

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA**  
**FARROUPILHA – CAMPUS SÃO BORJA**

**CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA**

**MELISSA VIDAL LEITE**

**TRÍADE DA TAINHA**  
**EXALTANDO A CULTURA CAIÇARA**

**SÃO BORJA**  
**2022**

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA  
FARROUPILHA – CAMPUS SÃO BORJA**

**MELISSA VIDAL LEITE**

**TRÍADE DA TAINHA  
EXALTANDO A CULTURA CAIÇARA**

**Trabalho apresentado como requisito parcial para a aprovação na disciplina de TCC II, do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia, do Instituto Federal Farroupilha – Campus São Borja.**

**Orientadora: Ma. Aline Prestes Roque.**

**Professora de TCC II: Doutora Luciana Maronas Monks.**

**SÃO BORJA**

**2022**

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA**  
**FARROUPILHA – CAMPUS SÃO BORJA**

**A orientadora, Professora Aline Prestes Roque e a aluna Melissa Vidal Leite, abaixo assinados, certificam-se do teor do Memorial Descritivo produzido na disciplina de TCC II, do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia, do Instituto Federal Farroupilha.**

**TRÍADE DA TAINHA**  
**EXALTANDO A CULTURA CAIÇARA**

**elaborado por Melissa Vidal Leite como requisito parcial para aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.**



---

**Melissa Vidal Leite**



---

**Ma. Aline Prestes Roque**

**Orientadora**

---

**Ma. Camila Nemitz de Oliveira Saraiva**

**Componente da Banca**

---

**Me. Alexander da Silva Machado**

**Componente da Banca**

**SÃO**  
**BORJA 2022**

## 1 HISTÓRICO DA CONSTRUÇÃO DA PREPARAÇÃO

Ao falar do município de Caraguatatuba, nota-se uma constante ligação com a gastronomia e a cultura caiçara. Com o passar dos anos, houve uma busca pela conciliação entre o turismo e a gastronomia, o que resultou nos festivais gastronômicos que buscam constantemente tendências gastronômicas e ao mesmo tempo exaltar a tradicional cozinha caiçara.

Como citado no TCC I, a cultura caiçara está ligada ao respeito do povo pela sua natureza, vivendo à base de pesca e coleta, mas sempre preservando a sua natureza e sua sazonalidade. Pensando nisso, se propõe a criação de um prato: “Tríade de Tainha”, que tem como objetivo seguir esses valores. O prato consiste em 3 pratos, que representam a cozinha caiçara e os festivais gastronômicos, desenvolvidos com técnicas da alta gastronomia.

O prato está ligado a 4 festivais gastronômicos, entre eles: o Festival da Tainha, uns dos mais importantes para o município por trazer o peixe típico em inúmeros pratos; o Festival do Cambuci, onde sua importância no Vale do Paraíba busca trazer esse fruto típico e suas características; o Festival Caraguá Agosto, busca inovação e tendências do mercado gastronômico como um desafio para os proprietários dos restaurantes locais, motivando-os a criar pratos diferenciados; e o Festival do Food Truck, que traz pratos rápidos e práticos de se comer, assim como os presentes preparos são.

Estes festivais citados, apresentam diversas formas da gastronomia caiçara e seus principais insumos, além de introduzir contemporaneidade e inovação no setor gastronômico. O prato aqui apresentado, também busca trazer esse movimento e exaltar essas características, pensando na possibilidade de comercializar este prato nos festivais na categoria “Sabor e Praia” do Festival Caraguá Agosto.

Os 3 preparos apresentados tem como seu principal insumo a tainha, que em seu festival são consumidos mais de 16 toneladas de peixe, em apenas um final de semana, mostrando de diversas maneiras um pouco deste peixe tão característico e importante para o comércio pesqueiro local.

As preparações criadas para compor o prato que será apresentado para a banca são:

“Mini hambúrguer de tainha, com maionese de cambuci e vinagrete de pimenta cambuci”, que traz consigo importantes insumos, como o milho, presente no pão por ser uma das bases da gastronomia caiçara. O cambuci, que é uma fruta nativa da mata atlântica caracterizada por sua predominância azeda, foi muito utilizada por indígenas, tropeiros e caipiras da região e hoje através desses festivais volta a ter reconhecimento na comunidade.

