

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS

DEPARTAMENTO DE TECNOLOGIA AGROINDUSTRIAL E SOCIOECONOMIA RURAL

TECNOLOGIA DE PRODUTOS AGRÍCOLAS DE ORIGEM ANIMAL

(RESUMO DAS AULAS)

ADITIVOS - TEMPEROS

PROF: OCTÁVIO ANTÔNIO VALSECHI.

ARARAS, SP

2001

ADITIVOS - TEMPEROS

Os temperos ou condimentos têm suas qualidades, em grande parte, dependentes de óleos aromáticos muito voláteis.

Temperos transformados em pó perdem grande parte de suas propriedades em um mês; para prolongar este período, aconselha-se utilizar vidros herméticos.

Condimentos a serem ralados (raízes e nozes) tendem a ressecar muito, depois de dois meses.

Ervas frescas devem ser adquiridas só na quantidade de uso.

Tenha sempre em casa: pimenta em grão, louro, alho, cebola, baunilha, molho inglês, mostarda, noz-moscada, gengibre, cravo, canela, tomilho, sálvia, seruguelha, alecrim, orégano, curry e páprica além logicamente daqueles que você pode desenvolver através de várias misturas, como é o caso da pimenta Síria e do curry.

Lista e utilização de alguns temperos

AÇAFRÃO

O açafrão tem a cor laranja amarelada, não existe açafrão vermelho.

Tem gosto e perfume muito sutis e é excelente como corante. Usado em risotos, pratos com frutos do mar como Paëlla, sopas de peixe. Em pequenas quantidades, em molhos para aves, até porque o verdadeiro é caro. Não confundir com o açafrão brasileiro que é a curcuma (uma raiz).

O açafrão original é apenas o pólen de uma espécie de lírio cultivado em países de clima temperado. Em função disto, seu preço é relativamente alto.

AIPO

O aipo deve ser fresco e cortado fininho; tempera carnes, peixe, frango, ovos, molhos e é excelente em caldos, sopas e canapés.

ALCAPARRA

As alcaparras, vendidas em conserva de vinagre ou em solução salina, têm gosto picante e temperam bem saladas, peixe e canapés carnes, etc. Use, também, pequena quantidade, nas saladas, queijo e carnes de caça.

ALECRIM

O alecrim tem uso bastante difundido em vários pratos como assados, grelhados e molhos que solicitem forte aroma.

ALHO

Como o alho tem forte aroma, deve ser usado com parcimônia em preparações como as de carne, os molhos atomatados, marinadas. Exceto nas preparações onde é participante principal, como no frango a passarinho e outros, o alho pode acabar sufocando os outros aromas, principalmente nas preparações de sabor delicado como os peixes, sopas e cremes.

ANIS

O anis é utilizado no tempero de peixes e frutos do mar e também em marinadas, bebidas e doces em geral.

Tem o gosto próximo ao da erva-doce. É encontrado sob a forma líquida ou em grãos. Deve ser utilizado, sempre, moderadamente.

BAUNILHA

Existe sob a forma de essência ou favas. No caso das favas, deve-se colocar cinco favas para cada kg de açúcar de confeitiro ou copo de álcool fino; e guardar em vidro hermético. Nos dois casos, fica pronto em uma semana.

Não use álcool comum, use álcool de cereais ou vodka.

CANELA

Use canela em pó para biscoitos, tortas e bolos. A em casca pode ser usada para compotas e algumas marinadas.

CARDÂMOMO

São grãos amarelos pálidos que contêm, em seu interior, quatro caroços que devem ser transformados em pó.

Têm um gosto adstringente. Use o cardâmomo, moderadamente, em carnes e pratos chineses.

CAYENA

A pimenta caiena é formada por bolinhas marrons que devem ser quebradas para que os grãos do seu interior sejam transformados em pó. Ótima para peixes, também pode ser utilizada em canapés e aves.

CEBOLA

Assim como no caso do alho, existe uma tendência de exagero no uso da cebola; tome então cuidado para a mesma não se sobressaia ao prato principal.

