Universidade Santo Amaro

Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia

Cozinha Europeia

Docente: Chef. Pedro G. S. C. Inojosa

08/2021

I44c Inojosa, Pedro Gustavo Sponton Campana.

Cozinha Europeia / Pedro Gustavo Campana Inojosa — São Paulo: UNISA, 2021.

51 p.

1. Culinária. 2. Gastronomia. 3. Cozinha europeia I. Título. II. Universidade Santo Amaro.

Fernando Carvalho—CRB8/10122

COZINHA INTERNACIONAL EUROPÉIA I

PLANO DE AULAS

1. APRESENTAÇÃO DA DISCIPLINA, NOTAS, PROVAS E DESENVOLVIMENTO DO TRABALHO 09/02
2. APRESENTAÇÃO DO TRABALHO 23/02
3. FRANÇA I 02/03
4. FRANÇA II 09/03
5. FRANÇA III 16/03
6. FRANÇA IV 23/03
7. FRANÇA V 30/03
8. ITÁLIA I 06/03
9. ITÁLIA II 13/03
10. ITÁLIA III 20/03
11. ITÁLIA IV 27/03
12. ITÁLIA V 04/03
13. ESPANHA I 11/03
14. ESPANHA II 18/03
15. ESPANHA III 25/03
16. ESPANHA IV 01/04
17. ESPANHA V 08/04
18. PROVA TEÓRICA
19. DEVOLUTIVA
20. PROVA SUBSTITUTIVA

**** DIA 3***

PREPARAÇÃO: ANCHOÏDE
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
ANCHOVAS	KG	0,100
ALHO	KG	0,02
CEBOLA TIPO CHALOTA	KG	0,03
VINAGRE DE VINHO TINTO	L	0,001
AZEITE EXTRA VIRGEM	L	0,003
SALSA CRESPA	MÇ	1/8
BAGUETTE	UN	1/8

MODO DE PREPARO

1. PASSE AS ANCHOVAS EM ÁGUA FRIA PARA RETIRAR O EXCESSO DE SAL E CORTE OS FILETES PELA METADE.
2. MISTURE AS ANCHOVAS A CEBOLA E O ALHO EM UM PROCESSADOR. JUNTE O VINAGRE E O AZEITE ATÉ OBTER UMA CONSISTÊNCIA DE PATÊ.
3. CORTE AS BAGUETTES EM FORMATO DE CANAPÉS.LEVE AO FORNO COM UM POUCO DE AZEITE.
4. APRESENTE OS CANAPÉS

PREPARAÇÃO: HUÎTRES EM BROCHETTES
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
OSTRAS GRANDES	UN	4
FATIAS DE PÃO DE FORMA	UN	2
MANTEIGA	KG	0,100
BACON EM FATIAS	KG	0,100
ALECRIM	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. DOURE OS PÃES E RALE FORMANDO UMA FARINHA .
2. TEMPERE AS OSTRAS COM O TOMILHO E AS ENVOLVA COM O BACON.
3. COLOQUE AS NO ESPETO E SALTEI-AS.

PREPARAÇÃO: CHARLOTE DE MORANGOS
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
MORANGO	KG	0,250
AÇÚCAR	KG	0,075
RUM	L	0,400
RICOTA FRESCA	KG	0,250
BISCOITO CHAMPAGNE	KG	0,400
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. EM UMA PANELA COLOQUE A METADE DO AÇÚCAR COM O RUM E 0,150 L DE ÁGUA.DEIXE LEVAR A FERVURA E REITERE DO FOGO.
2. ENCORPORE O RESTANTE DO AÇÚCAR A RICOTA E QUANDO A CALDA ESTIVER MORNA , MERGULHE CADA BISCOITO NELA RAPIDAMENTE.
3. CUBRA O FUNDO E AS PAREDES DA FORMA COM BISCOITE E COLOQUE EM CAMADAS ALTERNADAS A RICOTA OS MORANGOS E OS BISCOITOS.
4. TERMINE COM O BISCOITO , COLOQUE UM PESO SOBRE ELAS E DEIXE NA GELADEIRA POR 2H. DESENFORME.

**** DIA 4***

PREPARAÇÃO: OEUFS EN MEURETTE
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
VINHO TINTO DE BORGONHA	L	0,02
CEBOLA TIPO CHALOTA	KG	0,100
CENOURAS	KG	0,100
MANTEIGA COM SAL	KG	0,05
VINAGRE DE VINHO TINTO	L	0,003
OVOS	UN	3
SAL	KG	0,02
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003
MANJERICÃO VERDE	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. DESPEJE O VINHO EM UMA CAÇAROLA , JUNTE AS CHALOTAS E AS CENOURAS E LEVE A FERVER.REDUZA POR 5 MIN E MONTE NA MANTEIGA.
2. MISTURE 1L DE ÁGUA COM O VINAGRE EM UMA FRIGIDEIRA E LEVE A FERVURA. EM UM ARO ADICIONE UM OVO DE CADA VEZ E O ESCALFE.

PREPARAÇÃO: LINGUADO AU MUSCADET
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FILÉ DE LÍNGUADO	KG	0,300
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURO	KG	0,002
TOMATES MADUROS	KG	0,100
BATATAS PEQUENAS	KG	0,100
CEBOLA	KG	0,100
ALHO	KG	0,05
VINHO MOSCATEL	L	0,3
MANTEIGA	KG	0,100

MODO DE PREPARO

1. BRANQUEIE E COZINHE AS BATATAS. RESERVE
2. CORTE OS TOMATES EM CONCASSÉ
3. SALTEIE OS FILÉS DO LINGUADO E EM SEGUIDA AS BATATAS, CEBOLA E O ALHO.REDUZA COM O VINHO E MONTE NA MANTEIGA.

