



Co-funded by
the European Union



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

Molhos e Caldos

UNIDADE 5





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by
the European Union

UNIDADE 5

Molhos e Caldos

Índice

5.1. Molhos básicos

5.2. Caldos básicos





5.1. Molhos Básicos

Os molhos são aromatizados, intensificando produtos complementares que acompanham as refeições e aumentam o sabor dos alimentos. Os caldos têm um lugar importante na confecção de molhos. Os molhos são enriquecidos adicionando especiarias, produtos de espessamento e vários elementos aromatizantes. No entanto, há também molhos (molho bechamel e holandês) feitos sem caldo. A maior diferença entre caldos e molhos é que os molhos devem ser concentrados.

Elementos intensificadores

- Farinha
- Roux: É o processo de cozedura misturando quantidades iguais de manteiga e farinha até que o sabor da farinha crua desapareça.
- Amido de milho
- *Beurre Blanc*: É manteiga em cubos ou picada que é atirada em molhos quentes para engrossar e completar os molhos.
- *Beurre Manie* (manteiga amassada): É uma mistura obtida a partir de farinha e manteiga como Roux. A farinha e a manteiga são misturadas à temperatura ambiente sem aquecimento ou cozedura e a mistura é adicionada aos molhos quentes assobiando como espessante. A farinha na *beurre manie* é cozida no molho quente até que cozida e tirada do fogão.
- Liga (*Liaison*): É a mistura de gema de ovo e creme para engrossar os molhos e dar consistência ao molho. Antes de ser adicionado a um molho quente, deve ser misturado com uma pequena quantidade de molho numa tigela separada e adicionado pouco a pouco ao molho de alta temperatura. Este método, também, é utilizado na preparação de sopas.
- Redução: É o processo de redução do caldo desejado para obter molho em lume brando sem adicionar qualquer outro produto.
- Especiarias e vários aromas: Os molhos têm um sabor natural devido aos seus ingredientes, mas às vezes são necessários suplementos. Especiarias e ervas podem mudar completamente o sabor de um molho.

Molhos Básicos

Outros molhos, também, estão disponíveis. Os molhos básicos são normalizados. Os molhos básicos são:

Molho Espanhol: O molho espanhol, que também pode ser chamado de caldo castanho, é obtido a partir de uma mistura de caldo castanho e



Co-funded by
the European Union

roux.

Molho de Tomate: É um molho feito adicionando tomates, produtos de tomate e vários vegetais às reservas.

Molho Bechamel (molho branco): Um molho à base de leite feito por leite condensado com roux branco. Ao fazer molho bechamel, recomenda-se que utilize quantidades iguais de manteiga e farinha primeiro.

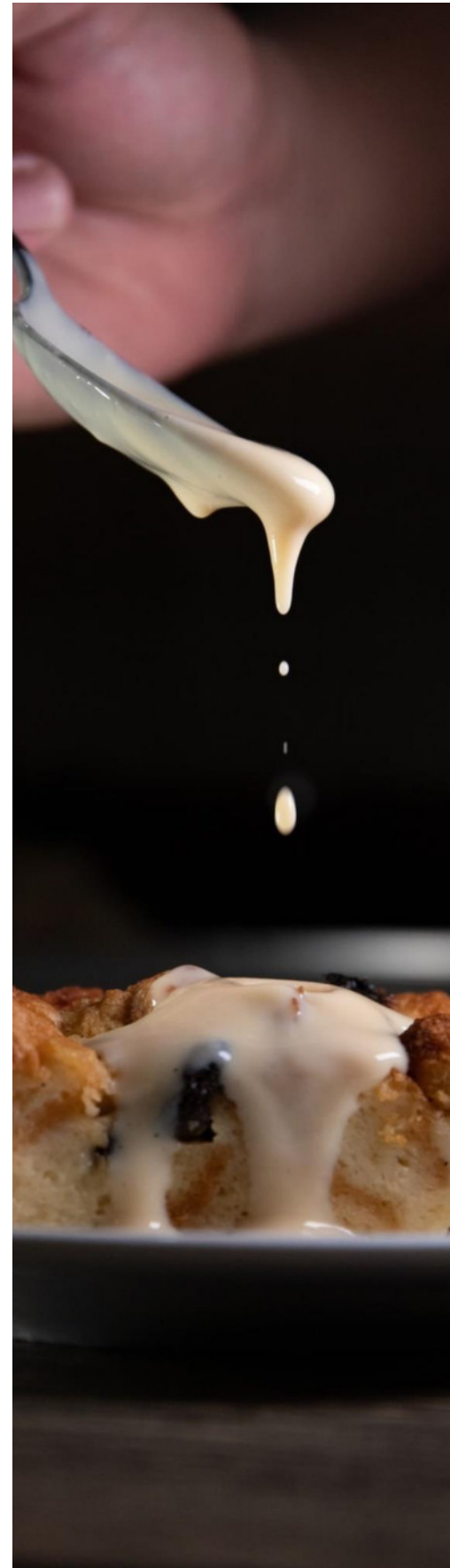
Molho velouté: É obtido condensando caldos com roux. Recomenda-se a utilização de quantidades iguais de manteiga e farinha na confeção do molho. Depois da manteiga derreter numa panela de molho adequada, a farinha é torrada em lume brando e o caldo frio é adicionado a esta mistura.

Molho holandês: É um molho em que o óleo e a gema de ovo são misturados e concentrados. Para fazer molho holandês, as gemas de ovo devem ser bem batidas numa tigela. O óleo liso quente deve ser lentamente escurrido para dentro das gemas de ovo e as batidas, também, devem continuar. Preparar o molho holandês pode nem sempre produzir resultados bem-sucedidos porque é preparado com uma determinada técnica ao contrário de outros molhos básicos. Devido à utilização de ovos no molho holandês, é necessário ter mais cuidado. O molho holandês é um molho que deve ser mantido quente para o serviço e deve ser mantido a cerca de 60°C para evitar que o ovo seja coagulado. No entanto, uma vez que esta temperatura acelerará a formação de bactérias, deve ser dada atenção às condições de armazenamento e apresentação.

Molhos derivados: São molhos que podem ser derivados usando vários ingredientes adicionais após a preparação dos molhos básicos. Muitos sabores diferentes de molhos derivados podem ser produzidos a partir dos cinco molhos básicos.

5.2. Caldos básicos

É o sumo ou extrato de legumes ou ossos cozidos, frango, peixe ou frutos do mar enriquecidos com especiarias. As reservas utilizadas na preparação dos pratos formam a base de muitos molhos e sopas diferentes, e é uma água de cozedura que adiciona sabor ao prato. Os



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by
the European Union



molhos derivados a partir dos caldos são preparados no âmbito de algumas regras básicas baseadas nas normas determinadas.

Preparação de caldo: É adicionada água fria para cobrir o material (legumes, carne, ossos, frango, peixe, etc.) a ferver. Quando o caldo começa a ferver, a espuma que se acumula nela é tomada com a ajuda de uma concha. Deixa-se a fervura continuar em lume brando. As especiarias podem ser adicionadas desde o início ou mais tarde de acordo com o tempo do início de ebulição. Quando o caldo estiver pronto, pode ser utilizado imediatamente, se desejar, coando-o cuidadosamente com a ajuda de um pano de algodão fino ou passador de bar (strainer), ou pode ser arrefecido rapidamente e armazenado para posterior utilização. O tempo de preparação dos caldos a utilizar para carne e osso demora muito tempo (12-24 horas). Para preparar o caldo, deve definitivamente começar com água fria, não usando mais água do que o necessário. A utilização de água demais do que o necessário prolongará o tempo de ebulição do caldo.

Durante a preparação do caldo, é necessário prestar atenção para não utilizar alguns materiais. Estes materiais são;

- Os vegetais com amido (causam o caldo ficar turvo),
- Vegetais verdes (derretem no caldo, não são resistentes a ferver durante muito tempo),
- Alimentos com característica de coloração (beterraba vermelha, etc.),
- Alimentos com forte odor (couve-flor, repolho).

As especiarias podem ser usadas sozinhas na produção de caldo, ou podem ser amarradas com um pano de queijo limpo e usadas em misturas como um saco de especiarias (saqueta) ou um bouquet vegetal (bouquet garni).

Boneca: É a adição de especiarias frescas e ervas como caules de salsa, tomilho, alecrim, folhas de louro, pimenta preta e alho em um pano fino.