“Tainha no papilote acompanhado de farofa de banana na terra e molho de melão de

Caraguatá”, além da tainha, a banana e a farinha de mandioca presentes neste preparo, trazem um pouco da cultura caiçara. O molho composto por uma das frutas mais importantes para a cidade, que é o caraguatá, foi a inspiração para a escolha do nome do município de Caraguatatuba, na língua Tupi, que significa “lugar onde tem muitos caraguatás”. Por este motivo foi escolhido para compor o prato, em homenagem à essa planta, na preparação será apresentado como muitos consomem, que é com melaço. Muitas mulheres da comunidade usam por conta das suas propriedades medicinais expectorantes.

“Releitura do Prato Azul Marinho”(mil folhas de mandioca, tainha aromatizada e caviar de caldo de azul marinho). Um dos pratos que melhor representa a cultura caiçara é o Azul Marinho trazendo em si uma preparação caldosa com peixe, banana, e temperos, sua principal característica é a coloração azulada, que se dá naturalmente. É servido com pirão, feito de farinha de mandioca, a mandioca está presente na base deste prato.

## **2 AS TÉCNICAS APLICADAS NO DESENVOLVIMENTO DA PREPARAÇÃO**

Ao apresentar esse conjunto de preparos, ressalta-se a importância da organização e percepção dos seus preparos e técnicas. Visto que, dentre todas as preparações, foram pensados na realização de pelo menos 3 processos para cada prato. Dessa forma, devido a grande quantidade de técnicas e preparos, o trabalho foi dividido por prato. Sendo eles:

### **2.1 TÉCNICAS APLICADAS NO MINI HAMBÚRGUER**

Nesse prato, inicia-se com um clássico pão brioche, que passou por adaptação, mesclando a farinha de trigo com a farinha de milho, pois o milho é um dos importantes insumos citados na gastronomia caiçara, além de agregar sabor e coloração à preparação.

O molho que acompanha o prato, consiste em uma emulsão permanente, que é a maionese saborizada com o cambuci, escolhida com o intuito de proporcionar uma textura aveludada e levemente ácida e valorizar a cultura caiçara, além de conseguir manter o ponto da maionese sem desestabilizá-la.

O hambúrguer será de peixe, pelo fato de fazer parte da cultura alimentar caiçara. Para agregar mais sabor ao peixe foi utilizado o método de empanamento padrão à inglesa, que consiste em: passar o peixe na farinha de trigo, no ovo e depois em farinha panko para favorecer a crocância e proporcionar mais textura, logo passado por método de cocção seco de fritura por imersão.

Para finalizar este preparo foi escolhido uma variação do molho vinagrete, que consiste em: um molho que se emulsiona um ácido e uma gordura temporariamente, e para

agregar sabor foi inserida a pimenta cambuci cortadas em brunoise (corte em pequenos cubos de 0,3 cm x 0,3 cm x 0,3 cm). Trazendo assim uma modificação desse molho base, buscando incorporar uma regionalidade para esse preparo clássico.

## **2.2 TÉCNICAS APLICADAS NO PAPILOTE DE TAINHA**

O segundo prato foi pensado em ser apresentado através da técnica de cozimento no papilote, que consiste em uma técnica de cocção por calor misto, onde assa-se e cria-se o vapor no papilote, para obter um peixe úmido respeitando os sabores natos do peixe e incorporando aromatizantes e sabores para realçar seu sabor genuíno. Para uma obter uma cocção uniforme dos insumos adicionados no papilote, foi aplicado cortes padronizados nos legumes (julienne, que consiste em: bastões finos de 0,3 cm x 0,3 cm x 0,6 cm).

Como acompanhamento foi adicionado uma farofa de banana da terra, pois além de trazer dois insumos importantes da gastronomia caiçara (banana e farinha de mandioca), a banana é um acompanhamento que casa muito bem com o peixe e o molho, foi escolhido o corte em brunoise e a técnica de frigar, antes de adicionar a farinha.

