



**Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia**

# Panificação

---

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

**02/2021**

I44p Inojosa, Pedro Gustavo Sponton Campana.

Panificação / Pedro Gustavo Campana Inojosa. São Paulo: UNISA, 2021.

28 p.: il.

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

## PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO - PRODUÇÕES

1º dia  Pão de Hambúrguer Pão de forma branco Pão de Hot dog	2º dia  Massa doce básica Trança Sonho Pão de queijo	3º dia  Pão de Milho Broa Caxambu Pão pizza	4º dia  Ciabatta Pão de ervas Pão de cebola	5º dia  Lavash Croissants Chipa
6º dia  Pão francês Baguete Focaccia	7º dia  Pizza Grissinis			

## 1º Dia

### PÃO DE HAMBÚRGUER/ CACHORRO QUENTE

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	250	Gramas	100
Manteiga		Gramas	12
Sal		Gramas	2
Açúcar		Gramas	9
Fermento biológico fresco		Gramas	4
Leite em pó		Gramas	3
Água		Gramas	48 – 56
Melhorador para pães		Gramas	1
Gergelim (decoreção)	5	Gramas	
Óleo para untar	15	Mililitros	

#### **Modo de preparo:**

1. Bater a massa no método direto. Dar o ponto com a água.
2. Bater até formar rede de glúten, por cerca de 10 minutos.
3. Deixar a massa descansar por 15 minutos em superfície untada com óleo e coberta com um plástico.
4. Dividir em peças de 70g cada. Modelar e se for o caso colocar cobertura de gergelim.
5. Acondicionar em assadeira untada com óleo.
6. Fermentar até dobrar o volume.
7. Assar a 190°C de 12 a 15 minutos, calor seco.
8. Resfriar sobre uma grelha.

## PÃO DE FORMA BRANCO

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	250	Gramas	100
Água		Gramas	60
Manteiga		Gramas	12
Fermento biológico fresco		Gramas	4
Açúcar refinado		Gramas	4
Sal refinado		Gramas	2
Leite integral em pó		Gramas	6
Melhorador para pães		Gramas	1
Óleo para untar	50	Mililitros	

### **Modo de preparo:**

1. Bater a massa usando método direto, colocando a água aos poucos até dar ponto. Bater por aproximadamente 10 minutos.
2. Colocar a massa sobre superfície untada com óleo, deixar descansar por 15 minutos, coberta com filme plástico.
3. Modelar. Untar a forma com óleo e colocar a massa com as pontas viradas para baixo. Deixar fermentar até dobrar de volume.
4. Assar a 180°C, calor seco, por aproximadamente 30 minutos. (atingir 100° C no seu interior ou ao bater no fundo fazer barulho de oco)

## 2º dia

### MASSA DOCE BÁSICA

#### MASSA

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	500	Gramas	100
Leite		Gramas	45
Manteiga sem sal		Gramas	8
Açúcar refinado		Gramas	10
Sal refinado		Gramas	1
Fermento biológico fresco		Gramas	4
Ovos		Gramas	10
Melhorador		Gramas	1
Raspas de limão		Gramas	0,25

### RECHEIO E FINALIZAÇÃO

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>
Farinha de amêndoas	100	Gramas
Nozes picadas	150	Gramas
Clara de ovos	100	Gramas
Açúcar refinado	45	Gramas
Canela em pó	1	Gramas
Óleo para untar	20	Mililitros

#### **Modo de preparo da massa:**

1. Fazer uma esponja com a farinha, o fermento e o leite.
2. Deixar fermentar até dobrar de volume por cerca de 30 minutos.
3. Incorporar os ovos misturados com a manteiga e acrescentar os demais ingredientes.
4. Bater por 5 minutos em 1ª velocidade e por mais 5 minutos em 2ª velocidade.
5. Deixar descansar coberta por 25 minutos.
6. Dividir a massa em duas partes.
7. Retirar o gás e abrir um retângulo.
8. Sobre o retângulo, espalhar o recheio, deixando uma borda de aproximadamente 2 cm por toda a volta.
9. Pincelar as bordas com clara de ovo e enrolar.

