



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA**

**ESCOLA DE NUTRIÇÃO**

**Nut 152 – Técnica Dietética I**

# **CARNES**

**Profa. Deusdélia Teixeira de Almeida**

**Profa. Itaciara Larroza Nunes**

**Profa. Lílian Lessa Andrade**

**2007.2**

## **AULA PRÁTICA 11 - CARNES**

### **Objetivos:**

- Conhecer *per capita*s para carne;
- Avaliar o efeito dos diversos tipos de amaciamento;
- Comparar diferentes técnicas de cocção da carne e analisar seus efeitos;
- Avaliar o pH das carnes;
- Calcular o rendimento das preparações;
- Avaliar sensorialmente as preparações.

### **Experimento 1 – Tipos de amaciamento**

#### **MATERIAL**

- Alcatra (400g – 4 bifos médios)
- Óleo (20mL amostra)
- Sal (01 colher de café rasa)
- Vinagre (02 colheres de sopa rasa)
- Pimenta (1/2 colher de café rasa)
- Alho (01 dente)
- Abacaxi (20mL de suco)

#### **MÉTODO**

1. Preparar uma vinha d'alho com, 1 colher de café rasa de sal, 3 colheres de sopa de vinagre e 1 dente de alho amassado;
2. Separar cada bife como: padrão, mecânico, químico e enzimático em pratos de sobremesa brancos identificados;
3. Reservar o "bife padrão";
4. Bater com o batedor de carnes o "bife mecânico" nos dois lados;
5. Colocar o "bife químico" em vinha d'alho por 30 minutos;
6. Colocar no "bife enzimático" 20mL de suco de abacaxi e deixe por 10 minutos;
7. Temperar com 1% de sal (exceto o químico) e pimenta do reino a gosto;
8. Colocar óleo (20mL) nas 04 frigideiras;
9. Aquecer os óleos;
10. Fritar os bifos até que fiquem dourados;
11. Retirar os bifos das frigideiras;
12. Pesar os bifos;
13. Calcular o rendimento e o fator de cocção de cada bife;
14. Degustar e avaliar cada bife (em tabela específica).

#### **RESULTADOS**

Tipos de amaciamento	PL (g)	Tempo Cocção	Peso cozido	Rendimento (%)	Fator cocção	Maciez (1 a 5)	Aceitabilidade (1 a 5)
PADRÃO							
MECÂNICO							
QUÍMICO							
ENZIMÁTICO							

#### **Escala de pontos**

Maciez	Aceitabilidade
1 duro	1 inaceitável
2 pouco macio	2 pouco aceitável
3 macio	3 bom
4 muito macio	4 muito bom
5 excessivamente macio	5 excelente

## **Experimento 2 – Determinação da perda de peso e encolhimento de hambúrguer**

### **MATERIAL**

- Hambúrguer de frango (4 unidades)
- Óleo (1 colher de sopa)

### **MÉTODO**

1. Pesar e medir o diâmetro de 4 amostras de hambúrguer;
2. Submeter duas unidades de hambúrguer ao processo de cocção em forno convencional, por 20 minutos e a uma temperatura de cerca de 180°C;
3. Submeter duas unidades de hambúrguer ao processo de cocção em microondas;
4. Pesar e medir o diâmetro de 4 amostras de hambúrguer após a cocção;

### **RESULTADOS**

Processo	PL (g)	Diâmetro (cm)	Tempo Cocção	Peso cozido	Diâmetro (cm)	Rendimento (%)	Maciez (1 a 5)	Aceitabilidade (1 a 5)
Hambúrguer forno								
Hambúrguer microondas								

Utilizar a mesma escala de maciez e aceitabilidade anterior.

## **Experimento 4 - Determinação do pH**

### **MATERIAL**

- Carne bovina moída (30g)
- Carne suína moída (30g)

### **MÉTODO**

1. Colocar 30g de carne moída bovina em recipiente esterilizado;
  2. Acrescentar 100mL de água recém destilada e fervida;
  3. Calibrar o pHmetro com solução tampão pH 7, colocar a amostra e deixar alguns segundos;
  4. Ler o resultado;
  5. Aprovar ou reprovar a carne de acordo com o resultado de pH e características da carne
- Repetir o procedimento utilizando a carne suína moída.**

## **AVALIAÇÃO DA AULA PRÁTICA**

A turma será dividida em duplas, as quais deverão pesquisar na legislação a nomenclatura dos cortes comerciais do tipo de carne definido em aula. A partir disso deverão ir ao supermercado e identificar no mínimo 10 tipos de cortes e apresentar os dados abaixo relacionados:

- 1) Peso bruto
- 2) Fator de correção (caso não seja encontrado, utilizar o mais próximo)
- 3) Peso líquido
- 4) Valor calórico
- 5) Teor protéico

6) Custo/Kg

7) Exemplo de preparação, método de cocção e forma de transmissão de calor

O trabalho deverá conter no mínimo: introdução (abordando as características do tipo de carne avaliado), nomenclatura dos cortes de acordo com a legislação e todos os dados pesquisados no supermercado.