PREPARAÇÃO: CREPE SUZETTE
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
OVOS	UN	1
FARINHA DE TRIGO	KG	0,08
LEITE	L	0,120
LICOR DE LARANJA	L	0,02
SAL	KG	0,002
FLAMBAR:		
LARANJA	UN	1
CONHAQUE	L	0,08
LICOR DE LARANJA	L	0,08
AÇÚCAR	KG	0,04
MANTEIGA	KG	0,04
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. ENCORPORE TODOS OS INGREDIENTES DA MASSA.DEIXE DESCANSAR POR 1H.
2. SALTEIE AS PANQUECAS COM A MANTEIGA.
3. RASPE AS LARANJAS E MISTURE COM A MENTEIGA. MISTURE O CONHAQUE COM O LICOR. PASSE A MANTEIGA ESTA MANTEIGA NAS CREPES E ESQUENTE EM FOGO MÉDIO.
4. REGUE COM A MISTURA DE CONHAQUE E LICOR.POLVILHE COM O AÇÚCAR E DEIXE LEVANTAR FERVURA .FLAMBE E SIRVA IMEDIATAMENTE.

**** DIA 5***

PREPARAÇÃO: BOUILLON DE VOLAILLE
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FUNDO DE FRANGO	L	1
CEBOLA	KG	0,100
ALHO	KG	0,05
CENOURA	KG	0,05
AIPO	KG	0,100
TOMILHO	MÇ	1/8
FOLHA LOURO	UN	1
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003
BAGUETTE	UN	1/8
MANTEIGA	KG	0,100

MODO DE PREPARO

1. ADICIONE O FUNDO EM UMA PANELA E OS DEMAIS INGREDIENTES E DEIXE REDUZIR ATÉ QUE TODOS OS INGREDIENTES ESTEJAM MACIOS.
2. FAÇA TORRADAS COM A BAGUETTE E MONTE A SOPA NA MANTEIGA ANTES DE APRESENTAR.

PREPARAÇÃO: COQ AU VIN
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FRANGO INTEIRO	UN	0,5
SAL	KG	0,01
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003
FARINHA DE TRIGO	KG	0,05
ALECRIM	MÇ	1/8
LOURO	UN	2
COGUMELOS DE PARIS	KG	0,100
ÓLEO	L	0,005
MANTEIGA	KG	0,05
VINHO TINTO DE BORGONHA	L	0,200
SALSA CRESPA	MÇ	1/8
ECHALOTAS	KG	0,100

MODO DE PREPARO

1. SALTEI O FRANGO ATÉ CARAMELIZÁ-LO.ADICIONE A CEBOLA , OS COGUMELOS E OS TEMPEROS.
2. COLOQUE O VINHO E DEIXE REDUZIR.
3. FINALIZE MONTANDO O PRATO NA MANTEIGA.

PREPARAÇÃO: MOUSSE DE CHOCOLAT
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
CHOCOLATE MEIO AMARGO	KG	0,08
MANTEIGA	KG	0,20
OVOS	UN	1
CLARAS	UN	1
AÇÚCAR	KG	0,40
SAL	KG	0,003
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. SEPRE AS GEMAS DAS CLARAS, EM UM BOWL BATA AS CLARAS ATÉ A MISTURA EMULSIONAR.
2. DERRETA O CHOCOLATE EM BANHO MARIA.ENCORPORE A MANTEIGA E OS DEMAIS INGREDIENTES NAS GEMAS.
3. BATA AS CLARAS EM NEVE.
4. ENCORPORE AS CLARAS NO CREME DE CHOCOLATE E LE A GELADEIRA NOS RECIPIENTES PEQUENOS POR 2H.

**** DIA 6***

PREPARAÇÃO: GRATINÉE Á L´OIGNON
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
MANTEIGA	KG	0,100
CEBOLA	KG	0,200
CALDO DE CARNE	L	1
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,002
BAGUETTE	UN	1/8
EMMENTAL	KG	0,100
SALSA CRESPA	MÇ	1/8
FARINHA	KG	0,05

MODO DE PREPARO

1. CORTE AS CEBOLAS EM FATIAS GROSSAS E EM UMA PANELA AS CARAMELIZE.
2. ADICIONE O CALDO DE CARNE E DEIXE REDUIZIR.
3. FAÇA UM ROUX COM 0,05 DE MANTEIGA E ADICIONE NA SOPA PARA OBTER A CONSISTÊNCIA CORRETA.
4. RALE O QUEJO EMMENTAL E ADICIONE SOBRE AS BAGUETES EM FORMATO DE CANAPÉ.
5. SIRVA A SOPA COM O CANAPÉ NO CENTRO.

PREPARAÇÃO: POULET À LA CRÈME À ESTRAGON
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FRANGO INTEIRO	UN	0,5
ESTRAGÃO	MÇ	1/4
CREME DE LEITE FRESCO	L	0,5
MANTEIGA	KG	0,05
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,002
TOMILHO	MÇ	1/8
SALSA CRESPA	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. TEMPERE O FRANGO COM O ESTRAGÃO E SALTEIE.
2. EM UMA PANELA REDUZA O CREME DE LEITE COM O ESTRAGÃO ATÉ FICAR COM A CONSITÊNCIA DE MOLHO.
3. APRESENTE O FRANGO COM O MOLHO, SEMPRE MONTANDO NA MANTEIGA NO FINAL.