Sonho:

1. Porcionar em 70 gramas.
2. Pré assar a 180°C por aproximadamente 12 minutos.

### **CRÉME PÂTISSIÈRE**

<b>Ingrediente</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de medida</b>
CRÉME PÂTISSIÈRE		
Leite longa vida integral	500	Gramas
Creme - Finesse	200	Gramas
DEMAIS INGREDIENTES PARA AS DEMAIS VARIAÇÕES DE PÃES		
Açúcar impalpável	50	Gramas

### **Modo de Preparo do creme:**

1. Ferver o leite;
2. Acrescente a mistura do creme confeiteiro, com o auxílio de um batedor de arame.
3. Voltar ao fogo e cozinhar até engrossar, mexendo sempre.
4. Desligar o fogo.
5. Colocar o creme em um recipiente e cobri-lo imediatamente com filme plástico (colocar em contato direto com o creme).

## **PÃO DE QUEIJO**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Polvilho azedo	300	Gramas	100
Polvilho doce		Gramas	166
Sal		Gramas	3
Óleo		Gramas	14
Leite		Gramas	69
Ovos		Gramas	25
Queijo meia cura		Gramas	55
Queijo parmesão		Gramas	28

### **Modo de Preparo:**

1. Num bowl coloque os polvilhos e mais o sal.
2. Em uma panela coloque o óleo e o leite, deixe ferver.
3. Coloque lentamente sobre a mistura dos secos.
4. Bata até esfriar totalmente a massa.
5. Adicione os ovos, até incorporar totalmente.
6. Por ultimo acrescente a mistura dos queijos.
7. Porcione em 40 gramas e coloque nas assadeiras.
8. Leve ao forno pré-aquecido a 180° C por aproximadamente 18 minutos.

### 3º dia

#### PÃO DE MILHO

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	250	Gramas	100
Fubá		Gramas	25
Sal refinado		Gramas	2
Açúcar		Gramas	14
Melhorador		Gramas	0,5
Manteiga sem sal		Gramas	9,5
Erva-doce (opcional)		Gramas	1
Fermento fresco		Gramas	4
Leite integral		Gramas	53
<b>Finalização</b>			
Fubá para polvilhar	50	Gramas	
Óleo para untar	30	Mililitros	

#### **Modo de preparo:**

1. Bater a massa no método direto dando o ponto com o leite (colocar a erva-doce no final do batimento).
2. Bater a massa por 5 minutos na velocidade baixa, aumentar a velocidade e bater por mais cinco minutos.
3. Deixar a massa descansar sobre superfície untada ou polvilhada com farinha e coberta com plástico.
4. Dividir a massa em pedaços de 100g e modelar.
5. Umedecer os pães com água e cobrir a superfície com fubá.
6. Acondicionar em assadeira untada com óleo ou desmoldante.
7. Levar para fermentar.
8. No meio da fermentação fazer os cortes decorativos.
9. Fermentar até dobrar de volume.
10. Assar no calor seco a 180° C por cerca de 10 a 15 minutos
11. Retirar do forno.
12. Desenformar e resfriar sobre uma grelha.

## **BROA CAXAMBU**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	250	Gramas	100
Fubá		Gramas	100
Açúcar		Gramas	80
Fermento em pó químico		Gramas	6
Ovos		Gramas	40
Manteiga		Gramas	60
Erva doce		Gramas	1

### **Modo de preparo:**

1. Coloque todos os ingredientes em uma vasilha e misture manualmente até obter uma massa consistente.
2. Coloque a massa sobre a mesa divida em peças individuais com 30g, boleie e arrume em assadeiras lisas.
3. Pincele com gemas e leve ao forno com as seguintes temperaturas forno tipo turbo 170°C forno de lastro 200°C por um aproximado de 10 a 12 minutos.

## **PÃO DE PIZZA**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade Medida</b>	<b>de</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	500	Gramas		100
Sal		Gramas		2
Açúcar		Gramas		6
Margarina		Gramas		8
Leite em pó		Gramas		4
Molho de tomate		Gramas		7
Fermento biológico		Gramas		5
Orégano		Gramas		0,4
Melhorador		Gramas		1
Água		Gramas		40 - 52

### **Modo de preparo:**

1. Bater a massa usando método direto (todos os ingredientes menos O
1. fermento e o sal). Colocar a água aos poucos até dar o ponto.
2. Acrescentar o fermento e bater em velocidade baixa por 5 minutos, passar para a 2º velocidade e acrescentar o sal e bater por 2 minutos.
3. Acrescentar a gordura e bater a massa até que forme a rede de glúten.
4. Descansar a massa e depois modelar.
5. Temperatura do forno 160º C, tempo de cocção estimado de 15 minutos, calor seco.

