

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

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

RAQUEL CRISTINA SCHWEIG

**PROFITEROLE FUNCIONAL
MEMORIAL DESCRITIVO DA DISCIPLINA DE TCC II**

**SÃO BORJA
2022**

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

RAQUEL CRISTINA SCHWEIG

**PROFITEROLE FUNCIONAL
MEMORIAL DESCRITIVO DA DISCIPLINA DE TCC II**

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.

Orientador (a): Me. Camila Nemitz de Oliveira Saraiva

Professor (a) de TCC II: Dr^a. Luciana Maroñas Monks.

SÃO BORJA

2022

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

O (a) orientador (a), Professor (a) Me. Camila Nemitz de Oliveira Saraiva e o aluno (a) Raquel Cristina Schweig, 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.

PROFITEROLE FUNCIONAL

elaborado por

Raquel Cristina Schweig

como requisito parcial para aprovação na disciplina de Trabalho de
Conclusão de Curso II.



Professor (a): Me. Camila Nemitz
de Oliveira Saraiva

Dr^a. Luciana Maroñas Monks.

Me. Aline Prestes Roque

SÃO BORJA

2022

1 HISTÓRICO DA CONSTRUÇÃO DA PREPARAÇÃO

O Trabalho de Conclusão de Curso I, denominado “ Gastronomia francesa: uma adaptação de pratos clássicos franceses sob uma perspectiva de alimentos regionais funcionais”, teve como objetivo apresentar adaptações de alguns preparos da cozinha francesa utilizando-se de insumos regionais e funcionais. Foi realizada uma análise sensorial no primeiro TCC e levando-se em consideração as avaliações feitas, o TCC II tem como objetivo geral realizar a execução de um dos pratos considerando as modificações sugeridas pelos avaliadores.

A França é considerada o berço da gastronomia mundial, pois até os dias de hoje ela é referência quando trata-se de cozinha profissional, devido suas técnicas e receitas clássicas. À partir do século XVII que este país começou a sua expansão dentro da gastronomia e começou a ditar as regras da boa mesa, começando assim, a tornar seus métodos e técnicas de preparo a base da cozinha que conhecemos hoje (FREIRA; CHAVES, 2017).

Isso tudo ocorreu devido a predileção do rei Luís XIV por uma boa comida e um bom serviço, o que acarretou o estímulo aos cozinheiros da época para deixarem de vez os excessos da culinária medieval. Foi este rei quem conferiu à gastronomia a supremacia nacional e devido a isso, a França iniciou um largo período de hegemonia gastronômica.

Com o aumento significativo do consumo de açúcar na Europa, entre os séculos XVI e XVIII, a confeitaria francesa começou a sofrer algumas mudanças significativas, pois, anteriormente, era utilizado somente mel para adoçar as preparações (FLANDRIN; MONTANARI, 2020). Outro fato importante que ajudou a estabelecer novas modificações e invenções dentro da confeitaria francesa, foi o casamento em 1533, entre Catarina de Médici e Henrique II, pois a mesma trouxe consigo alguns hábitos e costumes alimentares que não haviam na França, transformando assim boa parte da gastronomia francesa.

Uma das invenções culinárias criada no final da Idade Média e início da Idade Moderna, de acordo com McGee (2014) foi a massa *choux*, massa essa, base de alguns doces como *profiteroles*, *croquembouche*, *éclairs* e as carolinas (WRIGHT; TREUILLEE, 1996). Tendo o *profiterole* como um doce clássico francês optou-se, para a realização desse trabalho, por realizar a adaptação do mesmo

com ingredientes funcionais e brasileiros, agregando o arroz e seus derivados, o coco e seus derivados, a cumaru, a manga e a erva mate.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014, p.15) “a ingestão de nutrientes, propiciada pela alimentação, é essencial para a boa saúde. Igualmente importantes para a saúde são os alimentos específicos que fornecem os nutrientes”. No contexto atual da saúde pública, a relevância dos alimentos funcionais e seus compostos bioativos está diretamente associada ao entendimento de como a nutrição e sua ciência se transformou ao decorrer dos anos, como afirmam Elias; Pimentel; Philippi (2019). Além das propriedades nutricionais básicas, os alimentos funcionais devem ser benéficos. Eles são caracterizados por oferecer vários benefícios à saúde, além do valor nutritivo inerente a sua composição química (BARRETO, 2009).

