

ASSADORES

APOSTILA





O HOMEM, O FOGO E O ANIMAL.

“A arte de dominar o fogo é para aqueles que se dispõem a estabelecer mudanças, seja ela na forma de fazer amigos, na construção de elementos ou na mais favorável forma de usa-lo... A transformação dos elementos”

A habilidade em fazer fogos nos fez assadores.

Se pensar em evolução humana estamos pensando em caçadores e comedores. Não temos provas que alguém sobreviva comendo apenas alimentos crus.

Se perdêssemos a habilidade em fazer fogos, morreríamos.
Ser assadores nos fez a ser, humanos.

Cozinhar está em nossa natureza.

Fazer comida está em nossa biologia.

E o surpreendente é que cozinhar é natural para nós.

Somos biologicamente adaptados para comer comida cozida.

Assim é a nossa culinária.

Assim somos os “ASSADORES”.

“Cozinhar com fogo requer uma aprendizagem que se adquire com a repetição e a interpretação dos sinais que vamos ‘lendo’ durante o preparo”. Essa experiência pessoal é intransferível e fundamental para cozinhar bem. Diante a duvida sobre a temperatura adequada, prefiro escolher a mais baixa; sempre é possível aumentá-la. Se, ao contrario, nos excedemos, não há forma de consertar o estrago”

- Francis Mallmann do livro Terra de fogos

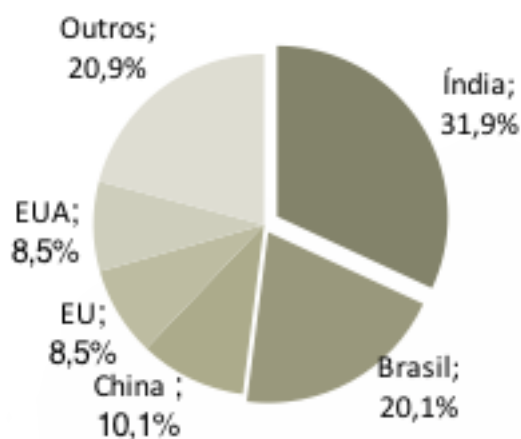
ANIMAIS

O Perfil da criação de gado de corte no Brasil e no mundo:

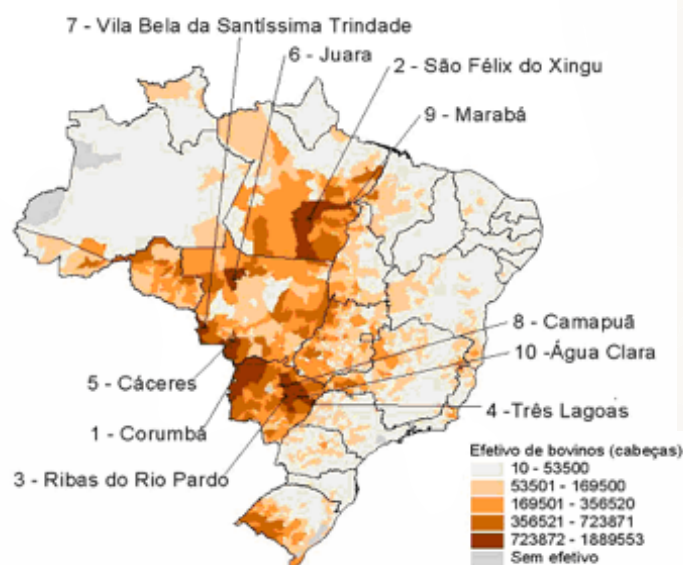
O Brasil hoje se encontra como o segundo maior produtor de gado no mundo com aproximadamente 210 milhões de cabeças de gado, sendo que desse montante, 90% é composta por animais zebuínos da raça Nelore.

No mundo todo contamos com aproximadamente 1 bilhão de cabeças de gado.

Maiores produtores mundiais:



Mapa com as regiões produtoras do território nacional:





ANIMAIS E GENÉTICA

Existem diversas raças de gado com diferentes vocações, como animais de corte e de leite. A tecnologia está proporcionando cruzamentos que geram animais com alta qualidade de carne, boa performance no campo e produtividade na carcaça.

RAÇA

GENÉTICA

SELEÇÃO

NELORE

ANGUS

HEREFORD

BONSMARA

BRAHMA

CHIANINA

WAGYU

MANEJO

RUSTICIDADE

ADAPTAÇÃO

PASTO

CLIMA

PARASITAS

GANHO DE PESO

**APROVEITAMENTO
DA CARÇAÇA**

**COBERTURA DE
GORDURA**

MARMORIZAÇÃO

RAÇAS



Nelore



Angus



Hereford



Bonsmara



Brahma



Wagyu

Bovinos

Aberdeen Angus: originário da região de Angus e do condado de Aberdeen, no oeste e nordeste da Escócia. Raça de porte grande, com vacas de 600 a 700kg e os touros de 800kg a 900kg. Sua carne apresenta boa marmorização e rendimento de carcaça elevado. Sua adaptabilidade permitiu a introdução e difusão em muitos países.

Bonsmara: raça de fácil adaptação ao clima quente, originária da Índia.

Braford: resultado do cruzamento entre Brahman e Hereford. Raça dócil, rústica, precoce, resistente e de alto rendimento de carcaça. No Brasil, os cruzamentos de Hereford com Nelore, Tabapuã e outras raças zebuínas têm sido realizados com sucesso.

Brahman: é a raça zebuína melhorada nos Estados Unidos. Sua formação iniciou com a importação de gado brasileiro com predominância da raça Guzerá, Gir e Nelore. É uma raça utilizada em diversos cruzamentos com raça europeias.

Caracu: é o gado europeu mais adaptado ao clima tropical, pois está presente no Brasil desde o período colonial.

Nelore: é a raça de maior contingente no Brasil, representando cerca de 70% dos animais zebuínos registrados. Está presente em todo o território nacional, principalmente no centro-oeste.

Wagyu: originária do Japão, é uma raça geneticamente predisposta ao marmoreio, produzindo uma grande concentração de gordura não-saturada. Por questões de adaptação, fora do Japão o Wagyu geralmente é cruzado com Angus.

Ovinos

Suffolk: originária da Inglaterra, de constituição robusta e grande aptidão para produção de carne. As extremidades desprovidas de lã e revestidas de pelos negros fazem dela inconfundível.

Ile de France: originária da França, foi introduzida no sul do Brasil em 1973. Serve para produção de carne e para produção de lã.

Pall Dorset: originária da Nova Zelândia. Produz uma ótima carcaça com gordura muito reduzida.

Suínos

São 3 as principais raças de corte no Brasil.

Landrace: raça originária da Dinamarca, com pelagem branca e orelhas compridas. Não muito rústicos, mas apresentam uma boa capacidade de ganho de peso.

Duroc: animal rústico, de tamanho médio e boa produção de carne, chegando a alcançar 250kg em um ano.

Lord White: possui pelos compridos, finos e macios de cor branca. Originária da Inglaterra, é boa produtora de carne, chegando a pesar 500kg.



ALIMENTAÇÃO E CONFINAMENTO

Um dos principais fatores para conseguir atingir um grau de qualidade superior ao animal é a fonte de alimentação e o manejo durante o período de engorda no pasto até a finalização para apuração no confinamento que varia de 45 até 150 dias.