PREPARAÇÃO: BABÁS AO RUM
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FERMENTO BIOLÓGICO	KG	0,005
MANTEIGA	KG	0,075
FARINHA DE TRIGO	KG	0,125
SAL	KG	0,001
AÇÚCAR	KG	0,120
OVO	UN	2
CALDA		
AÇÚCAR	KG	0,250
RUM	L	0,150
FAVA DE BAUNILHA	UN	1

MODO DE PREPARO

1. DILUA O FERMENTO COM UMA COLHER DE ÁGUA MORNA E DEIXE DESCANSAR.
2. DERRETA A MANTEIGA E DEIXE MORNA.EM UM BOWL ADICIONE A FARINHA O SAL , AÇÚCAR E 1 OVO.
3. ACRESCENTE O FERMENTO E ENCORPORE O SEGUNDO OVO .BATA A MASSA ATÉ FICAR MOLE E ELASTICA.DESPEJE A MANTEIGA DERRETIDA.
4. UNTE AS FORMAS E ADICIONE A MASSA ATÉ ¾ DO RECIPIENTE.DEIXE A MASSA CRESCER POR 30MIN.
5. LEVE AO FOGO POR 15 MIN A 200ºC.
6. PREPARE A CALDA.

**** DIA 7***

PREPARAÇÃO: SOUPE DE POTIRON
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
MANTEIGA	KG	0,100
ALHO PORRÓ	KG	0,100
ABÓBORA	KG	0,200
CALDO DE GALINHA	L	1
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003
CREME DE LEITE	L	0,300
FOLHA DE LOURO	UN	2

MODO DE PREPARO

1. COZINHE A ABÓBORA CORTADA EM CUBOS GRANDE NO FUNDO.
2. ADICIONE O CREME DE LEITE E OS TEMPEROS
3. FINALIZE MONTANDO NA MANTEIGA.

PREPARAÇÃO: CANARD AUX NAVETS DU PARDAILHAN
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
MAGRET DE PATO	KG	0,300
GORDURA DE GANSO	KG	0,05
CONHAQUE	L	0,05
VINHO BRANCO SECO	L	0,05
NABOS	KG	0,100
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,002
AÇÚCAR	KG	0,003
MANTEIGA	KG	0,05

MODO DE PREPARO

1. SALTEIE O MAGRET SEM A GORDURA DO GANSO.NA MESMA PANELA SALTEI OS NABOS JÁ BRANQUEADOS COM A GORDURA E AS BEBIDAS ALCOOLICAS.REDUZA
2. FINALIZE COM A MANTEIGA E APRESENTE.

PREPARAÇÃO: CREME CHANTILI
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
CREME DE LEITE	L	0,300
AÇÚCAR	KG	0,125
FAVA DE BAUNILHA	UN	1
CONHAQUE	L	0,05
LIMÃO	KG	0,003
MORANGO	KG	0,100
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. MONTE O CREME CHANTILI COM A FAVA DE BAUNILHA , O LIMÃO E POR FIM O CONHAQUE.
2. MONTE O PRATO COM OS MARANGOS E O CREME.

**** DIA 8***

PREPARAÇÃO: CORAÇÃO DE ALCACHOFRA AO AZEITE
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
CORAÇÃO DE ALCACHOFRA EM CONSERVA	KG	0,150
AZEITE EXTRA VIRGEM	L	0,05
LIMÃO	KG	0,02
ALHO	KG	0,003
LOURO	UN	1
SALSA	MÇ	1/8
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,002

MODO DE PREPARO

1. MISTURE TODOS OS INGREDIENTES LÍQUIDOS E TEMPERE A ALCACHOFRA.

PREPARAÇÃO: SALADA À SICILIANA
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
TOMATES	KG	0,150
AZEITONAS VERDES	KG	0,08
QUEIJO DE CABRA	KG	0,150
FILÉS DE ANCHOVA	KG	0,05
OREGANO	MÇ	1/8
AZEITE	L	0,05
PENNE	KG	0,200
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,002

MODO DE PREPARO

1. COZINHE O MACARRÃO À PARTE ENCORPORE OS DEMAIS INGREDIENTES.

PREPARAÇÃO: MONTE BIANCO
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
CASTANHA PORTUGUESA	KG	0,250
LEITE	L	0,08
AÇÚCAR DE CONFEITEIRO	KG	0,100
SAL	KG	0,003
CREME DE LEITE FRESCO	L	0,80
CONHAQUE	L	0,03
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. FAÇA UM CORTE EM CRUZ DE UM LADO DA CASTANHA. COLOQUE-AS EM UMA PANELA COM ÁGUA FRIA E FERVA POR 15MIN.
2. ESCORRA AS CASTANHAS , E DESCASQUE-AS.
3. COLOQUE-AS DE VOLTA NA PANELA, CUBRA NOVAMENTE COM ÁGUA FRIA E COZINHE POR 45MIN.
4. QUANDO AS CASTANHAS COMEÇAREM AS SE DESFAZER ,RETIRE-AS E BATA-AS NO PROCESSADOR COM LEITE.ADICIONE O AÇÚCAR , O SAL E MISTURE.
5. COLOQUE O PURÊ EM TAÇAS E PONHA NA GELADEIRA POR 2H.
6. BATA O CREME DE LEITE COM O CONHAQUE E DECORE A TAÇA.

**** DIA 9***

PREPARAÇÃO: SALADA AOS TRÊS PIMENTÕES
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
PIMENTÕES VERDES	KG	0,100
PIMENTOES AMARELOS	KG	0,100
PIMENTOES VERMELHO	KG	0,100
OVOS	UN	2
ANCHOVAS	KG	0,05
AZEITE EXTRA VIRGEM	L	0,100
AZEITONAS VERDES	KG	0,05
ALCAPARRAS	KG	0,03
MINI MILHO	KG	0,05
SALSA	MÇ	1/8
VINAGRE	L	0,003
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,002

MODO DE PREPARO

1.RETIRE A PELE E A SEMENTE DOS PIMENTÕES.

2.COZINHE OS OVOS E COLOQUE AS TIRAS DE PIMENTÃO EM UMA TRAVESSA ALTERNADO AS CORES.DECORE COM AS ANCHOVAS.

3.PIQUE AS AZEITONAS O CORNICHONS E AS ALCAPARRAS.

