



Co-funded by
the European Union



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

Sopas

UNIDADE 6





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 6

Sopas

Índice

6.1. Sopas e princípios básicos





6.1. Sopas e princípios básicos

As sopas podem ser consumidas quentes ou frias e podem ser produzidas a partir de qualquer tipo de alimento (caldo, caldo vegetal, etc.). As sopas são apetitosas, podem ser consumidas a qualquer hora do dia e, por vezes, até como prato principal. Embora existam diferenças no modo de preparação, os ingredientes geralmente são adicionados ao líquido para serem preparados e cozidos em conjunto. Quando os ingredientes da sopa são cozidos, podem ser consumidos diretamente, ou às vezes podem ser usados esmagando, passando por um liquidificador e adicionando vários espessantes nele.

Sopas Claras: É uma espécie de sopa que tem uma aparência clara e até se parece com água, mas tem um valor nutricional muito elevado. A guarnição é adicionada mais tarde, dependendo do tipo. Sopas vegetais, sopas de caldo e consommés são exemplos de sopas claras.

Sopas grossas: Para preparar sopas grossas, pode ser necessário amassar os ingredientes e adicionar agentes de espessamento. Arroz, batata, amido ou gema de ovo podem ser usados como espessante quando se prepara muitos tipos de sopas grossas. Sopas cremosas, também, podem ser consideradas sob o título de sopas grossas.

Sopas de cereais: Os ingredientes destas sopas geralmente são grãos. Estas sopas podem ser claras ou viscosas na aparência. Podem conter legumes picados, legumes frescos, legumes secos, cereais, produtos de cereais e leguminosas.

Sopas Frias: Estas sopas são preferidas para arrefecer ou satisfazer a fome no verão, especialmente em climas quentes. As sopas frias podem ser preparadas sem cozinhar, ou podem ser preparadas arrefecendo após a cozedura.

Embora o uso de tigelas profundas seja um método preferido na apresentação de sopas, por vezes as canecas e copos podem ser preferidos dependendo do menu. É importante que as tigelas de sopas quentes estejam aquecidas, e que as tigelas refrigeradas sejam usadas na apresentação de sopas frias. As guarnições que enriquecem a sopa em termos de sabor e aparência podem ser servidas mesmo ao lado da sopa ou adicionados a ela pouco antes de servir.