

**AULA PRÁTICA 7- PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO E MASSAS**  
**ALIMENTÍCIAS**



**2018**

**GRUPO 1- Cinnamon roll sem fermento biológico**

## **INGREDIENTES**

- 1 ½ xícara de farinha de trigo branca
- 1 xícara de farinha de trigo integral
- 2 col de sopa de açúcar cristal
- 1 ½ col de chá de fermento químico em pó
- ½ col de chá de bicarbonato de sódio
- ½ col de chá de sal
- 1 ¼ de xícara de buttermilk
- 1 colher de sopa de iogurte grego
- ½ col de chá de extrato de baunilha

### Recheio

- 50g de manteiga derretida
- 3 col de sopa de açúcar
- 1 col de chá de canela

## **MODO DE PREPARO**

1. Pré aqueça o forno a 180°C
2. Misture em um bowl as farinhas, o açúcar, o fermento em pó, o bicarbonato e o sal
3. em um bowl menor misture o buttermilk, o iogurte, a manteiga derretida a baunilha
4. misture a parte líquida com a parte seca
5. abra a massa em uma superfície enfarinhada em um retângulo de mais ou menos 12x9cm
6. Para rechear pincele a outra parte da manteiga derretida e polvilhe a mistura de açúcar com canela
7. Enrole a massa para formar um rolo e faça fatias de 1,5cm
8. Asse por cerca de 30 minutos.

## **GRUPO 2- PUMPKIN PIE (ESTILO AMERICANO)**

### **INGREDIENTES**

### **Patê Brisee**

- 175g de farinha de trigo branca
- ½ col de chá de sal
- 1 col de sopa de açúcar cristal
- ½ xic de manteiga sem sal gelada
- ⅛ a ¼ de xic de água gelada

### **Recheio de abóbora**

- 3 ovos
- 425g de purê de abóbora cabotiá
- ½ xícara de creme de leite fresco
- ½ xícara de açúcar mascavo
- 1 colher de chá de canela em pó
- ½ colher de chá de gengibre em pó
- ⅛ de colher de chá de cravo em pó
- ½ colher de chá de sal

### **Chantilly de maple**

- 240ml de creme de leite fresco
- 1 ½ col de maple syrup

## **MODO DE PREPARO**

### **Patê Brisee**

1. Em um processador coloque a farinha, o sal e o açúcar e processe até que se combinem
2. Adicione a manteiga e processe até que a mistura lembre areia molhada
3. Adicione ⅛ de xic de água até que a massa vire uma bola homogênea e apenas adicione mais se for necessário
4. Em uma superfície enfarinhada forme uma bola, amasse com os dedos para formar um disco (+-2,5cm) e leve para a geladeira por 30 minutos.
5. Abra a massa em uma superfície enfarinhada em um tamanho de 33cm de diâmetro
6. Dobre a massa no meio e gentilmente transfira para uma fôrma de torta de 23cm de diâmetro
7. Retire a massa excedente e use um garfo para decorar a borda
8. Refrigere a massa por mais 30 minutos coberta com um plástico filme

### **Recheio de abóbora**

1. Misture todos os ingredientes com um fouet e adicione à massa.
2. Asse a torta durante 45 a 55 minutos ou até que a massa esteja dourada ou quando espetar uma faca no recheio ela saia limpa
3. Sirva em temperatura ambiente

### **Chantilly de maple**

1. Bata os ingredientes na batedeira até atingir o ponto de picos duros
2. Sirva a torta com o Chantilly

## **GRUPO 3- CUCA DE BANANA COM FAROFA**

### **INGREDIENTES**

- 2 gemas
- 2 claras em neve
- ¾ de xícara (chá) de manteiga
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de amido de milho
- 1 xícara (chá) de leite
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de fermento químico em pó
- 4 bananas nanicas cortadas em tiras e passadas no suco de
- 1 limão
- 2 colheres (sopa) de açúcar

**Para a farofa:**

- 1 colher de manteiga
- ½ xícara (chá) de açúcar
- ½ xícara (chá) de farinha de trigo

**MODO DE PREPARO**

1. Bater na batedeira as gemas com a manteiga até ficar um creme esbranquiçado, juntar o açúcar, depois o leite aos poucos, alternando com o amido de milho e o trigo.
2. Misturar delicadamente as claras em neve e por último o fermento em pó.
3. Colocar a massa numa assadeira untada e enfarinhada, espalhar as bananas por cima e depois coloque a farofa.
4. Levar para assar em forno médio (180°C) pré-aquecido.