O confinamento do animal tem a finalidade de dar um acabamento de qualidade e a fonte de alimentação é balanceada e rica em densidade energética.

QUALIDADE DA CARNE

Alguns fatores são determinantes para ter uma carne com qualidade no seu churrasco.

Existe aquele velho ditado que picanha boa é picanha pequena... Será?

Sim e não...

A carne de novilho ou boi jovem sempre será mais macia sim, no entanto, perde no sabor quando comparado com carne de animais mais velhos.

O que diferencia a maciez da carne é todo a raça e todo o processo de manuseio, alimentação e confinamento do animal.

Abaixo segue uma lista de fatores que farão a diferença na escolha:

1. Animais no mínimo 60% de raças britânicas (Angus ou Hereford);
2. Outras raças também são bem vindas para compor o portfolio;
3. Animais com no mínimo 24 meses - ideal 36 meses;
4. Recria a pasto com reforço de ração;
5. Animais acima de 22@;
6. Animais Machos;
7. Confinamento de acabamento mínimo de 120 dias;
8. Manejo – bem estar animal;

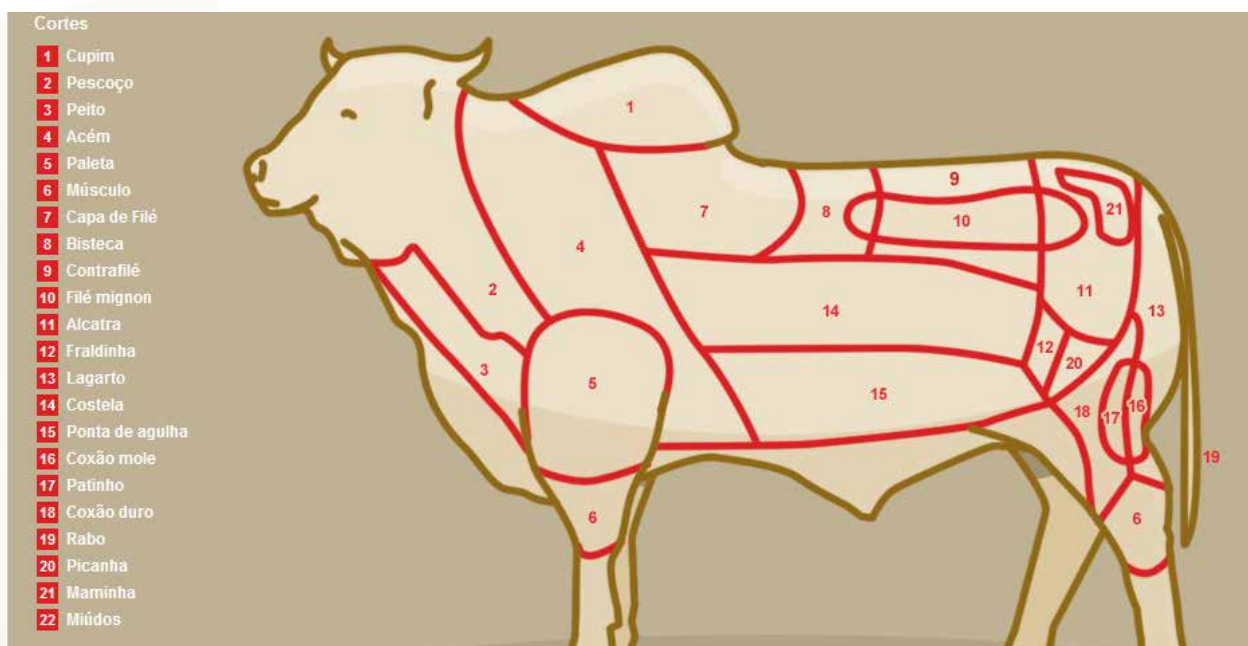
CARCAÇA E CORTES

Somente após o abate, é possível fazer a classificação do lombo. Abaixo segue detalhes importantes:

1. Mínimo 10 mm de cobertura de gordura;
2. Marmorização
3. Tamanho das peças;

MAPAS DE CORTE

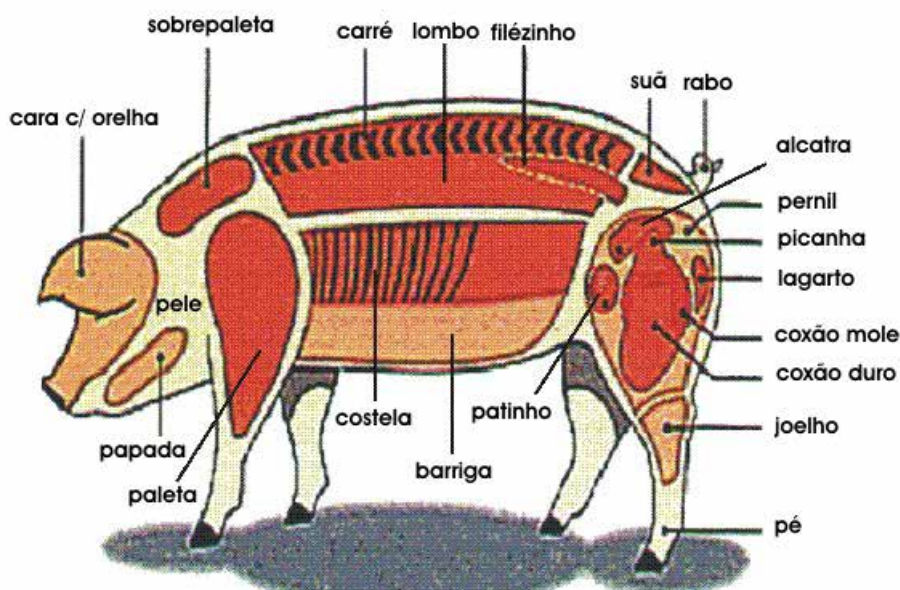
Cortes Bovino



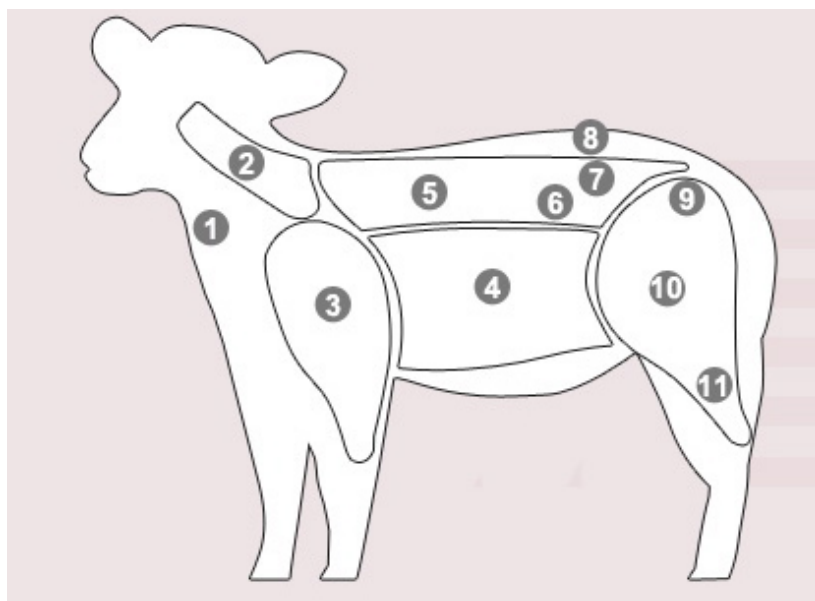
Pescoço: hambúrguer
Acém: hambúrguer, cozidos, short rib.
Pelto: brisket, defumado.
Paleta: Flatiron, requete, grelhados.
Fraldinha: Vacio, grelhados
Costela: bafo, fogo da chão
Filé Mignon: Bife, medalhão
Bisteca: grelhada
Contra-filé: Bife ancho, bife de charizo, grelhados
Entrecole: grelhado.
Músculo dianteiro: ensopado

