

DOCÊNCIA NAS DISCIPLINAS DE HABILIDADES E TÉCNICAS CULINÁRIAS I E II DO CURSO SUPERIOR DE GASTRONOMIA DO IFCE - BATURITÉ

Autor: Leandro, Frota¹

¹Professor Especialista substituto do curso superior em Gastronomia do Instituto Federal do Ceará – Baturité, Brasil – Leandro.restrepo@ifce.edu.br

Resumo: O artigo apresenta a importância das disciplinas de Habilidades e Técnicas Culinárias I e II e mostra as principais técnicas que os estudantes deverão aprender durante os dois semestres e as novas metodologias aplicadas dentro da universidade por um professor que atua como Chef profissional. Os resultados surpreendem pelo fato dos estudantes sentirem-se vibrando e empolgados com a nova didática e surpreendem-se com os bons resultados e o grande aprendizado em sala de aula.

Palavras-chave: Educação; Didática; Profissionalismo; Cozinha;

INTRODUÇÃO

A disciplina de Habilidades e Técnicas Culinárias apresentada pelo curso Superior em Gastronomia do Instituto Federal do Ceará – Campus Baturité é uma disciplina obrigatória para o graduando e que se divide em dois semestres¹. No segundo semestre do curso os alunos têm a primeira aula prática em laboratório, começando com a disciplina de HTC 1, que contempla o estudo e execução dos cortes e métodos de cocção de vegetais, frutas, legumes e preparos com ovos, sopas, fundos, cremes, cozimento com grãos e batatas. Os alunos aprovados seguem para cursar a disciplina HTC 2, no semestre seguinte, onde aprendem práticas de corte, cocção e preparo com proteínas de origem animal (incluindo carnes bovinas, ovinos, caprinos, peixes e outros). As referidas disciplinas estão presente em muitos Projetos Pedagógicos dos Cursos (PPC) dos cursos de gastronomia de várias Instituições de Ensino Superior (IES) do Brasil. Em algumas IES, as disciplinas recebem nomenclaturas diferentes, tais como: Corte e Tratamento de Alimentos na Unifametro; Habilidades de Cozinha na UniNassau; Habilidades Básicas e Tecnológicas na UniChristus; e outros nomes, porém com a mesma ementa, contemplando o ensino de cortes, vocabulário, técnicas de cozimento e métodos de cocção e bibliografias semelhantes, incluindo obras científicas imprescindíveis como, por exemplo, Técnicas de Cozinha Profissional (2009) e Todas as Técnicas Culinárias - Le Cordon Bleu (1997). Uso de livros com conteúdo científico é essencial para as aulas que buscam qualificar profissionais para o mercado de trabalho, em cozinhas profissionais, com a finalidade de repassar práticas com base na rotina e na prática. O presente artigo visa apresentar um relato de

experiência em docência no ensino superior, precisamente no curso de gastronomia do Instituto Federal do Ceará, Campus Baturité, nas disciplinas HTC 1 e 2. O relato acontece pela visão de um docente bacharel em Gastronomia e com experiência diária de Chef de Cozinha com a finalidade de transformar o aprendizado de estudantes que, por vezes, sonham em um dia chegar a tal patamar por meio dos aprendizados dentro da universidade, mas com um toque de rotina e dia a dia de um grande restaurante. Dentre os objetivos específicos desse relato, citam-se: descrever como se instigou para as principais habilidades de corte em frutas, carnes e legumes; para a aptidão com os processos de produção de fundos, caldos e molhos; para as diversas técnicas de cocção consideradas fundamentais na cozinha profissional; para o ensino do manuseio de aparelhos, equipamentos, ferramentas, máquinas e utensílios; e para o diálogo, liderança, trabalho em equipe e organização do espaço e do tempo da entrega das preparações prontas durante as aulas.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência que se caracteriza por ser descritivo e pontuar os principais aspectos considerados relevantes na descrição deste. De acordo com Gil², o estudo descritivo se define pela apresentação minuciosa de determinado fenômeno ou do estabelecimento de relações entre variáveis. O público alvo envolvido no estudo foram os alunos das disciplinas de HTC 1 e HTC 2 dos semestres de 2021.1 e 2021.2 do curso de tecnologia em Gastronomia do Instituto Federal do Ceará, Campus Baturité. Os alunos fazem parte da turma do 3ª e 4ª semestre do referido curso e tinham idade entre 18 e 49 anos, sendo homens e mulheres. Para o relato de experiência foram consideradas as

