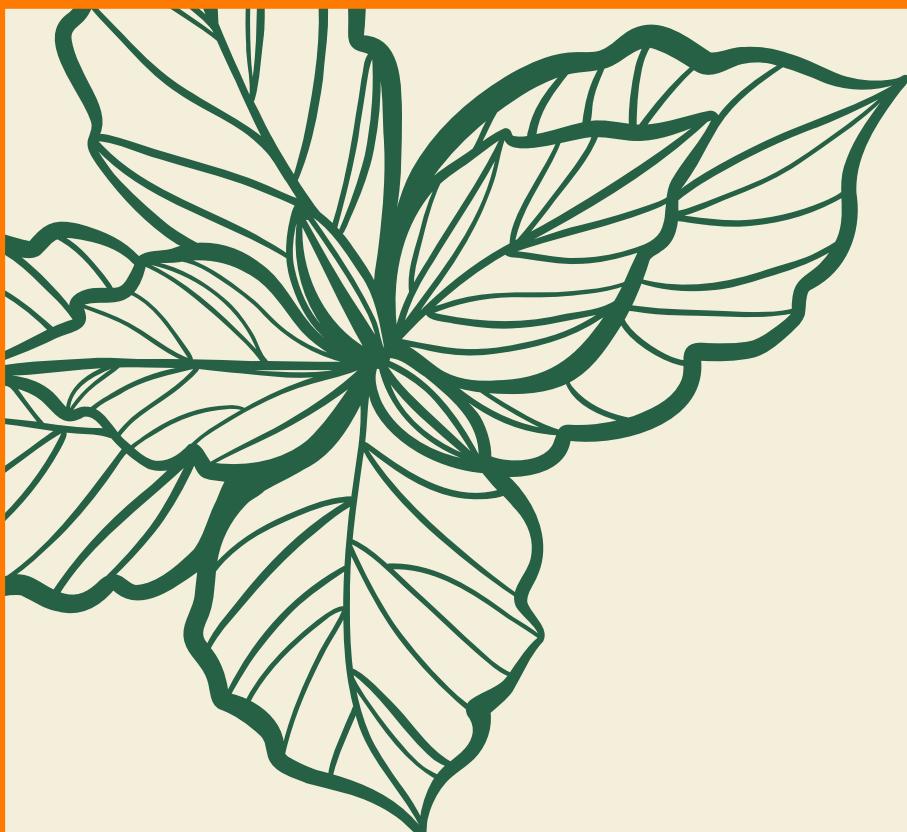




› A Arte dos › **Risotos Gourmet**

Transforme sua cozinha e domine a paixão pela culinária italiana.



EXCELÊNCIA NA FORMAÇÃO EM GASTRONOMIA NA UNIFIL

O Instituto Universitário Filadélfia (UniFil) é uma instituição de ensino superior renomada, reconhecida por sua tradição e inovação na formação de profissionais de alta performance. Entre seus cursos de destaque, encontra-se o de Tecnologia em Gastronomia, um programa desenvolvido para capacitar futuros talentos a dominarem as complexidades e as tendências do universo culinário.

Nossa abordagem acadêmica é pautada na combinação de conhecimento teórico aprofundado e prática intensiva. Os alunos têm acesso a uma infraestrutura de ponta, com laboratórios e cozinhas profissionais que simulam ambientes reais de trabalho, garantindo uma experiência de aprendizado imersiva e relevante. A excelência do corpo docente é um dos nossos maiores diferenciais, contando com professores de vasta experiência no mercado, como o Chef Paulo Guedes, que há 13 anos dedica seu conhecimento e paixão pela gastronomia à formação de nossos estudantes.

Na UniFil, você será preparado para as diversas oportunidades de carreira em um setor em constante evolução, seja como chef de cozinha, consultor gastronômico, empreendedor ou em outras áreas promissoras. Capacitamos profissionais qualificados e versáteis, prontos para inovar e transformar o cenário gastronômico.

