderá ser álcool, licor, vinho, xarope ou mistura agridoce, para que este os impregne do seu perfume.

Massa fermentada – Produto obtido da sobra da massa do dia anterior. Utilizada com a intenção de melhorar o processo de fermentação; sabor do pão.

Melhorante – Composto químico que se destina a melhorar as propriedades plásticas e elásticas da massa.

Moldes – Recipientes de formatos e dimensões diversas que se destinam a dar forma a preparações. Em pastelaria, existe um conjunto de termos particulares inerentes à profissão.

N

Napar – Recobrir com molho ou geleia.

O

Obreia – Papel hóstia.

P

Patão – Porção de massa que descansa antes de terminar a sua confeção.

Peneirar – Ato de passar farinhas, açúcar ou outros ingredientes por uma peneira.

Perfumar – Ligar alguma essência ou licor para aromatizar.

Pesa-xaropes – Utensílio que se destina a medir a densidade dos pontos de açúcar.

Polvilhar – Forma de adicionar açúcar ou farinha em modo de chuva e por igual.

R

Ralador – Utensílio para extrair finamente a casca de frutos.

Raspador – Espátula retangular de cantos arredondados, de borracha maleável, montada num cabo, utilizada para rapar os restos de uma massa.

Rechear – Encher o interior de um produto alimentar com outro produto ou um aparelho.

Redução – Concentração ou espessamento de um líquido ou de um molho, por ebulição e evaporação de certos elementos.

Rolo da massa – Utensílio cilíndrico, geralmente maciço e liso, que serve para estender as massas com um movimento de vaivém.

Rosácea – Enfeite com cremes, espremido por saco de pasteleiro e boquilha de feitios, em forma regular e redonda, assemelhando-se a uma rosa constituída pelo dentilhado produzido ao espremer a massa.

S

Saco pasteleiro – Aparelho de lona em forma de cone, onde se adapta uma boquilha e com que se tendem ou decoram bolos.

Salpicar – Em pastelaria, deitar umas pitadas de farinha em cima das bancadas de trabalho ou numa forma para evitar que a massa fique colada; o mesmo que *enfarinhar.*

Sauté – Caçarola de paredes baixas, vulgarmente conhecida pelo nome de frigideira de ferro.

Sifão – Garrafa de alumínio que contem, sob pressão, um líquido com gás carbónico.

T

Tender – Depois da massa pronta, dividi-la aos bocados e dar-lhe a forma desejada; estender, tender o pão; enformar certos recheios ou aparelhos à mão ou com saco pasteleiro e boquilha.

Termómetro – Instrumento que serve para medir a temperatura de um sólido, de um líquido ou de ambiente. A graduação é feita em graus Célsius, segundo uma escala variável.

Triturar – Reduzir a pó; pulverizar, esfarelar, moer.

V

Varas – Batedores de arame.

X

Xarope – Mistura de açúcar com água ou sumo de fruta, feita a frio ou a quente e que poderá ser aromatizada.

Z

Zeste ou **zesto** – Casca exterior, colorida e perfumada dos citrinos. Permite separar a parte branca da pele.