aulas do semestre 2021.1, entre as datas de 07 de fevereiro e 30 de junho, realizadas na Cozinha Quente e na Cozinha Fria do citado campus, totalizando 07 (sete) aulas práticas; e do semestre 2021.2, no período de 05 de abril a 25 de julho de 2022, com 05 (cinco) aulas práticas, todas às terças-feiras. A turma de HTC 1 contava com 36 alunos ativos e a turma de HTC 2 contava com 30 alunos ativos. O critério para os alunos participarem das disciplinas foram apenas terem concluído as aulas teóricas ministradas pelo outro professor da disciplina. A coleta dos dados aconteceu durante as aulas através de entrevistas com os próprios alunos. O planejamento cronológico das disciplinas se deu por nível de dificuldade das preparações, onde nos primeiros dias de aula os alunos iniciavam a prática mais simples através de cortes e beneficiamento de legumes, tubérculos, frutas e verduras e os principais materiais utilizados, além dos utensílios e equipamentos de cozinha, foram as Fichas Técnicas. Nas demais aulas apresentavam-se os processos mais complexos, como as técnicas de cocção e a ciência de alimentos. Nas Fichas Técnicas eram inseridas todas as informações que necessárias para a realização das preparações (Figura 1).

Ficha Técnica de Padronização		
Campus Baturité		
Curso de Gastronomia		
Disciplina: Habilidades e Técnicas Culinárias I		
Aula 03: Cozimento de Grãos e Preparação com Legumes		
Professor: Leandro Restrepo		
Nome da Preparação: Arroz Créole		
Item	Peso Bruto	Peso Líquido
Arroz de grão longo	250g	
Água ou fundo	1,5L	
Manteiga sem sal (opcional)	90g	
Sal	Qb	
Modo de Preparo		
1) Salgar a água do cozimento (o volume da água deverá ser 6x do arroz)		
2) Jogar o arroz em forma de nuvem sobre a água fervendo.		
3) Mexer até entrar em ebulição.		
4) Cozinhar em fogo médio por 20 minutos.		
5) Escorregar e reservar.		
Observações: Coloque o arroz em uma assadeira e ponha na assadeira por cima. Tampe e deixe secar no fogo baixo.		

Figura 1 – Modelo de Ficha Técnica

O material utilizado nas práticas era publicado com pelo menos sete dias de antecedência na plataforma do Google Classroom para que os alunos tivessem tempo hábil para estudar. Para atingir os objetivos propostos das referidas disciplinas, foram realizadas duas avaliações: a primeira escrita, com base nos estudos dentro de sala de aula e dos livros utilizados como fontes bibliográficas; e a segunda uma prática, ou seja, dentro da cozinha com preparos definidos na hora pelo professor, assim como as equipes. Todos os recursos utilizados na compra de insumos foram financiados pelo Governo Federal com base nas leis de diretrizes orçamentárias e no planejamento financeiro efetuado

para o curso em questão. A metodologia utilizada em sala de aula era dividida em duas partes: aula expositiva e método ativo de aprendizagem. No início da aula era feita uma apresentação das técnicas de cozimento, tipos de calor, sub-técnicas e outras informações relevantes para a prática, duração de pelo menos 50 minutos. Após a prática, ou seja, na hora da apresentação dos pratos, os papeis são trocados e os alunos apresentavam seus preparos, discutindo e levantando críticas, construindo conhecimento em conjunto. Conforme a pirâmide de aprendizado de William Glasser (1995-2013), aprendemos cerca de 80% quando fazemos e 95% quando ensinamos. Um cozinheiro na hora de verbalizar seu conhecimento profissional é obrigado a racionalizar todo os processos e expressar com detalhes os métodos utilizados fixando ainda melhor o seu conhecimento².