4.TEMPERE COM O SAL , PIMENTA , AZEITE E O VINAGRE.

5.APRESENTE.

PREPARAÇÃO: ESPAGUETE COM VÔNGOLES
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
VONGOLES COM CONCHAS	KG	0,150
ESPAGUETTE	KG	0,200
ALHO	KG	0,02
CEBOLA	KG	0,100
VINHO BRANCO	L	0,050
SALSINHA	MÇ	1/8
AZEITE EXTRA VIRGEM	L	0,100
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,003
PARMESÃO	KG	0,050

MODO DE PREPARO

1. COZINHE OS VONGOLES EM 2L DE ÁGUA .RESERVE A ÁGUA PARA COZINHAR O ESPAGUETTE.
2. SALTEIE OS TODOS OS INGREDIENTES E FINALIZE COM O VINHO BRANCO E O PARMESÃO.

PREPARAÇÃO: ZABAGLIONE
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
GEMAS	UN	4
OVO	UN	1
AÇÚCAR	KG	0,100
VINHO MARSALA	L	0,120
CANELA EM PÓ	KG	0,003
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. BATA AS GEMAS , O OVO , O AÇÚCAR E 0,02 L DE ÁGUA MORNA.
2. COLOQUE ESSA MISTURA EM UMA PANELA E DEIXE COZINHAR POR 10MIN EM BANHO MARIA.DESPEJE AOS POUCOS O MARSALA E A CANELA.
3. DEIXE O CREME COZINHAR ATÉ ESPESSAR.RETIRE DO FOGO E SIRVA EM TAÇAS INDIVIDUAIS.

**** DIA 10***

PREPARAÇÃO: MINESTRONE
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FEIJÃO BRANCO	KG	0,050
CENOURA	KG	0,050
BATATA	KG	0,050
SALSÃO	KG	0,030
ALHO PORÓ	KG	0,020
ABOBRINHA	KG	0,050
TOMATE	KG	0,050
AZEITE	L	0,050
ALHO	KG	0,004
CALDO DE CARNE	L	0,300
MANJERICÃO VERDE	MÇ	1/8
TOMILHO	MÇ	1/8
SALSINHA	MÇ	1/8
MACARRÃO CONCHINHA	KG	0,100
PARMESÃO	KG	0,05
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,002

MODO DE PREPARO

1. **COZINHE TODOS OS VEGETAIS NA CALDO.**
2. **FINALIZE COM MACARRÇAO E O PARMESÃO RALADO.**

PREPARAÇÃO: FRITTO MISTO
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
LINGUADO	KG	0,200
CAMARÃO ROSA	KG	0,200
LULA	KG	0,200
LIMÃO SICILIANO	KG	0,05
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003
MASSA		
FARINHA DE TRIGO	KG	0,05
SAL	KG	0,003
AZEITE EXTRA VIRGEM	L	0,03
CLARA DE OVO	UN	1
ÓLEO PARA FRITURA	L	0,500
SALSINHA	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. MISTURE A FARINHA O SAL E O AZEITE , DESPEJE DEVAGAR A AGUA MORNA.BATA ATÉ OBTER UMA MASSA HOMOGENA .DEIXE DESCANSAR POR 1H
2. BATA A CLARA DO OVO EM NEVE E ENCORPORE A ESSA MASSA.
3. PRÉ – AQUEÇA O FORNO A 200º E FORRE UMA ASSADEIRA COM PAPEL ABSORVENTE.FERVA O OLEO DA FRITURA . PASSE OS PEDAÇOS DE PEIXE NA MASSA E FRITE-OS.

PREPARAÇÃO: PERAS AO BAROLO
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
PERAS	UN	2
VINHO BAROLO	L	0,200
CANELA	KG	0,003
CRAVOS	KG	0,003
AÇÚCAR	KG	0,100
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. DESCASQUE AS PERAS CONSERVANDO O CABO.ARRUME AS EM UMA ASSADEIRA. ELAS DEVEM FICAR APERTADAS O SUFICIENTE PARA SE MANTEREM EM PÉ DURANTE O COZIMENTO.
2. REGUE-AS COM O VINHO, POLVILHE-AS COM A CANELA ,ACRESCENTE OS CRAVOS E O AÇÚCAR.
3. LEVE-AS AO FORNO POR 45MIN.

**** DIA 11***

PREPARAÇÃO: SUPPLI AL TELEFONO
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
ARROZ ARBÓREO	KG	0,100
CALDO DE GALINHA	L	0,500
MANTEIGA	KG	0,02
CEBOLA	KG	0,080
VINHO BRANCO	L	0,03
QUEIJO PARMESÃO	KG	0,05
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,003
MUSSARELA	KG	0,08
PRESUNTO	KG	0,05
OVOS	UN	1
FARINHA DE ROSCA	KG	0,100
ÓLEO	L	0,500

MODO DE PREPARO

1. FAÇA O RISOTO TRADICIONAL.ACRESENTE O PRESUNTO , A MUSSARELA E FAÇA BOLINHOS.PASSE NOVO E DEPOIS NA FARINHA DE ROSCA E FRITE POR IMERSÃO.

PREPARAÇÃO: FETTUCCINE ALFREDO
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FETTUCCINE	KG	0,200
MANTEIGA	KG	0,03
CREME DE LEITE	L	0,200
NOZ MOSCADA	KG	0,003
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURO	KG	0,003
PARMESÃO	KG	0,100
MANJERICÃO ROXO	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. COLOQUE 2L DE ÁGUA PARA FERVER EM UMA PANELA.COZINHE O MACARRÃO.
2. EM OUTRA PANELA EM FOGO BAIXO DERRETA A MANTEIGA ,ADICIONE O CREME DE LEITE E OS TEMPEROS.REDUZA.
3. APRESENTE O MACARRÃO COM O MOLHO E POR FIM O PARMESÃO.

