



## COMPÊNDIO DE APOIO À UFCO 1765 PASTELARIA CONVENCIONAL E PUDINS







**COMPÊNDIO DE APOIO À UFCO 1765**  
**PASTELARIA CONVENCIONAL E PUDINS**

CFPSA

CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O SECTOR ALIMENTAR  
• 2010 -





## **FICHA TÉCNICA**

MANUAL

COMPÊNDIO DE APOIO À UFCD 1765 **PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS**

IDEALIZAÇÃO, CONCEPÇÃO, COMPOSIÇÃO E EDIÇÃO

**CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O SECTOR ALIMENTAR**

TODOS OS DIREITOS DESTA PUBLICAÇÃO RESERVADOS POR **CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O SECTOR ALIMENTAR**.

É PROIBIDA A REPRODUÇÃO, TOTAL OU PARCIAL, DA PRESENTE PUBLICAÇÃO SEM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA E POR ESCRITO DO **CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O SECTOR ALIMENTAR**.

AS TRANSGRESSÕES SÃO PASSÍVEIS DE PROCEDIMENTO JUDICIAL DE ACORDO COM A LEI EM VIGOR.





### • CONFEÇÃO DE MASSA DE OVO E AMÊNDOA

- Bolas de ovos (Convento de São Bernardo - Portalegre) \_\_\_\_\_ 09
- Doce de ovos \_\_\_\_\_ 11
- Celestes (Convento de Santa Clara - Santarém) \_\_\_\_\_ 12
- Creme de ovo \_\_\_\_\_ 13
- Frutinhas Algarvios (Convento de Nossa Senhora da Conceição - Lagos) \_\_\_\_\_ 14
- Morgado Alentejano \_\_\_\_\_ 15
- Morgado de Amêndoa (Convento de Nossa Senhora da Conceição - Lagos) \_\_\_\_\_ 16
- Pão de Rala (Convento de Santa Helena do Calvário - Évora) \_\_\_\_\_ 17
- Broinhas de Alcobaça (Mosteiro de Alcobaça Ordem de Cister) \_\_\_\_\_ 18
- Porco de Chocolate com recheio (Convento de Santa Helena do Calvário - Évora) \_\_\_\_\_ 19

### • CONFEÇÃO DE CAPAS, FIOS DE OVOS E LAMPREIAS

- Fios de Ovos (Palha de Abrantes) \_\_\_\_\_ 21
- Capas de Ovo \_\_\_\_\_ 22
- Trouxas de Ovos (Caldas da Rainha) \_\_\_\_\_ 23
- Lampreia de Ovos (Caldas da Rainha) \_\_\_\_\_ 24
- Fidalgo (Évora) \_\_\_\_\_ 25
- Pingos da Tocha (Convento de Santa Clara - Amarante) \_\_\_\_\_ 26
- Encharcada (Convento de Santa Clara - Évora) \_\_\_\_\_ 27
- Sopa Dourada (Convento de Santa Clara - Guimarães) \_\_\_\_\_ 28
- Órgão da Covilhã \_\_\_\_\_ 29



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Índice

#### • CONFECÇÃO DE TORTA DE LARANJA

- Torta de Laranja (Estremadura) \_\_\_\_\_ 31
- Travesseiro de Noiva (Algarve) \_\_\_\_\_ 32
- Torta de Amêndoa (Algarve) \_\_\_\_\_ 33

#### • CONFECÇÃO DE PUDINS (POR EXEMPLO PUDIM OVOS, MOLOTOF, FLAN, MIMOS DE VOUZELA, QUIMDINS)

- Caldas de açúcar \_\_\_\_\_ 35
- Pontos de açúcar \_\_\_\_\_ 36
- Toucinho do Céu (Convento de Odivelas) \_\_\_\_\_ 37
- Toucinho do Céu (Murça) \_\_\_\_\_ 38
- Pudim de Tangerina (Convento de São Francisco - Ponte de Lima) \_\_\_\_\_ 39
- Pudim Abade de Priscos (Braga) \_\_\_\_\_ 40
- Pudim da Madre Paula (Convento de Odivelas) \_\_\_\_\_ 41
- Tigelada (Beira Baixa) \_\_\_\_\_ 42
- Mimos de Vouzela \_\_\_\_\_ 43
- Brisas do Lis (Leiria) \_\_\_\_\_ 44
- Pudim Flan \_\_\_\_\_ 45
- Molotoff \_\_\_\_\_ 46
- Mexidos (Convento de São Bento - Monção) \_\_\_\_\_ 47
- Charcada (Convento de São Bento de Castris - Évora) \_\_\_\_\_ 48
- Sericaia (Convento de Santa Clara - Elvas) \_\_\_\_\_ 49
- Papos de Anjo (Amarante) \_\_\_\_\_ 50
- Fatias de Tomar \_\_\_\_\_ 51
- Bolo de Chila (Convento de Nossa Senhora da Conceição - Lagos) \_\_\_\_\_ 52
- Bolos de Noz (Convento de Santa Clara - Bragança) \_\_\_\_\_ 53
- Arrepiados (Almoster) \_\_\_\_\_ 54

#### • ACONDICIONAMENTO E CONSERVAÇÃO DOS DOCES E BOLOS CONFECCIONADOS \_\_\_\_\_ 55



OFFSA

**PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS**





CFPSA





## Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa ↙

### • Bolas de ovos “Convento de São Bernardo – Portalegre”

#### RECEITA BASE COMPONENTES

##### Massa

Água .....	0,250 kg
Açúcar .....	1 kg
Amêndoa moída s/ pele .....	0,300 kg
Gema .....	1,200 kg

##### Calda de açúcar

Açúcar.....	3 kg
Água.....	1 kg
Sumo de limão.....	q.b.



