

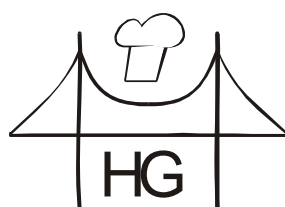


DISCIPLINA: Cozinha Francesa

AUTOR: Heiko Grabolle

2008/I

Cozinha Francesa



Heiko Grabolle

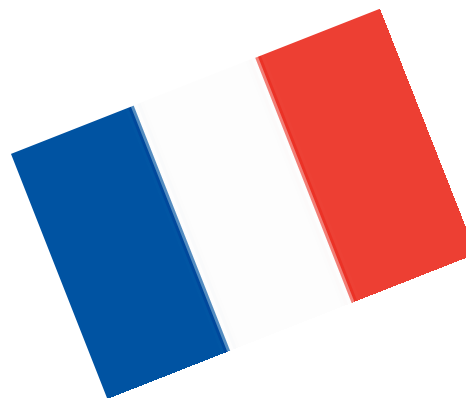
Heiko Grabolle, professor alemão.

6ª Edição

Sumário

Objetivos do modulo	4
Ética na cozinha.....	5
França; história e suas regiões.....	6
Algumas regiões e suas características.....	9
Personalidades da culinária francesa.....	11
Auguste Escoffier (1847 – 1935)	12
Cronograma	14
Receitas do primeiro dia.....	15
Receitas do segunda dia	19
Receitas do terceiro dia	23
Receitas do quarto dia	27
Receitas do quinto dia	31
Dicionário da cozinha.....	34
Bibliographia	Erro! Indicador não definido.
O chefe.....	39

Objetivos do modulo



- **Ética na cozinha.**
- **Introdução na cozinha francesa.**
- **Demonstração da culinária francesa, história e desenvolvimento da própria cultura.**
- **Trabalhar com pratos clássicos e criar responsabilidade durante a produção.**
- **Formar e preparar os alunos para o trabalho próprio da gastronomia.**
- **Motivar os alunos para o trabalho em equipe.**
- **Explicar e renovar os termos específicos utilizados na própria gastronomia.**
- **Demonstrações práticas.**

Este estudo abre ao profissional de gastronomia um leque de conhecimentos de ingredientes, diferentes técnicas de preparos e possibilidades de desenvolvimento de receitas originadas.

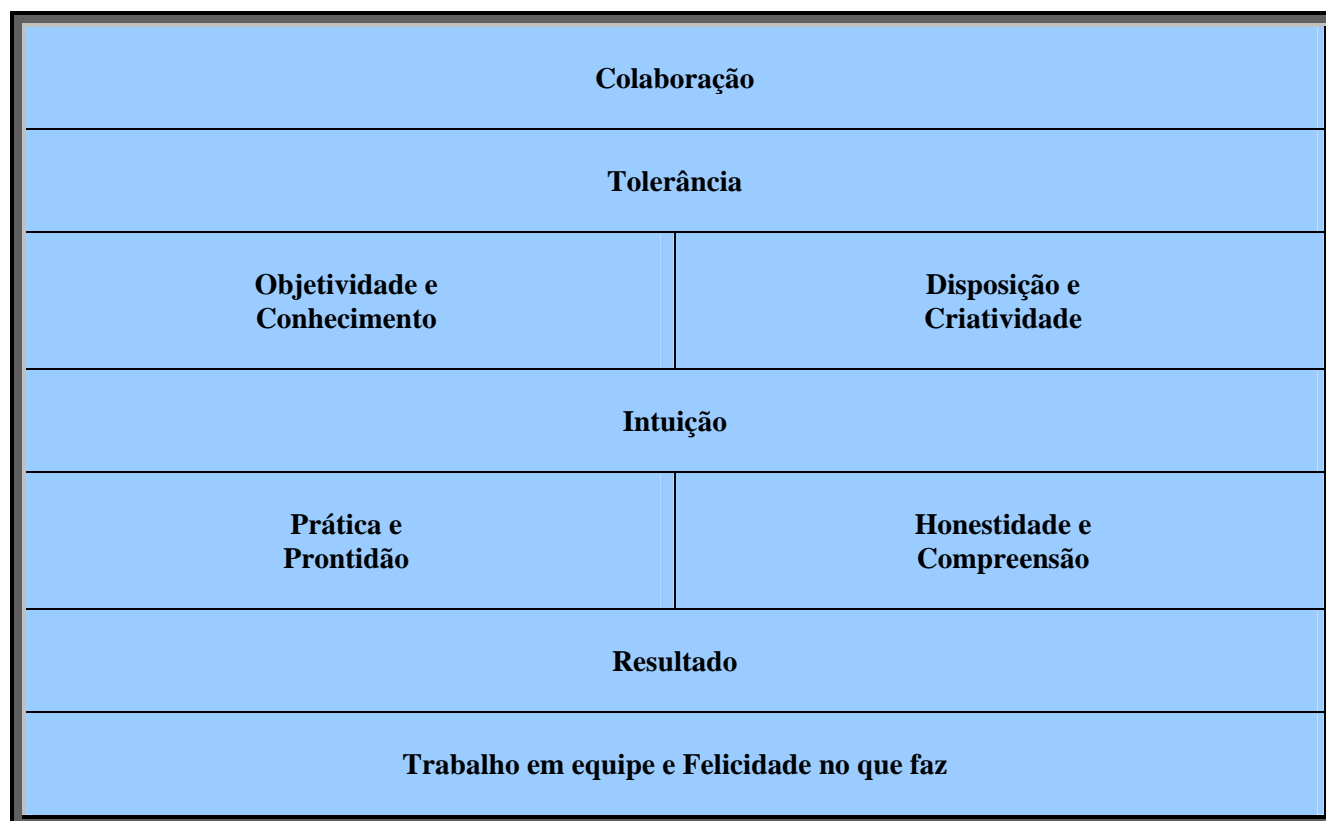
Ética na cozinha

Curiosamente hoje, numa era em que o avanço tecnológico e os profissionais diretamente ligados a ele são cada vez mais valorizados, a profissão de chefe de cozinha desponta como um ramo bastante promissor. Na cozinha, a base para desenvolver um bom trabalho não está na tecnologia utilizada, mas na criatividade, conhecimento, motivação e, sobretudo, no trabalho em equipe.

Como toda profissão, a culinária traz consigo um comportamento e ética próprios. O novo chefe de cozinha precisa ter disposição para aprender e estudar, além de preparar-se para lidar com um ambiente muitas vezes comandado pelo estresse. É principalmente nesses momentos que a equipe deve trabalhar unida para alcançar um mesmo objetivo e, para tomar suas decisões, os chefes devem basear-se nos seguintes princípios:

- Respeito à vida
- Economia de alimentos (evitar o desperdício)
- Economia de energia
- Uso de produtos regionais e sazonais
- Uso de comida saudável e saborosa
- Uso de detergentes biodegradáveis
- Coleta seletiva

São esses conceitos que estabelecem a base ética da profissão, cujo fluxo ocorre de acordo com o diagrama abaixo:



França; história e suas regiões.



História da Cozinha Francesa:

A compreensão da história da cozinha deve ser estudada com ligação das culturas ocidentais. Nenhuma arte (arquitetura, pintura, música,...) pode ser compreendida sem primeiro ser entendida a situação e o espírito da época em questão.

Todos os acontecimentos de alguma forma eram refletidos na comida.

As grandes épocas das culturas ocidentais:

Antiguidade - Cultura Grega Romana	800 a.C. – 400 d.C.
Idade Média	500 – 1500 d.C.
Renascimento	1600 – 1700 d.C.
Barroco e Rococó	1700 -1800 d.C.
Estilo burguês da primeira metade do século XIX	1900 d.C.
Idade Industrial	2000 d.C.

Antiguidade - Cultura Grega e Romana:

800 a.C. até 400 d.C.

O homem sempre se alimentou. Com o desenvolvimento da época a alimentação virou lazer. A clássica Grécia era à base da Europa Ocidental, e alguns conceitos culturais ainda são refletidos no nosso dia-a-dia.

Um famoso médico da época Hipócrates (460 a.C. até 377 a.C.) já recomendava uma alimentação forte e saudável, sabia da importância de uma boa alimentação para ter boa saúde.

Os romanos (753 a.C. até 476 a.C.) conquistaram toda a Europa, África do Norte, Golfo Pérsico e até o Mar Vermelho usavam os gregos como mestres em todas as artes e sua cultura como modelos e padrões. No Oriente Médio brotavam grandes metrópoles que comercializavam além de ouro e seda muitos condimentos e alimentos.

Idade Média:

500 – 1500 d.C.

Nesta época os Europeus, buscaram novas especiarias, pois após a antiguidade não houve muito desenvolvimento da cultura com as invasões bárbaras que trouxeram poucos produtos e técnicas.

Durante a Idade Média os monastérios tiveram grande importância por salvar manuscritos, livros, artes e conhecimento para redescobrir as técnicas antigas e cuidar da arte da cozinha. Viveiros, bebidas alcoólicas (como vinho e cerveja) surgiram como respostas de sobrevivência ao regime alimentar da Igreja.

Os italianos tinham o poder de todo o tipo de comércio, dominavam o conhecimento da culinária que aperfeiçoavam cada vez mais. Nasceu assim a primeira culinária ocidental.

No final da Idade Média, numerosas tavernas e albergues surgiram nos arredores de Paris.

Renascimento:

1600 – 1700 d.C.

A maior época de cultura e arte que se desenvolveu desde a cultura grega após 1500, floresceu e brilhou da Itália para toda Europa.

Em Florença surgiu um clima de pesquisa experimental. Os florentinos, principalmente, impulsionaram a arte da culinária para toda a Europa Ocidental influenciando também a culinária Francesa.

Uma nova era se iniciou em 1533 com o casamento de Catarina de Médici da Itália e Henrique II da França. Ela trouxe para França, além da elegância italiana a cozinha italiana. E assim se tornou moda, entre as famílias nobres, ter um chefe profissional em casa.

No ano 1651, foi publicado “*Lê Cusiniier Français*” por François Pierre de la Varenne, que apresentou a mudança que a França passou desde a Idade Média.

Barroco e Rococó:

1700 -1800 d.C.

Durante o período governamental de Luis XV (1710-1744) a culinária francesa alcançou o primeiro ponto culminante. Muitas receitas novas obtiveram nomes de celebridades.

A lista dos “Grandes” que combina um nome de uma pessoa famosa com a de um prato típico é infinita.

Muitos Chefes de cozinhas (*Maitre d’ cuisines*) do século 17 e 18 escreveram livros de receitas e trabalharam pelas quintas e impérios em toda a Europa. Comparados a embaixadores da clássica culinária francesa.

Muitos destes chefes e *gourmets* literários são famosos até hoje como Antoine-Augustin Parmentier, Marie-Antoine Carême, Auguste Escoffier, entre outros...

Estilo burguês da primeira metade do século XIX:

1900 d.C. – Passagem do século.

A revolução francesa trouxe enorme mudança em toda história cultural européia. Começa a era de novas tecnologias e industrialização e também das viagens de turismo.

Os primeiros restaurantes abriram nas grandes cidades como Paris. Chegando ao povo de classe média a boa cozinha dos impérios.

Como em todas as artes, também na culinária havia profissionais, que se destacavam dos demais, nesta época as figuras dominantes deste século, eram Marie-Antoine Carême e Auguste Escoffier.

A obra de consulta: “*Le Guide culinaire*” de Auguste Escoffier vale até hoje como fundamento de preparação de alimentos.

Idade Industrial:

2000 d.C. – segunda metade do século 20.

As mudanças radicais na vida obrigaram a mudar também a maneira de se alimentar. Com a melhora dos recursos de viagens as distâncias diminuiram, trazendo vantagens à globalização.

Novas idéias e criatividade na preparação de cardápios são características da “*Nouvelle Cuisine*”, “*Cuisine Terroir*”, “*Cuisine Naturelle*” e “*Fusion Cuisine*” que são exemplos de cozinha desta época.

A cozinha moderna é baseada no conhecimento clássico (antigo) com os conhecimentos modernos de tecnologia e psicologia de alimentação juntamente com o desejo dos clientes.

Algumas regiões e suas características

Ile de France (Paris):

Aos arredores de Paris é o lugar de nascimento da culinária francesa, da grande cuisine.

Eram nas casas de reis e imperadores que foram elaboradas e desenvolvidas as grandes receitas clássicas famosas, muitas com especiarias de outras regiões.

Pratos típicos:

- *Civet de Lièvre* (coelho)
- *Coquelet à la creme à la ciboulette* (galeto)

Bretanha:

Por ser região de costa facilitou o fornecimento de vários tipos de peixes e frutos do mar que por fim dominaram o cardápio. Os crepes, tipo de panqueca francesa, também são natural de Bretanha.

Pratos típicos

- *Crepe dès Moines* (crepe com frutos do mar)

Normandia:

Na Normandia o cultivo do gado propiciou o uso do leite para os preparos. Também podemos achar muitas maçãs nas receitas originais como o famoso *Calvados* (destilado de maçãs)

Pratos típicos

- *Tripes à la mode de Caen* (dobradinha e vinho de maçã e Calvados)
- *Douillons de pommes normande* (maçã e massa folhada com confeito de damasco)

Alsacia e Lorena:

Esta região, por muito tempo fez parte da Alemanha que também vai refletir na culinária desta área. As especiarias da região de Alsacia são as lingüiças e chucrute. Lorena oferece especiarias mais francesas como o famoso *Quiche Loraine* (torta salgada). Apreciado também nesta província os *potée*, uma sopa de repolho com carne suína e legumes.

Os vinhos da região do rio *Reno* são como os vinhos da região da Alemanha (da outra margem do rio).

Pratos típicos

- *Faisan alsacienne* (faisão com chucrute)
- *Quiche Loraine* (torta salgada com cebola e bacon)

Borgonha:

Borgonha é famoso no mundo inteiro pelos seus vinhos de alta qualidade. Fazendo assim parte importante na cozinha regional. Por exemplo: para a receita do prato “*Boeuf Bourguignonne*” o vinho tinto é o ingrediente mais importante.

Em Dijon, a cidade da mostarda acontece cada ano a grande feira de Gastronomia para gourmet de todo o mundo. Borgonha também é a cidade mãe do famoso boi branco e forte, o Charolais.

Prato típico

- “*Boeuf Bourguignonne*” (contra filé, vinho tinto, echalotes e cogumelos)

Bordeaux:

Como Borgonha, também Bordeaux é famoso pelos seus vinhos. Os chefes de Bourdeaux deram um presente à gastronomia da *grand cuisine* o molho *Bordelaise*.

Na fronteira ao norte de Bordeaux está localizada a cidade *Cognac* que produz os famosos destilados de vinhos *Cognac* e, aos redores ainda, a cidade *Périgneux*, na região *Périgord*, que usa as trufas negras para várias receitas, ambos influenciaram nas receitas de *Bordeaux*.

Um dos mais antigas receitas da clássica culinária é o “*Confit d’oie*”.

Prato típico

- *Patê de Foie Gras truffé* (patê de fígado de ganso)
- *Confit d’oie salandaise* (coxa e sobre-coxa de ganso cozidas na gordura própria com molho de trufa)

Languedoc:

O império romano chegou até Languedoc trazendo o *Cassolet* para esta região. *Cassolet* é uma combinação de feijão branco com frios, pato, ganso, carne suína ou ovina. Languedoc, também é conhecida por produzir o famoso queijo de ovelha, *Roquefort*.

Na região de Pirineus existe uma grande influência da culinária do país vizinho, Espanha, particularmente nas receitas de omelete (com pimentão verde, tomate e presunto).

Prato típico

- *Cassoulet de Mouton* (ragu de ovelha com bacon e feijão branco)
- *Andouillette Braisée* (lingüiça de porco assada)

Provença:

Provença é a região preferida para férias. Sua cozinha se assemelha muito com os países do Norte Mediterrâneo e tem como base o alho, azeitona, azeite de oliva e tomate.

Um de seus pratos típicos une todos os ingredientes é a sopa de Bouillabaisse de Marseille, contém muitas vezes uma dúzia de tipos de peixes e vários moluscos (marisocos, ostras, mexilhões,...) do mar mediterrâneo.

A cozinha de Provença é considerada um pouco mais picante do que a comida do norte da França.

Prato típico

- *Bouillabaisse* (sopa de peixe)
- *Ratatouille* (ragu de legumes)
- *Salada Niçoise* (salada de legumes, batatas e ovos)

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