PREPARAÇÃO: TIRAMISU
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
OVOS	UN	2
AÇÚCAR	KG	0,08
QUEIJO MASCARPONE	KG	0,125
VINHO MARSALA	L	0,05
BOLACHAS CHAMPAGNE	KG	0,300
CAFÉ FRIO	L	0,200
CACAU AMARGO	KG	0,100
HORTELÃ	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. SEPARE AS GEMAS DAS CLARAS.BATA AS GEMAS COM O AÇÚCAR ATÉ FICAR BRANCO.ACRESCENTE O MASCARPONE.ADICIONE ÀS CLARAS O SAL E BATA EM NEVE.INCORPORE A MISTURA ANTERIOR.
2. MERGULHE AS BOLACHAS NO CAFÉ FRIO. COLOQUE-AS NO FUNDO DE UMA FORMA .CUBRA-AS COM UMA CAMADA DA MISTURA DE MASCARPONE .FAÇA UMA UMA SEGUNDA CAMADA DE BOLACHAS MERGULHADAS AO CAFÉ.
3. ACABE COM UMA ULTIMA CAMADA DA MISTURA E POLVILHE COM O CACAU AMARGO.
4. DEIXE NA GELADEIRA POR 2H ANTES DE SERVIR.

MODO DE PREPARO

1. PREPARE A MASSA. SE A MASSAR ESTIVER ESFARELANDO ADICIONE MUITO POUCO DE ÁGUA FRIA.DEPOIS DE PRONTA DEIXE DESCANSAR POR 1H.
2. MISTURE O QUEIJO COM O AÇÚCAR . INCORPORE OS OVOS, A RASPA DA LARANJA, AS FRUTAS , AS AMENDOAS , AS UVAS PASSAS.
3. FORRE UMA FORMA DE TORTA COM A MASSA .COLOQUE O RECHEIO E LEVE AO FORNO POR 45MIN EM 200ºC.
4. RETIRE DO FORNO , POLVILHE COM O AÇÚCAR DE CONFEITEIRO E SIRVA.

**** DIA 12***

PREPARAÇÃO: OMELETE FLORENTINA
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
OVOS	UN	3
ESPINAFRE	KG	0,100
MANTEIGA	KG	0,02
NOZ MOSCADA	KG	0,003
SAL	KG	0,002
PIMENTA DO REINO	KG	0,003

MODO DE PREPARO

1. **FAÇA O OMELETE E RECHEIE COM O ESPINAFRE.**

PREPARAÇÃO: SALTIMBOCCA
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FILÉ DE VITELA	KG	0,150
PRESUNTO PARMA	KG	0,07
SÁLVIA	MÇ	1/8
MANTEIGA	KG	0,100
AZEITE	L	0,100
BRÓCOLIS NINJA	UN	¼
VINHO BRANCO SECO	L	0,100
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003

MODO DE PREPARO

1. BRANQUEIE O BROCOLIS , RESERVE.
2. SALTEIE O FILÉ COM O AZEITE E NA MESMA PANELA OS DEMAIS INGREDIENTES.
3. DEGALCEIE COM O VINHO BRANCO.REDUZA E MONTE O MOLHO NA MANTEIGA.

PREPARAÇÃO: CASSATA SICILIANA
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
SORVETE DE CREME	KG	0,300
FRUTAS CRISTALIZADAS	KG	0,05
PISTACHE	KG	0,05
AMENDOAS	KG	0,05
HORTELÃ	MÇ	1/8
CHOCOLATE MEIO AMRGO	KG	0,150
AÇÚCAR	KG	0,05

MODO DE PREPARO

1. DERRETA O CHOCOLATE EM BANHO MARIA
2. TORRE LIGEIRAMENTE AS AMENDOAS E O PISTACHE.
3. COM AS AMENDOAS E O AÇÚCAR FAÇA UMA FOROFA PROCESSANDO –AS.
4. TEMPERE O SORVETE COM AS FRUTAS E O PISTACHE
5. RISQUE O PRATO COM O CHOCOLATE , FAÇA UM CÍRCULO COM A FAROFA E COLOQUE A CASSATA EM CIMA DA MESMA
6. DECORE COM HORTELÃ.

**** DIA 13***

PREPARAÇÃO: SOPA DE PEIXES A MODA DA ANDALUZIA
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
VERMELHO	KG	0,200
SAL	KG	0,003
MAIONESE	KG	0,300
FUNDO DE PEIXE	L	1
FATIAS DE PÃO DE FORMA	UN	2
PIMENTA DO REINO	KG	0,003
TOMILHO	MÇ	1/8
MOSTARDA	KG	0,03

MODO DE PREPARO

1.CORTE OS VERMELHO EM GOUJONS.

2. COZINHE-O NO FUNDO , TEMPERE E FORA DO FOGO ANTES DE SERVIR ENCORPORE A MAIONESE AOS POUCOS COM O RESTANTE DO TEMPEROS.

3. SIRVA A SOPA.

PREPARAÇÃO: LULA RECHEADA
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
LULA	KG	0,200
SAL GROSSO	KG	0,100
CEBOLA	KG	0,100
AZEITE	L	0,05
ARROZ	KG	0,03
SUCO DE TOMATE	L	0,05
PINOLES	KG	0,03
UVAS PASSAS	KG	0,03
SALSA	MÇ	1/8
CANELA EM PÓ	KG	0,003
VINHO BRANCO SECO	L	0,05
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,003

MODO DE PREPARO

1. ESFREGUE A BOLSA E OS TENTÁCULOS DAS LULAS COM SAL GROSSO.ENXÁGÜE-AS EM ÁGUA CORRENTE LIMPANDO-AS.DESCASQUE E PIQUE A CEBOLA.
2. NA FRIGIDEIRA , COM METADE DO AZEITE, REFOGUE A CEBOLA. ACRESCENTE O ARROZ COZIDO, O SUCO DE TOMATE, OS PINOLES , A UVA PASSA E A CANELA.
3. ENCHA AS LULAS COM O RECHEIO E FECHE-AS ENVOVENDO-AS EM PAPEL FILME.DISPONHA-AS EM UMA ASSADEIRA , REGUE-AS COM VINHO E O RESTANTE DO AZEITE.
4. ASSE NO FORNO POR 40MIN.

