



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL, IP



Ppt

PORTUGUÊS PARA TODOS

Programa PPT
Português para Todos

MANUAL DE PORTUGUÊS TÉCNICO

Área de Educação e Formação

Restauração

UFCD

PT 2 - Português Técnico aplicado à Área
da Restauração
(código SGFOR 09097AF)

25 horas



Ficha Técnica

Propriedade	Instituto do Emprego e Formação Profissional, IP
Título	Manual de Português Técnico aplicado à área da Restauração
Coordenação técnico pedagógica	Instituto do Emprego e Formação Profissional, IP Departamento de Formação Profissional
Autor	Centro de Formação Profissional para o Sector Alimentar Eugénia Ferro Beça Maria Isabel Ramalho Galvão
Capa	Direcção de Serviços de Organização da Formação
Edição	Setembro 2009

Índice

1. Objectivos	4
2. Estrutura da UFCD PT2	5
3. Metodologias de formação	6
4. Conteúdos de formação	7
• Unidade temática 1 - Cozinha	7
• Unidade temática 2 - Serviço de Mesa e Bar	51
5. Fichas de trabalho	74
6. Prova de avaliação final (Modelo)	161

1. OBJECTIVOS

O presente Manual integra os termos técnicos aplicados à área da Restauração, particularmente, às saídas profissionais de cozinheiro, empregado de mesa e empregado de bar.

A UFCD de Português técnico aplicado à área da Restauração (25 h), cujo objecto pedagógico passa pelo presente Manual, tem por finalidade a integração dos públicos imigrantes no mercado de trabalho do sector da restauração.

Objectivos

- Reconhecer os termos técnicos de língua portuguesa associados à actividade profissional desenvolvida no âmbito do sector alimentar.
- Reconhecer os termos técnicos de língua portuguesa relativos aos trabalhos de cozinha.
- Reconhecer os termos técnicos de língua portuguesa relativos ao serviço de mesa e bar



2. ESTRUTURA DA UFCD PT 2

UNIDADE DE FORMAÇÃO DE CURTA DURAÇÃO PT2

		Duração de Referência*
Unidade Temática 1	Cozinha	12 horas
	1.1 Vestuário profissional	
	1.2 Equipamento e utensílios	
	1.3 Matérias-primas	
	1.4 Técnicas de preparação e confecção	
Unidade Temática 2	Serviço de mesa e bar	12 horas
	2.1 Vestuário profissional	
	2.2 Mobiliário e equipamento	
	2.3 Rouparia	
	2.4 Porcelanas	
	2.5 Vidros	
	2.6 Inox	
	2.7 Utensílios de restaurante e bar diversos	
Prova de Avaliação Final		1 hora

* A carga horária apresentada, com exceção da respeitante à Prova de Avaliação Final, serve apenas de referência, sendo ajustável a cada grupo de formandos, de modo a assegurar a aquisição das competências preconizadas para este efeito, tendo em vista garantir a aquisição das competências definidas para a UFCD.

3. METODOLOGIA DA FORMAÇÃO

A metodologia da UFCD de *Português Técnico aplicado à área da Restauração* deverá ser centrada no formando, enquanto principal responsável pela gestão das suas próprias aprendizagens, privilegiando-se, deste modo, as actuais correntes de pedagogia activa.

O formador deverá, então, assumir-se como o facilitador das aprendizagens, procedendo a uma intervenção pedagógica diferenciada, focalizada no apoio e no acompanhamento da progressão de cada formando.

Os processos formativos devem respeitar o ritmo individual de cada indivíduo, o que estimulará o desenvolvimento das capacidades de autonomia, iniciativa e auto-aprendizagem, indispensáveis à plena integração dos públicos imigrantes na sociedade portuguesa.

Preconiza-se, assim, uma metodologia activa e participativa baseada em exposições ilustradas com exemplos concretos, com recurso a exercícios práticos e dinâmicas de grupo.

A abordagem/aprofundamento dos temas deverá ser ajustada aos interesses e necessidades dos formandos.

O formador deverá fomentar a dinâmica de grupo, através da exploração de materiais didácticos, em suportes diversificados, recorrendo a técnicas que favoreçam a interacção e a entreaajuda dos formandos, potenciadoras da aquisição da terminologia técnica do sector da restauração, através de um conjunto diversificado de instrumentos pedagógicos, nomeadamente, fichas de trabalho e exercícios práticos, que integrem imagens e esquemas, bem como do desenvolvimento de competências pessoais.

No final desta UFCD, os formandos deverão ser submetidos a uma prova de avaliação final, com a duração de 60 minutos, no sentido de validar as competências adquiridas no domínio do português técnico aplicado à área da restauração.

O sucesso das técnicas e estratégias pedagógicas aplicadas no decurso da formação está associado à capacidade do formador em proceder às necessárias adaptações, decorrentes das especificidades de cada grupo de formandos.

4. CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

UNIDADE TEMÁTICA 1




Cozinha

Programa PORTUGAL ACOLHE
Português Técnico

Área de formação
Hotelaria e Restauração (Restauração)

Objectivos Específicos

- Reconhecer a terminologia técnica associada ao vestuário profissional de cozinha.
- Reconhecer a terminologia técnica associada ao equipamento e utensílios de cozinha.
- Reconhecer os termos técnicos associados às principais matérias-primas utilizadas em cozinha.
- Reconhecer a terminologia técnica associada às principais técnicas de preparação e confecção utilizadas em cozinha.

Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.1.	Vestuário profissional Reconhecer a terminologia técnica associada ao vestuário profissional de cozinha.	Vestuário profissional <ul style="list-style-type: none"> • Calças • Jaleca • Avental • Chapéu • Rede para cabelo comprido • Sapatos
1.1		Termos Técnicos
		* Calças
		* Jaleca
		* Avental
		* Chapéu
		* Rede para cabelo comprido
		* Sapatos



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.2.	Equipamento e utensílios Reconhecer a terminologia técnica associada ao equipamento e utensílios de cozinha.	Equipamento e utensílios <ul style="list-style-type: none">• Equipamento<ul style="list-style-type: none">- Batedeiras eléctricas- Descascador de legumes- Centrifugadora de legumes- Batedeira eléctrica manual (varinha mágica)- Picadora de carne- Máquina de cortar fiambre- Robô multiusos- Equipamento de cozedura<ul style="list-style-type: none">• Forno• Fogão• Fritadeira• Grelhador• Banho-maria• Marmita- Equipamento de frio<ul style="list-style-type: none">• Câmara frigorífica• Câmara de congelação- Lava-mãos- Máquina de lavar louça• Utensílios<ul style="list-style-type: none">- Tachos- Panelas- Frigideiras- Facas- Cutelo- Garfos- Colheres- Descascador- Canelador- Descaroçador- Cortador de ovos- Afiador- Espátulas- Escamador- Espetos- Raspador- Mandolina- Tabuleiros- Tigelas- Passador chinês- Passador com asas- Escumadeira- Varas- Rolo da massa- Corta-massas- Peneira- Saco pasteleiro e boquilhas- Formas- Termómetro- Pincel- Pinça para espinhas- Polvilhador- Tábua de corte- Pyrex- Passe-vite















1.2		Termos Técnicos
		* Batedeiras eléctricas
		* Descascador de legumes
		* Centrifugadora de legumes
		* Batedeira eléctrica manual (varinha mágica)
		* Picadora de carne
		* Fiambreira ou máquina de cortar fiambre
		* Robô multiusos
		* Forno
		* Fogão















1.2		Termos Técnicos
		* Fritadeira
		* Grelhador
		* Banho-maria
		* Marmita
		* Câmara frigorífica
		* Câmara de congelação
		* Lava-mãos














1.2		Termos Técnicos
		* Tachos
		* Panelas
		* Frigideiras
		* Facas
		* Cutelo
		* Garfos
		* Colheres
		* Descascador
		* Canelador
		* Descaroçador
		* Cortador de ovos
		* Afiador



1.2		Termos Técnicos
		* Espátulas
		* Escamador
		* Espetos
		* Raspador
		* Mandolina
		* Tabuleiros
		* Tigelas
		* Passador chinês
		* Passador com asas
		* Escumadeira
		* Varas
		* Rolo da massa



1.2		Termos Técnicos
		* Corta-massas
		* Peneira
		* Saco pasteiro e boquilhas
		* Formas
		* Termómetro
		* Pincel
		* Pinça para espinhas
		* Polvilhador
		* Tábua de corte
		* Pyrex
		* Passe-vite



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.3.	Matérias-primas Reconhecer a nomenclatura técnica associada às principais matérias-primas utilizadas em cozinha.	Matérias-primas <ul style="list-style-type: none">• Legumes<ul style="list-style-type: none">- Agrião- Alho- Alho-francês- Alcachofra- Aipo- Beringela- Beterraba- Bróculos- Castanhas- Cebola- Cenoura- Cogumelos- Chicória- Couve-lombarda- Couve branca- Couve-roxa- Couves-de-bruxelas- Couve-flor- Courgette (francês)- Ervilhas- Espargos- Espinafres- Funcho- Feijão-verde- Feijão branco- Feijão encarnado- Feijão manteiga- Feijão preto- Feijão-frade- Favas- Pimentos- Batata- Rabanetes- Alface- Batata-doce- Abóbora- Tomate- Pepino- Nabo• Frutos<ul style="list-style-type: none">- Limão- Laranja- Toranja- Melão- Meloa- Pêra- Maçã- Uvas- Manga- Papaia- Morango- Melancia- Cerejas- Figo- Pêssego- Tangerina



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.3.	Matérias-primas	<ul style="list-style-type: none">- Ameixa• Peixes<ul style="list-style-type: none">- Atum- Bacalhau- Cação- Carapau- Cavala- Cherne- Corvina- Dourada- Enguia- Garoupa- Goraz- Linguado- Pargo- Peixe-espada- Pescada- Raia- Robalo- Safio- Salmão- Salmonete- Sardinha- Solha- Tamboril- Truta• Crustáceos<ul style="list-style-type: none">- Camarão- Caranguejo- Gamba- Lavagante- Lagosta- Lagostim• Bivalves<ul style="list-style-type: none">- Amêijoa- Berbigão- Mexilhão- Ostras- Ouriços-do-mar- Vieira• Moluscos<ul style="list-style-type: none">- Choco- Lula- Polvo• Carne<ul style="list-style-type: none">- Bovino<ul style="list-style-type: none">• Aba grossa ou correia• Aba delgada ou costela mendinha• Chambão da perna ou nispo• Lombo• Vazia• Rosbife• Pojadouro ou jarrete• Folha da alcatra• Ponta da alcatra• Rabadilha• Cheio da alcatra• Chã de fora



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.3.	Matérias-primas	<ul style="list-style-type: none">• Ganso redondo• Nervos do ganso ou lagarto• Chambão da mão• Lagarto e maçaroca• Agulha• Espelho da pá• Cheio da pá• Sete da pá• Cachaço• Coberta do cachaço• Coberta do acém• Acém redondo• Acém comprido• Peito alto e maçã do peito• Aba das costelas• Prego do peito- Ovino<ul style="list-style-type: none">• Perna• Mão• Peito• Cachaço• Carré (francês)• Costeletas- Suíno<ul style="list-style-type: none">• Pojadouro• Alcatra• Rabadilha• Chã de fora• Pá• Costeletas• Entrecosto• Entremeada• Chispe• Cabeça- Aves e outros (coelho, frango, pato e peru)<ul style="list-style-type: none">• Peito• Perna• Coxa• Asa• Ovos<ul style="list-style-type: none">- Ovo cru<ul style="list-style-type: none">• Gema• Clara- Ovos pasteurizados (embalagem)- Ovo cozido- Ovo escalfado- Ovo estrelado- Ovos mexidos- Omeleta• Lacticínios<ul style="list-style-type: none">- Leite- Queijo- Queijo fresco- Requeijão- Natas- Manteiga- Iogurte










Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.3.	Matérias-primas	<ul style="list-style-type: none"> Óleos e gorduras alimentares <ul style="list-style-type: none"> Azeite Óleo vegetal Banha Margarina Ervas aromáticas <ul style="list-style-type: none"> Alecrim Cebolinho Coentro Endro Estragão Hortelã Manjerição Orégão Louro Salsa Salva Segurelha Tomilho Especiarias e condimentos <ul style="list-style-type: none"> Açafrão Baunilha Canela Cardamomo Cominho Cravinho Gengibre Malagueta Mostarda Noz-moscada Pimenta Sal Diversos <ul style="list-style-type: none"> Açúcar Farinha Pão
1.3		Termos Técnicos