Coxão duro: cozidos
Maminha: grelhado, assado
Coxão mole: bife
Músculo traseiro
Patinho: bife
Rabo
Lagarto: assado (rosbife)
Fraldinha
Alcatra: bife, grelhado
Cupim: bafo
Ponta de agulha: bafo

Cortes Suínos



Cortes de Cordeiro



- 1. Peito:** cozido ou charqueado
- 2. Pescoço:** Fatiado ou Copa-Lombo – Cozido ou assado
- 3. Paleta:** grelhada ou assada
- 4. Costela:** grelhada
- 5. Lombo:** bifes fritos ou assado inteiro
- 6. Filé Mignon:** bifes fritos ou assados inteiro
- 7. Contrafilé:** Espinhaço, T-bone, Bisteca, grelhado ou assado.
- 8. Carré:** Costeleta, Carré fatiado, Carré French Rack (com 5, 8 ou 13 costelas), Carré Short French Rack (com 5 costelas) – grelhado ou assado
- 9. Picanha:** bifes grelhados, assada inteiros
- 10. Pernil:** assado
- 11. Ossobuco:** Stinco, Jarré, cozido ou assado

CORTES

Chuck



CHUCK 7-BONE
POT ROAST



CHUCK POT ROAST
Boneless



CHUCK STEAK
Boneless



CHUCK EYE STEAK
Boneless



SHOULDER TOP BLADE
STEAK



SHOULDER TOP BLADE
STEAK Flat Iron



SHOULDER POT ROAST *
Boneless



SHOULDER STEAK *
Boneless



SHOULDER CENTER *
Ranch Steak



SHOULDER PETITE
TENDER *



SHOULDER PETITE TENDER
MEDALLIONS *



BONELESS SHORT RIBS

Rib



RIB ROAST



RIB STEAK



RIBEYE ROAST
Boneless



RIBEYE STEAK
Boneless



BACK RIBS

Loin



PORTERHOUSE
STEAK



T-BONE STEAK *



TOP LOIN STEAK *
Bone-in



TOP LOIN STEAK *
Boneless



TENDERLOIN ROAST *



TENDERLOIN STEAK *

Sirloin



TRI-TIP ROAST *



TRI-TIP STEAK *



TOP SIRLOIN STEAK *
Boneless

Round



TOP ROUND STEAK *



BOTTOM ROUND
ROAST *



BOTTOM ROUND STEAK *
Western Griller



EYE ROUND ROAST *



EYE ROUND STEAK *



ROUND TIP ROAST *



ROUND TIP STEAK *



SIRLOIN TIP CENTER
ROAST *



SIRLOIN TIP CENTER
STEAK *



SIRLOIN TIP SIDE
STEAK *

Shank and Brisket



SHANK CROSS CUT *



BRISKET FLAT CUT *

Plate and Flank



SKIRT STEAK



FLANK STEAK *

Other



GROUND BEEF



CUBED STEAK



BEEF FOR STEW



BEEF FOR KABOBS



BEEF FOR STIR-FRY
OR FAJITAS

Key to Recommended Cooking Methods

- Skillet
- Grill or Broil
- Marinate & Grill or Broil
- Stir-Fry
- Roast
- Stew
- Braise
- Pot Roast

* These cuts meet government guidelines for "lean" and are based on cooked servings with visible fat trimmed.

Lean is defined as less than 10 grams of total fat, 4.5 grams of saturated fat, and less than 95 milligrams of cholesterol per serving and per 100 grams (3.5 oz).

CORTES DO CONTRA FILÉ



PorterHouse ou Bistecca Fiorentina

Corte das duas primeiras vertebrae – Constituída de Alcatra, contra filé e filé mignon.



T-bone

Corte com o miolo do filé mignon e chorizo.



NY Strip

- Sirloin Steak
- Chorizo
- Contra



Ribeye

- Ancho
- Ojo de bife
- Noix
- File de Costela



Prime Rib (com osso de 20cm)

- Tomahawk (com osso maior que 30cm)

CONHECENDO OS MÉTODOS DE COCÇÃO



DIFERENÇA ENTRE GRELHA DE ASSAR?

Assando

É uma cocção a 30-40 cm da brasa viva e bem vermelha, onde sua mão aguenta de 10 a 20 segundos sobre a grelha. Mais que isso sua carne está defumando.

Grelhando

É uma cocção a 10-20 cm da brasa viva e bem vermelha e sua mão aguenta de 5 a 10 segundos sobre alguns centímetros da grelha. Menos que isso sua carne vai queimar por fora e não assar por dentro.

A maior parte do sabor da carne se desenvolve durante o cozimento. A quantidade de gordura na carne influencia seu sabor e realiza um processo chamado de reação de Maillard. Também pode-se adicionar sabor à carne durante a marinada.

O MAIS IMPORTANTE ASSUNTO NA ARTE DE UM BOM CHURRASCO

Reação de Maillard

A GUIDE TO THE MAILLARD REACTION

The Maillard reaction occurs during cooking, and it is responsible for the non-enzymatic browning of foods when cooked. It actually consists of a number of reactions, and can occur at room temperature, but is optimal between 140-165°C. The Maillard reaction occurs in three stages, detailed here.

1 The carbonyl group on a sugar reacts with a protein or amino acid's amino group, producing an N-substituted glycosylamine.

SUGAR (GLUCOSE) + AMINO GROUP → GLYCOSYLAMINE (+ WATER)

2 The glycosylamine compound generated in the first step isomerises, by undergoing Amadori rearrangement, to give a ketosamine.

GLYCOSYLAMINE → 1,2-ENAMINOL → AMADORI COMPOUND

3 The ketosamine can react in a number of ways to produce a range of different products, which themselves can react further.

AMADORI COMPOUND → FISSION PRODUCTS, REDUCTONES, HYDROXYMETHYLFURFURAL

Classes of Maillard Reaction Products

The Maillard reaction produces hundreds of products; a small subset of these contribute to flavour and aroma, some groups of which are detailed below. Melanoidins are also formed, brown, polymeric substances which contribute to the colouration of many cooked foods.

<p>PYRAZINES cooked roasted toasted</p>	<p>PYRROLES cereal-like nutty</p>	<p>ALKYLPYRIDINES bitter burnt astringent</p>	<p>ACYLPYRIDINES cracker-like cereal</p>
<p>FURANONES sweet caramel burnt</p>	<p>FURANS meaty burnt caramel-like</p>	<p>OXAZOLES green nutty sweet</p>	<p>THIOPHENES meaty roasted</p>

© COMPOUND INTEREST 2015 - WWW.COMPOUNDCHEM.COM | Twitter: @compoundchem | Facebook: www.facebook.com/compoundchem
This graphic is shared under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives licence.

Vamos explicar de uma forma mais fácil...

