



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DE PERNAMBUCO
DEPARTAMENTO DE TECNOLOGIA RURAL
CURSO DE BACHARELADO EM GASTRONOMIA

Isabelle da Silva Correia

RELATÓRIO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO
OBRIGATÓRIO REALIZADO EM UMA PADARIA
ARTESANAL

Recife/PE
Janeiro 2019

Isabelle da Silva Correia

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO OBRIGATÓRIO
REALIZADO EM UMA PADARIA ARTESANAL**

Relatório de Estágio Supervisionado Obrigatório apresentado à Coordenação do Curso de Bacharelado em Gastronomia como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Gastronomia.

Orientador: **Prof. MsC. Caio Monteiro Veríssimo**

Supervisor: **Chef Nuno Ricardo Pereira Teixeira**

Recife/PE

Janeiro 2019

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema Integrado de Bibliotecas da UFRPE
Biblioteca Central, Recife-PE, Brasil

C824r Correia, Isabelle da Silva.
Relatório de estágio supervisionado obrigatório realizado em uma padaria artesanal / Isabelle da Silva Correia. – Recife, 2019.
34 f.: il.

Orientador(a): Caio Monteiro Veríssimo.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal Rural de Pernambuco, Departamento de Tecnologia Rural, Recife, BR-PE, 2019.

Inclui referências e apêndice(s).

1. Fermentação natural 2. Pastelaria 3. Sourdough 4. Técnicas culinárias 5. Veganismo I. Veríssimo, Caio Monteiro, orient. II. Título

CDD 641.013

ISABELLE DA SILVA CORREIA

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO OBRIGATÓRIO
REALIZADO EM UMA PADARIA ARTESANAL**

Relatório do Estágio Supervisionado Obrigatório apresentado à Coordenação do Curso de Bacharelado em Gastronomia da Universidade Federal Rural de Pernambuco, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Gastronomia.

Data: ____/____/____

Resultado: _____

Banca Examinadora

Prof^o. MsC. Caio Monteiro Veríssimo
(Orientador)

Prof^a. MsC. Ana Carolina dos Santos Costa
(Examinadora)

Prof^o. Dr. Leonardo Pereira de Siqueira
(Examinador)

Recife-PE
Janeiro/2019

À minha família.

AGRADECIMENTOS

Antes de tudo, agradeço a Deus e Nossa Senhora pela força e pelas pessoas iluminadas que colocaram no meu caminho durante toda essa jornada.

Aos meus pais e toda minha família, pelo amor, pelo suporte diário e por serem minhas cobaias em tantos testes de preparações. Mas principalmente à minha avó, que sem saber foi minha primeira professora de gastronomia.

Aos meus amigos, pela companhia, pelo companheirismo, pelas risadas e pelos puxões de orelha. Às minhas “Anes”, que em tantos momentos acreditaram mais em mim do que eu mesma.

Agradeço a cada professor pelo aprendizado e pelas experiências proporcionadas. Especialmente à Prof^a. Dr^a. Rozélia Bezerra, que com seus “sabores e saberes” me ensinou tanto sobre gastronomia como elemento de história e cultura no meu primeiro projeto de pesquisa.

Ao meu orientador e amigo, o Prof^o MsC Caio Veríssimo, que vem me guiando desde a monitoria, extensão e agora no estágio supervisionado, meu muito obrigado pelos ensinamentos, pela confiança e pela inspiração.

Aos “Candangos” do Motche, a melhor equipe com quem alguém poderia pensar em trabalhar, pela força, pelas trocas e pelo companheirismo. Especialmente Andrea, cozinheira e “mãe” da equipe, pelos “puxões de orelha” e pelo cuidado diário.

Ao meu supervisor, o chef Nuno Ricardo, pelas verdadeiras aulas de gastronomia ao explicar inúmeros porquês e por compartilhar tanto de sua experiência. Também a Emídio Carvalho, sócio proprietário que junto ao chef Nuno me deu tal voto de confiança e oportunidade de aprendizado.

RESUMO

A gastronomia evidencia-se como algo que vai muito além da fome biológica, abrangendo também porquês culturais, sociais e ideológicos. Reconhecer isso é essencial no estudo de ressurgimento de hábitos e tendências de consumo e de produção de alimentos. Movimentos políticos como o *Slow Food*, surgido na Itália, contrário à cadeia massificada de produção e de consumo de alimentos, notabilizam a importância da produção artesanal. A revalorização de produtos artesanais e o crescimento do público vegano tem levado estabelecimentos a apostar nesse nicho mercadológico e nessa filosofia de consumo, e por vezes, uni-los em um só conceito. O presente trabalho objetiva relatar a vivência no Estágio Supervisionado Obrigatório realizado no Motche, um bistrô e padaria artesanal, focado no uso de orgânicos, na panificação e confeitaria artesanais, e na fermentação natural. A coletânea de preparos e de insumos presentes refletiu a riqueza técnica do estágio vivenciado.

Palavras-chave: Fermentação natural, Pastelaria, *Sourdough*, Técnicas culinárias, Veganismo.

SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO	8
2. TERMO DE COMPROMISSO	10
3. CARACTERIZAÇÃO DO ESTÁGIO	11
4. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	15
4.1 Panificação.....	15
4.2 <i>Viennoiserie</i>	23
4.3 Confeitaria.....	25
4.4 Outras atividades.....	29
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	30
REFERÊNCIAS.....	31
APÊNDICES.....	33

1. APRESENTAÇÃO

Gastronomia consiste em tudo que se refere ao homem, na medida em que ele se alimenta (BRILLAT-SAVARIN, 1995). De modo que a alimentação não abrange apenas a fome biológica, mas consiste em um conjunto de motivações culturais, históricas, econômicas e sociais (CARNEIRO, 2003).

Carneiro (2003) evidencia a existência de uma alimentação fruto da intensificação comercial e das novas tecnologias da cadeia de produção, distribuição e consumo de alimentos, e pelos hábitos homogeneizados de grandes cadeias de produção.

Em contraponto à alimentação massificada, composta essencialmente por alimentos industrializados e padronizados, surgem tendências alimentares que valorizam pequenas produções, e têm no fazer artesanal características de qualidade gastronômica, tanto do ponto de vista cultural quanto sensorial (BRITO & XAVIER, 2016).

Uma destas tendências é o movimento criado por Carlo Petrini em 1986 na cidade de Bra, Itália, denominado *Slow Food*, cuja filosofia básica é o direito ao prazer da alimentação, com o consumo de alimentos artesanais e de qualidade, verdadeiramente sustentáveis, que respeitem tanto os espaços de produção quanto os produtores (ANDREWS, 2008).

Logo, o ato de comer tem cada vez mais se firmado como ato político, criando novos mercados, onde é valorizada a origem e o processo de produção dos alimentos.

Esses valores podem ser expressos por meio da relação mais próxima entre o consumidor e o produtor, dos aspectos históricos que envolvem tradição, do modo de vida, dos símbolos, do imaginário e, de maneira geral, da cultura do processo de produção (BRITO & XAVIER, 2016).

Neste cenário de ressignificação de técnicas e preparos, voltam a ser valorizados métodos de conservação e de fermentação natural, a exemplo dos pães com *levain*, kefir, kombucha, produtos lácteos e cárneos de produção artesanal, cervejas, pickles e geleias.

Em tal contexto, a fermentação natural vem sendo adotada como um diferencial nos serviços de alimentação (APLEVICZ, 2014). Na panificação caracteriza-se pelo uso de uma massa antiga levedada, geralmente de forma

espontânea e/ou pela inserção de pré-fermentos, e costumam resultar em pães de aromas diferenciados, crostas crocantes, alvéolos bem desenvolvidos, além de um envelhecimento retardado (APLEVICZ, 2014). Também são utilizados utensílios e equipamentos específicos, como panos de linho, *bannetons*, fornos de superfície de pedra, além de longas horas de fermentação e ingredientes orgânicos (GLEZER, 2000).

O Sebrae (2015) chama atenção para a centralidade que o ramo da panificação ocupa na economia e na cultura brasileira, bem como para as diferentes faces que esta pode ocupar, indo desde a padaria tradicional, focada no pão francês e na venda de laticínios e bolos mais simples, à padaria artesanal, com um conceito muito forte baseado nos ingredientes, nos processos e no tempo mais longo de produção.

Outra tendência alimentar pautada em questões ideológicas é o veganismo, enviesado pela libertação animal e, por vezes, pela produção sustentável de alimentos, envolve o não consumo de produtos – tais como alimentos, roupas e produtos de higiene pessoal – de origem animal (FERRIGNO et al, 2012). O crescimento do público vegano, além do interesse de outras pessoas em reduzir o consumo de alimentos de origem animal, tem levado alguns estabelecimentos a se adaptarem oferecendo opções alimentares veganas, muitas vezes reformulando receitas tradicionais e desenvolvendo novas técnicas na substituição de insumos corriqueiros como ovos, leite, derivados e mel (SVB, 2017).

Diante disso, este trabalho objetiva relatar as principais atividades – **Panificação, Viennoiserie e Confeitaria** – desenvolvidas durante o Estágio Supervisionado Obrigatório no Motche Restô, um estabelecimento especializado em panificação e confeitaria artesanal.

2. TERMO DE COMPROMISSO



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DE PERNAMBUCO PRÓ-REITORIA DE ENSINO DE GRADUAÇÃO COORDENAÇÃO GERAL DE ESTÁGIO

TERMO ADITIVO

1. CONCEDENTE

NOMU BISTRO RESTAURANTE ME - LTDA, adiante **CONCEDENTE**

CNPJ: 12.033.807/0001-00

ENDEREÇO: Rua Silveira Lobo, 294

BAIRRO: Casa Forte CEP: 52061-020

CIDADE: Recife ESTADO: PE

REPRESENTADA POR: Nuno Ricardo Pereira Teixeira

CARGO: Sócio administrador

EMAIL: motche@outlook.com TELEFONE: (81)3072-7870

2. ESTAGIÁRIO

Isabelle da Silva Correia, adiante **ESTAGIÁRIO**

CPF: 095.472.134-90 RG: 8.755.093 ÓRGÃO DE EXPEDIÇÃO/UF: SDS/PE

DATA DE NASCIMENTO: 09/07/1996

ENDEREÇO: R. Elza

BAIRRO: Água Fria CEP: 52111-540

CIDADE: Recife ESTADO: PE

TELEFONE: (81) 3451-9959; (81) 99750-2906

3. INSTITUIÇÃO DE ENSINO

UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DE PERNAMBUCO, adiante **UFRPE**

CNPJ Nº 24.416.174/0001-06

Natureza jurídica da instituição: autarquia federal vinculada ao Ministério da Educação

Av. Dom Manoel de Medeiros S/N Dois Irmãos, Recife/PE. CEP: 52171-900

Representada por Maria José de Sena, residente nesta cidade, na qualidade de Reitora

As partes acima nomeadas celebram entre si este **TERMO ADITIVO**, de acordo com o disposto na Lei 11.788, de 25 de setembro de 2008 e legislação complementar, mediante as cláusulas e condições a seguir estabelecidas:

A(s) cláusula(s) abaixo passa(m) a vigorar com a seguinte redação:

CLÁUSULA 1ª – DO OBJETIVO

O presente Termo de Compromisso tem por objetivo estabelecer as normas e condições de realização do **ESTÁGIO SUPERVISIONADO OBRIGATÓRIO**, em consonância com o que estabelece a Lei 11.788/2008 e normas complementares.

CLÁUSULA 2ª – DO ESTAGIÁRIO

O(A) **ESTAGIÁRIO(A)** é aluno do curso de Bacharelado em Gastronomia da UFRPE, estando regularmente matriculado no 8º período.

CLÁUSULA 3ª - DAS CONDIÇÕES DO ESTÁGIO

O estágio será realizado no (departamento/setor) **COZINHA**, da **EMPRESA/ESCOLA**, no endereço: Rua Silveira Lobo, 294, Casa Forte – Recife/PE.

Vigência do estágio: 01 de Outubro de 2018 a 10 de Janeiro de 2019.

Dias:	Horários:
<input checked="" type="checkbox"/> segunda-feira	14:00 – 20:00
<input type="checkbox"/> terça-feira	
<input checked="" type="checkbox"/> quarta-feira	14:00 – 20:00
<input checked="" type="checkbox"/> quinta-feira	14:00 – 20:00
<input checked="" type="checkbox"/> sexta-feira	14:00 – 20:00
<input checked="" type="checkbox"/> sábado	08:00 – 14:00

Carga-horária total da disciplina: 360h

CLÁUSULA 8ª – DO(A) ORIENTADOR(A) DO ESTÁGIO (UFRPE)

A UFRPE designa o(a) Professor (a) Caio Monteiro Veríssimo, para atuar como orientador(a) do **ESTÁGIO**, a quem compete, entre outras atribuições, zelar pelo cumprimento deste Termo de Compromisso e pela observância das normas legais pertinentes

CLÁUSULA 10ª – DO SEGURO CONTRA ACIDENTES PESSOAIS

O(A) **ESTAGIÁRIO(A)** encontra-se assegurado contra acidentes pessoais, através da **APÓLICE nº 1018200517790**, da Seguradora **CAPEMISA Vida e Previdência** tendo com **ESTIPULANTE** a **INSTITUIÇÃO DE ENSINO**, nas condições e valores fixados na referida **APÓLICE**, compatíveis com os valores de mercado.

Mantêm-se todas as demais considerações constantes no **TERMO DE COMPROMISSO** inicialmente firmado.

3. CARACTERIZAÇÃO DO ESTÁGIO

a) Descrição do local

O Motche Restô é um *bistrô* localizado na Rua Silveira Lobo, 294, no bairro de Casa Forte, zona norte do Recife. Possui uma pequena área externa, com três mesas, caracterizando-se como *petfriendly* (Figura 1 A). Ao todo, possui 50 lugares. Logo na entrada, há um símbolo de associação à Sociedade Vegetariana Brasileira (SVB), indicando que o estabelecimento possui opções veganas em seu cardápio.

A ambientação do salão possui elementos de madeira, distribuídos entre piso, mesas e cadeiras, em diferentes tons, sofá de couro em tons escuros e um *mezanino* (Figuras 1 B e D). Criando um ambiente intimista e sofisticado, onde amigos, familiares e casais se encontram para *brunchs*, almoços ou *happy hours*, sendo já recebidos com uma porção de pão de fermentação natural e molho da casa, ou uma porção de frutas da estação de cortesia.

O salão é separado da cozinha por uma parede de vidro (Figuras 1 C e D), que permite uma interação entre a equipe e os comensais, que em sua maioria têm uma relação afetuosa principalmente com o *chef* e a cozinheira, e sentem-se “em casa”. Essa relação tão próxima resulta em verdadeiras aulas de culinária quando o *chef* fala um pouco de suas criações, completando a experiência gastronômica.



Figura 1 - Salão.
Fonte: Divulgação Motche.

A área de produção é composta por uma cozinha, um preparo fechado e uma câmara refrigerada, todos revestidos com azulejos brancos, visando facilitar a higienização, conforme recomenda a RCD nº 216 de 2004 da ANVISA (BRASIL, 2004). A cozinha é equipada com um fogão industrial de oito bocas, uma grelha, três fornos de lastro com superfície de pedra, um forno elétrico de convecção, uma fermentadora, uma bancada refrigerada, duas bancadas em aço inox, um refrigerador, um freezer, uma pia para higienização de utensílios e uma pia de mãos. O preparo fechado é direcionado à panificação e à *viennoiserie*, possuindo uma laminadora de massa (Imagem 2 A), uma masseira (Imagem 2 B), uma bancada, um refrigerador e um armário fermentador (Imagem 2 C). Nesta mesma sala está também a despensa diária.

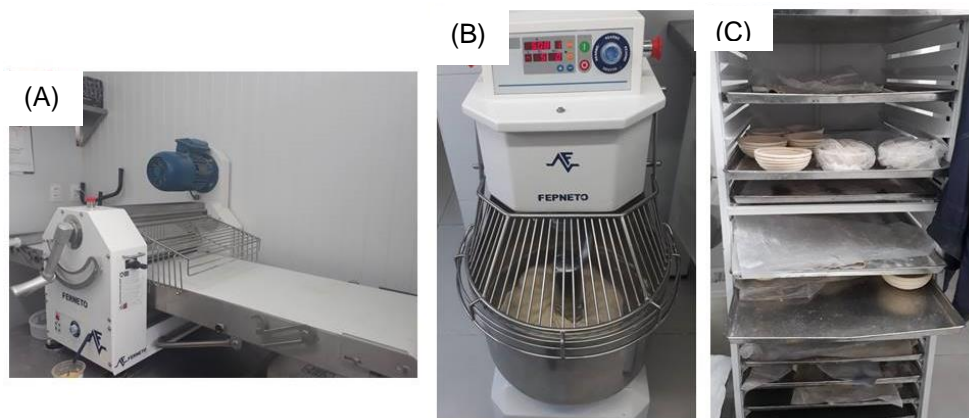


Figura 2 - (A) Esteira laminadora (B) Masseur. (C) Armário fermentador.
Fonte: Autoria própria.

No piso superior, o setor administrativo divide o espaço com o estoque seco. Nele está situado também um vestiário e o banheiro dos funcionários. Na figura a seguir está a planta baixa esquemática do estabelecimento:

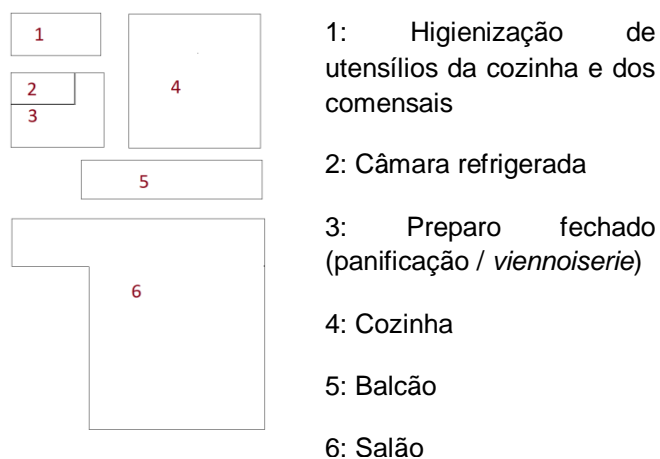


Figura 3 - Planta baixa esquemática do estabelecimento.
Fonte: Autoria própria.

b) Período do estágio

O estágio deu-se entre 01 de outubro de 2018 e 10 de janeiro de 2019, às segundas-feiras, quartas-feiras, quintas-feiras e sextas-feiras das 14h às 20h e aos sábados das 8h00 às 14h00, totalizando uma carga horária de 360h, distribuídas em 30h semanais.

c) Estrutura organizacional

A equipe conta com: um chefe de cozinha proprietário, responsável pelo gerenciamento da equipe de cozinha e de salão, empratamento, composição de cardápio, supervisão de estagiários, compra de insumos e preparos de carnes e panificação e *viennoiserie*; um sócio administrador, incumbido das folhas de pagamento, compra de insumos, organizar documentos, controlar custos; uma cozinheira e três auxiliares de cozinha, responsáveis por pré-preparos e preparos de carnes, guarnições, molhos, sobremesas, elementos de finalização dos pratos, higienização e organização da cozinha, da câmara refrigerada, do estoque seco e da dispensa diária. Os estagiários auxiliam o *chef*, os cozinheiros e auxiliares de cozinha, nas atividades de produção de produtos de panificação, *viennoiserie*, sobremesas, molhos, guarnições, proteínas animais, fermentados e até mesmo em formulações de novos preparos.

No salão há um barista, que prepara e serve cafés; um garçom e uma caixa, que atendem e servem mesas, atendem no balcão, recebem e entregam encomendas; além de dois auxiliares de serviços gerais, que executam a higienização de utensílios da cozinha e dos comensais.

A estrutura organizacional está apresentada no funcionograma abaixo:

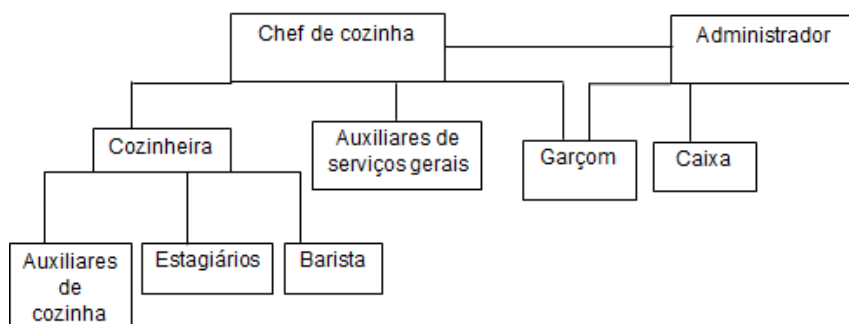


Figura 4 - Funcionograma.

Fonte: Autoria própria.

d) Histórico da Instituição

O estabelecimento teve sua primeira inauguração em 2014, na mesma localização. Embora contasse com uma equipe menor e menos equipamentos, o Motche já tinha a proposta semelhante, porém com uma produção menor.

Após dois anos fechado, o estabelecimento foi reinaugurado em abril de 2018, com a união dos sócios Nuno Ricardo, *chef* de cozinha e proprietário, e Emídio Carvalho, sócio administrador. O Motche é conhecido por seu cardápio dinâmico e inventivo, com o destaque de produtos de fabricação própria.

O *chef* Nuno Ricardo conta com um currículo extenso e admirável. Nascido na cidade do Porto, em Portugal, estudou gastronomia e trabalhou na Argentina, e também passou por restaurantes no Canadá, Inglaterra, Estados Unidos, Espanha e França. Trabalhou com panificação artesanal com nomes como o francês Gerard Rubaud, em Vermont (EUA), com o pesquisador e autor de três livros da área, Emmanuel Hadjiandreo; na França trabalhou no estrelado *Restaurant L'Esperance*, comandado pelo *chef* Marc Meneau; na Argentina, trabalhou com o *chef* Omar Piedrabruena.

Tal coletânea de experiências do *chef* reflete-se nas preparações e no cardápio dinâmico do Motche, com inspiração das mais diversas cozinhas, insumos frescos, orgânicos sempre que possível e principalmente de alta qualidade, tratados com muita técnica e criatividade, figurando pratos com várias camadas de sabor. Seu próprio ciganismo está na prática quase que diária de testar novas preparações, abrangendo também criações veganas, fazendo do estágio sob sua supervisão uma verdadeira descoberta de técnicas, sabores e ingredientes.

e) Atividades do Estabelecimento

O bistrô funciona de terça-feira à quinta-feira das 12h às 20h, sexta-feira das 12h às 20h30, com almoço até às 15h, depois desse horário os comensais continuam a contar com os pães, os croissants, sobremesas e bebidas de autoria própria. Aos sábados e feriados abre às 9h30 para o *brunch*, seguido do almoço e fecha às 16h30.

f) Objetivos do estágio

Por em prática o conteúdo técnico-teórico das disciplinas do curso de Bacharelado em Gastronomia. Direcionados ao viés dos produtos artesanais e da fermentação natural, com o uso de equipamentos e insumos diferenciados.

4. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

O Motche tem uma filosofia baseada em produtos artesanais, elaborados com ingredientes orgânicos sempre que possível, e, principalmente, de alta qualidade. Muito do que é comercializado é preparado no próprio estabelecimento: pães, bolos, manteiga, queijo, geleia, picles, *kefir*, molhos e até mesmo o vinho, o espumante e a cerveja, fabricados em parceria com outros produtores, mas com receita assinada pelo *chef* da casa.

É respeitado o tempo das preparações, a exemplo de pães que passam pelo menos 24h fermentando, extraindo sabores e texturas únicos, bem como um produto muito mais salutar ao comensal.

Seus insumos têm as mais diversas origens: coexistem farinhas de trigo italianas, francesas e brasileiras, chocolate e cacau brasileiros, cumaru, maxixe, abobrinha, berinjela, banana, maçã, cogumelos, grão de bico, *couscous* marroquino, arroz arbóreo, bacalhau e muitos outros, já que a marca do seu cardápio é a dinamicidade.

Tal característica somada aos frequentes testes de novos preparos faz do estágio no local uma rotina de contato com novas técnicas e ingredientes.

As atividades realizadas no estágio estiveram concentradas nas praças de panificação, *viennoiserie* e confeitaria. Mas também passaram pela culinária vegana e pelos fermentados e conservas em geral.

4.1 Panificação

A panificação pode ser dividida entre massas básicas e massas enriquecidas. As massas básicas são compostas de água, farinha, fermento e sal (ROBERTSON, 2010). As massas enriquecidas, segundo Reinhart (2009) além de água, farinha e fermento, recebem ingredientes como gordura, açúcar, ovos e leite, apresentando-se macias e ligeiramente doces.

As atividades abrangeram um tipo diferente de Panificação em relação à que é lecionada nas aulas práticas e teóricas de curso. Embora os princípios básicos sejam os mesmos, o uso de farinhas diferenciadas, além de equipamentos, utensílios, pré-fermentos e tempos maiores de fermentação requerem técnicas aprimoradas – continuamente assimiladas com uma supervisão minuciosa, muita observação e leitura – refletindo diretamente nos produtos finais

As misturas dos pães eram preparadas na masseira, batendo-se no tempo e na velocidade adequada à cada massa, a fim de obter a extensibilidade e a resistência desejada, respeitando as variáveis como teor de glúten e percentual de hidratação. A técnica mais utilizada para saber se as massas estavam bem desenvolvidas era o “ponto de véu”: pegando-se uma pequena quantidade de massa entre as mãos e esticando-a, caso forme-se uma fina e resistente camada semelhante a um véu, a rede de glúten está bem desenvolvida (Figura 5 A). Logo a massa era transferida para caixas de polietileno e realizavam-se quatro dobraduras (Figura 5 B). As dobras objetivam conferir estrutura à massa e consistem em pegar uma porção da massa e dobrá-la em direção ao outro lado, e repetindo isso quatro vezes, finalizando-a como se fosse um envelope (GLEZER, 2000).

As massas fermentavam sob refrigeração, durante 24 a 72h. Isso permite que enzimas e microrganismos tenham um tempo maior para trabalhar nas moléculas e na formação dos sabores finais da massa (REINHART, 2009).

Depois desse tempo, eram pré-formatadas, depois formatadas e direcionadas aos *bannetons* ou aos panos de linho (Figura 5 C), onde descansavam em temperatura ambiente por cerca de mais 2h. *Bannetons* são cestos de ratã - um tipo de palmeira - de formato oval ou circular, utilizados para dar estrutura e forma aos pães, eles possuem ranhuras que conferem um desenho muito particular à massa final (REINHART, 2009). Nestes descansavam pães de formato arredondado, como os *tortanos*. Os panos de linho (ou *couches*) têm função semelhante, foram mais utilizados em pães de formato alongado, como o *filão* e a *ciabatta*.

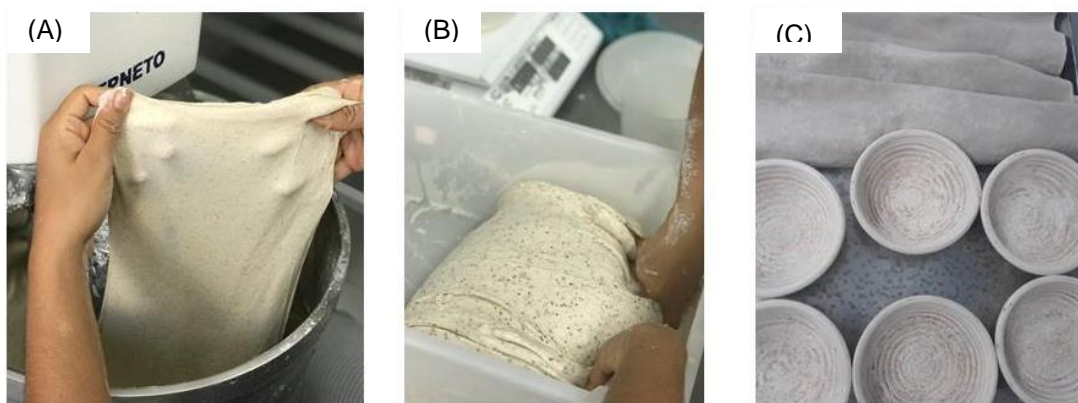


Figura 5 - (A) Ponto de véu (B) Execução de dobraduras (C) Bannetons e couches.

Fonte: Autoria própria.

Antes de assar eles eram dispostos em uma esteira enfarinhada, e recebiam ao menos um corte feito com uma lâmina bastante afiada, permitindo que o vapor saia e o pão não tenha sua superfície rachada.

A cocção ocorria em três fornos de superfície de pedra, em temperaturas de 230°C e 210°C, para massas básicas e enriquecidas, respectivamente. Um dos diferenciais da pedra é reter o calor por um período maior de tempo, além de resultar em um pão de crosta mais assada e crocante (REINHART, 2001). Os fornos também possuem uma função de vapor, que era acionada antes e depois de colocar os pães neles, a fim de criar uma bela e crocante crosta.

Após serem forneados os pães descansavam em grades de metal, a fim de que o ar circule e os pães esfriem, evitando que seja criada uma umidade excessiva e que estes suem.

a) Pré-fermentos

A essência da panificação do estabelecimento é o *levain* da casa (Figura 6 A), um fermento natural utilizado na elaboração de pães, massas semi-folhadas e bolos. O *levain*, também conhecido como *starter* ou *sourdough starter* é definido por Robertson (2010) como um composto de água e farinha, que após ser alimentado regularmente, torna-se uma simbiose de bactérias acidolácticas e leveduras selvagens.

O *levain* demanda uma manutenção atenciosa e assídua. Além de utilizá-lo nas massas, era necessário alimentá-lo diariamente com dadas proporções de água e um *mix* de farinhas - farinhas de trigo orgânicas branca, integral e de centeio. Observando as variações ocorridas e o que isso causa ao produto final, percebeu-se que proporções maiores de farinha de trigo em relação à água resultava em *levains* mais firmes e de aroma lácteo, que conferiam maior sustentação às massas, e proporcionavam pães não tão ácidos. Uma maior acidez, porém, fazia-se presente quando os pães passavam por tempos de fermentação superiores a 48h.



Figura 6 - Pré-fermentos. (A) *Levain* (B) *Polish* (C) *Biga* (D) *Scrapdough*.

Fonte: Autoria Própria

Além dos *levains*, envolveu o preparo e o uso do *polish*, da biga e do *scrapdough* (Figuras 6 B, C e D). Estes têm diferença na origem e nas proporções de água, farinha e fermento e, conseqüentemente, nas aplicações. O nome *polish* denota sua origem polonesa, ele apresenta quantidades iguais de água e farinha, e quantidades variáveis de fermento seco, de característica mais leve e fluida (Imagem 6B), é indicado à pães onde é desejada mais elasticidade, a exemplo de *baguettes* e brioche (REINHART, 2001). Utilizados no preparo do brioche, do filão e do tortano, *polishes* preparados com pelo menos 72h de antecedência apresentam acidez e bolhas de maior destaque, e refletiram tais características nos produtos finais.

A biga italiana foi desenvolvida para fortalecer as farinhas fracas de mesma origem, ela confere uma leve acidez e confere mais força à farinha (SUAS, 2012). Caracteriza-se por sua textura rígida e seca (Imagem 6 C), um índice de hidratação entre 50 e 60%, e 1% de levedura, ideal para conferir mais resistência à preparos de alta hidratação (GLEZER, 2000). Na prática, pôde-se perceber a importância de uma biga realmente rígida e seca no preparo de massas mais hidratadas, de modo que bigas com um nível maior de hidratação, demandaram o acréscimo de mais farinha durante o batimento das massas, a fim de conferir a resistência desejada.

O *scrapdough* (Figura 6 D) é composto de farinha, água, fermento e sal, usualmente na mesma proporção da massa final (GLEZER, 2000). Contém uma

grande quantidade de fermento, de modo que o sal objetiva retardar a fermentação. Utilizava-se o *scrapdough* em pareia com o *poolish* no preparo do filão.

b) Pães

Destacaram-se a *ciabatta*, o *sourdough* integral, o *tortano* de batata doce, o filão, o pão mouro, o pão de Deus, além dos panetones no período natalino. Suas farinhas, pré-fermentos e índices de hidratação estão reunidos no quadro abaixo:

Quadro 1: Pré-fermentos, farinhas e % de Hidratação dos pães.

PÃO	PRÉ-FERMENTO	FARINHAS	HIDRATAÇÃO
<i>Ciabatta/focaccia</i>	<i>Levain</i> , biga	Semolina, Integral	105%
<i>Ciabatta/focaccia</i>	<i>Levain</i> , biga	Superior 00, Biorgânica branca, integral T150	75%
<i>Sourdough</i> integral	<i>Levain</i>	Biorgânica integral, integral T150	72%
<i>Sourdough</i> branco	<i>Levain</i>	00 Superior, Biorgânica branca, Biorgânica integral, T150	75%
<i>Tortano</i>	<i>Levain</i> , <i>poolish</i>	00 Superior, Biorgânica integral	62%
Filão	<i>Poolish</i> , <i>scrapdough</i>	Branca T65, Biorgânica Branca/ Macinata a pietra, Biorgânica Integral	56%
Mouro	<i>Levain</i>	Branca T65, Biorgânica Integral, T150, Centeio	70%

Fonte: Autoria própria.

A *ciabatta* é um dos pães mais apreciados pelo público, abrilhantando também as *focaccias* quase que semanais. O nome *ciabatta* em italiano significa “chinelo”, justificando o seu formato achatado (HADJIANDREOU, 2011).

Este é um pão leve e branco, cujo preparo requer farinhas que resistam ao alto índice de hidratação. Aqui, pôde-se trabalhar com duas farinhas: a farinha italiana do

tipo 00, indicada para preparo de pizzas e massas em geral, e com a sêmola italiana, moída em moinho de pedra, que com o auxílio de pré-fermentos, suporta até 105% de hidratação. Ambas conferiram uma resistência muito interessante à massa, mas a semolina permitiu maiores índices de hidratação, além de conferir uma coloração levemente amarelada ao pão, alvéolos mais desenvolvidos e um sabor diferenciado, com notas sutis de oleaginosas. Robertson (2010) afirma que isso ocorre porque o alto teor de proteína da semolina de trigo durum, permite que a massa receba maiores quantidades de água. Depois de preparada, a massa fermentava a 6°C por pelo menos 24h, recebia o formato desejado, que podia ser da própria *ciabatta* ou da *focaccia* (Figura 7 A e B). E era coccionada a 230°C em forno de superfície de pedra por cerca de 25 minutos.



Figura 7: Ciabatta (A) Focaccia (B).
Fonte: Divulgação Motche.

Segundo Aplevicz (2014) *sourdough* é uma massa fermentada naturalmente, a partir das leveduras e das bactérias acidoláticas presentes naturalmente nos grãos das farinhas e no próprio ambiente. Embora a tradução signifique “massa azeda”, os *sourdoughs* não têm um padrão de *flavour*: um *levain* alimentado com frequência e com um bom percentual de farinha tendem a ser menos ácidos, característica que poderá ser refletida no pão. Com uma menor frequência, era preparado o *sourdough* branco, uma massa mais básica focada no *levain*, e que permite facilmente a adição de elementos como ervas, especiarias e frutas secas. Era preparada com farinha branca orgânica, farinha 00 superior, uma pequena quantidade de farinha integral e podia ser acrescida de ingredientes como uvas passas, damascos, azeitonas, tomilho, alecrim e pimenta calabresa.

O *sourdough* 100% integral (Figura 8 A e B) era preparado com farinha integral orgânica nacional e com a francesa T150, uma farinha também orgânica, com um

maior número de sais minerais e textura mais grossa. A combinação destas farinhas com um *levain* forte, o tempo de fermentação e de descanso adequados resulta em pães integrais cheios de textura, focados no cereal e com a presença levemente ácida do *levain*. *Sourdoughs* com um tempo de fermentação superior a 48h apresentavam-se mais ácidos e tinham os sabores do cereal mais pronunciados. Percebeu-se que estas farinhas eram mais fracas em glúten, demandando percentuais menores de hidratação, além de serem batidas por menos tempo. Resultando em um ponto de véu menos evidente, e demandando mais observação e atenção no preparo da massa.



Figura 8 - *Sourdough* integral.
Fonte: Divulgação Motche.

O filão (Figura 9 A) do Motche é uma criação da casa, um híbrido entre a tradicional *baguette* e o *filone*, um pão de formato alongado, porém mais roliço que a *baguette*, além de ser rico em grãos. Ambos são pães feitos com farinha branca e de considerável extensibilidade e elasticidade. São utilizados o *polish* e o *scrapdough*. O uso da farinha francesa T65 permitiu uma maior extensibilidade, refletida principalmente na maleabilidade ao formatá-los. Problemas com prazo do fornecedor, porém, demandaram o uso de uma farinha com menor teor de força, que demandou o uso da manitoba, um melhorador natural. Foram executadas várias versões do filão: branco; branco com purê de cará, sementes de chia e uvas passas; com sementes de linhaça e gergelim.

O *Tortano* (Figura 9 B) é um pão de batata doce, feito com farinha branca orgânica, farinhas integrais orgânicas, inspirado no *Tortano* da Royal Crown Bakery. Um grande pão redondo com um buraco no interior, ao qual é adicionada batata e mel para conferir sabor e cor, e os pré-fermentos conferem uma sutil acidez (GLEZER, 2000). Aqui, foi utilizada batata doce e melaço, *levain* e um *polish* com farinha integral.

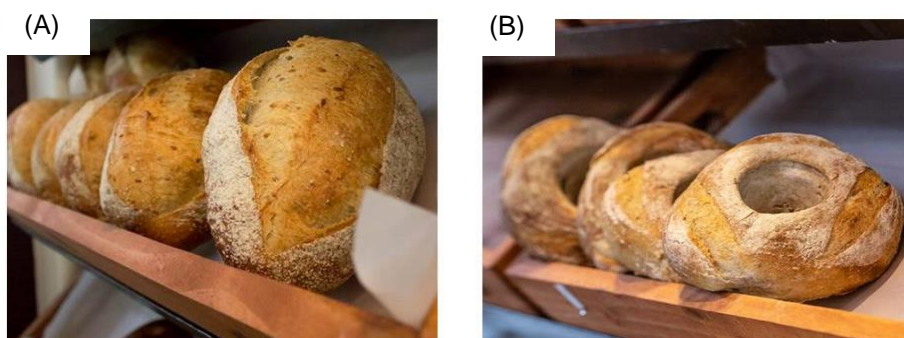


Figura 9 - (A) Filão (B) Tortano de batata doce.
Fonte: Divulgação Motche.

O Mouro (Figura 10 A) é um pão típico português, marcado pela farinha integral e por grãos. É um pão pesado, porém fofo, muito aromático e rico em texturas. Era preparado com *levain* de farinha branca, integral e centeio, farinha integral orgânica fina nacional e farinha de origem francesa T150, farinha de centeio, açúcar mascavo, água, sal, e bastante linhaça e gergelim.

O pão de Deus (Figura 10 B) é um pão doce, tradicional do dia de finados em Portugal. É uma massa enriquecida composta de leite, farinha branca, fermento, conhaque, raspas de limão siciliano, ovos e manteiga. Depois de fermentada, a massa era porcionada em bolinhas de 100g, e após descansarem em formas de *muffins* por pelo menos 3h, recebiam um creme de coco, açúcar e ovos. Este último forma uma casquinha crocante quando o pão é assado.



Figura 10: (A) Pão Mouro (B) Pão de Deus.
Fonte: Divulgação Motche.

O panetone é uma pão natalino originário de Milão, Itália (REINHART, 2009). É uma massa enriquecida, com abundância de ovos e manteiga. Foram preparadas duas variedades: o chocotone de fermentação natural e o chocotone vegano (Figura 11 A e B). A versão tradicional demandava ao menos 72h de preparo, que começava alimentando um *levain* firme, no segundo dia era preparada a primeira, massa - ou

primo impasto, como chamam os italianos, composta de *levain*, farinha branca forte e açúcar, e no dia seguinte, o *secondo impasto*, que além do *primo impasto* recebia ovos, açúcar, farinha, manteiga e ao fim, gotas de chocolate belga. A versão vegana iniciava-se com uma esponja - fermento, farinha branca forte e água- que compunha à massa junto à farinha branca forte, lecitina de soja, óleo vegetal, açúcar e água.

Ambas fermentavam por no mínimo 12h. Depois eram porcionadas, boleadas e descansavam por mais 6h em formas de papel próprias para panetone (Figura 11 C). O forneamento ocorria à 190°C por 50 minutos, após esse tempo tinha-se o cuidado de colocá-los para esfriar de cabeça para baixo, evitando que a massa afunde. Alguns padeiros, inclusive, afirmam que a massa precisa de algo entre 8 e 14h esfriando nessa posição (REINHART, 2009).

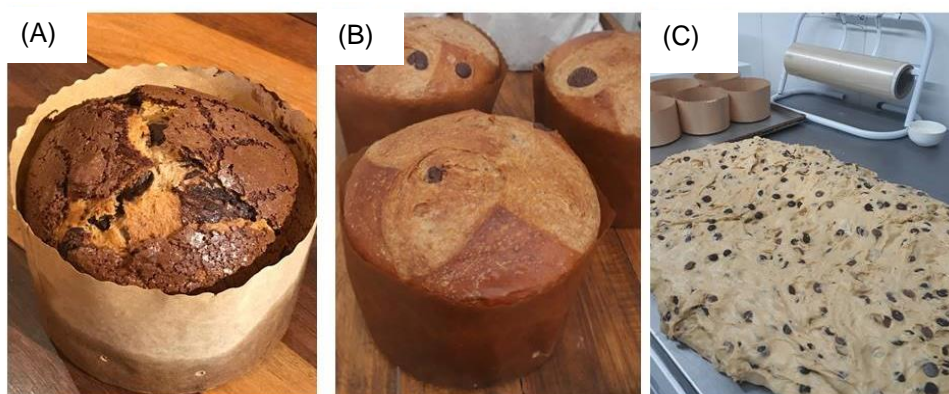


Figura 11 - (A) Chocotone tradicional (B) Chocotone Vegano
(C) Massa do chocotone tradicional.

Fonte: Divulgação Motche.

4.2 Viennoiserie

A *Viennoiserie* lança uso de técnicas de panificação e de *pâtisserie*, sendo composta por massas enriquecidas, como os brioques, as massas folhadas e semifolhadas, compostas por contínuas camadas de massa e blocos de gordura (SUAS, 2012). “A gordura que separa as camadas se derrete enquanto assada, fornecendo espaço para que o vapor liberado pela massa e pela gordura se acumule, expandindo a distância entre as camadas folhadas” (INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA, 2017).

Dentre os preparos com massa semifolhada estão *croissants*, *morning buns* e *pain au chocolate* (Figura 12 A, B e C). Foram elaborados dois tipos de massa: a semifolhada tradicional e a vegana, compondo-se de manteiga fermentada e gordura de palma, respectivamente.



Figura 12: (A) *Croissants* (B) Enrolado de canela (C) *Pain au chocolate*.

Fonte: Divulgação Motche.

O primeiro passo consistia no preparo de uma massa enriquecida com: farinha branca francesa T45, açúcar, fermento, sal, manteiga, ovos, leite, água, manteiga e *levain*. A versão vegana, utilizava os mesmos ingredientes, com a exceção do leite, dos ovos e da manteiga, esta última substituída pela gordura de palma. Eram batidas em tempos alternados na amassadeira, nas velocidades 1 e 2, mas ao fim, ainda era obtida uma massa firme. Esta era porcionada, etiquetada e levada ao *freezer*, o que Suas (2012) define como técnica do retardamento, por meio da qual têm-se um domínio ampliado da massa e uma maior durabilidade. Assim, freia-se a fermentação, a fim de que esta aconteça apenas algumas horas antes do forneamento.

Depois eram preparados os blocos de gordura: manteiga francesa fermentada para o tradicional, e gordura de palma para o vegano. Utilizava-se uma proporção de 1:2 entre os blocos de gordura e o peso da massa. A laminação e a moldagem era feita pelo *chef*, que transformava-os em croissants, *morning buns* – os enrolados de canela – ou *pains au chocolat*. Após o descanso final, recebiam uma mistura de ovos, gemas e creme de leite e eram forneados a 215° C. Já os veganos eram pincelados com melado diluído em água, que também protegia a massa enquanto coccionada e conferia brilho e sabor ao produto final.

O brioche de azeite (Figura 13), por sua vez, é composto por farinha de trigo branca do tipo 00, fermento industrial e natural, açúcar, ovo, leite e quantidades consideráveis de azeite. Segundo Robertson (2010), o brioche de fermentação natural combina além dos ingredientes tradicionais, fermento natural e *polish*. Apesar de ter sido preparado o brioche tradicional, a versão com azeite é muito mais apreciada e teve uma produção mais corriqueira. O brioche de azeite é originário do Sul da França, onde encontra-se azeite em abundância muito maior que a manteiga (ROBERTSON, 2010).



Figura 13 - Brioche de azeite.
Fonte: Divulgação Motche.

Percebeu-se que o azeite tem uma facilidade maior em agregar-se à massa do que à manteiga, além disso, o alto teor de lipídeos do azeite resulta em uma massa muito estável, de textura ainda mais sedosa e com maior vida útil. Salvo ressaltar também as diferenças sensoriais: o brioche de azeite tem um sabor mais suave, e sua coloração é de um dourado mais intenso. O *levain* bem alimentado e um *polish* preparado com no mínimo 72h de antecedência resulta em um brioche ainda melhor, cujo *flavour* se apresenta sutilmente ácido e com um toque de nozes. As atividades envolveram preparo de pré-fermento, pesagem e mistura da massa, porcionamento, boleamento e forneamento. Este último ocorreu a 215°C durante cerca de 20 minutos, temperatura mais baixa em relação às massas bases, respeitando a delicadeza típica deste pão.

4.3 Confeitaria

Durante cerca de seis semanas, o estágio focou a elaboração de bolos e *cookies*. Dentre eles: bolo de morango com iogurte, bolo de maçã de fermentação natural, Tarte de Santiago, *bouchon*, brownies, bolo vegano de cacau e bolo vegano de laranja com chocolate. Além dos bolos, foram preparados *waffles*, *cookies* de avelã e chocolate, e *cookie* vegano de especiarias.

As receitas, porém, não contavam com fichas técnicas. E a falta de algumas informações como temperatura de cocção, por exemplo, dificultava uma padronização, acarretando certa variabilidade em determinadas sobremesas quando executadas por diferentes pessoas. Além de dificultar um controle maior de insumos no estoque.

O carro-chefe da casa é o bolo de maçã (Figura 14 A), úmido e macio por dentro e com uma crosta crocante de açúcar na superfície, além de um leve toque de

canela, sua confecção era feita em uma mistura única de ingredientes molhados e secos. O bolo de maçã, inclusive era preparado com o *levain* da casa.

O bolo de morango com iogurte (Figura 14 B), também elaborado pelo método anterior, tem o iogurte como diferencial, que confere mais umidade à massa, além de um leve sabor ácido, ressaltando os morangos, que ao serem cocccionados junto à massa, adquirem uma textura semelhante a uma compota, porém ligeiramente doce.



Figura 14: (A) Bolo de maçã (B) Bolo de morango com iogurte.
Fonte: Divulgação Motche.

Outro destaque é o *brownie* (Figura 15 A), classificado por Sebess (2010) como uma massa batida de estrutura cremosa. Logo, seu preparo iniciava-se batendo-se ovos com o açúcar, especificamente o açúcar mascavo, que devido à sua alta higroscopicidade, característica definida por Araújo et. al (2016) como a capacidade de um açúcar em absorver água, resultava em *brownie* de aspecto úmido, inclusive por muito mais tempo. A esta mistura volumosa e cremosa, acrescentava-se o chocolate derretido com a manteiga. Por fim, farinha de trigo e *nibs* de cacau, que conferiam crocância e um sabor mais intenso. Cocccionado, apresentava-se com a típica casquinha crocante e o interior excessivamente cremoso.

Era confeccionado com chocolate orgânico 75%, além da variação com o chocolate orgânico 85% com cupuaçu. Pôde-se trabalhar também com o chocolate belga 70%. Todos os três são de ótima qualidade, os nacionais, porém possuíam uma acidez particular, típicas do cacau da região de produção - que combinava muito bem com o aroma e acidez do cupuaçu, por exemplo. Salvo ressaltar que o chocolate com cupuaçu era ainda mais delicado, demandando uma manipulação cuidadosa, e assim como os demais, armazenamento longe do calor, da luz e da umidade. Os chocolates orgânicos nacionais, bem como o cacau, tinham preço semelhante ao chocolate belga, mas o fornecedor oferecia um prazo de entrega ainda maior, o que por vezes dificultou o acesso e, conseqüentemente, o uso.

O *bouchon* (Figura 15 B), criação do *chef* americano Thomas Keller, é um pequeno e denso bolo de chocolate, em formato semelhante a uma rolha de cortiça, daí o seu nome (KELLER & ROUXEL, 2012). É uma sobremesa rica em cacau e gotas de chocolate, resultando em um sabor intenso e marcante de chocolate.

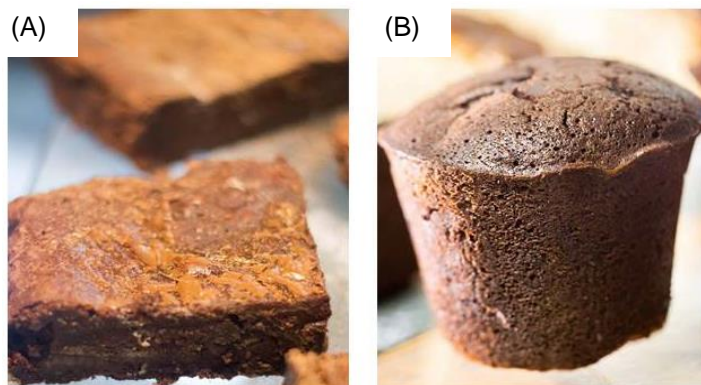


Figura 15 - (A) Brownie (B) Bouchon.
Fonte: Divulgação Motche.

A tarte de Santiago conceitua-se como uma massa com oleaginosas, cujo preparo assemelha-se à uma *genoise* (KOVESI et al, 2007). Inicia-se pelo batimento de ovos e açúcar, pelo método espumoso, até que se obtenha o dobro do volume e uma mistura muito fofa e clara (HANNEMAN, 2005). Com muita delicadeza, a fim de não destruir a aeração obtida, responsável pelo crescimento e pela leveza do bolo, era incorporada a farinha de amêndoas. O forneamento ocorria a 170°C em forno de convecção. A finalização envolvia uma fina camada de açúcar de confeitiro.

O bolo vegano de cacau (Figura 16 A) era preparado com farinha de trigo, açúcar, óleo vegetal, cacau, fermento químico e bicarbonato de sódio, este último quando combinado a um leite de oleaginosas talhado com um elemento ácido, como o vinagre, resultava em uma reação química que conferia umidade e maciez ao bolo, além de intensificar o sabor do cacau. Na finalização, tinha-se ganache vegana e amêndoas picadas ou laminadas.

Outro bolo vegano confeccionado é o bolo de laranja e chocolate (Figura 16 B). Substituindo o ovo e conferindo certa maciez entravam purê de maçã e farinha de linhaça, sem os quais o bolo se apresentou seco e sem uma boa estrutura. A laranja combinada ao chocolate conferia um sabor único, conquistando inclusive o paladar de não-veganos.

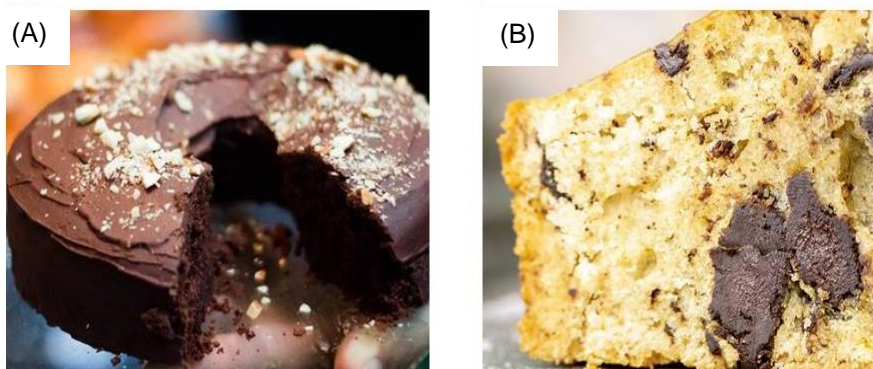


Figura 16 - (A) Bolo vegano de cacau (B) Bolo vegano de laranja e chocolate.
Fonte: Divulgação Motche.

Após o forneamento dos bolos, tinha-se o cuidado de transferi-los para que esfriassem em grades de metal. Segundo Wright & Treuille (2010) isto evita que o fundo do bolo resseque, e que a massa continue cozinhando em seu próprio vapor.

Para o *brunch*, semanalmente era preparada a massa do *waffle*. Sebess (2010) define-o como uma massa semilíquida, derivada da panqueca, porém mais aerada, dado à incorporação de claras em neve e bicarbonato de sódio. Era feita a versão tradicional, rica em manteiga e ovos, e a vegana, que substituía os ovos pela banana e pela semente de chia hidratada, que adquire uma consistência pegajosa e gelatinosa. A leveza do *waffle* vegano era garantida pelo fermento químico misturado às bananas, que resultava em uma mistura um pouco inflada. Ambos eram feitos na máquina típica de *waffle*, que estavam prontos quando adquiriam uma consistência crocante e uma coloração dourada. A versão vegana era pobre em gordura, o que dificultava um pouco na hora de tirá-los da máquina, que precisava ser untada com bastante óleo, a fim de não grudarem quando prontos. Eram empratados com melaço e a geléia do dia (Figura 17 A).



Figura 17: (A) *Waffle* Vegano (B) *Cookie* tradicional (C) *Cookie* vegano de especiarias.
Fonte: Divulgação Motche.

Os *cookies* tradicionais (Figura 17 B), de avelã, aveia e chocolate eram preparados pelo método cremoso. Caracterizado pelo batimento de manteiga e açúcar, com uma posterior adição de ovos e uma pequena quantidade de líquido e finalizado com os secos e oleaginosas ou chocolate (GISSLEN, 2012). Já os veganos (Figura 17 C) envolviam o método direto, designados como *cookies* indianos de especiarias, tinham como elementos farinha de trigo, bicarbonato, açúcar, melão, leite de amêndoas e óleo vegetal. Ambos eram porcionados em unidades de 60g e forneados a 170° por 14 minutos.

4.4 Outras atividades

Com uma menor frequência, o estabelecimento conta com massas frescas no cardápio. Eram preparados dois tipos de massa: vegana e tradicional. A vegana era preparada com semolina, água e azeite. Já a tradicional era composta de farinha italiana própria para massa fresca e/ou semolina e ovos.

Além disso, no mínimo uma vez por semana era feita a higienização e manutenção do preparo fechado, já os equipamentos e utensílios eram higienizados diariamente, conforme estabelece a RDC 216 de 2004:

4.2.1 As instalações, os equipamentos, os móveis e os utensílios devem ser mantidos em condições higiênicas sanitárias apropriadas. As operações de higienização devem ser realizadas por funcionários comprovadamente capacitados e com frequência que garanta a manutenção dessas condições e minimize o risco de contaminação do alimento (BRASIL, 2004).

4.2.6 Os utensílios e equipamentos utilizados na higienização devem ser próprios para a atividade e estar conservados, limpos e disponíveis em número suficiente e guardados em local reservado para essa finalidade. Os utensílios utilizados na higienização de instalações devem ser distintos daqueles usados para higienização das partes dos equipamentos e utensílios que entrem em contato com o alimento (BRASIL, 2004).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades desenvolvidas durante o estágio supervisionado obrigatório permitiram a vivência com um universo diferenciado da gastronomia, galgado na produção artesanal. O contato com insumos, equipamentos, utensílios e técnicas de raro acesso resultou em uma coletânea de experiências enriquecedoras e inspiradoras, que reforçam a importância de ir além dos laboratórios da universidade.

Lidar com variáveis como tempo, umidade, temperatura, insumos e anseios do público-alvo é um desafio diário na vida de quem trabalha com fermentação. Logo, é essencial muita leitura, estudo, observação, sagacidade e sensibilidade ao trabalhá-la. Esta última se faz essencial na panificação, por exemplo, seja ao cheirar um pré-fermento, ao preparar uma massa, ao formatar um pão, ao fornear um pão e até mesmo ao degustá-lo, entendendo a influência de cada etapa e de cada elemento do processo de produção.

O crescimento do público vegano, por sua vez, evidencia um nicho de mercado que demanda adaptações às técnicas e insumos clássicos, algo que requer frequentes testes, a fim de ter-se maior excelência técnica. Além da importância de conhecer o seu público e as respectivas necessidades.

Ademais, os prazeres da culinária artesanal vão além da gastronomia praticada por restaurantes comerciais, eles estão também no dia-a-dia e merecem ter o acesso ampliado e sua importância evidenciada. Quando entende-se o ato de alimentar-se como um ato político, nota-se a necessidade de lutar pela alimentação de qualidade também na esfera política: pela ampliação de acesso a produtos orgânicos e pela valorização da produção local, com ênfase nos pequenos produtores e no saber popular e em uma gastronomia verdadeiramente sustentável.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO W.M.C. et. al. **Alquimia dos alimentos**. Brasília: Editora Senac - DF: 2016.
- ANDREWS, G. **The slow food story: Politics and pleasure**. Pluto Press, 2008.
- APLEVICZ, K.S. Fermentação natural em pães: ciência ou modismo. **Aditivos & Ingredientes**, v. 105, p. 36-38, 2014.
- BRASIL. Agencia Nacional de Vigilância Sanitária- ANVISA. **Resolução – RDC Nº 216, de 15 de Setembro de 2004**. Estabelece procedimentos de boas Praticas para serviço de alimentação, garantindo as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 17 setembro 2004.
- BRILLAT-SAVARIN, J.A. **A fisiologia do gosto**. [Tradução: Paulo Neves]. São Paulo: Companhia das Letras, 1995. 379 p. Physiologie du goût.
- BRITO, L. M.; XAVIER, A. F.. Comportamento do Consumidor e o Mercado Informal de Produtos Artesanais. In: **CLAV 2016**. 2016.
- CARNEIRO, H. **Comida e Sociedade**. S. Paulo. Campus. 2003.
- FERRIGNO, M. V. et al. **Veganismo e libertação animal= um estudo etnográfico**. 2012.
- GISSLEN, W. **Professional baking**. John Wiley & Sons, 2012.
- GLEZER, M. **Artisan baking across America: The breads, the bakers, the best recipes**. 2000.
- HADJIANDREOU, E. **How to Make Bread: Step-by-step recipes for yeasted breads, sourdoughs, soda breads and pastries**. Ryland Peters & Small, 2011.
- HANNEMAN, L.J. **Patisserie**. Elsevier: 2005.
- INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA. **Chef Profissional**. Editora Senac: São Paulo, 2017.
- KELLER, T. ROUXEL, S. **Bouchon Bakery**. Artisan Books, 2012.
- KOVESI, B. et al. **400g**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2007.
- REINHART, P. **The bread baker's apprentice : mastering the art of extraordinary bread**. Ten Speed Press, 2001.

REINHART, P. **Peter Reinhart's Artisan Breads Every Day**: Fast and Easy Recipes for World-class Breads. Random House Digital, Inc., 2009.

ROBERTSON, C. **Tartine bread**. Chronicle books: San Francisco, 2010.

SEBESS, M. G. **Técnicas de confeitaria profissional**. Senac, 2010.

Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas. **Estratégias de Aplicação da Padaria Conceito**. 2015. Disponível em <[https://bibliotecas.sebrae.com.br/chronus/ARQUIVOS_CHRONUS/bds/bds.nsf/905cd722d05ec5212187d070d38032f0/\\$File/5959.pdf](https://bibliotecas.sebrae.com.br/chronus/ARQUIVOS_CHRONUS/bds/bds.nsf/905cd722d05ec5212187d070d38032f0/$File/5959.pdf)>. Acesso em 15 de Janeiro de 2019.

SOCIEDADE VEGETARIANA BRASILEIRA. **Mercado Vegetariano, 2017**. Disponível em: <<https://www.svb.org.br/vegetarianismo1/mercado-vegetariano>> Acesso: 12 Dezembro 2018.

SUAS, M. **Panificação e viennoiserie: abordagem profissional**. São Paulo: Cengage Learning, 2012.

WRIGHT, J; TREUILLE, E. **Le cordon bleu: todas as técnicas culinárias**. Marco Zero, 2010.

ZANIRATO, S. Wheat Flour standards in European Union. Antalya, 2013.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Classificação Francesa de Farinhas

Classificação Francesa de farinhas				
Farinha	Teor mínimo de cinzas (%)	Teor máximo de cinzas (%)	Teor mínimo de proteína (%)	Aplicação culinária
T45	-	0,45	9	Confeitaria e <i>Viennoiserie</i>
T55	0,50	0,60	11	<i>Viennoiserie</i>
T65	0,62	0,75	-	Panificação (pães brancos, <i>baguettes</i>)
T80	0,75	0,90	14	Panificação (pães rústicos)
T110 (espelta)	1,00	1,2	15	Panificação (pães integrais e/ou rústicos)
T150 (farinha integral)	1,40	-	13	Panificação (pães e massas integrais)

Fonte: Zanirato, 2013.

APÊNDICE B – Classificação Italiana de Farinhas

Classificação Italiana de Farinhas				
Farinha	Teor mínimo de cinzas (%)	Teor máximo de cinzas (%)	Teor mínimo de proteína (%)	Aplicação culinária
00	-	0,55	9	Confeitaria, Panificação, <i>Viennoiserie</i>
0	-	0,65	11	Panificação, <i>Viennoiserie</i>
1	-	0,80	12	Panificação (pães rústicos)
2	-	0,95	12	Panificação
½ 0	1,3	1,70	15	Panificação (pães e massas integrais)

Fonte: Zanirato, 2013.

APÊNDICE C – Fluxograma do Processo de Produção de Pães

