



# TÉCNICAS BÁSICAS E PROCEDIMENTOS DURANTE O PREPARO DOS ALIMENTOS **PARTE I**

Profa. Dra Betzabeth Slater  
Profa. Dra Maria Laura C. Louzada  
Prof. Dr Eduardo Purgatto

**HNT 206-PTCAN**



# Objetivos educacionais

- Reconhecer a importância dos procedimentos culinários antes e durante o preparo dos alimentos;
- Conhecer os procedimentos preliminares que acontecem antes do preparo dos alimentos;
- Reconhecer os fatores que interferem nestes procedimentos;
- Aplicar as técnicas para elaboração de preparações.





# Por que preparamos os alimentos?

Os processos culinários anteriores e durante o resfriamento e aquecimento têm como **principal objetivo** tornar os alimentos visualmente mais agradáveis e maior aceitabilidade ao paladar humano.





# Qual a nossa pretensão com estes procedimentos?

- **Manter o maior valor nutritivo possível;**
- **Desenvolver, aumentar ou alterar o sabor;**
- **Aumentar a digestibilidade e palatabilidade;**
- **Eliminar organismos patogênicos ou substâncias**





# **Processos físicos e mecânicos podem afetar o valor nutritivo**



- **Exprimir, Picar, Moer, Ralar, Cortar**



# Sabor



**Para manter o sabor natural dos alimentos é necessário:**

- **Pré-preparo;**
  - **Espera-se que sejam os mais breves possíveis.**
  - **Cortar e (se necessário) cozinhar vegetais utilizando-se poucos ou nenhum flavorizante;**
- **Utensílios apropriados para armazenamento até o preparo;**
- **Recomenda-se caixas e potes transparentes, travessas de vidro, inox ou polipropileno, resistentes à temperatura e processos mecânicos.**





# Textura-maciez



- **Leguminosas de molho, proporcionam melhor textura; e os Cereais duplicam de volume (trigo para quibe);**
- **Adição de substâncias ácidas ou alcalinas favorecem a enrijecer ou amaciar (sal, vinagre=efeitos desejados ou indesejados)**
- **Rigidez (adicionar sal com muita antecedência nas carnes)**
- **Maciez (adicionar açúcar com antecedência na maçã no pré-preparo do strudel)**





# Higienização



**Por meio da higienização pode-se eliminar parcialmente os microrganismos presentes no alimento, sendo importante observar:**

- **Temperaturas em que o alimento é exposto;**
- **Local e condições de produção do mesmo**



# Antes do preparo



- **Define-se como todas as operações pelas quais os alimentos passam até antes do aquecimento ou apresentação final (preparações cruas).**
- **Incluem vários procedimentos, tais como lavar, limpar, descascar, picar, misturar etc.**
- **As operações preliminares:**
  - 1. divisão dos alimentos (simples e por partes)**
  - 2. união dos alimentos**



# SUB-DIVISAO SIMPLES

**É uma operação mecânica simples, onde cada fragmento contém as partes do todo. Como exemplo: Cortar: Pode-se variar o grau de subdivisão ao picar ou moer um alimento**

**Esta operação :**

- **antecipa o ato mecânico de mastigação, favorecendo a digestão dos alimentos;**
- **perdas de nutriente pela exposição ao ar (oxidação);**
- **pode tornar o alimento mais vulnerável aos agentes de contaminação e deterioração de alimento**







**Cortar:** separar ou dividir um alimento seguindo diferentes formatos e medidas , mantendo uma uniformidade .

Para o sucesso de uma boa preparação, não depende somente do sabor, mas também da apresentação: inclui medidas uniformes, adequação do corte à preparação e harmonia dos cortes em relação aos outros alimentos