PREPARAÇÃO: CHURROS MADRILEÑOS
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FARINHA DE TRIGO	KG	0,250
SAL	KG	0,003
ÓLEO	L	0,500
AÇÚCAR DE CONFEITEIRO	KG	0,05

MODO DE PREPARO

1. FERVA 250 ML DE ÁGUA SALGADA.
2. COLOQUE FARINHA EM UMA TIGELA E FAÇA UM BURACO NO MEIO.DESPEJE A ÁGUA FERVENTE, A MASSA ENGROSSA RAPIDAMENTE , MAS SUA TEXTURA DEVE PERMANECER FINA E HOMOGÊA.DEIXE-A ESFRIAR.
3. COLOQUE A MASSA GELADA EM UM SACO DE CONFEITAR COM BICO CANELADO.
4. FRITE POR IMERSAO A MASSA E POLVILHE O AÇÚCAR NO MOMENTO DE SERVIR.

**** DIA 14***

PREPARAÇÃO: GASPACHO ANDALUZ
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
PEPINO	KG	0,07
TOMATES VERMELHOS	KG	0,300
PIMENTAO VERDE	KG	0,05
FATIAS DE PÃO DE FORMA	UN	3
VINAGRE	L	0,003
ALHO	KG	0,005
AZEITE	L	0,100
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,003
MANJERICÃO VERDE	MÇ	1/8
CEBOLA	KG	0,100

MODO DE PREPARO

1. DESCASQUE O PEPINO E CORTE EM CUBOS.FAÇA OS TOMATES CONCASSE E AMASSE-OS.COLOQUE TODOS OS INGREDIENTES EXCETO O MAJERICÃO NO LIQUIDIFICADOR.

PREPARAÇÃO: ZARZUELA DE PESCADO
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
LAGOSTINS	KG	0,150
BADEJO	KG	0,200
LULA	KG	0,100
MEXILHÕES	KG	0,050
SALSA	MÇ	1/8
CEBOLAS	KG	0,100
PRESUNTO CRÚ	KG	0,08
ALHO	KG	0,03
TOMATES	KG	0,200
PIMENTÃO VERDE	KG	0,100
PIMENTÃO VERMELHO	KG	0,100
AZEITE	L	0,100
AÇAFRÃO	KG	0,003
CONHAQUE	L	0,100
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,003

MODO DE PREPARO

1. LIMPE E PREPARES OS FRUTOS DO MAR.
2. COLOQUE EM UMA PANELA TODAS AS CARCAÇAS DOS FRUTOS DO MAR COM 1L DE ÁGUA.DEIXE COZINHAR POR 1H
3. CORTE AS PROTEINAS EM TIRAS E OS VEGETAIS TAMBÉM.
4. REFOGUE OS MESMOS EM OUTRA PANELA E ADICIONE O CALDO COADO SEM AS CARCAÇAS.
5. POR ULTIMO ADICIONE OS PISTILOS DO AÇAFRÃO E TEMPERE.

PREPARAÇÃO: FLAO DAS BALEARES
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FARINHA DE TRIGO	KG	0,200
QUEIJO COTTAGE	KG	0,200
AÇÚCAR	KG	0,200
ÓLEO	L	0,05
AGUARDENTE DE ANIS	L	0,03
MANTEIGA	KG	0,03
HORTELÃ	MÇ	1/8
OVOS	UN	2
MEL	KG	0,05

MODO DE PREPARO

1. TRABALHE A FARINHA COM O ÓLEOE 50 ML DE ÁGUA E ACRESCENTE ALGUMAS GOTAS DE ÁGUA ARDENTE.MISTURE ATÉ A MASSA FICAR ESPESSA E HOMOGÊNEA.
2. UNTE A FORMA E DESPEJE A MASSA
3. PIQUE A HORTELÃ. BATA OS OVOS . MISTURE-OS COM O QUEIJO , O AÇÚCAR E A HORTELÃ.QUANDO A MISTURA ESTIVER BEM LISA, DESPEJE-A EM CIMA DA MASSA.
4. COLOQUE NO FORNO POR 30 MIN À 180ºC E SIRVA COM O MEL.

**** DIA 15***

PREPARAÇÃO: OVOS À MANCHEGA
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
OVOS	UN	3
PRESUNTO COZIDO	KG	0,05
CEBOLA	KG	0,125
PIMENTÕES	KG	0,150
TOMATE	KG	0,250
ABOBRINHA	KG	0,125
AZEITE	L	0,150
FATIAS DE PÃO DE FORMA	UN	2
SAL	KG	0,003

MODO DE PREPARO

1. CORTE O PRESUNTO EM CUBOS PEQUENOS.CORTE AS CEBOLAS EM FATIAS.
2. TIRE A PELE DOS PIMENTÕES E CORTE EM CUBOS.
3. CORTE OS TOMATES E A ABOBRINHA EM CUBOS.
4. SALTEIE TODOS ESSES INGREDIENTES COM TODO O AZEITE E DEIXE COZINHAR POR 30MIN.
5. FRITE O PAO EM UMA FRIGIDEIRA .
6. DEPOIS QUE TODO O LÍQUIDO DOS INGREDIENTES ANTERIORES EVAPORAREM QUEBRE OS OVOS EM CIMA.
7. SIRVA COM OS PÃES.

