



MANUAL DO MESTRE

E-book-Mestre Churrasqueiro
Edição ano 2025

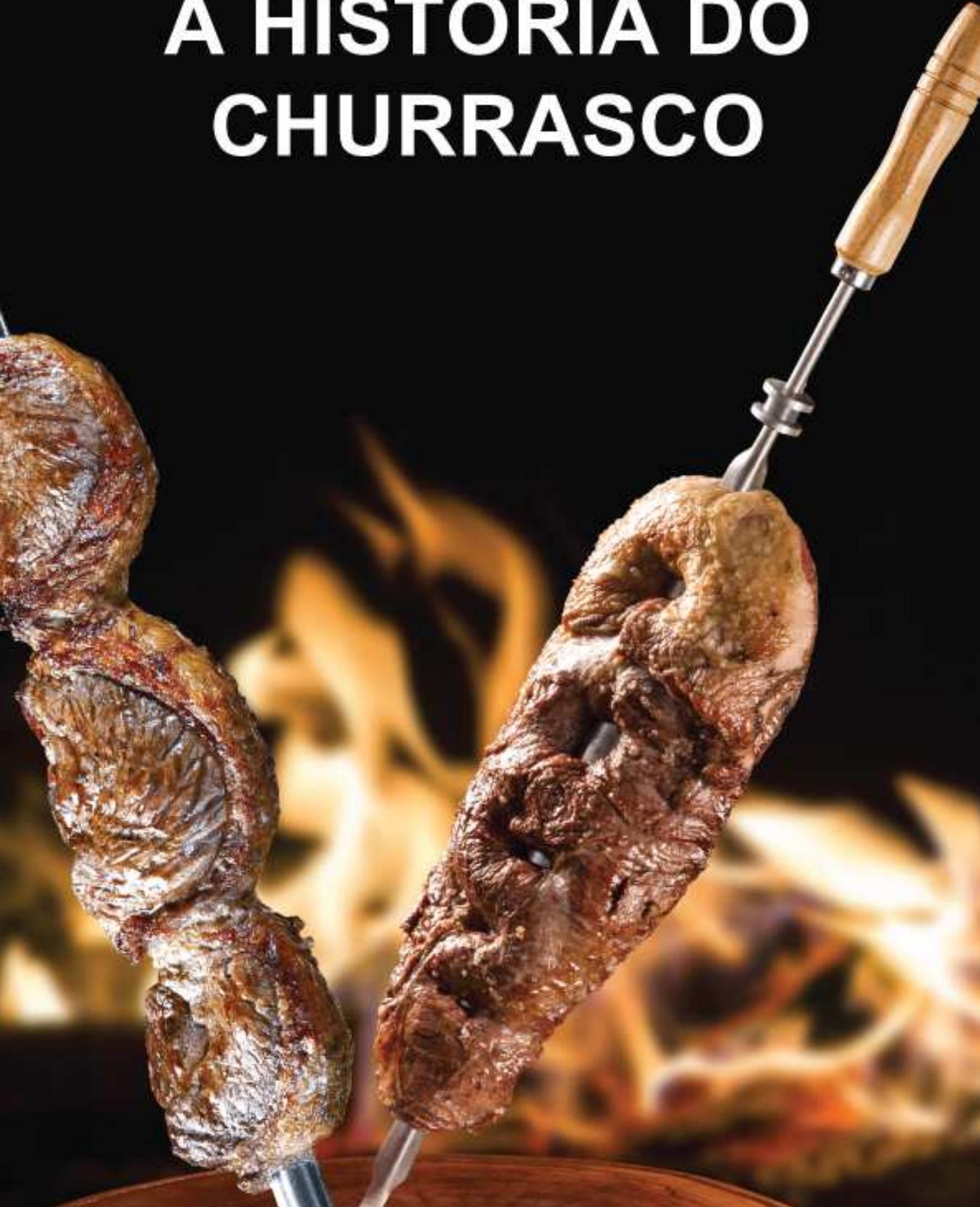
SUMÁRIO

Apresentação	3
A História do Churrasco	4
Churrasco pelo Mundo	6
Principais Raças de Corte do Brasil	12
Melhores Cortes para Churrasco	16
Escolhendo a Carne na Hora da Compra	24
Como Acender a Churrasqueira	28
Dicas de Ouro	32
Fogo de Chão	40
Receitas para seu Churrasco	46





A HISTÓRIA DO CHURRASCO



A palavra “Churrasco” para alguns especialistas é proveniente da palavra basca “Sukarra”: su (fogo) e karra (chama). Essa palavra é mais antiga que os povos românicos e sofreu muitas variações até chegar ao nosso famoso churrasco.

O surgimento do churrasco é atribuído aos índios que habitavam a costa das três Américas. Eles tinham o costume de assar a carne ao ar livre, numa fogueira sobre pedras utilizando uma grelha feita com madeiras verdes.

Apesar da origem ser atribuída aos índios, foi nos terrenos pampas que o churrasco ganhou reconhecimento. Graças aos tropeiros no século XVII que perceberam que o gado inicialmente usado para o transporte poderia ser uma fonte fácil e rápida de alimento, sendo necessário apenas o corte da carne, fogo e sal - que já fazia parte da dieta do próprio animal. Com o tempo esse costume se popularizou entre os tropeiros gaúchos e assim surgiu o churrasco brasileiro.



CHURRASCO PELO MUNDO



A paixão pelo churrasco não é exclusividade do brasileiro. Muitos outros países também têm como costume reunir os amigos em volta do fogo, cada um do seu jeito, mas todos com a mesma finalidade: assar carne!

Bulgogi – Coreia do Sul



O churrasco coreano é preparado com tiras finas de carnes marinadas no molho de soja, cebolinha e gergelim. O prato é servido em restaurantes específicos que possuem mesas com uma grelha no centro aquecida com carvão, onde você como cliente assa o seu próprio churrasco. Para cortar as carnes eles utilizam tesoura ao invés de faca.

Kalua – Havaí



O termo Kalua significa “Cozinhar em um forno subterrâneo”. Ele é feito no IMU, um tipo de forno instalado em um buraco no chão com quase 2 metros de largura e 1 metro de profundidade. Nele, os nativos preparam carne de porco temperada com sal e especiarias que posteriormente é coberta com folhas de bananeira.