Finalizando o prato, apresenta-se o molho de melaço de caraguatá com mostarda, com um sabor predominantemente agridoce, equilibrando o prato em sabor além de proporcionar uma textura aveludada.

## **2.3 TÉCNICAS APLICADAS NA RELEITURA DO AZUL MARINHO**

Com o intuito de trazer inovação e alta gastronomia, o último prato foi todo pensado e criado por meio de técnicas da gastronomia molecular. A primeira técnica utilizada foi a cocção na Gastrovac, que consiste em uma panela a vácuo, onde o processo a vácuo agrega muito mais sabor ao prato, como em marinadas, que foi o caso utilizado aqui. Além de fazer esse processo em um menor tempo, ao adicionar os alimentos na panela o vácuo, os torna mais porosos incorporando o líquido mais facilmente. No caso deste preparo, foi utilizado para o caldo do azul marinho ficar com o gosto mais acentuado.

Para a coloração azul foi mantida a técnica utilizada pelos caiçaras utilizando a banana verde. A Banana verde, por estar nesse estágio de maturação, possui altas concentrações de taninos que ao serem cozidos se associam às proteínas do peixe resultando na coloração azul. Para realçar essa coloração é utilizada a panela de ferro, que ao entrar em contato com o tanino da banana se liga aos derivados de ferro e metal, intensificando a cor.

Após isso foi utilizada a técnica molecular de esterificação que consiste em dissolver o alginato no caldo e o cloreto de sódio na água, pingando essa mistura na água com cloreto

de sódio. Para fazer esta técnica com produtos mais fáceis de serem encontrados, foi diluída no caldo a gelatina incolor, que é usada em temperatura ambiente e se pinga em óleo que deve estar gelado para conseguir alcançar a técnica. Resultando num “caviar”.

Para utilizar este caviar, foi incorporado no prato folhas de mandioca, cortadas no mandolin e assadas em calor seco para garantir sua crocância e representar o pirão que é servido junto com o caldo do azul marinho. Também foi adicionado o peixe grelhado em uma frigideira com gordura agregando sabor e maciez.

### **3 DESENVOLVIMENTO DA PREPARAÇÃO GASTRONÔMICA**

#### **3.1 TESTE 1**

No primeiro teste apesar de ter sido utilizado como peixe a merluza pela falta da tainha no município de São Borja a técnica do papillote resultou satisfatórios em todas as características organolépticas, então foi mantida a mesma técnica.

Foi testado também o pão brioche que resultou num tamanho muito grande, então foi diminuído, e ao realizar com apenas 30 minutos de fermentação e 20 ml de leite, ficaram texturas não desejadas sendo necessário aperfeiçoar.

As principais modificações, foram a retirada do pimentão vermelho e amarelo no vinagrete de pimenta cambuci, onde os sabores notados não resultaram importantes e somente com a pimenta o sabor da cultura caiçara era enfatizado.

A segunda modificação foi a retirada do alho no molho de melão de caraguatá, pois o sabor estava se sobressaindo e desarmonizando com o restante dos pratos.

No quesito molho, outro teste feito foi com a maionese de cambuci, que ao invés da polpa ser adicionada, foi adicionado o licor de cambuci, que não foi muito agradável. E por fim, foi alterada a farofa de banana da terra, onde foi retirado o bacon que tinha sido incorporado pelo sabor defumado, porém ele estava se sobressaindo e interferindo na delicadeza do peixe.

Figura 1- Teste 1: Papilote com merluza e mini hambúrguer.



Fonte: Imagem da pesquisadora, 2022.



Fonte: Imagem da pesquisadora, 2022.

### 3.2 TESTE 2

O segundo teste, teve o objetivo de aprimorar as técnicas, onde se chegou em todos os resultados esperados tanto no mini hambúrguer, quanto no papillote, então os esforços foram voltados a realização do terceiro prato.

Nesse dia, foi testado uma base de mandioca passada no mandolim com manteiga e assada, onde objetivava-se que ficasse no formato de barca para remeter aos pescadores da cidade, porém foi testada diversas vezes e não foi atingido o resultado. Então foi feita uma tentativa de massa de mandioca, que também ficou numa textura grossa e com um sabor muito neutro para a preparação.

Figura 2- Teste 2: Barcas de mandioca.



Fonte: Imagem da pesquisadora, 2022.



Fonte: Imagem da pesquisadora, 2022.

Foi preparado também uma mousse de peixe, que seria apresentada através de uma quenelle cozida em um fundo de legumes, também não se obteve o resultado esperado, pois a mousse não chegou na consistência desejada e sua aparência não harmonizou com os demais



ingredientes.

O último componente testado neste dia, foi o caldo do azul marinho, para tanto, foi produzido o “Azul Marinho” como é preparado usualmente e depois do caldo pronto, foi adicionado a gelatina e por fim, então testado o caviar. O processo de esferificação foi atingido e resultou nas esferas perfeitas, porém sem sabor.

Figura 3- Teste 2: Esferificação do caviar de Azul Marinho



Fonte: Imagem da autora,2022.

### 3.3 Teste 3

Para esse teste, foi pensado em diversas alternativas de mudanças para o último prato. E então foi alcançado o objetivo final, para chegarmos nesse resultado, foi necessário adaptações nos três componentes.

Para a base da mandioca, mudou-se o formato (agora em rodela), mas se continuou com a técnica, intercalando camadas de mandioca com camadas de manteiga e assim se atingiu uma base crocante e de boa aparência.

Como o problema do caviar no primeiro dia foi o sabor e para se obter um caldo mais saboroso de maneira rápida, foi utilizada a Gastrovac. Os insumos foram marinados antes de ir à panela, desta forma obteve-se um caldo mais saboroso, com o gosto predominante do peixe. Sendo assim, ao preparar o caviar não se perdia essa característica, além de não perder a coloração natural do azul marinho.

E para aproveitar o peixe que foi usado na marinada, foi retirado uma parte e usado para trazer a maciez do prato, finalizando ele em uma sautese e chegando no prato final.

Figura 4- Teste 3: Processo de marinada na Gastrovac e caviar de Azul Marinh



Fonte: Imagem da Autora,2022.

#### **4 DESCRIÇÃO DO RESULTADO DA PREPARAÇÃO**

Com o intuito de divulgar a gastronomia caraguatatubense e difundir alguns dos mais diversos insumos e técnicas da região, se chegou nesse resultado de combinações e sensações organolépticas para trazer ao comensal a sensação de estar comendo em um desses festivais. Para associar os festivais de uma maneira mais abrangente pela sua ampla variedade, foi pensado nessas 3 opções onde cada uma delas traz consigo o frescor da praia e a predominância em sabor.

O hambúrguer carrega a representatividade dos diversos hambúrgueres comercializados nos festivais, seus insumos presentes nele trazem consigo a leveza de um peixe, com a acidez do cambuci e ao mesmo tempo se incorpora maciez com o brioche e crocância com o método de cocção. Tornando-se um prato equilibrado em sabor, aroma, cor e texturas.

Ao mesmo tempo, o papillote é uma preparação rica em nutrientes que apresenta diversos aromas obtidos através do seu método de cocção ao agregar a farofa e o molho se obtém uma combinação característica de um prato agridoce e com variadas texturas como a maciez do peixe e dos legumes com a crocância da farofa.

Enquanto os primeiros preparos trazem sabores e formas mais conhecidas, a releitura do azul marinho traz consigo uma combinação de técnicas usufruindo da tecnologia e inovação da gastronomia, usados para homenagear um prato emblemático da cultura caiçara do litoral norte de São Paulo. Mantendo sua principal característica visual, que é a cor azul e agregando texturas diversas como a maciez encontrada no peixe que possui um sabor neutro, a crocância obtida com as camadas de mandioca e a potência que tem o sabor do caviar de azul marinho.

#### **5 FICHAS TÉCNICAS**



## 5.2 Ficha técnica Hambúrguer de tainha

Acadêmico: Melissa Vidal Leite			Instituição: Instituto Federal Farroupilha				Curso de Gastronomia			
Receita: Hamburguer de Tainha										
Classificação: Prato principal					Custo Total: 11,26					
Rendimento da Receita em kg: 0,200			Código: 02		Custo por kg: 56,29					
Rendimento em Porções: 8		Porção g: 0,025	Data: 21/06/22		Custo por Porção Unitária: 1,41					
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total	
Tainha	150g	0,150	Kg	1,22	0,183	Kg	20,00	Kg	3,66	
Suco de limão siciliano	10 ml	0,010	Kg	1,00	0,010	Kg	7,99	Kg	0,08	
Amido de milho	10g	0,010	Kg	1,00	0,010	Kg	11,45	Kg	0,11	
Azeite	10 ml	0,010	L	1,00	0,010	L	39,90	L	0,40	
Sal	Q.B	0,000	Q.b	1,00	0,000	Q.b	0,00	Q.b	0,00	
Pimenta do reino	Q.B	0,000	Q.b	1,00	0,000	Q.b	0,00	Q.b	0,00	
Farinha de trigo	50g	0,050	Kg	1,00	0,050	Kg	4,75	Kg	0,24	
Ovo	1 Unid.	1,000	Unidade	1,00	1,000	Unidade	0,83	Unidade	0,83	
Farinha Panko	50g	0,050	Kg	1,00	0,050	Kg	32,95	Kg	1,65	
Óleo	300 ml	0,300	L	1,00	0,300	L	10,89	L	3,27	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					Valor dos Ingredientes			10,24		
					Margem de Segurança			10,00 %	1,02354	
					Valor do Custo da Receita			11,26		
<b>MODO DE PREPARO</b>					<b>INTERPRETAÇÃO</b>					
<p>1- Bater o peixe no processador e deixar ele com alguns pedaços ainda , adicionar o limão, amido , sal e azeite.</p> <p>2- Moldar e congelar até ficar firme.</p> <p>3- Empanar ela na farinha de trigo , depois no ovo (misturar um pouco de água no ovo para facilitar esse processo) e depois farinha panko.</p> <p>4-Fritar em óleo quente , por imersão.</p>										
<b>MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS</b>										
<p>*bowls. * Processador. *tabua de corte * faca. *Colheres. * Balança. * Panela.</p> <p>*Escumadeira.</p>										





## 5.5 Ficha técnica Papilote de tainha

Acadêmico: Melissa Vidal Leite				Instituição: Instituto Federal Farroupilha				Curso de Gastronomia			
Receita: Papilote de Tainha											
Classificação: Prato Principal						Custo Total:		5,64			
Rendimento da Receita em kg: 0,300				Código: 05		Custo por kg:		18,80			
Rendimento em Porções: 3		Porção g: 0,100		Data: 21/06/22		Custo por Porção Unitária:		1,88			
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total		
Tainha	150g	0,150	Kg	1,22	0,183	Kg	20,00	Kg	3,66		
Cenoura	30g	0,030	Kg	1,17	0,035	Kg	7,90	Kg	0,28		
Abobrinha Italiana	20g	0,020	Kg	1,31	0,026	Kg	6,00	Kg	0,16		
Cebola Roxa	20g	0,020	Kg	1,64	0,033	Kg	10,99	Kg	0,36		
Tomate Cereja	20g	0,020	kg	1,04	0,021	kg	13,18	kg	0,27		
Limão siciliano	q.b	0,000	Q.b	1,00	0,000	Q.b	0,00	Q.b	0,00		
Ervas frescas	Q. b	0,000	Q. b	1,00	0,000	Q. b	0,00	Q. b	0,00		
Sal	Q. b	0,000	Q. b	1,00	0,000	Q. b	0,00	Q. b	0,00		
Pimenta	Q. b	0,000	Q. b	1,00	0,000	Q. b	0,00	Q. b	0,00		
Azeite de Oliva	10 ml	0,010	L	1,00	0,010	L	39,90	L	0,40		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
					0,000	0		0	0,00		
Valor dos Ingredientes									5,13		
Margem de Segurança							10,00 %		0,51281		
Valor do Custo da Receita									5,64		
<b>MODO DE PREPARO</b>						<b>INTERPRETAÇÃO</b>					
<p>1-Abrir a folha de papel manteiga.</p> <p>2-Disponer os legumes ( com o un a carne para a tainha) e temperar.</p> <p>3- Colocar sobre os legumes ( Cebola roxa em rodela, Cenoura em julliene e Abobrinha em julliene), a tainha já temperada com sal e pimenta.</p> <p>4- Colocar o Tomate Cereja cortado em transversal e a rodela de Limão por cima.</p> <p>5- Salpicar as ervas frescas e regar com azeite de oliva.</p> <p>6- Fechar o papilote e levar ao forno pré- aquecido por 180°, por aproximadamente 20 minutos.</p>											
<b>MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS</b>											
*Assadeira. *Tábua de corte. *papel manteiga. *Faca *Balança.											