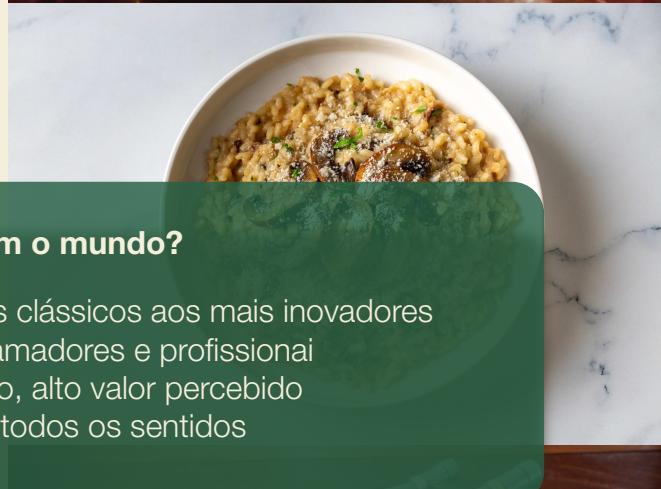
SUMÁRIO

- 1.** Introdução – A Magia dos Risotos
- 2.** Quem Sou Eu – Minha Jornada Gastronômica
- 3.** Por Que os Risotos São o Futuro da Gastronomia
- 4.** Minha Metodologia Exclusiva
- 5.** Receitas e Degustações Gratuitas



CAPÍTULO 1 — A MAGIA DOS RISOTOS

Você já imaginou dominar uma das técnicas mais sofisticadas da culinária mundial? Os risotos representam muito mais que um simples prato italiano. Eles são a expressão máxima do equilíbrio entre técnica, criatividade e paixão gastronômica. Em cada grão perfeitamente cozido, em cada movimento preciso da colher, existe uma arte milenar que poucos verdadeiramente dominam.



Por que os risotos conquistaram o mundo?

- ◊ Versatilidade infinita - Dos mais clássicos aos mais inovadores
- ◊ Técnica refinada - Para chefs amadores e profissionais
- ◊ Lucratividade alta - Baixo custo, alto valor percebido
- ◊ Experiência sensorial - Engaja todos os sentidos



CAPÍTULO 2: SUA JORNADA GASTRONÔMICA COMEÇA AQUI

CONHEÇA O CHEF POR TRÁS DESTA METODOLOGIA REVOLUCIONÁRIA

Com mais de 21 anos dedicados à alta gastronomia, especializei-me na arte dos risotos através de uma jornada que me levou desde as cozinhas tradicionais italianas até as mais inovadoras técnicas contemporâneas.

MINHA FORMAÇÃO & EXPERIÊNCIA:

- ◊ Graduado em Curso Superior de Formação Específica em Cozinheiro Chef: Internacional e Pâtissier pela Universidade do Vale do Itajaí.
- ◊ Graduado em tecnologia dos alimentos pela UniFil
- ◊ Estagiou e trabalhou no restaurante D.O.M em São Paulo e seguiu para Belém em pesquisa dos ingredientes amazônicos.
- ◊ Pós-graduado em Gastronomia Italiana pelo ICIF – Italian Culinary Institute for Foreigners, trabalhou no restaurante estrelado pelo guia Michelin “Pier Bussetti Al Castelo de Govone” onde faziam uma mistura de cozinha tradicional e contemporânea.
- ◊ Pós- graduado em Docência no ensino superior pela UniFil Mestrando em Ciência de alimentos Estagiou no restaurante D.O.M em São Paulo e seguiu para Belém em pesquisa dos ingredientes amazônicos De volta ao Brasil, trabalhou no restaurante Gero Brasília do Grupo Fasano, comandado pelo Chef Salvatore Loi, restaurante ícone no mercado de luxo e teve a função de chefe de massas e risotos. Já em Londrina chefiou o restaurante Vittorio Emanuelle II, restaurante autêntico italiano desde o cardápio até os ingredientes importados da Itália. Lecciona há 13 anos no curso de graduação e pós-graduação de gastronomia da UNIFIL. Hoje, sou professor há 10 anos no Instituto Gastronômico das Américas - IGA e consultor na área de gastronomia. Coordenador do curso de Tecnologia em gastronomia da UniFil Proprietário do Armazém Fontenelle Eventos e consultor de restaurantes com 7 anos de experiência.