BIBLIOGRAFIA

- CHABOISSIER, Daniel; LEBIGRE, Didier. **Compagnon et Maître Pâtissier**. Paris: Éditions BPI, 1993, Vols.1, 2 e 3.
- DE LA TRABA, Luis; GARCIA, Vitor R. **Pasteleria Cocina. Guia Práctica**. Madrid: Ediciones Norma, 1991.
- DOMINGUES, Celestino M. **Prontuário Turístico**. Lisboa: Edição Instituto Nacional de Formação Turística, 1997.
- DOWELL, Philip; BAILEY, Adrian. **The Book of Ingredients**. London: Mermaid Books, 1980.
- DUPRÉ, Francine. **O Meu Livro de Pastelaria**. Lisboa: Instituto culinário da margarina Vaqueiro, s/d.
- ESCOFFIER, August. **Le Guide Culinaire**. Paris: Ernest Flammarion Éditeur, 1921.
- FÉLIX, Nelson. **Arte dos Gelados**. Lisboa: Edição de autor, 2012.
- FERREIRA, Manuel. **A Cozinha Ideal. Tratado Completo de Cozinha-Pastelaria e Bar**. Porto: Livraria Simões, 3.ª edição, 1959.
- JIMÉNEZ, Carlos F. **Manual Prático de Pastelaria**. Sevilla: Progensa, 1991.
- JOÃO, Rita; FERREIRA, Pedro; DUARTE, Frederico. **Fabrico Próprio. O Design da Pastelaria Semi-industrial Portuguesa**. Lisboa: Edição dos autores, 2008.
- MAINCENT, Michel. **Technologie Culinaire**. Paris: Editions BPI, 1987.
- MARQUES, J. Albano. **Manual de Gastronomia. A Culinária Profissional**. Lisboa: Instituto Nacional de Formação Turística, 1985.
- MARQUES, J. Albano. **Manual de Gastronomia e Culinária Profissional**. Lisboa: Edição de autor, 1961.
- MODESTO, Maria de Lourdes. **Cozinha Tradicional Portuguesa**. Lisboa / S. Paulo: Edições Verbo, 1982.
- MONTAGNÉ, Prosper. **Nouveau Larousse Gastronomique**. Paris: Librairie Larousse, 1967.
- OLLEBOMA, António O. Bello. **Culinária Portuguesa**. Lisboa: Edição de autor, 2.ª edição, s/d.
- ORTIZ, Elisabeth Lambert. **Bons Sabores. Guia Prático para Cozinhar com Ervas Aromáticas, Especiarias e Condimentos**. Lisboa: Editorial Verbo, 1992.
- PASSIFLORA. **Manual da Doceira Familiar. Guia Prático. 200 Receitas Garantidas**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira Editora, 1931.
- PELLAPRAT, Henri-Paul. **L'Art Culinaire Moderne, de Pellaprat du XXº siècle**. Lugano: Editions René Kramer, 1972.

- PERES, Emílio. **Saber Comer para Melhor Viver**. Lisboa: Editorial Caminho, 4.ª edição, 2003.
- RIBEIRO, Emanuel. **O Doce Nunca Amargou. História. Doçaria. Receituário**. Sintra: Colares Editora, 1997.
- SANTOS, Laura. **O Mestre Cozinheiro**. Lisboa: Editorial Lavores, 3.ª edição, 1959.
- SARAMAGO, Alfredo; FIALHO, Manuel. **Doçaria dos Conventos de Portugal**. Lisboa: Assírio & Alvim, 1997.
- TATTIUSSI, Marcel; DELATOMBE, Jacques; LIDON, Jean-Jacques. **En Cuisine: la Pâtisserie**. Paris: Editions BPI, 1992.
- TEUBNER, Christian. **As 100 Mais Famosas Sobremesas do Mundo**. Rio de Mouro: Everest Editora, 1995.
- VALENTE, Maria O. Cortes. **Cozinha Regional Portuguesa**. Coimbra: Livraria Almedina, 1982.
- **CARTA da Doçaria Tradicional do Minho**. Braga: Associação Comercial de Braga, 1997.
- **DOCINHO Gostosinho**. Rio de Mouro: Círculo de Leitores, 2005.



Título: Manual Técnico de Pastelaria
Textos e revisão técnica: António Araújo
Secretariado: Helena Barreto
Revisão de textos: Carlos Ferreira
Conceção gráfica e paginação: Britográfica – Artes Gráficas, Lda.
Fotografia*: Vico Ughetto
Coordenação editorial: Paulo Revés
Impressão e acabamento: Britográfica – Artes Gráficas, Lda.
Depósito legal: 351639/12
ISBN: 978-989-96301-5-4
Editor: Turismo de Portugal, I.P. – Rua Ivone Silva, Lote 6 – 1050-124 Lisboa
Edição: Novembro 2012
Tiragem: 2.500 exemplares

* Exceto imagens das páginas: 12 (raspador), 14, 15, 18 (balanças de mostrador, de pratos e de disco), 19 (estancador), 20 (estufa e forno de alvenaria), 23 (refrigerador e doseador de água), 23 (salva-vidas e formas), 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46 (exceto imagens da batedeira e massa nas formas), 48, 62, 70, 72, 78 (exceto geleia de laranja e doce de pera), 90, 98 (*charlotte* de morango), 100, 101, 104, 105, 108, 110, 111, 112, 113, 115, 122, 127, 128, 129, 136, 137, 138 (bolo de aniversário), 148, 149 (imagens de Sónia Antunes – Ponto d'Açúcar), 150, 156, 157, 158, 159, 167, 169, 172, 174 (bola de Berlim), 182, 188, 200, 208 (*mousse* de chocolate e brigadeiros), 210, 211, 214, 226, 228, 229, 230, 231, 233, 234, 236, 237, 243 e 255.









TURISMO DE
PORTUGAL