A cebola combina com, praticamente, todos os pratos salgados.

CEBOLINHA

A cebolinha fica excelente em omeletes, saladas, peixes, frutos do mar e molhos.

É, também, enfeite de guarnições e acompanhamentos.

CEREFÓLIO

O cerefólio é um condimento verde um pouco mais crespo e aromático que a salsa.

Usa-se em saladas, molhos, ensopados, peixes, carnes, aves e legumes.

CHILI

Amplamente usado na cozinha mexicana. O chili é parente do pimentão, embora mais picante.

Tempera bem carnes com molho e canapés e feijões.

CHUTNEY

O chutney é uma compota indiana que usa frutas, principalmente manga e maçã, temperadas com vinagre, cebolas e outros condimentos fortes.

Combina com carnes para sanduíches, salsichas, assados frios e carne de caça.

COENTRO

Uso freqüente em peixes e frutos do mar; o coentro, também, funciona bem com legumes, saladas e carnes grelhadas.

COENTRO EM GRÃO

O coentro em grãos dá um excelente gosto às marinadas e aos peixes e carnes.

COLORAU

O colorau é feito com urucum (uma semente triturada) com coloração vermelho alaranjada, ideal pra conferir mais cor à molhos de tomates.

COMINHO

O cominho tempera bem aves, carnes ensopadas, legumes, canapés e queijos.

CORIANDRA

A coriandra é um grão parecido com a pimenta-preta, utilizado em marinadas, preparo de conservas, carne de porco e de caça em geral, recheio de aves, patês e canapés frios, alguns molhos e sopas.

CRAVO

O cravo é utilizado em assados, marinadas, caldos, molhos, compotas, cremes doces e em doces de pastelaria em geral.

CURCUMA

A curcuma ou açafrão brasileiro é uma raiz de cheiro almiscarado e propriedades corantes. Pode ser usado em molhos, queijos e bolos.

CURRY

O curry é tempero básico da cozinha indiana. É uma mistura de vários condimentos entre eles coentro, curcuma, cominho, feno grego, mostarda, pimentas, aipo, cravo, endro, canela e noz moscada. Empregado em molhos, carnes, peixes, frangos, sopas atomatadas, legumes e saladas; bem como no arroz.

ESTRAGÃO

No estragão, usam-se as folhas, se possível, frescas.

Como tem um gosto acentuado, deve ser usado em pequena quantidade em: molhos, saladas, com legumes, em marinadas, pratos de carne e frango; e para conservas caseiras. Também, dá um ótimo aroma ao vinagre branco.

FUNCHO

O funcho tem o aroma e o gosto adocicado da erva-doce. Pode ser encontrado em ramos, talos ou grãos. Usa-se em maioneses, cremes, ou vinagrete. Pode ser consumido cru ou cozido, gratinado na manteiga com outros vegetais.

Os grãos temperam muitas preparações como peixe e frutos do mar; pães e biscoitos.

GENGIBRE

O gengibre pode ser usado no preparo de conservas tanto doces quanto salgadas; e em sobremesas em geral. Também funciona bem com pratos salgados (fornece gosto picante, assim, use com prudência).

Pode ser comprado em pó, mas seus óleos aromáticos se conservam melhor, comprando-se a raiz, e só ralando na medida da necessidade.

GERGELIM

O gergelim é uma pequena semente, originária da Índia, com gosto de noz. Pode ser usado para bolos, pães, farinhas, paçoca, etc.

O gersal é um tempero, da cozinha natural, em que se torram os grãos de gergelim com sal. Dá excelente sabor ao arroz e legumes.

Dele, também se extrai um ótimo óleo.

HORTELÃ

As hortelãs devem estar sempre frescas. Condimento da cozinha árabe combina com assados, saladas, molhos, chás com frutas e outras bebidas.

LOURO

O louro pode ser encontrado tanto em pó quanto em folhas. Usado em assados, marinadas, ensopados, e conservas.

Não use em excesso para não sobrepujar o aroma da preparação e, em preparações demoradas, retire as folhas, na metade do cozimento para não acentuar o gosto amargo.

MANJERICÃO

O manjericão, sempre que possível fresco, deve ser utilizado em grelhados, algumas massas, sopas, molhos e saladas com tomates.

MANJERONA

Na manjerona, as folhas são maiores que as do manjericão e seu gosto mais sutil, deve-se procurar utilizar as frescas.

É ótima para legumes como a batata, sopas, molhos para peixe, frango, carne de carneiro e saladas cruas.

MOLHO DE SOJA

O molho de soja fermentado ou shoyu é muito utilizado na cozinha chinesa. Dá um gosto acentuado aos grelhados, saladas, guarnições, sopas e ensopados.

Tem muitos aminoácidos (componentes das proteínas).

MOSTARDA

A mostarda combina com assados, molhos e grelhados, assim como sanduíches e canapés.

A mostarda pode ser adquirida, também, em sementes.

NOZ MOSCADA

A noz-moscada condimenta molhos tipo bechamel, caldos de carne, legumes como batata e espinafre, ovos, gratinados e alguns coquetéis, bem como alguns doces.

Assim como o gengibre deve-se optar pelas nozes que serão raladas na hora da preparação.

Não exagere, pode provocar irritação orgânica.

ORÉGANO

O orégano é um tempero da cozinha italiana, usado com frequência em pizzas, massas, molhos atomatados, marinadas e recheios.

PAPOULA

As sementes da papoula (pequenas e pretas) são usadas em cremes, sorvetes, pães, biscoitos e tortas.

PÁPRICA

A páprica pode ser encontrada doce e picante. A primeira, suave, é usada para colorir molhos.

Já a picante, tem sabor acentuado, é usado no Goulasch húngaro assim como pratos à base de legumes, sopa de beterraba, frango, molhos e algumas saladas.

Todos os dois tipos fazem excelente em canapés.

A páprica nada mais é que tipos de pimentões secos e moídos.

PIMENTA BRANCA

A pimenta-branca, melhor adquirida em grãos e só moídas na medida da necessidade, deve ser empregada em substituição à pimenta-preta nas preparações delicadas como peixe e alguns molhos.

PIMENTA FRESCA

Existem pimentas frescas de vários tipos ou variedades como: malagueta, de cheiro, da costa. São usadas em receitas de pratos brasileiros, principalmente baiana, à base de peixe e frutos do mar.

Para se preparar a conserva destas pimentas use, sempre que possível, mais de uma variedade, encha o vidro com vinagre branco, azeite, água e sal (pode-se acrescentar alho).

PIMENTA JAMAICA

Os grãos da pimenta da Jamaica devem ser moídos e usados em molhos picantes, marinadas, peixes e frutos do mar, carnes cozidas e canapés.

PIMENTA PRETA

O grão da pimenta preta pode ser usado inteiro. Combina com, quase, todos os pratos.

Use a pimenta branca quando quiser obter mais sutileza na preparação.

RAIZ FORTE

A raiz-forte pode ser adquirida em raiz ou em pó. Excelente em saladas cruas e legumes.

Usa-se em pequenas quantidades.

SALSA

Existem a salsa lisa e a crespada (que não amarga). Use em carnes, peixes, frutos do mar, aves, legumes, saladas, sopas, canapés, marinadas e caldos.

Excelente, também, na decoração dos pratos.

SÁLVIA

A sálvia é uma folhinha verde-clara e levemente aveludada usada em caças em geral, carne de porco e cabrito e molhos forte.

Pode ser comprada seca ou fresca.

SEGURELHA

A segurelha pode ser comprada seca ou fresca (sempre melhor), pode ser usada em assados, legumes, feijões, marinadas e saladas.

TOMILHO

O tomilho junto com o alecrim e a segurelha compõem as "ervas da Provença" (região da França). Procure utilizar a fresca e use em sopas, ensopados, caldos, ovos e legumes. Também em carnes seja assada ou grelhada.

ZIMBRO.

O zimbro é uma bolinha, parecida à pimenta preta muito usado na cozinha alemã em pratos como o chucrute, carnes de caça e marinadas.