



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

APOSTILA DE PANIFICAÇÃO BÁSICA
Aulas Práticas

Profa. Larissa Laura Gonçalves Fernandes de Souza

Abril de 2022



Ficha Catalográfica preparada pela Seção de Processamento Técnico da Biblioteca
Central do Unilavras

S729a Souza, Larissa Laura Gonçalves Fernandes de.
Apostila de panificação básica: [livro eletrônico]: aulas práticas / Larissa
Laura Gonçalves Fernandes de Souza. Lavras: Unilavras, 2022
250 Kb; Pdf.

Inclui bibliografia
ISBN. 978-65-997886-4-2

1. Gastronomia. 2. Práticas. 3. Pães. I. Título.

CDD 641

SUMÁRIO

PRÁTICA 01	3
PRÁTICA 02	4
PRÁTICA 03	5
PRÁTICA 04	6
PRÁTICA 05	7
PRÁTICA 06	8

PRÁTICA 01



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA
FICHA TÉCNICA DE PREPARO

Disciplina:	Panificação		
Prof. Resp.	Larissa Fernandes		
Aula:	Panificação Básica	Data:	

PREPARAÇÃO: Pão Francês Tradicional

Ingredientes	Quantidade	Unidade	Medida Caseira
Farinha de trigo	1	KG	
Água gelada	0,600	ML	
Sal	0,020	GR	
Gordura vegetal	0,020	GR	
Melhorador	0,010	GR	
Fermento biológico instantâneo	0,010	GR	
Açúcar refinado	0,010	GR	

TÉCNICA DE PREPARO

- 1º- Misturar previamente, a farinha de trigo, o fermento biológico seco instantâneo, o melhorador, o açúcar e o sal.
- 2º- Adicionar, água aos poucos e por último gordura vegetal.
- 3º – Bater a massa até atingir ponto de véu.
- 4º – Dividir a massa em 3 peças de 600 gr, descansar por 30 minutos. Dividir em peças de 40 gr.
- 5º- Modelar, levar à câmara de fermentação por 80 minutos (35°C/ 80% de U.R).
- 6º-Fazer o corte na superfície nas unidades, com auxílio do bisturi.
- 7º-Assar em forno turbo, fornear à temperatura de 170° C por aproximadamente 20 minutos.

PRÁTICA 02

 <p style="text-align: center;">CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PREPARO</p>			
Disciplina:	Panificação		
Prof. Resp.	Larissa Fernandes		
Aula:	Panificação Básica	Data:	

PREPARAÇÃO: Baguete Longa			
Ingredientes	Quantidade	Unidade	Pré-Preparo
Farinha de trigo	1	KG	
Água gelada	0,600	ML	
Sal	0,022	GR	
Gordura vegetal	0,020	GR	
Melhorador	0,010	GR	
Fermento biológico instantâneo	0,010	GR	
Açúcar cristal	0,005	GR	
Leite em pó	0,015	GR	
TÉCNICA DE PREPARO			
<p>1º-Misturar previamente, a farinha de trigo, o fermento biológico seco instantâneo, o melhorador, o açúcar cristal, o sal e o leite em pó.</p> <p>2º- Adicionar, água aos poucos e por último gordura vegetal.</p> <p>3º – Bater a massa até atingir ponto de véu.</p> <p>4º– Dividir a massa em peças de 1 kg. Dividir 15 pedaços na divisora.</p> <p>5 º- Abrir as peças no formato de um quadrado de aproximadamente 05x05 cm, colocar aproximadamente 5 g de margarina no centro.</p> <p>6º-Fechar as peças juntando as quatro pontas.</p> <p>7º- Bolear com leveza para não estourar. Colocar 06x06 unidades em cada esteira da assadeira. Leva à câmara de fermentação por aproximadamente, 80 minutos (35°C / 80% U.R). Antes de fornar, cortar por cima das peças, em cruz, com o auxílio de uma tesoura.</p> <p>6º- Assar em forno turbo, fornar à temperatura de 180°C por aproximadamente 18 minutos. Em forno de lastro, fornar à temperatura de 220°C no lastro e 200°C no teto com vapor por aproximadamente 20 minutos.</p>			

PRÁTICA 03

 <p style="text-align: center;">CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PREPARO</p>			
Disciplina:	Panificação		
Prof. Resp.	Larissa Fernandes		
Aula:	Panificação Básica	Data:	

PREPARAÇÃO: Pão Doce Modelado			
Ingredientes	Quantidade	Unidade	Pré-Preparo
Farinha de trigo	2000	KG	
Água gelada	0,800	ML	
Sal	0,030	GR	
Gordura vegetal	0,200	GR	
Melhorador	0,020	GR	
Fermento biológico instantâneo	0,040	GR	
Açúcar cristal	0,300	GR	
Leite em pó	0,160	GR	
TÉCNICA DE PREPARO			
<p>1°- Misturar previamente, a farinha de trigo, o fermento biológico seco instantâneo, o melhorador, o açúcar cristal e o sal por aproximadamente 01 minuto.</p> <p>2°- Adicionar os ovos aos poucos, a gordura e por último a água.</p> <p>3°- Bater a massa até atingir ponto de véu.</p> <p>4°- Dividir a massa em duas peças de 0,980 kg e deixar a massa descansar por 10 minutos. Dividir em 15 pedaços na divisora. Bolear cada pedaço, pressionar a superfície das bolas no coco seco ralado. Distribuir 30 pedaços da assadeira. Levar à câmara de fermentação por aproximadamente 120 minutos (35°C / 80% U.R). Pincelar as peças com ovos.</p> <p>5°- Assar em forno turbo, fornecer à temperatura de 160°C por aproximadamente 18 minutos. Assar em forno lastro, fornecer à temperatura de 200°C no lastro e 190°C no teto sem vapor por aproximadamente 18 minutos.</p>			

PRÁTICA 04

 <p style="text-align: center;">CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PREPARO</p>			
Disciplina:	Panificação		
Prof. Resp.	Larissa Fernandes		
Aula:	Panificação Básica	Data:	

PREPARAÇÃO: Pão de Abóbora			
Ingredientes	Quantidade	Unidade	Pré-Preparo
Farinha de trigo	2000	KG	
Açúcar refinado	0,080	GR	
Melhorador	0,020	GR	
Leite em pó	0,120	GR	
Fermento biológico seco	0,040	GR	
Água	0,240	GR	
Ovos	0,200	GR	
Abóbora assada	0,800	GR	
Sal refinado	0,050	GR	
Manteiga sem sal	0,200	GR	
Fubá mimoso	0,200	GR	
TÉCNICA DE PREPARO			
<p>1°- Misturar previamente, a farinha de trigo, o fermento biológico seco instantâneo, o melhorador, o açúcar cristal e o sal por aproximadamente 01 minuto.</p> <p>2°- Adicionar os ovos aos poucos, a gordura e por último a água.</p> <p>3°- Bater a massa até atingir ponto de véu.</p> <p>4°- Dividir a massa em duas peças de 0,260 kg e deixar a massa descansar por 10 minutos. Modelar em formato de trança, decorar com fubá. Distribuir 30 pedaços da assadeira. Levar à câmara de fermentação por aproximadamente 90 minutos (35°C / 80% U.R). Pincelar as peças com ovos.</p> <p>5-° Assar em forno turbo, fornecer à temperatura de 180°C por aproximadamente 30 minutos. Assar em forno lastro, fornecer à temperatura de 200°C no lastro e 190°C no teto sem vapor por aproximadamente 18 minutos.</p>			

PRÁTICA 05

 <p style="text-align: center;">CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PREPARO</p>			
Disciplina:	Panificação		
Prof. Resp.	Larissa Fernandes		
Aula:	Panificação Básica	Data:	

PREPARAÇÃO: Broa Caxambu			
Ingredientes	Quantidade	Unidade	Pré-Preparo
Farinha de trigo	0,800	GR	
Açúcar refinado	0,800	GR	
Fubá	0,800	GR	
Fermento em pó químico	0,048	GR	
Erva Doce	0,008	GR	
Manteiga sem sal	0,640	GR	
Ovos	0,320	GR	
TÉCNICA DE PREPARO			
<p>1º- Misturar a farinha de trigo, o açúcar e o fubá o fermento e a erva doce.</p> <p>2º- Incorporar a manteiga manualmente, acrescentar os ovos e sovar rapidamente até obter uma massa consistente.</p> <p>3º- Incorporar aos poucos os ovos batidos até dar o ponto. Porcionar e bolear as broas. Finalizar com gemas.</p> <p>4º- Assar em forno turbo, fornecer à temperatura de 140°C por aproximadamente 40 minutos.</p>			

PRÁTICA 06



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA
FICHA TÉCNICA DE PREPARO

Disciplina:	Panificação		
Prof. Resp.	Larissa Fernandes		
Aula:	Panificação Básica	Data:	

PREPARAÇÃO: Rosca Trança com Açúcar/ Coco / Creme

Ingredientes	Quantidade	Unidade	Pré-Preparo
Farinha de trigo	1	GR	
Água gelada	0,300	GR	
Sal	0,015	GR	
Gordura vegetal	0,080	GR	
Melhorador	0,005	GR	
Fermento biológico instantâneo	0,030	GR	
Açúcar cristal	0,200	GR	
Leite em pó	0,040	GR	
Ovos	0,150	GR	
Açúcar granulado	0,100	GR	

TÉCNICA DE PREPARO

- 1º- Misturar previamente, a farinha de trigo, o fermento biológico seco instantâneo, o melhorador, o açúcar cristal e o sal por aproximadamente 01 minuto.
- 2º- Adicionar, os ovos aos poucos, a gordura e por último a água..
- 3º- Bater a massa até atingir ponto de véu.
- 4º- Dividir a massa em peças de 0,100 kg e deixar a massa descansar por 15 minutos. Abrir a massa no formato de um retângulo de aproximadamente 12x06 cm e modelar em modeladora. Alongar as peças com as mãos e trançar três fechando bem as pontas. Colocar 04 roscas em assadeiras untadas. Levar à câmara de fermentação por aproximadamente 120 minutos (35°C / 80% U.R).
- 5º- Pintar as roscas com ovos e distribuir o açúcar sobre as roscas. Assar em forno turbo, fornear à temperatura de 170° C por aproximadamente 18 minutos. Em forno de lastro, fornear à temperatura de 200°C no lastro e 190°C no teto sem vapor por aproximadamente 18 minutos.