

<b>Nome do Prato</b>	<b>Gyosas</b>
<b>Tipo de Prato</b>	<b>Entrada</b>
<b>Numero de Doses</b>	<b>3</b>

## Foto Prato

## **Confecção/ Empratamento**

## Massa das gyosas

misturar tudo e deixar descansar meia hora.  
esticar a massa e recheiar com o preparado.

fechar a gyosa e levar a cozinhar em água a ferver e de seguida marcar num sauté com azeite.

Preparado das gyosas

cortar o peixe em brunesa saltear juntamente com a cenoura.

temperar com molho de soja gengibre óleo de sésamo e um dente de alho.



# ***Escola de Hotelaria e Turismo de Setúbal***

<b>Nome do Prato</b>	<b>Sopa</b>
<b>Tipo de Prato</b>	<b>Entrada</b>
<b>Numero de Doses</b>	<b>3</b>

## Foto Prato

## Confecção/ Empratamento

**Sopa**  
cortar todos os vegetais em brunesa (menos os espinafres), refogar por pouco tempo por ordem de dureza, adicionar água, após estar tudo cozinhado, triturar tudo e retificar o sabor.  
finalizar com raspa de limão.

Óleo de aneto  
aquecer o óleo até 80 graus para largar a clorofila e triturar com os espinafres e o aneto.  
filtrar por um pano.  
colocar num saco de pasteleiro a decantar e depois separar dos resíduos.

#### ***Material / equipamento necessário***

<b>Nome do Prato</b>	<i>Corvinata real, falsa escama e molho de espumante</i>
<b>Tipo de Prato</b>	<i>Prato principal</i>
<b>Numero de Doses</b>	<i>3</i>

Foto Prato

Produto	Unidade	Quantidade	Preço Unitario	Custo Total
sal	kg	0.11	0.25	0.03
Corvinata real	kg	0.30	19.8	5.94
Tomate seco	kg	0.10	13.18	1.32
Azeitona preta	kg	0.05	7.82	0.39
Alcaparras	kg	0.02	22.38	0.45
Beldroegas	kg	0.30	2	0.60
Acelgas	kg	0.20	17.9	3.58
Tomate	kg	0.75	2.49	1.87
Chalotas	kg	0.08	4.36	0.35
Manteiga	kg	0.02	7.96	0.16
Espumante	l	1.00	4.99	4.99
Natas	l	0.50	3.95	1.98
Tomilho	kg	0.01	84.5	0.85
Pimenta	kg	0.00	21.8	0.04
Citronela	kg	0.05	17	0.85
Azeite	l	0.02	5.8	0.12
				0.00
		<i>Custo por Dose</i>	23.50	
		<i>Preço de Venda</i>		
		<i>Margem Bruta</i>	-23.50	
		<i>Racio</i>	#DIV/0!	

## Confecção/ Empratamento

### Peixe

fazer uma salmoura com o limão confit, sal e água.  
deixar na salmoura 2 minutos.  
passar 2 espetos no peixe e fazer no ibaxi.

### Falsa escama

fazer uma micro brunesa de azeitona e picar finamente as alcaparras e o tomate seco.  
misturar tudo e colocar por cima do peixe depois de cozinhado.  
picar a chalota.

fazer tomate concasse e fazer micro brunesa.

escolher as beldroegas.

cortar as acelgas em chifonade.

refugar a chalota e o tomate depois juntar a acelgas e beldroegas e deixar saltear.

### Molho espumante

cortar a chalota e a cristo nela enviesada, refugar tudo com o tomilho e os bagos de pimenta.  
juntar o espumante deixar evaporar o álcool e juntar a natas.  
tapar e deixar infusionar.

Nome do Prato	requeijão texturas de moscatel e crumble de gengibre
Tipo de Prato	Sobremesa
Numero de Doses	4

Foto Prato

Produto	Unidade	Quantidade	Preço Unitario	Custo Total
<b>Mousse de Requeijão</b>				0.00
Natas (aquecer)	ml	0.088	4.15	0.37
Açúcar	kg	0.060	0.89	0.05
Folha de Gelatina	unidade	1.5	6.56	9.84
Requeijão	unidade	0.200	5.75	1.15
Natas (semi-batidas)	ml	0.0150	4.15	0.06
sal fino	kg	0.002	1.16	0.00
<b>Torta de Laranja</b>				0.00
Manteiga	kg	0.010	8.36	0.08
Laranja	Unidade	2	0.37	0.74
Açúcar	kg	0.250	0.89	0.22
Farinha	kg	0.010	0.65	0.01
Ovos	unidade	6.000	0.35	2.10
<b>Crumble de Gengibre</b>				0.00
Açúcar	kg	0.125	0.89	0.11
Manteiga	kg	0.125	8.36	1.05
Farinha	kg	0.180	0.65	0.12
Gengibre fresco	kg	0.020	4.99	0.10
<b>Redução de Moscatel</b>				0.00
Moscateiro Roxo	ml	0.200	15.99	3.20
Açúcar branco	kg	0.070	0.89	0.06
Açúcar Mascavado	kg	0.050	2.39	0.12
<b>Caviar de Moscatel</b>				0.00
Moscateiro Roxo	ml	0.100	15.99	1.60
Agar-agar	kg	0.001	523.75	0.52
Óleo	ml	0.200	1.89	0.38
<b>Telha</b>				0.00
Azeite	ml	0.080	4.65	0.37
Farinha	kg	0.020	0.65	0.01
Água	ml	0.050		0.00
				0.00
				0.00

*Custo por Dose* =#REF!/#REF!A49

*Preço de Venda*

*Margem Bruta* #VALOR!

*Racio* #VALOR!

#### Confecção/ Empratamento

##### Mousse requeijão

- Hidratar as folhas de gelatina em água gelada.
- Aquecer sem fervor as natas com o açúcar, adicionar as folhas hidratadas.
- Verter o aparelho anterior sobre o requeijão, adicionar o sal e triturar com a varinha mágica.
- Bater as natas até atingir a consistência de iogurte, e no fim envolver as natas batidas ao o aparelho anterior.
- Dispor o preparado sobre um recipiente raso, com película em contacto e levar ao frio.
- Antes de servir envolver a mousse e coloca-la num saco de pasteleiro.

##### Torta de Laranja

- Raspar as cascas da laranja e adicionar ao açúcar, mexer para libertar o aroma.
- Retirar o sumo das laranjas e reservar passar pela peneira e adicionar ao açúcar e mexer até dissolver.
- Adicionar os ovos e bater ligeiramente, em seguida a manteiga derretida e mexer sem levantar espuma.
- Dissolver a farinha no sumo de laranja reservado e adicionar ao aparelho anterior.
- Forrar o tabuleiro com papel vegetal, verter o aparelho e levar ao forno pré-aquecido a 180°C por 15 a 20 minutos.
- Estender um pano limpo sobre a bancada e polvilhar açúcar sobre o pano.
- Enrolar a torta ainda quente e servir.

##### Crumble

- Adicionar o açúcar e o gengibre ralado e mexer para libertar o aroma.
- Juntar a farinha e a manteiga fria aos cubos, e mexer até ficar com aspeto granulado.
- Dispor no tabuleiro forrado e levar ao forno a 180°C durante 20/25 minutos, mexendo de vez enquando.
- Quando dourado, retirar do forno e servir.

#### Material / equipamento necessário

varinha mágica  
batedeira  
4 bolas  
2 varas  
1 peneira  
1 tapete de silicone  
tabuleiro  
1 biberón  
2 sacos de pasteleiro  
pano limpo  
frigideira