## 4º dia

### PÃO DE CEBOLA

Ingredientes	Quantidade	Unidade de Medida	Porcentagem
Farinha de trigo	300	Gramas	100
Sal refinado		Gramas	2
Manteiga sem sal		Gramas	8
Leite em pó integral		Gramas	1,5
Açúcar refinado		Gramas	3
Cebola picada e refogada no azeite de oliva		Gramas	40
Fermento biológico fresco		Gramas	4
Água		Gramas	33
Melhorador de pães		Gramas	1
Manteiga para decoração (congelada)	50	Gramas	

#### **Modo de Preparo:**

1. Preparar a massa usando o método direto (juntar todos os ingredientes a cebola refogada por último) e dar o ponto com a água. Bater em velocidade baixa por 5 minutos, aumentar a velocidade e bater por mais 5 minutos.
2. Bolear a massa e deixar descansar em superfície untada por cerca de 20 minutos. Cobrir com filme plástico.
3. Dividir a massa em pedaços de 30 ou 40 gramas.
4. Modelar. Colocar 1 pedacinho de manteiga (congelada) em cada pão e fechar delicadamente com a ponta dos dedos, tomando cuidado para não fechar muito (apenas beliscar).
5. Acondicionar os pães em assadeira untada virados com a manteiga para baixo.
6. Levar para fermentar até dobrarem de volume.
7. Antes de assar, desvirar os pães, colocando a manteiga para cima para que abram durante a cocção.
8. Assar em forno 190° C com vapor por cerca de 10 minutos.
9. Retirar do forno e resfriar sobre uma grelha.

## **CIABATTA**

A palavra ciabatta em italiano significa chinelo. Estes pães foram criados na metade do século XX, há cerca de pelo menos 60 anos atrás na Região do Lago Como, região da Lombardia, ao norte da Itália.

São pães rústicos feitos de uma massa super hidratada. Chegam a levar até 80 % de água na sua composição.

Por este motivo, sua modelagem também é rústica. Uma das características deste pão são os grandes buracos que se formam no seu interior.

Hoje em dia são muito populares por toda a Itália.

## **BIGA PARA CIABATTA**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	200	Gramas	50
Fermento biológico fresco	6	Gramas	1,5
Água	120	Gramas	30

## **CIABATTA**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
<b>Biga (dia anterior)</b>	<b>1</b>	<b>Receita</b>	
Farinha de trigo	200	Gramas	50
Fermento biológico	6	Gramas	1,5
Sal	8	Gramas	2
Água	140 a 160	Gramas	35
Azeite extra virgem	6	Gramas	4
Açúcar	6	Gramas	1,5
Azeite extra virgem para untar	30	Gramas	
Farinha para polvilhar	100	Gramas	

**OBS:** Partimos do total de farinha da formulação para o cálculo das porcentagens. Pinçamos os ingredientes para começar um pré-fermento no dia anterior (biga). A farinha total da receita e que guia os respectivos cálculos é 400g

**Modo de preparo:**

1. Com o gancho bater a massa, colocando água aos poucos até o final do batimento.
2. A massa deve ficar mole, porém deve desgrudar do bowl enquanto bate (massa bem elástica).
3. Bater em velocidade baixa por 5 minutos até que todos os ingredientes estejam bem incorporados, depois aumentar a velocidade e bater por mais 10 minutos.
4. Colocar em um bowl bem untado com azeite, cobrir com bastante farinha, cobrir com filme plástico e fermentar até dobrar de volume.
5. Virar sobre uma superfície polvilhada com bastante farinha, dobrar a massa ao meio e esticar cuidadosamente (espessura de 2cm).
6. Acondicionar em assadeiras polvilhadas com farinha e deixar fermentar novamente por 20 a 30 minutos.
7. Assar a 200° C, com vapor, por aproximadamente 20 minutos.
8. Retirar do forno e resfriar sobre uma grelha.

## **PÃO DE ERVAS**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	500	Gramas	100
Água		Gramas	53 - 60
Sal refinado		Gramas	2
Fermento fresco		Gramas	5
Açúcar refinado		Gramas	3
Manteiga sem sal		Gramas	5
Melhorador		Gramas	1
Gema de ovos		Gramas	4
Manjericão		Gramas	1
Cebola desidratada		Gramas	1
Alho laminado e frito		Gramas	1
Orégano fresco		Gramas	0,5
Tomilho fresco		Gramas	0,5
Óleo para untar	30	mililitros	

### **Modo de Preparo:**

1. Bater a massa usando método direto.
2. Deixar a massa descansar por cerca de uma hora, ou até dobrar de volume.
3. Fazer um degassing, dividir a massa em porções de 70 gramas e bolear.
4. Acondicionar em assadeiras untadas.
5. Fermentar.
6. Pincelar egg wash e assar a 170° C por cerca de 15 a 20 minutos.
7. Resfriar sobre grelhas.

## 5º dia

### LAVASH

É uma variedade muito fina de flat bread, de origem Armênia. Na Armênia ele é tipicamente assado no forno tandoor, que assa as folhas de pão em uma questão de segundos.

Hoje em dia ele é adicionado no couvert de muitos restaurantes. Suas folhas são quebradas em pedaços irregulares e servidas com antepastos, dips ou patês.

### LAVASH

<b>MASSA</b>			
<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	160	Gramas	80
Farinha de trigo integral	40	Gramas	20
Água		Gramas	30
Leite integral		Gramas	30
Fermento biológico fresco		Gramas	4
Sal refinado		Gramas	2
Mel		Gramas	10
<b>COBERTURA</b>			
Semolina	50	Gramas	
Azeite de oliva	20	Gramas	
Queijo parmesão ralado	40	Gramas	
Pimenta calabreza	5	Gramas	
Semente de gergelim	10	Gramas	
Alecrim	15	Gramas	
Alho frito (pacotinhos)	15	Gramas	

### **Modo de Preparo:**

1. Preparar a massa usando método direto (dar ponto com a água). Bater até obter uma massa lisa e homogênea.
2. Deixar descansar em superfície untada e coberta por no mínimo 1 hora.

3. Dividir a massa em quatro pedaços. Com o auxílio de um rolo, abrir sobre superfície polvilhada com semolina, em espessura bem fina.
4. Colocar sobre assadeiras untadas com azeite. Pincelar com um pouco de azeite e polvilhar a cobertura desejada.
5. Assar em calor seco, 200° C por 5 minutos ou até que esteja levemente dourado

## **CROISSANT**

Origem: França

Croissant quer dizer crescente em francês. Croissant nada mais é do que uma massa folhada fermentada.

Surgiu em Paris em 1889 trazido por boulangers austríacos que participavam da Exposição Universal comemorativa do centenário da Revolução Francesa. Naquele tempo o croissant era feito com uma massa parecida com a do brioche. O croissant folhado surgiu apenas em 1920 criado por padeiros parisienses.

Foi fabricado pela primeira vez em 1683 quando os turcos otomanos tentaram ocupar a cidade de Viena. Depois de vários fracassos resolveram agir com astúcia e tentar invadir a cidade pelos esgotos.

Os padeiros e seus ajudantes que começavam a trabalhar de madrugada, ouviram barulhos vindos debaixo da terra. Alertaram o exército vienense que expulsou os turcos da cidade.

Em homenagem à esta vitória, os padeiros criaram um pão com o formato da bandeira turca, uma lua crescente.

## **CROISSANT** **PAIN AU CHOCOLAT**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	700	Gramas	100
Sal		Gramas	2
açúcar		Gramas	10
Leite em pó integral		Gramas	2
Ovos		Gramas	5
Manteiga		Gramas	5
Fermento biológico fresco		Gramas	4
Água		Gramas	50
Gradina para folhar		Gramas	50

Finalização e recheio			
Batons de chocolate – Callebaut	100	Gramas	
Ovo para pincelar	2	Unidades	
Óleo para untar	30	Gramas	

**modo de preparo da massa e execução das dobras:**

1. Com o auxílio de um rolo abrir a manteiga para folhar em um filme plástico em formato quadrado. Reservar.
2. Bater a massa no método direto e deixar descansar sobre superfície untada por cerca de 15 minutos.
3. Abrir a massa sobre superfície enfarinhada em forma de um quadrado. Colocar a gordura para folhar como se fosse um losango e fechar como um envelope. (figura 1)
4. Abrir num retângulo e fazer uma dobra de 3 (dobra simples). (figura 2)
5. Descansar por 10 minutos na geladeira e repetir a dobra mais duas vezes dando o mesmo intervalo de descanso entre elas.
6. Abrir a massa num retângulo com espessura de 3 mm e dividir em três partes.

Figura 1

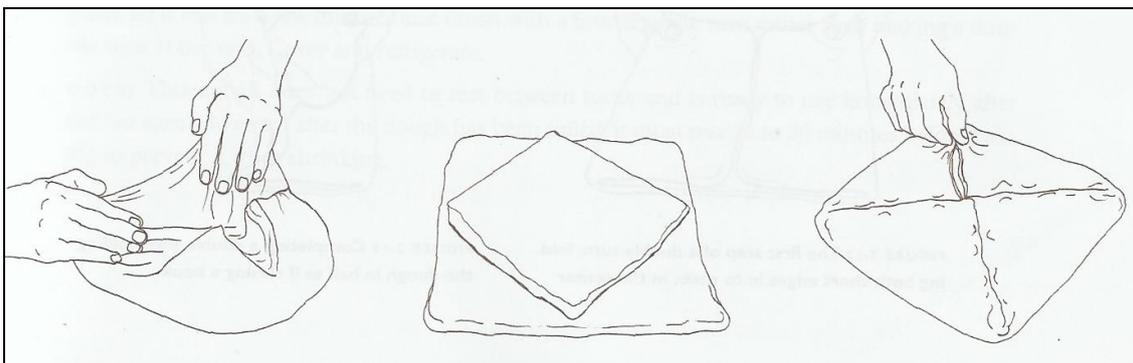
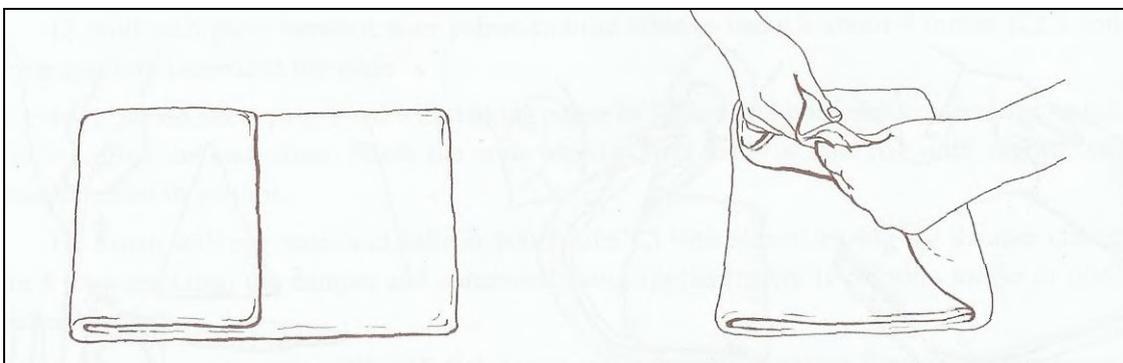


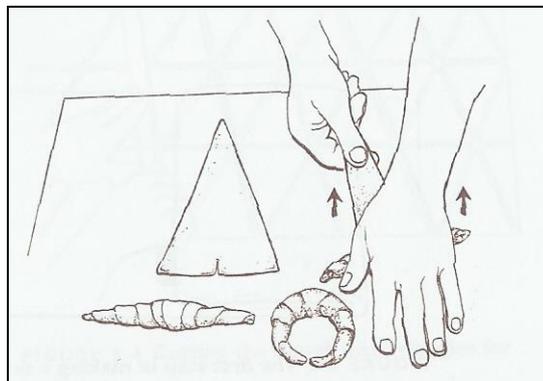
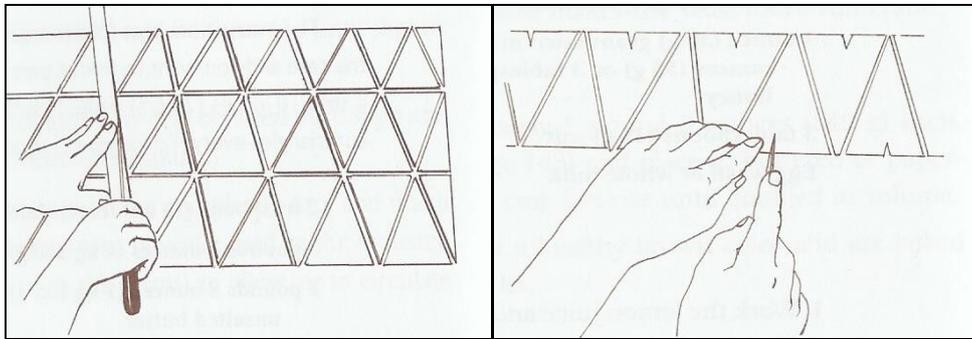
Figura 2