PREPARAÇÃO: BACALHAU À MODA DE BISCAIA
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
BACALHAU DESALGADO	KG	0,200
PIMENTAS MALAGUETAS	KG	0,003
CEBOLA	KG	0,200
TOMATE	KG	0,200
AZEITE	L	0,100
ALHO	KG	0,200
SALSA	MÇ	1/8
PIMENTA DO REINO	KG	0,003
SAL	KG	0,003

MODO DE PREPARO

1. FRITE O BACALHAU NO AZEITE.
2. SALTEIE OS DEMAIS INGREDIENTES E GUARNEÇA O BACALHAU.

PREPARAÇÃO: TURRONES DE ALICANTE
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
AMÊNDOAS	KG	0,250
AÇÚCAR	KG	0,075
MEL	KG	0,125
CLARA DE OVO	UN	1

MODO DE PREPARO

1. EM UMA PANELA COLOQUE O AÇÚCAR , 100ML DE ÁGUA E DEIXE ENGROSSAR MEXENDO CUIDADOSAMENTE.QUANDO A COR ESTIVER CARAMELO CLARO, RETIRE A PANELA DO FOGO.
2. NUMA OUTRA PANELA DERRETA O MEL E INCORPORE NA CALDA.
3. PONHA A PANELA NO FOGO NOVAMENTE E CONTINUE O COZIMENTO, EM FOGO BAIXO, SEM PARAR DE MEXER POR MAIS 5 MIN.
4. BATA AS CLARAS EM NEVE , MISTURE-AS DELICADAMENTE COM A CALDA E ACRESCENTE AS AMÊNDOAS.
5. FORRE UMA FÔRMA QUADRADA COM PAPEL ALUMÍNIO. DESPEJE A CALDA NA FORMA, EM UMA ALTURA DE 1,5CM
6. COLOQUE A FORMA NA GELADEIRA POR 2H.

**** DIA 16***

PREPARAÇÃO: TORTILLA
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
BATATAS GRANDES	KG	0,300
CEBOLAS	KG	0,100
OVOS	UN	5
AZEITE	L	0,200
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO ESCURA	KG	0,003
SALSA CRESPA	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. DESCASQUE AS BATATAS, LAVE-AS E CORTE-AS EM RODELAS.
2. DESCASQUE E PIQUE AS CEBOLAS .REFOGUE-AS EM UMA FRIGIDEIRA COM 50 ML DE AZEITE.AUMENTE O FOGO E ACRESCENTE AS BATATAS.FRITE-AS POR 20MIN.
3. QUEBRE OS OVOS EM UMA VASILHA E BATA.RETIRE A BATATA E A CEBOLA DA FRIGIDEIRA E ESCORRA-AS.NAO ENXUGUE A FRIGIDEIRA.ACRESCENTE-AS À VASILHA. TEMPERE COM SAL E A PIMENTA.
4. DESPEJE O RESTANTE DO AZEITE NA FRIGIDEIRA E DEIXE-O ESQUENTAR.COLOQUE O CONTEÚDO DA VASILHA , DISTRIBUINDO-O POR IGUAL NA FRIGIDEIRA.DEIXE COZINHAR EM FOGO BAIXO ATÉ QUE AS BORDAS ESTEJAM CONSISTENTES E A PARTE DE BAIXO DOURADA.
5. VIRE O OMELETE E DEIXE DOURAR DO OUTRO LADO.

PREPARAÇÃO: PESCADOS COM SALSA VERDE
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FILÉ NAMORADO	KG	0,250
ASPARGO BRANCO EM CONSERVA	KG	0,100
ERVILHA EM CONSERVA	KG	0,05
AZEITE DE OLIVA EXTRA VIRGEM	L	0,100
FARINHA DE TRIGO	KG	0,08
ALHO	KG	0,03
FUMET DE PEIXE	L	0,250
SAL REFINADO	KG	0,003
PIMENTA DO REINO MOÍDA	KG	0,003
SALSINHA FRESCA	MÇ	1/8
OVO TIPO EXTRA	UN	1

MODO DE PREPARO

1. AQUECER O AZEITE, FRITAR O ALHO ATÉ ESTAR LEVEMENTE DOURADO, RESERVAR O AZEITE NA PRÓPRIA FRIGIDEIRA E RESERVAR À PARTE AS LÂMINAS DE ALHO.
2. SALGAR E APIMENTAR O PEIXE E PASSAR PELA FARINHA DE TRIGO.
3. NO AZEITE RESERVADO, SALTEAR O PEIXE DOS DOIS LADOS ATÉ QUE ESTEJA DOURADO.
4. ADICIONAR O CALDO DE PEIXE, OS ASPARGOS INTEIROS E AS ERVILHAS.

5. MONTAR O PRATO COM O PEIXE O CALDO E OS LEGUMES AO LADO COLOCAR O OVO COZIDO CORTADO EM RODELAS E POLVILHAR A SALSINHA PICADA E AS LÂMINAS DE ALHO.

PREPARAÇÃO: BOLOS FRITOS DE ARAGÃO
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
FARINHA DE TRIGO	KG	0,300
AÇÚCAR	KG	0,100
ÓLEO	L	0,125
ANIS	KG	0,003
ÓLEO PARA FRITURA	L	0,500

MODO DE PREPARO

1. TRABALHE JUNTO A FARINHA, O ÓLEO E O AÇÚCAR. ACRESCENTE OS GRÃOS DE ANIS E MISTURE BEM.
2. COLOQUE ESSA MISTURA EM UMA VASILHA E FAÇA UM BURACO NO MEIO.DESPEJE UM POUCO DE ÁGUA MORNA NO CENTRO E TRABALHE A MASSA.CONTINUE ACRESCENTANDO ATÉ A MASSA FICAR HOMOGÊNEA.
3. ENFARINHE A MESA , ESTENDA A MASSA NA MEESA E ABRA-A ATÉ FICAR COM 1,5 CM. DIVIDA-A EM PEQUENAS PORÇÕES USANDO UMA COLHER.
4. FRITE POR IMERSÃO E ANTES DE APRESENTAR SALPIQUE O AÇÚCAR.

**** DIA 17***

PREPARAÇÃO: SOPA COM GEMAS DE OVO
CLASSIFICAÇÃO: ENTRADA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
GEMAS DE OVOS	UN	2
FARINHA DE TRIGO	KG	0,08
CALDO DE GALINHA	L	0,5
PEITO DE FRANGO	KG	0,250
SAL	KG	0,003
PIMENTA DO REINO	KG	0,003
MANJERICÃO VERDE	MÇ	1/8

MODO DE PREPARO

1. PREPARE UMA MASSA COM AS GEMAS E A FARINHA, TRABALHEANDO –AS ATÉ QUE FIQUE BEM HOMOGÊNEA.
2. INCORPORE O CALDO DE GALINHA.COE E TEMPERE.DEIXE COZINHAR POR 15MIN.
3. RETIRE OS OSSOS DO FRANGO E PIQUE A CARNE. COLOQUE-OS NO PRATO E DESPEJE O CALDO.

PREPARAÇÃO: COCIDO MADRILEÑO
CLASSIFICAÇÃO: PRATO PRINCIPAL
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
GRÃO DE BICO DEMOLHADO	KG	0,06
REPOLHO BRANCO	UNIDADE	1/2
BATATA MONALISA	UNIDADES	01
CENOURA	UNIDADES	01
OSSO DO PRESUNTO CRU	KG	0,05
MÚSCULO DE BOI	KG	0,06
COXA E SOBRE COXA DE FRANGO	UNIDADE	01
CHORIZO	UNIDADE	01
AZEITE DE OLIVA COMUM	L	0,100
SAL REFINADO	KG	0,003
SALSA DO COCIDO:		
ALHO INTEIRO	UNIDADE	01
TOMATE DÉBORA	UNIDADE	01
AZEITE DE OLIVA COMUM	L	0,02
VINAGRE DE VINHO TINTO	L	0,01
COMINHO EM GRÃO	UNIDADES	02

MODO DE PREPARO

1. COLOCAR O GRÃO DE BICO DEMOLHADO NO FOGO COM A ÁGUA EM QUE ESTAVA DE MOLHO PARA AQUECER.
2. EM UMA PANELA GRANDE O SUFICIENTE PARA ACOMODAR TODOS OS INGREDIENTES, COLOCAR A CARNE DE MÚSCULO JÁ TEMPERADA COM SAL E COBRIR COM ÁGUA FRIA; DEIXAR LEVANTAR FERVURA.
3. ACRESCENTAR O GRÃO DE BICO MORNO COM SEU LÍQUIDO NA PANELA DO MÚSCULO, COZINHAR POR ALGUNS MINUTOS. ADICIONAR O OSSO DO PRESUNTO CRU.
4. ACRESCENTAR A BATATA, A CENOURA, O FRANGO E A LINGÜIÇA SEM CORTÁ-LA E DEIXAR COZINHAR ATÉ QUE TUDO ESTEJA QUASE NO PONTO.
5. ADICIONAR O REPOLHO E TERMINAR A COCÇÃO.
6. SEPARADAMENTE, PREPARAR A SALSA, COLOCAR TODOS OS INGREDIENTES EM UM PILÃO E AMASSAR.
7. SERVIR O COZIDO BEM QUENTE COM A SALSA À PARTE PARA SER COLOCADO UM FIO NA HORA DE SERVIR.

PREPARAÇÃO: TORTADA
CLASSIFICAÇÃO: SOBREMESA
NÚMERO DE PORÇÕES: 2
OBS:

INGREDIENTES	UNIDADE	QUANTIDADE
OVOS	UN	3
FARINHA DE AMÊNDOA	KG	0,170
RUM	L	0,003
MEL	KG	0,003
CEREJAS	KG	0,03
MERENGUE		
CLARAS DE OVOS	UN	3
AÇÚCAR	KG	0,125
AÇÚCAR PARA MASSA	KG	0,500

MODO DE PREPARO

1. BATA AS CLARAS EM NEVE.
2. MISTURE AS GEMAS COM 250 GR AÇÚCAR BATA ATÉ FICAR BRANCA.ACRESCENTE A FARINHA DE AMÊNDOA.INCORPORE AS CLARAS.
3. DESPEJE A MASSA EM UMA FORMA UNTADA E ASSE POR 45 MIN.
4. REDUZA O RUM , O MEL E OS OUTROS 250 GR DE AÇÚCAR E 300 ML DE ÁGUA ATÉ ADERIR A COLHER.
5. RETIRE O BOLO DO FORNO E REGUE-O COM A CALDA.
6. PREPARE O MERENGUE E CUBRA O BOLO. COLOQUE NO FORNO POR 30MIN A 120ºC
7. DECORE COM AS CEREJAS.

BIBLIOGRAFIA

- LA ROUSSE COZINHAS DO MUNDO , MEDITERRÂNEO E EUROPA CENTRAL, EDITORA LA ROUSSE ,2005

- O GOSTO BRASILEIRO , COZINHA ESPANHOLA , EDITORA GLOBO , 2002

- O MAIS BELO LIVRO DA COZINHA DE FRANÇA, EDITORA VERBO, 2001

- BOCUSE, PAUL. **A COZINHA DE PAUL BOCUSE**. 3. ED. RIO DE JANEIRO: RECORD, 2003.

- MONTAGNÉ, PROSPER. **LAROUSSE GASTRONOMIQUE**. 1. ED. LONDRES: HAMLYN, 2001.

- ESCOFFIER. AUGUSTE. **COMPLETE GUIDE TO THE ART OF MODERN COOKERY**. 1. ED. NOVA YORK: WILEY.