Bouquet garni: Caule de salsa, folha de louro, alho-porro, caule de aipo são amarrados longitudinalmente e colocados no caldo.

Tipos de caldo

Caldos brancos



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by
the European Union

São obtidos a partir de ossos de frango, de vitela, de carne ou de peixe cozidos com vegetais. O caldo branco, que normalmente é incolor durante a cozedura, pode ser pré-cozido para ficar claro. Para preparar um caldo branco, os legumes, também, devem ser utilizados a partir de vegetais brancos "mirepoix".

Mirepoix Branco: É o uso das partes brancas dos vegetais *mire poix* usados para caldos, molhos ou sopas cuja cor não queremos mudar. A parte branca do aipo, a parte branca do alho-porro, cebola, cenoura são cortadas com a técnica de corte *mirepoix*. Pimenta branca e folha de louro são adicionadas como especiarias. A razão para usar as partes brancas é obter um sabor incolor e claro sem estragar a cor do caldo.

Método de fabrico de caldos brancos:

- Adicionar o saco de especiarias.
- Depois de o caldo atingir o ponto de ebulição, ferver em lume brando.
- Tirar a espuma, etc. que se acumula na panela após o início da ebulição.
- A tampa da panela não deve ser fechada.
- Depois de o caldo estar pronto, coar com a ajuda de um pano de algodão fino ou de um passador.
- Depois de arrefecer rapidamente, rotular e guardar no frigorífico.

Caldos Castanhos

Obtém-se através da utilização de ossos de frango, de carne e de caça cozidos com legumes. O caldo toma a sua cor de assar os ingredientes no forno até ficarem castanhos. Também são adicionados ossos assados, às vezes sumo de tomate ou pasta de tomate.

Método de confeção de caldo castanho:

- Cortar os ossos em comprimentos de 10 cm e colocá-los no tabuleiro de cozedura.
- Assar durante 30-40 minutos num forno pré-aquecido a 200°C.
- Adicionar mirepoix e deixar o caldo continuar cozinhar até ficar castanho.
- Colocar os ossos e o mirepoix numa panela e juntar água suficiente.



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by
the European Union

- Ferver os pedaços de osso e vegetais castanhos restantes no tabuleiro de cozedura com água ou vinho tinto.
- Transferir o líquido para a panela.
- Juntar a pasta de tomate ou tomate com uma boneca (saco de especiarias).
- Continuar a ferver em lume brando durante 6-8 horas.
- Tirar a espuma ou outros ingredientes acumulados na panela com a ajuda de uma concha.
- A tampa da panela não deve ser fechada.
- Coar o caldo pronto com a ajuda de um pano de algodão fino ou passador.
- Depois de arrefecer rapidamente, rotular e guardar no frigorífico.

Caldos de Peixe

Os caldos preparados com marisco ou ossos de peixe finos estão entre os caldos brancos. Para fazer caldo de peixe:

- Colocar os ossos e o *mirepoix* numa panela de caldo e juntar água até que esteja coberta.
- Adicionar a boneca (saco de especiarias).
- Após o início da ebulição, continuar a cozinhar em lume brando.
- Tirar a espuma formada durante a ebulição com a ajuda de uma concha.
- A tampa da panela não deve estar fechada.
Quando o caldo estiver pronto, coar o caldo pronto com a ajuda de um pano de algodão fino ou passador.
- Depois de arrefecer rapidamente, rotular e guardar no frigorífico.

Caldos vegetais

Não contêm produtos à base de carne, mas contêm vegetais, especiarias, ervas e água. É preparado num período mais curto em comparação com outros tipos de caldo.

Fazer caldo vegetal

- Colocar vegetais como cenouras, cebolas, alho-porro numa panela de caldo.
- Se quiser aumentar o sabor, caramelizar os vegetais com um pouco de óleo antes de adicionar a água.
- Adicionar quantidade suficiente de água para cobrir os ingredientes.
- Juntar a boneca.
- Após o início da ebulição, continuar a cozinhar em lume brando.
- Tirar a espuma formada durante a ebulição com a ajuda de uma concha.
- A tampa da panela não deve estar fechada.
Quando o caldo estiver pronto, coar o caldo pronto com a ajuda de um pano de algodão fino ou passador.
- Depois de coar rapidamente, rotular e guardar no frigorífico.



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org