

UNIVERSIDADE SAGRADO CORAÇÃO

MÔNICA DARÉ ALBERCONI

**GASTRONOMIA CULTURAL
STROGONOFF DE UVA**

**BAURU
2010**

MÔNICA DARÉ ALBERCONI

**GASTRONOMIA CULTURAL:
STROGONOFF DE UVA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao centro de ciências da saúde como parte dos requisitos para obtenção do título de formação em Gastronomia sob orientação do Prof. Klaus Negrão Vidrik.

**BAURU
2010**

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	4
2 HISTÓRIA DA FAMÍLIA DARÉ	5
2.1 ORIGEM.....	5
2.2 CURIOSIDADES.....	6
3 RECEITA	5
3.1 INGREDIENTES.....	5
3.2 PREPARO.....	6
3.3 UTENSÍLIOS.....	7
3.4 FICHA TÉCNICA.....	7
3.5 PLANO DE ATAQUE.....	9
4 INGREDIENTES	10
4.1 UVA.....	10
4.1.1 HISTÓRIA.....	10
4.1.2 VALOR NUTRICIONAL.....	10
4.1.3 CURIOSIDADE	10
4.1.4 UVA ITÁLIA.....	11
4.1.5 UVA BENITAKA.....	11
4.1.6 A PLANTA.....	12
4.2 LEITE CONDENSADO	12
4.2.1 HISTÓRIA.....	12
4.3 OVO.....	13
4.3.1 HISTÓRIA DO OVO NO NOVO MUNDO.....	13
4.3.2 VALOR NUTRICIONAL.....	13
4.3.3 GEMA.....	13
4.3.4 CLARA.....	14
4.4 MANTEIGA.....	14
4.4.1 HISTÓRIA.....	14
4.4.2 CURIOSIDADE.....	14
4.5 CREME DE LEITE.....	15
4.5.1 HISTÓRIA.....	15
4.5.2 FABRICAÇÃO.....	15
4.6 BAUNILHA.....	16
4.6.1 O QUE É A BAUNILHA.....	16
4.6.2 HISTÓRIA	16
4.6.3 ONDE CRESCE A BAUNILHA.....	17
4.7 NOZES.....	17
4.7.1 NOGUEIRA.....	17
4.7.2 VALOR NUTRICIONAL.....	18

4.8 AÇUCAR.....	18
4.8.1 HISTÓRIA DO AÇÚCAR.....	18
4.8.2 PRODUÇÃO.....	19
4.8.3 MERCADO BRASILEIRO DE AÇÚCAR.....	19
4.8.4 DEMANDA DOMESTICA POR AÇUCAR.....	19
CROQUI DE EMPRATAMENTO.....	20
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	20
REFERÊNCIAS.....	21
ANEXOS.....	23

1 Introdução

Esta receita é uma versão doce do tradicional stroganoff conhecido por famílias de todo o mundo, porém esta leva como ingrediente frutas com creme doce e gelado.

Esse é um prato saboroso porém trabalhoso, pelo fato das uvas serem postas sem semente, por esse motivo precisávamos da família reunida para adiantar o processo trabalhoso da preparação do mesmo.

Situação problema

A fruta nesta preparação exerce uma função importante, que no caso é, dar o equilíbrio de sabor, o creme é uma preparação doce, e a uva tem a função de estabelecer este contraste. Será que se trocarmos a fruta por um outro doce ou um outro ingrediente, o doce teria o equilíbrio e o sabor agradável?

Objetivo geral

Resgatar uma receita de família e constatar que a gastronomia não é só inovações e tecnologia, mas também simplicidade, equilíbrio e um toque caseiro no qual nos proporciona bons momentos, e boas lembranças.

Objetivo Específico

Equilibrar uma preparação é um desafio; Cada ingrediente exerce função em uma receita, esta foi selecionada, pelo fato do contraste proporcionado entre a uva e o creme o equilíbrio total.

Delimitações

O conhecimento com tem ênfase na família Daré, na qual tem descendência Italiana e Espanhola, porém este doce possui toques especialmente italianos, já que a uva é uma das especiarias mais conhecidas na Itália.

Hipótese

O doce de leite industrializado interfere no sabor final do doce, sendo assim o leite condensado cozido desempenha um melhor papel neste prato.