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

##### Massa

- Coloque a água e o açúcar, leve ao lume até ferver;
- Adicione a amêndoa e deixe levantar fervura;
- Verta em fio a mistura anterior sobre as gemas, leve ao lume até despegar das paredes do tacho;
- Verta o doce sobre uma pedra mármore e deixe arrefecer.

**PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS****↳ Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa****Calda de açúcar**

- Coloque a água e o açúcar ao lume até obter o ponto de voar forte <sup>1</sup>;
- Adicione o sumo de limão e trabalhe o açúcar na parede do caçarolete até apresentar cristais na superfície;
- Molde, com as mãos untadas em óleo, pequenas porções de doce dando-lhes forma de bolas;
- Mergulhe as bolas de ovos na cobertura anterior e retire;
- Coloque no tabuleiro e deixe secar;
- Corte rectângulos de papel com 16 cm por 9 cm e golpeie os lados mais estreitos até obter franja;
- Coloque cada bola de ovo sobre o centro de cada rectângulo e enrole como se fosse um rebuçado;

# CFPSA

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



• **Doce de ovos**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Água .....	0,3 kg
Açúcar .....	1 kg
Gemas. ....	1,200 kg
Vanilina.....	q.b.
Noz (metades).....	q.b.
Caramelo líquido.....	q.b.

**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Coloque a água e o açúcar no caçarotele e leve ao lume até ponto de bola rija <sup>1</sup>;
- Verta em fio o preparado anterior sobre as gemas e leve ao lume até engrossar;
- Verta para o tabuleiro e deixe arrefecer;
- Conserve no frio;
- Tenda castanhas ou nozes.

Castanhas (Viseu)

- Faça bolas com 30 g de massa e dê-lhe a forma de uma castanha;
- Pinte com gema;
- Leve ao forno forte para queimar em cima.

Nozes (Cascais)

- Faça bolas com 30 g de massa
- Aplique meia noz
- Passe por caramelo.



<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa

#### • Celestes (Convento de Santa Clara - Santarém)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Gemas .....	0,480 kg
Água .....	0,150 kg
Açúcar .....	0,500 kg
Amêndoa moída s/ pele .....	0,250 kg
Claras .....	0,060 kg
Obreia.....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Leve ao lume o açúcar e a água, até ponto de fio forte <sup>1</sup>;
- Junte a amêndoa e retire do lume para arrefecer mais um pouco;
- Misture as gemas e claras e adicione à calda em fio;
- Leve tudo ao lume até fazer estrada;
- Corte rectângulos de obreia com 6 por 4 cm e pinte com clara;
- Enrole a obreia formando um pequeno charuto;
- Corte a parte superior da obreia em bico, e fazer um fundo também em obreia;
- Leve ao forno a 350° C para alourar.

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36

• **Creme de Ovo****RECEITA BASE****COMPONENTES**

Açúcar.....	1,200 kg
Água.....	0,600 kg
Gemas.....	0,600 kg
Farinha.....	0,150 kg
Água.....	0,150 kg
Margarina massas.....	0,050 kg
Vanilina.....	q.b.

**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Prepare uma calda de açúcar a 32º Be <sup>1</sup>;
- Ligue os componentes secos;
- Ligue as gemas aos componentes secos;
- Ligue de seguida a calda e coloque novamente ao lume até cozer, depois de cozinhada ligue a margarina;
- Utilize depois de frio.

CFPSA

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### ↳ Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa

#### • Frutinhas Algarvias (Convento de Nossa Senhora da Conceição – Lagos)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Água .....	0,225 kg
Água de flor de laranjeira.....	0,025 kg
Açúcar .....	1 kg
Amêndoa moída sem pele .....	1 kg
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q. b.
Corantes alimentares.....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque a água, a água de flor de laranjeira e o açúcar no caçarotele, leve ao lume e deixe ferver durante 2 minutos;
- Verta sobre a amêndoa e mexa energicamente;
- Coloque a massa sobre a mesa de trabalho e deixe arrefecer, amassando de vez em quando;
- Tenda pequenas bolas de aproximadamente 30 g;
- Faça uma cavidade, com o dedo, na bola, coloque no seu interior um pouco de fios de ovos e feche;
- Molde em forma de frutos;
- Pinte com corantes alimentares.

<sup>2</sup> Ver receita na página 21



• **Morgado Alentejano**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Açúcar .....	0,500 kg
Água .....	0,200 kg
Amêndoa Moída s/ pele .....	0,350 kg
Doce de chila .....	0,350 kg
Capas de Ovos <sup>3</sup> .....	5
Cerejas em calda .....	0,100 kg
Farinha .....	0,100 kg
Gemas .....	0,240 kg
Açúcar em pó.....	q.b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Unte uma forma redonda com fundo;
- Forre o fundo com papel vegetal;
- Coloque o açúcar com a água ao lume até ponto de fio fraco;
- Retire do lume e junte a chila, as cerejas picadas, o miolo de amêndoa e a farinha;
- Adicione as gemas e leve ao lume até ferver;
- Retire do lume, coloque metade do doce na forma e Alise;
- Coloque as capas de ovos no meio e de seguida, o restante doce;
- Alise e leve ao forno a 170º C, durante mais ou menos meia hora;
- Deixe arrefecer e desenforme;
- Polvilhe com açúcar em pó.

<sup>3</sup> Ver receita na página 22



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS



### Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa

#### • Morgado de Amêndoa (Convento de Nossa Senhora da Conceição – Lagos)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Água .....	0,250 kg
Água de flor de laranjeira .....	0,025 kg
Açúcar .....	1 kg
Amêndoa Moída s/ pele.....	1 kg
Claras .....	0,250 kg
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q. b.
Chila .....	q. b.
Doce de ovos <sup>4</sup> .....	q. b.
Amido .....	q. b.
Açúcar (pó) .....	q. b.
Pérola prateada .....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque as águas e o açúcar no caçarolete e leve ao lume até ferver;
- Adicione a amêndoa e mexa até obter ponto de estrada;
- Retire do lume e adicione 0,150 kg das claras;
- Leve ao lume, deixe ferver e retire quando se despegar das paredes;
- Coloque sobre a mesa de trabalho e deixe arrefecer;
- Divida a massa em 3 partes iguais;
- Retire 1/3 em cada uma das partes de massa e reserve;
- Forme 3 caixas redondas, com os restantes 2/3 de cada parte de massa;
- Recheie com os fios de ovos, a chila e o doce de ovos e tape com o 1/3 da massa reservada;
- Coza no forno à temperatura de 250° C;
- Bata as restantes claras com o açúcar em pó até obter um merengue;
- Cubra os morgados com o merengue;
- Coloque uma cinta de papel vegetal, previamente franjado, e decore com as pérolas;

<sup>2</sup> Ver receita na página 21 • <sup>4</sup> Ver receita na página 11



• **Pão de Rala (Convento de Santa Helena do Calvário – Évora)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Água .....	0,250 kg
Açúcar .....	0,500 kg
Amêndoa moída s/ pele.....	0,500 kg
Gemas.....	0,280 kg
Chila.....	q.b.
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q.b.
Doce de ovos <sup>4</sup> .....	q.b.
Farinha .....	q.b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Coloque a água e o açúcar no caçarolete e leve ao lume até ferver;
- Adicione a amêndoa e as gemas e mexa até ferver;
- Leve ao lume e deixe ferver até obter ponto de estrada <sup>1</sup>;
- Coloque sobre a mesa de trabalho e deixe arrefecer;
- Retire 1/3 da massa e reserve;
- Forme uma caixa redonda com a restante massa e recheie com a chila, o doce de ovos e os fios de ovos;
- Tape o recheio com a massa reservada e molde em forma de bola;
- Tenda em forma de pão alentejano, enfarinhar e coloque no tabuleiro;
- Leve ao forno à temperatura de 180° C.

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36 • <sup>2</sup> Ver receita na página 21 • <sup>4</sup> Ver receita na página 11



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa

#### • Broinhas de Alcobça (Mosteiro de Alcobça Ordem de Cister)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Açúcar .....	0,500 kg
Água.....	0,250 kg
Amêndoa Moída s/ pele.....	0,300 kg
Farinha.....	0,050 kg
Ovos.....	0,300 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque a água e o açúcar ao lume até ferver;
- Retire do lume e junte a farinha com a amêndoa previamente misturada;
- Junte os ovos e leve tudo ao lume até que o creme comece a despegar do fundo do tacho;
- Deixe arrefecer e tenda pequenas bolinhas em tabuleiro untado;
- Pinte as gemas e leve ao forno a 350° C para alourarem.

# CFPSA



## Confeção de Massas de Ovo e Amêndoa ↙

### • Porco de Chocolate c/ recheio (Convento de Santa Helena do Calvário – Évora)

#### RECEITA BASE

#### COMPONENTES

##### Massa

Água .....	0,250 kg
Açúcar .....	1 kg
Amêndoa s/ pele moída .....	0,750 kg
Chocolate negro .....	0,050 kg
Gema.....	0,200 kg

##### Recheio

Chila .....	0,500 kg
Gemas .....	0,120 kg
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	0,100 kg
Passas.....	3unid.



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

##### Massa

- Coloque a água e o açúcar no caçarolete e leve ao lume até ferver;
- Adicione a amêndoa e mexa até se obter ponto de estrada;
- Retire do lume e adicione o chocolate negro e as gemas;
- Leve ao lume, deixe ferver e retire quando se despegar das paredes;
- Coloque sobre a mesa de trabalho e deixe arrefecer.

##### Recheio

- Coloque a chila e as gemas no caçarolete e leve ao lume até engrossar;
- Coloque numa tigela e deixe arrefecer;
- Adicione os fios de ovos.

##### Moldagem do Porco de Chocolate com Recheio

- Divida a massa em 3 partes e molde cada uma em forma de porco;
- Abra uma cavidade na barriga, coloque 1/3 do recheio em cada porco e feche.

<sup>2</sup> Ver receita na página 21



CFPSA





## Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias ↙

### • Fios de Ovos (Palha de Abrantes)

#### RECEITA BASE

#### COMPONENTES

Água .....	1,950 kg
Açúcar .....	4 kg
Gema.....	1,200 kg
Água (gelada) .....	1kg



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque 1,200 kg da água e 1 kg do açúcar no caçarotele e leve ao lume até ferver;
- Verta para uma tigela, deixe arrefecer
- Passe as gemas pelo peneiro e repita esta operação mais 2 vezes
- Deixe repousar durante, pelo menos, 1 hora;
- Retire a calda do frio e adicione a água gelada;
- Coloque a restante água e açúcar no caçarotele, leve ao lume e deixe ferver;
- Verta em fio, com o auxílio do funil, uma porção das gemas na calda a ferver;
- Baixe a intensidade do lume de modo a serem visíveis os fios de ovos;
- Retire com o auxílio das 2 escumadeiras e coloque na calda;
- Deixe arrefecer os fios de ovos e retire-os para um tabuleiro de rede;
- Repita este passos até terminar as gemas;
- Coloque os fios de ovos numa tigela e conserve no frio.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### ↳ Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias

#### • Capas de Ovo



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Ovos .....	0,050 kg
Gema.....	0,200 kg
Açúcar .....	1 kg
Água .....	0,500 kg
Água .....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Passe os ovos e as gemas pelo peneiro e deixe repousar o preparado durante, pelo menos, 1 hora;
- Coloque a água e o açúcar no caçarote, leve ao lume a ferver durante um minuto;
- Verta porções do preparado anterior na calda quente e deixe cozer;
- Retire com escumadeira, coloque sobre o papel vegetal, previamente salpicado com água, e deixe arrefecer;
- Repita os dois últimos passos até terminar o preparado.

#### Método de execução alternativo

- Unte um tabuleiro com margarina e passe com açúcar;
- Coloque um porção de gemas e espalhe por todo o tabuleiro, retirando o excesso;
- Leve ao forno a cozer.



## Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias ↙

### • Trouxas de Ovos (Caldas da Rainha)

#### RECEITA BASE

#### COMPONENTES

Capas de ovos<sup>3</sup> ..... q.b.

Fios de ovos<sup>2</sup> ..... q.b.

Calda fraca ..... q.b.



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Enrole as capas com fios de ovos, ou só capas em forma de cilindro ou cone,
- Coloque as trouxas numa taça e regue-as com a calda.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias

#### • Lampreia de Ovos (Caldas da Rainha)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Capas de ovos <sup>3</sup> .....	q. b.
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q. b.
Creme de ovos <sup>4</sup> .....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque fios de ovos numa travessa dando-lhe a forma de lampreia;
- Aplique um pouco de creme de ovos por cima, seguindo-se mais fios;
- Barre os fios com creme e cubra com as capas;
- Decore com manteiga fresca ou glace real.

# CFPSA

<sup>2</sup> Ver receita na página 21 • <sup>3</sup> Ver receita na página 22 • <sup>4</sup> Ver receita na página 11



• **Fidalgo (Évora)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Água .....	0,300 kg
Açúcar .....	1 kg
Gemas .....	0,700 kg
Capas de Ovos <sup>3</sup> .....	q. b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Coloque o açúcar e a água ao lume até obter ponto de fio forte;
- Junte as gemas e leve ao lume até engrossar;
- Entretanto, forre completamente um arco com papel vegetal;
- Coloque uma capa de ovos no fundo e recheie com o doce de ovos;
- Repita esta operação mais três vezes;
- Por fim decore com as capas (pode dobrar as capas para decorar);
- Leve ao forno a 250° C até alourar.

CFPSA

<sup>3</sup> Ver receita na página 22



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias

#### • Pingos da Tocha (Convento de Santa Clara Amarante)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q.b.
Água .....	0,300 kg
Açúcar .....	1 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque os fios de ovos a formar “gotas invertidas” no suporte para pingos de tocha;
- Coloque a água e o açúcar no caçarolete e leve ao lume até obter ponto de voar;
- Retire do lume e trabalhe o ponto de açúcar nas paredes do caçarolete até apresentar cristais na superfície;
- Verta uma colher do ponto anterior em cima das “gotas” e deixe secar;
- Repita o passo anterior mais 3 ou 4 vezes.

# CFPSA

<sup>2</sup> Ver receita na página 21



## Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias ↙

### • Encharcada (Convento de Santa Clara – Évora)

#### RECEITA BASE

#### COMPONENTES

Água .....	0,600 kg
Gemas .....	0,350 kg
Açúcar.....	1 kg



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque o açúcar e a água ao lume e deixe ferver durante mais ou menos um minuto;
- Verta metade das gemas em fio, mexendo rapidamente, á roda sem sobrepor os fios;
- Virar os fios e coloque-os num recipiente de barro que possa ir ao forno;
- Faça mais uma vez até gastar as gemas;
- A pouca calda que restar verta-a sobre as gemas cozidas;
- Leve ao forno a 250° C, para alourar;
- Sirva depois de frio.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### ↳ Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias

#### • Sopa Dourada (Convento de Santa Clara – Guimarães)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Pão-de-ló .....	0,100 kg
Água .....	0,3 kg
Açúcar .....	0,600 kg
Canela .....	q. b.
Gemas .....	0,240 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Corte o pão-de-ló em fatias finas e retire a crosta de cozedura;
- Coloque a água e o açúcar no caçarotele, leve ao lume até obter ponto de fio fraco <sup>1</sup>;
- Embeba na calda as fatias de pão-de-ló e dispor no prato de barro;
- Misture as gemas, previamente batidas, na calda restante, leve ao lume e mexa até engrossar;
- Verta o doce sobre as fatias e polvilhe com canela

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## Confeção de Capas, Fios de Ovos e Lampreias ↙

### • Órgão (Covilhã)

#### RECEITA BASE

#### COMPONENTES

##### Massa

Farinha .....	0,750 kg
Ovos.....	0,250 kg
Açúcar .....	0,210 kg
Manteiga .....	0,025 kg
Aguardente.....	q.b.
Sal.....	q.b.
Azeite .....	q.b.

##### Recheio

Açúcar.....	0,750 kg
Água.....	0,300 kg
Amêndoa moída s/ pele.....	0,210 kg
Gemas .....	0,600 kg
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q.b.



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Amasse a massa;
- Tenda a massa com um rolo e corte tiras;
- Enrole as tiras em espiral à volta de canudos;
- Frite em azeite a 160° C;
- Leve ao lume açúcar e água até atingir ponto de fio <sup>1</sup>;
- Adicione a amêndoa;
- Ligue as gemas;
- Leve ao lume a cozer;
- Recheie os canudos com o recheio;
- Monte o órgão e aplique fios de ovos.

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36 • <sup>2</sup> Ver receita na página 21



CFPSA





• **Torta de Laranja (Estremadura)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Ovos.....	0,750 kg
Açúcar.....	0,500 kg
Fermento em pó.....	0,010 kg
Laranja (raspa e sumo).....	3 unid.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Pese e prepare todos os componentes;
- Misture o açúcar e o fermento em pó;
- Misture os ovos ao conjunto anterior;
- Adicione a raspa e o sumo das laranjas;
- Prepare tabuleiros;
- Coza a 220° C;
- Enrole a torta;
- Decore a torta com rodelas de laranja.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Torta de Laranja

#### Travesseiro de Noiva (Algarve)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Claras.....	1,000 kg
Açúcar.....	0,800 kg
Fios de ovos <sup>2</sup> .....	q. b.
Cremedeovos <sup>5</sup> .....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Bata as claras;
- Adicione o açúcar;
- Prepare um tabuleiro com papel vegetal untado;
- Tenda pastas;
- Coza a 180º C;
- Enrole com creme de ovos;
- Decore com fio de ovos.

<sup>2</sup> Ver receita na página 21 • <sup>5</sup> Ver receita na página 13



• **Torta de Amêndoa (Algarve)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Ovos.....	1,500 kg
Açúcar.....	1,000 kg
Amêndoa moída com pele.....	1,000 kg
Creme de ovos <sup>5</sup> .....	q. b.
Gila.....	q. b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Bata os ovos com açúcar;
- Ligue a amêndoa;
- Tenda pastas;
- Coza a 180° C;
- Enrole com creme de ovos e gila.

<sup>5</sup> Ver receita na página 13



CFPSA





### Caldas de açúcar

A calda de açúcar é uma mistura de açúcar e água, em proporções variáveis, que se põe ao lume a ferver para se obter um ponto de açúcar ou xarope com diversas aplicações em pastelaria.

A determinação do ponto de açúcar pode ser feita de diversas formas, desde os ancestrais métodos manuais, às técnicas mais apuradas que implicam a utilização de instrumentos como o densímetro ou pesa-xarope e o termómetro.

O método mais vulgar e rudimentar é o que consiste em, depois de mergulhar a mão em água fria, retire um pouco de calda de açúcar para se verificarem os pontos de bola mole, bola rija e caramelo; com os dedos ou uma colher, pode verificar-se o ponto de fio; e com a escumadeira, podem conferir-se os pontos de voar fraco e forte.

O ponto de açúcar pode ser também determinado com um densímetro ou pesa-xarope, que é um instrumento que mede a densidade dos líquidos em graus Baumé, ou com um termómetro, através da medição da temperatura da calda.

A utilização de um densímetro ou termómetro para se verificar um determinado ponto de açúcar é muito mais higiénica, segura e exacta do que o recurso ao método manual.

Na tabela seguinte, apresenta-se a designação mais vulgar dos diferentes pontos de açúcar, a sua temperatura de ocorrência e a sua densidade, bem como as suas principais aplicações.

# CFPSA



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS



### Confeção de Pudins PONTOS DE AÇÚCAR

Designação	Temperatura de ocorrência Em graus Celsius, medição com termómetro	Densidade Em graus Baumé, medição com densímetro	Aplicações
• Calda fraca	102° C	25°Be	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolos embebidos em caldas (exemplo: babás)</li> </ul>
• Ponto de nata	107° C	32°Be	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frutos confeitados</li> <li>• Conservas de frutos</li> <li>• Bombons de licor</li> <li>• Pastéis de nata</li> <li>• Queijadas de laranja</li> </ul>
• Ponto de fio fraco	110° C	36°Be	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geleias</li> <li>• Frutos confeitados</li> <li>• Creme de manteiga</li> </ul>
• Ponto de fio forte	115° C	37°Be	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geleias</li> <li>• Frutos confeitados</li> <li>• Creme de manteiga</li> </ul>
• Ponto de voar fraco	117° C	38°Be	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Merengues</li> <li>• Fondant</li> <li>• Creme de manteiga</li> </ul>
• Ponto de voar forte	120° C	40°Be (ponto máximo que é possível verificar com o densímetro)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Creme de manteiga</li> <li>• Merengues</li> <li>• Massa de amêndoa</li> </ul>
• Ponto de bola mole	122° C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bombons de caramelo</li> <li>• Nougat</li> <li>• Massa de frutos</li> </ul>
• Ponto de bola rija	129° C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Doce de ovos</li> <li>• Ovos moles</li> <li>• Pastéis de feijão</li> </ul>
• Ponto de início de caramelo	140° C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Açúcar escorrido</li> </ul>
• Ponto de caramelo	155° C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nougat seco</li> </ul>
• Ponto de caramelo forte	165° C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Açúcar puxado/soprado</li> </ul>



• **Toucinho de Céu (Convento de Odivelas)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Açúcar.....	1,000 kg
Água.....	0,300 kg
Amêndoa moída s/pele.....	0,350 kg
Gemas.....	0,900 kg
Canela moída.....	q.b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Pese e prepare todos os componentes;
- Coloque o açúcar e a água ao lume até atingir o ponto de voar <sup>1</sup>;
- Entretanto, dentro de uma tigela, misture a amêndoa e a canela em seco;
- Junte as gemas sem mexer muito;
- Quando o açúcar estiver no ponto, verta-o sobre a mistura anterior;
- Coloque-o numa forma untada com margarina e passada por açúcar;
- Coza em banho-maria a 220° C;
- Desenforme depois de frio;
- Polvilhe com açúcar em pó.

CFPSA

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Toucinho de Céu (Murça)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Açúcar.....	1,000 kg
Água.....	0,250 kg
Amêndoa moída s/pele.....	0,250 kg
Gemas.....	0,800 kg
Gila.....	0,250 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Pese e prepare todos os componentes;
- Coloque o açúcar e a água ao lume até atingir o ponto de voar <sup>1</sup>;
- Entretanto dentro de uma tigela misture a amêndoa e a gila em seco;
- Junte as gemas sem mexer muito;
- Quando o açúcar estiver no ponto, verta-o sobre a mistura anterior;
- Coloque-o numa forma untada com margarina e passada por açúcar;
- Coza em banho-maria a 220° C;
- Desenforme depois de frio;
- Polvilhe com açúcar em pó.

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



• **Pudim de Tangerina (Convento de São Francisco – Ponte de Lima)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Açúcar .....	0,500 kg
Ovo .....	0,750 kg
Tangerina (sumo) .....	0,200 kg
Caramelo .....	q. b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Dentro de uma tigela misture os ovos, o açúcar e o sumo de tangerina, sem criar espuma;
- Verta o preparado na forma untada com o caramelo;
- Coza em banho-maria à temperatura de 220° C.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Pudim Abade de Priscos (Braga)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Açúcar.....	0,600 kg
Toucinho fresco .....	0,050 kg
Água .....	0,600 kg
Casca de limão .....	q. b.
Pau de canela .....	1
Vinho de Porto .....	0,100 kg
Gemas .....	0,440 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Leve ao lume a água, o açúcar, o toucinho, o pau de canela e a casca de limão até atingir 112° C;
- Numa tigela, misture os ovos e as gemas;
- Verta o ponto de açúcar, seguindo-se o vinho do Porto;
- Unte formas com caramelo e leve a cozer a 220° C em banho-maria;
- Decore com presunto caramelizado.

**Nota:** A receita apresentada é uma adaptação às matérias-primas, utensílios e equipamentos actuais da receita original criada pelo Abade de Priscos, padre Manuel Joaquim Machado Rebelo (1834-1930), sacerdote e um dos maiores cozinheiros portugueses do século XIX, cujo livro de receitas infelizmente se perdeu, ficando para a posteridade apenas o seu famoso pudim. Por ser, em geral, considerado um dos doces mais importantes do património gastronómico português, transcrevemos em seguida a receita original, tal como consta no "Livro de bem comer", de José Quitério.

Pudim do Abade de Priscos (receita original):

*"Deita-se num tacho de latão ou de cobre meio litro de água e logo que esta ferva, quinhentas gramas de açúcar pilé, casca de limão, canela em pau e cinquenta gramas de gordo de bom presunto de Chaves ou Melgaço. Separam-se das claras quinze gemas de ovos e batem-se estas muito bem. Junta-se-lhe um cálice de vinho do Porto e bate-se tudo novamente. Quando o conteúdo do tacho estiver a em meio ponto, passa-se a calda por um coador de rede muito fina e misturam-se-lhe as gemas de ovos. Barra-se uma forma, interiormente e com a maior minúcia, de açúcar queimado. Deita-se a preparação na forma, tapa-se cuidadosamente e põe-se a cozer em banho-maria. Passados trinta minutos está pronto o pudim".*



• **Pudim da Madre Paula (Convento de Odivelas)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Manteiga .....	0,120 kg
Leite.....	0,350 kg
Açúcar .....	0,250 kg
Pão ralado .....	0,350 kg
Gemas .....	0,200 kg
Canela.....	q.b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Derreta a manteiga;
- Dentro de uma tigela misture o leite, o açúcar, o pão, as gemas, a canela e a manteiga derretida até obter um preparado homogéneo;
- Verta o preparado para a forma de pudim, previamente untada com manteiga e passada com açúcar;
- Coza em banho-maria, no forno, à temperatura de 220° C, mais forte no lar.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Tigelada (Beira Baixa)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Açúcar .....	0,350 kg
Farinha .....	0,050 kg
Ovo .....	0,600 kg
Leite .....	0,500 kg
Azeite .....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque o açúcar, a farinha, os ovos e o leite num recipiente e misture até obter um preparado homogéneo;
- Aqueça no forno (à temperatura de 250° C) a tigela de barro, previamente untada com o azeite;
- Verta o preparado na tigela de barro;
- Coza no forno à temperatura de 250° C.

# CFPSA



• **Mimos de Vouzela**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Água .....	0,300 kg
Açúcar .....	1 kg
Ovo .....	0,600 kg
Gemas .....	0,240 kg
Côco ralado.....	0,500 kg
Cereja confitada.....	q.b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Leve ao lume até 114° C o açúcar e a água <sup>1</sup>;
- Dentro de uma tigela misture os ovos e as gemas;
- Ligue o ponto de açúcar, adicione o côco e deixe repousar um pouco;
- Prepare formas com margarina e açúcar e coloque meia cereja em cada uma;
- Encha as formas com o preparado,
- Coza em banho-maria à temperatura de 250° C.

CFPSA

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Brisas do Lis (Leiria)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Água .....	0,300 kg
Açúcar .....	1 kg
Ovo .....	0,600 kg
Gemas .....	0,240 kg
Amêndoa moída com pele .....	0,400 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Leve ao lume até 114° C o açúcar e a água <sup>1</sup>;
- Dentro de uma tigela misture os ovos e as gemas;
- Ligue o ponto de açúcar, adicione a amêndoa e deixe repousar um pouco;
- Prepare formas com margarina e açúcar;
- Encha as formas com o preparado,
- Coza em banho-maria à temperatura de 250° C

# CFPSA

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



### • Pudim Flan

#### RECEITA BASE

#### COMPONENTES

Leite.....	1,000 kg
Açúcar.....	0,300 kg
Casca de limão.....	q.b.
Pau de canela.....	q.b.
Ovos.....	0,500 kg
Caramelo líquido.....	q.b.



#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Pese e prepare todos os componentes;
- Coloque ao lume o leite, pau de canela e casca de limão;
- Dentro de uma tigela misture o açúcar com os ovos;
- Quando o leite levantar fervura, misture-o ao conjunto anterior;
- Deixe repousar um pouco;
- Prepare a forma com caramelo;
- Verta a mistura na forma;
- Coza em banho-maria a 220° C.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Molotoff



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Claras.....	0,500 kg
Açúcar.....	0,350 kg
Caramelo líquido.....	q. b.
Molho	
Gemas.....	0,200 kg
Açúcar.....	0,250 kg
Leite.....	0,100 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Pese e prepare todos os componentes;
- Bata as claras com o açúcar;
- Quando o batido estiver pronto verta o caramelo líquido;
- Prepare as formas e encha com o preparado;
- Coza a 200° C;
- Decore com amêndoas em filete torradas e o molho.

#### Molho

- Ferva o leite;
- Misture as gemas com o açúcar;
- Verta o leite fervido;
- Leve ao lume a engrossar.



• **Mexidos (Convento de São Bento – Monção)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Pão (miolo) .....	0,100 kg
Água .....	q.b.
Açúcar .....	0,500 kg
Gemas .....	0,200 kg
Vinho do Porto branco.....	0,050 kg
Amêndoa moída grosseira .....	0,100 kg
Noz.....	0,050 kg
Pinhão .....	0,050 kg
Mel.....	0,050 kg



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Demolhe o pão na água;
- Escorra e esfarele o pão;
- Coloque o pão e o açúcar no caçarolete e leve ao lume até obter ponto de estrada <sup>1</sup>;
- Retire do lume, adicione as gemas e o vinho branco e volte a levar ao lume até ferver;
- Retire do lume e envolva a amêndoa, a noz, o pinhão e o mel;
- Verta para as taças e decore com os frutos secos.

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Charcada (Convento de São Bento de Castris – Évora)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Pão de trigo (miolo) .....	0,100 kg
Leite .....	q. b.
Água .....	0,300 kg
Açúcar .....	0,600 kg
Amêndoa moída s/ pele .....	0,300 kg
Gemas.....	0,160 kg
Canela .....	q. b.

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Demolhe o pão no leite;
- Coloque a água e o açúcar no caçarolete e leve ao lume até ferver;
- Retire do lume e adicione a amêndoa, o pão (previamente espremido e esfarelado) e as gemas;
- Leve ao lume e mexa até as gemas se apresentarem cozidas;
- Coloque no prato de barro e polvilhe com a canela.

# CFPSA



• **Sericaia (Convento de Santa Clara – Elvas)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Leite .....	1 kg
Açúcar .....	0,500 kg
Canela .....	1 pau
Limão (casca) .....	q. b.
Farinha .....	0,150 kg
Gemas .....	0,240 kg
Claras .....	0,360 kg
Canela .....	q. b.



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Leve o leite ao lume a ferver com o pau de canela e casca de limão;
- Mexa as gemas com açúcar e a farinha,
- Verta o leite fervido sobre a mistura e leve a cozer;
- Bata as claras em castelo, adicione à mistura fria;
- Disponha no prato em forma de flor, polvilhe com canela;
- Coza a 180° C.

CFPSA



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Papos de Anjo (Amarante)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Gemas .....	0,500 kg
Amido .....	0,020 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Bata as gemas;
- Quando estiverem bem batidas, retire da batedeira e misture o amido à mão;
- Prepare um tabuleiro e formas dos mimos de Vouzela, untado-as com manteiga;
- Encha com saco e boquilha, um pouco mais de meio as formas;
- Coza em banho-maria a 220° C;
- Depois de cozidos, passe por uma calda fraca <sup>1</sup> a ferver;
- Coloque em travessas e cubra com calda para ensopar.

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



• **Fatias de Tomar**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Gemas.....	0,480 kg
Amido.....	0,050 kg
Açúcar.....	1,000 kg
Água.....	1,000 kg



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Bata as gemas até o batido ficar fofo e seguro;
- Ligue ao preparado anterior o amido;
- Coza em banho-maria de preferencia em forma própria (se não tiver, coza em formas de bolo inglês, tendo o cuidado de não deixar secar ou dourar a superfície exposta ao calor);
- Corte os bolos em fatias com  $\pm 2$  cm de espessura;
- Leve ao lume o açúcar e a água. Quando levantar fervura, baixe o lume e remolhe a fatias;
- Coloque as fatias numa travessa e regue-as com xarope a 26° B <sup>1</sup>.

CFPSA

<sup>1</sup> Ver tabela de pontos de açúcar na página 36



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS

### Confeção de Pudins

#### • Bolo de Chila (Convento de Nossa Senhora da Conceição – Lagos)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Açúcar .....	0,250 kg
Farinha .....	0,025 kg
Amêndoa moída s/ pele .....	0,250 kg
Chocolate em pó.....	0,030 kg
Fermento .....	0,005 kg
Chila .....	0,250 kg
Ovo .....	0,500 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Coloque o açúcar, a farinha, a amêndoa, o chocolate, o fermento e a chila, previamente picada, numa tigela e mexa o conjunto;
- Adicione os ovos ao conjunto anterior e verta para as formas, previamente preparadas;
- Coza a 200° C;
- Decore com açúcar e canela em pó.

# CFPSA



• **Bolos de Noz (Convento de Santa Clara – Bragança)**

**RECEITA BASE**

**COMPONENTES**

Noz (miolo) .....	0,500 kg
Claras.....	0,150 kg
Açúcar .....	0,500 kg



**MÉTODO DE EXECUÇÃO**

- Moa as nozes;
- Bata as claras em castelo e adicione o açúcar, aos poucos, até obter um merengue seguro;
- Envolve as nozes;
- Tenda pequenas bolas e coloque nos tabuleiro;
- Coza a 220° C.



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS



### Confeção de Pudins

#### • Arrepiados (Almoſter)



#### RECEITA BASE COMPONENTES

Claras .....	0,060 kg
Amêndoa (filetes) .....	0,250 kg
Açúcar .....	0,250 kg

#### MÉTODO DE EXECUÇÃO

- Bata o açúcar com as claras;
- Quando estiver pronta, junte a amêndoa e misture;
- Coza em tabuleiros forrados com obreira, a 150° C;
- Após 20 minutos de cozedura, pressione cada unidade para rachar;
- Deixe cozer mais 20 a 30 minutos.

# CFPSA

**Acondicionamento e Conservação dos Doces e Bolos Confeccionados ↙**

Os doces e pudins depois de confeccionados devem ser acondicionados e conservados em vitrinas próprias, de acordo com as temperaturas de conservação das mesmas e por forma a minimizar qualquer risco de contaminação, ou convenientemente embaladas com materiais adequados aos alimentos. Nessa embalagem devem ser mencionadas a composição do produto, a data de confecção e a validade.



## PASTELARIA CONVENCIONAL E PUDINS



# CFPSA



## PASTELARIA CONVENTUAL E PUDINS



# CFPSA



CFPSA





# CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O SECTOR ALIMENTAR



## SEDE

Avenida 25 de Abril, nº 22  
1679-015 - **PONTINHA**  
Tel. 214 789 500 • Fax. 214 796 120  
APARTADO 308 • 1679-901 PONTINHA

## Delegação Norte

Pç. Gen. Humberto Delgado, 325 -2º  
4000-288 **Porto**  
Tel. 222 007 353  
Fax. 222 008 749

## Delegação Centro

Zona Industrial da Pedrulha  
3000-317 **Coimbra**  
Tel. 239 493 709  
Fax. 239 822 191

## Delegação Sul

Zona Industrial de Loulé  
Lote 41- R/C DTº  
8100-272 **Loulé**  
Tel. 289 400 160  
Fax. 289 400 169

www. **cfpsa**. pt  
e-mail: **cfpsa@cfpsa.pt**  
Nº VERDE: **800 222 210**

Centro Protocolar entre: