

# Café Bolos



# CAFÉ

## BOLOS

O café é uma bebida estimulante, agradável, reanimadora, que apresenta aroma e sabor característicos, e é capaz de agradar aos mais variados paladares. Versátil, compõe receitas culinárias nutritivas e saborosas.

A riqueza e a complexidade do aroma das sementes torradas do café, formado por mais de mil compostos voláteis, o tornam uma bebida inconfundível e singular.

O café faz parte da história do Brasil. Seu consumo na forma de bebida é um costume da grande maioria dos brasileiros. Entretanto o café pode ser utilizado também como ingrediente da culinária nacional, conferindo excelente sabor a diversos pratos e bebidas.

O grão de café é rico em sais minerais (3% a 5%), como: potássio, magnésio, cálcio, ferro, manganês, zinco, cobre e outros. O grão também possui 10% a 20% de lipídeos, 35% a 55% de açúcares, 2% de aminoácidos, substâncias importantes como fontes de energia, 0,5% de niacina – vitamina do complexo B, 7% a 9% de ácidos clorogênicos, que são os antioxidantes e a cafeína.

Todos esses componentes fazem do café uma bebida saudável e rica em

propriedades nutricionais. Para que essas propriedades benéficas sejam preservadas, o processo de torra do café merece atenção e cuidado.

Os grãos, ao serem torrados, devem apresentar uma coloração marrom-chocolate, clara ou escura, mas nunca preta como o carvão, pois, assim, os componentes nutricionais seriam praticamente destruídos, restando apenas a cafeína, que não é destruída com a excessiva torra.

A técnica correta empregada no processamento artesanal é fundamental para garantir durabilidade, sabor e estabilidade microbiológica do produto final.

No preparo de bolos com café, é importante conhecer e aplicar as boas práticas de fabricação, visando garantir a produção de alimentos seguros, livres de contaminações nocivas à saúde do consumidor.

**Para o sucesso no preparo dos pratos é importante:** ler a receita toda antes de iniciar o seu preparo; separar todos os ingredientes; preparar o café forte sem açúcar, utilizando 120 a 140 gramas de pó para cada litro de água.

## BOLO DE CAFÉ



### Formulação

- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- ½ xícara (chá) de margarina
- 3 ovos
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 1 xícara (chá) de café forte, sem açúcar
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó

### Tecnologia de Fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Peneirar a farinha, o chocolate e o fermento químico em pó e reservar
- Bater as claras em neve e reservar.
- No liquidificador, bater o açúcar, a margarina, as gemas e o café
- Misturar os ingredientes líquidos aos secos
- Adicionar as claras batidas em neve.
- Levar para assar em tabuleiro untado e em forno quente.
- Depois de assado, cobrir com o glacê.
- Deixar esfriar.
- Embalar.
- Rotular.

### Glacê

- 8 colheres (sopa) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de chocolate
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 cálice (50 ml) de café forte sem açúcar
- Numa panela levar ao fogo todos os ingredientes.
- Logo após a fervura, desligar o fogo e cobrir o bolo

Rendimento: 30 fatias

## ROCAMBOLE



### Formulação

- 5 ovos inteiros
- 2 xícaras (chá) de açúcar refinado
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de café bem forte e quente
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó

### Recheio

- Beijinho de café ou doce de leite com café - 250 gramas.

## Tecnologia de Fabricação

- Peneirar a farinha
- Medir todos os ingredientes
- Bater as claras em neve, acrescentar as gemas e bater bem.
- Acrescentar o açúcar e bater até dissolver e formar bolhas.
- Desligar a batedeira, adicionar a farinha de trigo e bater por 3 minutos.
- Acrescentar o fermento químico e o café quente, mexer lentamente até a mistura ficar homogênea.
- Colocar em forma untada e levar para assar em forno moderado.
- Ainda quente rechear com beijinho de café ou outro de sua preferência
- Enrolar, passar no açúcar fino com café solúvel ou confeitado.
- Deixar esfriar.
- Embalar.
- Rotular

Rendimento: 16 fatias

- 1 xícara (chá) de café bem forte sem açúcar
- 3 ovos inteiros
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- 1 xícara (chá) de coco ou queijo ralado

## Tecnologia de Fabricação

- Medir todos os ingredientes e reservar
- Peneirar os ingredientes secos
- Bater no liquidificador o açúcar, a margarina, o café e os ovos e juntar à mistura reservada;
- Acrescentar o coco ou o queijo e misturar bem;
- Colocar em tabuleiro untado e enfarinhado;
- Assar em forno quente;
- Deixar esfriar.
- Embalar.
- Etiquetar.

Rendimento: 30 fatias

## BROA DE CAFÉ

### Formulação



- 1 ½ xícara (chá) de fubá
- 1 ½ xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 ½ xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de margarina em temperatura ambiente

## BOLO DE CAFÉ E AMEIXA PRETA



### Formulação

- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 ovos
- ¼ xícara (chá) de margarina

- 2 ¼ xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- ½ xícara (chá) de castanhas picadas
- ¾ xícara (chá) de ameixa preta picada
- ¾ xícara (chá) de café forte
- Glaçúcar para polvilhar

### Tecnologia de Fabricação

- Medir todos os ingredientes
- Peneirar a farinha e o fermento químico em pó
- Misturar a farinha de trigo, o fermento, as castanhas e as ameixas numa tigela grande e reservar.
- Bater, os ovos, o açúcar, a manteiga e o café no liquidificador.
- Juntar as duas misturas e mexer bem.
- Colocar numa forma de bolo inglês de 24 cm x 10 cm untada e polvilhada com farinha de Trigo.
- Assar em forno quente.
- Polvilhar glaçúcar.
- Deixar esfriar.
- Desenformar.
- Rotular.
- Embalar.

Rendimento: 18 fatias

## BOLO CHOCOLATE COM CAFÉ



### Formulação

- ½ xícara (chá) de chocolate em pó
- 2 xícaras (chá) chá de açúcar
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- ¾ de xícara (chá) de óleo
- 1 pitada de bicarbonato
- 3 ovos
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- 1 xícara (chá) de café bem forte

### Tecnologia de Fabricação

- Peneirar a farinha, o chocolate, o bicarbonato e o fermento químico em pó e reservar.
- Bater as claras em neve e reservar.
- Bater no liquidificador o óleo, as gemas e o açúcar e o café.
- Misturar os ingredientes secos com os batidos no liquidificador.
- Acrescentar as claras em neve.
- Colocar em tabuleiro untado e enfarinhado.
- Assar em forno moderado.
- Deixar esfriar
- Dividir o bolo ao meio e rechear.

## Recheio para o bolo

- 1 ½ xícara de leite
- 1 xícara de café forte
- ¾ de xícara de açúcar
- 2 gemas
- 1 colher (sopa) de chocolate em pó
- 2 colheres (sopa) de amido de milho
- 01 colher (sopa) de rum (opcional)

## Tecnologia de Fabricação

- Levar todos os ingredientes ao fogo, com exceção do rum.
- Mexer até engrossar.
- Tirar do fogo e acrescentar o rum.

## Cobertura

- 3 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de café forte sem açúcar
- 2 claras em neve

## Tecnologia de Fabricação

- Ferver o café e o açúcar até ponto de fio.

- Bater as claras em neve.
- Despejar a calda quente lentamente sobre as claras, batendo sem parar.
- Continuar batendo até a mistura ficar fria e com consistência adequada para ser espalhada no bolo.

Rendimento: 30 porções

Para esclarecer dúvidas, fale com extensionista da Emater-MG

Economista Doméstica

**Maria do Carmo Cunha Fontes**

Escritório Local de Manhuaçu –  
Emater-MG

Fotos: Maria do Carmo Cunha Fontes  
Agosto de 2013

|       |                            |
|-------|----------------------------|
| Série | Ciências Biológicas        |
| Tema  | Bem-estar Social           |
| Área  | Processamento de Alimentos |



Ministério da  
Agricultura, Pecuária  
e Abastecimento

