

FICHA TÉCNICA DE PREPARO

**PREPARAÇÃO:** Torta de banana e chocolate **Categoria:** Sobremesa

**Informações técnicas**

Grau de dificuldade: Difícil

Tempo de preparo: 2 horas

Rendimento (g): 2732,1g

Rendimento (%): 112,3%

Fator de cocção: 1,12

Número de porções: 29

Peso da porção (g): 95g

Custo total (R$): 27,10

Custo da porção (R$): 0,93

Densidade energética (Kcal/g): 2,17

**Valor nutricional**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**    Porção de 95 g (1 unidade) | | |
| **Quantidade por porção** | | **% VD (\*)** |
| Valor energético | 206 Kcal = kJ | 10 |
| Carboidrato | 30 g | 10 |
| Proteína | 3,9 g | 5 |
| Gorduras Totais | 8,0 g | 15 |
| Gorduras Saturadas | 4,3 g | 20 |
| Gorduras *Trans* | zero | \*\* |
| Fibra alimentar | 0,90 g | 4 |
| Sódio | 47 mg | 2 |

(\*)% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seu valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. \*\* Valor diário não estabelecido.

**Ingredientes e Modo de Preparo**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ingredientes** | **Medida Caseira** | **Pré-Preparo** | **Peso Bruto**  **(g)** | **Peso Líquido**  **(g)** | **FC** | **Per capita (g)\*** |
| Farinha, de trigo | 2 xícaras (chá) | Peneirar | 220,2 | 220,2 | 1 | 7,59 |
| Sal, grosso | Uma pitada | Peneirar | 0,6 | 0,6 | 1 | 0,02 |
| Canela | Uma pitada | Peneirar | 0,3 | 0,3 | 1 | 0,01 |
| Açúcar, refinado | ½ xícara (chá) | Peneirar | 100 | 100 | 1 | 3,45 |
| Manteiga, sem sal | 1/3 xícara (chá) | Manter gelada | - | 130,7 | 1 | 4,51 |
| Cacau em pó | ¼ xícara (chá) | Peneirar | 24,9 | 24,9 | 1 | 0,86 |
| Ovo, galinha, inteiro, cru | 1 unidade | Bater levemente | 57,6 | 50 | 1,15 | 1,99 |
| Ovo, galinha, gema, crua | 3 unidades | - | 173,9 | 54,5 | 3,19 | 5,10 |
| Leite, condensado | 1 ½ lata | - | 580,6 | 580,6 | 1 | 20,02 |
| Leite, vaca, integral, UHT | 2 xícaras (chá) | - | 640 | 640 | 1 | 22,07 |
| Milho, amido, cru | ½ xícara (chá) | - | 59,3 | 59,3 | 1 | 2,04 |
| Chocolate, meio amargo | 2 tabletes de 100g | Picar | 204,5 | 204,5 | 1 | 7,05 |
| Banana, prata, crua | 5 unidades | Picar | 591,4 | 349 | 1,69 | 20,39 |
| Limão, galego, suco | ½ unidade | - | 94,4 | 18,3 | 5,16 | 3,26 |

\*Per capita: Peso Bruto per capita

**MODO DE PREPARO:**

Preparo da massa:

a) Cortar a manteiga em cubos pequenos e gelar por uns 10 minutos.

b) Peneirar a farinha, o sal, o açúcar, a canela e o cacau juntos.

c) Acrescentar a manteiga sobre a mistura de farinha e misturar um pouco para que os pedacinhos de manteiga não grudem uns nos outros. Usar as pontas dos dedos.

d) Acrescentar o ovo batido e amassar com delicadeza até formar a massa. Dica: só acrescentar um pouco a água gelada se for extremamente necessária.

e) Fazer uma bola com a massa, embrulhar em plástico filme e achatar a bola para que fique mais fácil na hora de abrir a massa. Deixar gelar por no mínimo 1 h.

f) Enfarinhar ligeiramente uma superfície ligeiramente enfarinhada, abrir a massa e colocar em uma forma. Voltar para a geladeira por mais 30 minutos.

g) Assar em forno pré-aquecido a 150°C, por 20 minutos aproximadamente.

h) Deixar esfriar antes de rechear.

Preparo dos cremes- Branco e Chocolate:

a) Numa tigela pequena, juntar o amido de milho às gemas e misturar bem com um batedor de arame até ficar liso.

b) Numa panela média, misturar o leite com o leite condensado e levar ao fogo médio.

c) Quando começar a ferver, abaixar o fogo e, aos poucos (de concha em concha), acrescentar metade do leite quente à mistura de gemas. Mexer bem com o batedor de arame a cada adição (é o processo de temperagem, evita que as gemas cozinhem e o creme fique com grumos).

d) Colocar as gemas temperadas na panela com o restante do leite e mexer por cerca de 5 minutos, em fogo baixo, até formar um creme grosso. Para saber o ponto: levantar uma porção do creme e deixar pingar na panela, se não afundar está no ponto, parecido com brigadeiro para enrolar.

e) Transferir metade do creme para uma tigela. Juntar o chocolate picado ao restante do creme na panela e misturar bem para derreter o chocolate.

f) Cobrir os dois cremes com filme em contato com a superfície – isso evita a formação de película na superfície. Deixar os cremes esfriarem completamente na geladeira antes de montar a torta.

Montagem:

a) Colocar o doce de leite sobre a massa assadas, 5 bananas em rodelas, o creme branco, o creme de chocolate e levar para gelar.

b) Depois de gelada, decorar com as fatias de banana e raspas de chocolate.