### 5.8 Ficha técnica mil folhas de mandioca

Acadêmico: <b>Melissa Vidal Leite</b>		Instituição: <b>Instituto Federal Farroupilha</b>			Curso de <b>Gastronomia</b>				
Receita: <b>Mil Folhas de Mandioca</b>									
Classificação: <b>Canapé</b>				Custo Total: <b>7,32</b>					
Rendimento da Receita em kg: <b>0,200</b>		Código: <b>08</b>		Custo por kg: <b>36,61</b>					
Rendimento em Porções: <b>4</b>		Porção g: <b>0,050</b>		Data: <b>21/06/22</b>					
				Custo por Porção Unitária: <b>1,83</b>					
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total
Mandioca	120 g	0,120	Kg	1,39	0,167	Kg	3,99	Kg	0,67
Manteiga	100g	0,100	Kg	1,00	0,100	Kg	59,90	Kg	5,99
Sal	Q. b	0,000	Q. b	1,00	0,000	Q. b	0,00	Q. b	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
		<b>Valor dos Ingredientes</b>				<b>6,66</b>			
		<b>Margem de Segurança</b>				<b>10,00 %</b>		<b>0,66555</b>	
		<b>Valor do Custo da Receita</b>				<b>7,32</b>			
<b>MODO DE PREPARO</b>					<b>INTERPRETAÇÃO</b>				
<p>1- Descasque a mandioca e corte com o mandolim em fatias finas.          2- Intercale uma camada de mandioca com uma camada de manteiga, repita o processo 3 vezes.          3- Leve ao congelador até congelar.          4- Levar ao forno pré-aquecido a 180° por 15 minutos ou até que esteja dourado e crocante.          5- Temperar com Sal.</p>									
<b>MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS</b>									
*Faca. *Tábua de corte. * Balança. * Assadeira									