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A melhor maneira de um professor entender e perceber se está explicando bem, se está sendo claro e didático com o conteúdo dentro da sala de aula é através das respostas que seus alunos dão nas provas teóricas que reflete diretamente o entendimento ou não do que está sendo explanado. Desde antes que fossem começadas as disciplinas o professor iniciante, que era Chef, já era por muitos considerado o grande temor do curso. A apreensão nos primeiros dias de aula foi enorme. Alunos passaram mal de nervosismo assim como outros momentos onde alguns apresentavam sentir grande pressão e tiveram que se ausentar de sala por um tempo até para se recompor. Nas primeiras aulas podemos aprender os tipos e as técnicas principais de cortes utilizadas na gastronomia mundial. A ênfase de uma educação em serviços de alimentação está em estudar e praticar uma série de habilidades, entretanto, atitudes são mais importantes que habilidades, aprendendo a superar dificuldades que irão surgir⁴. Durante a disciplina de HTC 1 os alunos aprendem as técnicas de cocção, os tipos de calor: calor seco, calor úmido, misto, radiação e suas aplicações dentro da cozinha. Outra atividade importante na disciplina foi a leitura e interpretação das Fichas Técnicas, compreendendo os princípios do Fator de Correção e Fator de Cocção. Também foi ensinado as questões de segurança na cozinha, cuidados pessoais, armazenamento correto dos alimentos (etiquetagem), limpeza e higienização da cozinha; uso correto das facas e suas variações; ergonomia na cozinha e como afiar e amolar corretamente as suas facas. Todos estes assuntos são fundamentais para uma boa *mise en place* na cozinha. Dentro da sala de aula eles aprenderam a importância e a metodologia correta de cada etapa de uma preparação, com a finalidade de desempenharem as atividades com maestria e construir uma boa valorização pessoal e destaque profissional. Nos

primeiros dias de aulas, muitas das grandes dúvidas surgiram, dentre elas sobre o recorte fictício da imagem do Chef, que ao chegar na cozinha e encontra tudo pronto, só para ele finalizar seus pratos. Essa imagem logo é desmanchada nesses primeiros momentos. O docente teve a preocupação em ensinar aos alunos todas as etapas do processo de preparação, desde o recebimento, a seleção, a higienização, o pré-preparo e até mesmo a pós-cozção. Momentos como os de aprendizado dos principais cortes em legumes foi sem dúvida um dos mais aguardados pelos futuros gastrólogos. A aula de cortes de vegetais foi dividida em duas, sendo a primeira demonstrativa e a segunda de execução individual. Na demonstrativa o docente ensinou os principais cortes, distinguindo e justificando cada um deles: *Pont-neuf*; *Batonnet*; *Alumette*; *Julienne*; *Mirepoix*; *Macedônia*; *Paysanne*; *Brunoise*; *Sifflet*; *Rondelle*; e o *Chiffonade*. O professor apresentava cada etapa do processo, executando cada um para que eles vissem e depois repetissem na aula de execução. Por mais que se veja ou estude dentro da ciência prática, que é a gastronomia, não há nada mais valioso do que treinar constantemente as suas habilidades. Notou-se claramente que os alunos que não tinham experiência apresentavam mais dificuldades e demoravam mais nessas etapas iniciais, diferentemente daqueles que tinham mais habilidades práticas devido as atividades domiciliares ou similares, que mesmo não sabendo o nome dos cortes corretamente, encontravam mais facilidade na hora da execução. Durante a referida aula muitas dúvidas foram resolvidas e a execução dos cortes foram acompanhadas de perto para que cada um entendessem e aprendessem os fundamentos básicos. O corte preciso dos ingredientes em uma variedade de formas e tamanhos pode agregar valor aos pratos torando-os muito atraentes para o cliente³. Reiteramos que não foi apenas em 4 aulas que os alunos acertaram com êxito os cortes, mas apenas com anos de prática e estudo. Entretanto, o resultado final das práticas, precisamente desta de cortes, acaba sendo bem satisfatório pelo fato das técnicas serem praticadas em praças com até seis alunos por equipe, onde acaba acontecendo a aprendizagem em cooperativa, onde um colaborar com o outro. Na Figura 2 encontram-se imagens dos cortes resultantes de uma das aulas, realizados por uma das equipes.