LEGUMES

	* Agrião
	* Alho
	* Alho-francês










1.3		Termos Técnicos
		* Alcachofra
		* Aipo
		* Beringela
		* Beterraba
		* Bróculos
		* Castanhas
		* Cebola
		* Cenoura
		* Cogumelos





1.3		Termos Técnicos
		✱ Chicória
		✱ Couve-lombarda
		✱ Couve
		✱ Couve-roxa
		✱ Couves-de-bruxelas
		✱ Couve-flor
		✱ Courgette (francês)











1.3		Termos Técnicos
		✱ Ervilhas
		✱ Espargos
		✱ Espinafres
		✱ Funcho
		✱ Feijão-verde
		✱ Feijão branco
		✱ Feijão encarnado










1.3		Termos Técnicos
		* Feijão
		* Feijão preto
		* Feijão-frade
		* Favas
		* Pimentos
		* Batata
		* Rabanetes


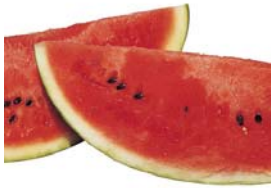








1.3		Termos Técnicos
		* Alface
		* Batata-doce
		* Abóbora
		* Pepino
		* Nabo
	FRUTOS	
		* Limão
		* Laranja
		* Toranja








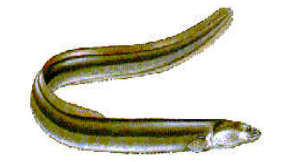





1.3		Termos Técnicos
		* Melão
		* Meloa
		* Pêra
		* Maçã
		* Uvas
		* Manga
		* Papaia













1.3		Termos Técnicos
		* Morango
		* Melancia
		* Cerejas
		* Figo
		* Pêssego
		* Tangerina
		* Ameixa
		PEIXES
		* Atum











1.3		Termos Técnicos
		* Bacalhau
		* Cação
		* Carapau
		* Cavala
		* Cherne
		* Corvina
		* Dourada
		* Enguia
		* Garoupa
		* Goraz
		* Linguado










1.3		Termos Técnicos
		* Pargo
		* Peixe-espada
		* Pescada
		* Raia
		* Robalo
		* Safio
		* Salmão
		* Salmonete
		* Sardinha
		* Solha













1.3		Termos Técnicos
		* Tamboril
		* Truta
	CRUSTÁCEOS	
		* Camarão
		* Caranguejo
		* Gamba
		* Lavagante
		* Lagosta
		* Lagostim












1.3		Termos Técnicos
		BIVALVES
		* Amêijoas
		* Berbigão
		* Mexilhão
		* Ostras
		* Ouriço-do-mar
		MOLUSCOS
		* Choco
		* Lula












1.3		Termos Técnicos
		<p>✧ Polvo</p>
		Carne (BOVINO)
		<p>✧ Aba grossa ou correia</p>
		<p>✧ Aba delgada ou costela mendinha</p>
		<p>✧ Chambão da perna ou nispo</p>
		<p>✧ Lombo</p>
		<p>✧ Vazia</p>
		<p>✧ Rosbife</p>
		<p>✧ Pojadouro ou jarrete</p>
		<p>✧ Folha da alcatra</p>
		<p>✧ Ponta da alcatra</p>











1.3		Termos Técnicos
		* Rabadilha
		* Cheio da alcatra
		* Chã de fora
		* Ganso redondo
		* Nervos do ganso ou lagarto
		* Chambão da mão
		* Lagarto e maçaroca
		* Agulha
		* Espelho da pá










1.3		Termos Técnicos
		✱ Cheiro da pá
		✱ Sete da pá
		✱ Cachaço
		✱ Coberta do cachaço
		✱ Coberta do acém
		✱ Acém redondo
		✱ Acém comprido
		✱ Peito alto
		✱ Maçã do peito










1.3		Termos Técnicos
		* Aba das costelas
		* Prego do peito
		OVINO
		* Perna
		* Mão
		* Peito
		* Cachaço
		* Carré (francês)
		* Costeletas



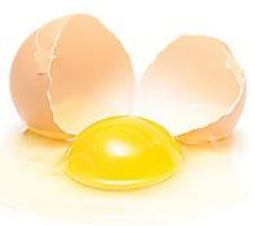






1.3		Termos Técnicos
		SUÍNO
		* Pojadouro
		* Alcatra
		* Rabadilha
		* Chã de fora
		* Pá
		* Costeletas
		* Entrecosto









1.3		Termos Técnicos
		✱ Entremeada
		✱ Chispe
		✱ Cabeça
AVES		
		✱ Frango
		✱ Peru
		✱ Peito
		✱ Perna



1.3		Termos Técnicos
		<p>✱ Coxa</p>
		<p>✱ Asa</p>
OVOS		
		<p>✱ Ovo cru</p>
		<p>✱ Gema</p>
		<p>✱ Clara</p>
		<p>✱ Ovos pasteurizados (embalagem)</p>
		<p>✱ Ovo cozido</p>










1.3		Termos Técnicos
		<p>✧ Ovo escalfado</p>
		<p>✧ Ovo estrelado</p>
		<p>✧ Ovos mexidos</p>
		<p>✧ Omeleta</p>
LACTICÍNIOS		
		<p>✧ Leite</p>
		<p>✧ Queijo</p>








1.3		Termos Técnicos
		✧ Queijo fresco
		✧ Requeijão
		✧ Natas
		✧ Manteiga
		✧ Iogurte
ÓLEOS E GORDURAS ALIMENTARES		
		✧ Azeite



1.3		Termos Técnicos
		* Óleo vegetal
		* Banha
		* Margarina
ERVAS AROMÁTICAS		
		* Alecrim
		* Coentro
		* Estragão
		* Hortelã






1.3	Termos Técnicos		
	✱ Manjeriço		
		✱ Orégão	
		✱ Louro	
		✱ Salsa	
		✱ Segurelha	
		✱ Tomilho	
ESPECIARIAS E CONDIMENTOS			
	✱ Açafrão		



1.3		Termos Técnicos
		* Baunilha
		* Canela
		* Cardamomo
		* Cominho
		* Cravinho
		* Gengibre
		* Malagueta
		* Noz-moscada
		* Pimenta



1.3		Termos Técnicos
		* Sal
	DIVERSOS	
		* Açúcar
		* Farinha
		* Pão








Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.4.	Técnicas de preparação e confecção Reconhecer a terminologia técnica associada às principais técnicas de preparação e confecção utilizadas em cozinha.	Técnicas de preparação e confecção <ul style="list-style-type: none">• Alourar• Amanhar• Aparelho• Arrepiar• Assar• Béchamel• Branquear• Bringir• Canelar• Concassé (francês)• Consommé (francês)• Corte de legumes<ul style="list-style-type: none">– Brunesa– Camponesa– Jardineira– Juliana– Macedónia• Cortes de batatas<ul style="list-style-type: none">– Parisiense– Avelã– Pérola– Chips– Ondulada– Gaufrette (francês)– Soufflé (francês)– Cabelo de anjo– Palha– Fósforo– Palito– Ponte Nova– Batalha– Palito ondulada– Espiral– Cocotte (francês)– Rissolé (francês)– Castelo– Natural– Inglesa– Champignole (francês)– Fondant (francês)– Padeiro– Tangerina– Cabeção– Ana– Macário– Roupão– Gratin dauphinois (francês)– Murro– Sauté– Duquesa– Croquete– Queijo– Williams– Berny– São Florentino– Delfina– Lorette– Elisabete










Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
1.4.	Técnicas de preparação e confecção	<ul style="list-style-type: none">• Court-bouillon (francês) ou caldo aromatizado• Cozer• Demi-glace (francês)• Demolhar• Descaroçar• Desengordurar• Desossar• Embamata• Engrossar• Escorrer• Escamar• Estufar• Fritar• Fumet (francês)• Fundo de cozinha• Glace (francês) de carne• Gratinar• Grelhar• Guisar• Holandês• Laminar• Lardear• Ligar• Marinada ou vinha-d'alhos• Maionese• Milanese (à)• Mirepoix (francês)• Mise en place (francês)• Napar• Panar• Picar• Pontos de açúcar<ul style="list-style-type: none">– Pasta– Fio– Cabelo– Pérola– Estrada– Espadana– Rebuçado– Areia– Caramelo• Puxado• Q.b. (abreviatura de quanto baste)• Ramo de cheiros• Recheiar• Roux (francês)• Salgar• Temperar• Tornear• Trinchar• Untar










1.4		Termos Técnicos
		<p>✱ Alourar</p>
		<p>✱ Amanhar</p>
		CORTE DE LEGUMES
		<p>✱ Brunesa</p>
		<p>✱ Camponesa</p>
		<p>✱ Jardineira</p>
		<p>✱ Juliana</p>
		<p>✱ Macedónia</p>

**CORTES DE BATATAS**✧ **Parisiense**✧ **Avelã**✧ **Pérola**✧ **Chips**✧ **Ondulada**✧ **Gaufrette (francês)**✧ **Soufflé (francês)**









1.4		Termos Técnicos
		* Cabelo de anjo
		* Palha
		* Fósforo
		* Palito
		* Ponte nova
		* Batalha
		* Palito ondulada










1.4		Termos Técnicos
		* Espiral
		* Cocotte (francês)
		* Rissolé (francês)
		* Castelo
		* Natural
		* Inglesa
		* Champignole (francês)









1.4		Termos Técnicos
		* Fondant (francês)
		* Padeiro
		* Tangerina
		* Cabeção
		* Ana
		* Macário



1.4		Termos Técnicos
		* Roupão
		* Gratin dauphinois (francês)
		* Murro
		* Sauté
		* Duquesa
		* Croquete
		* Queijo



1.4		Termos Técnicos
		* Williams
		* Berny
		* São Florentino
		* Delfina
		* Lorette
		* Elisabete

UNIDADE TEMÁTICA 2




Serviço de Mesa e Bar

Programa PORTUGAL ACOLHE
Português Técnico







Área de formação
Hotelaria e Restauração (Restauração)

Objectivos Específicos






- Reconhecer a terminologia técnica associada ao vestuário profissional do empregado de mesa e bar.
- Reconhecer a terminologia técnica associada ao mobiliário e equipamento de restaurante e bar.
- Reconhecer a terminologia técnica associada à roupa de restaurante e bar.
- Reconhecer a terminologia técnica associada às porcelanas de restaurante e bar.
- Reconhecer a terminologia técnica associada aos vidros de restaurante e bar.
- Reconhecer a terminologia técnica associada aos utensílios de aço inoxidável utilizados em restaurante e bar.
- Reconhecer a terminologia técnica associada a diversos utensílios de restaurante e bar.

Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.1.	Vestuário profissional Reconhecer a terminologia técnica associada ao vestuário profissional do empregado de mesa e bar.	Vestuário profissional <ul style="list-style-type: none"> • Casaco, colete ou avental • Laço ou gravata • Camisa • Calças • Meias pretas • Sapatos clássicos pretos
2.1		Termos Técnicos
		* Casaco
		* Colete
		* Avental



2.1		Termos Técnicos
		* Laço
		* Gravata
		* Camisa
		* Calças
		* Meias pretas
		* Sapatos clássicos pretos



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.2.	Mobiliário e equipamento Reconhecer a terminologia técnica associada ao mobiliário e equipamento de restaurante e bar.	Mobiliário e equipamento <ul style="list-style-type: none"> • Cadeiras • Mesas • Banquetas • Aparadores • Estufas de sala • Carros de serviço • Carros para acepipes • Carros para quentes • Carros para bar • Carros para sobremesas • Carros para rechaud • Carros para frios • Máquina de fazer gelo • Máquina de lavar louça • Máquina de café • Fiambreira • Torradeira (salamandra) • Tostadeira • Multibar • Moinho para café • Tamboretas • Equipamento de frio • Máquina registadora • Máquina de tirar cerveja à pressão
2.2		Termos Técnicos
		* Cadeiras
		* Mesas
		* Banquetas
		* Aparadores
		* Carros de serviço



2.2		Termos Técnicos
		✧ Carros para quentes
		✧ Carros para bar
		✧ Carros para sobremesas
		✧ Carros para rechaud
		✧ Carros para frios
		✧ Máquina de fazer gelo
		✧ Máquina de lavar louça
		✧ Máquina de café
		✧ Fiambreira







2.2		Termos Técnicos
		✧ Torradeira (salamandra)
		✧ Tostadeira
		✧ Moinho para café
		✧ Tamboretes
		✧ Equipamento de frio
		✧ Máquina registadora
		✧ Máquina de tirar cerveja à pressão



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.3.	Rouparia Reconhecer a terminologia técnica associada à rouparia de restaurante e bar.	Rouparia <ul style="list-style-type: none">• Toalhas• Toalhetes• Bancal• Saias para mesas• Guardanapos• Litos• Naperons• Panos de serviço• Toalhetes para mãos
2.3		Termos Técnicos
		* Toalhas
		* Saias para mesas
		* Guardanapos
		* Toalhetes para mãos



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.4.	<p>Porcelanas</p> <p>Reconhecer a terminologia técnica associada às porcelanas de restaurante e bar.</p>	<p>Porcelanas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pratos marcadores • Pratos rasos • Pratos de sopa • Pratos de sobremesa • Pratos de pão • Pratos de salada • Pratos de manteigueira • Tigela para cremes com prato • Tigela para consommés com prato • Molheiras com prato • Chávena almoçadeira com prato • Chávena de chá com prato • Chávena de café com prato • Travessa • Terrinas • Legumeiras • Pimenteiros • Saleiros • Paliteiros • Polvilhadores • Açucareiro • Mostardeira • Bules • Cariocas • Cafeteiras • Leiteiras
2.4		Termos Técnicos
		* Pratos marcadores
		* Pratos rasos
		* Pratos de sopa
		* Pratos de sobremesa





2.4		Termos Técnicos
		✧ Pratos de pão
		✧ Pratos de salada
		✧ Pratos de manteigueira
		✧ Tigela para consommés com prato
		✧ Molheiras com prato
		✧ Chávena almoçadeira com prato
		✧ Chávena de chá com prato
		✧ Chávena de café com prato
		✧ Travessa
		✧ Terrinas












2.4		Termos Técnicos
		* Legumeiras
		* Pimenteiros
		* Saleiros
		* Paliteiros
		* Polvilhadores
		* Açucareiro
		* Mostardeira
		* Bules
		* Cafeteiras
		* Leiteiras







Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.5.	Vidros Reconhecer a terminologia técnica associada aos vidros de restaurante e bar.	Porcelanas <ul style="list-style-type: none"> • Copo de água • Copo de vinho tinto • Copo de vinho branco • Copo de grande reserva • Copo de prova • Copo old-fashioned (inglês) • Copo tumbler • Copo chaminé • Copo de punches (inglês) • Copo de vermouthes • Copo de galão • Copo de irish-coffee (inglês) • Copo de cerveja • Copo de misturas • Flute (francês) • Balões para degustação • Cálices de Porto • Cálices de licor • Cálices de pousse-café (francês) • Taça de cocktail • Taça lava frutas • Taça para salada de frutas • Taças para gelados • Copo e tulipa para aguardentes brancas • Doseadores de açúcar • Espelhos para buffets (francês) • Garrafa conta-gotas • Lamparinas • Jarros • Sifão para soda • Máquina para café de balão • Decanters (inglês) para vinhos tintos • Decanters (inglês) para vinho do Porto • Canguru para vinhos brancos • Solitários para centros de mesa
2.5		Termos Técnicos
	 <p>Água</p>	* Copo de água
	 <p>Vinho Tinto</p>	* Copo de vinho tinto




2.5		Termos Técnicos
	 <p>Vinho Branco</p>	✱ Copo de vinho branco
		✱ Copo de prova
		✱ Copo old-fashioned (inglês)
		✱ Copo tumbler
		✱ Copo de punches (inglês)
		✱ Copo de vermouthes
		✱ Copo de galão
		✱ Copo de irish-coffee (inglês)
		✱ Copo de cerveja





2.5		Termos Técnicos
		✧ Copo de misturas
		✧ Flute (francês)
		✧ Cálices de Porto
		✧ Cálices de licor
		✧ Taça de cocktail
		✧ Taça lava frutas
		✧ Taça para salada de frutas



2.5		Termos Técnicos
		✱ Taças para gelados
		✱ Doseadores de açúcar
		✱ Garrafa conta-gotas
		✱ Lamparinas
		✱ Jarros
		✱ Sifão para soda
		✱ Máquina para café de balão












2.5		Termos Técnicos
		✧ Decanters (inglês) para vinhos tintos
		✧ Solitários para centros de mesa















Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.6.	Inox Reconhecer a terminologia técnica associada aos utensílios de aço inoxidável utilizados em restaurante e bar.	Inox <ul style="list-style-type: none">• Facas de carne• Facas de peixe• Facas de sobremesa• Facas de manteiga• Facas de ostras• Facas para descascar frutas• Facas para trincar aves• Facas para trincar carnes• Facas para trincar fumados• Facas para citrinos• Facas para queijos• Facas de pão• Facas para castanhas• Facas de desossar• Facas de cortar bolos• Garfo de carne• Garfo de peixe• Garfo de sobremesa• Garfo de ostras• Garfo de caracóis• Garfo de marisco• Garfo para trincar• Colher de sopa• Colher de café• Colher de chá• Colher de refrescos• Colher de açúcar• Colher de gelado• Colher com pilão• Colher parisiense• Colher doseadora de gelados• Concha para servir sopa• Concha para molhos• Tesoura para trincar aves• Tesoura para uvas• Pinças para caracóis• Pinças para espargos• Pinças para gelo• Pinças para frutas• Pinças para bolos e salgados• Pinças para champanhe• Alicates para marisco• Quabra-nozes• Porta- palhas• Baldes para garrafas• Baldes para gelo• Peanhas• Moldador de manteiga• Descaroçador de cereja• Descaroçador de ananás• Descaroçador de maçã• Caneladores• Candelambros• Shakers (inglês)• Stoppers (inglês)• Tira-cápsulas













Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.6.	Inox	<ul style="list-style-type: none">• Saca-rolhas• Abre-latas• Fuzil• Passador de cocktail• Ralador de noz-moscada• Tenaz para garrafas• Lava-dedos• Sifão para chantilly (francês)• Porta presuntos• Liras para queijos• Cloches• Bandejas• Sautés• Placas para serviço de quentes• Espátula para serviço de bolos
2.6		Termos Técnicos
		* Facas de carne
		* Facas de peixe
		* Facas de sobremesa
		* Facas de manteiga
		* Facas de ostras
		* Facas para descascar frutas
		* Facas para trincar aves
		* Facas para queijos
		* Facas de pão















2.6		Termos Técnicos
		* Facas para castanhas
		* Facas de desossar
		* Facas de cortar bolos
		* Garfo de carne
		* Garfo de peixe
		* Garfo de sobremesa
		* Garfo de ostras
		* Garfo de caracóis
		* Garfo de marisco
		* Garfo para trincar
		* Colher de sopa
		* Colher de café














2.6		Termos Técnicos
		* Colher de chá
		* Colher de refrescos
		* Colher de açúcar
		* Colher de gelado
		* Colher com pilão
		* Colher parisiense
		* Colher doseadora de gelados
		* Concha para servir sopa
		* Concha para molhos
		* Tesoura para trincar aves












2.6		Termos Técnicos
		✱ Tesoura para uvas
		✱ Pinças para caracóis
		✱ Pinças para espargos
		✱ Pinças para gelo
		✱ Pinças para frutas
		✱ Pinças para bolos e salgados
		✱ Pinças para champanhe
		✱ Alicates para marisco
		✱ Quebra-nozes
		✱ Porta-palhas
		✱ Baldes para garrafas
		✱ Baldes para gelo
		✱ Peanhas










2.6		Termos Técnicos
		* Descaroçador de cereja
		* Descaroçador de maçã
		* Caneladores
		* Candelabros
		* Shakers (inglês)
		* Stoppers (inglês)
		* Tira-cápsulas
		* Saca-rolhas
		* Abre-latas
		* Fuzil
		* Passador de cocktail







2.6		Termos Técnicos
		✳ Ralador de noz-moscada
		✳ Tenaz para garrafas
		✳ Sifão para chantilly (francês)
		✳ Porta presuntos
		✳ Liras para queijos
		✳ Cloches
		✳ Bandejas
		✳ Sautés
		✳ Espátula para serviço de bolos



Subunidades Temáticas		Conteúdos programáticos
Ref.	Designação / Objectivos Específicos	
2.7.	Utensílios de restaurante e bar diversos Reconhecer a terminologia técnica associada a diversos utensílios de restaurante e bar.	Diversos <ul style="list-style-type: none"> • Tábuas de corte • Tábuas para queijos com cloche • Rechauds (francês) portáteis • Rechauds (francês) banho-maria para buffets (francês) • Tabuleiros para pequenos-almoços • Funil • Espremedor de citrinos • Porta-garrafas (berço) • Moinho de pimenta • Passador de sumos • Conjunto para fondue (francês) • Palhinhas
2.7		Termos Técnicos
		* Tábuas de corte
		* Tábua para queijos com cloche
		* Rechauds (francês) portáteis
		* Rechauds (francês) banho-maria para buffets (francês)
		* Tabuleiros para pequenos-almoços
		* Funil
		* Espremedor de citrinos



2.7		Termos Técnicos
		✱ Porta-garrafas (berço)
		✱ Moinho de pimenta
		✱ Conjunto para fondue (francês)
		✱ Palhinhas

5. FICHAS DE TRABALHO

FICHA 1

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O refeitório é, simultaneamente, o local onde os funcionários, formadores e formandos do Centro de Formação Profissional tomam as suas refeições e um local de formação, pois toda a comida é confeccionada por formandos.

- A. Os alunos comem no refeitório.
- B. Os professores não comem no refeitório.
- C. As refeições são preparadas por formandos.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. De acordo com as seguintes imagens, assinale se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).



- A. Os trabalhadores que manipulam alimentos devem usar vestuário limpo e adequado às tarefas que desempenham.
- B. Os formandos podem usar a farda de trabalho fora do Centro de Formação Profissional

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Preencha a ficha de identificação

Nome _____

Data de Nascimento _____

Morada _____

Contacto Telefónico _____

E-mail _____

Situação Profissional: ☐ Empregado ☐ Por conta própria
☐ Por conta de outrem
☐ Desempregado ☐ > 12 meses
☐ < 12 meses
☐ Procura 1º emprego

Como obteve conhecimento do curso: ☐ Amigos/Familiares ☐ UNIVA
☐ Centro de Emprego ☐ Empresa
☐ Escolas ☐ Outros (Quais?) _____

Curso a que se candidata: ☐ Cozinha
☐ Empregado de Mesa
☐ Empregado de Bar

4. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

refeições	funcionamento	equilibrada	saudável
gorduras	muitas	doces	diariamente

Devem-se evitar os _____ e refrigerantes, reduzir o sal e as _____, e beber _____ pelo menos 1,5l de água para um bom _____ do organismo.

Podem fazer-se _____ combinações com os alimentos e preparar deliciosas.

FICHA 2

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto 1

Todos os formandos do Centro de Formação Profissional devem ter em sua posse o seu cartão de identificação pessoal, sendo responsáveis pelo seu bom estado. É obrigatório “picar” o cartão à entrada e saída do Centro. A pontualidade e assiduidade são factores essenciais para um bom aproveitamento.

- A. Há formandos que não têm cartão.
- B. É importante não chegar atrasado.
- C. É fundamental não faltar às aulas.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Como lavar as mãos correctamente é uma regra básica de higiene pessoal. Complete as frases da coluna da direita com as palavras em falta:

descartável

potável

líquido

desinfectante



Molhe as mãos em água corrente, quente e _____.



Ensaboe as mãos com sabão _____ e lave cuidadosamente



Passe por água corrente para retirar o sabão.
Use uma loção _____ e torne a passar por água limpa.



Seque com toalhete de papel _____.

3. O pessoal que manipula alimentos deve cumprir as regras de higiene pessoal. Observe as imagens e diga o seu significado.



Não _____



Não _____



Não _____



Não _____



Não _____

4. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O funcionamento do nosso organismo e a nossa saúde dependem da forma como nos alimentamos e da qualidade dos alimentos. Para uma dieta equilibrada, é preciso saber seleccionar e combinar alimentos e bebidas, em termos de qualidade e quantidade. Também a forma de preparar os alimentos influencia não só o seu sabor e aspecto, como a quantidade de vitaminas e outros nutrientes importantes para o nosso corpo.

	V	F
A. O que comemos influencia a nossa saúde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B. Precisamos de comer muito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C. A maneira de preparar os alimentos pode alterar o seu valor nutritivo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

principal	Segurança	boas	confeção
saúde	higiene	aplicação	

Texto

O _____ objectivo da formação em Higiene e _____ Alimentar é ensinar _____ práticas na produção, conservação, preparação e _____ dos alimentos. Um profissional que conhece e compreende a necessidade da _____ das regras de segurança, _____ e saúde no trabalho possivelmente não trabalhará de outra maneira. Por isso, esta formação é muito importante para a _____ pública.

FICHA 3

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O estágio é geralmente uma etapa final, mas não menos importante, da formação profissional. Ao longo da formação prática em contexto de trabalho, o formando tem um Tutor que o orienta e ajuda no local de estágio. Na caderneta ficam registadas as tarefas diárias executadas e a avaliação do Tutor.

	V	F
A. O estágio é no início do curso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B. O Tutor acompanha o estagiário.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C. O Tutor escreve na caderneta a avaliação.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Assinale com um **X** comportamentos incorrectos e com um \surd os comportamentos correctos no local de laboração.

a. Mascar pastilha elástica.	<input type="checkbox"/>
b. Tossir para cima dos alimentos.	<input type="checkbox"/>
c. Pegar nos garfos, colheres e facas sempre pelos cabos.	<input type="checkbox"/>
d. Pôr os dedos dentro dos copos.	<input type="checkbox"/>
e. Provar os alimentos com o dedo.	<input type="checkbox"/>
f. Manter as mãos limpas.	<input type="checkbox"/>
g. Não usar anéis, brincos, pulseiras e relógio.	<input type="checkbox"/>
h. Limpar as mãos à farda.	<input type="checkbox"/>

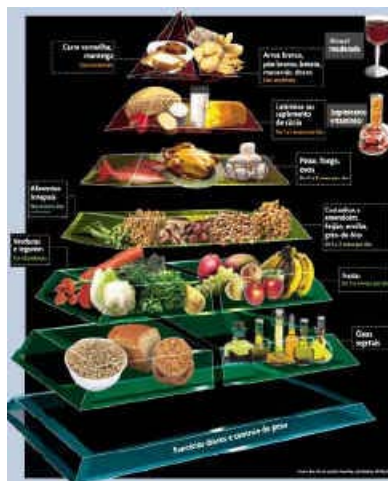
3. Hoje em dia produzimos cada vez maiores quantidades de lixo. A participação dos cidadãos na separação dos lixos recicláveis e outros resíduos é muito importante. De acordo com esta imagem assinala com um X se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).



- A. Os pratos partidos devem ser colocados no contentor verde.
- B. As caixas de cartão devem ser colocadas no contentor azul.
- C. As garrafas de plástico de refrigerantes devem ser colocadas no contentor amarelo

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. De acordo com a nova pirâmide alimentar, assinala com um X se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).



- A. O formato em pirâmide mostra a proporção que os grupos de alimentos devem ter na nossa dieta.
- B. Devemos comer muitos legumes e frutas.
- C. O pão integral e o azeite não são alimentos saudáveis.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

construção	necessidades	energético	precisa
quantidade	várias	física	operário

CAPITAÇÃO

A _____ de alimentos que cada pessoa _____ é diferente. Depende da constituição _____ dessa pessoa e do trabalho ou actividade que ela faz. As _____ de um empregado de escritório, sentado _____ horas à secretária, e as de um _____ metalúrgico ou de um trabalhador da _____ civil não são as mesmas. Os dois últimos necessitam de um maior valor _____ (mais calorias) por refeição.

FICHA 4

1. Leia a seguinte definição e assinale com um X se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto 1

A gastronomia (do grego antigo γαστρονομία; γαστήρ ["estômago"] e νομία ["lei"/"conhecimento"]) é um ramo que abrange a culinária, as bebidas, os materiais usados na alimentação e, em geral, todos os aspectos culturais a ela associados.

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Gastronomia>

- | | V | F |
|--|--------------------------|--------------------------|
| A. A história e a cultura influenciam a gastronomia portuguesa. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B. O vinho faz parte da gastronomia portuguesa. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C. A gastronomia pode variar de região para região. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2. Assinale com um X se as afirmações sobre a elaboração de uma ementa são verdadeiras (V) ou falsas (F).

- | | V | F |
|--|--------------------------|--------------------------|
| A. A categoria do restaurante não interessa. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B. As matérias-primas e a época do ano são importantes. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C. O tipo de clientes não tem importância. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Relacione cada elemento da coluna da esquerda com a definição da coluna da direita

1. especiarias	a. plantas que se juntam aos alimentos para dar sabor, cor e melhor apresentação.
2. sobremesa	b. processo de conservação de alimentos.
3. ultra-pasteurização	c. conjunto de trabalhadores que laboram na cozinha
4. brigada	d. substâncias que se utilizam para temperar os alimentos
5. ervas aromáticas	e. alimentos que se servem como último prato

4. Observe as imagens e assinale com um **X** qual a cozinha a que pertence o prato.

PRATOS	COZINHA		
	Internacional	Nacional	Regional
 Alheiras de Mirandela			
 Lombo de Vaca "Wellington"			
 Lulas Recheadas à Portuguesa			

PRATOS	COZINHA		
	Internacional	Nacional	Regional
 <p>"Cordon Bleu"</p>			
 <p>Crepes Suzete</p>			
 <p>Amêijoas à Bulhão Pato</p>			
 <p>Migas à Alentejana</p>			

5. Observe a imagem e indique as três partes fundamentais do ovo.

A. _____
 B. _____
 C. _____



Adivinha

Qual é a coisa qual é ela que cai no chão fica amarela? _____

D. Os ovos são ingredientes essenciais na preparação de muitos pratos.
Relacione as designações com as imagens:

1. ovo estrelado	a. 
2. ovo escalfado	b. 
3. ovo cozido	c. 
4. ovo mexido	d. 
5. omeleta	e. 
6. tortilha	f. 

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____



FICHA 5

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O arroz alimenta mais de metade da população do mundo. Depois do trigo, é o cereal mais cultivado e desempenha um papel importante na luta contra a pobreza e a malnutrição.

Em Portugal, contrariamente à maioria dos países europeus, consome-se muito arroz, principalmente, de dois tipos: carolino e agulha.

O arroz carolino é o ideal para confeccionar pratos tipicamente portugueses, como o arroz de marisco, arroz de feijão, arroz de grelos, arroz de tomate, arroz de polvo, etc. porque absorve o sabor e o odor dos outros alimentos.

A. O arroz é um cereal.

B. Os Portugueses comem mais arroz do que outros Europeus.

C. O arroz carolino é bom para preparar comida típica portuguesa.

V

F

☐☐☐☐☐☐

2. Identifique as imagens dos pratos de arroz mencionados no texto.

1. Arroz de _____



2. Arroz de _____



3. Arroz _____



4. Arroz de _____



5. Arroz de _____



3. Leia a seguinte quadra e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Ai, os pratos de arroz doce
Com as linhas de canela!
Ai a mão branca que os trouxe!
Ai essa mão ser a dela!



Fernando Pessoa, *Quadras ao gosto popular*

- A. O arroz doce não é uma sobremesa.
- B. A canela é uma especiaria.
- C. É um doce muito popular.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Leia o seguinte texto e assinale com um X se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O nosso corpo precisa de energia para andar, trabalhar, brincar, pensar, respirar. Todos os alimentos fornecem energia, uns mais do que outros. Os que fornecem muita quantidade de energia, como a batata, o arroz, a massa, a gordura e o açúcar devem ser consumidos, mas com moderação.

- A. O valor energético dos alimentos é diferente.
- B. Devemos comer muitas batatas.
- C. Não devemos comer esparguete.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

A história da produção de vinho em Portugal é muito antiga. O vinho está intimamente ligado à nossa cultura e gastronomia. O vinho consome-se principalmente às refeições e é utilizado para celebrar ocasiões especiais como nascimentos, aniversários ou casamentos.



O vinho é fabricado com _____.



A garrafa é vedada com uma _____ para conservar o vinho.



A parte superior e estreita da garrafa chama-se _____



Para abrir a garrafa é preciso um _____

FICHA 6

1. “Vislumbres da Índia” é uma obra de Octávio Paz, poeta e escritor mexicano, distinguido em 1980 com o Prémio Nobel da Literatura. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

A comida é uma maneira segura de fazer uma aproximação a um povo e a uma cultura. Muitos dos sabores da cozinha indiana pertencem à mexicana. No entanto, há uma diferença essencial, não nos sabores mas na apresentação: na cozinha mexicana há numa sucessão de pratinhos. Talvez uma influência espanhola. Na Índia as diferentes iguarias juntam-se num único e grande prato. Não há sucessão mas sim sobreposição de substâncias e sabores.

(excerto adaptado)






- A.** A cozinha da Índia e do México são diferentes.
B. A apresentação da comida é diferente.
C. A comida indiana tem influência espanhola.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Relacione os vocábulos da coluna da esquerda com o significado da coluna da direita.

1. maneira	A. sequência
2. essencial	B. comida apetitosa
3. sucessão	C. forma
4. iguaria	D. juntar vários elementos
5. sobreposição	E. fundamental

3. A cozinha indiana é conhecida pelo seu intenso sabor e aroma. Identifique o nome de algumas especiarias de origem asiática.

	<hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/>

4. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

Todas as pessoas que querem trabalhar na área alimentar têm de fazer um exame médico completo antes de iniciarem a sua actividade profissional.

O pessoal que já está a trabalhar deve gozar de perfeita saúde e submeter-se a um exame médico completo, pelo menos uma vez por ano.

Qualquer trabalhador com uma doença transmissível tem o dever de comunicar ao responsável. Só com autorização do médico é que pode voltar às suas funções.

- A.** É preciso fazer um exame médico antes de começar a trabalhar.
B. Quem está a trabalhar não precisa de fazer exame médico.
C. O doente para trabalhar tem de ter uma autorização médica.

V

F

☐
☐
☐
☐
☐
☐

5. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

alimentos	sujos	curtas	anéis
verniz	contaminações	limpas	luvas

Lavar as mãos se mexer em objectos _____ ou for à casa de banho são regras básicas da higiene pessoal. É que as mãos são um importante veículo de _____.

Por isso, todos os manipuladores de _____ devem apresentar-se com as mãos _____ com as unhas _____ e sem _____. Não podem usar _____ e devem proteger algum corte ou ferimento com dedeira, adesivo e _____.

FICHA 7

1. Henrique Sá Pessoa é um rosto da nova geração de Chefes de Cozinha. Leia um excerto da sua entrevista à “Inter Magazine” e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

- *Como é o ambiente da tua cozinha?*
- Quero que as pessoas percebam que a cozinha é uma paixão e que, se quiserem chegar a algum lado, têm de ser ambiciosas. Mas há um grande espírito de entreajuda e equipa. Tenho a sorte de trabalhar com o mesmo subchefe desde há cinco anos. O Daniel Costa é o meu braço direito e um mentor. É impressionante como numa equipa há pessoas, hierarquicamente abaixo, que puxam por nós. Criámos um ambiente na cozinha de boa disposição e exigência, sem a filosofia dos gritos.

	V	F
A. É preciso gostar da profissão e ter ambição.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B. Trabalhar em equipa na cozinha é importante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C. O chefe de cozinha tem de gritar com o subchefe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. De acordo com o texto acima, assinale com um **X** a frase correcta.

É o meu braço direito	Trabalha com a mão direita	<input type="checkbox"/>
	É o principal colaborador	<input type="checkbox"/>
Há pessoas que puxam por nós	Estimulam a trabalhar melhor	<input type="checkbox"/>
	Levam-nos para a cozinha	<input type="checkbox"/>
Ambiente de boa disposição e exigência	Estão sempre a rir na cozinha	<input type="checkbox"/>
	Atmosfera descontraída e responsável	<input type="checkbox"/>
Sem uma filosofia de gritos	Sem estudar filosofia	<input type="checkbox"/>
	Não é preciso gritar	<input type="checkbox"/>

3. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O turismo é um dos sectores mais importantes da economia portuguesa. Segundo o Ministério da Economia e Inovação, este sector representa 10% do produto interno bruto e está a crescer.

Muitos portugueses gozam férias cá dentro, mas fora da residência habitual. De Espanha, França, Reino Unido e muitos outros países chegam milhares de turistas todos os anos.

- A.** O turismo em Portugal não está a aumentar.
- B.** Muitos portugueses passam férias fora de casa.
- C.** Há muitos turistas ingleses em Portugal.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. O verbo “gozar” tem diferentes significados. Junte os elementos da coluna da esquerda com os da coluna da direita para construir frases com sentido.

1. O meu avô tem 82 anos,	a. vai gozar um dia de folga em atraso
2. Ela sempre trabalhou	b. mas, felizmente, goza de boa saúde
3. Eu vesti o casaco do avesso	c. ele estava a gozar
4. Não acredites no que ele disse porque	d. e eles começaram a gozar comigo.
5. Amanhã ele não vem trabalhar,	e. e não gozou a vida.

5. As frutas são muito necessárias ao organismo. Fornecem os minerais e as vitaminas, que regulam o funcionamento do corpo, protegendo-o contra as doenças. Comer fruta é também um prazer! Leia o poema...

Frutos



Pêssegos, pêras, laranjas,
Morangos, cerejas, figos,
Maçãs, melão, melancia,
Ó música de meus sentidos,
Deixai-me agora falar
Do fruto que me fascina,
Pelo sabor, pela cor,
Pelo aroma das sílabas:
Tangerina, tangerina.

Eugénio de Andrade, *Aquela Nuvem e Outras*

A. Qual a fruta preferida do poeta? _____

B. Estas são algumas das frutas referidas. Identifique-as:













C. A laranja, o limão e a tangerina pertencem ao grupo dos citrinos e são ricos em vitamina _____.

FICHA 8

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as operações abaixo indicadas fazem parte do trabalho de *Mise-en-place* na cozinha.

Texto

Mise-en-place é uma expressão francesa muito utilizada na cozinha profissional e refere-se ao conjunto de operações preparatórias para a confecção das refeições. A preparação de fundos, molhos e guarnições antes de começar a fazer o prato principal são muito úteis e tornam o trabalho muito mais fácil e rápido.

- A. Preparar maionese
- B. Cortar os legumes
- C. Desligar o forno

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Relacione os tipos de cozedura com os alimentos preparados na coluna da direita.

1. Fritar

A.



2. Cozer

B.



3. Gratar

C.





4. Grelhar

D.



5. Assar

E.



6. Guisar

F.



7. Bringir

G.



1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

3. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

gotas	molhos	pratos	azeite
legumes	leite	branco	manteiga

Os molhos são muito importantes para o enriquecimento de _____ frios e quentes. Há vários tipos de molhos, por exemplo, o molho vinagrete é preparado com vinagre, _____ e condimentos e utiliza-se para temperar carnes e _____ frios, especialmente saladas; o molho “béchamel” é um molho _____, quente, preparado com _____, roux branco e condimentos e tem diversas utilizações; o molho holandês é um molho fino quente, feito com _____, gema de ovo, condimentos, sumo de limão e umas _____ de água.

4. A cozedura das massas deve respeitar certas regras. Assinale com **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

- A. Utilizar uma grande quantidade de água com sal.
- B. Prestar atenção ao tempo.
- C. Escorrer e passar por água fria.
- D. Deixar a massa na água de cozedura.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>


5. Relacione cada elemento da coluna da esquerda com a definição da coluna da direita.

1. <i>Demi-glacê</i>	a. molho base de carne, ossos e legumes.
2. Fundo de cozinha	b. cebolas, cenouras e outros legumes, cortados aos cubos que servem de base para um molho.
3. <i>Mirepoix</i>	c. preparações de base feitas com carne, galinha, peixe ou legumes.
4. Brunesa	d. caldo concentrado de vaca, aves ou caça.
5. Consomê	e. legumes cortados em cubos pequenos.

FICHA 9

1. Leia a lenda sobre uma sopa da cozinha regional portuguesa.

Texto
Lenda da Sopa de Pedra



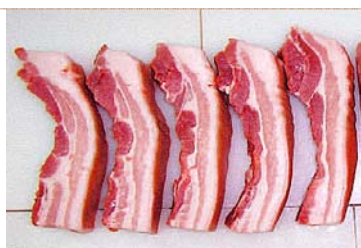
Um frade andava a pedir, mas não lhe davam nada. Cansado e com a barriga a dar horas, chegou a casa de um agricultor e pediu uma panela para preparar um caldo de pedra. Os donos da casa ficaram curiosos e deram-lhe a panela. O frade pôs a panela ao lume com a pedra, mas quando a água começou a ferver, disse que era bom temperar a sopa... A dona da casa deu-lhe o sal, mas ele sugeriu também um bocado de chouriço ou toucinho. A seguir, perguntou se havia qualquer coisita para engrossar o caldo, como batatas ou feijão e, ainda, para ficar mesmo boa, umas couves e cenouras. E lá foi conseguindo tudo o que pedia. Finalmente, a sopa estava pronta e cheirava muito bem! Comeram-na juntos e o frade guardou a pedra para outra vez!

2. Relacione cada elemento da coluna da esquerda com um da coluna da direita.

1. frade	a. juntar sal, azeite e condimentos
2. com a barriga a dar horas	b. homem de uma ordem religiosa
3. temperar	c. com muita fome
4. sugeriu	d. fez a proposta
5. um bocado	e. um pedaço
6. engrossar	f. tornar mais espessa

3. Identifique os ingredientes da Sopa da Pedra.













4. Relacione as seguintes sopas tradicionais portuguesas da coluna da esquerda com os ingredientes base da coluna da direita.

1. Açorda alentejana



a. batata e couve

2. Caldo Verde



b. galinha e arroz/massa

3. Gaspacho



c. tomate, pepino e pimento

4. Canja



d. pão e alho

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

5. Descubra os seguintes legumes na SOPA DE LETRAS.



Ã	F	N	N	Ó	Ô	E	A	R	L	V	À
W	À	I	I	E	V	F	B	H	I	Ô	É
K	T	T	A	A	D	I	O	Ã	G	Ã	Â
P	A	M	G	R	L	Z	B	D	C	Y	Á
E	B	J	R	M	N	X	O	I	Z	L	B
E	S	P	I	N	A	F	R	E	Á	K	H
T	Ê	Z	Ã	T	B	A	A	P	O	H	Ê
M	G	Õ	O	G	O	D	Á	Á	X	É	U
N	O	P	P	D	Ê	O	S	S	À	N	Q
J	Á	Ã	Ã	Õ	O	V	F	F	R	D	S
A	L	H	O	-	F	R	A	N	C	Ê	S
V	W	L	L	B	I	Â	Z	Z	Í	C	V
F	E	I	J	A	O	-	V	E	R	D	E



FICHA 10

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).







Texto

Para fritar os alimentos, é preciso utilizar muito óleo na fritadeira. Normalmente, esta gordura é aproveitada e reutilizada várias vezes, mas como se degrada com a temperatura de fritura, o óleo deve ser mudado com frequência. Mas atenção, não deve deitar o óleo de fritura para os canos porque contamina a água. O ambiente agradece!

- A.** O óleo na fritadeira é utilizado várias vezes.
B. O óleo deve ser mudado poucas vezes.
C. Deve-se deitar o óleo no lava-louça.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Ordene as imagens de acordo com as tarefas para preparar a massa de rissóis.

1. Leve ao lume a água, o leite, a manteiga e o sal;	a. 
2. Quando levantar fervura, adicione a farinha toda de uma só vez e faça uma bola;	b. 
3. Coloque sobre a bancada e trabalhe a massa;	c. 
4. Estenda a massa com o rolo;	d. 
5. Coloque o recheio e corte a massa em meia-lua;	e. 
6. Passe por ovo e pão ralado e frite.	f. 

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

3. As batatas fritas são um dos acompanhamentos preferidos dos adultos e das crianças. As batatas podem ser cortadas de diferentes formas. Identifique alguns cortes de batatas:















4. Mencione para que servem os seguintes utensílios.



serve para _____



serve para _____



serve para _____



serve para _____

5. Leia o seguinte texto.

Texto

O sal é usado há milhares de anos na conservação dos alimentos. Há vários tipos de sal. O sal marinho é extraído pela evaporação da água do mar. O sal grosso é o mais utilizado na preparação dos alimentos. O sal fino normalmente junta-se depois dos alimentos cozinhados. Ideal para ir à mesa é a flor de sal, colhida directamente à superfície, e de cristais mais brancos que o sal vulgar.

Complete as seguintes frases:

- A. O arroz tem muito sal. Está _____ .
- B. Esqueci-me de pôr sal. A carne está _____.
- C. Leva o _____ para a mesa. Alguém pode querer pôr mais sal.



Sabia que ...

O sal era tão valioso que, no tempo dos Romanos, os soldados recebiam uma parte da sua remuneração em sal?

Pois é! Daí a palavra **salário**.

FICHA 11

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto



O bacalhau é um alimento com uma longa história e tradição, que faz parte dos hábitos alimentares dos portugueses desde há 500 anos.

Não é um peixe da costa portuguesa, mas sim dos mares gelados do Norte. No entanto, já no século XV, no período das Descobertas, os portugueses pescavam na Terra Nova e traziam para Portugal este peixe que, salgado e seco, se conserva por muito tempo, tendo um elevado valor nutritivo e um ótimo sabor.

- A.** O bacalhau é um alimento muito antigo em Portugal.
B. Há muito bacalhau na costa portuguesa.
C. O bacalhau salgado e seco conserva-se muito tempo.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Há algumas expressões relacionadas com esta tradição alimentar portuguesa. Leia as frases e assinale qual a que melhor traduz o seu significado.

A. Hoje para o almoço tenho o **“fiel amigo”**.

1. Vem almoçar comigo um bom amigo

☐

2. O almoço é bacalhau.

☐

B. Vou deixar isto assim. **“Para quem é, bacalhau basta”**.

1. Não é preciso fazer melhor / essa pessoa não merece mais.

☐

2. O bacalhau é suficiente.

☐

C. Eles fizeram o projecto, mas depois **“ficou tudo em águas de bacalhau”**.

1. O projecto não foi avante.

☐

2. Fizeram um projecto sobre a pesca do bacalhau.

☐

3. Ao longo dos anos, os portugueses inventaram 1001 maneiras de preparar bacalhau. Algumas são muito conhecidas e populares e constam, muitas vezes, das ementas de alguns restaurantes como pratos da casa. Leia a receita culinária de uma delas.

Bacalhau à Zé do Pipo

Ingredientes:

Bacalhau: 10 postas
 Puré de batata: 2 kg
 Cebola: 500 g
 Azeitona preta: 200 g
 Leite :1 l
 Maionese: 6 dl
 Alhos: 8 dentes
 Louro: 3 folhas
 Azeite: q.b.
 Sal: q.b.
 Pimenta: q.b.



Método de Execução





- Demolhar o bacalhau de véspera
- Limpar as peles e demolhar novamente, em leite, durante 1 hora;
- Cortar a cebola em meia-lua;
- Picar o alho;
- Assar o bacalhau em leite no forno à temperatura de 170° C;
- Escorrer o bacalhau;
- Preparar o puré de batata com o leite de assar o bacalhau;
- Fazer um puxado com o alho, a cebola e o louro em azeite;
- Temperar com sal e pimenta;
- Colocar uma camada de cebolada no fundo de um pirex ou canoa de barro e, por cima, o bacalhau;
- Contornar o bacalhau com o puré de batata;
- Cobrir tudo com a maionese;
- Gratinar o bacalhau no forno à temperatura de 170° C;
- Retirar do forno, decorar com as azeitonas e servir bem quente.




Relacione as palavras da coluna da esquerda com as descrições da coluna da direita

1. Demolhar de véspera	A. Aquecer alho e cebola em azeite ou outra gordura (refogar)
2. Picar	B. Pôr no dia anterior dentro de água para retirar o sal
3. Escorrer	C. Juntar condimentos
4. Fazer um puxado	D. Cortar em pedacinhos muito pequeninos
5. Temperar	E. Levar ao forno para dourar
6. Contornar	F. Retirar a água
7. Cobrir	G. Pôr à volta
8. Gratinar	H. Napar


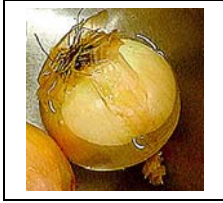
4. Identifique alguns utensílios necessários à preparação do “Bacalhau à Zé do Pipo”.

frigideira	tábua	escumadeira	pirex
tigela	panela	passe-vite	

	a. _____
	b. _____
	c. _____
	d. _____

	e. _____
	f. _____
	g. _____

5. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto	
	<p>O alho e a cebola podem ser comidos crus ou cozinhados e são dois vegetais muito utilizados na cozinha portuguesa e mediterrânica.</p> <p>Desde há séculos conhecidos pelas suas propriedades medicinais, o seu consumo diário é benéfico para a nossa saúde, ajudando a prevenir várias doenças.</p>
	

- A.** A comida mediterrânica usa alho e cebola.
- B.** Conhecemos o alho e a cebola há 100 anos.
- C.** Comer alho e cebola faz bem à saúde.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Adivinha

Qual é a coisa, qual é ela,
que tem cabeça mas não é gente, e tem dentes mas não é pente?

FICHA 12

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).



Texto 1








A pesca é uma actividade antiquíssima que, tal como a caça e a agricultura, é praticada pelo homem desde a pré-história. Peixes, crustáceos, moluscos fazem parte da dieta alimentar de muitas comunidades humanas.

Actualmente, com o aumento da população, o desenvolvimento urbano e a pesca excessiva, muitas espécies estão ameaçadas e em risco de extinção.

- A.** Muitas pessoas comem peixe e marisco.
B. Agora pesca-se menos peixe.
C. Há peixes que podem desaparecer.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Observe e assinale com um **X** qual o grupo a que a imagem pertence.

	Peixes	Crustáceos	Moluscos
 Salmão			
 Lulas			
 Linguado			
 Lagosta			
 Dourada			
 Camarão			
 Polvo			
 Robalo			
 Peixe-espada			
 Choco			

3. Na cozinha, é preciso conhecer o corte que melhor se adequa na preparação dos pratos. Identifique os cortes de peixe.

1. Corta-se com espinhas e pele

A. Tranches



2. Corta-se sem pele e sem espinhas

B. Medalhões



3. Corta-se sem pele e sem espinhas no sentido longitudinal

C. Postas



4. Corta-se sem espinhas, sem pele, dando-lhe a forma redonda

D. Filetes



1.

2.

3.

4.

4. Relacione os vocábulos da coluna da esquerda com o seu significado da coluna da direita.

1. amanho	A. fundo à base de peixe, água e vinho
2. escamar	B. tirar as vísceras, as barbatanas, etc.
3. arrepiar	C. pôr sal
4. <i>fumet</i>	D. esfregar o peixe com sal grosso
5. salgar	E. tirar a escama do peixe

5. Leia as seguintes expressões idiomáticas e reconheça a frase que melhor traduz o seu significado

A. *Pela boca morre o peixe.*

1. Comentário feito num momento que pode recair mais tarde sobre quem fala ☐
2. O pescador apanha o peixe pela boca. ☐

B. *Filho de peixe sabe nadar.*

1. Os peixinhos nadam muito bem. ☐
2. Característica que os filhos herdam dos pais. ☐

C. *Peixe não puxa carroça.*

3. Os peixes não têm força. ☐
2. Comer peixe não dá força para executar um trabalho pesado (por ser de digestão fácil e rápida, sente-se vontade de comer). ☐

FICHA 13

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto



O azeite é um óleo extraído da polpa das azeitonas, sendo necessários cinco quilos de azeitonas para produzir um litro de azeite. Ao contrário do que acontece com outros óleos vegetais, não há solventes ou químicos na extracção do azeite.

O azeite, do árabe *Al-zait*, significa “sumo de azeitona”, é a gordura mais saudável para a alimentação humana.

Além dos benefícios para a saúde, o azeite adiciona à comida um sabor e aroma particulares.

Com bastante sol e clima seco, a região mediterrânica é propícia para o cultivo das oliveiras, sendo também grande consumidora de azeite.

Fontes: <http://www.cienciaviva.pt/>
<http://www.dgadr.pt/ar/leader/>

A. A azeitona é o fruto da oliveira.

B. O azeite é um óleo vegetal.

C. Na região mediterrânica não se usa muito azeite.

V

F

☐☐☐☐☐☐

2. Para temperar os alimentos são usadas também plantas e ervas aromáticas par dar sabor e melhorar a apresentação. Identifique algumas:















3. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

A carne é um alimento extremamente rico em proteínas e faz parte da alimentação diária de muitas populações em todo o Mundo.

Por ser um alimento muito perecível, são essenciais os cuidados de higiene no seu manuseamento e que se respeitem as temperaturas de refrigeração para evitar a contaminação e deterioração.

A. A carne pode estragar-se.

B. É importante ter cuidado com a higiene quando se mexe na carne.









C. A temperatura baixa não evita a contaminação.







V

F

☐
☐
☐
☐
☐
☐

4. Assinale com um **X** as partes da carne que se devem utilizar na confecção de diversos pratos de carne de vaca.

	Lombo	Pojadouro	Rabadilha	Alcatra	Acém
Preparações					
 Bifes					
 Tornedó					
 Entrecôte					

	Lombo	Pojadouro	Rabadilha	Alcatra	Acém
Preparações					
					
Filet Mignon					
					
Medalhão					
					
Escalones					
					
Chateaubriand					

5. Relacione os verbos da coluna da esquerda com a descrição da coluna da direita.

1. panar	A. Introduzir pequenos bocados de toucinho, <i>bacon</i> ou presunto na carne.
2. marinar	B. Retirar a carne dos ossos com uma faca.
3. rechear	C. Deixar a carne num líquido em vinho, alho, especiarias.
4. lardear	D. Envolver em pão ralado depois de passar por farinha e ovo.
5. desossar	E. Separar os diferentes pedaços de carne antes de servir.
6. trincar	F. Colocar uma preparação dentro da carne (recheio) para alterar o paladar.

FICHA 14

1. Leia a seguinte ementa e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Ementa

Entrada: Gambas al ajillo
Sopa: Sopa de Legumes
Peixe: Bacalhau à Zé do Pipo
Carne: Cordon Bleu
Sobremesa: Arroz doce e Pudim Abade de Priscos

- A.** A entrada são camarões fritos com alho.
B. A sopa tem peixe.
C. A carne tem fiambre e queijo.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>


2. O Pudim Abade de Priscos é uma sobremesa muito apreciada e faz parte da doçaria tradicional portuguesa.

Texto

O Abade de Priscos foi pároco da freguesia de Priscos no concelho de Braga. Para além de outras virtudes foi, sem dúvida, um dos melhores cozinheiros portugueses do séc. XIX, sendo reconhecido por todo o país. Teve uma vida longa e preparou grandes banquetes em homenagem a muitas figuras iminentes: reis, ministros, políticos, aristocratas.

Das suas mãos saíam verdadeiras obras-primas. Uma delas foi o pudim, do qual conhecemos a receita.



<u>Ingredientes:</u>		<u>Modo de preparação:</u>
Gemas	15	<ul style="list-style-type: none">- Misture o açúcar, a raspa de limão, o pau de canela, a gordura do presunto e a água;- Leve ao lume até fazer ponto de fio forte;- Misture as gemas e o vinho do Porto;- Ligue a calda de açúcar às gemas, em fio;- Passe pelo passador chinês;- Barre uma forma com caramelo;- Coza em banho-maria;- Desenforme o pudim, quando estiver frio. 
Vinho do Porto	1 cálice	
Caramelo	q.b.	
Açúcar	500 gr.	
Gordura do presunto	50 gr.	
Casca de limão	q.b.	
Canela	1 pau	
Água	5 dl.	







3. Relacione as palavras ou expressões da coluna da esquerda com as da coluna da direita:

1. q.b.	A. processo de cozedura num recipiente dentro de água.
2. ponto de fio	B. quantidade bastante/ o suficiente
3. calda	C. mistura de água e açúcar levada a ferver.
4. caramelo	D. açúcar queimado
5. banho-maria	E. calda com alguma densidade (escorre em linha)

4. Observe alguns utensílios muito utilizados na preparação de doces. Identifique-os e diga e para que servem:

	<p>a. _____ serve para</p> <p>_____</p>
	<p>b. _____ serve para</p> <p>_____</p>
	<p>c. _____ serve para</p> <p>_____</p>
	<p>d. _____ serve para</p> <p>_____</p>
	<p>e. _____ serve para</p> <p>_____</p>

5. A gastronomia é marcada pelo calendário. Muitos alimentos são preparados para comemorar datas e celebrações. Observe as imagens da pastelaria portuguesa e relacione com a ocasião.

DOCES	Natal	Páscoa
		
 Bolo-rei		
 Filhós		
 Leite creme		
 Azevias		
 Amêndoas		



This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

FICHA 15

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

A preparação do restaurante para a execução dos serviços aos clientes visa facilitar o trabalho no atendimento e criar um ambiente agradável. A *mise-en-place* representa sensivelmente metade do trabalho total e varia de restaurante para restaurante, conforme o serviço a prestar e a ementa a servir.

- A.** A *mise-en-place* facilita o trabalho junto do cliente.
B. Aproximadamente 50% do trabalho é *mise-en-place*.
C. A *mise-en-place* é igual em todos os restaurantes.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Observe e identifique alguns utensílios utilizados na preparação das mesas.



a. _____



b. _____



c. _____



d. _____



e. _____

3. Observe e identifique alguns utensílios utilizados na preparação das mesas.

arranjos	refeição	tarefa	conjunto
decoração	mesas	velas	ambiente

Texto

A decoração das _____ num restaurante não é uma _____ secundária. A _____ é muito importante para criar um _____ acolhedor e tem os seus segredos e técnicas. Depende do local, da _____, dos clientes e da ementa.

Com flores é possível fazer _____ muito diferentes e bonitos. Podem também utilizar-se outros elementos: frutos, conchas, _____, etc. O importante é formar um _____ harmonioso.

4. Relacione as palavras da coluna esquerda com as da coluna da direita.

1. um empregado de mesa	a. sofisticada
2. uma decoração	b. típico
3. um prato	c. atencioso
4. um ambiente	d. acolhedor
5. uma refeição	e. deliciosa
6. uma ementa	f. variada

5. A higiene individual de um profissional é muito importante. Assinale com um **X** as atitudes incorrectas.

a. Ter os cabelos oleosos	
b. Não ter as unhas limpas	
c. Não cobrir a boca e o nariz quando espirra	
d. Lavar as mãos depois de ir à casa de banho	
e. Cheirar a transpiração	
f. Não lavar as mãos depois de se assoar	

FICHA 16

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).



Texto

Num banquete de casamento, a disposição dos lugares não deve ser deixada ao acaso. Hoje em dia, são os noivos quem decide onde ficam sentados os convidados, procurando juntar na mesma mesa pessoas com interesses comuns ou afinidades.

Numa cerimónia oficial, a distribuição dos convidados é mais formal porque tem de respeitar uma hierarquia ou um protocolo.

- A.** A disposição dos convidados é importante.
B. Os convidados têm que se sentar à mesma mesa.
C. O protocolo diz como se distribuem os convidados.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Relacione as palavras ou expressões da coluna da esquerda com a definição da coluna da direita.

1. banquete	a. sem pensar.
2. ao acaso	b. semelhanças.
3. convidados	c. refeição grande e com pompa
4. afinidades	d. com etiqueta
5. formal	e. pessoas que receberam um convite
6. hierarquia	f. ordem de categorias

3. Assinale com um **X** se as afirmações sobre a disposição das cadeiras e mesas são verdadeiras (V) ou falsas (F).

A. As mesas colocadas em posição paralela devem ter um intervalo

1. De 30cm a 50cm

☐

2. De 1,60m a 2,00m.

☐

B. As mesas colocadas na diagonal devem ter um intervalo de canto a canto

1. De 10cm

☐

2. De 1,50m

☐

C. A distância entre as cadeiras deve ser

1. De 10cm a 30cm

☐

2. De 60cm a 80cm

☐

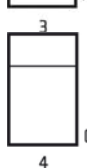
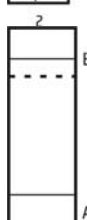
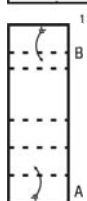
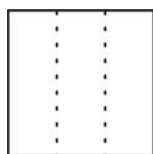
4. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

toalha	tamanho	dificulta	guardanapos
copos	cuidado	direita	três



Pôr a mesa é uma tarefa que exige _____ e atenção. Depois de colocar a _____, devemos colocar os marcadores, os _____, os copos, os talheres, etc. Nunca se devem pôr mais de quatro _____ por cada lugar, nem mais de _____ peças de talher de cada lado do prato. Também não se devem colocar dois copos do mesmo _____ e, muito menos, um copo mais alto à _____ de outro mais baixo, porque _____ o serviço.

5. Os guardanapos podem ser um elemento muito decorativo. Como dobrar um guardanapo “à francesa”? Ordene as frases.



Volte a ponta A, para unir à ponta da dobra de cima B.

Dobre B mais uma vez.

Dobre o guardanapo em três pelo tracejado para formar um rectângulo. Volte o guardanapo, colocando o lado mais estreito para si.

Dobre as pontas A e B pelo tracejado.

Volte a ponta C para baixo, de modo a que A fique agora no cimo. Coloque junto ao prato conforme se mostra.



FICHA 17

1. Leia o testemunho do bem sucedido empresário de restauração nova-iorquino Danny Meyer, autor do livro “Negócios à Mesa”.

Texto

Há duas coisas importantes para o sucesso de um restaurante: boa comida e hospitalidade. Se tem realmente boa comida toda a gente vai lá uma vez. Mas para voltarem e se apaixonarem, tem que pôr o coração a trabalhar. O ser humano tem necessidade de se sentir acolhido.

Eu não acredito que o cliente tem sempre razão. Acredito, sim, que é um bom negócio dar sempre ao cliente a oportunidade de sentir que é ouvido.

Fonte: <http://www.meiosepublicidade.pt>

Assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

A. Um bom atendimento é importante.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Ter só boa comida não é suficiente.

C. Quando o cliente não tem razão, não é preciso ouvi-lo.

2. Assinale com um X as regras que um(a) empregado(a) de mesa deve respeitar.

a. Receber os clientes com simpatia.

b. Cumprimentar todos os clientes com um aperto de mão e um beijo.

c. Acompanhar os clientes à mesa.

d. Apresentar a ementa e a carta de vinhos pelo lado direito.

e. Encostar-se à parede enquanto os clientes escolhem.

f. Ajudar as crianças a sentar-se.





g. Não correr nas salas.

h. Ouvir as conversas dos clientes, se forem interessantes.

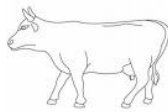
3. Depois de apresentar esta ementa aos clientes, surgiram algumas perguntas. Preencha os espaços.

Ementa
Entrada: Salada Tropical
Sopa: Creme à Bretã com croões
Peixe: Caril de tamboril com gambas
Carne: Saltimbocca à romana
Sobremesa: Leite-creme à beirã e Pêras embriagadas







Cliente - Podia explicar-me o que é que leva a salada tropical?

Empregado - Com certeza, é uma salada de _____  e frutos tropicais
(_____  _____  , _____ ).

Cliente – E este prato de carne, *Saltimbocca à romana*, como é?

Empregado – São escalopes de _____  recheados com
_____ 

4. Identifique as porcelanas utilizadas no serviço de mesas e diga para que servem.

	a. _____ serve _____
	b. _____ serve _____
	c. _____ serve _____
	d. _____ serve _____
	e. _____ serve _____
	f. _____ serve _____

5. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

direito	americana	serviços	empratados
prato	retiram-se	fim	mesa

Texto

O serviço à _____ ou empratado é o mais fácil de todos os _____ porque os alimentos são _____ na cozinha e o empregado de _____ só tem que transportar o _____ e colocá-lo na mesa pelo lado _____ do cliente.

Os pratos e os copos sujos _____ pela direita, mas o copo de água continua na mesa até ao _____ da refeição.

FICHA 18

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

Quando um empregado começa a trabalhar naquele restaurante explicam-lhe, invariavelmente, quem é o Sr. Domingos, o que come, que é sempre ou linguado grelhado ou filetes de pescada.

E explicam-lhe que bebe sempre branco, maduro no Inverno, verde no Verão. E baixando a voz pedem ao novo empregado para não prestar demasiada atenção ao talher que o Sr. Domingos exige vai para trinta anos, naquela mesa para seis pessoas, junto à janela, onde acaba sempre por comer sozinho.

Invariavelmente às doze e quarenta, o Sr. Domingos entra no restaurante. É uma hora estratégica, pois cinco minutos mais tarde a casa começa a encher-se e deixa de haver mesas vagas. O Sr. Domingos nunca fez uma reserva.

Joaquim Letria, Mesa para dois
(excerto adaptado)

Assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

- A.** O Sr. Domingos é um cliente antigo do restaurante.
B. O Sr. Domingos nunca come sozinho.
C. O Sr. Domingos chega sempre à mesma hora.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



2. Linguado à *Meunière* é um prato muito apreciado e que consta da ementa de muitos restaurantes. Como servir este prato? Reescreva as frases ordenadas

- | |
|---|
| A. Com a ajuda de uma faca de peixe, retire as espinhas laterais, a cauda e a cabeça. |
| B. Sirva pelo lado direito do cliente |
| C. Faça um corte ao longo da espinha e retire filetes. |
| D. Retire o linguado da travessa e coloque-o em prato quente. |
| E. Depois, retire as espinhas e coloque-as na travessa. |
| F. Disponha a guarnição em volta do linguado. |
| G. Com uma colher de sopa, deite o molho em cima do peixe. |
| H. Volte a colocar os filetes na sua posição anterior |

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

3. Quando os alimentos são emplatados à vista do cliente, há que ter atenção a algumas regras. Assinale com um **X** as verdadeiras (V) ou com um (F) as falsas.

	V	F
1.O carro de serviço deve ficar afastado para o cliente não ver o emplatamento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Evitar bater com os talheres na travessa ou no prato.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.Empurrar os alimentos com o dedo para ajeitar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Evitar sujar a roupa dos clientes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Encher o prato com muita comida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Colocar o prato na mesa pelo lado direito do cliente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Complete as frases com os adjectivos adequados

idosa	temperada	incompetente
espaçosa	vago	picante

1. Uma pessoa _____
2. Um empregado _____
3. Uma salada _____
4. Um molho _____
5. Um lugar _____
6. Uma sala _____

5. Complete o texto com as palavras dentro do quadro.



pedido	avaliar	apresentação	simpatia
pessoas	empresas	restaurante	serviço

Texto

Actualmente há já algumas _____ que começam a contratar _____ para “experimental”o _____, com o objectivo de _____ a sua qualidade. Estes clientes apresentam-se no _____, como um cliente normal, fazem o seu _____ e avaliam vários critérios, tais como _____, tempo de espera, acompanhamento da refeição, preparação e _____ dos alimentos, etc. São chamados os “clientes mistério”.



FICHA 19

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

Estou sentado ao balcão, aguardando o bife. Os óculos estão pousados ao lado do prato. As pessoas falam e riem alto. O empregado anda de um lado para o outro, servindo omeletas, bicas, rissóis. Sei que estou bem sentado, direito, como me ensinaram que as pessoas se sentam à mesa. Sei que ninguém sabe o que sinto por dentro. Pelo menos disso estou defendido. É que, por dentro, tenho pólvora nas veias, um turbilhão no coração...







Artur Couto e Santos, in "Memórias de um Fumador"

- A.** O cliente espera um bife com ovo estrelado e batatas fritas.
B. Está muito silêncio no restaurante.
C. O cliente não está calmo.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. O ser humano é complexo. Para lidar com o público, os profissionais de restauração têm de estar preparados. Refira algumas características ou atitudes fundamentais para desenvolver um bom trabalho.

3. Relacione os alimentos da coluna da esquerda com a descrição da coluna da direita.

1. Uma torrada		a. Sanduíche com uma fatia de carne de vaca grelhada ou salteada.
2. Meia torrada		b. Sanduíche recheada com queijo e fiambre e prensada na tostadeira.
3. Tosta mista		c. Duas fatias de pão aquecidas na torradeira, barrados com manteiga ou margarina.
4. Bifana		d. Uma fatia de pão aquecida na torradeira, barrada com manteiga ou margarina.
5. Prego		e. Sanduíche com uma fatia de carne de porco marinada em vinha d'alhos e frita.
6. Cachorro		f. Sanduíche com uma salsicha.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

4. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto



O pão é fabricado a partir de farinha de diferentes cereais. As farinhas mais utilizadas são a de trigo, centeio e milho, originando diferentes tipos de pão.

O pão, preparado com farinhas pouco refinadas, é um alimento saudável que fornece energia e mantém um bom funcionamento do organismo.



- A. O trigo é um cereal.
- B. O pão é bom para a saúde.
- C. O pão não dá energia.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5.  Adivinha

Qual é a coisa qual é ela que quanto mais quente está, mais fresco é?

FICHA 20

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto



Um país conhecido pela qualidade da sua cerveja é a Bélgica. Para os belgas, beber uma cerveja é mais do que matar a sede; «é uma celebração da nossa herança comum», dizem. Há um tipo de cerveja para cada momento do ano e mesmo do dia, um tipo de copo para cada cerveja, uma temperatura ideal para cada uma e uma forma própria de inclinar o copo, consoante a cerveja.

Comemoração, reconciliações, encontros de negócios ou amorosos, discussões de futebol, debates políticos, reuniões de trabalho, sempre que há alguma coisa para celebrar, o copo contém cerveja. E o mesmo se passa quando é preciso matar o desgosto ou esquecer uma derrota.

Fonte: http://www.apcv.pt/asp/docs_cerveja

- A.** A cerveja não é muito apreciada na Bélgica.
B. Os belgas celebram com cerveja.
C. Os belgas também bebem cerveja quando estão tristes.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Relacione as palavras ou expressões da coluna da esquerda com a definição da coluna da direita.

1. herança comum	a. esquecer uma grande tristeza ou infelicidade
2. derrota	b. beber
3. matar a sede	c. o que se recebe das gerações anteriores/tradição.
4. reconciliação	d. recomeçar relação
5. matar o desgosto	e. quando perde ou não consegue o objectivo

3. Para tirar uma boa cerveja é preciso técnica. Reescreva as frases verdadeiras.

1.	Abrir completamente a torneira.
	Deixar a torneira meia aberta para não sair tanto.
2.	Não aproveitar as primeiras gotas de espuma que saem.
	Aproveitar as primeiras gotas de espuma.
3.	Colocar o copo o mais perto possível da torneira, ligeiramente inclinado.
	Colocar o copo bem direito por baixo da torneira.
4.	Fazer movimentos para baixo e para cima para ter espuma.
	Não fazer movimentos para baixo e para cima para ter espuma.
5.	Deixar correr a cerveja, sem parar, até 2cm do bordo do copo e fechar rapidamente a torneira.
	Deixar correr a cerveja, sem parar, bem até ao cimo do copo e fechar rapidamente a torneira.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

4. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

Na cervejaria



Bruno – Com este calor, o que me apetece mesmo é uma imperial bem tirada!

Mariana – Sabes que na minha terra não dizemos uma imperial, mas um fino.

Bruno – Sim, já sabia.

André – Eu vou pedir uma caneca.

Mariana (*surpreendida*) – Que exagero, André!

André – Acabou o trabalho. O fim-de-semana está à porta, também posso fazer um disparate, não achas?

Mariana – Pronto, pronto. Já cá não está quem falou. Olhem, vem aí a empregada.

Empregada – Boa tarde. O que desejam?

Bruno – Eu queria uma imperial.

André – Para mim é uma caneca. E para ti, Mariana, um *panaché*?

Mariana – Isso mesmo, adivinhaste.

Empregada – E para acompanhar as bebidas, preferem tremoços ou amendoins?

Mariana – Um pratinho com amendoins, por favor.

Empregada – Com certeza, só um momento.

A. A imperial é uma cerveja à pressão.

B. Imperial e fino não são a mesma coisa.

C. A Mariana bebe cerveja com gasosa.

V

F

☐
☐
☐
☐
☐
☐

5. Identifique os utensílios e diga para que servem.



a. _____ serve para



b. _____ serve para



c. _____ serve para



d. _____ serve para



e. _____ serve para



f. _____ serve para

FICHA 21

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto

O café



Porque será que precisamos dele cedo, a meio da manhã, após o almoço, a meio da tarde, ao jantar? Há cafés que vendem milhares de bicas por dia.

O português sai de casa com imensa pressa, atropela-se nas bichas, insulta-se nos cruzamentos, depois senta-se a tomar café. Alguns bebem-no quente, outros curto, outros cheio, outros só em chávena escaldada. A bica é uma bebida cheia de esquisitice, de tiques, de caprichos.

Fonte: Diogo Cabrita, Café, Terras da Beira

- A.** Há pastelarias que vendem milhares de cafés diariamente.
B. A bica é diferente do café expresso.
C. Há muitas maneiras de servir café.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Relacione as palavras ou expressões da coluna da esquerda com a definição da coluna da direita.

1. bica	a. café com leite servido em chávena de café.
2. abatanado	b. café expresso sem cafeína
3. garoto	c. café expresso com um pouquinho de leite
4. galão	d. café expresso
5. descafeinado	e. café com leite servido em copo de 3dl.
6. pingado	f. café servido em chávena de chá.



Sabia que...

o café turco é preparado num recipiente pequeno
Junta-se água e açúcar a gosto ao pó de café moído
fervendo, formando espuma, e serve-se sem coar.



chamado *cezve*?
muito fino. Leva-se a

O café turco, ao contrário da nossa bica, é para beber
primeiro, é preciso deixar assentar. E depois de o beber, é tradição ler-se o futuro nas borras
do café, um ritual que precisa de tempo!

devagar porque,

3. Diga quais as principais diferenças entre o café turco e o café expresso.

4. Complete as seguintes frases:

Para moer o café em grão, é preciso



Para tirar um café expresso, é preciso



Para adoçar o café, é preciso _____ ou



Para mexer o café, é preciso



Para mexer e aromatizar o café, pode-se usar





Texto

Inventada por um barman irlandês para aquecer os passageiros que desembarcavam no aeroporto Shannon, num dia terrivelmente frio de Inverno, o *Irish Coffee* é uma bebida conhecida mundialmente, preparada com café forte e quente, uísque, açúcar, e natas.

5. Complete o modo de preparação desta bebida usando os seguintes verbos:

Deitar (2x) aquecer servir mexer polvilhar misturar retirar segurar

_____ previamente o copo.

_____ o café bem quente e o açúcar.

_____ bem com uma colher de metal.

_____ a colher e _____ sobre o copo com a parte côncava para cima.

_____ lentamente as natas sobre a colher para não _____.

_____ imediatamente.

FICHA 22

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).


Texto

Há cocktails que são mundialmente conhecidos. Alguns foram popularizados por pessoas famosas. É o caso do daiquiri e do mojito, duas bebidas cubanas à base de rum, muito apreciadas pelo grande escritor Ernest Hemingway, autor do romance “O Velho e o Mar”.

- A.** O daiquiri é uma pessoa famosa.
B. O rum serve para preparar cocktails.
C. Ernest Hemingway gostava de beber daiquiri e mojito.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Assinale com um X os ingredientes usadas na preparação destes dois cocktails.

Ingredientes	 Alexander	 Mojito
1. Açúcar		
2. Sumo de limão		
3. Folhas de hortelã		
4. Água gaseificada		
5. Rum		
6. Brandy ou Conhaque		
6. Gelo		
7. Natas		
8. Creme de cacau		

3. Junto ao posto de trabalho do barman/barmaid devem estar organizados utensílios e aromatizantes para as suas preparações. Identifique alguns deles.

1.		_____
2.		_____
3.		_____
4.		_____
5.		_____
6.		_____

4. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

garrafas	bebidas	adicionadas	preparadas
sumos	barmaid	rótulo	águas

O barman ou a _____ tem de saber que quando se servem _____ com refrigerantes ou _____ minerais, estas devem ser _____ à vista do cliente. As _____ devem ficar junto à bebida com o _____ virado para o cliente. As bebidas com _____ naturais saem do bar já _____.

5. Identifique os seguintes equipamentos e diga para que servem



_____ serve para



_____ serve para



_____ serve para



4.



_____ serve para

5.



_____ serve para

6.




_____ serve para

FICHA 23

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto



Para uma refeição agradável é importante saber combinar o que se bebe com o que se come. A indicação de vinho branco para o peixe e vinho tinto para a carne é uma generalização que nem sempre pode ser seguida. Os diversos tipos de peixe ou carne, as formas de os cozinhar e condimentar influenciam a escolha do vinho mais adequado.

- A.** Com peixe só se pode beber vinho branco.
- B.** Os ingredientes da comida influenciam a escolha do vinho.
- C.** Os temperos também influenciam a escolha do vinho

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Relacione cada elemento da coluna da esquerda com um da coluna da direita.

1. escanção	a. passar o vinho da garrafa original para um recipiente em vidro chamado <i>decanter</i> .
2. enólogo (a)	b. vinho muito apreciado em celebrações, também chamado champanhe.
3. decantar	c. balde para manter a garrafa gelada.
4. <i>frappé</i>	d. bebida muito alcoólica feita da destilação de vinho, cascas e frutos fermentados.
5. aguardente	e. Profissional que sabe as características de cada vinho e aconselha na escolha.
6. espumante	f. Pessoa conhecedora das técnicas de produzir, tratar, conservar e degustar vinhos.



3. Quando um(a) profissional serve vinho, deve respeitar certas regras. Assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

	V	F
1. Pegar a garrafa com o guardanapo de serviço.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. O rótulo deve ficar virado para o/a empregado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Informar o nome, a região e a data de colheita ao cliente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Nunca retirar a rolha longe da vista do cliente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Para deitar o vinho no copo deve tocar com o gargalo da garrafa no copo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Nunca tocar no copo do cliente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Encher o copo $\frac{3}{4}$.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Servir o vinho antes do prato.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Texto



O **Vinho do Porto** é um vinho com uma história centenária e com fama em todo o Mundo. É produzido na Região do Douro, a região demarcada de vinhos mais antiga do mundo.



Há vários tipos de vinho do Porto, podendo ser consumido como aperitivo, digestivo ou para acompanhar sobremesas. É também ingrediente de muitas receitas culinárias na confecção de molhos, pratos de carne ou peixe e doces.

	V	F
A. O vinho do Porto só é muito conhecido em Portugal.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B. Pode ser bebido antes e depois das refeições.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C. O vinho do Porto entra na preparação de vários pratos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. O Molho Cocktail é um dos molhos mais conhecidos e usados na preparação de entradas. Preencha os espaços em falta para completar a receita.

aromarizar

envolver

misturar

manter

temperar

1. _____ duas colheres de sopa de maionese, uma de natas, duas de ketchup e uma colher de chá de mostarda.
2. _____ com vinho do Porto seco ou conhaque.
3. _____ com sal, pimenta, molho inglês e tabasco.
4. _____ tudo muito bem.
5. _____ no frio.



FICHA 24

1. Leia o seguinte texto e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

Sobremesas



Na ementa, uma lista de doces tradicionais, tartes, pudins, sorvetes e *mousses* procura seduzir os mais gulosos. Outras preferências recaem nos queijos ou nas frutas. O importante é encerrar com “chave de ouro” a refeição.

- A. Os gulosos gostam de comer doces.
- B. Todas as pessoas preferem doces.
- C. O último prato da refeição deve ser bom.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

- A. Os queijos servem-se acompanhados de pão ou bolachas de água e sal.
- B. Os queijos servem-se bem gelados
- C. O requeijão serve-se inteiro.
- D. O queijo da Serra da Estrela é fabricado com leite de ovelha.
- E. O queijo de Azeitão é um queijo próprio para entrada e sobremesa
- F. O queijo de São Jorge (Açores) quando fica muito duro é usado na cozinha.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Complete os espaços para obter o método de execução de “Crepes Suzete”, uma sobremesa muito apreciada da cozinha internacional.



deite	adicione	verta	regue (2x)	mexa
flameje	polvilhe	dobre	junte	coloque (2x)

- Aqueça o *sauté* sobre a chama do *réchaud*.
- _____ o licor *Mandarine* e deixe flamejar.
- _____ a manteiga, o açúcar e a casca de laranja e _____ até ficar caramelizado,
- _____ os sumos de laranja e limão, dissolvendo bem o açúcar. _____ os crepes, um a um, abertos. Volte e _____ ao meio, Em seguida, dobre-os novamente para formar um triângulo.
- _____ o licor *Grand-Marnier*.
- _____ com açúcar, _____ com *Cointreau* e _____.
- _____ num prato os crepes sobrepostos com os bicos para o mesmo lado e _____ - os com o molho.



A palavra “chá” é usada para designar uma bebida preparada através da infusão de folhas, frutos, flores ou raízes de uma planta. Geralmente é preparada com água quente. Pode ser relaxante, refrescante, estimulante, reconfortante ou refrescante, conforme as circunstâncias em que é tomada.



Sabia que

foi uma portuguesa, a rainha Catarina de Bragança casada com rei Carlos II de Inglaterra que, no século XVII, introduziu o conhecido hábito inglês do “chá das cinco”?

4. Identifique os utensílios usados na preparação e serviço de chá.



a. _____



b. _____



c. _____



d. _____



José Bento dos Santos é um reputado gastrónomo e enólogo. Tornou-se conhecido do grande público ao apresentar o programa televisivo “Sentido do Gosto”. Para ele

“Estar à mesa não é um acto passivo. Leva à reacção e à comunicação, à partilha”.



5. Comente esta afirmação relacionando-a com a imagem do lado direito

6. PROVA DE AVALIAÇÃO FINAL (MODELO)

PORTUGUÊS TÉCNICO APLICADO À ÁREA DE RESTAURAÇÃO

A preencher pelo candidato:

Nome:

Data:

A preencher pelo avaliador:

Classificação final:

Assinatura:

Informação para o candidato

1. A prova tem a duração máxima de 60 minutos
2. Deve respeitar as seguintes instruções
 - a) Responda às questões na folha da prova.
 - b) Responda às questões a caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta.
 - c) Não pode usar corrector.
 - d) Não é permitida a utilização de dicionários.

1. Leia o seguinte anúncio e assinale com um **X** se as afirmações são verdadeiras (V) ou falsas (F).

REFEITÓRIO
AJUDANTE DE COZINHA
(m/f)

Funções:

- Preparar louça e talheres para refeitório;
- Lavagem e secagem de louça,
- Limpeza de equipamentos e espaço de refeitório.
- Empratar

Perfil do candidato:

- Sentido de responsabilidade
- Pontualidade
- Gostar de trabalhar em equipa
- Experiência de serviço de refeitório
- Disponibilidade para folgas e turnos rotativos
- Possuir carta de condução

Oferece-se:

- Alimentação
- Remuneração compatível.

Resposta com *curriculum vitae* para o nº 4432 deste jornal.

- A.** O candidato tem de pôr a comida nos pratos.
B. O candidato tem de ser pontual.
C. O horário é sempre igual.
D. O candidato tem de saber conduzir.

V	F
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Complete cada frase da coluna da esquerda com uma da coluna da direita.

1. No local de trabalho não pode usar	a. apresentadas pelo lado direito.
2. As embalagens de plástico devem ser	b. são especiarias.
3. Para abrir uma garrafa de vinho	c. gozou férias este ano.
4. O chefe de cozinha ainda não	d. anéis, brincos, pulseiras e relógio.
5. O azeite faz parte da	e. gastronomia portuguesa.
6. A noz-moscada, a pimenta e o cravinho	f. colocadas no contentor amarelo.
7. A ementa e a carta de vinhos devem ser	g. é preciso um saca-rolhas.

3. Leia as indicações sobre o prato “Bife Pimenta” e responda às questões **A** a **D**. Assinale a resposta correcta com um **X**.

Método de execução:

- Tempere os bifes com pimenta do moinho e sal dos dois lados.
- Aqueça o *sauté* sobre a chama do *réchaud*, deite a aguardente velha e flameje.
- Deite o óleo no *sauté* e deixe aquecer. Coloque os bifes e aloure dos dois lados. Adicione a manteiga e umas gotas de limão.
- Flameje com aguardente velha.
- Adicione o vinho branco seco e reduza um pouco. Junte o *demi-glacé* e a pimenta verde em grão, reduza o lume ao mínimo e ligue o molho com as natas sem deixar ferver.

Empratamento:

- Os bifes devem ser servidos com o molho em prato raso quente e a guarnição servida à parte em prato de sobremesa.

- A. O “Bife Pimenta”**
- a. é temperado de véspera.
 - b. é temperado antes de ser alourado.
 - c. é temperado dentro do *sauté*.
- B. Para fazer este bife**
- a. é precisa uma bebida.
 - b. são precisas duas bebidas.
 - c. não são precisas bebidas.
- C. Na parte final**
- a. as natas engrossam o molho.
 - b. as natas não engrossam o molho.
 - c. o molho leva natas a ferver.
- D. O “Bife Pimenta”**
- a. é servido em prato de sobremesa.
 - b. é servido com a guarnição separada num prato mais pequeno.
 - c. é servido com a guarnição no mesmo prato.

4. Complete o texto com as palavras que se encontram dentro do quadro.

vitaminas	clientes	doces	requintados
frutas	ementa	açúcar	sobremesa

A salada de frutas faz parte da _____ de muitos restaurantes, dos mais simples aos mais _____. É uma opção para muitos _____ que não apreciam _____ ou se preocupam com as calorias. A salada de _____ é considerada uma _____ saudável, cheia de _____ e fibras e pobre em calorias, se não se adicionarem licores e _____.