O arroz é um produto de elevado valor nutricional, pois possui alto valor energético, conteúdo de amido, proteínas, vitaminas do complexo B, como a B1 (tiamina), B2 (riboflavina), minerais (principalmente fósforo, ferro e cálcio) e contém oito aminoácidos essenciais ao homem (CARVALHO et al., 2012). Além do arroz em grãos, presente nas refeições diárias dos brasileiros, deste cereal deviram alguns subprodutos, como relata McGee (2014), sendo esses a farinha de arroz, pó de arroz, papel de arroz, *moti*¹ e o *lao chao*². A região Sul do Brasil, em virtude da ocorrência das grandes quantidades de cursos de água, apresenta a tendência ao plantio de arroz (COREDE, 2015).

Outro alimento comumente utilizado na região Sul é a erva mate (*Ilex paraguariensis* A. St. Hil.), que possui propriedades antioxidantes, antiinflamatórias, antimicrobianas, antiobesidade, antidiabética, neuroprotetora, proteção cardiovascular, regulação da microbiota intestinal e anticâncer conforme discorre Cardozo *et al.* (2021).

Uma das frutas tropicais que mais compõe a dieta dos brasileiros é a manga, tanto comprada nos mercados, como consumida de forma informal. Segundo Ferraz (2013) a Bahia é o estado brasileiro que mais produz e exporta mangas, sendo em torno de 300 mil toneladas a produção anual. O Brasil foi o primeiro país das Américas a começar o cultivo da mangueira, trazida pelos colonizadores portugueses, no século XVI. A mangueira (*Mangifera indica* L.) é originária da Ásia Meridional e Arquipélago Indiano (CAMARGO FILHO et. al *apud* SIMÕES, 1971).

Conforme o documento “Evolução da produção de coco no Brasil e o comércio internacional - Panorama 2010”, o coqueiro (*Coco nucifera L.*) é uma planta frutífera de fácil adaptabilidade, sendo uma das mais difundidas naturalmente no mundo todo. O coco tem sua origem nas ilhas de clima tropical e subtropical do Oceano Pacífico, tendo a Ásia como referência de origem, porém esse cultivo se estendeu também na América Latina, Caribe e África Tropical. O coco chegou ao Brasil em meados dos anos 40, no estado da Bahia, com mudas provenientes da Ilha de Cabo Verde (ARAGÃO *et al.*, 2010).

Uma das árvores nativas da flora brasileira é *Dipterix odorata*, popularmente conhecido como cumaru, é típica da região amazônica. Ela possui diversos usos como na construção naval, implementos agrícolas e na carpintaria. As sementes da árvore são comumente utilizadas para a fabricação de colares ornamentais e artesanatos, também pode ser extraído óleo da semente e utilizados na indústria de cosméticos. Porém outra utilização da semente é para saborizar alimentos, através de sua infusão nas preparações, dando um aroma muito característico e similar à baunilha (EMBRAPA, 2002).

Sendo assim, o prato desenvolvido para apresentação nesse TCC foi o profiterole de creme confeito de cumaru e geleia de manga, com craquelin de coco e merengue de erva mate.

2 TÉCNICAS APLICADAS NO DESENVOLVIMENTO DA PREPARAÇÃO

As técnicas culinárias relatadas a seguir foram aprendidas nas disciplinas de Panificação e Confeitaria I e II, bem como os conhecimentos relacionados aos alimentos funcionais foram desenvolvidos na disciplina de Gastronomia Sustentável. Os cuidados de higiene e sanitização aplicados durante todo o preparo deste prato foram muito importantes para se manter a segurança alimentar conforme viu-se na disciplina de Higiene e Segurança no Trabalho. Muitas das técnicas aplicadas nesse preparo foram aprendidas através de pesquisas pessoais e da prática profissional desenvolvida em estabelecimento de alimentação.

Como base do prato foi elaborado uma massa *choux* feita com farinha de arroz, azeite de oliva, ovos, água e xilitol. O processo de execução da mesma se manteve conforme a técnica tradicional, onde foi realizada a fervura do azeite de

oliva, água e xilitol. Após foi adicionada a farinha de arroz e a cocção em fogo, até que a mistura desprendece do fundo da panela. Este preparo foi transferido para a batedeira e foi agregado os ovos, um ovo por vez, para que não houvesse a cocção dos mesmos durante o processo, por ser uma massa quente. Depois de completamente incorporado os ovos, levou-se a massa para descansar na geladeira.

Na hora de assar o *profiterole* é importante que o forno não seja aberto, pois como se trata de uma preparação que cresce sem ajuda de fermento, se o forno for aberto antes do tempo, ele irá perder sua aeração interna, ficando assim murcho e perdendo a cavidade interior que é ideal para rechear.

Para o recheio do *profiterole*, foram realizadas duas preparações, a primeira foi uma geleia de manga, na qual se utilizou manga e xilitol e se cozinhou em fogo baixo os dois ingredientes até que houvesse uma redução de 30% do preparo. Após, utilizou-se o mixer para deixar a preparação com uma textura bem lisa e foi levada para refrigerar. O segundo recheio foi um creme confeiteiro, creme base da confeitaria francesa, onde o leite integral de vaca foi substituído por leite de arroz, a baunilha pela semente de cumaru e o açúcar cristal pelo xilitol, os ovos continuaram conforme a receita clássica. Levou-se a fervura o leite de arroz juntamente da metade do açúcar e do cumaru. Após, realizou-se a temperagem das gemas com o leite de arroz e retornou-se a preparação à panela para finalizar sua cocção. Logo mais, foi levado para refrigerar.

Para dar um aspecto mais crocante a preparação optou-se por um *craquelin* para ser colocado no *profiterole* na hora de assar, ele tem como base apenas três ingredientes: açúcar *caissonade*, manteiga e farinha. Nessa preparação foram substituídos por açúcar de coco, farinha de coco e manteiga de coco. Juntou-se os ingredientes formando uma pasta, que foi aberta entre papel manteiga para não grudar, cortada em círculos e levada ao congelador. Essa é uma parte muito importante desse preparo, pois ao assar, a manteiga se desintegra do preparo, dando assim o aspecto de um crocante já que o açúcar de coco é deretido. Todavia, se o *craquelin* não estiver congelado ou bem gelado, essa mistura irá se desintegrar antes do tempo, impedindo com que a massa *choux* cresça e que se forme o craquelado.

Para a finalização do *profiterole* escolheu-se um merengue de erva mante. O merengue clássico, tem como sua base claras e açúcar, nesse preparo, no

entanto, o açúcar foi substituído por xilitol. A técnica de merengue escolhida foi o suíço, que consiste em levar as claras e o açúcar (substituído aqui pelo xilitol) em banho maria, até que o açúcar se dissolva, sempre mexendo para não ocorrer a coagulação das claras. Depois é levado para a batedeira durante 10 minutos, até que haja picos duros no merengue, após foi adicionada a erva mate peneirada, agregando-a de fora pra dentro e de baixo para cima delicadamente, para que o merengue não perca sua aeração.

O merengue suíço possui uma estabilidade média, fazendo-o com que seja ideal para finalização de tortas, bolos e outras preparações. Ele não necessita ser finalizado no forno, como são as preparações feitas com merengue francês. É muito importante para que o merengue fique bem aerado que as claras estejam em temperatura ambiente e não geladas, pois quando estão frias, elas servem mais como agente de ligação. Também é necessário observar se o bowl da batedeira está bem higienizado e limpo, pois as claras não crescem e perdem sua aeração se houver algum resquício de gordura.

3 DESENVOLVIMENTO DA PREPARAÇÃO GASTRONÔMICA

Foram realizados dois testes para esse preparo, o primeiro teste foi realizado no Trabalho de Conclusão de Curso I, no qual a massa *choux* foi feita no formato de *éclair*, e na própria massa foi adicionado erva mate. No primeiro teste, para o recheio a fruta utilizada foi a amora silvestre e ao creme de confeiteiro não foi adicionado nenhum componente. Devido a dificuldade de se encontrar a amora, a mesma foi substituída pela manga, fruta que é mais fácil de se encontrar em todas as épocas do ano. Como optou-se por fazer um *craquelin* na preparação, também modificou-se o formato da *choux*, substituído a *éclair* pelo *profiterole*.

A massa *choux*, desde o primeiro teste obteve sucesso, substituindo na mesma proporção os ingredientes tradicionais, pelos funcionais. O creme de confeiteiro e a geleia de amora e manga também sofreram a modificação dos ingredientes, mas as quantidades permaneceram as mesmas.

No segundo teste, foi feito o *craquelin* de coco, que teve resultados satisfatórios, sendo sua receita só modificados os ingredientes, sem a necessidade de alteração nas quantidades. O primeiro teste de *craquelin* foi

adicionado erva mate, porém ao assar, notou-se que a erva escureceu e perdeu sua coloração, bem como o seu sabor, então ela foi retirada. Já no segundo teste ele foi feito somente com o açúcar, farinha e manteiga de coco, mantendo uma coloração similar ao *craquelin* original.

Para a finalização do prato, primeiro foi realizado um merengue sem a adição de erva mate, porém observou-se que para manter o sabor e coloração da erva, ela não poderia sofrer nenhum método de cocção, então optou-se por adicioná-la ao merengue. O xilitol possui características muito similares ao açúcar de cana, então a sua substituição ocorreu na mesma quantidade para se fazer o merengue.

4 DESCRIÇÃO DO RESULTADO DA PREPARAÇÃO

A preparação possui todas as características organolépticas como textura, cor, aroma, sabor e formatos diferenciados, além das propriedades nutricionais.

No quesito textura tem-se uma parte crocante, devirado do *craquelin* de coco e da massa *choux*, uma parte cremosa através do creme confeiteiro de cumaru e a geleia de manga. Para finalizar o merengue de erva mate acrescentou uma característica aerada, macia e esponjosa ao preparo.

A preparação possui um contraste de cores que tem como inspiração as cores da bandeira brasileira: o verde e o amarelo. O verde encontra-se no merengue de erva mate e o amarelo na geleia de manga e creme confeiteiro.

Os sabores dos ingredientes equilibram-se entre si. Há o amargor da erva mate, a doçura do creme de cumaru e do *craquelin* de coco, bem como a leve acidez da manga, que juntos trazem leveza e dulçor equilibrados para a preparação.

Por trazer ingredientes funcionais, pode-se dizer que o preparo é mais saudável do que as receitas clássicas. Sendo assim, essa sobremesa traria mais benefícios para a saúde do que se fosse consumida a sobremesa clássica.

5 FICHA TÉCNICA

1.1 Leite de arroz

Acadêmico:	Raquel Cristina Schweig			Instituição:	Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja			Curso de Gastronomia		
Receita:	Leite de arroz									
Classificação:	Confeitaria							Custo Total:	0,55	
Rendimento da Receita em kg:	0,200			Código:	1		Custo por kg:	2,75		
Rendimento em Porções:	1	Porção g	0,200	Data:	06.06.22		Custo por Porção Unitária:	0,55		
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total	
Arroz	50 gramas	0,050	kg	1,00	0,050	kg	6,00	kg	0,30	
Água	200 ml	0,200	l	1,00	0,200	l	1,00	l	0,20	
							Valor dos Ingredientes	0,50		
							Margem de Segurança	10,00 %	0,05000	
							Valor do Custo da Receita	0,55		
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO					
Coloque o arroz de molho em água por 24h. Lave o arroz e coloque no liquidificador com 200ml de água, bata por 5 minutos e coe. Reserve.										
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS										
Bowl, peneira, liquidificador, balança.										

1.2 Creme confeito de cumaru

Acadêmico:	Raquel Cristina Schweig			Instituição:	Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja			Curso de Gastronomia		
Receita:	Creme confeiteiro de cumaru									
Classificação:	Confeitaria							Custo Total:	13,31	
Rendimento da Receita em kg:	0,200			Código:	2		Custo por kg:	66,55		
Rendimento em Porções:	2	Porção g	0,100	Data:	06.06.22		Custo por Porção Unitária:	6,66		
Ingredientes	Quantidade Operacional	3 Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total	
Leite de arroz	200ml	0,200	l	1,00	0,200	l	2,50	l	0,50	
Gema	4 und	0,060	kg	1,00	0,060	kg	30,00	kg	1,80	
Xilitol	60g	0,060	kg	1,00	0,060	kg	80,00	kg	4,80	
Cumaru	1 fava	1,000	und	1,00	1,000	und	5,00	und	5,00	
					0,000	0	0,00	0	0,00	
							Valor dos Ingredientes	12,10		
							Margem de Segurança	10,00 %		1,21000
							Valor do Custo da Receita	13,31		
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO					
<p>Ferver o leite de arroz com a fava de cumaru. Em um bowl colocar as gemas e o xilitol. Depois que ferver o leite, fazer a temperagem das gemas, voltar tudo para a panela e cozinhar até engrossar. Depois transferir para um bowl, cobrir com plástico filme e reservar.</p>										
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS										
Fouet, panela, concha, balança, bowl, plástico filme.										

1.3 Geleia de manga

Acadêmico:	Raquel Cristina Schweig			Instituição:	Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja			Curso de Gastronomia		
Receita:	Geleia de manga									
Classificação:	Confeitaria							Custo Total:		1,16
Rendimento da Receita em kg:	0,050			Código:	3		Custo por kg:		23,10	
Rendimento em Porções:	1	Porção g	0,050	Data:	06.06.22		Custo por Porção Unitária:		1,16	
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total	
Manga	50 gramas	0,050	kg	1,00	0,050	kg	5,00	kg	0,25	
Xiitol	10 gramas	0,010	kg	1,00	0,010	kg	80,00	kg	0,80	
Água	q.b	q.b	q.b	1,00		q.b	q.b	q.b		
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
					0,000	0		0	0,00	
							Valor dos Ingredientes		1,05	
							Margem de Segurança		10,00 %	0,10500
							Valor do Custo da Receita		1,16	
MODO DE PREPARO						INTERPRETAÇÃO				
<p>Cortar a manga em cubos, colocar em uma panela juntamente com o xiitol e um pouco de água. Cozinhar até que a preparação reduza e fique mais pastosa. Usar o mixer para deixar mais lisa a geleia. Reservar.</p>										
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS										
Faca, tábua de corte, panela, mixer e balança.										

1.4 Massa choux

Acadêmico: Raquel Cristina Schweig	Instituição: Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja		Curso de Gastronomia						
Receita: Massa choux									
Classificação: Confeitaria			Custo Total: 3,04						
Rendimento da Receita em kg: 0,130		Código: 4	Custo por kg: 23,39						
Rendimento em Porções: 2	Porção g 0,650	Data: 06.06.22	Custo por Porção Unitária: 1,52						
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total
Água	0,044ml	0,044	l	1,00	0,044	l	1,00	l	0,04
Ovo	1 und	1,000	Unidade	1,00	1,000	Unidade	1,00	Unidade	1,00
Azeite de oliva	17ml	0,017	l	1,00	0,017	l	60,00	l	1,02
Farinha de arroz	25g	0,025	kg	1,00	0,025	kg	12,00	kg	0,30
Xilitol	0,005	0,005	kg	1,00	0,005	kg	80,00	kg	0,40
Sal	QB				0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
					0,000	0		0	0,00
Valor dos Ingredientes							2,76		
Margem de Segurança							10,00 %		0,27640
Valor do Custo da Receita							3,04		
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO				
<p>Ferver azeite de oliva, água, sal e xilitol. Depois que ferver, colocar a farinha de arroz, cozinhar até desgrudar do fundo. Depois levar para a batedeira, com o batedor raquete, colocar a massa e bater devagar para ela esfriar um pouco, depois acrescentar o ovo e aumentar a velocidade da batedeira até que a massa fique homogênea, tirar da batedeira e colocar em um bowl e cobrir com plástico filme, reservar.</p>									
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS									
Batedeira, panela, bowl, balança, colher, plástico filme.									


1.5 Craquelin de coco

Acadêmico:	Raquel Cristina Schweig			Instituição:	Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja			Curso de Gastronomia		
Receita:	Craquelin de coco									
Classificação:	Confeitaria							Custo Total:	2,03	
Rendimento da Receita em kg:	0,030			Código:	5		Custo por kg:	67,65		
Rendimento em Porções:	1	Porção g	0,030	Data:	06.06.22		Custo por Porção Unitária:	2,03		
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total	
Açúcar de coco	10 gramas	0,010	kg	1,00	0,010	kg	50,00	kg	0,50	
Manteiga de coco	9 gramas	0,009	kg	1,00	0,009	kg	125,00	kg	1,13	
Farinha de coco	11 gramas	0,011	kg	1,00	0,011	kg	20,00	kg	0,22	
					0,000	0	0,00	0	0,00	
					0,000	0	0,00	0	0,00	
					0,000	0	0,00	0	0,00	
					0,000	0	0,00	0	0,00	
					0,000	0	0,00	0	0,00	
							Valor dos Ingredientes	1,85		
							Margem de Segurança	10,00 %	0,18450	
							Valor do Custo da Receita	2,03		
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO					
<p>Juntar todos os ingredientes em um bowl até formar uma massa homogênea, abrir a massa entre duas folhas de papel manteiga e cortar em formato redondo com um cortador. Reservar no freezer.</p>										
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS										
<p>Rolo, papel manteiga, cortador redondo, bowl, balança.</p>										

1.6 Merengue de erva mate

Acadêmico:	Raquel Cristina Schweig	Instituição:	Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja	Curso de Gastronomia					
Receita:	Merengue de erva mate								
Classificação:	Confeitaria			Custo Total:	2,16				
Rendimento da Receita em kg:	0,060	Código:	6	Custo por kg:	35,93				
Rendimento em Porções:	1	Porção g	0,060	Data:	06.06.22				
				Custo por Porção Unitária:	2,16				
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total
Clara de ovo	30 gramas	0,030	kg	1,00	0,030	kg	10,00	kg	0,30
Xilitol	20 gramas	0,020	kg	1,00	0,020	kg	80,00	kg	1,60
Erva mate	5 gramas	0,005	kg	1,00	0,005	kg	12,00	kg	0,06
					0,000	0	0,00	0	0,00
					0,000	0	0,00	0	0,00
					0,000	0	0,00	0	0,00
Valor dos Ingredientes								1,96	
Margem de Segurança								10,00 %	0,19600
Valor do Custo da Receita								2,16	
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO				
Colocar a clara e o xilitol no bolw da bateadeira e levar em banho maria até que o xilitol se dissolva. Depois bater na bateadeira até atingir bicos firmes. Acrescer a erva mate peneirada, fazendo movimentos de fora pra dentro, de baixo pra cima, para não perder a aeração. Reservar.									
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS									
Bateadeira, panela, espátula de silicone, peneira, colher e balança.									

1.7 Profiterole funcional

Acadêmico:	Raquel Cristina Schweig	Instituição:	Instituto Federal Farroupilha- Campus São Borja	Curso de Gastronomia					
Receita:	Profiterole funcional								
Classificação:	Confeitaria			Custo Total:	10,20				
Rendimento da Receita em kg:	0,200	Código:	7	Custo por kg:	51,01				
Rendimento em Porções:	1	Porção g	0,200	Data:	06.06.22				
				Custo por Porção Unitária:	10,20				
Ingredientes	Quantidade Operacional	Quant. Líquida	Unidade	Fator de Correção	Quant. Bruta	Unidade	Preço Unitário	Unidade	Custo Total
Manga	0,02	0,020	kg	1,00	0,020	kg	6,00	kg	0,12
Hortelã	q.b	q.b	q.b	1,00	0,000	q.b	0,00	q.b	0,00
Merengue de erva mate	0,06	0,060	kg	1,00	0,060	kg	35,93	kg	2,16
Craquelin de coco	0,03	0,030	kg	1,00	0,030	kg	67,65	kg	2,03
Massa choux	0,065	0,065	kg	1,00	0,065	kg	15,00	kg	0,98
Geleia de manga	0,02	0,020	kg	1,00	0,020	kg	23,10	kg	0,46
Creme confeiteiro de cumaru	0,05	0,050	kg	1,00	0,050	kg	66,66	kg	3,33
Leite de coco	0,02	0,020	l	1,00	0,020	l	10,00	l	0,20
					0,000	0		0	0,00
Valor dos Ingredientes								9,28	
Margem de Segurança								10,00 %	0,92753
Valor do Custo da Receita								10,20	
MODO DE PREPARO					INTERPRETAÇÃO				
<p>Pré aquecer o forno a 180 graus. Em uma forma, com papel manteiga, colocar a massa choux com a ajuda de um saco de confeitar e bico perlé e colocar o craquelin em cima . Assar por aproximadamente 35 minutos. Para montagem, fazer um splash com a geleia de manga e leite de coco no fundo do prato, depois rechear o profiterole com o creme de cumaru e depois a geleia de manga. Colocar o profiterole no centro do prato. Depois colocar o merengue em um saco de confeitar e cobrir o profiterole, decorar com uma fatia de manga e um ramo de hortelã.</p>									
MISE EN PLACE / UTENSÍLIOS									
Bicos de confeitar, saco de confeitar, papel manteiga, assadeira, faca, colher.									

REFERÊNCIAS

_____. _____. **Guia alimentar para a população brasileira**, 2a ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em [https:// bit.ly/1Eivld0](https://bit.ly/1Eivld0). Acesso em: 03 dez. 2020.

BARRETO, A. P. M.. Bases e princípios da nutrição funcional. In: DOLINSKY, M. (org.). **Nutrição Funcional**. [S.L]: Roca, 2009. p. 1-36.

CAMARGO FILHO, Waldemar Pires de *et al.* MERCADO DE MANGA NO BRASIL:: contexto mundial, variedades e estacionalidade. **Informações Econômicas**, São Paulo, v. 5, n. 34, p. 60-68, maio 2004.

CARDOZO, A. *et al.* Yerba mate (*Ilex paraguariensis* A. St. – hil.): a comprehensive review on chemical composition, health benefits and recent advances. **Research, Society and Development**, [S. I.], v. 10, n. 11. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/20036>. Acesso em: 6 jun. 2022.

CARVALHO, A. V. et al.. **Processing and characterization of an extruded snack made from broken rice flour and broken common bean flour**. Braz. J. Food Technol., Campinas, v. 15, n. 1, p. 72-83, jan./mar. 2012.

COREDE, Conselho Regional de Desenvolvimento da Fronteira Oeste. **Plano estratégico participativo de desenvolvimento regional da fronteira oeste do Rio Grande do Sul 2015/2030**. São Borja: Hope, 2017. 197 p. Disponível em: <https://governanca.rs.gov.br/upload/arquivos/201710/11104708-plano-fronteira-oeste.pdf>. Acesso em: 28 nov. 2020.

EMBRAPA. **CUMARU**. Belem: Embrapa, 2002.

EMBRAPA. **EVOLUÇÃO DA PRODUÇÃO DE COCO NO BRASIL E O COMÉRCIO INTERNACIONAL - PANORAMA 2010**. Aracaju: Embrapa, jun. 2011.

FERRAZ, Alvaro. **Fruticultura**. Barra da Estiva: Instituto Formação, 2013.

FLANDRIN, J.L; MONTANARI, M.. **História da Alimentação**. 10. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2020. 885 p. Tradução de: Luciano Vieira Machado; Guilherme João de Freitas Teixeira.

FREIXA, D.; CHAVES, G.. **Gastronomia no Brasil e no Mundo**. São Paulo: Senac, 2017. 318 p.

MCGEE, H.. **Comida e Cozinha: ciência e cultura da culinária**. 2. ed. São Paulo: WMF Martin Fontes, 2014. 977 p. Tradução de: Marcelo Brandão Citolla.

PIMENTEL, C. V. de M. B.; ELIAS, M. F.; PHILIPPI, S. T.. **Alimentos Funcionais e Compostos bioativos**. Barueri, Sp: Manole, 2019. 893 p.

WRIGHT, J.; TREUILLE, E.. **Le Cordon Bleu: todas as técnicas culinárias**. Barueri,

Sp: Marco Zero, 1996. 351 p.