“Minha missão é democratizar a alta gastronomia, tornando técnicas sofisticadas acessíveis a todos os apaixonados por culinária.”

O QUE TORMA UM RISOTO VERDADEIRAMENTE ESPECIAL:

A Técnica da Mantecatura

O segredo da cremosidade perfeita;



Seleção de Ingredientes

Como escolher os melhores componentes;



Timing Preciso

Cada segundo conta no processo;



Apresentação Impecável

Visual que vende antes do primeiro bite;



POPULARIDADE



CRESCIMENTO



OPORTUNIDADES

CAPÍTULO 4: MINHA METODOLOGIA EXCLUSIVA

O MÉTODO R.I.S.O.T.O.[®]

R - RECONHECIMENTO DOS INGREDIENTES

Aprenda a selecionar os melhores arrozes, caldos e complementos

I - INÍCIO PERFEITO

Técnicas de refogado e tostagem que fazem a diferença

S - SEQUÊNCIA CORRETA

O passo a passo infalível para cremosidade ideal

O - OBSERVAÇÃO CONSTANTE

Como ler os sinais do risoto durante o preparo

T - TIMING PRECISO

Quando adicionar cada ingrediente para resultados profissionais

O - OTIMIZAÇÃO FINAL

A mantecatura e finalização que elevam o prato

DIFERENCIAIS DA METODOLOGIA:

- Reduz tempo de preparo em 40% sem comprometer qualidade
- Garante consistência em todos os pratos
- Elimina erros comuns que arruínam risotos
- Maximiza lucros através de técnicas otimizadas

CAPÍTULO 5: RECEITAS EXCLUSIVAS

EXPERIMENTE ALGUMAS DAS MINHAS CRIAÇÕES MAIS CELEBRADAS



RISOTO DE CHAMPAGNE COM ALHO PORÓ E BRIE

Uma criação sofisticada que impressiona pelo equilíbrio de sabores



Modo de Preparo:

1. Sue a cebola e o alho poró no azeite sem deixar dourar, acrescente o arroz e toste-o por dois minutos. Esfume com vinho branco.
2. Adicione o caldo aos poucos mexendo sempre o arroz.
3. Quando o arroz estiver cozido porém al dente retire do fogo e finalize com a manteiga e queijo.
4. Acerte o sal.

Arroz carnaroli	100	gramas
Cebola picada	20	gramas
Vinho Branco	50	ml
Manteiga	25	gramas
Alho poró	40	gramas
Parmesão ralado	0,025	kg
Azeite	20	ml
Sal	3	gramas
Caldo de legumes	500	ml

RISOTO DE CHÁ EARL GREY COM LULA

Uma fusão ousada e sofisticada, este risoto eleva o sabor marinho da lula com as notas cítricas e florais do chá Earl Grey, criando uma experiência gustativa verdadeiramente inovadora e surpreendente.



O Toque do Chef:

Este prato é uma celebração da criatividade na cozinha. A infusão do chá Earl Grey no risoto adiciona uma complexidade aromática inesperada, que harmoniza perfeitamente com a delicadeza da lula e a acidez do limão. Uma receita que desafia o paladar e recompensa com uma sinfonia de sabores.



Modo de Preparo:

1. Limpe cuidadosamente as lulas, corte-as em julienne bem fina e reserve.
2. Em uma panela de fundo grosso, toste o arroz arbóreo no azeite por cerca de dois minutos, até que os grãos fiquem translúcidos nas bordas.
3. Acrescente o vinho branco e cozinhe, mexendo sempre, até que evapore completamente.
4. Comece a adicionar a água quente, aos poucos, mexendo constantemente.
5. Na metade do cozimento do risoto, abra o pacote de chá Earl Grey e adicione suas folhas diretamente ao arroz. Continue adicionando água e mexendo até o arroz ficar al dente.
6. Enquanto o risoto finaliza, aqueça uma frigideira e salteie rapidamente as lulas reservadas. Elas devem cozinhar por pouco tempo para manter a maciez.
7. Retire o risoto do fogo e finalize com o queijo parmesão ralado e a manteiga gelada. Mexa vigorosamente (mantecare) para obter uma textura cremosa e aveludada.
8. Ajuste o sal conforme o seu paladar.
9. Monte o risoto em pratos individuais, dispondo as lulas salteadas ao centro.
10. Finalize com raspas frescas de limão siciliano por cima, para um toque cítrico e aromático.