**GRUPO 4- CHEESECAKE JAPONÊS**

**INGREDIENTES**

- 300 gramas de CREAM CHEESE
- 50 gramas de MANTEIGA
- 100 ml de LEITE

- 30 gramas de FARINHA DE TRIGO
- 30 gramas de AMIDO DE MILHO
- Uma pitada de SAL
- 6 OVOS - CLARAS separadas das GEMAS
- Raspas de 1 LIMÃO
- 1 colher de chá de SUCO DE LIMÃO + 1 colher de sopa para as claras em neve
- 150 gramas de AÇÚCAR REFINADO

## **MODO DE PREPARO**

1. Misture o cream cheese, a manteiga e o leite e leve essa mistura para derreter em banho-maria.
2. Peneire a farinha de trigo, o amido de milho e o sal sobre a mistura. Incorpore delicadamente com o fouet.
3. Separe as claras das gemas. Adicione as gemas, uma a uma, na mistura e bata a cada adição. Reserve as claras.
4. Adicione as raspas e o suco do limão. Misture bem.
5. Bata as claras - quando começarem a espumar, adicione a colher de sopa de suco de limão. Em seguida, acrescente 1/3 do açúcar e continue batendo.
6. Quando as claras estiverem brancas, adicione mais 1/3 do açúcar. Bata novamente e por fim adicione o restante do açúcar.
7. Bata até que o merengue fique em ponto leve.
8. Incorpore o merengue à mistura de cream cheese em três partes, sempre mexendo delicadamente com o fouet.
9. Despeje a massa em uma forma de 21 cm com fundo falso untada e forrada com papel manteiga no fundo e nas laterais.
10. DICA: Embrulhe todo o fundo e as laterais da forma com papel alumínio para que a massa não vaze.
11. Asse em banho-maria em forno preaquecido a 160°C por 1 hora.
12. Depois de fria, desenforme a cheesecake e polvilhe açúcar de confeitado por cima.
13. Aproveite!

## **GRUPO 5- NAAN (PÃO INDIANO)**

### **INGREDIENTES**

- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 ½ colher (chá) de fermento biológico seco (cerca de 5 g)
- ⅓ xícara (chá) de iogurte natural sem açúcar
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (chá) de sal

- 2 colheres (sopa) de água morna
- ¼ xícara (chá) de água
- farinha de trigo para polvilhar

## MODO DE PREPARO

1. Numa tigela, misture o fermento, o açúcar e a água morna. Deixe descansar até espumar, por cerca de 15 minutos.
2. Enquanto isso, separe os outros ingredientes: retire o iogurte da geladeira; leve a manteiga para derreter no micro-ondas e deixe em temperatura ambiente.
3. Assim que a mistura de fermento espumar, acrescente o iogurte e misture apenas para incorporar.
4. Numa tigela grande, misture a farinha com o sal. Abra um buraco no centro, junte a mistura de fermento e a manteiga derretida. Com uma das mãos, misture a farinha com os líquidos - faça movimentos circulares do centro para a borda da tigela.
5. Acrescente metade da água e misture bem, amassando com a mão. Aos poucos, junte o restante da água, sovando a massa: aperte, amasse, estique e amasse novamente, dentro da tigela, por cerca de 10 minutos, até atingir uma textura macia e úmida. Se preferir sovar na bancada, polvilhe a superfície com uma camada bem fina de farinha de trigo, mas evite juntar mais farinha na massa. Ela fica bem molenga inicialmente e, à medida que vamos sovando, ela fica no ponto. Marque os 10 minutos no relógio!
6. Cubra com filme e deixe descansar por cerca de 1 hora, ou até que a massa cresça - ela aumenta cerca de ½ do volume.
7. Polvilhe uma bancada de trabalho com farinha. Retire a massa da tigela, aperte delicadamente para retirar o ar e modele com as duas mãos até formar um rolinho. Corte a massa em 10 pedaços e modele cada um como uma bolinha de pingue-pongue.
8. Com o rolo de macarrão, abra cada bolinha até formar um disco de cerca de 10 cm de diâmetro - se a massa começar a grudar na bancada ou no rolo, polvilhe com mais farinha.
9. Enquanto abre os discos, aqueça uma frigideira (de preferência antiaderente) em fogo médio, sem untar. Quando estiver quente, coloque o disco de massa e deixe o pão assar por cerca de 30 segundos, até começar a formar bolhas. Vire o pão e deixe por mais 15 segundos na frigideira, para terminar de cozinhar e dar uma leve chamuscada.
10. Transfira o pão para uma cesta (ou prato) e repita com o os outros discos - a cada 3 pães, limpe o fundo da frigideira com papel-toalha.
11. Sirva a seguir. Para manter os pãezinhos macios, deixe esfriar e conserve em saco plástico, bem fechado por até 3 dias.