### 5.9 Ficha técnica tainha marinada na gastrovac

Acadêmico: <b>Melissa Vidal Leite</b>		Instituição: Instituto Federal Farroupilha				Curso de <b>Gastronomia</b>			
Receita: <b>Tainha marinada na gastrovac</b>									
Classificação:						Custo Total:		<b>11,84</b>	
Rendimento da Receita em kg: <b>0,150</b>				Código: <b>09</b>		Custo por kg:		<b>78,93</b>	
Rendimento em Porções: <b>3</b>			Porção g: <b>0,050</b>		Data: <b>21/06/22</b>		Custo por Porção Unitária: <b>3,95</b>		
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total
Tainha	150g	0,150	kg	1,22	<b>0,183</b>	<b>kg</b>	20,00	kg	<b>3,66</b>
Banana nanica Verde	100g	0,100	Kg	1,50	<b>0,150</b>	<b>Kg</b>	7,29	Kg	<b>1,09</b>
Limão	80 g	0,080	Kg	1,26	<b>0,101</b>	<b>Kg</b>	3,39	Kg	<b>0,34</b>
Cebola	150g	0,150	Kg	1,64	<b>0,246</b>	<b>Kg</b>	5,99	Kg	<b>1,47</b>
Alho	90 g	0,090	Kg	1,08	<b>0,097</b>	<b>Kg</b>	19,00	Kg	<b>1,85</b>
Cheiro Verde	1/2 Maço	0,500	Mç	1,00	<b>0,500</b>	<b>Mç</b>	2,29	Mç	<b>1,15</b>
Pimenta dedo de moça	30g	0,030	kg	1,19	<b>0,036</b>	<b>kg</b>	8,50	kg	<b>0,30</b>
Sal	Q.b	0,000	Q.b	1,00	<b>0,000</b>	<b>Q.b</b>	0,00	Q.b	<b>0,00</b>
Manteiga	15 g	0,015	Kg	1,00	<b>0,015</b>	<b>Kg</b>	59,90	Kg	<b>0,90</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
					<b>0,000</b>	<b>0</b>		0	<b>0,00</b>
							<b>Valor dos Ingredientes</b>		<b>10,76</b>
							<b>Margem de Segurança</b>		<b>10,00 %</b>
							<b>Valor do Custo da Receita</b>		<b>11,84</b>
<b>MODO DE PREPARO</b>					<b>INTERPRETAÇÃO</b>				
1- Colocar o peixe, a banana, alho, cebola, cheiro verde, pimenta, sal e limão na gastrovac e deixar marinar em vácuo por 25 min. 2- Selar o peixe com manteiga até dourar.									
<b>MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS</b>									
*Balança. * Gastrovac. * Tábuas de Corte * Faca									



### 5.11 Ficha técnica triade de tainha (prato completo)

<b>Acadêmico:</b> Melissa Vidal Leite		<b>Instituição:</b> Instituto Federal Farroupilha			<b>Curso de Gastronomia</b>					
<b>Receita:</b> Triade de Tainha										
<b>Classificação:</b> Finger Foods							<b>Custo Total:</b>		<b>16,59</b>	
<b>Rendimento da Receita em kg:</b> 0,500					<b>Código:</b>		<b>Custo por kg:</b>		<b>33,18</b>	
<b>Rendimento em Porções:</b> 1		<b>Porção g:</b> 0,500		<b>Data:</b>		<b>Custo por Porção Unitária:</b>		<b>16,59</b>		
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total	
Pão Brioche	40g	0,040	Kg	1,00	0,040	Kg	24,00	Kg	0,96	
Maionese de Cambuci	33g	0,033	Kg	1,00	0,033	Kg	46,17	Kg	1,52	
Vinagrete de Pimenta Cambuci	20g	0,020	Kg	1,00	0,020	Kg	7,82	Kg	0,16	
Hamburguer de Tainha	25g	0,025	kg	1,00	0,025	kg	56,29	kg	1,41	
Papilote de Tainha	100g	0,100	Kg	1,00	0,100	Kg	18,80	Kg	1,88	
Molho de Melação de Caraguatá	25g	0,025	Kg	1,00	0,025	Kg	43,83	Kg	1,10	
Farofa de Banana da Terra	50g	0,050	Kg	1,00	0,050	Kg	14,93	Kg	0,75	
Mil Folhas de Mandioca	50g	0,050	Kg	1,00	0,050	Kg	36,61	Kg	1,83	
Tainha Marinada na Gastrovac	50g	0,050	Kg	1,00	0,050	Kg	78,93	Kg	3,95	
Caviar Azul Marinho	25g	0,025	Kg	1,00	0,025	Kg	61,40	Kg	1,54	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
<b>Valor dos Ingredientes</b>									<b>15,08</b>	
<b>Margem de Segurança</b>							<b>10,00 %</b>		<b>1,50815</b>	
<b>Valor do Custo da Receita</b>									<b>16,59</b>	
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO					
1- Abrir o Pão brioche, passar a maionese de cambuci ,colocar o hamburguer de tainha e finalizar com o vinagrete de pimenta cambuci. 2- Abrir o papilote após pronto e remontar na louça, entre o peixe e o tomate adicionar o molho de melação e finalizar com a farofa de banana da terra ao redor.3- Para finalizar, coloque o mil folhas de mandioca como base, em cima adicionar o peixe e finalizar com o caviar de azul marinho.										
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS										
* Colher. * Faca										