Arroz arbóreo	120	gramas
Chá Earl Grey	1	pacote
Lula pequena	2	unidades
Queijo parmesão	45	gramas
Azeite extra virgem	20	ml
Manteiga gelada	25	gramas
Água	500	ml
Sal	3	gramas
Vinho branco seco	70	ml
Raspa de limão siciliano	á gosto	

RISOTO DEL CONANTINO

Um mergulho nas raízes da culinária italiana, este Risoto del Contadino (Risoto do Camponês) é uma celebração dos sabores rústicos e confortantes. Combina a riqueza do vinho tinto com a substância da linguiça toscana e a cremosidade do feijão vermelho, resultando em um prato robusto e cheio de caráter.

O Toque do Chef:

Nesta receita, valorizamos a simplicidade e a profundidade dos ingredientes tradicionais. O uso do vinho tinto não só realça o sabor da linguiça, mas também confere ao arroz uma cor e aroma inconfundíveis. A técnica de incorporar o feijão vermelho cozido no final garante uma textura cremosa e um perfil nutricional mais completo, elevando um prato camponês a uma experiência gastronômica sofisticada



Modo de Preparo:

1. Retire a linguiça da tripa e desmanche-a. Em uma panela de fundo grosso, adicione um fio de azeite e doure bem a linguiça desfeita, até ficar crocante.
2. Acrescente a cebola picada e o alho. Refogue até a cebola ficar transparente e adicione o arroz arbóreo, mexendo por cerca de dois minutos para tostar levemente.
3. Adicione o vinho tinto e cozinhe, mexendo sempre, até que evapore completamente e seja absorvido pelo arroz.
4. Comece a adicionar o caldo de carne quente, uma concha por vez, mexendo constantemente. Espere o caldo ser quase todo absorvido antes de adicionar a próxima concha.
5. Continue o processo até que o arroz esteja "al dente" – um pouco resistente à mordida, mas cremoso por fora. Isso levará aproximadamente 18-20 minutos.
6. Quando o arroz estiver no ponto, retire a panela do fogo. Acrescente o feijão vermelho cozido, a manteiga gelada e o queijo Grana Padano ralado.
7. Mexa vigorosamente (mantecare) para incorporar bem os ingredientes e obter uma textura cremosa e aveludada.
8. Ajuste o sal e a pimenta do reino a gosto.
9. Sirva imediatamente em pratos individuais, finalizando com um toque de ceboulette picada por cima.
10. Enquanto o risoto finaliza, aqueça uma frigideira e salteie rapidamente as lulas reservadas. Elas devem cozinhar por pouco tempo para manter a maciez.
11. Retire o risoto do fogo e finalize com o queijo parmesão ralado e a manteiga gelada. Mexa vigorosamente (mantecare) para obter uma textura cremosa e aveludada.
12. Ajuste o sal conforme o seu paladar.
13. Monte o risoto em pratos individuais, dispondo as lulas salteadas ao centro.
14. Finalize com raspas frescas de limão siciliano por cima, para um toque cítrico e aromático.

Arroz arbóreo	120	gramas
Cebola picada	30	gramas
Alho picado	1	dente
Vinho tinto seco	120	gramas
Azeite extra virgem	1	fio
Linguiça Toscana	150	gramas
Feijão vermelho	70	gramas
Caldo de carne	600	ml
Manteiga gelado	30	gramas
Queijo grana padano ralado	40	gramas
Sal	a gosto	
Pimenta do reino	a gosto	
Ceboulette picada	a gosto	