## **GRUPO 6- PATÊ À CHOUX com creme de confeitiro**

### **INGREDIENTES**

- 160 gramas de ÁGUA
- 70 gramas de MANTEIGA SEM SAL
- 1 colher de chá de SAL (3 gramas)
- 2 colheres de chá de AÇÚCAR (6 gramas)
- 1 e ½ colher de LEITE EM PÓ (15 gramas)
- 90 gramas de FARINHA DE TRIGO
- 3 OVOS (160 gramas)

## MODO DE PREPARO

1. Em uma panela leve para ferver a água junto com a manteiga, o sal e o açúcar.
2. Assim que ferver junte o leite em pó, misture e deixe ferver novamente.
3. Retire do fogo e acrescenta a farinha mexendo sem parar até que tudo se misture.
4. Volte a panela para o fogo e cozinha a massa até que ela vire uma bola compacta e brilhante, aproximadamente 3 minutos em fogo alto.
5. Coloque a massa na batedeira e bata por aproximadamente 2 minutos para dissipar o calor.
6. Comece a acrescentar os ovos um a um, assim que o primeiro se misturar completamente na massa, coloque o próximo.
7. A massa estará pronta quando estiver completamente homogênea, então coloque em um saco de confeitar com o bico de sua preferência (isso também vai depender da preparação que você está fazendo) e faça as bolinhas ou linhas de aproximadamente 10cm com a massa.
8. Para assar, cada receita é uma também, no caso da éclair leve para assar por 10 minutos a 180°C, depois abaixe para 170°C e asse por mais 15 a 20 minutos (até ficarem douradas).
9. Retire do forno, faça os furinhos embaixo para recheiar e também para deixar sair o excesso de umidade. Leve para o forno por mais 5 minutos a 100°C para secar por dentro.
10. Deixe esfriar antes de recheiar.

### DICAS:

1. Tome cuidado para deixar um bom espaço entre uma bolinha e outra, pois essa massa cresce bastante.
2. Quanto menor for o doce que você está fazendo, mais leite ou mais ovos a sua massa vai precisar para ficar na consistência certa. Essa é uma boa receita principalmente para éclairs, para carolinas eu acrescentaria um pouco de leite integral morno.
3. A consistência ideal dessa massa é quando ela cai do fouet em formato de V e fica levemente transparente nas bordas desse V.
4. Caso fique uma pontinha pra cima depois de fazer as bolinhas, você pode abaixá-las molhando o seu dedo em um pouco de água morna.

**DURAÇÃO:** Congelada e assada até 1 mês; recheada e conservada na geladeira 1 dia

## GRUPO 7- CROSTOLE

### INGREDIENTES

- 720 g (6 xíc.) de FARINHA DE TRIGO
- 270 g (1 1/2 xíc.) de AÇÚCAR REFINADO
- 10 g (1 col. sopa) de FERMENTO EM PÓ
- 2 g (1 pitada) de SAL
- 4 OVOS
- 120 g (8 col. sopa) de ÓLEO
- 15 ml (1 col. sopa) de PINGA
- LEITE - o quanto precisar para amassar e dar liga [Coloquei 45 ml (3 col. sopa) na mistura inicial dos líquidos e, enquanto estava misturando a massa, acrescentei mais 80 ml (1/3 de xíc.) para formar a bola]



- 2 xíc. de AÇÚCAR
- 1 1/2 col. sopa de CANELA EM PÓ

## **MODO DE PREPARO**

1. Coloque em uma tigela (ou despeje em uma bancada limpa) a farinha, o açúcar, o sal e o fermento em pó.
2. Em outra tigela coloque os ovos, o óleo, a pinga e 3 colheres de sopa de leite e misture.
3. Na mistura da farinha, abra um buraco no meio e acrescente nesse buraco a mistura dos líquidos.
4. Com as mãos, misture a farinha com os ingredientes líquidos. Depois sove até a massa começar a levantar “bolhas” (aproximadamente 15 minutos), ou bata na batedeira com o batedor tipo gancho em velocidade média-alta por 8 minutos.
5. Abra a massa em faixas bem finas (aproximadamente 0,2 cm) com o rolo de macarrão. Eu aconselho a fazer na máquina de macarrão pra ficar bem fininho mesmo.
6. Corte faixas de aproximadamente 4 x 14 cm.
7. Faça um pequeno corte no meio da faixa e passe as pontas (pode passar só uma das pontas ou as duas) por dentro do corte.
8. Depois frite em óleo bem quente, deixe escorrer em papel-toalha e passe na mistura de açúcar e canela.

## **DEMONSTRAÇÃO**

### **MINI TORTINHA DE MAÇÃ FOLHADA (ROSAS)**

#### **INGREDIENTES**

- 1 maçã grande fatiada em meias luas finas
- 3 colheres de sopa de água
- massa folhada
- ¼ de xícara de cream cheese
- 3 colheres de sopa de açúcar refinado
- 1 col de chá de canela

#### **MODO DE PREPARO**

1. Abra a massa folhada com um rolo de macarrão e corte em tiras de 5cm de largura e 20cm de comprimento

2. Passe o cream cheese em uma das bordas das tiras em massa e polvilhe o açúcar em cima do cream cheese
3. Enfileire as fatias de maçã com a parte curva para fora da massa
4. Polvilhe a canela em cima das maçãs
5. Enrole as tiras de massa de uma ponta à outra e posicione em uma fôrma de muffin com a parte que expõe as maçãs para cima
6. Asse em forno pré aquecido a 180°C durante 40 minutos

## CREME DE CONFEITEIRO

### INGREDIENTES

- 240g de GEMAS
- 1 litro de LEITE
- 1 fava de BAUNILHA
- 250g de AÇÚCAR
- 80g de MAISENA

### MODO DE PREPARO

1. Coloque na panela 1 litro de leite.
2. Abra a fava de baunilha no sentido do comprimento e raspe a parte interna da fava. Adicione no leite.
3. Acrescente 125g de açúcar e mexa levemente. Leve para ferver.
4. Num recipiente à parte, acrescente os outros 125g de açúcar nas gemas. Misture um pouco e depois incorpore a maisena.
5. Assim que o leite ferver, acrescente-o aos poucos (três conchas por vez) na mistura de gemas. A ideia é dar um choque térmico nas gemas.
6. Coe a mistura e leve ao fogo médio, mexendo sem parar.
7. Não pare de mexer, se não vai empelotar. Quando ferver (ou seja, quando a primeira bolha vier lá de baixo), conte um minuto mexendo sem parar e está pronto.
8. Retire da panela, coloque em um recipiente, cubra com plástico filme e leve para geladeira por até 2 dias.

### DICAS:

1. Evite usar extrato de baunilha para essa receita porque ele contém álcool, que evapora e deixa um gosto diferente do ideal.
2. Tem gente que usa a fava dentro do leite, mas eu não gosto porque ela pode vir um pouco ácida e se seu leite for fresco pode acabar talhando, então só uso as raspas. Mas não as jogue fora! Você pode fazer açúcar baunilhado depois.
3. Caso você queira guardar, é preciso colocar o plástico filme grudado em cima do creme para que este não forme uma película. Isso é válido para uma produção pequena e caseira. Se for para uma produção grande, você precisa colocar em banho-maria invertido e ir mexendo até ele esfriar. Então pode cobrir com plástico filme e guardar, porque se você fechar o creme quente em uma produção grande, o plástico abafa o creme e ele estraga.

4. O tempo que você precisa mexer o creme vai depender da quantidade de leite que você está usando. Então a proporção seria aproximadamente 1 minuto após fervura para cada litro de leite usado na receita.