Nas aulas seguintes, os alunos aprenderam técnicas fundamentais para as próximas disciplinas, entre elas: branqueamento em água; formação de *bouquet garni*; *sache d'epices*; mirepoix tradicional; mirepoix claro; cebola piquée; cebola brulée; cortes com frutas; tomate concassé; remoção da pele de pimentões; e outras técnicas relevantes. A seguir serão relatadas duas aulas sobre o processo de cocção e uso do fogão para o preparo completo de alguns alimentos. Para as mesmas foram utilizados os estudos com grãos de cereais e leguminosas, pois compreendem tipos

variados, como: arroz de grão curto, grão médio, grão longo, lentilha, grão de bico, quinoa, feijões e outros. Nesse momento os alunos conheceram a importância da técnica de hidratação ou demolho de alguns alimentos para melhorar cozimento e gastar menos tempo no preparo. Aprenderam a trabalhar com a panela de pressão e com o cozimento *simmer*, cozimento por ebulição, preparo de risoto, arroz escorrido, arroz doce, arroz aromatizado e outros. Acredito que como docente e cozinheiro profissional, uma das estratégias mais importantes que podemos repassar aos alunos, para que eles tenham maior potencial de conhecimento é apresentar os mais diversos tipos de insumos, para que tenham contato com as mais variedades e conheçam a melhor forma de coccioná-los ou beneficiá-los, reduzindo os desafios que vão enfrentar quando entrarem no mercado de trabalho e se depararem com esses tipos de insumos.



Figura 2: Cortes de vegetais realizados por equipes da disciplina de HTC 1 do IFCE do Campus Baturité – CE

O professor é o motivador na cozinha, pois ele oferece um motivo para que os outros não desistam e ajam⁹. Nas aulas seguintes os alunos executaram uma das práticas mais inesquecíveis devido ao aroma deixando no ambiente, que foi a aulas de preparo de fundos e caldos de legumes; *fumet*; *bisque*; bovino; aves; cogumelos; clarificação de caldos; *demi-glace*; molho de tomate; molho *bechamel*; e outros que são relevantes para o futuro profissional. Essa aula foi rica em conhecimentos e onde se trabalhou cada preparação de forma sucinta, esclarecendo as dúvidas dos alunos e habilitando o senso crítico dos mesmos. Nessa prática, buscou fazer com que os alunos entendessem que a gastronomia é passível de leis e os provocando a utilizarem nas suas próprias receitas.

Na aula de preparo de molhos, foram executados: maioneses, espessantes e suas variações. Nesse momento, os alunos já conheciam as bases e desenvolveram outros molhos como: *hollandaise*; *mornay*; *espanhol*; *bernaise*; *velouté*; *poivre* e outros. Também foi ensinado o preparo de *roux*; *beurre manié*; *slury*; *aioli* e outros tantos. Foi aqui que o docente começou a deixar bem claro que existia uma grande ciência no preparo dos alimentos, onde cada reação química promoverá um aspecto e uma característica apropriada quando se aplica de forma técnica e não mais intuitiva. Também foi ministrada aulas sobre sopas, preparos com ovos e entre as receitas executadas citamos: sopa de carne; canja; sopa de grãos; ovo cocote; omelete; ovo mollet; ovo poché e tantos outros. Outra prática importante para os alunos foi a de técnicas de cozimento, porém, a aula mais longa e com o maior número de preparações. Nela os alunos foram preparados para aprender os mais diversos tipos de cozimento de alimentos, principalmente executados nas cozinhas profissionais e puderam adquirir conhecimento suficiente para que sejam avaliados ao final do dia por meio de explicação das suas preparações para toda a turma. Foram executados cerca de 30 preparos, divididos entre cinco equipes, onde algumas, ainda fizeram preparações repetidas. Como principais técnicas de cocção temos: refogados; assados; assados ao forno; confit; salteados; fritura rasa; fritura média; fritura por imersão; cozimento por vapor; cozimento químico; cozimento por radiação; grelhados; cozimento à vácuo (*sous-vide*); infusões de aromáticos; manteigas compostas; reduções; manteiga clarificada; obtenção de clorofilas; chutney; relish; pickles; empanados (cinco tipos diferentes); cozimento de massas; escalfados e outros mais⁶. Ao término da aula de técnicas de cocção, foi feita avaliação das equipes e dos preparos, considerando o domínio do conteúdo pelos alunos, das performances durante a prática e dos saberes técnico-científico; onde foi dada nota de zero a dez, como um estímulo à melhoria. Os alunos aprovados e seguiram para a disciplina de HTC 2; e devido à demanda, a mesma ocorre uma semana após

a conclusão da HTC 1. Assim, os alunos na HTC 2 possuem conhecimento de nível avançado e propriedades mínimas para desenvolver tais preparações. Nessa disciplina foram ensinados cortes e técnicas culinárias com insumos de origem animal (Figura 3): aves, bovinos, pescados e outros. Nas práticas de HTC 2 a dinâmica foi alterada e o nível das aulas saiu do amadorismo e atingiu melhorias nas habilidades dos alunos. As cobranças e exigências tornam-se maiores e os alunos aceitaram tal responsabilidade e se empenharam nas práticas. Todas as técnicas culinárias aprendidas na disciplina anterior foram aplicadas, dando continuidade ao conhecimento, que facilitava na apresentação dos novos conteúdos.



Foto: Dados do estudo.

O trato e beneficiamento das carnes é fundamental nessa disciplina. O aluno tem que desenvolver a criatividade e entender a bioquímica das proteínas animais, além de conhecer os melhores resultados gustativos para cada uma delas. Durante a disciplina são vistos os cortes mais nobres até os mais simples que tornam o grande propósito da aula o aprendizado da técnica de cozimento. Alinhado a ciência com a técnica o aluno estará apto a desenvolver preparos que alcancem a excelência de uma proteína sempre macia e saborosa com o corte certo a ser utilizado na receita escolhida. Ao longo das aulas práticas os alunos aprenderam a preparar: Braseado (Estufado), Guisado, Ensopado, Grelhado (chapeado), Salteados, Lardeado, Bardeado, Assado em Forno (Rôtir), Arroser, e outras técnicas e sub-técnicas de cocção para que entendam que qualquer carne poderá ficar macia e suculento apenas dando-se atenção aos respectivos processos de cozimento que ela irá passar. Além disso, foi ensinada as técnicas de preparo de acompanhamentos e guarnições para que tivessem mais contato com o fogão. O docente buscou fazer com que os alunos ganhassem mais confiança ao preparar os alimentos, sugerindo o número de repetições. Algumas técnicas do semestre anterior foram reproduzidas novamente, porém utilizando proteína animal, como frituras, seja rasa, como empanado, ou por imersão, os alunos aplicavam as técnicas em busca de ótimos resultados em textura e sabor. Outra técnica que surpreendeu os alunos foi a da Marinada. O objetivo principal desta é de saborizar e amaciar a carne tornando-as ainda mais

tenras e aromáticas⁷. Cada tipo de proteína tem a sua marinada diferente, não só em técnica, podendo ser crua ou cozida, como também sendo úmida ou seca⁸ assim como vemos em seu preparo já finalizado e pronto para o consumo na Figura 4. Durante o restante das aulas demonstrativas o docente buscou oferecer conhecimentos diversos sobre os insumos de origem animal, bem como o 'ponto' de cocção para as mesmas.

Figura 4 - Preparos com Frango – HTC 2



Foto: Dados do estudo

Alguns processos são destaques, pois os alunos devem estar afiados para aprender e dialogar sobre eles: caramelização, reação de maillard, gelatinização e desnaturação proteica. Estes foram ensinados ressaltando que devem saber piamente para que, quando profissionais, tivessem habilidades necessárias de atingir cada um deles de maneira proposital e buscando encontrar novos sabores.

CONCLUSÃO

A experiência docente, de um semestre inteiro de apenas aulas práticas, proporcionaram não só uma bagagem educacional e pedagógica para continuar trabalhando nesse setor com mais maestria e dignidade, mas também traz à tona que todo curso superior de gastronomia deveria formar profissionais qualificados em várias áreas. Os alunos ganham muito e desenvolvem aptidões únicas de como irão se portar e se apresentar ao mercado de trabalho. A rotina de uma cozinha laboratorial atrelada a cozinha profissional eleva mais ainda os conhecimentos dos mesmos, podemos ver isso nos preparos da Figura 5. Entende-se que a cobrança pelo domínio do assunto e aprendizado do conteúdo é enorme, assim como dedicar-se ao máximo a ter postura, posicionamento, controle e comando de grandes e bons futuros chefs.

Figura 5 - Preparações dos Alunos de HTC 2 – 2021.2



Foto: Dados do estudo.
Referencias

AGRADECIMENTOS

Escreva os agradecimentos aqui.

REFERÊNCIAS

- ¹PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO – PPP DO CURSO SUPERIOR TECNOLÓGICO EM GASTRONOMIA DO IFCE: BATURITÉ, 2014, 105 P.
- ²ATALA, A. ESCOFFIANAS BRASILEIRAS ALEX ATALA COM CAROLINA CHAGAS. SÃO PAULO: LAROUSSE DO BRASIL, 2007, 527 P.
- ³GIL, A. C. MÉTODOS E TÉCNICAS DE PESQUISA SOCIAL. 6. ED. SÃO PAULO: ATLAS, 2008.
- ⁴RIPPINGTON, NEIL. CURSO INTRODUTÓRIO DE CHEF PROFISSIONAL. 2. ED. ATUAL. BARUERI, SP: MANOLE, 2014. 223 P
- ⁵GISSLEN, WAYNE. CULINÁRIA PROFISSIONAL. BARUERI, SP: EDITORA MANOLE, 2012. 1055 P.
- ⁶SEBESS, MARIANA. TÉCNICAS DE COZINHA PROFISSIONAL. 3 ED. REV. E AMPL. 4. REIMPR. RIO DE JANEIRO: SENAC NACIONAL, 2014. 360 P.
- ⁷BOUÉ, VINCENT. A ENCICLOPÉDIA DA GASTRONOMIA FRANCESA. RIO DE JANEIRO. ERIURO, 2010.
- ⁸LOBO, RITA. PANELINHA: RECEITAS QUE FUNCIONAM. 5ª ED. SÃO PAULO. ED. SENAC SÃO PAULO, 2012.
- ⁹CHESSER, JERALD W. GESTÃO DE SÉRVIOS DE ALIMENTAÇÃO: LIDERANÇA E DESENVOLVIMENTO DE RECURSOS HUMANOS PARA A GASTRONOMIA. 5ª ED. BARUERI, SP: MANOLE, 2016. 332 P.