Justificativa

Este prato simboliza na família, ocasiões especiais, pois este sempre esteve presente nas principais reuniões e comemorações, onde todos poderiam participar para elaborá-lo.

DESENVOLVIMENTO

2 História da Família Daré

2.1 Origem

Vindos da Itália, mais precisamente CITTA'DI VITTORIO VENETO, junto com imigrantes, João Batista Daré chegou ao Brasil em 1900, e foi morar no interior de São Paulo, onde encontraram terras férteis e até então desconhecidas, fixaram suas residências uma próxima as outras, formando assim um pequeno povoado. João Batista casou-se e teve três filhos, Pepe Daré, Afortunato Daré e Jacob Daré.

Deram o nome a este povoado como Santo Antonio do Tanquinho, uma vez que ficava próximo a Vila Tanques

Tinham também Santo Antonio como seu santo devoto, a ponto de nomeá-lo como seu Padroeiro. O centro da cidade deixaram para as corridas de cavalo, onde nas fronteiras foram construídos pequenos prédios, para que pudesse fazer o comércio de bebidas, nos dias de corrida.

Já com um número razoável de famílias, houve a formação administrativa e judiciária. Com isso, o povoado foi elevado a Distrito de Paz, com o nome de BOCAYUVA em homenagem ao Senador Quintino Bocayuva, pela Lei nº 1.337 de 07 de Dezembro de 1912. Passados anos, criou-se um Município, com terras desmembradas de Ubirama, hoje Lençóis Paulista, verificando-se sua instalação em 1º de Fevereiro de 1925.

Mais tarde, mudam-lhe o topônimo para MACATUBA, nome de origem indígena, que significa abundância de macás (MACÁ - fruta silvestre e TUBA - abundância).

2.2 Curiosidade

Daré ou Da ré é um sobrenome originado de Dél Rei ou seja Dos Reis.

3 Receita

3.1 Ingredientes

250 de Uva Itália

250 de Uva Benitaka

395 g de leite condensado cozido

200 g de creme de leite

2 ovos

30 g de margarina

2 ml de essência de Baunilha

50 g de Açúcar Refinado

40 g de Nozes

3.2 Preparo

Leve ao fogo o leite condensado cozido, as gemas e a manteiga mexa até que a mistura desgrude do fundo da panela. Fora do fogo acrescente o creme de leite e deixe esfriar, logo após, acrescente o merengue francês mexendo delicadamente.

Forre um pirex ou uma taça com as uvas cortada em metades e sem sementes, cubra com o creme, adicione nozes moída a gosto.

3.3 Utensílios

Panela de Pressão: panela que acelera cocção de alimentos.

Abridor de Lata: Utensílios utilizado para facilitar a abertura de qualquer lata.

Batedeira: Equipamento responsável pela mistura rápida dos ingredientes.

Caçarola: Panela utilizada para cocção.

Espátula: Utensílio para manipular, misturar preparações.

Faca Chef: Utensílio utilizado para cortar alimentos

Faca de legumes: Faca pequena para manipular principalmente legumes

Fouet: Utensílio utilizado para aerar e incorporar preparações.

Bown: Utensílio utilizado para, misturar, guardar preparações.

Tábua: placa de polietileno para cortes.

3.4 Ficha Técnica

Nome do Prato	STROGONOFF DE UVA					
Nome do Aluno	Mônica Daré Alberconi					
Tempo de preparo:	Turma:			Data		
Ingredientes	Unid	Qtde Liquida	Fator de Correção	Qtde Bruta	Custo Unit.	Custo Bruto
Uva Itália	Kg	0,245	1.02	0,250	7,99	1,99
Uva Benitaka	Kg	0,245	1.02	0,250	10,20	2,55
Ovo	Kg	0,1	1.12	0,11	5,40	0,59
Leite Condensado	Kg	0,395	1	0,395	3,09	1,22
Manteiga	Kg	0,03	1	0,03	16,75	0,50

Creme de Leite	Kg	0,2	1	0,2	7,30	1,46
Açúcar	Kg	0,03	1	0,03	2,34	0,07
Nozes	Kg	0,08	1	0,08	68,10	5,44
Baunilha	L	0,002	1	0,002	167.66	0,33
Kg=quilo / Un=unidade / Qb=quanto baste					Custo Total:	14,15
Modo de preparo:						
1.	Cozinhe a lata de leite condensado, por 55 minutos depois de pegar pressão. Retire e deixe esfriar.					
2.	Leve ao fogo o Leite condensado cozido com as gemas e a manteiga. Mexa até que desgrude do fundo da panela, acrescente o creme de leite. Deixe esfriar.					
3.	Faça a Higiene das Uvas e corte-as na metade, tire as sementes, arrume-as					
4.	Faça um Merengue com as Claras e o Açúcar e incorpore ao creme					
5.	Faça a Apresentação e decore com Nozes					
Seqüência de montagem						
1	Arrumar as Uvas no recipiente.					
2	Colocar metade do creme					
3	Salpique as nozes					
4	Complete com o creme.					
5	Decore					

3.5 Plano de Ataque

Preparação		
	Preparações	Tempo
1.	Cozinhar o Leite condensado	00:55
2.	Higienizar as uvas	00:10
3.	Preparar o Creme	00:08:35
4	Esfriar o creme	00:05:00
5.	Cortar e tirar as sementes das Uvas	00:04:00
6.	Montagem	00:02:00
7	Cortar as Nozes	00:01:00
8.	Bater as Claras e finalizar o merengue	00:05:00
9	Agregar o Merengue ao creme	00:01:00
10	Finalizar a Montagem	00:01:00
11	Esfriar a preparação	01:00:00
Apresentação		
1.	Preparar o Creme	00:08:35
2	Misturar o creme de leite	00:01:50
3.	Cortar e Preparar as Uvas	00:03:00
4.	Montagem	00:03:20
5.	Cortar as Nozes	00:01:00
6	Bater as Claras e finalizar o merengue	00:05:20
7	Agregar o merengue ao creme	00:01:00
8	Finalizar o prato	00:01:00
9	Decorar	00:01:00

4 Ingredientes

4.1 Uva

4.1.1 História

Acredita-se que as uvas originaram-se na Ásia, tendo sido introduzidas na Península Itálica e na Europa pelos povos gregos.

Foram os romanos, por sua vez, que transformaram a viticultura em um comércio lucrativo, enchendo as paisagens mediterrâneas de videiras.

No Brasil, as uvas chegaram junto com os primeiros colonizadores portugueses. Por muito tempo, segundo Pio Côrrea, 'predominou por aqui a idéia de que as condições ambientais não permitiriam jamais a cultura da videira, planta que era considerada delicadíssima, e que só poderia medrar em alguns países da Velha Europa". Hoje, no entanto, a viticultura constitui-se em uma grande fonte de riquezas para o País.

4.1.2 Valor Nutricional

A uva é uma fruta altamente energética por ser rica em carboidratos, apresentando também pequenas quantidades de vitaminas do Complexo B e vitamina C.

Pela sua quantidade de água e sais minerais, ela ativa os rins aumentando a eliminação de urina. Além de suave laxante, essa fruta atua contra várias enfermidades do intestino, fígado, abdome, vômitos e amargo da boca, além de estimular as funções cardíacas.

4.1.3 Curiosidade

Até nossos dias, a maior parte da produção das videiras permanece destinada à industrialização do vinho: calcula-se que cerca de 80% do total produzido anualmente é transformado em vinhos ou em outros tipos de bebidas alcoólicas, tais como brandy, cognac, armagnac, jerez, etc e cerca de 5% destina-

se ao processamento de sucos; outros 5% viram uvas passas; e 10% é consumido in natura, como sobremesa ou por puro prazer.

Há cerca de 10 mil variedades diferentes de uvas, adaptadas a vários tipos de solo e de clima, o que possibilita o seu cultivo em quase todas as regiões do mundo.

Fruta-símbolo do deus grego Dionísio (Baco, na mitologia romana), preparava o vinho que embebedava os participantes das bacanais, liberando emoções e instintos. Sem fermentação, porém, só provoca o prazer do sabor e o pecado da gula. Contém glucose, ferro, potássio e é rica em vitaminas (A, B1, B2).

4.1.4 Uva Itália.

Principal variedade de uva fina de mesa do país.

A uva Itália, variedade de uva de mesa (considerada uva fina), de origem italiana e aclimatada no Brasil. primeira cidade a produzir a Uva Itália no país foi Ferraz de Vasconcelos, na Grande São Paulo.

Apresenta-se bastante sensível às doenças fúngicas. Os cachos são grandes, com peso médio de 450 g, cilíndrico-cônicos, alongados, alados e muito compactos, com boa resistência ao transporte e armazenamento. As bagas são grandes (8 a 12 g), ovaladas, podendo atingir mais de 23 mm de diâmetro. Possuem coloração verde ou verde-amarelada, consistência carnosa, sabor neutro levemente moscatel e boa aderência ao pedicelo

4.1.5 Uva Benitaka

Originada de mutação somática na variedade Itália, foi descoberta numa fazenda, no município de Florai, Norte do Paraná, lançada em 1991, passou a ser cultivada no Submédio São Francisco, em 1994, aproximadamente. Destaca-se pelo intenso desenvolvimento da coloração rosada escura, mesmo quando ainda imatura, em qualquer época do ano. Os cachos são grandes, com peso médio de aproximadamente 400g e bagas grandes (8 a 12 g). A polpa é crocante, com sabor neutro. Apresenta boa conservação pós-colheita. Estas características conferem à 'Benitaka' um lugar de destaque, sendo a uva de cor que mais vem despertando o interesse dos produtores nesta região, nos últimos anos (Figura 1C).

4.1.6 Planta

A videira é uma trepadeira que tem um ciclo bastante definido. Com a chegada da primavera, ela solta novos galhos, onde aparecem as flores e, posteriormente, os frutos. Da floração à colheita há um espaço de uns 100 dias. Durante esse período, o sol é mais do que importante. É ele que faz amadurecer as uvas e aumentar o teor de açúcar.

4.2 Leite condensado

4.2.1 História

No dia 22 de janeiro daquele ano 1890, o jornal O Estado de São Paulo trazia, em meio a seus classificados, um anúncio discreto. Desembarcara no Brasil e estava à venda “a varejo e em grosso” na drogaria São Paulo, na rua São Bento, um novo produto. Ótimo alimento para “creanças”, preferível mesmo ao leite fresco, esse novo produto era o leite condensado, que oferecia a garantia do nome do doutor Henri Nestlé.

O novo produto logo conquistou as preferências. Durante anos a fio, os carregamentos vindos da Suíça foram esperados com ansiedade. E quando nas boas casas de importados aparecia a tal latinha, trazendo espantada a figura de uma simpática mocinha suíça que permitia identificar logo a procedência, as solicitações eram imediatas. Todas queriam a “lata da mocinha”. E assim, a mocinha suíça entrou na cozinha brasileira e veio para ficar.

Com o seu jeito de inventar e inovar, a mulher brasileira, para não ter de ler em inglês, transformou a mocinha da lata em marca, ao pedir, simplesmente, “aquela lata que tem a mocinha”, ou “a lata da mocinha”.essa identificação foi tão forte que mais tarde, quando se começou a fabricar o leite do Dr. Nestlé no Brasil, não se hesitou em identificá-lo como leite moça, marca que se preserva até hoje.

4.3 Ovos

4.3.1 História de ovos no novo mundo

Não existe evidência da existência de aves domésticas nas Américas antes da chegada de Colombo. Acredita-se que em sua segunda viagem em 1493, o navio de Colombo transportou para o “novo mundo” os primeiros galináceos parentes das atuais galinhas poedeiras de hoje. Linhagens originárias da Ásia

Entre 1920 e 1930, a produção de ovos era feita nos quintais. Muitos fazendeiros tinham galinhas para suprir as necessidades de suas próprias famílias e vendiam o excedente nos mercados locais. Uma vez que a venda de ovos se tornou mais rentável, alguns fazendeiros começaram a construir galpões para abrigar lotes de 400 galinhas.

No início dos anos 60, tecnologia mais avançada e equipamentos mais sofisticados tornaram as pequenas fazendas de postura em operações comerciais de grande escala

4.3.2 Valor Nutricional

Os ovos são uma excelente fonte de vitamina B12, A, E, fósforo, zinco, ácido fólico e ferro. A gema de ovo contém luteína e zeaxantina, que auxiliam na proteção dos olhos contra a radiação ultravioleta. Contém 6g de Proteína, quase metade dela está na gema. Possui 4,5 de Gordura. A colina, encontrada nos ovos, é um nutriente essencial para o cérebro. Os ovos podem ser de coloração branca ou castanha clara, isso depende da raça da galinha de origem, mas não altera a sua qualidade ou valor nutritivo.

4.3.3 A Gema

Sua composição consiste em metade de água, um terço de lipídios, entre elas lecitinas e colesterol, e 15% de proteína. Na preparação ela tem a função espessante.

4.3.4 A Clara

Composta por 10% de proteína e o restante de água, ela é a responsável pela textura areada do creme.

Um ovo de 3,5 centilitros suficientemente batido dá uma neve de 15 centilitros. Trata-se de formar minúsculas bolhas, de maneira que as paredes entre as bolhas sejam tão finas quanto possível, que o escoamento do líquido para dentro dessas paredes seja difícil ou, em outras palavras que as bolhas sejam muito estáveis.

Existe o risco de bater demais as claras, o que desassocia a água das proteínas e faz “aguar” a espuma.

4.4 Manteiga

4.4.1 História

Tem-se relatos de manteiga bem antes da Odisséia em 800 a.C., entretanto, acredita-se que a manteiga, em sua forma mais elaborada surgiu há sete séculos a.C., através dos xiitas do norte da Europa.

A princípio, o leite obtido era de égua por serem eles criadores de cavalos. O gregos herdaram dos romanos antigos o costume de utilizar a manteiga, além de alimento, também como cosmético para pele o que acreditavam ser um ótimo remédio.

Já os dinamarqueses o usavam para lubrificante de engrenagem em seus barcos. Os chineses, por sua vez, segundo Marco Pólo, já usavam a manteiga como alimento.

Acredita-se que o surgimento do leite extraído da vaca se deu quando o homem passou a cultivar a terra utilizada o boi para auxiliá-lo.

4.4.2 Curiosidade

As margarinas são as maiores fontes de ácidos graxos *trans* (AGT) do que a manteiga. Os AGT são formados durante o processo de hidrogenação do óleo vegetal e aumentam o colesterol plasmático do tipo LDL (lipoproteína de baixa densidade). Além disso, alguns estudos indicam também que o consumo de

ácidos graxos trans (AGT) tem impacto direto no risco de desenvolvimento de doenças cardíacas coronarianas.

A manteiga, ao contrário da margarina, é pobre em AGT, porém rica em ácidos graxos saturados, que são lípidos de origem animal. De acordo com a RDA (Recommended Dietary Allowances), deve-se limitar o consumo da proporção de gordura saturada a um mínimo de 10 % das calorias totais ao dia para afastar o risco de doenças cardiovasculares.

Uma alternativa para se consumir os produtos que sejam fontes vegetais de gordura sem prejudicar o perfil lipídico é substituir a manteiga por “margarinas *light*”, com quantidades reduzidas de ácidos graxos trans (AGT). Porém, margarinas comuns, de alto teor de AGT, não conferem benefício sobre a manteiga.

4.5 Creme de Leite

4.5.1 História

O Creme de Leite foi lançado em 1923. Em 1935, o produto passou a ser fabricado na unidade da NESTLÉ em Araras, interior de São Paulo, sendo o primeiro creme de leite esterilizado do País, tendo como grande vantagem sobre os cremes frescos a facilidade de distribuição, atingindo grande número de canais de vendas e chegando aos consumidores de todas as regiões do Brasil.

O Creme de Leite Nestlé esteve sozinho no mercado até o final da década de 1970, quando surgiram os primeiros concorrentes.

4.5.2 Fabricação

O processo de fabricação do Creme de Leite tem início com a etapa de recepção, na qual o leite, antes de ser descarregado na fábrica, é submetido a análises que visam controlar sua qualidade. Uma vez aprovado, o leite é resfriado a uma temperatura inferior a 6°C para sua melhor conservação durante a estocagem.

A operação seguinte é a de desnatamento/pasteurização, que consiste em retirar a nata do leite para obtenção de um creme com 25% de gordura, usado na versão Creme de Leite. Além de gerar o creme, essa operação também dá origem ao leite desnatado. Uma vez concluída a etapa, o creme é pasteurizado e resfriado.

Na seqüência, ocorre a estabilização, em que ao creme são adicionados sais estabilizantes para garantir sua qualidade durante o processo de esterilização, e a homogeneização, quando o glóbulo de gordura é transformado em partículas menores, com o objetivo de retardar a separação de gordura do produto final. As próximas etapas são o enlatamento onde o creme é envasado em latas de folha-de-flandres, com controle de peso líquido e a esterilização, que é feita em autoclaves. Na operação seguinte, a liberação, uma amostra da produção é incubada para avaliação da qualidade microbiológica do produto final. Concluída a etapa de produção, o Creme de Leite em lata é rotulado e acondicionado para ser expedido. O resultado final de todo esse processo industrial é um creme de leite puro, sem necessidade de refrigeração.

Para as demais versões de Creme de Leite , as alterações são realizadas após a etapa de desnatamento/pasteurização. Dessa forma, o percentual de gordura pode ser alterado para mais ou menos de 40%. Também serão dissolvidos os ingredientes e aditivos de acordo com as especificidades de cada produto.

4.6 Baunilha

4.6.1 O que é a baunilha?

Baunilha é a essência adocicada e aromática obtida dos frutos da orquídea *Vanilla planifolia*. Tanto o nome do gênero *Vanilla* como "baunilha" derivam do espanhol *vainilla*, que significa "pequena vagem", em alusão à forma do fruto

São polinizadas manualmente e crescem em plantações onde o processo de cultivo pode levar até 6 anos (a colheita é feita só uma vez por ano). As vagens, de cor castanho escuro, longas e finas , contêm todo o aroma e sabor da planta da baunilha. Acabadas de colher não têm cheiro ou sabor mas depois de secas e curadas desenvolvem o aroma inconfundível associado à baunilha.

4.6.2 História

Começou a ser registrada na Europa a partir da descoberta da América. Quando os espanhóis entraram em contato com os antigos senhores do México, os Aztecas surpreenderam-se com seu adiantado grau de civilização. Em suas observações sobre os costumes desses habitantes, notaram que, na confecção de chocolate, juntavam determinada espécie de favas aromáticas que o impregnavam de um odor muito agradável. Tais favas - que tinham também variado emprego na culinária, no preparo de certas iguarias, assim como na elaboração dos primitivos, cosméticos que as mulheres usavam, principalmente, em ocasiões de festas e de certos rituais religiosos - eram cápsulas colhidas em determinado ponto de maturação de *Vanilla planifolia*, planta nativa e abundante nas florestas daquele país, sobretudo na região sul, vertente para o golfo do México. Desde as primeiras referências literárias do século XVI sobre os costumes astecas, fala-se do uso do "tlilxochitl" (flor preta) como um dos aromatizantes adicionados à bebida, que era feita a partir do cacau. Na verdade, "flor preta" é como os Totonacs chamavam o fruto da vanila, que depois de seco assume uma tonalidade escura. Os Totonacs, já habitavam a região antes do domínio Asteca (1200 - 1500 d.C.), e vinham praticando a agricultura e o cultivo da baunilha há vários séculos.

Hoje o México não ocupa mais a posição de maior produtor e poucas famílias ainda vivem exclusivamente do cultivo da baunilha. Hoje a ilha de Madagascar é responsável por 90% da produção mundial, que é calculada em cerca de 1200 toneladas por ano.

4.6.3 Onde cresce a baunilha?

A baunilha é cultivada só em 4 países: Madagascar, Indonésia, México e Tahiti se bem que uma quantidade limitada seja também cultivada em Uganda, Jamaica, Costa Rica e Índia. Madagascar produz cerca de 60 por cento da produção mundial pelo que é este país que designa o preço da produção mundial da baunilha no mercado aberto.

4.7 Nozes

4.7.1 Nogueira, a Arvore da Nozes

Originária da Pérsia, a noqueira era considerada pelos romanos uma árvore sagrada, símbolo de fecundidade, chegando a viver duzentos a trezentos anos.

Típicas do hemisfério norte, as noqueiras crescem devagar e mostram notável resistência ao tempo.

O nome noqueira aplica-se a cerca de vinte espécies de árvores caducifólias do gênero *Juglans*. Essas plantas têm folhas grandes, compostas de um número variável (5 a 23) de folíolos de pecíolos curtos. Os órgãos masculinos e femininos de reprodução nascem na mesma árvore em diferentes cachos de flores desprovidas de pétalas. O fruto ou noz, de casca dura e enrugada, é revestido por um envoltório carnoso que se desprende com a maturação. A noqueira fornece excelente madeira escura, empregada em marcenaria para fabricação de obras de entalhe, instrumentos musicais e móveis de luxo. Por seu valor paisagístico, é plantada também no espaço urbano.

Dentre as espécies cultivadas para produção de nozes, destacam-se a noqueira-comum ou noqueira-persa, do Irã, e a noqueira-preta ou noqueira-da-américa, do leste da América do Norte. Esta é a mais longeva, cresce de vinte a trinta metros e tem a casca bem escura, marcada por sulcos fundos. As nozes de ambas as espécies fornecem um óleo antes usado na alimentação humana e no preparo de pigmentos para pintura.

4.7.2 Valor Nutricional

A noz pertence à família das oleaginosas, e é naturalmente rica em gorduras polinsaturadas (e ômega 3), sendo por isso aconselhada para o coração. De acordo com investigadores americanos, as nozes reduzem a inflamação e a oxidação das artérias, após uma refeição rica em gorduras saturadas, recomendando deste modo, uma dose diária de 28 gramas de nozes (cerca de quatro nozes). A gordura da noz é ainda mais benéfica para o coração que a do azeite.

Especialmente rica em vitamina E, um poderoso antioxidante cardiovascular, a noz contém proteínas, magnésio, potássio, fósforo, ferro e zinco, o que a tornam num alimento completo e saudável. Devido ao seu teor em fósforo (288 mg/100g) e magnésio (160mg/g), é indicada para pessoas sujeitas a grande desgaste intelectual e constitui um tónico cerebral, que alimenta as células nervosas

4.8 Açúcar

4.8.1 História do Açúcar

A cana-de-açúcar é cultivada desde a antiguidade: talvez seja os povos das ilhas do Pacífico por volta do ano 20.000 a. C., a descobrirem as propriedades desta planta, que crescia espontaneamente, nas suas terras.

Os indianos foram os primeiros a utilizar o suco da cana para produzir o açúcar "bruto", por volta do ano 500 a. C..

No entanto, foram os árabes os principais responsáveis pela expansão da cana-de-açúcar, no Mediterrâneo entre os séc VI e IX

4.8.2. Produção

lavagem da cana;

preparo para moagem ou difusão

extração do caldo: moagem ou difusão;

purificação do caldo: peneiragem e clarificação;

evaporação do caldo;

cozimento;

cristalização da sacarose;

centrifugação: separação entre cristais e massa cozida;

secagem e estocagem do açúcar

4.8.3 Mercado brasileiro de açúcar

No Brasil, a produção de açúcar tem crescido bastante. Entre as safras 1993/1994 e 2003/2004 houve crescimento de aproximadamente 130%. Com isso, as exportações promovidas pela região Centro-Sul têm aumentado significativamente. Na safra 2007/2008, a região respondeu por 85% da produção de açúcar, enquanto a região Norte-Nordeste representou 15%.

4.8.4 Demanda doméstica por açúcar

O consumo de açúcar no Brasil cresceu expressivamente nos últimos 60 anos, impulsionado, sobretudo, por alterações no padrão de consumo e no crescimento vegetativo da população. Na década de 1930, o consumo médio anual de açúcar era de 15 quilos por habitante. Já nos anos 1940, esse número aumentou para 22. Na década de 1950, o consumo passou a ser de 30 quilos por pessoa, passando para 32 nos anos 1960. Em 1970, a média era de 40 quilos e, em 1990, esse índice estabilizou-se em 50 quilos por habitante.

Devido a esse aumento, o Brasil tornou-se um dos maiores consumidores mundiais do produto per capita. Cada brasileiro consome entre 51 e 55 quilos de açúcar por ano, enquanto a média mundial por habitante corresponde a 21 quilos por ano. Apesar do alto consumo per capita, o mercado brasileiro de açúcar ainda pode se expandir com o aumento do consumo pelo processo de industrialização de produtos alimentícios, que, comparado ao de outros países, ainda é relativamente baixo. Na década de 2000, o Brasil exportou, em média, 30% da produção, destinou 42% ao consumidor final interno e 28%, ao segmento industrial.



Considerações Finais

Este trabalho foi o primeiro passo de muitos que pretendo dar no ramo na gastronomia, além de um pequeno passo do meu crescimento como pessoa. A realização deste trabalho tinha também como o principal objetivos, concluir o curso com a certeza de um grande aprendizado.

Para se trabalhar com gastronomia é preciso se doar inteiramente, e com força de vontade, sabedoria e um pouco de sorte, iremos cada vez mais longe.

Referências

RUIZ, João Álvaro. Metodologia científica: guia para eficiência nos estudos. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1996

THIOLLENT, Michel. Metodologia da pesquisa-ação. 11. ed. São Paulo: Cortez, 2002.

PARRA FILHO, Domingues. Metodologia científica. 3. ed. São Paulo: Futura, 1998

FRANÇA JUNIOR, Saul Galvão de. A cozinha e seus vinhos. 5.ed. São Paulo: Senac, 2008

PACHECO, Aristides de Oliveira. Vinhos e Uva. 3.ed. São Paulo: Senac São paulo, 2003.

GUEDES, Ruth. O ovo e seus aspectos. Nº29. Rio de Janeiro: SIA, 1961.

PERRELLA, A. S.; CASTANHEIRA, M. História da confeitaria no mundo. São Paulo. Livro plena, 1999.

THIS, H. Um cientista na cozinha São Paulo ABDR, 2004.

CANABRAVA, A.P., O açúcar nas antilhas, São Paulo, Publicado para o Instituto de pesquisa econômicas, 1981.

MACATUBA roteiro do Brasil. ferias.tur, 2010. Disponível em <<http://www.ferias.tur.br/informacoes/9331/macatuba-sp.html>>. Acesso em: 06 maio. 2010

PIERRA VIELLA. Uva.Portal são francisco,2010.Disponível em<<http://www.portalsaofrancisco.com.br/alfa/uva/uva.php>>Acesso em: 26 maio.2010

LEITE CONDENSADO.leitecondensado,2010.Disponível em<<http://www.leitecondensado.com/?cat=7>>Acesso em: 25 maio.2010

OVO.ovo Brasil,2010.Disponível em<<http://www.ovosbrasil.com.br/>>Acesso em:26 maio.2010

UVA ITÁLIA.informacao nutricional,2010.Disponível em<<http://www.informacaonutricional.net/nutricao/uva-italia-tabela-valor/>> Acesso em:31 Maio.2010

CREME DE LEITE NESTLE,Nestlé Profissional,2010.Disponível em<http://www.nestleprofessional.com/brazil/pt/SiteArticles/Pages/lacteos_historia.aspx> Acesso em:31 Maio 2010

COMO SURTIU A MARGARINA?,Brasil Escola,2010.Disponível em<<http://www.brasilecola.com/curiosidades/margarina.htm>> 31 Maio 2010

O QUE É A BAUNILHA?,ice-cream-recipes,2010. Disponível em< <http://www.ice-cream-recipes.com/receitasgelados/baunilha.htm> > 22 Nov. 2010

NOGUEIRA,emdiv,2009.Disponível em<<http://www.emdiv.com.br/pt/mundo/riquezas-da-fauna-e-flora/2563-nogueira-arvore-porodutora-de-nozes.html>> 22 Nov. 2010

AÇUCAR,embrapa,2010. Disponível em < http://www.agencia.cnptia.embrapa.br/gestor/cana-de-acucar/arvore/CONTAG01_109_22122006154841.html > 22 Nov.2010

MANTEIGAXMARGARINA,nutritotal,2010.Disponível em<<http://www.nutritotal.com.br/perguntas/?acao=bu&categoria=1&id=1>> 02 Fev.2010

Anexos

Professor: Klaus Negrão Vidrik		
Disciplina: Trabalho de Conclusão de Curso		
Aluno: Mônica Daré Alberconi		
R.A.: 20091141080116	Data da Apresentação:	Horário:
Requisição de Produtos		
Produto	Especificação do produto	Quantidade/ U.M.
SECOS		
Açúcar		100g
HORTIFRUTI		
Uvas	Italia	250g
Uvas	Benitaka	250g
CARNES/FRIOS/EMBUTIDOS		
INDUSTRIALIZADOS/ENLATADOS/BEBIDAS		
Creme de Leite	Fresco	400ml
Manteiga		50g

Leite Condensado	Nestle	790g
CONDIMENTOS/OUTROS		
Nozes	Sem casca	80g
Ovo		4 Un
Essência de Baunilha		2 ml
UTENSÍLIOS		
Bowl	Grande	1
Bowl	pequeno	1
Panela de Pressão		1
Panela	Grande	1
Tabua		1
Faca Chefe		1
Faca de Legumes		1
Espatula		1
Abridor de lata		1
Colher	sopa	1
Fuet		1
EQUIPAMENTOS		
Batedeira		1
OBS:		
Taça		2