Shish Kebab – Turquia



Feito em grelhas clássicas, o Shish Kebab utiliza o Kebab, que são espetinhos feitos com pedaços de carne e legumes. Os turcos também têm o costume de assar o Izgara Kofte, que são uns bolinhos de carne à milanesa.

Braai – África do Sul



O Braai, churrasco da África do Sul, é considerado por eles um estilo de vida. Um evento social onde existem algumas normas, e uma delas é: apenas os homens grelham e assam as carnes, enquanto as mulheres cuidam das saladas e sobremesas.

As carnes que compõem o Braai são: T-bones, Boerewors (salsicha fresca), Sosaties (espetinhos), Spare-ribs (costelinhas) e o Chicken drumsticks (coxinhas de frango).

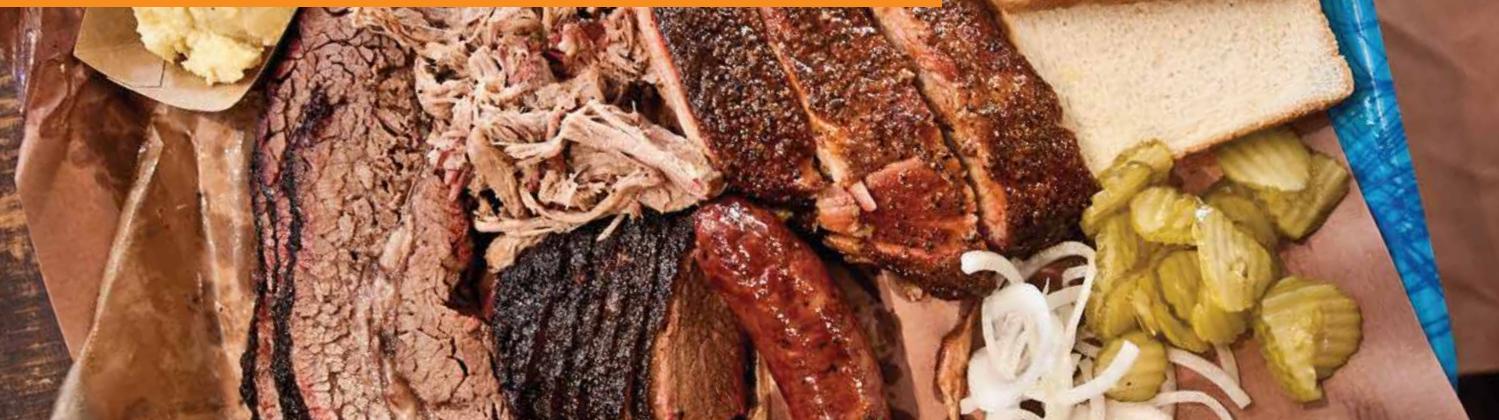
Yakiniku – Japão



O churrasco japonês é geralmente preparado na mesa, onde os próprios participantes assam a carne e os vegetais em chapas de ferro ou em grelhas, que podem ser a gás ou carvão.

O diferencial é que cada pessoa pode escolher o ponto ideal que prefere saborear a carne e harmonizar com os molhos preparados especialmente para realçar o sabor do prato, com opções à base de shoyu, missô, suco de laranja e nabo.

Barbecue - Estados Unidos



O churrasco norte-americano é feito num pit ou smoker, uma espécie de churrasqueira a bafo. A lenha ou carvão são colocados num compartimento na lateral do pit e não têm contato com as carnes. Uma entrada de ar faz com que a fumaça passe por dentro da churrasqueira, defumando os cortes lentamente.

Os cortes preferidos dos norte-americanos são: Brisket (peito bovino), costelas bovina e suína, t-bone, linguiça e frango.



PRINCIPAIS RAÇAS DE CORTE DO BRASIL



O Brasil tem o maior rebanho de bovinos de corte do mundo. Entre as várias raças de corte presentes no Brasil, se destacam três: Nelore, Angus e Wagyu

Nelore



Com origem india, o nelore é a raça de corte mais predominante no Brasil, responsável por 80% do rebanho nacional. Muito procurada pelos produtores de carne, o nelore, apresenta excelente adaptação às regiões mais quentes do país, além de resistência a restrições alimentares. O Nelore apresenta a capa de gordura semelhante à do Angus, mas perde em quantidade de gordura total e de gordura entremeada – o famoso marmoreio.

Angus



Uma das raças bovinas de corte mais famosas do Brasil, o Angus tem origem europeia. Produz carnes com excelentes características de maciez e sabor devido a maior capacidade de acumular gordura intramuscular.

As principais vantagens para a criação da raça é a alta fertilidade e precocidade, pois os animais atingem a puberdade e o estado de abate mais cedo.

Wagyu



Raça de origem japonesa que produz a carne mais nobre e cara do mundo. A carne do Wagyu tem um marmoreio inigualável, que a torna extremamente macia, saborosa e suculenta. A quantidade de gordura é medida em uma escala de 1 (pouco marmoreio) a 12 (muito). A carne produzida no Brasil atinge em média um nível entre 4 e 6. No Japão, o gado recebe tratamento peculiar para ter uma carne melhor: recebe massagens, cerveja na ração e tem o corpo borrifado com saquê.

WAGYU

ANGUS

NELORE



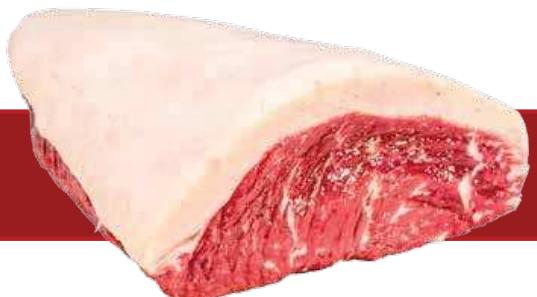


MELHORES CORTES PARA CHURRASCO



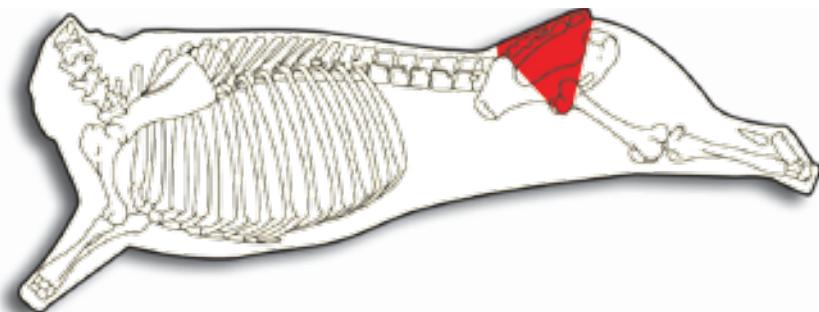
O churrasco brasileiro está mudando e as carnes consumidas é um dos fatores principais dessa evolução. A cada dia é mais comum vermos cortes considerados como nobres na churrasqueira do brasileiro. Mas também não podemos esquecer das carnes clássicas e mais econômicas que sempre fizeram sucesso no nosso churrasco.

Picanha



Considerada a “rainha do churrasco”, a picanha é um dos cortes preferidos dos brasileiros, justamente por ser suculenta, macia e possuir um sabor único.

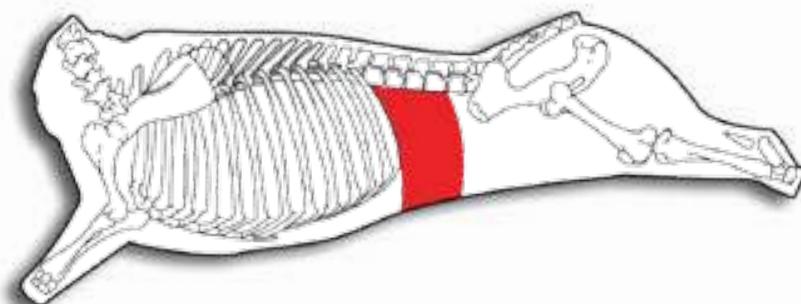
Existem diversas formas de assar uma boa picanha. As mais famosas são: em medalhões no espeto (muito comum em churrascarias), em bifes na grelha, selada inteira e em bifes de tiras.



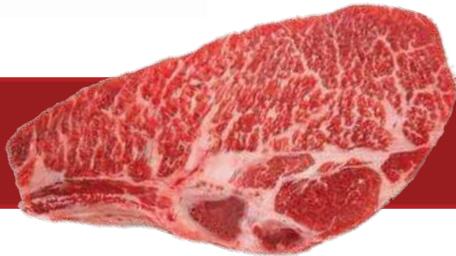
Fraldinha



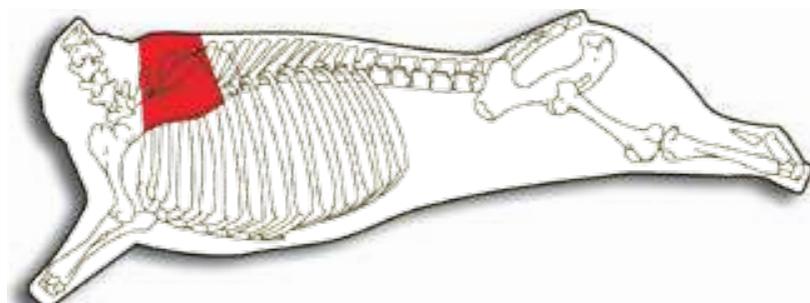
A fraldinha é uma carne de corte pequeno e extremamente suculenta. Suas fibras são longas, deixando a carne muito macia e com um sabor suave. Ela pode ser preparada no espeto ou diretamente na grelha.



Short Ribs



Retirado da parte dianteira da costela do boi, juntamente com parte do miolo do acém, o Short Ribs vem surpreendendo a todos pela seu notável sabor e suculência. Ele é ideal para o preparo em grelha com fogo bem forte.

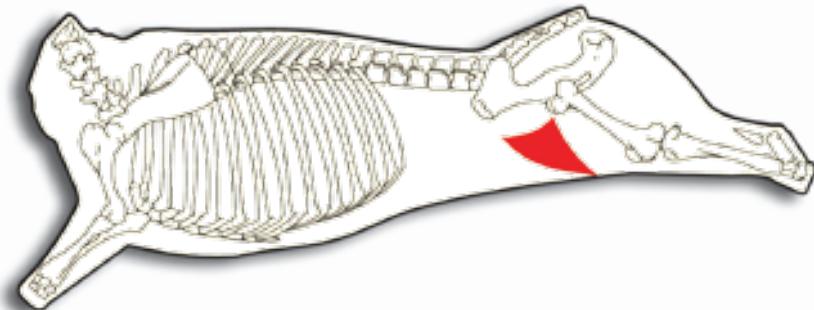


Maminha



Ponta de Alcatra ou Maminha, é a parte mais macia da alcatra, pois tem maior teor de gordura. Uma peça de maminha pode pesar até quase 2kg, tem um formato triangular e, se cortada contra as fibras, tem seu sabor mais acentuado e maior maciez.

A melhor forma de assar a maminha é selando a peça inteira para depois cortar em bifes e voltar para a grelha.

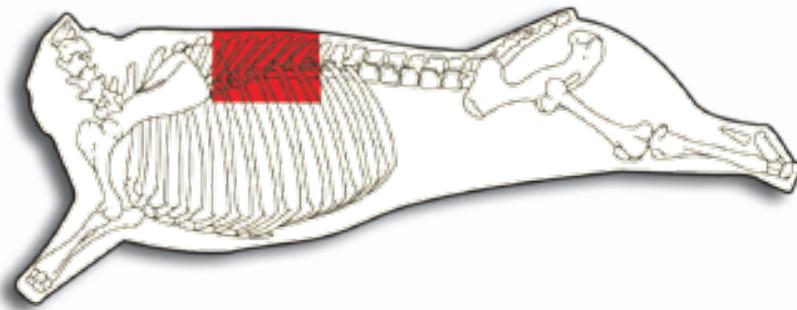


Bife Ancho



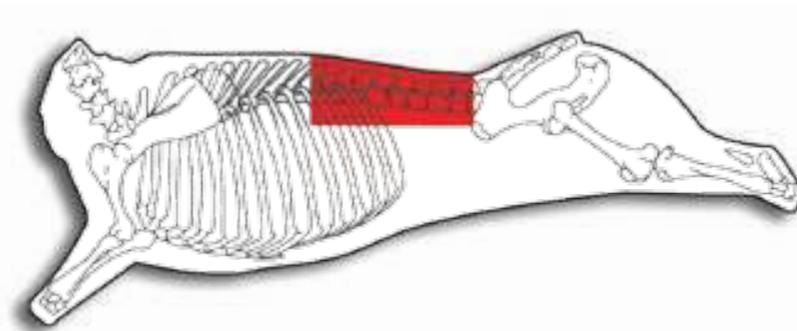
Conhecido também como entrecote, filé de costela e noix, o Ancho é retirado da parte dianteira do contra filé. De origem argentina vem a cada dia mais conquistando a todos os brasileiros que amam uma boa carne.

É um corte nobre, cujo nome vem de origem espanhola, em que ancho significa largo, já indicando a forma correta de se consumir essa carne: em bifes com no mínimo dois dedos de altura.



Bife de Chorizo

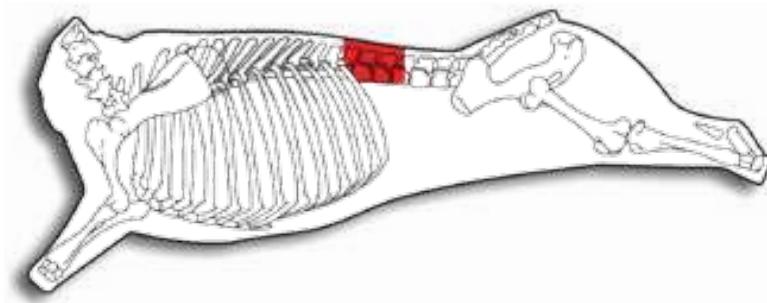
Retirado da parte traseira do contrafilé, o bife de chorizo é um corte para churrasco muito apreciado por nossos vizinhos em toda América do Sul. Possui uma camada de gordura característica que cobre todo o corte e deve ser grelhado na churrasqueira em bifes altos, de no mínimo dois dedos de espessura.



T-Bone



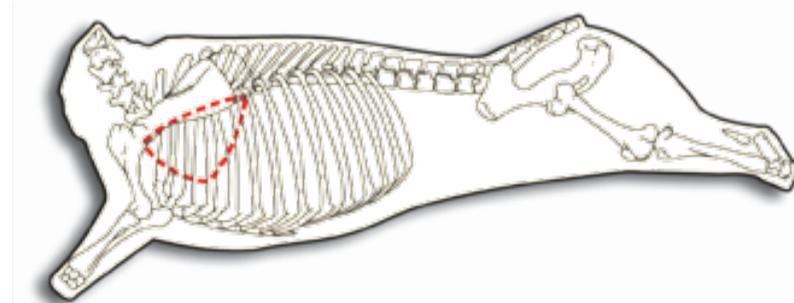
O Filé T-Bone, também conhecido como bisteca ou chuleta, tem esse nome por possuir um osso em forma de T que separa a parte final do contrafilé de um lado do osso e a parte central do filé mignon do outro. É uma carne muito saborosa, macia e entremeada de gordura.



Assado de Tira



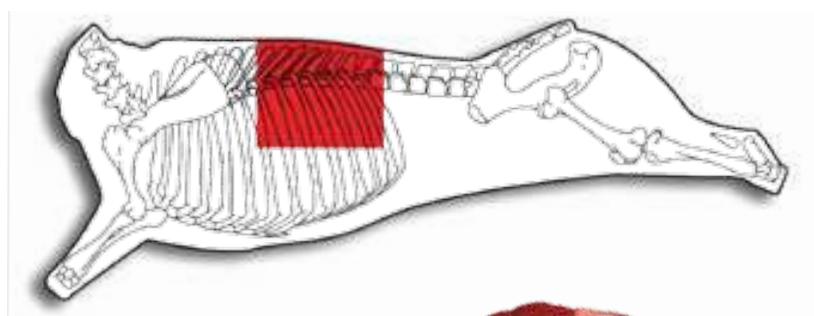
O Assado de Tira é extraído da parte mais nobre da costela. A quantidade de gordura entremeada na carne garante um bom marmoreio, já as cartilagens ósseas agregam sabor e aroma bem particulares.



Prime Rib



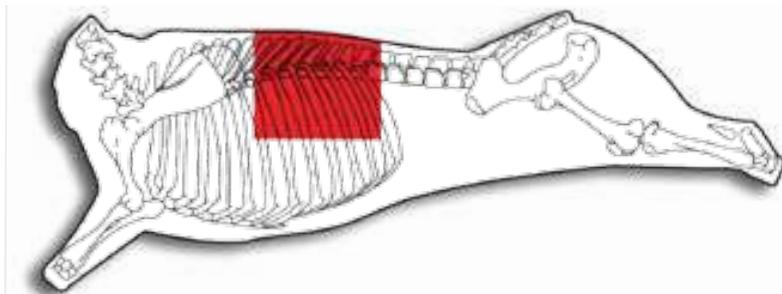
Prime rib é um corte feito na transversal, a favor das vértebras do boi. Na prática, é extraída da caixa torácica superior da costela do animal, incluindo o filé de costela no seu miolo - uma carne de alta qualidade e bem marmorizada. Reúne em um só corte o marmoreio da gordura entremeada nas fibras e o sabor especial que o osso empresta à carne.



Tomahawk



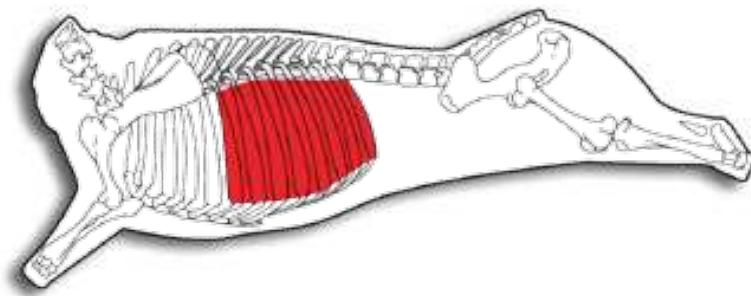
Este é um dos cortes mais fáceis de serem identificados, pois apresenta um grande osso da costela. O Tomahawk é o mesmo corte do Prime Rib, porém com um osso maior (chegando a 30 cm).



Costela



A gordura é o que deixa este corte extremamente saboroso, por isso a costela é uma das carnes preferidas dos brasileiros. Por conta das suas fibras, ela exige cuidado e tempo na hora do preparo. A costela pode ser assada na grelha, no bafo, no espeto e no fogo de chão.





ESCOLHENDO A CARNE NA HORA DA COMPRA



É comum surgir algumas dúvidas na hora de comprar a carne para churrasco, tais como: escolher a carne embalada a vácuo ou a granel? Gordura branca ou amarela? Qual a coloração ideal?

Antes de tudo, você deve escolher um açougue ou supermercado de confiança, com ambiente e equipamentos limpos e em bom estado de conservação.

Carne a vácuo ou a granel?



Tanto a carne a vácuo quanto a granel (que pedimos direto pro açougueiro) possuem suas vantagens e desvantagens.

Vamos começar pelas vantagens da carne a vácuo:

- A carne bovina embalada a vácuo garante mais frescor, cor, textura e o mais importante, mais sabor e maciez.
- Aumenta em 400% o tempo de validade da carne. A retirada do ar da embalagem a vácuo é o que a mantém conservada por mais tempo.

- A carne a vácuo sofreu menos manipulação por não ter sofrido todo o processo de transporte, armazenamento e desossa, em diferentes locais, com temperaturas muitas vezes variáveis.

Assim como a carne a vácuo, a carne a granel também tem suas vantagens. Algumas delas são:

- Na hora da compra você pode escolher a peça que mais lhe agrada, sem nenhuma embalagem ou etiqueta atrapalhando.
- Você pode pedir para cortar na quantidade e tamanho que quiser.
- Pode também pedir para o açougueiro retirar alguns pedacinhos que você não gostou da peça.

Em qualquer corte de carne bovina, a peça não pode conter sebo, pontas de nervo, hematomas, coágulo, cartilagem e tinta de carimbo. Na carne a vácuo, evite peças com excesso de líquido na embalagem.

A coloração da carne é com certeza a principal característica que você deve observar. A cor é o indício de como foi o processo de abate, conservação e manipulação, bem como do grau de frescor da carne

Vários fatores podem afetar a coloração da carne. Animais que sofreram estresse intenso antes de serem abatidos apresentam uma cor amarronzada e também a carne fica mais seca e dura. Então para não errar na hora de escolher a carne, observe que sua cor deve estar entre cereja e vermelho brilhante.



COMO ACENDER A CHURRASQUEIRA



Esse provavelmente é um desafio que muitas pessoas passam na hora de iniciar o churrasco: como acender a churrasqueira e preparar a brasa perfeita para receber as carnes. Nesse capítulo você verá algumas formas bem fáceis de como acender o carvão e deixar o braseiro no ponto certo.

Álcool Puro

Apesar de ser uma maneira simples de acender a churrasqueira utilizando o álcool, é bom ter atenção com alguns detalhes:

- Escolha um álcool que seja diluído acima de 92° GL;
- Espalhe o carvão preenchendo o fundo todo da churrasqueira;
- Despeje uma quantidade boa de álcool pelo carvão;
- Em seguida, com muito cuidado e de longe, acenda um palito de fósforo ou ateie fogo em um pedaço de papel e jogue no carvão;
- Aguarde formar o braseiro.

Papel higiênico e Óleo

Essa é uma das formas mais eficazes de fazer a brasa. Você só vai precisar seguir os seguintes passos:

- Enrole um pouco de papel higiênico na mão, formando uma espécie de cone;
- Abra um espaço no meio do carvão para que o papel seja colocado;

- Despeje um pouco de óleo de cozinha no meio do cone de papel;
- Ateie fogo;
- Após acender o papel, faça uma pirâmide de carvão à sua volta. A função da pirâmide é fazer uma espécie de tocha que manterá a chama viva tempo suficiente para que ela pegue no carvão.

Rolo de Jornal

A técnica do rolo de jornal, também chamada de “sistema vulcão”, também é muito eficiente. Você precisará de uma garrafa de vidro e um jornal velho.

- Enrole as folhas do jornal fazendo tiras;
- Depois, enrole essas tiras em uma garrafa, mas sem tampar a parte fina e o fundo dela;
- Coloque a garrafa em pé dentro da churrasqueira e a envolva com carvão;
- Tire a garrafa de modo que o jornal fique com o formato dela;
- Ateie fogo.

É importante deixar o espaço deixado pela garrafa para que o oxigênio circule entre ele e as tiras, contribuindo para que a chama pegue mais rápido.

Técnica do Pão

Com certeza você já utilizou ou viu alguém utilizando essa técnica:

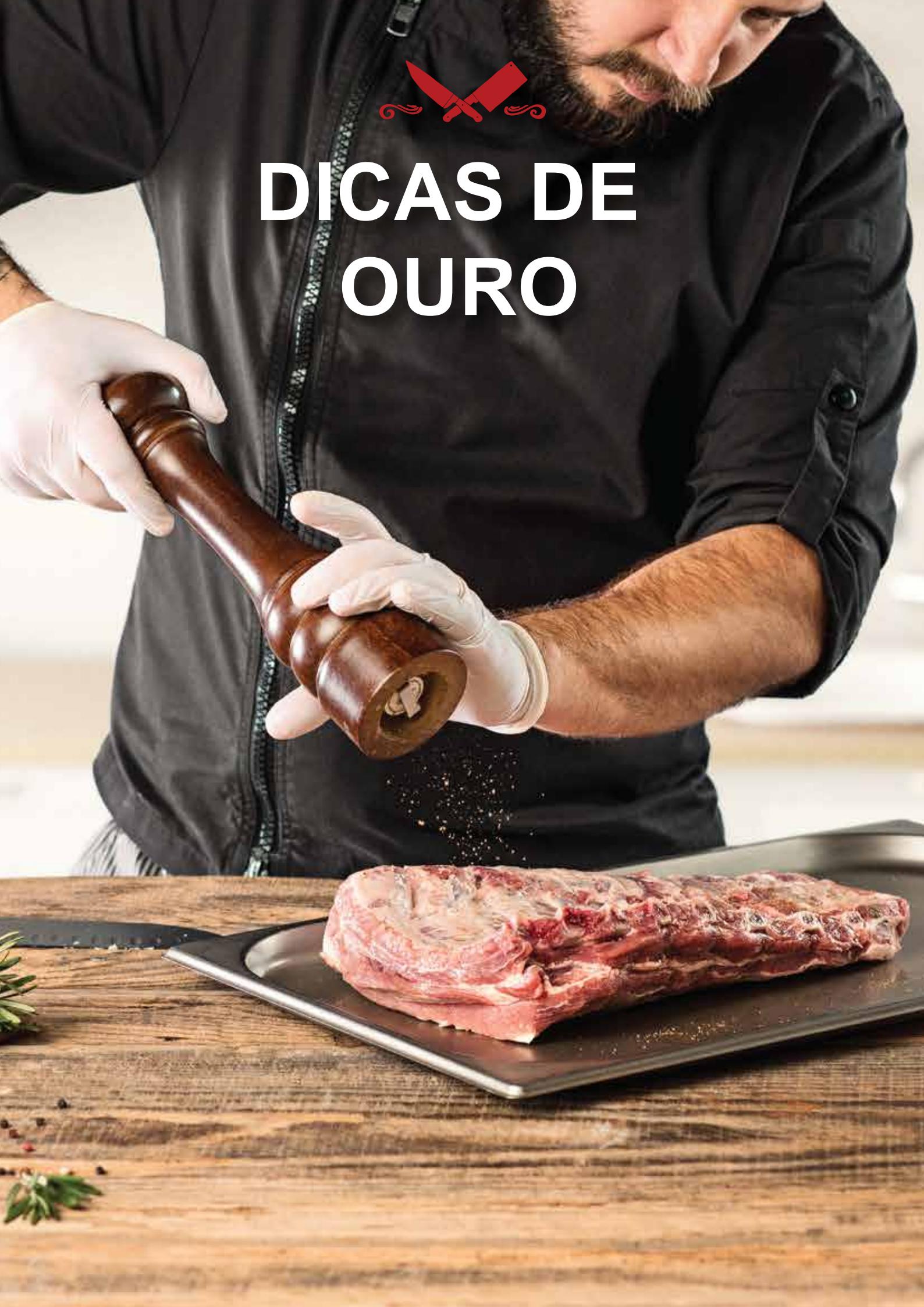
- Pegue metade de um pão francês velho e o encharque com álcool;
- Coloque o pão no fundo da churrasqueira;
- Envolva o pão com pedaços grandes de carvão fazendo uma espécie de pirâmide;
- Com cuidado, ateie fogo.

Acendedor automático

O acendedor automático é bastante prático: ele é um ferro que você coloca na churrasqueira entre o carvão e pluga na tomada. Ele esquenta e em menos de 5 minutos o braseiro se inicia.

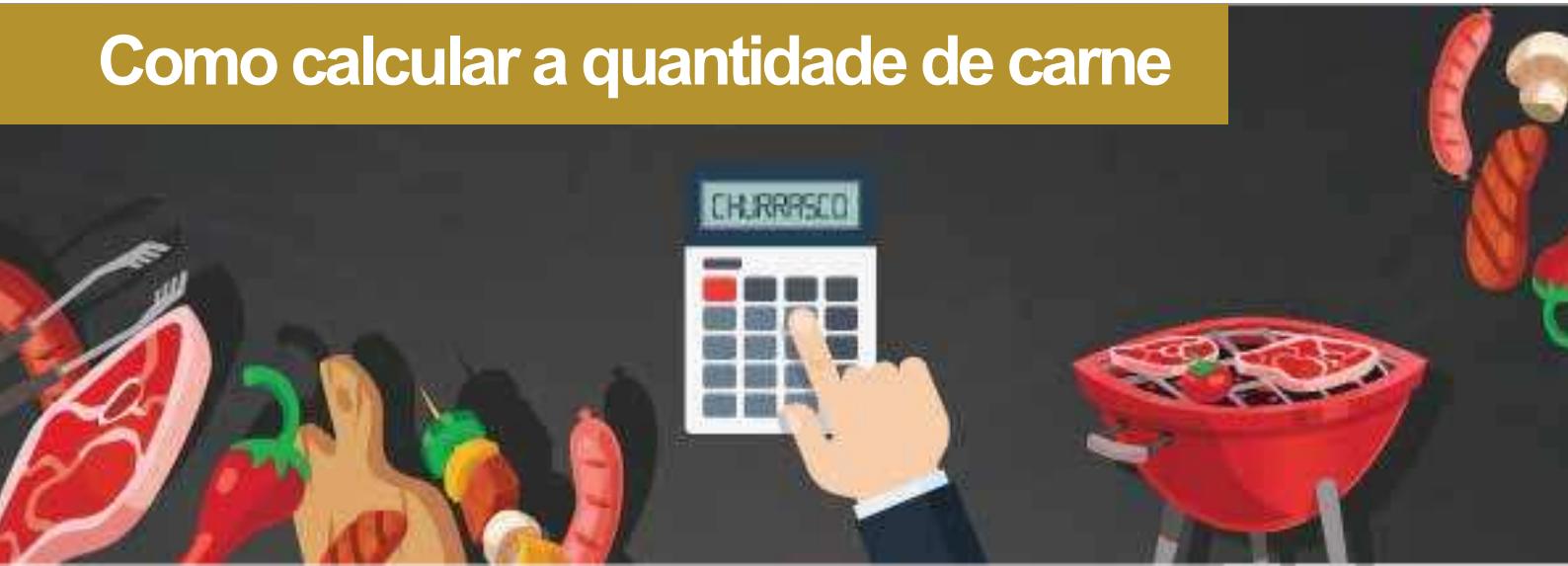


DICAS DE OURO



Agora que já sabemos quais os melhores cortes para churrasco, como escolhê-los na hora da compra e como acender a churrasqueira, vamos para as dicas de ouro:

Como calcular a quantidade de carne



Uma dúvida comum na hora de planejar um churrasco é como calcular a quantidade de carne para não faltar e nem sobrar demais.

O cálculo médio é de 400g de carne por pessoa (no caso de adultos). Se você fizer por exemplo linguiça toscana, tulipa de frango e picanha, a conta por pessoa será: 200g de picanha, 100g de linguiça e 100g de tulipa.

Vale lembrar também dos acompanhamentos que você pode servir, como por exemplo: saladas, farofa, vinagrete e pães.





Para saber se a temperatura da brasa está boa, você usará um termômetro muito simples: sua própria mão.

Você deve colocar a mão uns 15 cm acima o fogo e contar cinco segundos. Se tirar antes desse tempo, está muito quente e você pode usar cinza do churrasco anterior para abaixá-lo. Se aguentar mais de cinco segundos, o fogo está baixo e você deve alimentá-lo com mais carvão. A temperatura ideal do braseiro é de 400°C.



Grelha ou Espeto?



Essa é uma discussão eterna: churrasco na grelha ou no espeto?

Nos nossos vizinhos Uruguai e Argentina, onde o churrasco já faz parte da cultura gastronômica, a preferência é pela grelha. Já na região sul do Brasil, que também possui uma tradição forte do churrasco, o espeto é o favorito.

Podemos já dizer que não existe um jeito melhor que o outro, cada um tem suas vantagens e são ideais para cada tipo de carne.

Uma das vantagens de usar a grelha é que a carne pode ser assada por inteiro, fazendo com que ela fique suculenta mais facilmente. Diferente do espeto na grelha você não precisa furar a carne, e isso faz com que todo o suco permaneça dentro dela. Por isso ela é ideal para carnes sem osso, como a picanha, maminha, contra filé, linguiças, dentre outros.

O espeto é ideal para carnes com osso, como a costela, e também para cortes mais gordos e inteiros, como o cupim e a ponta de peito. Mas isso não impede você de assar outros tipos de carne, como a picanha, e ir casqueando ela para servir.



Alguns utensílios são essenciais para realizar um bom churrasco. Além da grelha e espetos que já falamos, você vai precisar de pelo menos uma tábua razoavelmente grande, uma boa faca afiada, uma chaira para acertar o fio da faca e um garfo ou pinça para virar e segurar a carne na hora de cortar.

Salgando a Carne



Existem dois momentos em que você pode salgar a carne: antes de ir à grelha e depois da grelha, e cada um deles vai gerar um resultado diferente.

Salgando momentos antes de levar à grelha, o ideal é utilizar o sal grosso, espalhando pela carne sem esfregar.



A carne vai perder um pouco mais de líquido comparando com a salgada depois da grelha e terá um sabor um pouco mais acentuado.

Se você preferir salgar depois, utilize de preferência flor de sal. Você perceberá que a carne perdeu menos suco e sentirá mais o sabor natural, sem interferências.

Pontos da Carne

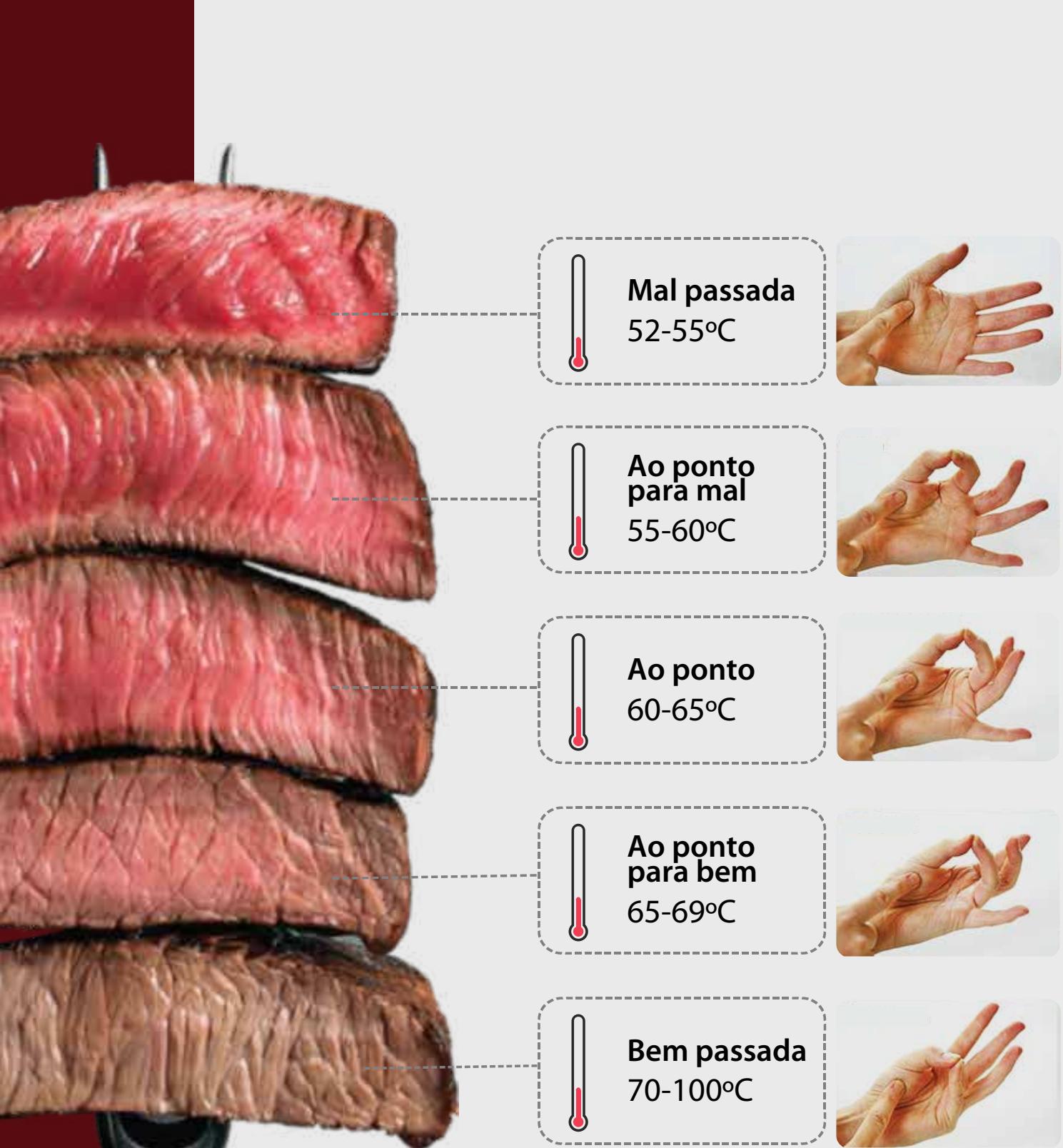


Essa é mais uma polêmica nos churrascos. Sabemos que as opiniões quando o assunto é o ponto da carne variam muito. Alguns gostam de sentir melhor o sabor da carne optando pelo mal passado, outros não querem nenhum pouco de “sangue” na carne e escolhem o bem passado.

A melhor forma de saber se a carne alcançou o ponto desejado é pela temperatura interna, para isso você vai precisar de um termômetro culinário.

Para quem não tem um termômetro e quer saber de um jeito mais simples como está o ponto, você pode usar a técnica dos dedos que funciona da seguinte forma:







Antes de cortar a carne, você precisa identificar o sentido das fibras da peça. Em alguns cortes é mais fácil enxergar as fibras, em outros é mais difícil; então, é preciso atenção. A carne deve ser cortada sempre no sentido contrário às fibras. Basta manter a lâmina da faca em um ângulo de 90 graus (sentido transversal) em relação as fibras. Com este procedimento, garantimos que a faca faça o trabalho mais difícil (o de cortar as fibras) e nossos dentes o trabalho mais fácil (apenas de separar as fibras).





FOGO DE CHÃO



A tradição do fogo de chão, original do sul do país, se espalhou e criou adeptos por todo o Brasil. Além da carne assada em fogo de chão ter um sabor único de defumação, todo o seu processo e ritual de preparo encanta quem é apaixonado pela brasa.

No fogo de chão pode ser assado praticamente qualquer tipo de carne: costela bovina, leitão, cordeiro, aves e até peixes.

Para o preparo, você deve posicionar as lenhas a uma distância aproximada de meio metro dos espetos e distribuída à frente e atrás das carnes que serão assadas. O ideal é saber dosar a quantidade de lenha para garantir um fogo uniforme e contínuo que irá assar as carnes por completo, sem secá-las. O tempo de cocção vai variar para cada tipo de carne, de acordo com suas características.

Costela Bovina



Com certeza essa é a preferida quando o assunto é fogo de chão. Além de ficar muito saborosa, é uma carne de fácil preparação.



Uma costela de 20kg necessita de um tempo de cocção de aproximadamente 6 horas e serve até 35 pessoas.

A quantidade de lenha ideal é de meio metro cúbico, e dê preferência para madeiras duras e com tempo de queima lento, como o carvalho.

Cordeiro



O cordeiro no fogo de chão é preparado de uma forma bem simples. Você deve abrir o animal ao meio e colocá-lo numa cruz de ferro, prendendo as extremidades com arame. Para a carne ficar mais saborosa, você deve incliná-la em direção às brasas com a parte dos ossos virada para baixo, assim a gordura escorre para o fogo e se mantém na carne, o que dá mais gosto. Para temperar o cordeiro, você vai usar apenas água e sal (salmoura) e o tempo para assar um animal de 20kg é de pouco mais de 4 horas. Para não errar no ponto, é preciso ficar atento: a carne deve estar bem enxuta e ser retirada do fogo antes que comece a secar.



O preparo do leitão no fogo de chão exige um tempo maior do que outros tipos de carne. Em média um porco de 35kg a 45 kg necessita de um tempo de cocção de pouco mais de 12 horas. Depois desse tempo sua carne está ao ponto, crocante, dourada e com a temperatura interna adequada. Um animal com esse peso serve até 50 pessoas.

Existem dois métodos bastante comuns para se assar um leitão. No primeiro, utiliza-se duas pontas com espetos no formato Y nos dois lados entre as brasas, fixando o porco em outro espeto que fica suspenso a uma distância de 30cm a 60cm do chão, entre os espetos Y. Nessa posição é possível girar o espeto com o animal quando precisar.

O segundo método é igual ao do cordeiro: basta abrir o leitão no meio e colocá-lo em uma espécie de cruz ou grelha que ficará um pouco inclinada na vertical com brasa no chão de ambos os lados.



Esse é um método ainda pouco conhecido, mas que deixa o frango simplesmente delicioso. Assim como o leitão no fogo de chão, o varal também utiliza duas estacas no formato de Y fincadas na terra com uma terceira na transversal apoiada e unindo as duas em Y.

As aves podem ser recheadas com cebolas, pimentões, cenouras e alho. Uma vez recheadas, as aves são fechadas com barbantes e penduradas no varal com correntes ou arame. O tempo de cocção é de 7 horas e durante todo o processo você pode pincelar os frangos com uma combinação de manteiga, sal, azeite e pimenta.

Legumes ao Rescoldo



Rescoldo é uma técnica de assar legumes e outros alimentos no chão, em volta da brasa, ao mesmo tempo que as carnes são assadas. Você pode utilizar batata, abóbora, cebola, cenoura, dentre outras.

O processo consiste em torrar o alimento por fora e deixá-lo com um sabor defumado e macio por dentro. O tempo de cocção varia para cada alimento, com uma média de 5 horas.

BÔNUS



RECEITAS PARA SEU CHURRASCO



Picanha Selada



Em uma grelha com a brasa bem forte, coloque a picanha inteira - com a gordura virada para cima - por aproximadamente 5 minutos. Depois vire a gordura para baixo e deixe até que ela fique dourada. Retire da grelha e deixe descansar por aproximadamente 4 ou 5 minutos. Isso fará com que o suco da carne seja redistribuído pela peça inteira.

Fatie a picanha em bifes ou em tiras de, no mínimo, dois dedos de altura, adicione sal grosso e volte para a grelha. Asse por aproximadamente dois minutos de cada lado, de acordo com o ponto que deseja servir.

Fraldinha ao Alho



Para preparar a fraldinha ao alho, você vai precisar de:

- 1 Peça de Fraldinha
- $\frac{1}{2}$ Tablete de Manteiga
- 1 Cabeça de Alho

Em um recipiente, misture bastante a manteiga com o alho bem picadinho. Salgue a fraldinha e besunte os dois lados da peça com a mistura que você preparou. Feito isso, leve a fraldinha para a grelha e deixe por 10 minutos de cada lado. Antes de servir, você pode finalizar adicionando alho frito em flocos sobre a carne.

Bife Ancho na Pedra de Sal Rosa



- Bife Ancho
- Pedra de Sal Rosa
- Azeite

Leve a pedra de sal rosa para churrasqueira para que ela aqueça por aproximadamente 10 minutos. Quando a pedra já estiver quente, passe azeite sobre ela e deixe esquentar mais alguns minutos.

Coloque o Bife Ancho sobre a pedra e deixe grelhar por 5 minutos de cada lado. Quando ela já estiver dourada, retire-a da churrasqueira e espere descansar por alguns minutos antes de servir.

Maminha no Shoyu e Gengibre



- 1 Peça de Maminha
- Molho Shoyu
- Gengibre

Faça uma marinada de Shoyu com Gengibre. Fatie a maminha em bifes e deixa marinando por aproximadamente meia hora. Após marinhar, leve os bifes para a grelha e deixe-os de 5 a 7 minutos de cada lado. Você verá que os dois lados ficaram com a casquinha caramelizada, o que dará um toque especial para a receita.

Retire os bifes da grelha e deixe-os descansar por alguns minutos. Se preferir você pode adicionar flor de sal antes de servir.