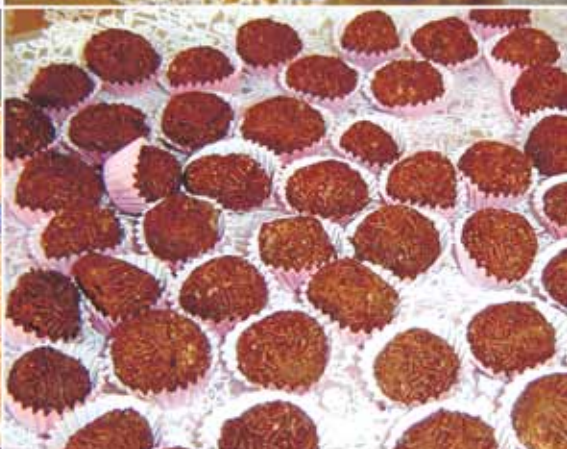


# Café

## Sobremesas



# CAFÉ

## SOBREMESAS

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 vida e 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 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 sobremesas à base de café, é importante conhecer e aplicar as boas práticas de fabricação, visando garantir a produção de alimentos seguros, livres de contaminações nocivas ao 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.

## BALA DE CAFÉ



### Formulação

- 1 xícara (chá) de café forte, sem açúcar
- 2 xícaras (chá) de leite
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de mel
- 2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina
- 2 colheres (sopa) de chocolate em pó

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Colocar todos os ingredientes em uma panela e levar ao fogo alto.
- Mexer até começar a ferver.
- Abaixar o fogo e deixar cozinhar por aproximadamente 30 minutos.
- Mexer de vez em quando.
- Retirar do fogo quando encorpar e começar a soltar do fundo da panela.
- Colocar sobre uma superfície untada com manteiga ou margarina.
- Esperar amornar.
- Cortar com uma faca.
- Embrulhar em papel celofane ou papel manteiga.
- Embalar.
- Rotular

Rendimento: 50 unidades.

## BEIJINHO DE CAFÉ



### Formulação

- 1 lata de leite condensado
- ¼ xícara (chá) de café forte, sem açúcar
- 1 colher (chá) de manteiga ou margarina
- 200 gramas de coco ralado
- Grãos de café torrados para enfeitar

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Colocar os 3 primeiros ingredientes e duas colheres (sopa) de coco numa panela pequena e misturar.
- Cozinhar em fogo médio, mexendo, até engrossar e soltar os lados.
- Despejar numa vasilha e deixar esfriar.
- Formar bolinhas com uma colher (chá) e passar no coco ralado restante.
- Enfeitar com grãos de café torrado.
- Embalar.
- Rotular.

Rendimento: 40 unidades

## DOCE DE LEITE COM CAFÉ



### Formulação

- 10 litros de leite
- 3 kg de açúcar
- 10 colheres (sopa) de café solúvel ou 10 xícaras (chá) de café forte, sem açúcar
- 1 colher (café) de bicarbonato de sódio

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Misturar o café ao leite e aquecer, em seguida, adicionar o bicarbonato.
- Adicionar lentamente o açúcar, assim que o leite começar a ferver.
- Deixar ferver até adquirir consistência de mingau.
- Iniciar o processo de agitação constante até atingir o ponto (que é determinado quando se coloca pequena porção de doce num prato com água e moldando forma bala firme).
- Retirar a panela do fogo e bater o doce até esfriar em temperatura entre 60-62°C.
- Despejar em fôrmas forradas com polipropileno ou papel celofane e embalar imediatamente ou espalhar sobre uma superfície de mármore e cortar em tabletes.
- Deixar esfriar.
- Rotular.
- Armazenar em local seco e ventilado.

Rendimento: 4 barras

## SUSPIRO DE CAFÉ



### Formulação

- 4 claras de ovo
- 2 xícaras (chá) de açúcar refinado
- 4 colheres (sopa) de amido de milho
- 1 colher (café) de fermento químico em pó.
- 1 colher (chá) de café solúvel.

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Bater as claras em neve.
- Misturar o açúcar, o café solúvel e o fermento.
- Acrescentar aos poucos esta mistura às claras em neve.
- Bater bem.
- Acrescentar o amido de milho e mexer delicadamente.
- Colocar a massa de suspiro num saco de confeitaria.
- Pingar pequenas porções em assadeira forrada com papel manteiga.
- Levar ao forno brando para secar.
- Esfriar.
- Embalar.
- Rotular.

Rendimento: 160 suspiros

## COCADA DE CAFÉ



### Formulação

- 1 lata de leite condensado
- 4 xícaras (chá) de açúcar
- 1 ½ xícara (chá) de café forte sem açúcar
- 1 kg de coco ralado grosso

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Levar ao fogo o açúcar e o café por 20 minutos até formar uma calda grossa.
- Retirar do fogo e acrescentar o coco ralado; voltar novamente ao fogo e mexer até soltar do fundo da panela.
- Acrescentar o leite condensado e mexer novamente até soltar do fundo da panela.
- Colocar o doce às colheradas sobre uma pedra untada.
- Esperar esfriar.
- Embalar.
- Rotular.

Rendimento: 65 unidades

## BALA DE COCO COM CAFÉ



### Formulação

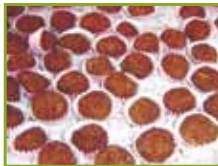
- 1 quilo de açúcar refinado
- 1 xícara (chá) de leite de coco
- 1 xícara (chá) de café forte sem açúcar

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Colocar todos os ingredientes em uma panela e levar ao fogo, sem mexer.
- Deixar ferver até dar ponto de bala.
- Tirar o ponto, colocando água no copo e acrescentando um pouco de calda; se der uma puxa firme, está pronto.
- Untar a pedra de mármore com manteiga.
- Despejar a calda sobre a pedra.
- Retirar a bala um pouco quente do mármore para ela não endurecer.
- Começar a esticar a bala mão sobre mão, até ficar de cor perolada; em seguida esticar a bala sobre a mesa e cortar com tesoura.
- Esfriar.
- Embalar.
- Rotular.

Rendimento: 1 kg

## BRIGADEIRO DE CAFÉ



### Formulação

- 1 lata de leite condensado
- 1 colher (sopa) de chocolate em pó
- 1 xícara (chá) de café forte, sem açúcar
- 1 colher (sopa) de manteiga ou margarina
- Chocolate granulado

### Tecnologia de fabricação

- Medir todos os ingredientes.
- Misturar todos os ingredientes, menos o chocolate granulado, numa panela pequena.
- Mexer sobre o fogo médio até engrossar e soltar dos lados.
- Despejar numa vasilha e deixar esfriar.

- Formar bolinhas com uma colher (chá) e passar no chocolate granulado.
- Esfriar.
- Embalar.
- Rotular

Rendimento: 50 brigadeiros.

**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