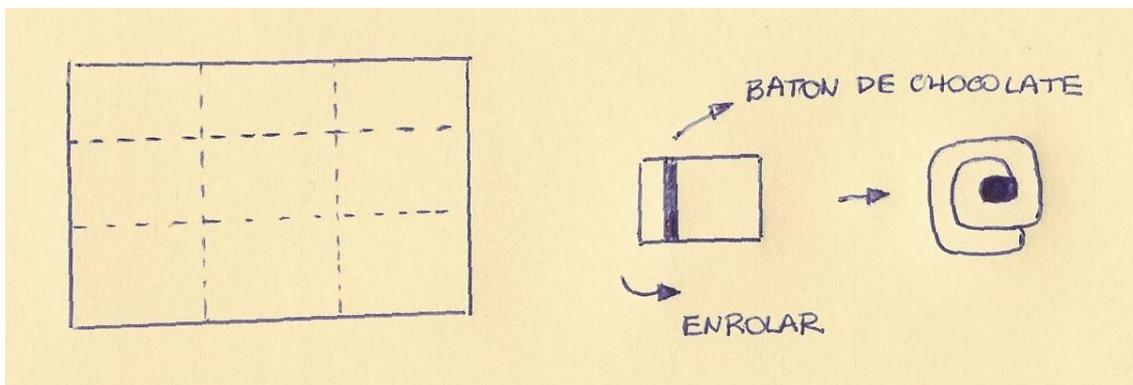
## MODELAGEM DOS CROISSANTS

- A massa deve ser cortada em triângulos com base de 12 cm e altura de 21 cm.
- A base deve receber um pequeno corte para que ao enrolar o croissant, consiga formar uma meia lua.
- Existem cortadores próprios para facilitar, padronizar e agilizar a produção. Eles podem ser em forma de um rolo, conforme passamos este rolo ele vai cortando a massa no formato e tamanho desejados, ou ainda como um vazador comum.
- Para o pain au chocolat devemos cortar retângulos de conforme o tamanho dos batons de chocolate. Normalmente de 8cm X 10 cm.

Figura 4



MODELAGEM DO PAIN AU CHOCOLAT:



## **CHIPA**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
<b>Massa</b>			
Fécula de mandioca	250	Gramas	100
Manteiga		Gramas	40
Sal		Gramas	2
Leite		Gramas	40
Ovos		Gramas	10
Queijo Prato		Gramas	80

### **método de produção:**

1. Num recipiente coloque o polvilho e o sal. Incorpore.
2. Acrescentar o ovo, a manteiga e dar o ponto com o leite. Se necessário acrescente mais leite.
3. E por ultimo coloque o queijo prato ralado fino e agregar.
4. Porcionar em 30 gramas e modelar.
5. Temperatura do forno 180° C a 200°C.
6. Tempo de 12 a 18 minutos.

## 6º dia

### BAGUETTE

Pão de origem francesa, a baguette é o pão mais popular da França. De massa simples e casca crocante, é um pão que combina com todas as ocasiões.

Desde a Segunda Guerra o governo Francês regulamentou o tamanho e preço das baguettes produzidas e vendidas na França. Infelizmente, com esta medida, alguns pães sofreram queda na sua qualidade. Para contornar o problema alguns padeiros começaram a adicionar ingredientes aromatizantes em suas massas, como por exemplo, nozes, ervas, frutas secas, azeitonas e cebolas e vender estes pães com outros nomes.

Este fato fez com que o interesse e a fabricação de pães aromatizados crescesse e se desenvolvesse.

#### Pesos e cortes:

- Baguette tradicional: 250 gramas, 60 cm e 5 pestanas
- Mini Baguette: 150 gramas , 3 pestanas
- Pão Francês: 60 gramas, 1 pestana
- Mini Pão francês: 25 gramas, 1 pestana

## **PÃO FRANCÊS E BAGUETTE**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	500	Gramas	100
Água		Gramas	55 a 60
Sal refinado		Gramas	2
Fermento biológico fresco		Gramas	3
Melhorador para pães		Gramas	1
Banha de porco		Gramas	2
Óleo para untar	20	Mililitros	
Gergelim	10	Gramas	
Queijo parmesão	30	Gramas	

### **Modo de preparo:**

1. Bater a massa usando método direto. Colocar a água aos poucos até dar o ponto.
2. Bater em velocidade baixa por 5 minutos, aumentar a velocidade e bater por mais 7 minutos (até que forme a rede de glúten).
3. Deixar a massa descansar sobre superfície untada e coberta com filme plástico por cerca de 15 minutos.
4. Dividir a massa dos pães, para o francês 60g e para as mini-baguetes 150g.
5. Modelar usando a modeladora.
6. Acondicionar nas assadeiras próprias furadas bem untadas com óleo ou banha.
7. Fermentar.
8. Fazer os cortes (pestanas) com um bisturi, faca afiada ou faca de serra e levar para assar a 220° C com vapor, por cerca de 15 minutos.
9. Retirar o pão do forno e resfriar sobre grelha.

## **FOCACCIA**

É um tipo de flat bread italiano originário da região de Gênova. A versão original era um simples e despretensioso pão tradicionalmente aromatizado com ervas e azeite de oliva.

Dependendo da região ele era coberto com azeitonas, cebolas, batatas ou anchovas.

É um ótimo acompanhamento para sopas ou saladas.

### **Massa**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>de</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	250	Gramas		100
Leite integral		Gramas		60 a 68
Manteiga		Gramas		8
Açúcar refinado		Gramas		8
Fermento biológico fresco		Gramas		6
Sal		Gramas		2

### **Cobertura**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>de</b>	<b>Porcentagem</b>
Alecrim fresco	1	Galho		
Sal grosso	10	Gramas		
Azeite de oliva	70	Gramas		

### **Modo de Preparo:**

1. Preparar a massa usando método direto. Dar o ponto com o leite. Bater por 5 minutos em velocidade baixa e mais 5 em velocidade alta.
2. Abrir a massa numa assadeira bem untada com azeite, cobrir e deixar fermentar por 20-30 minutos.
3. Fazer a cobertura com o azeite, sal grosso e ervas e levar para assar a 180°C por cerca de 15 minutos, calor seco.

## 7º dia

### PIZZA

Foi graças à imigração italiana em todo o mundo que a pizza pode chegar aos nossos dias como um alimento tão difundido e consumido.

A pizza seria uma evolução da picea, um disco de massa feito com farinha e água na época dos hebreus. Os romanos a levaram para a Itália, onde teria recebido este nome.

Seja qual for a sua origem efetiva, esse alimento passou a ganhar fama a partir da cidade de Nápoles, no sul da Itália, na época anterior ao Renascimento. Alguns historiadores narram que camponeses pobres usavam seus limitados ingredientes para fazer um pão achatado com queijo, e então vendiam suas “pizzas”, pelas ruas da cidade.

Ao longo dos séculos XVII e XVIII, a cidade começa a ganhar fama por fazer a melhor pizza da Itália. Em 1830, Nápoles abriu a primeira pizzaria do mundo, a Pizzeria Port'Alba, que ainda existe e funciona na Via Port'Alba, número 18. Entretanto, até esta época a pizza era restrita às camadas mais pobres da cidade e não chegava aos nobres e burgueses.

A partir da visita do Rei Humberto e da rainha Margherita à cidade de Nápoles, o destino desta iguaria começou a mudar.

A pizza Napolitana é até hoje considerada uma das melhores pizzas do mundo.

### ASSOCIAÇÃO DA VERA PIZZA NAPOLITANA

Esta associação criou 10 mandamentos para que uma pizza seja considerada como verdadeiramente napolitana:

1. Deve ser feita somente com farinha, fermento, água e sal. A adição de qualquer tipo de gordura não é permitida;
2. Deve ter um diâmetro de 30 cm;
3. A massa deve ser feita na mão ou por masseiras onde não haja risco de bater demais a massa;
4. Deve ser aberta na mão e não utilizando rolo;
5. Seu cozimento deve se dar no chão do forno;
6. O forno deve ser de pedra vulcânica ou de outro material refratário semelhante e aquecido por lenha;
7. Deve ter a temperatura de 400° C;
8. Pizzas clássicas são:  
Marinara – tomate, orégano, alho, azeite e sal  
Marguerita – tomate, mussarela, azeite, manjericão e sal  
All formaggio – parmegiano ralado, bacon, alho, manjericão e sal  
Calzone: ricota, salame, azeite e sal
9. Variações das pizzas clássicas são permitidas desde que respeitem as regras da boa combinação de sabores e da gastronomia clássica;
10. A pizza deve ser macia, bem feita, aromática e com bordas (cornicione) altas e macias

## PIZZA

Ingredientes	Quantidade	Unidade de Medida	Porcentagem
<b>MASSA</b>			
Farinha de trigo	300	Gramas	100
Azeite de oliva		Gramas	5
Fermento biológico		Gramas	4
Açúcar refinado		Gramas	3
Sal		Gramas	3
Água		Gramas	50 a 55
<b>MOLHO</b>			
Tomate sem pele e sem sementes, em cubos	3	Unidades	
Cebola	½	Unidade	
Dente de alho	½	Unidade	
Azeite de oliva	Q.B.	-	
Manjericão fresco	5	Gramas	
Sal	Q.B.	-	
Pimenta do reino	Q.B.	-	
<b>COBERTURA</b>			
Queijo mussarela	200	Gramas	
Parmesão ralado	100	Gramas	
Queijo gorgonzola	50	Gramas	
Orégano	3	Gramas	
Tomates frescos	1	Unidade	
Lingüiça calabresa	100	Gramas	

### **Modo de preparo:**

1. Bater a massa usando método direto. Dar o ponto com a água.
2. Bater em velocidade baixa por 5 minutos, aumentar a velocidade e bater por mais 5 minutos.
3. Deixar descansar por 20 minutos em superfície untada ou polvilhada com farinha de trigo e cobrir com filme plástico.
4. Dividir, bolear e deixar fermentar até dobrar de volume.
5. Abrir a massa em círculos, usando as mãos ou com o auxílio do rolo de abrir massa.
6. Aquecer o forno a 300° C.
7. Passar o molho de tomate sobre o disco de pizza e levar ao forno sobre uma assadeira polvilhada com farinha por apenas 3 a 5 minutos para secar.
8. Retirar do forno, cobrir o disco de pizza com a cobertura e retornar ao forno, sobre a pedra, por mais alguns minutos, até que a cobertura esteja quente, derretida e a massa dourada.
9. Servir imediatamente.

## **GRISSINIS**

Em 1860 a Casa de Sabóia entregou à França as terras de sua propriedade, Nice e Sabóia, recebendo como contrapartida o título de rei. Pouco tempo depois o rei Vittorio Emanuele II foi proclamado rei da Itália.

Segundo a história, o rei atormentava-se com o seu filho pequeno, pois o pequeno príncipe não se alimentava bem e criticava toda comida, rejeitando, sobretudo o pão. O médico consultado suspeitava que esta repugnância por comida se devesse a problemas digestivos.

Para isto, pediu ao padeiro da corte para preparar um pão leve, bem cozido, que não tivesse miolo mole.

Foi então que o padeiro inventou um pão em forma de palito, comprido, muito fino e quebradiço, que devido à cocção prolongada acabava sendo de mais fácil digestão.

O novo produto foi imitado por vários padeiros de Turim. Hoje em dia ele é consumido por toda a Itália.

## **GRISSINIS**

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Unidade de Medida</b>	<b>Porcentagem</b>
Farinha de trigo	200	Gramas	100
Fermento biológico		Gramas	4
Água		Gramas	53 - 59
Açúcar		Gramas	4
Sal		Gramas	2
Azeite		Gramas	15
<b>Cobertura</b>			
Gergelim branco	10	Gramas	
Queijo parmesão ralado	15	Gramas	
Alecrim fresco	10	Gramas	
Alho frito (embalado)	10	Gramas	
Óleo para untar	10	Mililitros	

**Modo de preparo:**

1. Bater a massa usando método direto.
2. Bolear e deixar descansar sobre superfície untada, coberta com um plástico por aproximadamente 20 minutos.
3. Com o auxílio de um rolo abrir sobre superfície untada com óleo na espessura de aproximadamente 3 mm.
4. Pincelar um pouco de azeite. Colocar a cobertura e pressionar com as mãos para que grude. Cortar em fatias de 0,5 cm e colocar em assadeiras untadas.
5. Fermentar até dobrar de volume. Assar a 180°C, 12 a 15 minutos.