

Universidade do Sagrado Coração

JÂNIA MARIA BARBOSA BIGHETTI PEREIRA

TORTA MERENGUE DE LIMÃO

BAURU/SP
2010

JÂNIA MARIA BARBOSA BIGHETTI PEREIRA

TORTA MERENGUE DE LIMÃO

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Centro de Ciências da saúde como parte dos requisitos para obtenção do título de Gastrônomo, sob orientação do Prof. Klaus Negrão Vidrik.

BAURU/SP

2010

JÂNIA MARIA BARBOSA BIGHETTI PEREIRA

TORTA MERENGUE DE LIMÃO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro de Ciências da Saúde, da Universidade Sagrado Coração como parte dos requisitos para obtenção do título de Gastrônomo, sob orientação do Prof. Klaus Negrão Vidrik.

Banca Examinadora:

Prof. Msc. Klaus Negrão Vidrik
Professor Orientador/USC

Bauru, de Dezembro de 2010.

Dedico este trabalho ao meu marido Helder, pelo incentivo e por acreditar em mim, e com carinho à minha sogra Julieta, pelo apoio e coragem, ela faz parte deste sonho, e a todos os professores que nortearam meus caminhos pelo crescimento intelectual e construção de novos conhecimentos

Obrigado!

AGRADECIMENTOS

A Deus, através da força do seu espírito, fez com que eu superasse as dificuldades encontradas no caminho. E consegui mais uma conquista ao concluir este trabalho.

Para a concretização deste estudo: agradeço há algumas pessoas que foram incentivadoras neste processo e seus ensinamentos serão a partir de agora essenciais em minha caminhada pessoal e profissional.

Por estes extraordinários exemplos, expresso meus reais agradecimentos.

Ao Prof. Klaus Vidrik, com sua capacidade e empenho, sempre esteve disposto à melhor atender, me proporcionou a chegar até aqui, e com sua paciência e inteligência, soube orientar e valorizar esta pesquisa.

Ao meu esposo que contribuiu e torceu pela concretização desta pesquisa.

Ao meu Tio Antônio Bighetti, que participou diretamente, compartilhando comigo sua história e seus conhecimentos, fazendo com que meu desenvolvimento fosse o melhor possível.

A todos aqueles, que de alguma forma contribuíram ou torceram pela concretização desta pesquisa.

“Um bom cozinheiro deve ter um pouco de cientista e cirurgião. Ele deve ser capaz de repetir a mesma fórmula diversas vezes e obter o mesmo êxito”.
(Alain Ducasse)

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

FIGURA 1 - Antônio Bighetti.....	16
FIGURA 2 - Torta Merengue de Limão.....	19
FIGURA 3 - Limão Taiti.....	25
FIGURA 4 - Partes do Ovo	34
FIGURA 5 - Bacias Hidrográficas Brasileiras	37
FIGURA 6 - Muda de coco	40
FIGURA 7 - Coco Adulto	40
FIGURA 8 – Torta Merengue de Limão.....	48
FIGURA 10 –Antônio Bighetti.....	54

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
CAPÍTULO 1. HISTÓRIA	15
1.1. Família	15
1.2. História do Antônio Bighetti	16
1.3. História da Torta Merengue de Limão.....	17
1.4. Cultura Gastronômica na Família	17
CAPÍTULO 2. RECEITA DE FAMÍLIA	18
2.1. RECEITA: Torta Merengue de Limão.....	18
2.2. Origem	20
CAPÍTULO 3. INGREDIENTES	22
3.1. LIMÃO	22
3.1.1. Limão Taiti	23
3.1.2. Curiosidades	24
3.1.3. Dicas Culinárias	25
3.2. AÇUCAR	26
3.2.1. História da Cana- de Açucar.....	26
3.2.2. História do Açucar no Brasil.....	27
3.2.3. Curiosidades	27
3.2.4. Pontos de calda de açúcar e seus usos	27
3.2.5. Tipos de Açúcar.....	29
3.3. MANTEIGA	31
3.4. OVO	33
3.4.1. Origem da Galinha.....	33
3.4.2. Curiosidades.....	33

3.4.3. Origem do Ovo.....	34
3.4.4. Partes do Ovo.....	34
3.4.5. Curiosidades sobre as cores dos Ovos.....	35
3.5. ÁGUA	36
3.5.1. Água no Brasil.....	37
3.6. COCO	39
3.6.1. Origem do Coco.....	39
3.6.2. O Coco.....	41
CAPÍTULO 4. UTENSÍLIOS	42
CAPÍTULO 5. TÉCNICAS DE PREPARO/ FORNO/ FOGÃO.....	44
GLOSSÁRIO	45
PLANO DE ATAQUE.....	47
CONSIDERAÇÕES FINAIS	49
REFERÊNCIAS	50
APÊNDICE A: Entrevista com Antônio Bighetti.....	53
APÊNDICE B: Testes com Torta Merengue de Limão.....	55
APÊNDICE C: Tabela nutricional da Torta Merengue de Limão.....	57
ANEXO: Requisição de Produtos	58

Anexo A – Ficha Técnica da Produção

		TORTA MERENGUE DE LIMÃO				
Nome do aluno:		Jânia Maria Barbosa Bighetti Pereira				
Tempo de preparo:		5 horas 30 min.	Turma:		Data :	
Ingredientes	Unid.	Qtde Liquida	Fator de Correção	Qtde Bruta	Custo Unit.	Custo Bruto
Ovo	Kg	0,100	1,80	0,18	2,90	0,52
Açúcar	Kg	0,150	1,00	0,15	1,90	0,28
Coco	Kg	0,03	15,93	0,47	4,50	2,11
Limão	Kg	0,003	22,66	0,067	2,80	0,18
Manteiga	Kg	0,003	1,00	0,003	12,00	0,03

Kg=quilo / L=litro / Mç=maço / Us=unidade / Dz=dúzia / Qb=quanto baste		Rendimento: 2 porções	Custo Total:	3,12
Modo de preparo:				
1.	Claras e açúcar em banho Maria, até o açúcar derreter.			
2.	Bater na batedeira até endurecer bem			
3.	Acrescentar as raspas de limão na metade do tempo			
4.	Colocar em forma untada com manteiga e forrada com papel manteiga			
5.	Levar ao forno para assar: 90° C por 45 minutos desenformar e deixar esfriar			

Seqüência da Montagem:	
1.	Colocar em um prato e cobrir com o restante de merengue suíço
2.	Queimar as laterais com o maçarico
3.	Decorar com coco ralado
4.	Gelar no mínimo 4 horas

Equipamentos e Utensílios:			
Fogão	bowl	Saco de confeitar	Espátula
Batedeira	Ralador	Bico pitanga	Colher
Panela média	Pão duro	Papel manteiga	Forma GN
Pano de prato	Aro 10cm	Prato	Maçarico

Interpretação do prato:	
Sobremesa, leve na textura e sabor suave de limão, é um simples Merengue suíço (claras e açúcar em banho Maria), batido na batedeira até ponto duro, acrescido com as raspas de limão e assado lentamente em temperatura baixa. Depois de frio, coberto com um outro merengue suíço, decorado com o auxílio de bico de confeitar pitanga, e queimado com maçarico e coberto coco ralado fresco.	
O segredo desta torta é a temperatura e o tempo de forno. Os ingredientes e a forma de preparo foram mantidos, pela tradição e pela busca do sabor e aroma original desta torta.	
Torta Merengue de Limão, é uma receita que há anos faz parte da família Bighetti, desde 1977.	
O valor Calórico total: 1001,74 cal.	
Temperatura do forno combinado: 90°C, no tempo de 45 minutos.	

TEMA: Torta Merengue de Limão

Introdução

Quem na verdade nunca se perguntou, ao comer algum prato, como foi feito? A origem? quem o fez? São curiosidades que sempre temos.

Quando comemos um doce, lembranças ressurgem em nossas mentes: infância, um aniversário, Natal, Páscoa ou mesmo um momento qualquer que fica gravado em nossa memória. Até um cheiro, um sabor, uma pessoa

Por causa destes momentos de verdadeira união, e por todas as lembranças do passado, resolvi apresentar como tema: “Torta Merengue de Limão”.

É um desafio apresentar este prato, a busca por aquele sabor, aquele aroma!

Este doce é a presença viva dos vínculos afetivos mais importantes na minha vida que estão sempre girando entre mesa - cozinha, e quando se fala em comida me lembro de pessoas sentadas ao redor de uma mesa.

Num certo aspecto somos o que comemos, e por meio da comida descobrimos muito sobre um povo; família é amor, cozinhar é nutrir pessoas queridas, e cozinhar com amor é transformar e combinar os alimentos.

É sabido que antigamente não se tinha a variedade e facilidade para se ter alimentos como hoje. Na época de nossas avós eles comiam o que tinham no momento. Havia uma necessidade de alimentar a família e por isso muitas vezes com um pouco de ousadia, curiosidade e talento, criavam novas receitas. Receitas que estão sendo esquecidas, mas que podem ser resgatadas quando há o desejo de lembrar o aroma e sabor daquela comida feita pela vovó.

Mas, em tempos modernos como o de hoje há uma busca pelo novo, o antigo está sendo esquecido, está deixando de ser importante.

O resgate da receita de família é nada mais que uma volta ao passado, trazendo a importância da família e o vivenciar de histórias, lembranças, aromas, sabores, curiosidade, talento. Uma viagem no tempo que lhes permitirá dar um novo sabor para cada mordida ao degustar não somente este doce, mas sua história e lembranças.

Com o passar dos tempos houve um desenvolvimento social e cultural, novos costumes foram sendo desenvolvidos, mas o ritual da alimentação, de preparar um

prato especial à pessoa querida, na qual se quer agradar, ainda permanece. E o doce é indispensável, ele fecha uma refeição com o prazer, até o presentear tornou-se um costume diretamente ligado ao afeto.

Situação Problema

A receita da Torta merengue de limão é um legado que foi transmitido de geração em geração, firmada nos momentos especiais e datas comemorativas, mas a forma de preparo, o sabor, aroma, foram preservados?

Objetivo

Mostrar as descobertas gastronômicas da família, resgatando assim sabores, aromas, ingredientes daquela época. E, vivenciar tradições que mostram a cultura de um povo, o transmitir de pai para filho.

Como a gastronomia de hoje visa o novo, o inovado, o meu objetivo é anular um pouco o mito de que o antigo não é bom, não é gostoso, pelo contrário, como diz o ditado: (“... panela velha é que faz comida boa...”)¹, isso não quer dizer que o antigo é mais ou menos gostoso que as criações de hoje, cada um têm os seus valores, sabores, isto que quero resgatar.

Não podemos nos esquecer de onde viemos o que fomos o que somos, cada época tem seus segredos, e juntamente com a receita de família “Torta Merengue de Limão” vamos voltar ao passado.

Hipótese

Se a receita for seguida como está escrito, o preparo mantido, sem alteração na quantidade e tipos de ingredientes, será preservado o aroma e sabor.

1

¹ Parte da letra da música de Sergio Reis “Panela Velha”

Justificativa

Até pouco tempo atrás, as mulheres tinham uma vida dedicadas à família. Uma vida cheia de riquezas, alimentos produzidos no fundo do quintal, que podiam ser transformados em alimentos ricos, saborosos e requintados.

Mas, as mulheres modernas de hoje, não querem manter esta tradição, com pouco tempo para se dedicar aos dotes culinários herdados da mãe, elas encontram tudo pronto nos supermercados. E as receitas da mãe? Vão ficando no esquecimento junto com as histórias, lembranças, sabores e aromas.

Receita de família vai resgatar aromas, sabores, histórias reais que estão sendo esquecidas.

Muitas vezes a volta ao passado se faz necessário na nossa vida, para lembrarmos, quem somos? de onde viemos? como vivemos? e com quem vivemos?

Metodologia

TIPO DE PESQUISA

No processo de construção e desenvolvimento deste trabalho foi feita uma Pesquisa tipo Qualitativa, e Exploratória.

Pesquisa tipo Qualitativa:

É uma forma de abordagem que tem se firmado como promissora possibilidade de investigação. É uma pesquisa direcionada ao longo de seu desenvolvimento, seu interesse é amplo, dela faz parte a obtenção de dados descritivos a partir de contatos diretos e interativo do pesquisador com a situação objeto de estudo. É necessário que o pesquisador entenda os fenômenos, segundo a perspectiva dos participantes da situação estudada.

Conforme Gil (1991, p.45), Pesquisa Exploratória:

“[...] o objetivo é proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses [...] objetivo principal o aprimoramento de idéias ou a descoberta de intuições [...] Na maioria dos casos, essas pesquisas envolvem: a) levantamento bibliográfico; b) entrevistas com pessoas que tiveram experiências práticas com o problema pesquisado; c) análise de exemplos que “estimulem a compreensão”.

Devido ao envolvimento de seres humano e as suas relação sociais, e pelo pesquisador ir a campo em busca de dados considerando todo tipo de acontecimento, observando e descrevendo todos os acontecimentos através de entrevistas, artigos, levantamento bibliográfico, na busca de informações sobre o tema, a origem, a cultura da família, e curiosidades, isso trouxe maior conhecimento e familiaridade sobre o assunto pesquisado.

Capítulo I – HISTÓRIA

1.1 FAMÍLIA

Os nossos vínculos afetivos mais importantes estão sempre girando entre mesa - cozinha, e quando se fala em comida se lembra de pessoas sentadas ao redor.

Segundo Wessel (2004, p.10) “Existe patrimônio maior do que as amizades? Só mesmo a família. E eis outra vez o reduto - a cozinha - que é o melhor lugar para se estar com a família [...]”

A família é o alicerce da vida do ser humano, quem não se lembra da família (mãe, pai, irmãos...) no decorrer de sua vida? São laços fortes e permanentes, que muitas vezes um simples momento, nos traz muitas lembranças.

Filha de italianos, Angelina Bighetti veio para o Brasil com 3 anos de idade, e juntamente com seus pais em 1910 residiram na cidade de Bica de Pedra que hoje é conhecida como Itapuí. Com 13 anos de idade se mudaram para Jacuba, isso em 1920.

Em 1927 se casou com Altibano Bighetti e formaram uma família composta por 10 (dez) filhos, todos nascidos no Brasil.

Segundo Perrella (1999, p.182),

“[...] os italianos estavam mais próximos dos costumes brasileiros, mais ou menos no ano de 1860 eles eram mais numerosos, já em 1897 mais italianos que brasileiros proporção 2 por 1 [...] andar em São Paulo neste período, era como se estivesse - mos andando na própria Itália [...]”

E conforme Matarazzo (1999, p. 182) “O Brasil é filho de Portugal, mas São Paulo é filha da Itália.”

Mais da metade dos habitantes da cidade de São Paulo, em meados de 1890, era formada por imigrantes. A comunidade Italiana é uma das mais fortes, presente em toda a cidade. Dos habitantes de São Paulo, 60% possuem alguma ascendência italiana.

1.2 HISTÓRIA DO ANTÔNIO BIGHETTI

Conhecido como tio Toninho, nascido em 30/01/1945 na cidade de Bauru, estado de São Paulo, é o nono dos dez filhos de Angelina e Altibano Bighetti, e vem dele o meu aprendizado referente ao sabor, e aroma deste prato.

Quando jovem, em meados de 1956, já com 11 anos, trabalhou na confeitaria Boas festas, em 1958 entrou na Confeitaria Cidinha e ficou até 1960, já em 1960 na Padaria Suíça até 1964, já com 18 anos teve que se alistar ao exército até 1966. Depois destes 2 anos, em 1966 foi trabalhar no ramo de vendas, nas lojas Arapuã até 2001, mas não deixou de lado o gosto pela culinária. Seu retorno a cozinha se deu em 2002, quando abriu sua lanchonete Delta Lanches.

Casou-se em 1975 com Maria de Lourdes Azevedo Bighetti, e nasceu seu filho Luciano Azevedo Bighetti.

Antônio Bighetti aprecia a cozinha brasileira deste o Nordeste até o sul do país, mas tem preferências por pratos a base de peixes e massas. Já conheceu vários países como EUA, Bélgica, França, Argentina, Paraguai, o que mais lhe agradou foi à França, na copa 1998, lembrando de um restaurante próximo ao Palácio de Versalhes, ele saboreou uma deliciosa Vitela e um saboroso Salmão defumado com fettuccine.

Mas para Toninho, as melhores lembranças, eram as festas e reuniões de família, onde seu toque estava e está ainda sempre presente. Toninho sempre disposto a cozinhar.



Figura1: Antônio Bighetti
Fonte: autora / 2010.

1.3 HISTÓRIA DA TORTA MERENGUE DE LIMÃO

Esta torta surgiu na família Bighetti em meados de 1977, quando se casou em 1945, uma de suas cunhadas lhe ensinou à preparar esta torta.

Por um bom tempo ele preparava sempre a mesma receita. Mas aos poucos foi fazendo algumas mudanças, tanto que a torta Merengue de Limão atual tem um novo sabor, são acrescentado novos ingredientes para acentuar o sabor do limão (ácido cítrico) e também para dar mais volume no merengue (crémor tártaro) e as mudanças na cobertura, utilizando chantilly de caixinha, ou creme de leite fresco.

Torta Merengue de limão faz parte da lista vendas de Antônio Bighetti, muito recomendada e pedida pelos seus clientes e familiares, e sempre que possível, faz parte dos banquetes da família, uma sobremesa muito apreciada por todos.

1.4 CULTURAS GASTRONÔMICAS NA FAMÍLIA

A culinária italiana, além do sabor, está associada à reunião familiar e às tradições, vamos viajar um pouco nos pratos elaborados pela família que na verdade havia uma mistura de culturas e de comidas.

Conforme, Tradições Italianas,

“Fazer comida é um ritual e ela deve ser feita para ser saboreada e não para matar a fome. Deve-se respeitar o sabor de cada um dos ingredientes, procurando valorizá-los [...] Pela tradição dos italianos o pão é geralmente preparado aos sábados, após o término dos serviços do dia, e a receita dura uma semana. O pão faz parte da alimentação todos os dias, café da manhã e também no almoço”.
(Tradições..., c2006).

O pão caseiro estava presente todos os dias, que eram assados forno convencional e também em forno a brasa.

A bacalhoda não é de origem italiana, mas fazia parte do cardápio da família, a caçarola italiana, que havia uma técnica toda especial de ser preparada.

Os licores, mantidos em segredo até hoje.

O espaguete a bolonhesa que fazia parte do cardápio de todo domingo da família Bighetti.

Não podendo esquecer a sopa com carne de músculo bem cozida e acrescido repolho, ervilha em lata e macarrão espaguete.

O inhoc de batata, servido com molho vermelho e queijo ralado.

O escabeche, conserva feita com sardinha, cebola, alho, óleo e vinagre, cozidos em panela de pressão e retirado somente 24 horas depois para não desmanchar as sardinhas.

Capítulo II – RECEITA DE FAMÍLIA

2.1 RECEITA

TORTA MERENGUE DE LIMÃO

100 g de clara de ovo

150 g de açúcar refinado

3 g de raspas de limão

3 g de manteiga

Decoração:

30 g de coco fresco ralado

Preparo:

1. Leve ao fogo, às claras e o açúcar em banho – Maria, sem parar de mexer até começar a formar bolhas e o açúcar estiver derretido (temperatura de dedo suportável).
2. Leve para bater na batedeira, velocidade máxima, mais ou menos 5 minutos, na metade do tempo, acrescente as raspas do limão Taiti, e bata até endurecer bem.
3. Unte uma forma redonda com manteiga, fundo e lateral e forre o fundo com papel manteiga, coloque metade do merengue e leve ao forno pré-aquecido para assar a 90° C por 45 minutos.
4. Deixe esfriar bem.
5. Desenforme o merengue com cuidado, cubra o merengue assado com o restante do merengue suíço.

6. Queime com o maçarico somente as laterais e decore com coco fresco ralado, ou em lascas.
8. Sirva bem gelada, geladeira no mínimo 4 horas.



Figura 2: Torta Merengue de Limão
Fonte: autora/ 2010.

2.2 ORIGENS DO MERENGUE

O merengue é nada mais simples que uma mistura de claras batidas com açúcar ou calda de açúcar, é à base de inúmeras sobremesas e decorações, os princípios e as técnicas básicas são praticamente as mesmas.

Segundo Ducasse (2005, pg.170) “Merengue é espetacular, é a própria essência as arte de confeitaria, naquilo que ela pode ter de mais refinado e mais simples ao mesmo tempo. Uma descoberta maravilhosa”!

[...] Certos historiadores dizem que um confeitoiro chamado *Gasparini*, que tinha uma loja na cidade Meiringen, no começo do século XVIII, descobriu o merengue [...] Mas foi Carême², o incontentável, que teve a brilhante idéia de utilizar um saco de confeitaria para “deitar” os merengues para assar numa bandeja de forno.” (Ducasse 2005, pg.170)

Tipos de Merengue:

1. Francês: É o mais simples deles, de textura muito fina; usado para confeitaria; cozido, assado. Use 115 g de açúcar para 2 claras. Bata as claras com batedor, até formar picos firmes, ponha gradualmente metade do açúcar e aos poucos vá misturando o restante.

2. Italiano: De textura firme e acetinada; a calda de açúcar quente “cozinha” às claras. Usada em sobremesas como musses frias, suflês e sorvetes. Conserva bem a forma, e por isso é ótimo para confeitaria. Para 400 g de merengue, faça uma calda com 250 g de açúcar e 60 ml de água, ferva só até começar a formar bolhinhas, (118°) e bata com 5 claras já em neve. Com a batedeira em velocidade baixa, misture a calda de açúcar quente nas claras em neve, num fio constante. Pelo calor do açúcar, as claras são cozidas e coalham imediatamente. Isso permite obter um merengue cozido e apto do ponto de vista bacteriológico.
O açúcar calda pode ser utilizado entre 117°C e 125°C, dependendo do grau de densidade que necessitamos para o merengue, ou segundo a umidade do ambiente (maior umidade, maior temperatura do açúcar).

2

² Carême: um dos grandes chefs franceses (1783-1883).

3. Suíço: É muito mais firme que o francês; usado para decoração, 125 g de açúcar para 2 claras. Bata as claras e o açúcar sobre uma panela de água fervente (banho-maria) e gire sempre a vasilha para evitar que às claras coagulem. Às claras não podem chegar à temperatura de 40°C, ela começa a coagular, talhar, (se possível segure a vasilha de alumínio com a mão para se ter um controle da temperatura, ou use um termômetro), se quiser pode-se dar um pequeno volume inicial nas claras com o auxílio de um fouet, e depois finalizar na batedeira até endurecer e ficar brilhoso.

Para (Wright, 1996, p.273).

“As diferentes consistências do merengue - de mole para confeitaria e moldar, a firme para conter outros ingredientes - permite uma grande variedade de aplicações e apresentações. O merengue francês é adequado; asse a 100°C por 1 hora pelo menos. O suíço que secou toda a noite a 60°C fica mais branco.”

Formatos de Merengue:

1. Conchas: Faça pequenas bolas sobre o papel manteiga com o bico de confeitaria médio ou grande.
2. Ninhos: Faça círculos de 5 cm no papel - manteiga. Use bico estrela reinicie a partir do centro, em espiral. Trabalhe ao redor da borda para fazer o ninho.
3. Disco: Sobre papel-manteiga, faça um círculo do tamanho desejado. Use o bico simples e esprema a partir do centro, em espiral.

Capítulo III - INGREDIENTES:

3.1 LIMÃO

Com alta concentração de vitamina C, é uma marca do Mediterrâneo, mas não são originários do Mediterrâneo e sim, da Índia. Na culinária, tem inúmeras utilidades, bastando algumas gotas para emprestar seu sabor ao de outros alimentos. Concentram-se três sabores fundamentais, o ácido, o doce e o amargo.

Conforme Ducasse (2005, pag. 155), "No limão tudo é bom, e tudo se consome; polpa, suco, pele, casca".

Existe uma grande variedade de limões:

Limão-galego: Pequeno e suculento, de casca fina, cor verde-clara ou amarelo-clara.

Limão-siciliano: Grande, de casca enrugada e grossa, menos suculento e mais ácido que o galego. Do Sul da Itália é maior do que os limões comuns, pesando em média 250 g. É encontrado de maio a setembro; amadurece ao pé, tem muito suco e perfume.

Limão-cravo: Parecido com uma mexerica, tem casca e suco avermelhados e sabor bem forte

Limão-taiti: De tamanho médio, casca verde e lisa, muito suculento e pouco ácido.

Para comprar o limão devem-se tomar as seguintes precauções:

Limão-galego: Deve ter casca fina e lisa. Escolha os mais pesados em relação ao tamanho e que cedam levemente à pressão dos dedos.

Limão-siciliano: De cor verde e casca grossa. Escolha da mesma maneira que o limão-galego.

Limão-cravo: Mesmo verde, tem boa quantidade de suco, mas é sempre preferível escolher os maduros, pois têm maior valor nutritivo.

3.1.1 LIMÃO TAITI

Trata-se de um híbrido da Lima da Pérsia com o Limão cravo, motivo pelo qual recebe também o nome de lima ácida.

Conforme informação Instituto Brasileiro de Frutas (IBRAF),

“Limão Taiti não é na verdade um limão, e sim uma lima ácida”. “Trata-se de uma fruta híbrida, cuja origem é desconhecida, e que foi batizada com esse nome porque teria sido levado das ilhas do Tahiti, por volta do ano de 1875, para a Califórnia.”

Atualmente o Brasil é um grande produtor do limão- taiti. É o limão de maior valor comercial no Brasil, tendo excelente potencial de exportação. O seu valor de mercado está relacionado à ausência de sementes, cor e aroma exóticos, e à sua capacidade de produzir o ano inteiro, apesar de ser mais produtivo de dezembro a maio.

No Brasil, apesar de existirem referências à sua ocorrência no país já no início do século XIX, sua cultura foi introduzida apenas no final dos anos 60. Dez anos depois, quando as plantações de limão-galego sofreram uma praga, a cultura do limão-taiti, finalmente, tomou grande impulso e se desenvolveu.

Hoje, encontram-se plantações de limão - taiti altamente produtivas espalhadas pelo país, exceto algumas regiões mais frias do sul, sendo o Estado de São Paulo o principal produtor brasileiro.

Fruto robusto, de formato arredondado, casca lisa ou ligeiramente rugosa, de coloração verde, polpa esbranquiçada, muito suculenta e qualidade menos ácida. As sementes são ausentes nesta variedade, porque se propaga por enxertia, tendo como base (cavalo), no Brasil, o limão cravo.

Mais adaptado ao clima tropical, necessita de sol e umidade para gerar frutos suculentos e graúdos. Devido à sua robustez, é uma variedade que praticamente não necessita o uso de agrotóxicos. Tal característica, juntamente com a ausência de sementes, o torna mais adequado ao consumo "in natura".

Com casca bem verde, quando maduro deve ceder à pressão dos dedos. Se o limão ainda está verde, guarde em lugar fresco, seco e arejado. Depois de maduro, conserve na geladeira, na gaveta própria para frutas e legumes. Um limão já cortado durará mais tempo se for guardado na geladeira, num pires coberto com uma xícara.

Não podemos esquecer-nos da invenção brasileira, por excelência, e cartão de visita do país - é preciso lembrar que, com o limão, faz-se a famosa "caipirinha", coquetel em que a fruta cortada em pedaços é socada em quantidade suficiente de açúcar branco e misturada, generosamente, à aguardente de cana.

3.1.2 CURIOSIDADES

1. Para o tratamento da acne, faça uma pasta de suco de limão e açúcar e aplique sobre o rosto. A mesma pasta também serve para eliminar excesso de oleosidade da pele.
2. Antes de fazer as unhas, amacie as cutículas endurecidas com um pouco de suco de limão.
3. Aproveite o bagaço do limão para eliminar o cheiro de peixe dos talheres e panelas. é só esfregar.
4. Na Índia, a mulher escolhia o futuro marido fazendo-lhe uma estranha declaração de amor: atirava-lhe um limão.
5. A Itália é o maior produtor de limão do mundo.
6. O maior limão conhecido pesava 2,83 kg.
7. Foi Colombo quem trouxe o limão para a América.
8. Se o móvel de madeira manchou com tinta de caneta, lave imediatamente com água fria e depois esfregue com suco de limão.
9. Para limpar os objetos de prata, esfregue com cinza de cigarro misturada com suco de limão.
10. Se num tecido lavável aparecer uma mancha de ferrugem, elimine-a da seguinte maneira: esfregue com limão e sal e coloque a peça no sol até secar. Depois, lave normalmente com água e sabão.
11. Nunca use limão na pele quando for expor-se ao sol.

3.1.3 DICAS CULINÁRIAS

1. Para dar um gosto especial aos bolos, basta acrescentar raspa de casca de limão.
2. O limão é o melhor tempero para ostras.
3. Para acompanhar legumes cozidos, peixes e assados, experimente o seguinte creme: misture 5 colheres (sopa) de suco de limão, 1 lata de creme de leite, um pouco de sal e pimenta-do-reino
4. As bebidas alcoólicas, os refrescos e os chás ficam excelentes quando são temperados com umas gotas de limão.
5. Um pouco de suco de limão acrescentado à água de cozimento dos frutos do mar deixa as carnes mais brancas e firmes.
6. Para usar apenas algumas gotas de suco de limão, não desperdice a fruta toda. Faça um buraco com um palito e esprema a quantidade desejada.
7. Para obter mais suco do limão, bata a fruta com um martelinho antes de cortar.
8. Quando for usar a casca de limão ralada, tome cuidado para não ralar junto a parte branca, porque ela amarga a receita.
9. Para que o doce de casca de limão fique bem verde, ferva em tacho de cobre.



Figura 3: Limão Taiti
Fonte: Livraria Embrapa- c2010.

3.2 AÇUCAR

3.2.1 HISTÓRIA DA CANA-DE-AÇUCAR

Conforme Perrella (1999, pg. 52),

“[...] a cana-de-açúcar tem sua origem na Índia, mas provavelmente, ela tenha vindo da Nova Guiné, onde era usada como decoração de jardins há mil anos. Mas há registros de que os primitivos já a conheciam. [...] em 1420 através, de Cristóvão Colombo, em Portugal, e de lá, a cana-de-açúcar chegou ao Brasil, onde foi cultivada de forma vertiginosa, tanto que, em menos de 100 anos, sua produção superou a do resto do mundo.”

Alguns Historiadores dizem que foi em 510 A.C que o Imperador Darius do que era então Pérsia invadiu a Índia, e descobriu a cana, mas outros dizem que foi Alexandre, que ao invadir a Índia no ano 327 A.C., notaram que os habitantes daquela zona mastigavam uma cana maravilhosa que “*produzia uma espécie de mel sem ajuda das abelhas*”. Mas há registros de que os homens primitivos já a conheciam.

Mas provavelmente ele tenha vindo da Nova Guiné, mas foram os persas em 500 anos a.C que iniciou-se a fabricação do açúcar em estado sólido, através de técnicas adquiridas com os Indus.

A cana- de- açúcar é uma planta que pertence à família dos capins, que incluem mais de 5000 espécies, derivadas de hibridização da planta original da cana, **saccharum officinarum**, originária da Índia.

O segredo da cana de açúcar, foi mantido e bem vigiado, estava já sendo exportado, resultando grandes lucros, mas os povos árabes já no século VII D.C rompeu o segredo, começaram a plantação da cana.

Atualmente, o Brasil é o maior produtor mundial de açúcar.

3.2.2 HISTÓRIA DO AÇUCAR NO BRASIL

A cana-de-açúcar chegou ao Brasil em 1530, introduzida no país por Martim Afonso. Em 1586 já existiam aproximadamente 70 engenhos de açúcar nos estados brasileiros de Pernambuco e Bahia.

O Ciclo do Açúcar no Brasil durou até o século XVIII, quando foi desbancado pela produção do café.

Açúcar da beterraba, já é conhecido desde o final do século XVI, um cientista alemão, em 1747, conseguiu extrair e solidificar.

3.2.3 CURIOSIDADES:

1. O primeiro contato do homem com o doce foi com o mel.
2. É registrado que o açúcar estava disponível em Londres a **“dois xelins uma libra”** em 1319 DC. Isto equivale a US\$100 por quilo aos preços de hoje, de modo que o açúcar era um produto de muito luxo.
3. O Brasil é o maior produtor mundial de açúcar.

3.2.4 PONTOS DE CALDA DE AÇUCAR E SEUS USOS:

A temperatura atingida quando o açúcar e a água fervem vai determinar seus usos das caldas finas aos suaves fondants e quebradiços caramelos.

- **Calda fina:** (250 g de açúcar para 500 ml de água) para saladas de frutas e frutas cozidas.
- **Calda média:** (250 g de açúcar para 250 ml de água), para frutas carameladas.
- **Calda grossa:** (250g de açúcar para 225 ml de água) para caramelo sobremesas geladas (pudim/ manjar).
- **Bala mole:** (116-118°C) para suspiro italiano e glacê de manteiga (é o primeiro estágio; a calda conserva a forma, mas é macia quando apertada).

- **Bala dura:** (125°C) para marzipã, fondant e doces (forma uma bala firme e flexível, mas pegajosa).
- **Casca mole:** (134°C) para nougat, alguns caramelos e puxa-puxa (fica quebradiça, mas a textura mole e flexível gruda nos dentes).
- **Casca dura:** (145°C) para algodão de açúcar, açúcar cande, palha de açúcar e frutas cristalizadas (é muito quebradiça, além deste ponto o açúcar carameliza rapidamente).
- **Caramelo:** na forma líquida para caldas e em sobremesas como creme caramel. Caramelo quebrado ou esmagado é usado para coberturas. Cor de âmbar, usado para caldas ou coberturas crocantes (quando a calda engrossa além do ponto de crosta dura, toda a umidade evapora e ela ganha um tom marron - escuro). O caramelo fino tem gosto suave; o médio é dourado escuro e tem gosto de nozes. O caramelo não deve cozinhar além de 190 °C ou queimará. Caso endureça muito rápido, reaqueça-o rapidamente.
- **Praline:** Acompanham sorvetes e outras sobremesas, o praline é uma mistura de caramelo e castanha. O mais tradicional é com amêndoas, ou avelã ou a noz-peçã. Usam-se porções iguais de castanha e açúcar depois se quebra o praline com o rolo de massa ou passa-se no processador no botão pulsar.
- **Nougatine:** uma mistura de caramelo e amêndoas semelhantes ao praline, mas mais maleável; as castanhas são fatiadas e tostadas antes de misturadas ao caramelo. Pode ser usada como decoração, cobertura de doces, fazer recipientes para recheios doces, e esmigalhados sobre sorvetes. Fazer formato desejado. Um kg de açúcar em 100 ml de água deixe ferver junte 400 g de glicose líquida, cozinhe até ganhar cor. Ponha 500g de amêndoas fatiadas e tostadas, balance a panela, despeje em uma superfície untada, deixe esfriar um pouco. Abra com rolo de metal aquecido e untado. Quando estiver com 5 mm de espessura corte o formato que desejar.

3.2.5 TIPOS DE AÇUCAR

Para Ducasse, (2005, pg.15),

“O fascínio exercido pelo açúcar se deve, em grande parte, às múltiplas formas sob as quais ele se apresenta e às metamorfoses que ele sofre e provoca. Em pó ou cubos, branco ou escuro grosso, mascavo [...] E basta a intervenção do fogo, para que, de repente, o açúcar passe por todos os estados que separam a calda simples do caramelo.”

Veja aqui os diferentes tipos de açúcares, sendo que a única diferença entre eles está nas etapas de produção:

- **Açúcar cristal:** para que o resultado seja este tipo de açúcar, o caldo de cana passa por processos de purificação, evaporação, cristalização, centrifugação e, por último, pela secagem. A partir do açúcar cristal outros tipos de açúcar, como o refinado e o confeiteiro, são obtidos. O açúcar cristal, portanto, passa por menos processos na hora de ser preparado.
- **Açúcar refinado:** tipo de açúcar conquistado a partir da diluição do açúcar cristal. É extraído das últimas etapas do processo e por isso sobram poucos nutrientes, os quais são anulados pelos aditivos químicos que são usados para dar a coloração branca e também para dar o sabor característico. O açúcar refinado contém cristais bem finos que são de rápida dissolução, o qual é muito usado na culinária e também para o consumo doméstico. A calda obtida passa por diversos processos até chegar ao peneiramento. A porção mais fina é separada para a obtenção do açúcar de confeiteiro e, o restante, é o açúcar refinado.
- **Açúcar de confeiteiro:** após o peneiramento do açúcar para a separação dos grãos que vão dar origem ao açúcar refinado e de confeiteiro, amido é adicionado. A finalidade da junção é evitar a aglomeração dos pequenos cristais, formando assim, o açúcar de confeiteiro.
- **Açúcar light:** ele é obtido a partir da combinação do açúcar refinado com adoçantes dietéticos. Com o poder de dulçor 600 vezes maior que o da

sacarose, o adoçante garante que a ingestão calórica seja menor, quando comparado ao consumo de açúcar refinado.

- **Açúcar mascavo:** por não passar pelo processo de refinamento, a qualidade nutricional do açúcar mascavo é melhor, em relação ao açúcar refinado. Ele apresenta vitaminas e minerais que não estão presentes na versão refinada. Mascavo, o qual tem coloração do caramelo ao marrom escuro e possui um aspecto mais úmido. Seu sabor é parecido com a rapadura e é extraído do cozimento e da cristalização do caldo da cana.
- **Açúcar orgânico:** o diferencial deste tipo de açúcar é que a cana utilizada em sua fabricação é cultivada sem fertilizantes químicos. Além disso, o açúcar orgânico utiliza processos apoiados na sustentabilidade do meio ambiente, desde o plantio até a etapa final. Suas características nutricionais se assemelham com as do açúcar mascavo. Portanto, apresenta uma quantidade maior de vitaminas e minerais em relação ao açúcar refinado.
- **Demerara:** o qual tem um processo de extração é parecido ao do açúcar mascavo, porém a sua limpeza e secagem fazem com que ele tenha uma coloração mais clara e ainda ocorre a perda de água e isso o torna ainda mais doce. Ele não possui aditivos químicos e apresenta altos valores nutricionais, porém é o mais caro entre os tipos de açúcares e é usado principalmente para a exportação;
- **Açúcar Amarelo:** é obtido através da dissolução do açúcar refinado da cana ou beterraba em água. Suas características é que ele é transparente e límpido e são usados principalmente no setor alimentício para o preparo de bebidas gasosas, sobremesas congeladas e bombons e também é usado no ramo farmacêutico.
- **Açúcar Invertido:** é uma espécie de xarope feito a partir do açúcar refinado, aonde a ação dos ácidos e também da sacarose formam a glicose e a frutose. Este tipo de açúcar é usado principalmente na produção de biscoitos, sucos, molhos, doces, sorvetes e refrigerantes.

3.3 MANTEIGA

A manteiga não é uma invenção recente, tem cerca de 3000 anos, sendo que o primeiro registro aparece com a data de 1750 a.c, romanos e gregos utilizavam a manteiga como unguento ou medicamento de uso externo. Como alimento teve início provavelmente na Noruega durante século VII.

Historiadores dizem que a manteiga chegou a Portugal, na época de Dom João VI, por volta de 1808, comprada da Inglaterra, mais vinda da Irlanda. Mas há outros indícios que tenha vindo importada de Portugal no início do século XIX, e segundo os historiadores toda ela era inglesa. Mas as características da manteiga são as mesmas; era rançosa, vermelha e salgada que precisava ser lavada antes de ser consumida, a fim de retirar o sal: depois chegaram as manteigas francesas, mais tenras e macias.

Hoje a fabricação de manteiga passou do sítio às indústrias de laticínios, onde é fabricado um produto de qualidade superior, como a manteiga extra, proveniente do creme (nata) pasteurizado.

A fabricação da manteiga tem como origem o leite, que passa primeiro por um processo de desnatação, onde se obtêm a nata, depois passa pela pasteurização, onde são eliminadas as bactérias. Em seguida a maturação que consiste em adicionar fermentos lácteos para trabalhar a sua textura e desenvolver seu aroma, e por fim a nata é transformada em manteiga.

Fases da Produção da Manteiga:

- desnatação do leite;
 - pasteurização da nata;
 - maturação;
 - batedura;
 - malaxagem;
 - envase.
-
- **Desnatação do leite:** consiste na separação dos componentes do leite, a matéria gorda que é para elaboração da nata.

- **Pasteurização da nata:** tanto o leite como a nata passa por este processo para a eliminação de possíveis bactérias. A pasteurização é um processo térmico, que consiste em submeter à nata a uma temperatura elevada, durante alguns segundos para logo depois esfriar muito rapidamente. Este processo foi desenvolvido pelo cientista francês Louis Pasteur. Além de eliminar os agentes causadores de doenças, este processo permite que os alimentos possam ser conservados por mais tempo.
- **Maturação:** consiste na adição de fermentos lácteos à nata, com o objetivo de facilitar a batadura e assegurar o desenvolvimento do aroma da manteiga.
- **Batedura e Malaxagem:** forma de transformar a manteiga, a nata precisa ser batida. Esta agitação repetitiva faz com que a matéria gorda se uma, liberando um líquido resultante do leite inicial, o leitelho (soro). A manteiga neste momento é submetida a uma lavagem com água pura para liberar este leitelho, agita-se novamente para encerrar o processo.
- **Envase:** a manteiga deve ser envasada com materiais adequados para as condições de armazenamento e que confirmam proteção apropriada contra a contaminação.

3.4 OVO

3.4.1 ORIGEM DA GALINHA

Aos que pensam, as galinhas são de originárias da Ásia, mas não é um caso ainda encerrado. Existem variadíssimas espécies de diferentes tamanhos na Europa, Ásia e na África, por isso a galinha pode ser originária de qualquer um dos continentes, tendo a espécie sido introduzida no restante dos continentes.

Elas vivem em um espaço chamado galinheiro, onde há comedouros, bebedouros, zona de postura, que é uma parte reservada, com poleiros dispostos com vários patamares para dormirem.

Em um ano, uma galinha põe cerca de 265 ovos, podendo manter essa produção durante os dois anos que tem de vida numa granja - se for uma galinha criada na roça, a vida dela pode se prolongar por cerca de cinco ou seis anos.

3.4.2 CURIOSIDADES:

1. O galo é o protagonista da manhã. Ao raiar do sol, ele canta para acordar os outros animais e as pessoas.
2. No final da tarde, é o primeiro a recolher, para que as galinhas também o façam.
3. Quando o mau tempo está para chegar, as galinhas são as primeiras a recolher, indicando ao dono que o tempo está rapidamente a mudar e que é melhor abrigar os outros animais.
4. Na hora da postura, elas se dirigem até o ninho e depositam o seu ovo, cantando logo após a postura.
5. Elas escolher um lugar para pôr o primeiro ovo, e partir daí vão sempre a postura no mesmo ninho.
6. Tempo de incubação: 21 dias, aí começam a nascer os pintinhos, que quebram com o bico.
7. As galinhas podem viver cerca de 15 anos.
8. Numa pequena queimadura, pegue uma clara de ovo e passe sobre a área afetada.
9. Para saber se um ovo está estragado, coloque-o num copo com água, se ele afundar é porque está bom, se ao contrário, ele ficar na superfície, é porque está estragado.

3.4.3 ORIGEM DO OVO

Conforme Ducasse (2004, pg.191)

“O que seria da nossa gastronomia sem o ovo? [...] ele é tão indispensável que o cozinheiro mais talentoso renunciaria à sua arte se o proibissem de usá-lo, [...] a imensa variedade no seu uso.”

Tudo indica que os ovos de galinha eram consumidos, a princípio na Ásia, e somente a partir do século XVI eles foram expandidos para a Europa, e depois para a América.

3.4.4 PARTES DO OVO

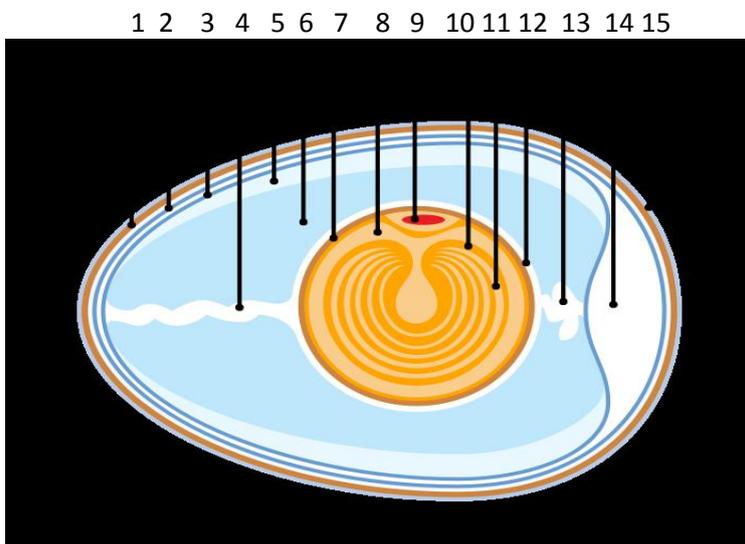


Figura 4: Partes do ovo

Fonte: Brasil escola – c2010.

- | | |
|---------------------------|---------------------------------|
| 1. Casca | 9. Blastocisto / Disco germinal |
| 2.e 3. Membranas da casca | 12. Membrana vitelínica |
| 4. e 13. Chalazas | 14. Câmara de ar |
| 5. e 6. Albúmen | 15. Cutícula |
| 7. 8. 10. 11. Gema | |

Um ovo tem aproximadamente 60 g, a clara em média, 15 g e a gema 75 g, Aproximadamente 6,5 g proteínas, colesterol na gema 214 mg e 80 calorias.

Segundo os Pesquisadores da Embrapa Suínos e Aves (Concórdia/ SC)

“[...] eles acreditam que o ovo tem condições de ajudar o país a vencer a fome, já que é um dos alimentos mais completos do ponto de vista nutricional e com custo baixo. Cada brasileiro consumiu no ano de 2008 em média, 84 ovos, quantidade considerada baixa dos padrões consumo mundial. Nos Estados Unidos, por exemplo: cada habitante consome 304 ovos por ano. Caso o consumo triplicasse no Brasil, muitos brasileiros superariam a desnutrição e milhares de produtores, entre eles os pequenos e médios que investem em ovos, seriam beneficiados com o aumento da produção”. (Embrapa, c2009).

3.4.5 CURIOSIDADES SOBRE AS CORES DOS OVOS:

1. A diferença entre um ovo de coloração amarela e um ovo coloração branca é a raça da galinha.
2. Galinhas que põem ovos amarelos: são maiores, plumagem de tons marrons e comem mais,
3. Galinhas caipiras: são criadas soltas, se alimentam de milho e outros cereais, e com isto a gema é mais escura, pois há uma concentração de ferro.
4. As galinhas de granja: produzem gemas com a coloração mais pálida, são alimentadas com rações e outros tipos de alimentos.
5. A cor da casca do ovo não tem nenhuma relação com a alimentação da galinha, fator que influencia somente a coloração encontrada na gema.
6. No ponto nutricional: ambos são ricos em proteínas, vitaminas e sais.
7. Claras: consumo liberado sem restrições, rica em proteínas e livre de gorduras, e contém metade da quantidade da vitamina B 2 do ovo.
8. Gema: consumida com limite de uma por dia.

SALMONELA

Uma grande preocupação quando se fala em ovo é a contaminação com a Bactéria salmonela. Hoje são raros os ovos provenientes de grandes granjas estarem contaminados. As aves são vacinadas e os ovos sofrem cuidados higiênicos sanitários para evitar a contaminação. Normalmente, isso ocorre através de fezes, que entram em contato com cascas dos ovos com trincas, finas ou porosas, que facilitam a entrada do micro-organismo.

3.5 ÁGUA

O Dia Mundial da Água foi instituído pela Organização das Nações Unidas (ONU), em 1992, sendo comemorado no dia 22 de março.

A água é um elemento composto por dois átomos de hidrogênio (H) e um de oxigênio (O), formando a molécula de H₂O. É uma das substâncias mais abundantes em nosso planeta e pode ser encontrada em três estados físicos: sólido (geleiras), líquido (oceanos e rios), e gasoso (vapor d'água na atmosfera).

Como substância, a água pura é incolor, não tem sabor nem cheiro.

“Essencial à vida.”

“As mais bonitas imagens da Terra, aquelas que são agradáveis aos olhos, à imaginação, as que são um convite ao relaxamento, sempre têm a água em sua composição: as ondas do mar, as cachoeiras, um riacho cristalino, a neve sobre as montanhas, os lagos espelhados, a chuva caindo sobre as plantas, o orvalho...”

(Dra. Carmem Unglert –Faculdade Saúde Pública – USP, c2009).

A água ocupa 70% da superfície da Terra. A maior parte, 97%, é salgada. Apenas 3% do total é água doce e, desses, 0,01% vai para os rios, ficando disponível para uso. O restante está em geleiras, icebergs e em solos muito profundos. Ou seja, o que pode ser potencialmente consumido é uma pequena fração.

Seus múltiplos usos são indispensáveis a um largo espectro das atividades humanas, onde se destacam, entre outros, o abastecimento público e industrial, a irrigação agrícola, a produção de energia elétrica e as atividades de lazer e recreação, bem como a preservação da vida aquática.

A ciência tem demonstrado que a vida se originou na água e que ela constitui a matéria predominante nos organismos vivos. É impossível imaginar um tipo de vida em sociedade que dispense o uso da água: água para beber e cozinhar; para a higiene pessoal e do lugar onde vivemos; para uso industrial; para irrigação das plantações; para geração de energia; e para navegação.

E somos compostos basicamente de água. Esse líquido precioso está nas células, nos vasos sanguíneos e nos tecidos de sustentação. Nossas funções orgânicas necessitam da água para o seu bom funcionamento. Em média, um homem tem aproximadamente 47 litros de água em seu corpo. Diariamente, ele

deve repor cerca de 2 litros e meio. Todo o nosso corpo depende da água, por isso, é preciso haver equilíbrio entre a água que perdemos e a água que repomos.

3.5.1 A ÁGUA NO BRASIL

O Brasil é um país privilegiado no que diz respeito à quantidade de água. A Amazônia, por exemplo, é uma região que detém a maior bacia fluvial do mundo. O volume d'água do rio Amazonas é o maior do globo, sendo considerado um rio essencial para o planeta.



Figura 5: Bacias Hidrográficas Brasileiras
Fonte: Faculdade Saúde Pública – USP , c2009.

Segundo Samuel (Faculdade da Saúde Pública),

"Se a bacia é ocupada por florestas nas condições naturais, essa água vai ter uma boa qualidade porque vai receber apenas folhas, alguns resíduos de decomposição de vegetais. [...] uma condição perfeitamente natural. Mas, se essa bacia começar a ser utilizada para a construção de casas, para implantação de indústrias, para plantações, então a água começará a receber outras substâncias além daquelas naturais, como, por exemplo, o esgoto das casas e os resíduos tóxicos das indústrias e das substâncias químicas aplicadas nas plantações. Isso vai contribuir para que a água vá piorando de qualidade. Por isso ela deve ser protegida na fonte, na bacia. Essa água, depois, vai ser submetida a um tratamento para ser usada pela população. Mas, mesmo a estação de tratamento tem suas limitações. Ela retira com facilidade os produtos de uma floresta, de uma condição natural. Mas esgotos pioram muito, e a presença de substâncias tóxicas vai tornando esse tratamento cada vez mais caro. Acima de um certo limite, o tratamento nem mais é possível, porque existe uma limitação para a capacidade depuradora de uma estação de tratamento. Então, a água se torna totalmente imprestável".

(Samuel Murgel Branco- Prof. titular da Faculdade Saúde Pública – USP,c2009).

Com a crescente expansão demográfica e industrial observada nas últimas décadas, isto trouxe como consequência, o comprometimento das águas dos rios, lagos e reservatórios. Com a falta de recursos financeiros no país, isto tem agravado

esse problema, pela impossibilidade da aplicação de medidas corretivas para reverter a situação.

O grande desafio para a sociedade, está sendo a mudança de postura na interação com o patrimônio básico para a vida humana: a água. E é cada vez mais urgente por soluções para os problemas ambientais, a fim de assegurar um futuro, onde haja respeito com a natureza, garantindo, assim, para as próximas gerações água potável suficiente.

“Penso “Água”, e já começo a senti-la na garganta, purificadora, refrescante, límpida e inocente. Mas como sou cozinheiro, penso “água” e vejo também caldo, sopa, todos os tipos de cozimento na água ou no vapor, sem falar nas infusões de Chá ou café”. (Ducasse, c2005)

O importante é preservar e consumir água de forma racional, compreendendo o ato em si, um exemplo: o por quê do lavar as mãos e por que beber água, não ser como atos simples, rotineiros e isolados, mas importantes para a saúde.

3.6 COCO

3.6.1 ORIGEM DO COCO

Quando se fala em coco, logo se lembra de Brasil, mas pesquisadores dizem que ele é originário da Ásia, e que foi introduzido no Brasil pelos portugueses em 1553, através da Bahia (daí o nome coco-da-Baía), de onde disseminou-se por todo o litoral nordestino que é responsável por 90 % da produção nacional, enquanto que Ásia e Oceania são responsáveis por 90 % da produção mundial, enquanto o Brasil a produtividade é baixíssima de 15%.

A planta é considerada uma das árvores mais importantes do mundo, devido ser uma atividade que gera emprego e renda em vários países do globo, onde seus frutos podem ser consumidos in natura ou industrializado na forma de mais de 100 produtos e subprodutos, como (água-de-coco, coco ralado, leite de coco, doce, sorvete, outros). Além disso, o coqueiro é utilizado como planta paisagística para embelezar praças, canteiros públicos, chácaras e fazendas.

Segundo Seagri (Governo da Bahia), usos do coqueiro,

Raízes: fabricação de balaios; caule: lenho de indivíduos idosos para Marcenaria e ornamentação, esteios, pisos de pontes, jangadas, mourões, palmito (broto comestível); folha: como forragem (folhas novas), matéria para balaios, esteiras, peneiras, chapéus; fruto, fibras para cordas, tapetes, escovas, amêndoas para copra³ alimento para sabões, óleos, farinha, leite de coco e água de coco.

Apesar do coqueiro se adaptar bem na praia, perto do mar e do sal, esta não é uma condição necessária para que ele seja cultivado com sucesso; como o coqueiro é uma planta de grande longevidade, podendo viver além dos 150 anos, chega a atingir 35 metros de altura, isso acaba dificultando a coleta dos frutos. Dos seis aos nove anos de idade, o coqueiro inicia a produção de frutos que se estabiliza quando chega aos 12 anos, alcançando uma média anual de 70 cocos por planta.

³ Copra: polpa seca do coco

Já o coqueiro anão, ele não alcança mais do que dez metros de altura, o que facilita a coleta dos frutos. É mais precoce do que a variedade gigante, iniciando sua frutificação no segundo ano após o plantio. Também apresenta maior produtividade, cerca de 200 frutos anuais por pé. Por outro lado, vive apenas 20 anos. Já o coqueiro gigante no 4º ou 5º ano de vida.

O coqueiro e seus frutos estão presentes em mais de 80 países – na Indonésia, no Pacífico, na África, nas Américas Central e do Sul e no Caribe.

As maiores plantações são encontradas na faixa litorânea da região Nordeste, com destaque para os estados da Bahia, Ceará e Sergipe.



Figura 6: muda coco
Fonte: Embrapa Rondônia, c2005.



Figura 7: coco adulto
Fonte: Embrapa Rondônia, c2005

O coco gigante seco é adquirido por intermediários para consumo como coco seco para culinária ou para indústrias; o coco verde (anão) é levado para consumo in natura.

O coqueiro é típico de regiões quentes, úmidas e ensolaradas; a água é o fator mais importante para o coqueiro e depois temperatura e radiação solar.

Colhe-se coco para:

- fornecimento da água-de-coco (coco imaturo),
- uso doméstico ou industrial (coco maduro seco), multiplicação (semente, coco tendendo a secar).

Tempo da colheita:

A colheita é feita a cada 60 ou 75 ou 90 dias, dependendo dos costumes da região ou da propriedade.

- Para a água de coco: 6^o e 8^o mês de vida do fruto,
- Polpa ou semente: plena maturação, depois do 11^o mês de vida,
- Coco maduro: cocos caídos
- Coco verde: subindo no coqueiro.

Para descascar o coco seco o trabalho tem que ser manual; uma barra de ferro firmemente encravada no solo, tendo uma lâmina cortante na extremidade superior ajuda um operário a descascar (batendo o coco na lâmina para tirar a fibra, usando proteção nos olhos, ele pode descascar até 1500 frutos por dia.

3.6.2 O COCO

É um fruto carnosos, de casca fibrosa, endocarpo duro, de semente esbranquiçada e succulenta, utilizada na alimentação juntamente com a água que se encontra dentro da semente.

A quantidade de água varia de acordo com a maturação de cada fruta, conforme o coco vai amadurecendo a água vai diminuindo.

O coco é rico em proteínas, gorduras, calorias, vitaminas A, B1, B2, B5, C, potássio, sódio, fósforo, cloro e fibras.

O coco verde atua com benefício para o organismo; diurético, em caso de diarreia, vômitos, dor de cabeça, problemas cardíacos, pressão alta e desidratação, hidrata a pele, diminui o colesterol, combate a verminose, controla pressão arterial, repõe energia, diminui a febre e auxilia no tratamento de úlcera estomacal.

Já o coco maduro deve-se evitar a ingestão por pessoas com pressão alta e alto colesterol.

Capítulo IV – UTENSÍLIOS:

Panelas: Para uso em fogão, as panelas devem ter cabos compridos, à prova de fogo, com peso suficiente para assentar com segurança sobre o fogo, mas não muito pesada, devendo distribuir o calor por igual.

Batedeira: Existem os modelos portáteis e de mesa para bater massas e cremes, chantilly, claras em neve e massas de bolo. Existem versões mais caras e sofisticadas com diversos complementos.

Batedores manuais: Feitos com volta de arame e cabo de metal são preferidos pelos chefs para bater claras em neve, misturar molhos e fazer massas sem grumos. Existem em diversos tamanhos para diferentes usos.

Espátula de borracha: Útil para despejar as claras em neve, serve para remover toda a massa da tigela.

Fôrma para bolo: de metal, quadrada, redonda ou retangular, fundas ou rasas, são utilizadas para fazer bolos simples ou em camadas. Existem também com formato decorativos. Algumas formas têm a base removível.

Fôrma de fundo removível: Tem a base removível e um dos lados preso por uma mola que ao ser solta facilita a remoção do bolo.

Pão duro: Ideal para raspar sobras no preparo de doces e salgados, e misturar preparações frias.. É feito de material duro.

Ralador: utensílio culinário usado para ralar alguns alimentos, ou seja, dividir em pequenos pedaços ou partículas. Normalmente é feito de uma folha de metal, com orifícios ou fendas cortantes.

Bowl: è um recipiente (tigela) em aço inox, usado para servir ou armazenar alimentos.

Prato: é um utensílio, normalmente circular, com a finalidade principal de acomodar os alimentos a serem consumidos. Podem ser classificados em dois tipos: prato raso, para refeição principal, e o prato fundo ou de sopa, este para conter líquidos.

Saco de confeitaria: é usado na cozinha, principalmente na área de confeitaria, para decorar doces em geral, principalmente bolos. Tem um formato de cone e podem ser encontrados de vários materiais:

- Saco para Confeitar Emborrachado
- Saco para Confeitar Lona
- Saco para Confeitar em Nylon
- Saco para Confeitar em Poliamida
- Saco para confeitaria de papel manteiga

Bico para decorar: são pequenos cones de metal ou plástico, com diferentes acabamentos nas pontas. Indispensáveis na confeitagem de bolos. Hoje se encontram mais de 300 tipos de bicos.

Aro de alumínio: acessório em aço inox, usado para montar bolos, podem ser encontrados em vários tamanhos e formatos.

Papel manteiga: é um papel branco, vendido em rolos ou folhas, utilizado para fins culinários.

Maçarico: é usado para gratinas, caramelizar e encrostar, usa-se gás butano ou refil de isqueiro.

Colher: Utensílio culinário utilizado para degustação de cremes e sopas, e tem importantes funções na cozinha. As colheres de mesa são geralmente de metal, enquanto as de cozinha podem ser de metal, ou de madeira ou de plástico.

Capítulo V - PREPARO / FOGÃO / FORNO:

Banho-Maria: banhar em água, pondo a panela ou vasilha com o alimento dentro ou sobre uma panela maior de água fervendo. Pode ser no forno ou diretamente no fogo.

Bater em neve firme: grau de aeração de clara batida preferencialmente em batedeira. Estará em neve quando, ao se levantar o batedor, a espuma permanecer firme.

Raspas: A casca das frutas cítricas, a parte colorida, e não a película branca e amarga é perfumada e saborosa. Pode ser cortada em tiras ou ralada, dependendo da recita. Para tiras finas, use descascador de frutas cítricas.

Para ralar use o ralado, esfregue somente a casca da fruta, sobre o ralo fino, retire do ralador com um pincel.

Untar / forrar: cobrir uma fôrma com gordura (geralmente manteiga, ou óleo, no caso das fôrmas de bolo), e/ ou farinha de trigo ou papel- manteiga para evitar que o alimento grude.

Assar: cozinhar o alimento no forno. Use o termômetro para obter um melhor resultado, a maioria dos fornos esquenta mais do que indicam suas escalas.

Cobrir: cobrir a superfície ou uma sobremesa com glacê, por exemplo.

Glossário

Assar: cozinhar o alimento no forno. Use o termômetro para obter um melhor resultado, a maioria dos fornos esquentam mais do que indicam suas escalas.

Bater: incorporar ar a ingredientes, como os cremes de leite ou ovos, usando um batedor de metal. Misturar ingredientes com movimento uniforme e rápido até obter uma massa lisa e homogênea, com um batedor manual, uma colher ou batedeira.

Calda: líquido doce feito pelo aquecimento de açúcar com água. Pode ser usada de várias maneiras, dependendo da proporção de açúcar em relação à água e da temperatura.

Cobrir: cobrir a superfície ou uma sobremesa com glacê, por exemplo.

Bater em neve firme: grau de aeração de clara batida preferencialmente em batedeira. Estará em neve quando, ao se levantar o batedor, a espuma permanecer firme.

Cozimento em banho- Maria: método de cocção à base de calor indireto, apropriado para confecção de alguns molhos, caldas, pudins e preparações com ovos que não devem chegar a ferver. Coloca-se o recipiente com o alimento dentro de outro maior, no qual é colocada água muito quente (entre 80° e 85° C).

Caramelizar: processo de cozinhar o açúcar até ficar liquefeito e transformar-se em calda, cuja cor vai do dourado ao marrom- escuro. O açúcar também pode ser caramelizado se polvilhado sobre o alimento para derreter no forno (como creme brûlée). Este termo também se aplica a cebolas e alho-poró quando sautéem em gordura.

Glacê fondant: mistura fina e lisa de água, açúcar, glicose, ao ponto de bala mole, depois trabalhada para ficar flexível e macia, usada na decoração de éclairs. Não

confundir com o glacê usado para cobertura de bolos de aniversário, o qual é feito com água, açúcar e cremor tártaro.

Raspas: A casca das frutas cítricas, a parte colorida, e não a película branca e amarga é perfumada e saborosa. Pode ser cortada em tiras ou ralada, dependendo da receita. Para tiras finas, use descascador de frutas cítricas.

Para ralar use o ralado, esfregue somente a casca da fruta, sobre o ralo fino, retire do ralador com um pincel.

Untar / forrar: cobrir uma fôrma com gordura (geralmente manteiga, ou óleo, no caso das fôrmas de bolo), e/ ou farinha de trigo ou papel- manteiga para evitar que o alimento grude.

TEMPERATURA

Dependendo da marca e do tipo de fogão, o botão do forno traz uma numeração para indicar as temperaturas correspondentes aos graus centígrados.

Nº 1	forno muito alto ou quente	220 °C ou mais
Nº 2	forno alto ou quente	220 °C
Nº 3	forno médio ou moderado	160 a 180 °C
Nº 4	forno baixo	150 a 160 °C
Nº 5	forno bem baixo	100 a 150 °C

PLANO DE ATAQUE

Mise-en-place	
Separar claras	30 segundos
Separar o açúcar	30 segundos
Retirar o coco da casca e descascar	3 minutos
Untar forma e cobrir com papel manteiga	2 minutos
Total:	6 minutos
Etapas do Processo	
Banho Maria das claras com o açúcar	5 minutos
Bater na batedeira até ponto duro	5 minutos
Retirar as raspas do limão	30 segundos
Colocar as raspas de limão	10 segundos
Colocar na forma (aro)	1 minuto
Assar	45 minutos
Esfriar	15 minutos
Total:	1 h. 11 min. 40 seg.
Finalização	
Desenformar	30 segundos
Cobrir	3 minutos
Decorar com o bico de confeitar	3 minutos
Queimar com maçarico	30 segundos
Decorar com coco e raspa de limão	1 minuto
Gelar	Mínimo 4 horas
Total:	4 h. 8 min.

“TORTA MERENGUE DE LIMÃO”



Figura 8: Torta Merengue de Limão
Fonte: autora/ 2010

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Através do estudo elaborado para conclusão de curso, podemos analisar dentre os estudos feitos e fundamentados em autores que ajudaram no processo de busca, descobertas e aprendizagem, que o referido estudo nos fez viajar pelo tempo, através de um apanhado histórico, desde a origem de alimentos até os dias de hoje.

Outro sim, o referido estudo nos fez vivenciar algumas histórias de nossa família, e descobrir a riqueza que uma simples receita pode ter. Resgate de família nos leva a acreditar que o passado pode fazer parte de nossa realidade, é um colaborador para grandes realizações através de nossas ações.

Com isso, este trabalho é como continuar, ou manter, ou até mesmo inovar o que foi deixado por aqueles que partiram, foi um desafio pela busca do sabor, do aroma, da textura deste prato.

A busca pelo sabor original da Torta Merengue de Limão foi um desafio, um desafio com três etapas; a primeira conseguir a receita original da família, que por tradição são mantidas em segredo até o ultimo momento de vida; o segundo, a produção da torta, sendo fiel ao modo de preparo e os ingredientes, somente através de depoimentos; e por final, o terceiro desafio, o sabor original da Torta Merengue de Limão.

Depois de vários testes, e familiares degustando, o objetivo foi alcançado com sucesso. O sabor de Torta Merengue de Limão, é o mesmo do ano de 1977, quando começou a ser produzida na família Bighetti.

REFERÊNCIAS:

A GRANDE COZINHA: **cremes, pudins e musses** (volume 02) – São Paulo: Editora abril, 2007. Abril Coleções. 150 p.

GOMES, Marco Antonio Ferreira. Água no corpo humano. Embrapa.com, c2009. Disponível em: <<http://www.aguas.cnpm.embrapa.br/natureza/agua/aquahumano.htm>>. Acesso em: 25 mai 2010

CERQUEIRA, Wagner e Francisco. Água potável. Brasil Escola.com, c2008. Disponível em: < <http://www.brasilecola.com/geografia/agua-potavel.htm>>. <<http://www.brasilecola.com/geografia/agua.htm>>. Acesso em: 26 mai 2010.

AÇUCAR. Informações ao consumidor. Disponível em: <<http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/acucar.asp>>. Acesso em: 17abr 2010.

AÇUCAR, Conheça todos os tipos de açúcar- Alimentação, c2008. Disponível em: <<http://www.minhavidacom.br/conteudo/1950-Conheca-todos-os-tipos-de-acucar-e-atente-aos-perigos-de-extrapolar.htm>>. Acesso em: 17 abr 2010.

AÇUCAR, História do açúcar – Origem da planta, c2008. Disponível em: <http://museu.mct.gov.mz/acucar/Historia%20do%20Acucar_1.htm>. Acesso em: 15 abr 2010.

AÇUCAR, **TIPOS de açúcar** – Os dez tipos de açúcar, c2009 . Disponível em: <<http://www.blogbrasil.com.br/os-dez-tipos-de-acucares/>> Acesso em: 20 abr 2010.

COCO- Chamada rainha das frutas mais ainda pouco consumida no Brasil, pg.16. Disponível em: <<http://www.portalsaofrancisco.com.br/alfa/coco/coco-16.php>> Acesso em: 01jun 2010.

Cabral, Gabriela. COCO - Equipe Brasil escola. Disponível em: <<http://www.brasilecola.com/frutas/coco.htm>>. Acesso em: 01 jun 2010.

CULTIVO do coqueiro – Cultivo do coqueiro em Rondônia, c2005. Disponível em: <<http://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br/FontesHTML/Coco/CultivodoCoqueiroRO/index.htm>>. Acesso em: 02 jun 2010.

DUCHENE LAURENT / JONES BRIDGET- Le Cordon Bleu – **Sobremesas e suas técnicas**- 2004, Editora Nobel / AMPUB Comercial Ltda.

DUCASSE, ALAIN_ Ducasse de A a Z/ Alain Ducasse; **tradução de Hortência Lencastre** – Rio de Janeiro: Ediouro, 2005.

GRISWOLD, Ruth Mary, 1908 – 1966 – **Estudo Experimental dos Alimentos** – Ed. da Universidade de São Paulo – 1972.

GALINHA – Animais de quinta, versão 3G. Disponível em:
<http://animais.clix.pt/animais3g.php?id=99_galinha>. Acesso em: 01 abr 2010.

LAKATOS, EVA MARIA/ MARCONI, MARINA - **Metodologia do trabalho científico: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório....** 4º .ed.- São Paulo: Atlas, 1992.

LIMÃO – Características da Planta- Fonte: www.bibvirt.futuro.usp.br. Disponível em:
<<http://www.portalsaofrancisco.com.br/alfa/limao/limao.php>>
Acesso em: 15 abr 2010.

PASSONI, Adriana Carla; MARQUES, Marcelo Costa; RODRIGUES, Bruna Boaretto; BOTEON, Margarete. LIMÃO – Instituto Brasileiro de Frutas (IBRAF), c2006. Disponível em:
<[http://www.ibraf.org.br/Instituto Brasileiro de Frutas \(IBRAF\)](http://www.ibraf.org.br/Instituto Brasileiro de Frutas (IBRAF))>. Acesso em: 10 mar 2010.

LIMÃO TAITI – A cultura do limão Taiti. 2º Edição- Coleção Plantar 39, c1998. Disponível em: <http://livraria.sct.embrapa.br/liv_resumos/pdf/00013440.pdf>
Acesso em: 13 mar 2010.

MANTEIGA- **Regulamento técnico de identidade e qualidade de manteiga.** Ministério da Agricultura do Abastecimento e da Reforma Agrária. Gabinete do Ministro. portaria nº 146 de 07 de março de 1996. Disponível em:
<<http://www.agricultura.gov.br/manteiga>>. Acesso em: 05 jun 2010

MIRANDA, E. E. de. **Água na natureza, na vida e no coração dos homens.** Campinas, 2004. Disponível em: <<http://www.aguas.cnpm.embrapa.br>>. Acesso em: 02 jun. 2010.

OVOS - **Curiosidades sobre ovos** – Qual a diferença entre os ovos, c2008. Disponível em: <<http://www.brasilescola.com> › Curiosidades ovos>. Acesso em: 05 abr 2010.

OVOS –Tudo sobre ovos, c2007. Disponível em:
<<http://www.viaintegral.com/via2007/paginas/ovo.htm>>. Acesso em: 05 abr 2010.

OVOS - CURIOSIDADES, sobre as cores dos ovos, c2009. Disponível em:
<<http://www.guiagratisbrasil.com/curiosidades-sobre-as-cores-dos-ovos-de-galinha>>. Acesso em: 10 abr 2010.

PERRELLA S. ANGELO/ PERRELLA C. MYRIAM - **História da Confeitaria no Mundo** – 1999, Editora Livro Pleno LTDA.

NEVES, José Luis (FEA-USP) - PESQUISA qualitativa e quantitativa- Características, usos e possibilidades, c2003. Disponível em:
<<http://www.ead.fea.usp.br/cad-pesq/arquivos/c03-art06.pdf>>. Acesso em: 15 mar 2010

SECRETARIA DO ABASTECIMENTO DO ESTADO DE SÃO PAULO - **Manual de Orientação Alimentar e Receitas**- 1988 – São Paulo - 3º edição

SCHIMIDT, ARILDA - **Revista de Administração de Empresa** (Artigo, 1995)- São Paulo p.2. Disponível em:

<http://www.producao.ufrgs.br/arquivos/disciplinas/392_pesquisa_qualitativa_godoy2.pdf> . Acesso em: 15 abr 2010.

TRADIÇÕES ITALIANAS- Gastronomia, c2006. Disponível em:

<<http://www.jornal.valeparaibano.com.br/2006/04/23/dom/gastro.html>>

Acesso em: 23 abr 2010.

WRIGHT JENI / TREUILLE ERIC – Le Cordon Bleu – **Todas as Técnicas Culinárias** – 1996, Editora Cassell / Editora Marco Zero.

APÊNDICE A:

Entrevista com Antônio Bighetti

1. **Qual o seu nome:** Antonio Bighetti
2. **Data de nascimento:** 30/01/1945, Bauru – SP.
3. **Nome de seus pais:**
Altibano Bighetti e Angelina Bighetti
4. **Fale-me um pouco sobre seus pais:**
Minha mãe veio para o Brasil com três anos de navio com minhas avós em 1910, foram morar em Bica da Pedra, que hoje é conhecida como Itapuí. Em 1920 meus avós mudaram para Jacuba, e em 1927 minha mãe se casou com meu pai Altibano Bighetti e tiveram 10 filhos. Eu sou o nono dos 10 filhos.
5. **Você é casado?**
Casei-me no ano 1975 com Maria de Lourdes Azevedo Bighetti
6. **Tem filhos?**
Luciano Bighetti, com 33 anos
7. **Com quantos anos começou a trabalhar no ramo de alimentação?**
Com 11 anos, em 1956 na Confeitaria Boas festas, 1958 a 1960 na Confeitaria Cidinha, 1960 a 1964 na Padaria Suíça. Mas desde os meus 10 anos já batia bala de coco e vendia.
8. **Porque não continuou no ramo?**
Em 1964 tive que me alistar no exército, fiquei até 1966, quando sai surgiu à oportunidade de trabalhar na Loja Arapuã, isso em 07/1966 até 2001. Só voltei às atividades em 2002 quando sai da empresa e montei uma lanchonete: Delta Lanches, e vendas de Bolos e Tortas sob encomenda.
9. **Já fez alguma viagem para fora do Brasil?**
Estados Unidos, Bélgica, França, Argentina, Paraguai.
10. **Qual o País que mais gostou?**
A França, de onde tenho ótimas lembranças, fui à copa de 1998, conheci alguns restaurantes, o que mais gostei foi um em especial próximo ao Palácio de Versalhes, onde comi uma deliciosa vitela e um salmão defumado com fettuccine, joelho de porco.
11. **Tem alguma preferência em comida?**
Gosto de comer e fazer, peixes e massas.

12. Quando começou este interesse pela comida e cozinha?

Desde pequeno, mais ou menos com oito anos já lia receitas e sobre temperos, sempre fui muito curioso, foi assim que aprendi conhecer os alimentos e fazer algumas combinações e produzir minhas próprias receitas.

13. Continua com este mesmo hábito até hoje?

Sim, além de ler bastante, pesquiso muito na internet, novidades, nomes diferentes, comidas dos países, tudo o que não conheço.

14. Como é essa combinação que você faz dos alimentos?

Pesquiso sobre os ingredientes de uma receita, vejo se combinam, e agrego outros ingredientes que possa melhorar o sabor do prato.

15. O que te chama mais a atenção nos alimentos?

As cores, o visual do prato me faz dar água na boca. Isso me dá a vontade de experimentar, sentir o sabor.

16. Como você vê os alimentos?

Fico encantado, só de imaginar a beleza dos alimentos, e nas suas transformações.

17. Na sua lanchonete você fazia algo diferente?

Há, era uma lanchonete, mas não só de lanches, sempre quis algo diferente, aí montei servindo desde lanches a alguns pratos asiáticos: pastéis, lanches, sobá, yakissoba, caldos, sopas, e refeições aos domingos sob encomenda.

18. Quando Torta Merengue de Limão surgiu na Família?

Foi em 1977, me casei em 1975 e minha cunhada me ensinou a fazer esta torta, e esta receita é a original, mas aos poucos fui fazendo algumas mudanças nos ingredientes, mas mantive a forma de preparo original. A torta Merengue de limão de hoje; eu coloco ácido cítrico, crémor tártaro, creme de leite fresco no lugar de merengue suíço para cobrir, na decoração, uso coco em flocos ou coco fresco ralado, acho que hoje ela é bem mais saborosa que naquela época.



Figura 9: Antônio Bighetti
Fonte: autora / 2010.

APÊNDICE B:

TESTES DA TORTA MERENGUE COM OUTROS INGREDIENTES:

Mesmo sendo o meu objetivo manter o sabor original desta Torta Merengue, foi feito alguns testes com ingredientes diferentes da receita; observando as alterações no sabor, aroma da Torta.

B1: Torta Merengue com Limão Siciliano:

Deu para se notar com o limão Siciliano, um leve sabor característico desta fruta, com um toque suave no sabor, mas levemente mais ácido que do limão Taiti e um aroma perfumado.

B2: Torta Merengue com Limão Cravo:

O seu sabor e aroma parecidos com uma mexerica ficou presente na Torta Merengue, dando também uma tonalidade alaranjada no merengue e o sabor bem acentuado do limão cravo (forte). O limão cravo foi usado maduro, por ter maior valor nutritivo.

B3: Torta Merengue com cobertura Creme de leite:

Usando creme de leite fresco batido, deixando um sabor mais suave, e amenizando o doce do merengue.

B4: Torta Merengue com cobertura de merengue italiano:

Não houve mudanças no sabor da Torta, apesar do modo de preparo do merengue italiano ser diferente do merengue suíço, o sabor se manteve igual nos dois processos.

B5: Torta Merengue de Limão com cobertura de chantilly de caixinha:

Este chantilly por ter uma pequena composição de gordura, ficou bem presente no momento da degustação, mas adicionando uma quantidade de creme de leite no momento de bater o chantilly, o sabor de gordura ficou nulo.

A quantidade do teste:

1 caixa de chantilly Amélia

1 lata de creme de leite Nestlé

todos muito bem gelados (+ ou – 1 hora no congelador ou freezer).

B6: Torta Merengue de Limão com Açúcar Cristal:

Devido aos grãos deste açúcar cristal ser maiores que do refinado, mantive o cuidado no momento de aquecer as claras, todos os grãos estarem derretidos.

A forma de preparo foi mantida, e não houve alteração no volume, na textura e nem no sabor e aroma da Torta.

B7: Torta Merengue de Limão com Merengue Francês:

Foi mantida a quantidade de claras e açúcar para o merengue Francês, e assado na temperatura de 90°C por 45 minutos; e foi observado que na superfície da torta, formou-se uma camada dura de suspiro crocante, houve também uma alteração no volume e textura da torta; volume menor e textura mais mole. Deixando a torta em descanso por 24 horas, ocorreu a formação de uma calda de tonalidade esverdeada ao redor da torta, com um leve amargor.

APÊNDICE C:**TABELA NUTRICIONAL DA TORTA MERENGUE DE LIMÃO**

Esta tabela foi calculada baseada na quantidade de ingredientes utilizados na produção de uma unidade de Torta Merengue de Limão.

100g de clara de ovo
150 g de açúcar
3 g de raspas de limão
30 g de coco fresco ralado
3 g de manteiga

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**Quantidade por unidade: 2 porções**

Calorias	1001,74 kcal
Proteínas	16,04 g
Lipídios	29,80 g
Carboidratos	174,66 g

Tabela: Informações nutricionais
Fonte: www.unicamp.br/nepa/taco

Anexo B – Requisição de Produtos



Universidade do Sagrado Coração
Centro de Saúde

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

Professor: Klaus Negrão Vidrik
Disciplina: Trabalho de Conclusão de Curso
Nome do aluno: Jânia Maria Barbosa Bighetti Pereira

R.A.: 20091142082362	Data da Apresentação:	Horário:
REQUISIÇÃO DE PRODUTOS		
PRODUTOS	ESPECIFICAÇÕES DO PRODUTO	QUANT./U.M.
SECOS		
ovos	grandes	12 unidades
Açúcar	Refinado união	600 grs.
HORTIFRUTI		
Limão	Taiti	5 unidades
Coco	Fresco/ maduro	150 grs
CARNES/FRIOS/EMBUTIDOS		
INDUSTRIALIZADOS/ENLATADOS/BEBIDAS		
CONDIMENTOS/OUTROS		
manteiga		10 grs
UTENSÍLIOS		
ralador	ralo	1 unidade
Bowl	Tamanho médio	1 unidade
Panela	Tamanho grande	1 unidade
Aro de alumínio	10 cm diâmetro	2 unidades
Prato	Branco	2 unidade
Saco de confeitaria		1 unidade
Bico para decorar	Pitanga tamanho médio	1 unidade
Pão duro	Colher	1 unidade
Forma ou GN	para assar	1 unidade
Papel manteiga	folha	1 unidade
Espátula	Alisar a superfície da torta	1 unidade
Colher	Sopa	1 unidade
Pano de prato		1 unidade
EQUIPAMENTOS		
Batedeira	Completa (batedor/ bacia)	1 unidade
Maçarico		1 unidade
OBS.:		
Ingredientes que irá trazer		