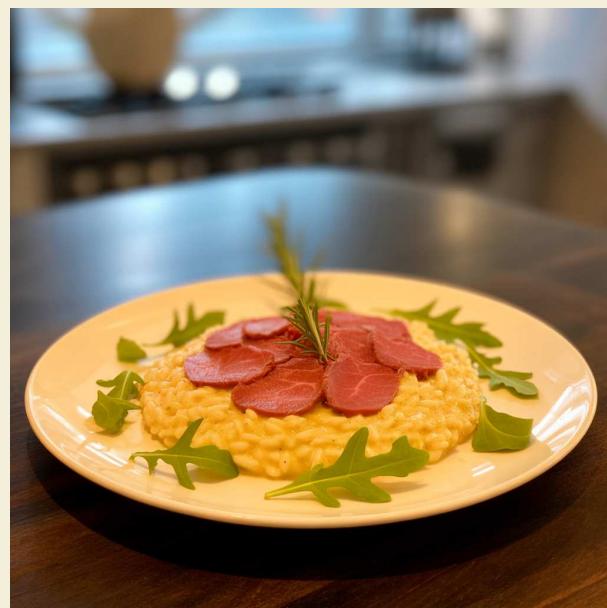


RISOTO DE CARPACCIO

Um mergulho nas raízes da culinária italiana, este Risoto del Contadino (Risoto do Camponês) é uma celebração dos sabores rústicos e confortantes. Combina a riqueza do vinho tinto com a substância da linguiça toscana e a cremosidade do feijão vermelho, resultando em um prato robusto e cheio de caráter.

O Toque do Chef:

Nesta receita, a chave está na pureza e na qualidade dos ingredientes. O carpaccio, com sua delicadeza, exige um risoto que atue como um canvas perfeito, sem sobrecarregar o paladar. O uso de arroz Carnaroli de alta qualidade e um caldo de legumes suave garantem a base ideal, enquanto a finalização com rúcula fresca e um bom azeite realça o frescor e a elegância do prato, transformando cada garfada em uma celebração da culinária italiana contemporânea.



Modo de Preparo:

1. Prepare os Ingredientes: Pique finamente a cebola e separe todos os ingredientes para agilizar o preparo. Certifique-se de que o caldo de legumes esteja quente, mantido em fogo baixo.
2. Refogue a Cebola: Em uma panela média de fundo grosso, aqueça um fio de azeite extra virgem e metade da manteiga (12.5g). Adicione a cebola picada e refogue em fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até que fique translúcida e macia, sem dourar.
3. Adicione o Arroz: Junte o arroz Carnaroli à panela. Mexa bem por 1 a 2 minutos para que os grãos fritem levemente, absorvendo a gordura e ficando "perolados".
4. Deglaceie com Vinho Branco: Despeje uma dose generosa de vinho branco seco (aprox. 100ml) e mexa continuamente até que todo o álcool evapore e o vinho seja completamente absorvido pelo arroz.
5. Cozinhe o Risoto Gradualmente: Comece a adicionar o caldo de legumes quente, uma concha por vez, mexendo constantemente. Espere o caldo ser quase todo absorvido antes de adicionar a próxima concha. Continue este processo por aproximadamente 15-18 minutos, até que o arroz esteja "al dente" – cozido por fora, mas com um leve centro firme.
6. Finalização e Mantecatura: Quando o arroz estiver no ponto desejado, retire a panela do fogo. Acrescente o restante da manteiga gelada (12.5g) e o parmesão ralado. Mexa vigorosamente (mantecare) para incorporar bem os ingredientes, criando uma textura cremosa e aveludada. Ajuste o sal e a pimenta-do-reino moída na hora, se necessário.
7. Montagem e Serviço: Sirva imediatamente o risoto em pratos aquecidos. Cubra o risoto com fatias finas de carpaccio de carne. Finalize distribuindo a rúcula fresca por cima e regue com um fio de azeite extra virgem de boa qualidade. Sirva imediatamente.

Arroz Carnaroli	120	gramas
Cebola picada	30	gramas
Caldo de legumes	500	dente
Vinho branco seco	100	gramas
Parmesão ralado	35	fio
Manteiga sem sal	25	gramas
Carpaccio de carne	100	gramas
Rúcula fresca	50	ml
Azeite extra virgem	a gosto	
Sal	a gosto	
Pimenta do reino	a gosto	





UniFil
EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA