

Entendamos **fundo** como um caldo-base aromatizado, para a realização de sopas, molhos e pratos diversos. É uma preparação líquida base aromatizada na execução de muitos pratos.

Esta ideia remonta a Marie-Antoine Carême e foi simplificada por Auguste Escoffier.

A realização destes fundos é uma das preparações que distingue o cozinheiro doméstico do chef. Os fundos são, simplesmente, água aromatizada e são de uma grande importância na construção do perfil de sabores, durante a execução de um prato.

Michael Ruhlman (2010) apresenta-nos o rácio 3:2 – três partes de água, para duas partes de aromatizante (aqui referenciado como ossos, espinhas, cascas de marisco, legumes, vegetais e aromáticas), para a execução de um fundo. Aromatizantes diferentes requerem técnicas distintas. Por exemplo, a forma de usar a espinha e cabeça de peixe, para aromatizar um caldo é diferente da forma de usar os ossos de vitela.

Devemos usar sempre água fria, para que se extraia maior sabor dos aromatizantes durante a sua fervura, a baixa temperatura. De preferência não se deve colocar sal, porque ao reduzirmos o fundo vamos intensificar os seus sabores.

A razão pela qual se deve usar água fria, numa cozedura a baixa temperatura, é por permitir às proteínas solúveis escaparem dos sólidos e coagular, lentamente, formando agregados maiores, em forma de gelatina. Se começarmos com água quente vamos ficar com muitas partículas proteicas suspensas e separadas, dando o efeito de nuvem no líquido (Ruhlman, 2010: 599-600).

“Carême recommande «de faire écumer les marmites lentement, avec un feu modéré, et d’y joindre par intervalles un peu d’eau fraîche»” (This, 2002: 128).

O fundo pode ser visto como um bloco, que faz parte da estrutura de blocos que compõem um prato. Contudo, apesar de não ser visível no resultado final, marca forte presença no perfil de sabores construído. Consiste na fundação do sabor.

François Pierre de La Varenne publicou a primeira receita de um fundo simples, em 1651, no seu livro *Le Cuisinier François* (Crosby, 2019), que consistia num simples caldo de cogumelos manchados, em vez de os descartar. Demorou 150 anos para que o chef francês Marie-Antoine Carême aperfeiçoasse este processo básico, usado hoje em mergulhar carne

em água fria, que é aquecida lentamente e fervilhando a mistura, para evitar uma coagulação excessiva da proteína, enquanto concentra o sabor no líquido e o deixa claro.

Guy Crosby (2019) explica de que forma o procedimento de Carême pode ser dividido em três passos: extração, filtragem e redução. No primeiro passo são extraídas as moléculas de sabor dos ingredientes (referidos aqui como aromatizantes) para o líquido; no segundo remove-se a indesejada proteína, gordura e resíduos coagulados, para se obter um líquido limpo e transparente; e, por fim, o terceiro passo passa pela evaporação da água e concentração do sabor, pela redução do líquido.

Escoffier disse que “the fundamental principles of the science [of cooking], which we owe to Carême, will last as long as cooking itself”, enquanto que Carême disse que “the chef committed to science is more responsive to the praise given by his Patron than to the handful of gold that he might receive from him” (Crosby, 2019).

O *mirepoix* é uma preparação culinária que surgiu no séc XVIII, com o cozinheiro do Duc de Lévis-Mirepoix, marechal e embaixador de Luís XV, e consiste numa mistura de vegetais cortados (cenoura, cebola e aipo); presunto cru ou bacon magro, quando a preparação é feita com carne.

Usa-se para potenciar o sabor da carne, caça e peixe na preparação dos molhos (principalmente, no molho à espanhola), assim como guarnição.

Mirepoix vegetais (Larousse: 673):

150g cenouras

100g cebolas

50g aipo

Cenouras, cebolas, aipo na proporção de 3:2:1.

Referências Bibliográficas:

- Crosby, Guy (2019). *Cook, Taste, Learn: How the Evolution of Science Transformed the Art of Cooking*, Columbia University Press [Kobo ebook];

- Escoffier, Auguste (1921). *Le Guide Culinaire*, Flammarion;
- Gastronomic Committee (2009), *Larousse Gastronomique*, Octopus Publishing Group;
- This, Hervé (2002). *Traité Élémentaire de Cuisine*, Belin;
- Ruhlman, Michael (2010). *Ratio – The Simple Codes Behind the Craft of Everyday Cooking*, Scribner;