É ela que vai impressionar e colocar sabor e textura ao seu churrasco.

A reação de Maillard ocorre quando as proteínas desnaturadas da superfície da carne recombina-se com os açúcares presentes. A combinação cria o sabor inconfundível da carne e modifica a cor, e, por esta razão, também é chamada de reação de escurecimento. A reação de Maillard ocorre mais prontamente a 65 a 70 graus. Quando a carne

está cozida, o exterior alcança uma temperatura mais alta que o interior, alavancando a reação de Maillard e criando um forte sabor na superfície. A maioria das pesquisas feitas nos anos 40 e 50 se concentrou na prevenção desta reação. Por consequência, os cientistas descobriram a interação que a reação de Maillard toma parte na criação de sabores e aromas. Por exemplo, foram identificados seiscentos componentes no aroma da carne.

CARNE SANGRANDO?

Você já refletiu que o sangue corre pelas veias e artérias e não pelo meio das fibras das carnes dos animais?

Vamos falar então de sangue?

O sangue é vermelho por causa da hemoglobina, lembra-se da aula de Biologia? A hemoglobina é uma proteína que contém ferro e que leva do pulmão o oxigênio necessário aos movimentos para os tecidos musculares. Neles, há outra proteína que contém ferro e transporta oxigênio, a mioglobina. É ela que guarda o oxigênio ali para ser usado quando você resolver movimentar seus músculos e também é o que dá a cor vermelha à carne.

Se não fosse o trabalho da mioglobina, você não conseguiria fazer uma atividade forte e prolongada porque seus músculos estariam sempre à espera de uma nova leva de sangue.

Repare que animais mais agitados possuem uma carne mais avermelhada do que outros mais pacatos. O porco é um ótimo exemplo de como a quantidade de mioglobina varia conforme a necessidade de atividade muscular contínua de cada espécie. Já reparou que a carne suína é rosa? Ele precisa armazenar menos oxigênio para atividades fortes, pois fica ali parado caminhando lentamente a maior parte do tempo.

Entre os peixes é a mesma coisa e eles contêm menos mioglobina ainda, por isso a carne é branca. O atum é que é um super nadador viajante e precisa dela, então tem a carne vermelha.

Com as aves é tudo igual! Ou melhor, tudo diferente: pode reparar que a cor da carne varia no mesmo frango. O peito é branquinho, enquanto o pescoço, as pernas e as coxas são escuros. Pare e visualize a galinha ciscando. Entendeu agora??

Pois bem. A mioglobina fica marrom ao ser cozida (a hemoglobina também). Assim um bife bem-passado tem cor marrom-acinzentada, enquanto o meu bifão suculento e mal passado continuará vermelho e, como você já entendeu a esta altura, **ELE NÃO ESTÁ SANGRANDO!!**



TEMPO E TEMPERATURA

Depois de ter comprado sua carne, mantê-los na geladeira entre 30 minutos à uma hora, antes de assar, e deixe em temperatura ambiente.. Isso no inverno. No Calorzão, tire 20 minutos antes de começar.

Evite deixa-la soltar água. Se acontecer, seque com papel toalha ou escorra o máximo que puder, pois uma superfície seca ajuda a construir forte crosta. (Reação de Maillard que se dá na temperatura de 65-70 graus).

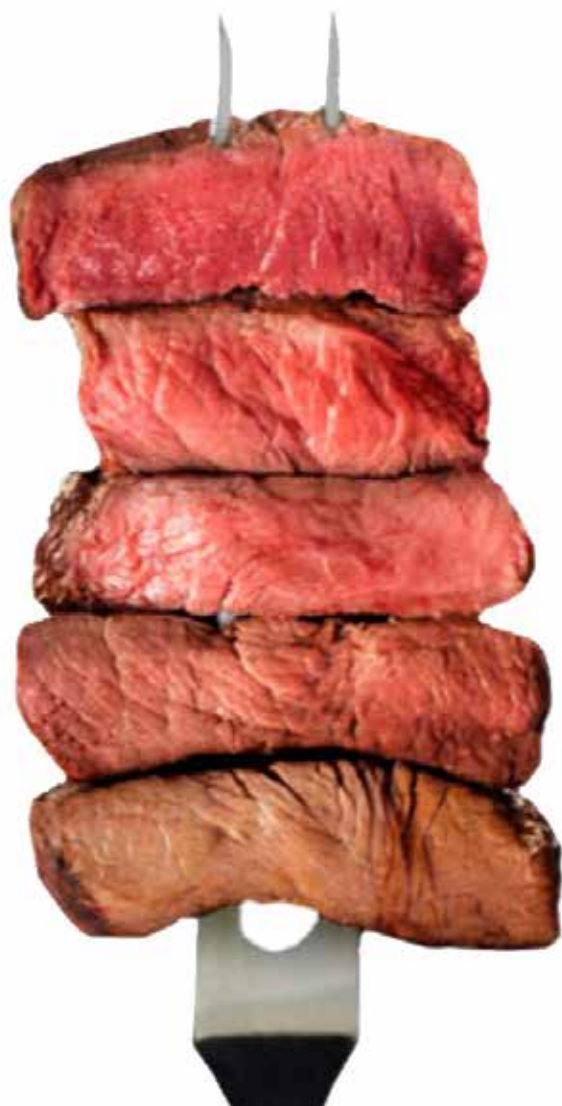
Deixa sua churrasqueira aquecer bem antes de grelhar a carne. Ela precisará estar igual forno aquecido. Bem quente. Às vezes demora até uma hora e meia, para aquecer. Principalmente as de tijolos refratários.

Se você gosta de pimenta preta (eu), adicioná-lo somente quando o bife estiver já fatiado.

O tempo de um bife de uma polegada de espessura é de quatro a cinco minutos, para ficar mal passada. A forma mais precisa para testá-lo é com um termômetro de cozinha.

E se tudo mais falhar, lembre-se: “Você não está cozinhando em um restaurante”. “Você sempre pode apenas cortar a coisa pela metade e ver o que está acontecendo.”

A perfeição só é atingida com a exaustiva e prazerosa repetição da prática e o resultado final é a conquista valorizada pela dedicação.



DIVINO, MAL PASSADO

42° ~ 50°

PERFEITO, PONTO MENOS

51° ~ 55°

LEGAL, AO PONTO

55° ~ 60°

TEM CERTEZA? PONTO MAIS

61° ~ 65°

NÃO NOS FAÇA CHORAR, POR FAVOR!

BEM PASSADO > 66°

Steak de 250g a 300g

MARINADA

As marinadas são feitas comumente com até três componentes: ácido, óleo e ervas. O ácido ajuda a desnaturar parcialmente as proteínas da carne, abrindo os “canais” da estrutura da carne por onde o sabor pode penetrar. Mas principalmente as marinadas penetram somente na superfície. Elas funcionam melhor em carnes como frango e peixe, porque a estrutura dos músculos delas não é como a da carne. Para cortes mais densos, as marinadas são melhores quando a carne é cortada em pedaços menores, de maneira que possa penetrar em áreas de superfície maiores.

Contudo, se as carnes permanecerem tempo demasiadamente longo na marinada, a superfície pode “cozinhar”, fazendo com que a carne resseque. Algumas carnes, como porco e bovina, podem ser marinadas por horas. Outros cortes de carne menos densos, tais como peito de frango e a maioria dos peixes, necessitam ficar somente por um curto período de tempo na marinada.

Frango – 1 unid. – 1 litro vinho branco seco, 1 colher se chá de cúrcuma, 3 laranjas, 1 limão, 1 colher café de canela, 3 colheres de sopa de mel.

Carré de Cordeiro – 1 quilo – 500 ml vinho tinto – 2 folhas de louro

Costela de Porco – 1 quilo – 500 ml de vinho branco seco e 2 folhas de louro.



GORDURA

A gordura, uma fonte de energia armazenada nos músculos dos animais, também contribui para o sabor da carne. A água é o componente mais prevalente da carne, e a maior carreadora de sabor e aroma, e as moléculas da gordura são hidrófobas (repelidas pela água). Estas moléculas se dissolvem na gordura.

O conteúdo gorduroso da carne varia de animal para animal, e dentro de cada animal também, de parte para parte. Os músculos que são usados frequentemente consomem a gordura armazenada, e assim a carne destas áreas não tem muita adiposidade. As áreas que não são muito usadas, não usam muita energia, assim há mais gorduras nestes cortes. A idade do animal também influencia em quanta gordura contém a carne. Quanto mais velho o animal, mais tempo tem para armazenar reservas de energia na forma de bolsões de gordura nos seus músculos.

CARNE

O gado criado para corte é quase sempre alimentado com grandes quantidades de alimento para aumentar a quantidade de gordura que ocorre normalmente. Quanto mais gordura contiver a carne, mais “marmorizada” sua aparência, ou seja, mais filetes de gordura branca aparecem. Os bifes marmorizados são considerados como sendo os mais saborosos.

Wagyu, Angus e Nelore: diferentes graus de marmoreio.

Antigamente o açougue era açougue e a carne era carne. Nos últimos anos, o açougue virou boutique de carne e carne ganhou o nome da raça bovina. Wagyu e Angus são as raças mais nobres criadas no Brasil: a primeira é de origem japonesa, enquanto a segunda vem do Reino Unido. Ambas rendem churrascos mais saborosos e suculentos que as raças zebuínas, como a Nelore, que são as mais difundidas no país.

A diferença está no marmoreio, aquelas veias de gordura entremeada na carne que derretem com o calor, atiçam as papilas gustativas e fazem a boca salivar. O Wagyu tem um marmoreio muito maior que outras raças, por predisposição genética, que é calculado por duas escalas – uma japonesa (mais rigorosa) e uma americana-australiana – que vão de 1 (pouca gordura) a 12 (muita gordura). No Brasil, a maioria dos produtores cria carnes com nível entre 4 e 6, podendo chegar a 8, segundo a tabela nipônica. “É um excelente marmoreio, perfeito para o paladar brasileiro que gosta de steak alto. No Japão há carnes ainda mais marmorizadas, mas elas são consumidas fatiadas bem finas, muitas vezes cruas, que nem os frios”, explica Evelyn Metidieri, gerente da Associação Brasileira dos Criadores de Bovinos da Raça Wagyu.

FALAMOS TUDO SOBRE AS CARNES? AINDA FALTA UM POUCO E ISSO SERÁ DURANTE O CHURRASCO.



AGORA É A HORA DE FALAR SOBRE EQUIPAMENTOS, UTENSÍLIOS NECESSÁRIOS E MANIPULAÇÃO.

Você comprou a melhor carne do açougue certo? E agora?

Não precisa adquirir os mais caros utensílios e sim os mais corretos para que tudo funcione de forma tranquila e perfeita.

A escolha correta faz a diferença sempre.

O CARVÃO E A LENHA

O carvão deverá ser sempre em grandes formatos, é ele que vai segurar o calor da brasa, pequenos pedaços se dissolverão em 15 minutos e você não terá o calor desejado para que ocorra a reação de Maillard no seu succulento pedaço de carne. Então, quando for comprar o seu próximo carvão, toque na embalagem e veja se o que está ali dentro está “grande e grosso” kkkk

Outra coisa importante e um pouco mais difícil de descobrir é a procedência do carvão, somos assadores e devemos nos preocupar como essa madeira foi transformada em carvão... É de reflorestamento? Usa mão de obra infantil? É certificada? CUIDADO OK.



O Brasil ocupa o primeiro lugar mundial na produção de carvão – 1/3 da produção mundial. Cerca de 85% do carvão produzido é utilizado nas indústrias, as residências correspondem a 9% do consumo e o setor comercial como pizzarias, padarias e churrascarias correspondem a 1,5%.

O Carvão vegetal é obtido através da carbonização de lenha, que consiste na queima da lenha com presença controlada de ar, ou pelo processo de pirólise, em que a lenha é submetida a altas temperaturas em um ambiente com pouca ou nenhuma quantidade de oxigênio. O poder calorífico do carvão é de 6460kcal/kg, enquanto o da lenha é de 3100kcal/kg.

Para fazer churrasco, o carvão é o mais indicado. Por ser uma lenha que já sofreu combustão, ele acende mais fácil, criando menos labaredas, possui maior poder calorífico do que a lenha e produz uma fumaça mais limpa. Em países como a Argentina e o Uruguai, é tradicional utilizar lenha para fazer churrasco. Nesse caso é necessário que essa lenha seja queimada até formar brasa, antes de ser espalhada pela parrilla.

Como a queima de lenha produz mais chamas e fumaça, resulta em alimentos com sabor de “defumado”. Por esse motivo, a escolha da lenha é um fator importante.

Os tipos de lenhas devem ser encarados como um tempero, agregando sabor aos alimentos. Cada espécie de lenha resultará em um sabor diferente, com aromas específicos. Por isso existem lenhas específicas para defumação, por exemplo.

No Brasil, a lenha mais comum é a de eucalipto, proveniente de reflorestamento. Esse tipo de lenha não agrega um bom sabor, servindo apenas como combustível, devendo estar bem seca para resultar em uma boa queima, com pouca fumaça.

As lenhas preferíveis para conferir sabor são as lenhas frutíferas e o carvalho, cada uma dando sua personalidade aos preparos. Entre as frutíferas, as mais comuns são as lenhas de laranjeira, macieira, goiabeira, pitangueira e pessegueiro. Essas lenhas podem ser utilizadas ainda úmidas, produzindo mais fumaça, menos chamas e mais sabor.

O Carvalho é raro no Brasil e, portanto, muito caro. O que conseguimos usar com ótimos resultados são as serragens provenientes da tanoaria e barricas descartadas do envelhecimento de cachaças e uísques.

A FACA

Processos diferentes usam facas diferentes.

Use sempre facas corretas para cada função, elas deverão ser de boa qualidade, lamina grossas e bem afiadas, faca afiada não corta os dedos o que corta é a faca sega que você terá que fazer uma força desnecessária e errada para cortar. Mantenha a faca sempre afiada com ajuda de uma chaira durante todo o churrasco.

Entenda que amolar e afiar são coisas diferentes...

O que você vai precisar:



Evite usar facas que tenha o salva guarda. Isso só dificultará o corte.



Uma boa faca deve ter a lamina grossa, cabo forjado e o mais importante, a faca deverá ser uma continuidade de sua mão.



Faca de desossa, além disso, uso também para limpar a carne.

Outros assuntos sobre as facas e a forma correta de afiar serão abordadas durante o churrasco

TÁBUAS



Se você estiver dentro de um restaurante ou fazendo um evento aberto terá que usar tábuas de polietileno que é a única que a ANVISA permite, no entanto, no seu churrasco com amigos você poderá usar tábuas de madeira. Vai aqui uma dica, escolha a tábua certa, como assim? 99% das tábuas de madeira são confeccionadas com a fibra da madeira na horizontal e isso é a casinha perfeita para as bactérias. Procure achar tábuas que são de madeira invertida. Mesmo assim, tem que sanitizar bem antes, durante e após o uso. Como fazer isso? Sabe aquela cândida? Então? Ou use o álcool que a partir de hoje você não irá mais usar para acender seu churrasco certo?

Lavar e sanitizar são assuntos distintos que iremos abordar durante o churrasco e isso sem ser chatos e malas ok.

PEGADORES

Isso mesmo... Pegadores, os garfos ficarão para seus amigos comer com os acompanhamentos das carnes que você produziu.

A partir de hoje você aposentará aquele garfão comprido que antes utilizava para por e tirar a carne da sua churrasqueira.

Tem uma frase que gosto muito de repetir.

Não fure a carne... O boi já morreu e não precisa mais sangrar

Quando você fura a carne, os sucos naturais irão escorrer dando a chance de sua carne ficar seca e sem sabor.

Então vamos lá... Não use mais o garfão ok.

A escolha da pinça é importante, opte pelos pegadores resistentes confeccionados em inox.

Se for fazer hambúrguer, use espátula.



O BRASEIRO

Já formou o braseiro? Isso levou uns 25 minutinhos não é mesmo? Vamos medir a temperatura agora. Seus amigos estão chegando e já estão sentindo aquele cheiro top certo?

Retire as carnes da geladeira, apenas as primeiras e mantendo o restante sobre refrigeração.

Comece afiando a faca, limpe o ambiente de trabalho e porcione as primeiras carnes, linguças ou coração.

A grelha tá quente? A altura tá legal? Vai grelhar ou assar?

Coloque a palma da mão e conte... Prática mostrada e sentida.

Agora é a hora de aprender a salgar e colocar na grelha de forma correta.

Olhe em sua volta, veja quantos tem ali e coloque a quantidade suficiente para aquele momento. Não faça a mais e muito menos a menos. Carne boa é aquela que sai na hora certa e não volta nada. A imagem que o churrasqueiro que ver é essa:



Três pilares para uma boa carne:

- 1 - O que o bovino come;
- 2 - Como o bovino vive;
- 3 - Como o bovino morre.

Três Pilares para um bom churrasco:

- 1 - Temperatura do braseiro
- 2 - Altura, peso e textura da carne.
- 3 - Tempo de cocção

Mede-se a temperatura com a palma da mão sobre 1 cm da grelha ou o local onde vai assar a carne:

- 2 segundos
- 5 segundos
- 10 segundo
- 15~20 segundos
- 40 segundos

Temperatura esta muito alta.
Temperatura alta e moderada
Temperatura médio- baixo
Temperatura baixa
Temperatura para defumação

REGRAS DE TEMPO E TEMPERATURA

Regras de tempo e temperatura:

Carnes com fibras moles e sem ossos (ancho, picanha, Mignon, Fraldinha, etc.) de 3 cm de largura:

- 2 Minutos cada lado – tostada por fora e crua por dentro (Blue)
- 3 Minutos cada lado – mal passada
- 4 Minutos cada lado – ponto menos
- 5 Minutos cada lado – ao ponto

Carne com osso e com 3 cm de largura:

- | | |
|--------------------------|-------------|
| - 3 Minutos cada lado | Blue |
| - 4 Minutos de cada lado | Mal passado |
| - 5 Minutos de cada lado | Ponto menos |
| - 6 Minutos de cada lado | Ao ponto |

Método Low Slow

Coloca-se a peça de carne à distância onde a não aguento 15-20 segundo e vire-a sempre para o suco ficar sempre ao centro.

Quando a carne atingir o ponto que queira (use o termômetro para analisar a temperatura e ponto), você abaixa a carne para fogo bem forte e sela até dar reação de Maillard (lembre-se de abaixar a carne faltando 6 graus para atingir o ponto que queira), pois na selagem rápida ela vai subir 4 graus num Steak com espessura de 3 cm.

PREPAROS

Existem diversas técnicas para o preparo de alimentos na brasa, tanto carnes quanto legumes e verduras. Cada tipo de alimento requer uma técnica específica que possibilita os melhores resultados possíveis.

Grelhar: Utilizando grelha ou parrilla, essa técnica é ideal para carnes macias cortadas em bifes ou filés (ex.: bife ancho, chorizo, fraldinha, medalhães, linguças, bistecas) e para legumes mais tenros inteiros ou fatiados (abobrinhas, berinjela, pimentões, tomates). Necessita de um calor mais intenso e direto para criar uma crosta tostada por fora (Reação de Maillard), enquanto mantém o ponto desejado no interior.

Chapear: Substitui-se a grelha por uma chapa de ferro colocada diretamente sobre o fogo. Indicada para os mesmos alimentos acima. Produz uma crosta tostada mais uniforme que a grelha, podendo-se usar alguma gordura (óleo, azeite ou manteiga) e produz menos sabor de fumaça.

Assar: Utiliza-se a grelha numa altura mais alta. Esperto ou tambor. Ideal para cortes macios médios e grandes (picanha, alcatra, maminha, filé mignon inteiro) e legumes tenros inteiros ou legumes mais firmes embrulhados em papel alumínio (cebola, alho, batatas). Deve-se deixar o alimento a uma distância maior do braseiro para um cozimento mais lento. Ainda assim, forma-se uma crosta externa bem tostada e controla-se o ponto interno desejado.

Low n'Slow: É um assado muito lento e demorado, com baixa temperatura e calor indireto. Ideal para cortes grandes e duros (costelas, cupim, pernis, paletas, aves inteiras) e para legumes firmes (palmito, abóbora, batata). Utiliza-se o tambor (bafo) ou pit. Em muitos casos é indicado embalar o alimento em papel alumínio para preservar a umidade e proteger do calor direto. A carne pode ser

previamente selada ou, após estar cozida, proceder com a técnica de assar ou grelhar para tostar o exterior.

Defumar: Idem ao Low n'Slow, mas com a utilização de lenha de defumação para adquirir outras notas de sabor. Processo típico do Barbecue do sul dos EUA.

Medieval: Técnica muito interessante que consiste em tostar uma carne diretamente em contato com as brasas. Ideal para cortes macios em bifes. Ao colocar a carne em contato com um calor muito intenso, cria-se uma crosta bem torrada no exterior com notas de sabor únicas, mantendo o interior malpassado.

Rescaldo: Outra técnica em quem os alimentos são colocados diretamente na brasa. É utilizado para legumes tenros inteiros que são cobertos com brasas e cinzas até cozinharem. Muitas das vezes, utiliza-se o fim de um braseiro que já foi usado para asar outros alimentos, numa maneira de aproveitar o fogo até o final.

O SAL, O TEMPERO E A PIMENTA

Você e seus amigos até podem gostar daquela picanha no alho ou a maminha na mostarda, pois bem, agora pra você isso vai dar um tempo.

Ou melhor, pode até ter o alho e a mostarda, só que de outra forma muito mais legal.

A escolha do sal

Sal grosso? Não é legal você pegar aquele pedaço de carne suculenta e na hora que vai mastigar “CRACCCCKKK” putzzz, uma enorme pedra de sal grosso que te faz lembrar-se do inimigo de todos... O Dentista.

Escolha o sal certo. Nem fino nem grosso, iremos mostrar alguns tipos e você vai provar todos ok. Escolha aquele que melhor agrada no paladar.

A o alho... Vamos assar o alho na brasa? Vamos fazer uma pasta com alho, manteiga e tomilho que você vai viajar pra lua com o sabor, feito isso, cada um mergulha a carne nele a seu gosto beleza?

Com a mostarda é a mesma coisa. Deixa ela ali, que quiser coloca.

Sal grosso, sal fino e flor de sal

O sal é o tempero essencial e imprescindível para qualquer preparo, inclusive alguns doces. Sem o sal, a comida torna-se insossa e sem brilho, perdendo muitas notas de sabor e tornando-se desinteressante e até desagradável ao paladar. No churrasco, usamos o sal em quatro formas:

Sal grosso: Moido em grânulos grandes, permite uma penetração mais profunda e demorada nas carnes. Portanto, o sal grosso é indicado pra cortes médios e grandes que necessitem de cozimento mais longos. Deve-se salgar a carne uniformemente, com pelo menos 15 minutos de antecedência.

Sal fino: Sal moído até quase virar pó, é utilizado em cortes menores com tempos de preparo mais curtos. Tem menor poder de penetração que o sal grosso, salgando de maneira mais superficial, mas com a vantagem de não deixar grânulos nos alimentos. Deve-se salgar as carnes com pelo menos 5 minutos de antecedência para que o sal seja absorvido.

Flor de sal: Sal mais puro e limpo, com salinidade mais delicada e textura mais prazerosa na boca. É utilizado para finalizar alimentos já prontos, salpicando no prato na hora de servir. É um realçador de sabores. Para muitos preparos, é preferível utilizar menos sal durante o cozimento para depois chegar ao nível de salinidade desejado com a flor de sal.

Rubs X Temperos frescos

Os Rubs são misturas de temperos desidratados que são polvilhados e esfregados (dai o nome) na superfície das carnes. Muitas vezes adiciona-se açúcar ou açúcar mascavo para ajudar na caramelização

(Reação de Maillard) das carnes, criando uma crosta mais espessa. Muito utilizados nas receitas de Barbecue do sul dos EUA, os Rubs são muito pessoais, cada um tem sua receita e também variam de região para região. Existem Rubs específicos para cada tipo de carne, sendo alguns mais propícios para aves, outros para carnes bovinas e outros para suínos e ovinos.

No lugar de Rubs, pode-se utilizar temperos frescos, como cebola, alho, frutas cítricas, pimentas e uma variedade enorme de ervas aromáticas para temperar as carnes. Além de terem sabor mais delicado e “natural”, os temperos frescos transferem umidade para as carnes, ajudando para que não sequem em cozimentos mais longos. Enquanto a cebola e o alho são praticamente universais, indo bem em qualquer tipo de carne, as ervas têm utilização mais específica. Apesar de algumas convenções (cordeiro com alecrim, porco com sálvia, por exemplo), ainda é um campo muito aberto a experimentações.

A Pimenta

Use a pimenta apenas pra agregar e não para mascarar. A pimenta e outras especiarias vem de datas antigas, nos grandes banquetes medievais as especiarias eram usadas muitas vezes para mascarar o sabor dos alimentos que estavam “estragados” hoje não, você vai usar a pimenta com respeito e consciência.

Detalhe ou dica. Se for usar a pimenta do reino, essa deverá ser moída na hora com auxílio de um moedor ou almofariz, jamais compre aquele saquinho de pimenta do reino moída, você nem imagina que tem ali dentro... É outro sabor, outro aroma, é muito melhor.

Então vamos lá.

Vamos verificar se você já tem tudo que é necessário:

- | | | |
|-------------------|-------------|--------------------------|
| - Carvão ou lenha | - Acendedor | - Tábua |
| - Facas | - Chaira | - Sal e pimenta do reino |
| - Pano limpo | - Pegadores | - Cerveja gelada???? |

Você é o churrasqueiro e deverá chegar antes de todos para que o processo ocorra da melhor forma possível

Chega chegando e faça a mise en place de tudo, mantenha as carnes sobre refrigeração nesse momento.

Arrume o carvão na churrasqueira, isso mesmo, arrume e não jogue, você vai aprender a partir de agora a usar acendedores e não mais aquele explosivo álcool... Faça a casinha e disponha o acendedor no centro se sua churrasqueira tiver as dimensões de 50x40 se for maior que isso, coloque dois acendedores, o ponta esquerda e o ponta direita... Esqueci, hoje não é mais ponta direita e sim lateral avançado.

Acenda, coloque a grelha e espere... Enquanto espera o braseiro formar, abra uma cerveja e curta o momento, vai aqui outra dica, beba a cerveja do amigo, do bairro ou da sua cidade, pode ter certeza que na sua cidade tem um cara bacana que faz cerveja artesanal, dê preferência para a cerveja local sempre.

Detalhe. Não se preocupe com o horário da primeira cerveja... O churrasqueiro pode abrir a primeira antes das 11hs da manhã.

ISSO É DIREITO ADQUIRIDO.



RECEITAS ASSADORES

- Salmoura

Manteiga sem sal: 1kg
Cebola: 2 Kg
Alho: 8 cabeças
Vinho Branco seco: 2 garrafas
Folhas de louro: 8
Água inicial: 2 litros
Sal: 400gm
Água para respor: 10 litros

Vassoura para repor:
Tomilho: 2 maços
Alecrim: 2 Maços

Procedimento:

- Amarrar as ramas de alecrim com um barbante;
- Colocar todos os ingredientes em uma panela de ferro que possa ser colocada diretamente na brasa. (fazer isso no mesmo momento em que coloca o cordeiro no fogo).
- Lembrando-se de acrescentar água aos poucos se reduzir muito;
- Passar a salmoura na carne em abundancia com o objetivo transferir os sabores aromáticos.

- Dry Rub

Açúcar demenara: 100 Gramas
Sal refinado: 20 Gramas
Pimenta do reino moída na hora: 2 Colheres café
Páprica doce: 2 Colheres chá
Cebola em pó liofilizada: 2 Colheres chá
Alho em pó liofilizado: 2 Colheres chá
Cominho em pó: 1 Colher chá

- Gremolata

Limão siciliano (Zestes): 02 Colher café
Salsinha picada: 03 Colher sopa
Dentes de alho picado em brunoise: 03 Und
Hortelã fresco: 01 Colher sopa
Suco de limão siciliano: 100 Mililitros
Azeite: 100 Mililitros
Sal: 01 Q.B.
Pimenta do reino: 01 Q.B.

Preparação:

- Emulsione o azeite com suco de limão;
- Acrescente as zestes de limão, salsinha, hortelã e o alho,
- Tempere com sal e pimenta do reino.
- Reserve refrigerado

- Marinada do Frango

Vinho branco: 500 ML (Use um bom vinho)
Suco de laranja: 500 ML
Mel de laranjeira: 150 ML
Azeite extra virgem: 100 ML
Gengibre fresco ralado: 100 Gramas
Cúrcuma: 1 Colher café
Sal: (Regra básica 15g para cada quilo de carne)
Cebola cortada em cubos: 2 Und

- Marinada da Leitoa de 10 kg

Alho: 5 Cabeças
Água filtrada: 1 Litros
Limão: 5 unidades
Sal: 1 colher de sopa

TEMPEROS

- Memphis Rub

Páprica doce: 12,5g
Sal: 7,5g
Alho desidratado: 3g
Pimenta Chilli em pó: 2,5g
Cebola desidratada: 2,5g
Pimenta do reino em grãos: 2g

Modo de Preparo:

Moer e misturar todos os ingredientes.

- Kansas Rub

Açúcar mascavo: 50g
Sal: 4g
Pimenta do reino moída: 3,5g
Pimenta Chilli em pó: 2,5g
Páprica doce: 2,5g
Alho desidratado: 1,5g
Cebola desidratada: 1g
Pimenta dedo de moça picada: 1g

Modo de preparo:

Moer e misturar todos os ingredientes.

- Memphis BBQ Sauce

Tomate pelado: 300g
Vinagre de maçã: 80g
Suco de limão: 40g
Manteiga sem sal: 40g
Açúcar mascavo: 35g
Pimenta Chilli em pó: 2,5g
Molho inglês: 30g
Pimenta do reino moída: 1,5g
Cebola Desidratada: 1,5g
Tabasco: 1g
Mostarda em pó: 0,75g
Pimenta caiena: 0,5g

Modo de preparo:

Misturar todos os ingredientes e levar ao fogo baixo, mexendo sempre para que não grude no fundo da panela. Cozinhar por aproximadamente 20 minutos. Se necessário, ajustar o sal. Manter refrigerado.

- North Carolina BBQ Sauce

Vinagre Branco: 230g
Ketchup: 70g
Mel: 30g
Açúcar: 9,5g
Pimenta em flocos (Calabresa): 7g
Pimenta do reino moída: 4,5g
Sal a gosto

Modo de preparo:

Misturar todos os ingredientes e levar ao fogo baixo, mexendo sempre, por aproximadamente 10 minutos. Ajustar o sal, se necessário, e refrigerar.

- Kansas City BBQ Sauce

Ketchup: 225g
Passata de tomate: 40g
Água: 40g
Vinagrete de vinho branco: 40g
açúcar mascavo: 35g
Pimenta do reino moída: 5g
Pimenta Chilli em pó: 5g
Mostarda em pó: 4,5g
Sal: 4,5g
Pimenta: 4g
Alho desidratado: 1g
Cebola desidratada: 0,75g
Gengibre descascado e finamente falido: 0,25g
Cominho em pó: 0,1g
Suco de Limão: 5,5g

Modo de preparo:

Misturar todos os ingredientes, exceto o suco de limão, e levar ao fogo baixo, mexendo sempre para que não grude no fundo da panela. Cozinhar por aproximadamente 20 minutos. Se necessário, ajustar o sal. Adicionar o suco de limão e refrigerar.

ACOMPANHAMENTO

- Batata com manteiga e Ervas Frescas

Batata Monalisa: 1kg
Manteiga sem Sal: 150g
Sal - Flor de sal: 10g
Azeite: 50ml
Pimenta do reino em grãos: 3g
Alecrim fresco ou tomilho em ramas: 5 ramas
Amendoim: 100g

Modo de Preparo:

Asse as batatas envoltas em papel alumínio com azeite e metade das ervas frescas;
Use um garfo para verificar a textura e quando estiver al dente retire e disponha sobre uma travessa;
Amasse com parcimônia ou se preferir corte em cubos grandes;
Coloque uma sauteuse de ferro fundido na parrilla com manteiga e espere a manteiga ficar com tom amendoado, isso será a sua manteiga noisette que proporcionará um incrível sabor as suas batatas;
Coloque as batatas junto com as ervas frescas, sal e pimenta do reino;
Salte para agregar os sabores e finalize com amendoim triturado;

- Batata doce com azeite, alho e salsicha

Batata Doce: 1kg
Azeite extra virgem: 130ml
Alho: 5 dentes
Flor de Sal: 10g
Salsinha: 50g
Pimenta do Reino: 1qb

Modo de preparo:

Asse a batata doce no rescaldo do fogo de chão ou na grelha superior da parrilla por aproximadamente 40 minutos e virando constantemente para não queimar;
Retire as batatas do rescaldo, corte ao meio e leve para grelhar com calor de 5 segundos;
Retire assim que criar uma bela marca de dourado e corte em cubos grandes.
Corte o alho em brunoise e pique a salsinha finamente;
Leve uma sauteuse ao fogo, esquento o azeite e acrescente o alho, evite queimar para não amargar. (fazer esse procedimento apenas quando as batatas estiverem prontas)
Coloque o azeite com alho ainda quente sobre as batatas e capriche na salsinha.
Finalize com flor de sal e pimenta do reino.

- Moranga Assada com gengibre

Abóbora - Moranga: 2kg
Pimenta dedo de moça: 2 unidades
Gengibre Fresco: 100g
Manteiga sem sal: 200g
Cebola Roxa: 250g
Flor de Sal: 20g ou 5qb

Modo de preparo:

Asse a abóbora no rescaldo lentamente; Você vai perceber o ponto certo quando a casca começar a amolecer; Pique em brunoise o gengibre, a cebola e a pimenta; Separe esses ingredientes – será feito em partes; Leve a sauteuse ao fogo com manteiga e acrescente os aromáticos; Deixe a manteiga dourar e receber todos os perfumes; Corte a moranga em gomos e em seguida em cubos e junte à frigideira; Finalize com flor de sal na hora de servir.

- Coalhada fresca com pepino e hortelã

Coalhada fresca: 500ml
Pepino caipira: 200g
Hortelã: 100g
Azeite: 20ml
Flor de Sal: 1qb

Modo de preparo:

Higienize o pepino e retire as sementes;
Corte em cubos pequenos;
Coloque dentro de água com gelo (Dica do Chef. Isso manterá a textura e frescor)
Corte o hortelã em finas tiras;
Retire a coalhada da geladeira e acrescente o pepino e parte do hortelã (confira o sabor)
Caso necessário, junte mais hortelã;
Disponha essa mistura numa taça e finalize com azeite e flor de sal;
Sirva bem gelado.



Quem são os professores que você conheceu nesse maravilhoso ambiente onde as estrelas são as carnes e o fogo.

Fabio de Pádua – IG - @fabio_de_padua e @assadores

O criador e maestro dos assadores transformou um sonho em realidade e fez disso uma ideologia de vida.

Evaldo Fernandes – IG - @evaldo_fernandes13_fratello

Evaldo Fernandes (Fratello) Gerente Industrial empresa Metalmecânica desde 1992, mas com paixão voltada à gastronomia, cursou vários módulos no Senac Águas de São Pedro desde 2003, dentre eles, técnicas básicas e avançadas de Gastronomia e Formação de Sommelier (Vinhos).

Atualmente sócio proprietário do Box do Churrasco e da Parrillas Locomotiva onde se destaca seu amplo conhecimento na área metalúrgica e na arte de assar aliados a paixão e respeito pelo alimento.

Adriano Emidio – IG - @adriano_emidio

Professor Universitário de gastronomia que se encantou com esse maravilhoso mundo dos assadores e dedica-se em transmitir técnicas e dicas.