# Cortes básicos







**Vamos nos Exercitar?**


**Voluntarios ?**

**Palitos e bastonetes: corte longitudinal**

**6cm \* 1,5cm \* 1,5cm,**

**ideal para batatas fritas**





**Fatias longitudinais**  
**- utilizando a anatomia do alimento**  
**- > IPC**

**Exercitando nossas HC**



**aromatizador: mirepoix**



**Exercitando nossa HC**

**Cubos: corte destinado a  
preparações como picadinho  
ou para um elemento**





## **Brunoise**

- Cubos pequenos de 3 a 5 mm por lado**
- Deve dar-se inicio com o corte Julienne**



**Exercitando nossas HC**







**Chiffonade**

**Corte de qualquer espessura para  
cortar folhas**

**Exercitando nossas HC**



# Cubos



**Pequenos:  
ate 5mm  
de lado;**



**Médios de 5 a  
8**

**mm de lado**



**Grandes > 1,5  
cm de lado**



**Boleados:** Por meio da utilização de um utensílio, pode-se bolear alimentos desde 6 mm (Royalle) até 1,5cm (Parisiense)





## **Torneados**

- Chateau: 6 cm**
- Fondant: 6 cm**
- Cocotte: 4 cm**
- Olivette: 2 cm**







**\*A batata torneada deve ter sete faces laterias exatamente idênticas (com exceção da fondant), seus nomes variam de acordo com o tamanho.**



# **Subdivisão com separação de partes**

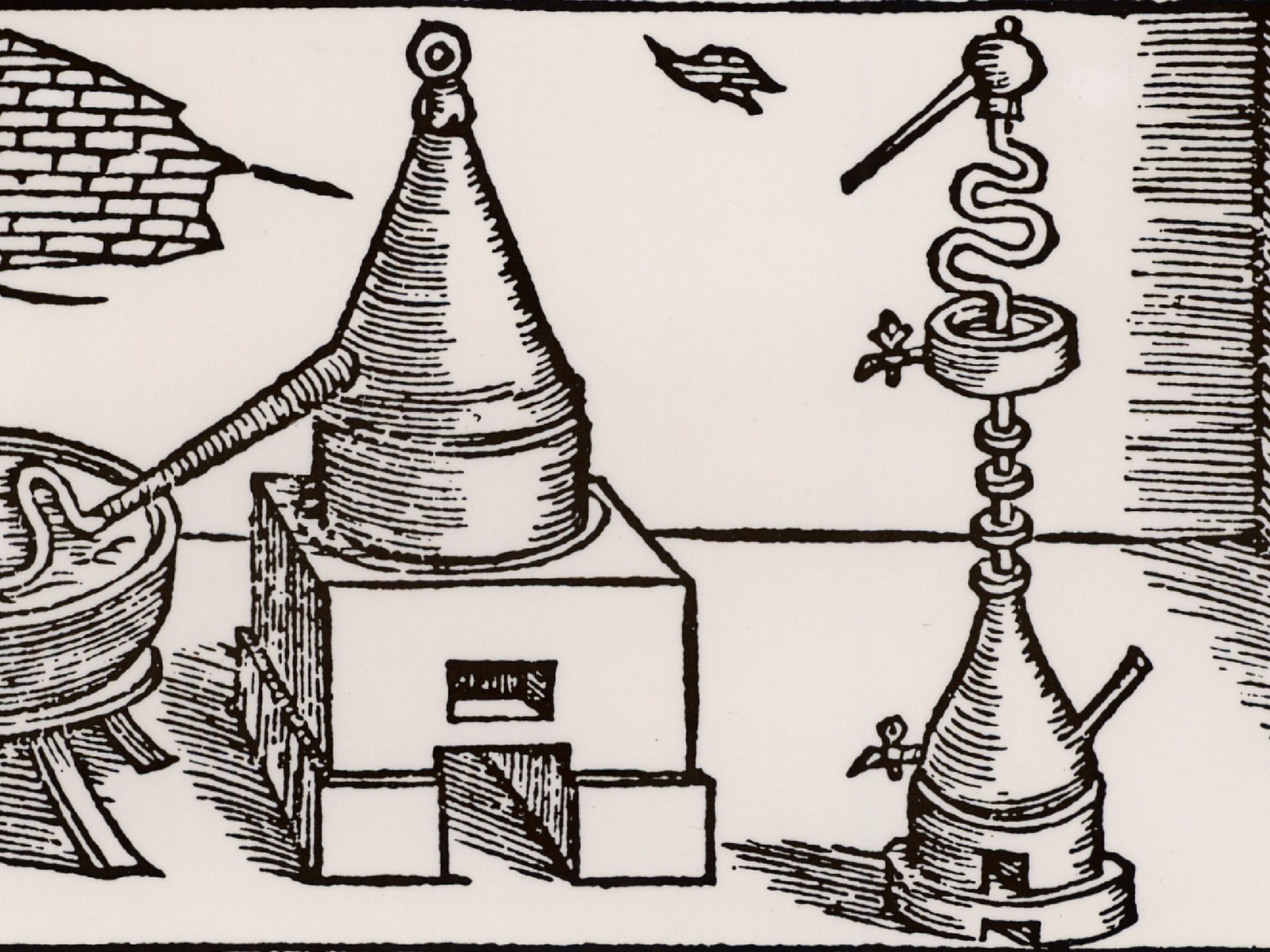
**Operações complexas - auxílio de equipamentos, tais como centrífuga, espremedor, etc.**

- **As mesmas decorrências da subdivisão simples podem ser observadas:**

**Pode haver mudança no valor nutritivo, Por exemplo: separação da gordura do leite.**

- **separação de dois sólidos: descascar, peneirar;**
- **separação de dois líquidos: destilar;**
- **separação de um sólido e um líquido:**
  - **centrifugar, espremer, decantar, coar, filtrar.**











# União dos alimentos

**Operação pela qual se juntam mais de dois ingredientes ou alimentos: misturar, bater e amassar:**

**Misturar:** na confecção de receitas, corresponde à adição de substâncias facilmente miscíveis, tais com farinha e água.



## **-bater:**

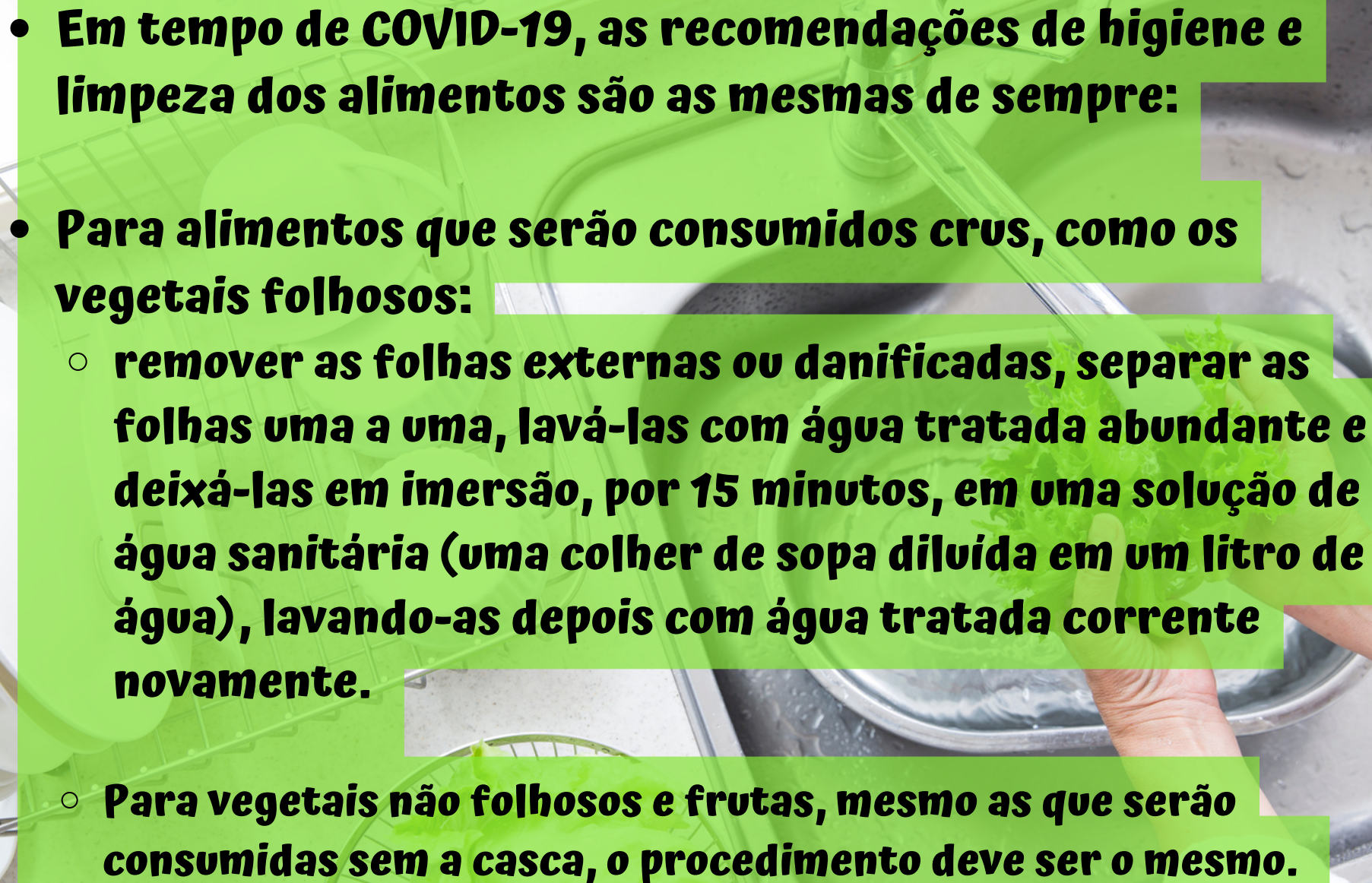
- **quando se deseja reunir substâncias dificilmente miscíveis emprega-se movimento rápido e enérgico, que também pode ser feito por batedeira automática. Por exemplo: juntar manteiga e açúcar.**

## **-amassar/sovar:**

- **operação empregada na confecção de massas.**

**A limpeza de utensílios e cuidados na manipulação influem nas condições higiênicas da preparação e a complexidade das operações se refletem no custo final do produto.**



- 
- A top-down view of a kitchen sink where a person is washing leafy green vegetables. The person's hands are visible, holding a bunch of green leafy vegetables under a stream of water from a faucet. A metal colander with more washed vegetables is in the foreground. The background shows a white countertop and a metal dish rack.
- **Em tempo de COVID-19, as recomendações de higiene e limpeza dos alimentos são as mesmas de sempre:**
  - **Para alimentos que serão consumidos crus, como os vegetais folhosos:**
    - **remover as folhas externas ou danificadas, separar as folhas uma a uma, lavá-las com água tratada abundante e deixá-las em imersão, por 15 minutos, em uma solução de água sanitária (uma colher de sopa diluída em um litro de água), lavando-as depois com água tratada corrente novamente.**
    - **Para vegetais não folhosos e frutas, mesmo as que serão consumidas sem a casca, o procedimento deve ser o mesmo.**





- **O tratamento dos alimentos pelo calor, como cozimento e fritura, quando feito corretamente, elimina os vírus caso estejam contaminando o produto cru.**
- **No entanto, é preciso evitar uma nova contaminação após o aquecimento, principalmente se o alimento não for aquecido novamente antes de ser consumido.**
- **É importante também não deixar alimentos cozidos em contato com alimentos crus, para evitar a contaminação cruzada.**



**Lave sempre suas mãos, utensílios e equipamentos e bancadas são princípios indispensáveis para uma boa alimentação.**

*Obrigada*