



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

Júlia Bartolomeu Lima

**DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS EM PADARIA DE FERMENTAÇÃO
NATURAL LOCALIZADA NA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE LAGOA SECA -
PB.**

Recife - PE
Setembro / 2023

Júlia Bartolomeu Lima

**DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS EM PADARIA DE FERMENTAÇÃO
NATURAL LOCALIZADA NA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE LAGOA SECA -
PB.**

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

Orientador: **Prof. Dr. Leonardo Pereira Siqueira**

Supervisor: **Ilan Cássio Nunes Marques**

Recife - PE

Setembro / 2023

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal Rural de Pernambuco
Sistema Integrado de Bibliotecas
Gerada automaticamente, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

L732d Lima, Júlia Bartolomeu
DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS EM PADARIA DE FERMENTAÇÃO NATURAL
LOCALIZADA NA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE LAGOA SECA - PB. / Júlia Bartolomeu Lima. - 2023.
31 f. : il.

Orientador: Leonardo Pereira de Siqueira.
Inclui referências.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal Rural de Pernambuco, Bacharelado em
Gastronomia, Recife, 2023.

1. Panificação Artesanal. 2. Levain. 3. Padaria. 4. Gastronomia. I. Siqueira, Leonardo Pereira de, orient. II. Título

CDD 641.013

Júlia Bartolomeu Lima

**DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS EM PADARIA DE FERMENTAÇÃO
NATURAL LOCALIZADA NA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE LAGOA SECA -
PB.**

Data: 21/09/2023

Resultado: 10,00

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Leonardo Pereira de Siqueira
Universidade Federal Rural de Pernambuco

Profã. Dra. Edenilze Teles Romeiro
Universidade Federal Rural de Pernambuco

Profã. Dra. Amanda de Moraes Oliveira Siqueira
Universidade Federal Rural de Pernambuco

Recife - PE
Setembro / 2023

RESUMO

A panificação em essência é artesanal. Com o passar dos anos, ela foi sofrendo adaptações ao tempo dos homens, porém, felizmente, vem sendo recuperada e ressignificada ao seu natural. Tornando seus processos cada vez mais populares e conhecidos. E dentro desta esfera está a FASZ, uma pequena padaria de fermentação artesanal localizada no município de Lagoa Seca, estado da Paraíba. Seu cardápio é composto por 10 tipos de pães - Baguete, Italiano, Focaccia, Ciabatta, Sourdough, Gergelim, 11 Grãos, Australiano, Doce e Brioche - além de diversos antepastos, biscoitos, bolos e também refeições e tira-gostos. O objetivo deste trabalho é descrever as experiências gastronômicas e profissionais vivenciadas durante a realização do Estágio Supervisionado Obrigatório na empresa FASZ Gastronomia Artesanal, com foco nas atividades de panificação artesanal. O objetivo do estágio foi de adquirir conhecimentos práticos em panificação de fermentação natural, mas também, de concluir a formação profissional necessária para a área da gastronomia. As atividades desenvolvidas foram: a produção de pães de fermentação natural, bolos, biscoitos e antepastos; controle de estoque de insumos, pré-preparo de pratos para eventos e desenvolvimento de fichas técnicas. A partir da construção desse trabalho, os objetivos propostos na realização do estágio foram atingidos, aportando-me dos conhecimentos dessas duas esferas - a acadêmica e a prática - além de resgatar em mim as primeiras paixões semeadas no meu começo da gastronomia. Além disso, foi possível confirmar que esta é uma área promissora para a atuação do Bacharel em Gastronomia por demandar esmero e técnica além de uma visão metódica de todo o processo.

Palavras chave: Panificação Artesanal; Levain; Padaria; Gastronomia;

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a minha família, José Iraponil, Andréia, Laura e Albaniza que sempre acreditaram e apoiaram meus sonhos. Tornando este mais do que possível, real;

Em segundo lugar, agradeço aos meus professores e professoras que todos os dias se dedicaram verdadeiramente além do lecionar, transformando a UFRPE na minha segunda casa;

Agradeço a Ilan, Seu Milton e Cizinha, que me acolheram na FASZ e desde o primeiro dia me proporcionaram conhecimento para além da cozinha;

Muitas coisas aconteceram até aqui e com certeza nenhuma delas teria sido a mesma sem os amigos e colegas que fiz durante esse percurso, a vocês, até mesmo os que estão por outros caminhos, mas em especial a Gustavo e Caroline, o meu muito obrigada;

Por fim, agradeço a uma pessoa que chegou no começo disso tudo e que está aqui até esse momento final, quem me inspira, meu amor, Washington José.

A todos eles e a você que está lendo este trabalho, os meus sinceros agradecimentos.

*"O pão artesanal, com sua crosta dourada e aroma
inebriante, é a manifestação mais sincera
do amor pela comida."*

Ruth Rocha

SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO.....	9
2. CARACTERIZAÇÃO DO ESTÁGIO.....	11
2.1. Período do Estágio.....	11
2.2. Histórico da Instituição.....	11
2.3. Atividades do Estabelecimento.....	12
2.4. Descrição do Local.....	12
3. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	16
3.1. Produção de pães de fermentação natural.....	16
3.2. Pães de massa branca.....	18
3.2.1. Baguete.....	19
3.2.2. Italiano.....	19
3.2.3. Ciabatta.....	19
3.2.4. Focaccia.....	20
3.3. Pães de massa integral.....	21
3.3.1. Sourdough.....	21
3.3.2. Gergelim.....	22
3.3.3. 11 Grãos.....	22
3.3.4. Australiano.....	23
3.4. Pães de massa enriquecida.....	23
3.4.1. Pão doce.....	23
3.4.2. Brioche de macaxeira.....	24
3.5. Mistura dos ingredientes.....	24
3.6. Dobras.....	25
3.7. Fermentação Principal.....	25
3.8. Porcionamento.....	26
3.10. Fermentação Intermediária.....	28
3.11. Modelagem.....	28
3.12. Fermentação Final.....	28
3.13. Corte.....	29
3.14. Forneamento.....	29
3.15. Demais atividades desenvolvidas.....	29
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	30
REFERÊNCIAS.....	31

1. APRESENTAÇÃO

Ancestralmente, os grãos têm sido o elemento de sustento mais importante, fazendo da panificação quase tão antiga quanto a humanidade (GISSLEN, 2011. p. 4). No início, durante o período neolítico (4.000 a.C a 10.000 a.C.), eram elaborados pães primitivos que partiam de uma simples pasta feita com grãos deixados de molho e mais tarde cozidos em água (SUAS, 2011. p. 6). Segundo Flandrin & Montanari (2018), o povo egípcio foi pioneiro em diversas áreas da panificação: a partir de 1500 a.C. eles passaram a adicionar leveduras a massa, provenientes da fabricação de cerveja, além de já utilizar moldes para dar formatos variados aos pães, eles também enriqueciam a massa, seja com gordura, ovos, mel ou frutas (FLANDRIN & MONTANARI, 2018. p.71 e 72). O uso de fornos fechados para assar as massas foi implementado pelos gregos no século VI a.C., que exerciam o ofício com prevalência na região, tornando a panificação uma importante indústria na cidade de Roma (GISSLEN, 2011. p. 5).

Porém, durante a Idade Média (séc. V ao séc. XV), em razão da escassez de grãos, por crescente urbanização, gerando a fome e dizimando doenças na população, o consumo de pães estava em declínio na maior parte desse período (SUAS, 2011. p. 9). Apenas nos séculos finais que o ofício da panificação ressurgiu como uma profissão importante em serviço, principalmente, à nobreza (GISSLEN, 2011. p. 5). Vale ressaltar que somente após esse momento, a partir do século XVI, que surgiram na França as associações de padeiros e confeitores, voltadas para legislar sobre suas labores, afinal, o pão mantinha-se sendo o alimento mais importante para a época. Tais leis versavam desde a produção - aproveitamento do trigo, ingredientes obrigatórios, tamanho dos produtos e sanitização - à comercialização - legalidade para vendas, licenças para abrir estabelecimentos e certificados de habilidades (GISSLEN, 2011 p. 6).

A modernidade foi uma época de grandes processos tecnológicos para a sociedade e na esfera da panificação não foi diferente. No século XIX, o avanço de destaque compreende a criação do moinho de rolo, que substituiu o lento processo de moagem manual de farinha por um método mais rápido e eficiente. Além disso, a disponibilidade de novas variedades de trigo oriundas dos Estados Unidos, por ser uma variedade com maior teor de proteínas, impulsionou a produção em larga escala de pão branco. Já no século XX, a tecnologia continuou a transformar a indústria, com melhorias em refrigeração, fornos avançados e transporte aéreo que facilitaram a distribuição global de ingredientes frescos. Ademais, começou-se a contar com técnicas de conservação e equipamentos modernos - como o cilindro para massas laminadas e câmaras de crescimento para levedação - que permitiram a simplificação e otimização de muitos processos de preparação (GISSLEN, 2011. p. 8).

Por alguns anos esse estilo de panificação, com processos altamente mecanizados, produzindo pães de textura firme, branca e bastante volumosa - devido ao uso exagerado de emulsificantes e estabilizantes - satisfazia em totalidade o público e os profissionais (SUAS, 2011. p. 16). Essa tendência também foi vivenciada no estado da Paraíba, como afirma Cabral Filho (2003): *“Os anos 60 marcam o início do declínio da panificação artesanal em Cajazeiras, uma vez que é nessa década que as primeiras panificadoras mecanizadas começaram a ser instaladas acarretando na lenta morte das padarias artesanais.”* (CABRAL FILHO, 2003. p. 132).

Felizmente tal realidade tem sido alterada, esse resgate se iniciou por volta dos anos 1970, nos Estados Unidos, com o padeiro Raymond Cavel. Lentamente, Cavel foi disseminando suas teorias sobre misturas, fermentação e uso do forno, sendo um precursor da técnica de autólise, trazendo, também de volta, a panificação artesanal com uso da esponja de massa azeda. Seu trabalho e repercussão resultaram em pães de miolo mais abertos, leves, com crosta escura e de maior durabilidade, ou seja, de maior qualidade que passaram a fazer parto do hábito alimentar de muitas pessoas (SUAS, 2011. p. 16).

Segundo a Associação Brasileira da Indústria de Panificação e Confeitaria (ABIP) (2021), a revolução da panificação artesanal ganhou força nos últimos anos no país: *“[as padarias artesanais] nasceram justamente tentando resgatar a essência de padaria como um local para se consumir o seu produto originário: o pão. E foram elas, principalmente, que tiveram um grande crescimento nos últimos anos.”*. Em outra perspectiva, levando em consideração o acometimento da pandemia da COVID-19, Gisele Rech (2020), afirma:

“Um dos resgates mais marcantes realizados durante a quarentena foi o hábito de cozinhar em casa, seja por necessidade, seja por prazer (...) um dos destaques foi a vontade de muita gente de fazer pão. Não à toa, as pesquisas pelo termo "como fazer pão" foi uma das mais realizadas na quarentena, segundo o Google. Por meio destas buscas, entre tantas, o chamado pão de fermentação natural ganhou popularidade e tornou a sua cadeia produtiva mais conhecida.” (RECH, 2020).

Desse modo, entende-se que o trabalho artesanal evoca tradição e carrega alta qualidade, estando em crescente no mercado mundial. Assim, o objetivo deste trabalho é descrever as experiências gastronômicas e profissionais vivenciadas durante a realização do Estágio Supervisionado Obrigatório na empresa FASZ Gastronomia Artesanal, presente no município de Lagoa seca-PB, com foco nas atividades de panificação, especialidade do estabelecimento.

2. CARACTERIZAÇÃO DO ESTÁGIO

2.1. Período do Estágio

O referido estágio teve início no dia 29 de maio de 2023 e término no dia 18 de agosto do mesmo ano, contabilizando o total de 360 horas realizadas de segunda a sexta-feira das 7:00 às 13:00 hrs. As atividades desenvolvidas foram focadas na panificação e confeitaria.

2.2. Histórico da Instituição

Em meio a pandemia da COVID-19, no ano de 2020, Ilan Nunes iniciou domesticamente a produção de pães de fermentação natural. Então, o mesmo começou a comercializar seus produtos entre amigos e familiares até que o negócio começou a tomar proporções maiores. Assim, ele desenvolveu uma variedade maior de produtos, aumentou a sua produção, e então, em 2021, investiu na construção de um ponto fixo com estrutura maior e que o possibilitasse desenvolver a sua atividade em um ambiente mais seguro e eficiente. Seus pais, possuíam um asilo privado cujo terreno possuía uma vasta área inutilizada e neste lugar foram erguidas as primeiras paredes da FASZ (Figura 1). A sigla parte das iniciais de farinha, água e sal, unidas ao verbo fazer, promovendo uma brincadeira com as palavras para com a ideia de produzir pães puros “de apenas farinha água e sal”. Demorou cerca de um ano para que a construção fosse concluída, inaugurando a casa em 2022. Atualmente, a *FASZ Gastronomia Artesanal* é uma empresa do ramo alimentício de pequeno porte, localizada no município de Lagoa Seca, zona metropolitana de Campina Grande, estado da Paraíba. Conta com apenas dois funcionários fixos: um cozinheiro e uma auxiliar de serviços gerais; além do dono e de seus sócios. Tem como diferencial a venda e produção própria de pães artesanais de fermentação natural que são comercializados separadamente mas também utilizados nas preparações que compõem o cardápio da casa em seus demais eventos

Figura 1: Período de Construção.



Fonte: Ilan Nunes, 2022.

2.3. Atividades do Estabelecimento

A FASZ oferece produtos artesanais, de quarta a domingo, porém com serviços alternados durante os dias da semana. Predominantemente, trabalha por encomendas e reservas, mas também dispõe de pronta entrega quando há sobra de produtos ou salão aberto ao público quando o mesmo não está em sua ocupação máxima.

De quarta-feira a sábado o estabelecimento oferece as fornadas de pães de fermentação natural, em conjunto com antepastos e biscoitos, que podem ou ser retirados pelos clientes no local ou entregues via *delivery*. A padaria oferece 10 tipos de pães, sendo 4 do tipo integral, 4 de massa branca e 2 de massa doce.

Aos domingos é servido o *brunch*. Nele, é pago uma taxa única por pessoa para que usufruam do self-service, que dispõe de vários tipos de bolos, pudins, salada de frutas, torta salgada, iogurte, granola, antepastos e pães da casa, junto à um menu empratado que é alterado mensalmente, mas sempre sendo composto por pelo menos uma entrada, um prato principal e uma sobremesa.

Vale ressaltar que recentemente foi implementado nas sextas-feiras à noite um menu de fondues, com 3 entradas, 2 pratos principais, e 1 sobremesa, além de 3 tipos de fondues. Entretanto, essa modalidade do serviço não será explorada pois não abrangia o horário do estágio.

2.4. Descrição do Local

Segundo os arquitetos idealistas do projeto, o espaço do empreendimento alinha a proposta da marca com a arquitetura rústica, remetente a ambientes acolhedores e tradicionais em áreas rurais da região. Na Figura 2 está demonstrada a fachada, nota-se que madeira e tons quentes são bastante utilizados, além de explorar bastante a luz natural oriunda de grandes janelas de vidro que rodeiam o salão até os fundos (Figura 3).

Figura 2: Vista lateral da fachada principal.



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2023.

Figura 3: Vista dos fundos.



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2023.

Observa-se que a FASZ desfruta de uma ampla área externa, na qual, de acordo com as necessidades, são distribuídas as mesas e cadeiras, ombrelones e cadeiras de balanço. O que proporciona, mais diretamente, uma vivência descontraída de lazer ao ar livre (Figura 4).

Figura 4: Área externa lateral (esquerda) e aos fundos (direita).



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2023.

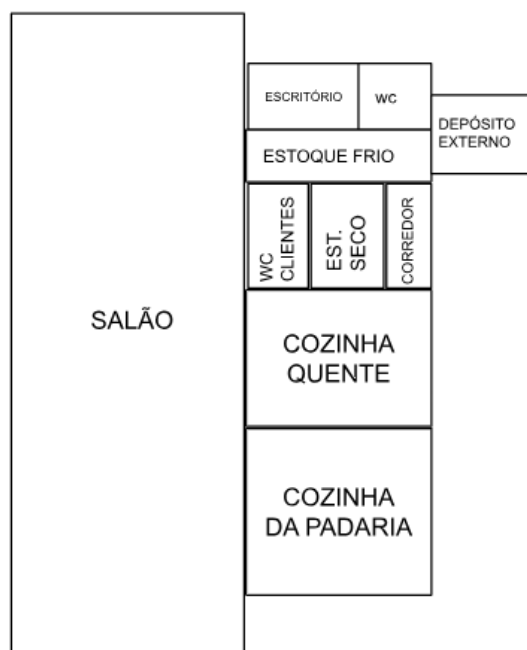
É comum crianças frequentarem o estabelecimento acompanhadas de seus pais. Pensando nisso, foi colocado uma cama elástica (Figura 5) no ambiente externo para entretenimento desse público infantil, enquanto seus responsáveis aproveitam tranquilamente a refeição, sendo mais uma opção de atividade para melhorar a experiência geral dos clientes.

Figura 5: Trampolim.



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2023.

No interior, a planta do estabelecimento (Figura 6) é composta por um salão com banheiro para uso dos clientes, um escritório com banheiro, duas cozinhas, estoque seco e frio e um depósito externo.

Figura 6: Planta baixa adaptada da FASZ

Fonte: a autora, 2023.

O salão (Figura 7), um grande vão retangular localizado à esquerda do estabelecimento, iluminado pelas janelas de vidro que proporcionam a vista das serras da Borborema, é ocupado por móveis e mesas de madeira, em sua maioria de quatro lugares; o piso é de cimento queimado e o teto apenas em telha é mantido para resgatar o aspecto rústico de interesse à proposta.

Figura 7: Salão em duas perspectivas.

Fonte: a autora, 2023.

Em termos de áreas administrativas, a FASZ possui um escritório - onde está localizado o computador para registro do sistema de comandas e gestão geral do empreendimento - ele possui um banheiro que por vezes é utilizado como banheiro feminino quando há um grande número de clientes, já que seu acesso é dado pela última porta à direita do salão. Além disso, possui um depósito externo - utilizado para guardar mobília externa, protegendo-as da chuva e evitando a danificação.

No que compreende as áreas de cozinha, a empresa possui duas: uma denominada como cozinha quente, utilizada para serviço de itens do cardápio empratados e também para produção de preparações que precisem de cocção ao fogão, visto que ela acomoda um industrial de 4 bocas, uma boqueta, a pia para higienização de utensílios vindos do salão, e três bancadas de apoio para o serviço; a segunda, é a cozinha da padaria (Figura 8), ela conta com dois fornos industriais, duas geladeiras expositoras, uma amassadeira de 15 L, uma bancada ilha com prateleira inferior e duas bancadas laterais também com prateleira inferior, uma pia para higienização dos utensílios da cozinha, estante para armazenamento tanto de eletrodomésticos e utensílio quanto para produtos retirados do estoque.

Figura 8: Disposição da cozinha da padaria.



Fonte: a autora, 2023.

Os estoques são acessados pela cozinha quente ou através de uma porta externa da lateral direita do empreendimento, adjacente ao depósito geral. Sendo um seco e outro frio, o primeiro possui duas estantes, uma para alimentos e bebidas, e outra para materiais de limpeza e descartáveis, ou seja, uma espécie de almoxarifado integrado; já o estoque frio possui um freezer horizontal que armazena as produções e alimentos congelados, além de ser utilizado também para refrigerar bebidas no serviço.

3. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

No que compunha as atividades desenvolvidas, estavam presentes: a produção de pães de fermentação natural, bolos, biscoitos e antepastos; controle de estoque de insumos, pré-preparo de pratos para eventos e desenvolvimento de fichas técnicas. Todavia, o destaque será dado à produção de pães, tendo em vista que é o carro chefe do estabelecimento e o principal objeto deste relatório.

3.1. Produção de pães de fermentação natural

A produção de pães começa, antes de tudo, com o *levain*, o fermento natural. Kayser (2015) afirma: “a fermentação com fermento natural, também conhecido por *levain*, consiste em manter o equilíbrio entre a ação das bactérias e a ação das leveduras.”. Esses micro-organismos são um dos principais fatores que influenciam no bom desenvolvimento da fermentação (KAYSER, 2015. p. 24). Nas FASZ, para alimentar a cultura, era utilizada uma proporção de 2/1/2, sendo duas partes de farinha, uma de *levain* e duas de água morna. Esse procedimento era realizado na noite anterior à manhã de batimento das massas, levando no mínimo 12 horas para que o *levain* (Figura 9) se desenvolvesse.

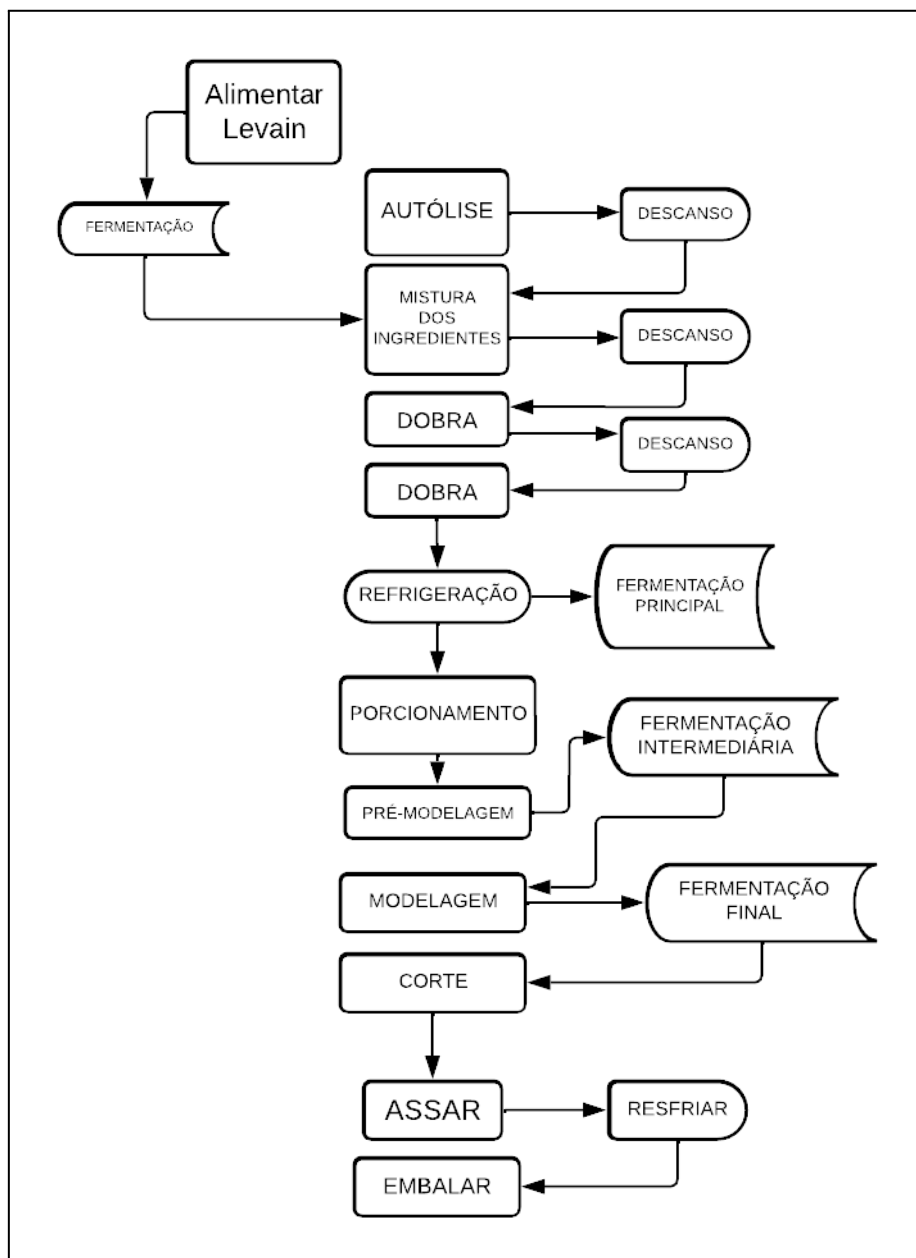
Figura 9: Levain pronto para uso.



Fonte: a autora, 2023.

O *levain* é o único ingrediente comum a todos os pães, entretanto, mesmo variando no quesito composição, os processos para produção dos pães ainda são os mesmos. Como forma de ilustrar, foi desenvolvido um fluxograma simplificado da ordem dos processos desempenhados durante a produção (Figura 10).

Figura 10: Fluxograma simplificado de produção de pães.



Fonte: a autora, 2023.

Seguido da alimentação do fermento, temos a autólise. Ela é realizada algumas horas antes do levain se desenvolver por completo. A mesma consiste na pré-mistura de apenas farinha e água gelada, até que se mesquem por completo; em seguida, essa massa é levada para a geladeira e deixada descansar. Gisslen (2011) afirma que durante a autólise, a farinha absorve toda a água e as enzimas começam a agir nas proteínas, melhorando a estrutura do glúten. Isso reduz o tempo de mistura, resultando em menos incorporação de ar, o que melhora a cor e o sabor do produto final devido ao efeito alvejante do oxigênio que é contido (GISSLEN, 2011. p. 136).

Entretanto, na FASZ são produzidos pães com farinha de trigo branca - baguete, italiano, ciabata e focaccia -, mas também com a mescla dessa com farinha integral - sourdough, gergelim, 11 grãos e australiano -, sendo, portanto, duas autólises diferentes para cada categoria de massa. Além disso, os pães de massa doce - brioche, pão de rosas, cinnamon roll e romeu e julieta - não são preparados através da autólise.

3.2. Pães de massa branca

No que compõem os pães de massa branca produzidos na FASZ, estão listados: pão italiano, baguete, ciabatta e focaccia. Todos eles utilizam da mesma base de pré-mistura que passará pela autólise, seus ingredientes estão listados no Quadro 1.

Quadro 1: descrição dos ingredientes para massa branca

PRÉ-MISTURA MASSA BRANCA		HIDRATAÇÃO: 63%
INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
farinha de trigo	7000	g
água gelada	4410	ml

Após feita pesagem desses itens, eles são misturados em velocidade baixa na amassadeira, previamente esterilizada, apenas até o momento que se mesclam por completo. Assim, estava preparada a massa branca para autólise (Figura 11), que depois de cerca de 2 horas estava pronta para ser acrescida dos demais ingredientes de acordo com cada tipo de pão.

Figura 11: Massa branca para autólise



Fonte: a autora, 2023.

3.2.1. Baguete

De origem austríaca, a baguete (Figura 12) foi disseminada na França em meados do século XIX onde se popularizou, inclusive, a própria denominação “baguete”, do francês “bastão”. Se caracteriza por ser um pão alongado, de massa magra, branca, crocante em seu exterior e com cortes diagonais em sua superfície (CANELLA-RAWLS, 2003). Na FASZ, a baguete era produzida nesses mesmos padrões, com 72% de hidratação.

Figura 12: Baguetes



Fonte: a autora, 2023.

3.2.2. Italiano

De formato tradicionalmente redondo e com casca escura e crocante, porém com miolo macio, o pão italiano (Figura 13) na FAZS é produzido com 74% de hidratação.

Figura 13: Pães Italianos



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2022.

3.2.3. Ciabatta

A ciabatta é um pão achatado, de massa magra, branco, e com grandes alvéolos. Sua origem é italiana, onde seu nome significa “chinelo”, devido ao seu formato semelhante.

Diferentemente dos pães anteriormente produzidos com a massa branca, na fórmula da ciabatta (Figura 14) é adicionada uma certa quantidade de azeite para enriquecer a massa. Sua hidratação total corresponde a 78%.

Figura 14: Ciabattas



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2022 (esquerda). A autora, 2023 (direita).

3.2.4. Focaccia

A focaccia (figura 15) é outro pão de origem italiana, também de massa magra, podendo ser saborizado de várias maneiras. Na FASZ, ela é produzida com 85% de hidratação, sendo a massa mais hidratada da casa e também, como na ciabatta é adicionado azeite, porém, em maior quantidade.

Seus sabores são: Alecrim e sal rosa: a focaccia é pincelada com azeite e coberta com folhas de alecrim, com pitadas de pimenta rosa e sal rosa; 4 formaggi: a focaccia é pincelada com azeite e coberta com quatro tipos de queijo ralado, parmesão, mussarela, provolone e gorgonzola; Margherita: a focaccia recebe uma camada de molho de tomate produzido na casa, queijo mussarela e parmesão ralado, e, por fim, algumas pitadas de orégano; Pesto com tomatinhos confitados.

Figura 15: Focaccia e seus sabores.



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2022.

3.3. Pães de massa integral

Já os pães integrais, possuem sua fórmula diferente (Quadro 2) sendo acrescentada a farinha integral cuja proporção equivale a 30% do total de farinhas, estando de acordo com a RDC 712/2022 que define o mínimo de 30% de ingredientes integrais na composição do produto para ser considerado, de fato, um produto integral (BRASIL, 2023).

Quadro 2: descrição dos ingredientes para massa integral

PRÉ-MISTURA MASSA INTEGRAL		HIDRATAÇÃO: 65%
INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
farinha de trigo	5600	g
farinha de trigo integral	2400	g
água gelada	5200	ml

Os seguintes processos de mistura da massa integral acontecem igualmente aos da massa branca, à exceção do tempo de descanso: para a massa integral, na FASZ, faz-se necessário apenas uma hora para a autólise estar completa.

3.3.1. Sourdough

O Sourdough (Figura 16) é o mais básico dos pães integrais, seu nome significa “massa azeda” propiciada pelo uso do levain e da fermentação lenta. Possui casca de coloração que varia de um marrom claro ao escuro e o miolo um pouco mais escuro que os de massa branca. Nas Fasz ele é produzido com 75% de hidratação.

Figura 16: Sourdough



Fonte: a autora, 2023.

3.3.2. Gergelim

O Gergelim (Figura 17) é o sourdough adicionado de grãos de gergelim branco e preto tostados. É um pão bastante aromático, em razão do óleo liberado pelos grãos que, além de serem adicionados à massa, também são utilizados para fazer uma crosta no pão antes da fermentação final.

Figura 17: Gergelim



Fonte: a autora, 2023.

3.3.3. 11 Grãos

Outro pão integral adicionado de sementes é o 11 Grãos (Figura 18), cujo mix é constituído por aveia, linhaça dourada e marrom, quinoa, chia, sementes de abóbora com e sem casca, gergelim branco e preto e pepitas de girassol com e sem casca. Sua hidratação necessita ser um pouco maior em razão da quantidade de sementes adicionadas que absorvem bastante água, correspondendo à um total de 78%..

Figura 18: 11 Grãos.



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2022.

3.3.4. Australiano

O pão australiano (Figura 19) é um pão de massa integral enriquecido com mel, manteiga, cacau e açúcares mascavo e cristal. É um pão bastante macio, em comparação aos demais pães integrais, seu aroma é marcante e coloração marrom escura característica.

Figura 19: Pão Australiano



Fonte: Página da FASZ no Instagram, 2022.

3.4. Pães de massa enriquecida

Os pães de massa enriquecida assim são classificados por conter ingredientes denominados “enriquecedores”, dotados de gordura ou açúcar. (CANELLA-RAWLS, 2003. p. 149). Na FASZ, os pães de massa enriquecida são o Pão Doce e o Brioche de Macaxeira.

3.4.1. Pão doce

O pão doce (Figura 20) é uma massa rica, com maior porcentagem de gordura, açúcar e ovos. Na FASZ, eles são elaborados pelo método direto, ou seja, não utiliza-se a autólise. Primeiramente, são misturados todos os ingredientes secos, em seguida, são adicionados os líquidos, sendo reservada uma parte total do leite, que será adicionada posteriormente quando a massa atingir estrutura suficiente para receber mais hidratação depois da gordura, que é incorporada aos poucos. Assim como a Focaccia, os pães doces são saborizados de maneiras diversas a partir da mesma massa: Cinnamon Roll: recheado com pasta de manteiga, canela e açúcar mascavo; Pão de Rosas: recheado com manteiga, coco ralado fresco, açúcar cristal e queijo parmesão ralado; Romeu e Julieta: recheado com goiabada e queijo de coalho.

Figura 20: Pães Doces

Fonte: a autora, 2023.

3.4.2. Brioche de macaxeira

O Brioche de macaxeira é outro pão de massa enriquecida, porém salgado, muito macio e com sabor amanteigado. Também é elaborado por método direto, seguindo os mesmos processos do pão doce em termos de ordem de ingredientes para mistura.

Figura 21: Brioche de Macaxeira

Fonte: a autora, 2023.

3.5. Mistura dos ingredientes

Terminada a autólise, a próxima etapa é a mistura dos ingredientes, sendo o que diferencia os pães um do outro. Segundo Gisslen (2011), além de apenas combinar ingredientes, o processo de mistura envolve três estágios que se sobrepõem: mistura dos ingredientes, formação da massa e desenvolvimento da massa (GISSLEN, 2011. p. 100). Porém, na FASZ existe uma a mais: a hidratação adicional da massa; visto que as pré-misturas possuem uma base de 63% e 65% de hidratação, mas cada pão tem uma necessidade diferente.

Sendo assim, para cada pão, primeiramente, era feito o *mise en place* dos ingredientes que posteriormente serão incorporados dentro da amassadeira, inicialmente em velocidade baixa - cada pão tem uma fórmula específica que será descrita nos tópicos a seguir. É importante ressaltar que o sal não é incorporado nesse primeiro estágio da mistura, somente quando a massa consegue agregar bem os outros ingredientes. Quando isso acontece, ele é incorporado e a velocidade da amassadeira aumenta. Nesse momento, esperasse até ela desenvolver o glúten e então é adicionada a hidratação extra de cada um.

3.6. Dobras

A técnica de dobra da massa é empregada 20 minutos após a mistura. Nesse processo, a massa é cuidadosamente dobrada para promover o desenvolvimento da rede de glúten. Isso confere elasticidade e força, que posteriormente irá reter o dióxido de carbono dentro da massa, durante a fermentação.

Para executar a etapa das dobras, era importante manter as mãos sempre molhadas. Iniciando o processo, era levantada a massa - dentro do recipiente - do centro para a frente, e a dobrando sobre si mesma e ao fim girado-a 90°. Assim, mais uma dobra era realizada no intervalo de 20 minutos. Após 20 minutos passados depois da segunda dobra a massa é levada à geladeira.

3.7. Fermentação Principal

Após o período de dobras e fermentação em temperatura ambiente, as massas são levadas ao refrigerador (Figura 22). Durante 14 horas as massas passam por uma fermentação lenta, entre 1°C e 4°C, que irá prepará-las para os processos seguintes. Gisslen (2011), afirma que a fermentação ajuda no desenvolvimento do glúten por promover a expansão das bolhas de ar, além de ficar mais forte e elástico; o que promove um pão mais macio e leve, fácil de ser mastigado (GISSLEN, 2011. p. 103).

O SENAI explica: “durante a fermentação da massa, os microrganismos (levedura-fermento) consomem o açúcar presente, transformando-o em álcool e gás carbônico (CO₂) e mais de 40 compostos. Esse processo definirá a consistência, aeração, leveza da massa, sabor e aroma no produto final.” (SENAI, 2014. p. 20). Mas vale lembrar que, tratando-se de uma fermentação natural, o fermento contém bactérias, além das leveduras, sendo as mais importantes as pertencentes ao grupo dos lactobacilos, que são as principais

responsáveis pela produção dos ácidos - lático e acético - que concedem ao pão de fermentação natural seu sabor azedo (GISSLEN, 2011. p. 134).

Figura 22: Massas na primeira fermentação.



Fonte: a autora, 2023.

3.8. Porcionamento

No dia seguinte à elaboração e fermentação das massas o primeiro processo realizado é o porcionamento. São separadas as porções de cada massa, com auxílio de uma balança de precisão. Cada pão possui sua gramatura, descrita no quadro seguinte (Quadro 3). Por questões estruturais, as massas não são porcionadas todas no mesmo momento, tendo em vista que, caso isso acontecesse, elas fermentariam todas por igual mas não poderiam ser assadas juntas, pois o número excederia a capacidade dos fornos.

Diante disso, eram porcionados primeiro os brioches, baguetes, ciabattas, focaccias e italianos, de acordo com os pedidos. Depois de 30 minutos, eram porcionados os integrais, um tipo por vez, começando pelo Sourdough, em seguida Gergelim, seguido do 11 Grãos, e, no fim, os Australianos junto com os Pães Doces, sempre com o intervalo de no mínimo 30 minutos entre cada uma das massas.

Quadro 3: porcionamento dos pães

PORCIONAMENTO DOS PÃES			
TIPO	GRAMATURA	TIPO	GRAMATURA
Baguete	200 g	Gergelim	440 g
Italiano	420 g	11 Grãos	450 g
Ciabatta	100 g	Australiano	420 g
Focaccia	400 g	Pães doces	330 g
Sourdough	415 g	Brioche de Macaxeira	400g

3.9. Pré-modelagem

Logo após o porcionamento, as massas eram submetidas a uma pré-modelagem. Nada mais era do que o boleamento de cada uma das porções. Essa etapa era realizada com auxílio de uma espátula, onde a massa é girada ao seu próprio redor, mantendo-se um centro e formando uma bola uniforme e de superfície lisa (Figura 23A). Suas (2011), afirma que massas mais fracas necessitam de uma pré-modelagem mais firme, para reforçar a estrutura do glúten, enquanto que uma massa mais forte deve ser pouco manuseada; de modo geral, a pré-moldagem vai formar uma fina “pele” por fora da massa que vai moldar de forma correta e aprimorada, assim como vai produzir uma crosta com características melhores (SUAS, 2011. p. 55).

Figura 23: Massas pré-modeladas.

Fonte: a autora, 2023.

3.10. Fermentação Intermediária

Essa etapa de fermentação corresponde ao tempo que as massas, já pré-modeladas (Figura 23 B), passam sob a bancada, um total de no mínimo 20 minutos, antes da modelagem final. Segundo Suas (2011), esse descanso permite que o glúten relaxe e torne a massa mais fácil de modelar (SUAS, 2011. p. 56).

3.11. Modelagem

Kayser (2015, p. 34), ressalta que a aparência final dos pães depende de uma boa modelagem, além disso, também concede estrutura. Na FASZ, alguns pães possuíam a mesma modelagem: o Sourdough, Gergelim e 11 Grãos seguiam a modelagem “*batard*”; enquanto a baguete possui modelagem própria alongada; o australiano e o brioche apenas eram amassados e dobrados sobre si mesmos (uma dobra simples); o italiano utiliza o formato de bola; focaccias e ciabattas apenas são moldados em formas retangulares; e, por fim, os pães doces são abertos com um rolo, recheados e enrolados (*Rolls*).

3.12. Fermentação Final

A fermentação final ocorre com os pães já modelados, dentro de cestos ou formas, em temperatura ambiente (Figura 24). Durante a fermentação final, o CO₂ produzido pelo fermento vai acumular e criar uma pressão interna na estrutura do glúten. Em razão de suas propriedades físicas, o glúten pode se estender enquanto mantém sua forma para resultar em um pão de grande volume e excelente textura (SUAS, 2011.p. 56). Cada pão demorava em média 2,5 horas nesse estágio.

Figura 24: Pães em fermentação final



Fonte: a autora, 2023.

3.13. Corte

Os cortes ou incisões constituem uma etapa indispensável antes do forneamento. Segundo Kayser (2015), as aberturas permitem que parte da água que será transformada em vapor, assim como parte do gás carbônico acumulado, escapem para melhorar o desenvolvimento do pão. Sendo assim, são feitas essas fendas leves e pouco profundas em cada uma das massas antes de serem assadas com a ajuda de uma lâmina afiada montada em um suporte (KAYSER, 2015. p. 39). Na FASZ, eram realizados cortes diversos: para a baguete eram feitos na diagonal com a navalha inclinada; para os pães integrais era realizado um corte transversal de cima para baixo; e para o italiano era feito um jogo da velha superficialmente.

3.14. Forneamento

Na FASZ, o processo de forneamento para alguns pães é dividido em duas etapas complementares: "vaporização" e, de fato, o assamento. Nesse processo, os tempos e as temperaturas variam de acordo com as características de cada massa, porém, seguindo as seguintes características: 2 minutos com o vaporizador do próprio forno ligado sob temperatura de 230° C, depois, 11 minutos com o forno desligado e fechado, mais 2 minutos com o vaporizador ligado na mesma temperatura anterior e, finalmente a cocção: Baguete à 200° C por mais 5 minutos; e Italiano e Integrais: 185° C por 10 minutos;

Sobre o papel da vaporização, Suas (2011) afirma:

“o vapor desempenha um papel importante no desenvolvimento do pão, na crocância da crosta e na cor: Depois que o pão for colocado no forno, um vapor quente entra em contato com a superfície mais fria do pão, e a condensação resultante produz uma película de água que cobre levemente o pão. Esse processo faz a superfície da massa ficar mais extensiva e mais bem preparada para se desenvolver sob a pressão do gás no começo do cozimento, promovendo um volume maior.”

Nota-se que, a Ciabatta, Focaccia, Pães Doces e Brioche não necessitam da etapa de "vaporização", seguindo os seguintes parâmetros: Ciabatta à 200°C por 12 minutos; Focacci à 185° C por 25 minutos; e Pães doces e Brioche de macaxeira: 155°C por 25 minutos;

Após cocção, os pães são dispostos em uma grade para esfriar e, em seguida, são embalados. Assim, finalizando a produção dos pães.

3.15. Demais atividades desenvolvidas

O estágio também englobou atividades para além da panificação. Juntamente aos dias de produção de pães eram produzidos antepastos de sabores diversos - de queijos, confitados, tomate, pesto, entre outros - que eram enviados aos clientes em porções para serem degustados com os pães. Além disso, existiram também produções para a confeitaria, como os biscoitinhos

de castanha e cacau, bolos, também de vários sabores (fubá, amendoim, macaxeira, leite de coco e cenoura) pudins de leite e de chocolate; eles eram produzidos para o serviço de Brunch que ocorria aos domingos.

Outra atividade desenvolvida foi a elaboração de algumas fichas técnicas, que possibilitaram o controle dos insumos e dos custos de produção. Por fim, durante o mês de junho, tendo em vista que é uma época tradicionalmente festiva na região, ocorreram eventos na FASZ, nos quais foram desenvolvidos cardápios específicos para a época.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, entende-se que o estágio realizado foi muito enriquecedor em termos de formação profissional na área de panificação artesanal, da qual esta autora já possuía afinidade e interesse, mas que ainda não havia tido oportunidade para desenvolver as atividades adequadamente, ou seja, tornou praticável e real os conhecimentos adquiridos dentro de sala de aula e as paixões semeadas desde meu início na gastronomia.

Compreende-se que uma arte, tão antiga quanto a humanidade, possui diversas variáveis, das quais ainda me fazem necessários anos para que possa entendê-las em plenitude, para assim desenvolver meu estilo de panificação a partir desse conhecimento adquirido. Mas além disso, na Fasz, por ser um estabelecimento de pequeno porte, foi possível adquirir outra perspectiva de uma empresa, tendo em vista que só havia trabalhado anteriormente em uma de grande porte, consegui lidar mais proximamente com práticas administrativas e organizacionais, necessárias para desenvolver habilidades gerenciais, indispensáveis para se iniciar empresarialmente no ramo de empreendimentos de alimentos e bebidas.

Por fim, acredito que os objetivos deste relatório foram atingidos. A partir dele, sinto que consigo concluir minha formação acadêmica e iniciar minha carreira profissional plenamente, aportada não só de técnicas e habilidades, aprendidas em aulas práticas e executadas na labor, mas também de conhecimentos que só a graduação em gastronomia pode proporcionar.

REFERÊNCIAS

ABIP. **Associação Brasileira de Indústria de Panificação e Confeitaria**. O Boom das padarias artesanais. Bini, Tina e Caravaggi, Daniela. 2021. Disponível em: <https://www.abip.org.br/site/o-boom-das-padarias-artesanais/> . Acesso em 07 de setembro de 2023.

BRASIL. **Já está em vigor norma que classifica alimentos à base de cereais como integrais**. Gov.br. Publicado em 05 de julho de 2023. Disponível em <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2023/ja-esta-em-vigor-norma-que-classifica-alimentos-a-base-de-cereais-como-integrais>. Acesso em 08 de setembro de 2023.

CABRAL FILHO, Severino. **Mundos do trabalho, mundos da vida: a experiência de padeiros artesanais**. Tempos Históricos, p. 131-157, 2003. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/tempohistoricos/article/view/8013/5921> . Acesso em 07 de setembro de 2023.

CANELLA-RAWLS, Sandra. **Pão: arte e ciência**. Editora Senac. São Paulo, 2003.

GISSLEN, Wayne. **Panificação e Confeitaria profissionais**. Editora Manole, 1º Edição. São Paulo, Barueri, 2011.

KAYSER, Éric. **Larousse dos pães**. Alaúde Editorial, 1º Edição. São Paulo, 2015.

RECH, Gisele. Trigo de Origem da Moageira Irati está presente no pão artesanal que acalenta na quarentena. **Gazeta do Povo**. Publicado em 16 de julho de 2020. Disponível em: <https://www.gazetadopovo.com.br/bomgourmet/redescubra-a-cozinha/trigo-de-origem-da-moageira-irati-esta-presente-no-pao-artesanal-que-acalenta-na-quarentena/>. Acesso em 07 de setembro de 2023.

SENAI. Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial. **Panificação**. Editora SENAI, São Paulo, 2014.

SUAS, Michel. **Panificação e Viennoiserie - Abordagem profissional**. Cengage Learning Brasil, 2011. E-book. ISBN 9788522113460. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788522113460/>. Acesso em: 08 set. 2023.