

# SOBREMESAS QUENTES E GELADAS\*

Alice Nogueira Novaes Southgate

Mariana Martelli

## Objetivos

A proposta deste texto é possibilitar a você:

- aprender noções básicas sobre confeitaria, refletindo sobre sobremesas quentes e geladas.

## Iniciando o estudo

Sobremesas são essenciais em um bom cardápio. Por essa razão, vamos estudar alguns dos principais conceitos sobre diferentes sobremesas, quentes ou geladas. Sabendo do grande número de possibilidades, privilegiamos algumas das sobremesas mais consumidas no Brasil.

### 1 Sobremesas quentes

São muito apreciadas no serviço de restaurantes, geralmente acompanhadas de sorvetes, constituindo um contraste de quente e frio muito atraente. Elas oferecem diversas opções para o/a confeitoiro/a criar diferentes combinações. São suflês e bolinhos como o consagrado *petit gateau* e outros como o *brownie*, que se tornaram populares no Brasil. As sobremesas quentes com frutas também são clássicas, flambadas, cozidas ou assadas também compõe um menu clássico e são ótimas para compor sobremesas. Um bom exemplo é a banana flambada e a famosa *tarte tatin* de maçã.

---

\* Texto originalmente publicado na Revista PQANP do IFSC, v.1, n. 4, p.134-142.

- **Soufflé**

A palavra *soufflé* é de origem francesa e significa algo como crescer, subir. Supostamente, a primeira receita de *soufflé* apareceu no livro *Le cuisinier moderne*, em 1742. Com o tempo, os grandes *chefs* da época começaram a desenvolver a técnica dessa preparação que se tornou muito popular. Em 1841, o célebre *chef* Carême, em seu livro *Pâtissier Royal Parisien*, explica detalhadamente a técnica de fazer *soufflés*.

Os suflês (em português) podem ser feitos com ingredientes à base de leite ou com um purê de frutas, acrescido de clara em neve. Geralmente, um creme confeito aromático acrescido de gemas serve de base e dá sabor, enquanto as claras em neve fazem o suflê crescer.

## 2 Sobremesas geladas

Uma das sobremesas geladas mais populares é o sorvete, juntamente com outras preparações similares, tais como *sorbets*, *gelatos* e *frozen yogurt*. Podemos ainda incluir nessa categoria as granitas, as musses geladas, os *parfait* e outras.

Sobremesas geladas e sorvetes, em particular, são misturas fisicamente complexas e instáveis. A estabilidade é mantida principalmente mantendo essas preparações em baixas temperaturas, mas também devido às propriedades de alguns ingredientes básicos.

### 2.1 Sorvetes

O sorvete é uma mistura singular dos três estados da matéria: gasosa, líquida e sólida. Ele consiste de glóbulos de gordura, bolhas de ar e cristais de gelo dispersos uniformemente numa solução aquosa. A solução é capaz de reter líquidos em temperaturas congelantes devido à alta concentração de açúcar, substância que pode abaixar o ponto de congelamento da água. Sobremesas geladas, que contêm produtos lácteos, se beneficiam da habilidade da gordura em apreender as bolhas de ar, ao mesmo tempo em que apresentam uma certa instabilidade por ser uma emulsão de água e gordura. A lecitina, encontrada na gema de ovo e nas proteínas do leite e do creme de leite, funciona como emulsificante, ajudando a manter uma

dispersão uniforme de glóbulos de gordura na emulsão.

### 2.1.1 Breve história do sorvete

A história começa com os chineses quando misturaram neve com frutas fazendo uma espécie de sorvete. Esta técnica foi passada aos árabes, que logo começaram a fazer caldas geladas chamadas de *sharbet*. Mais tarde, o *sharbet* se transformou nos famosos sorvetes franceses sem leite, os *sorbets*.

Nos banquetes de Alexandre, o Grande, na Grécia, e nas famosas festas gastronômicas do imperador Nero, em Roma, os convidados já degustavam frutas e saladas geladas com neve. O Imperador mandava seus escravos buscarem neve nas montanhas para misturar com mel, polpa ou suco de frutas.

O gelo era estocado em profundos poços construídos pelo povo. Porém, a grande revolução no mundo dos sorvetes aconteceu com Marco Polo que trouxe do Oriente para a Itália, em 1292, o segredo do preparo de sorvetes usando técnicas especiais. Assim, a moda dos sorvetes espalhou-se por toda a Itália, e quando Catarina de Medici casou-se na França com o futuro Henrique II, entre as novidades trazidas da Itália para o banquete de casamento, estavam as deliciosas sobremesas geladas, as quais encantaram toda a corte.

Mas o grande público francês só teve acesso a estas especialidades um século depois, quando Francesco Procópio abriu um café, em Paris, que servia bebidas geladas e sorvete tipo *sorbet*. Os sorvetes se espalharam por toda a Europa e logo chegaram também aos Estados Unidos. A primeira produção de sorvete em escala industrial ocorreu nos Estados Unidos, há 40 anos.

Hoje, no mundo todo, quem mais fabrica sorvete são os norte-americanos. No Brasil, o sorvete ficou conhecido em 1834, quando dois comerciantes cariocas compraram 217 toneladas de gelo, vindas em um navio norte-americano, e começaram a fabricar sorvetes com frutas brasileiras. Na época, não havia como conservar o sorvete gelado e, por isso, tinha que ser tomado logo após o seu preparo. Um anúncio avisava a hora exata da fabricação. O primeiro anúncio apareceu em São Paulo, no dia 4 de janeiro de 1878, contendo a seguinte mensagem: "SORVETES - Todos os dias às 15 horas, na Rua Direita, nº 44"(ABIS, s/d)1.

## 2.1.2 Sobremesas similares ao sorvete

- **Gelato**

O *gelato* é uma sobremesa gelada italiana que é similar ao sorvete. Embora o processo de produção seja bastante parecido, eles diferem um pouco no sabor e na textura. Enquanto o sorvete é leve e cremoso, o *gelato* possui uma consistência mais densa com sabor intenso. No *gelato*, a proporção de saborizante em relação à gordura é substancialmente maior que no sorvete. A maior densidade deve-se à pouca incorporação de ar.

- **Sorbet**

O *sorbet* é composto principalmente por um purê ou um suco de frutas ou vegetais, xarope de açúcar e um componente ácido. São leves e refrescantes. Algumas formulações incluem uma bebida alcoólica ou infusões de chá, ervas e especiarias. O *sorbet* é frequentemente servido para limpar o paladar entre os pratos de uma refeição ou como uma sobremesa leve.

Tanto o sorvete quanto o *sorbet* possuem uma textura macia e cremosa, resultado de um controle cuidadoso do tamanho dos cristais de gelo. O processo de produção é basicamente o mesmo, porém o *sorbet* não contém gordura ou produtos lácteos. Emulsificantes são desnecessários devido à ausência de gordura, porém o uso de estabilizantes pode ser interessante para evitar que a textura se torne áspera.

- **Granita**

Granita ou *granité* é similar a uma “raspadinha” de gelo que é saborizada com purê de frutas, vegetais, vinho, licor, café, ervas e especiarias. Esses ingredientes são misturados com um xarope simples ou água, dependendo do uso e da doçura desejada. A proporção básica da granita é três partes de suco para uma parte de xarope simples. A quantidade ideal de açúcar para a formação ideal de cristais de gelo é de 8° a 12°Be (graus de Baumé). Quando a granita for salgada, o açúcar poderá ser substituído pelo sal e alguma bebida alcoólica para se alcançar a textura desejada. Esses ingredientes também diminuem o ponto de congelamento e evitam que a mistura se torne um bloco sólido de gelo.

## 2.2 Outras sobremesas geladas

Há ótimas alternativas para o tradicional sorvete. Elas não exigem uma sorveteira, sendo uma boa opção para cozinhas com equipamento limitado.

As sobremesas incluídas nessa categoria são compostas por ingredientes utilizados em musses clássicas, ou seja, uma espuma feita com claras (merengue) ou gemas (*pâte à bombe*) e creme de leite batido, que então é misturado a uma base que dará o sabor. Essas preparações oferecem muitas possibilidades para a criação de sobremesas sofisticadas. A seguir, são apresentados alguns exemplos de sobremesas geladas.

- **Musse gelada**

A preparação mais simples dessa preparação é uma combinação de merengue suíço ou italiano, creme de leite batido e uma base.

- **Parfait**

É uma mistura de *pâte à bombe* ou merengue suíço ou italiano, um saborizante e o creme de leite batido. Nos EUA, o *parfait* também se refere a uma sobremesa composta por camadas de sorvete, frutas e creme de leite batido.

O *parfait*, tipicamente europeu, é uma sobremesa gelada delicada, geralmente mais leve e menos doce que um sorvete, confeccionado a partir de um *pâte à bombe* (gemas batidas com uma calda de açúcar até o ponto de fita) e misturado ainda com creme de leite batido e algum saborizante. Para se atingir as características marcantes de consistência leve, é muito importante o cuidado na hora de incorporar os ingredientes, preservando o ar que foi incorporado durante o batimento. Essa mistura pode ser colocada em moldes individuais, em formas de pão e calhas, ou ser usada para rechear bolos gelados, ou até ser servida em taças como o sorvete.

- **Soufflé gelado**

É similar à musse gelada. A diferença é na apresentação. O *soufflé* gelado é servido em *ramekin*, imitando o *soufflé* quente.

- **Semifredo**

*Semifredo*, que em italiano quer dizer semicongelado, é uma sobremesa gelada composta por uma base constituindo um creme cozido (*custard*), acrescido de creme de leite batido para dar leveza. Chocolate, nozes, frutas ou outros ingredientes podem ser incorporados. O *semifredo* é servido congelado, mas o ar incorporado amacia ele e faz com que pareça menos gelado.

- **Bomba gelada**

Bomba gelada é uma sobremesa moldada, tradicional europeia, que tem um formato de cúpula. É tradicionalmente composta por camadas de sorvete ou *parfait*.

### 2.3 Ingredientes básicos

- **Leite/Creme de leite**

Produtos lácteos formam a base da maioria das sobremesas geladas. Eles fornecem o tão desejado sabor encorpado do sorvete, do *gelato* e das musses, além de serem os responsáveis pela cremosidade dessas sobremesas. Como no creme de leite batido, a capacidade única da gordura do leite é apreender as bolhas de ar, fornecendo a prazerosa leveza da mistura. A caseína e o soro do leite auxiliam na estabilização da espuma.

Produtos lácteos utilizados em sobremesas geladas estão disponíveis de várias maneiras e são selecionados baseados na qualidade e no tipo de sorvete que serão produzidos.

Leite integral, leite desnatado, leite desnatado em pó, soro de leite em pó, creme de leite e manteiga são alguns deles.

No leite em pó desnatado, a água e a gordura são removidas, consistindo em uma mistura de proteínas, lactose e minerais. A adição do leite em pó desnatado na mistura para sorvete reforça a sua estrutura, resultando em uma melhor textura e em uma maior porcentagem de *overrun* (volume obtido após o batimento e o congelamento na máquina). O leite em pó desnatado ajuda a estabilizar a água presente no leite e em outros ingredientes; no entanto, uma quantidade excessiva, irá criar cristais de lactose deixando a mistura com uma textura arenosa desagradável

na boca. O soro do leite também pode ser usado para uma preparação de menor custo. De uma maneira geral, a seleção da matéria prima é baseada na disponibilidade, custo, qualidade final do produto.

O creme de leite é um dos ingredientes mais caros do sorvete e, por essa razão, sorvetes de menor qualidade possuem menor porcentagem desse ingrediente. Existe uma regulamentação vigente da ANVISA que regula a produção de sorvetes.

- **Açúcar**

O açúcar tem um papel essencial no sabor e na textura das sobremesas geladas. Ele aumenta a doçura até o nível desejado para equilibrar a acidez e/ou amargura dos flavorizantes, tais como as frutas, o café ou o chocolate. Ele também é o responsável pela maciez característica do sorvete, necessária para servir em colheradas.

A sacarose é o adoçante mais comum usado na produção de sorvete, embora outros açúcares possam ser utilizados em combinação com a sacarose. Açúcares invertidos, tais como a glicose, a dextrose e o xarope de milho, são geralmente utilizados devido à sua habilidade de prevenir a cristalização e de aumentar a vida útil do produto. Esses açúcares são encontrados na forma líquida ou em pó, variando o nível de doçura.

- **Ovos**

Muitas fórmulas de sorvetes contêm gemas ou até mesmo ovos inteiros. Este tipo de sorvete é conhecido como sorvetes cremosos ou à base de creme inglês (*custard style* ou *French custard ice cream*). Os ovos acrescentam sabor e cremosidade. As gemas contêm lecitina que funciona como um emulsificante, estabilizando a dispersão de água e gordura na mistura. A gema de ovo contém aproximadamente 30% de gordura e 10% de lecitina.

- **Emulsificantes e Estabilizantes**

Esses ingredientes têm a função de impedir as variações de temperatura, que podem acontecer durante o transporte e armazenamento. Quando os cristais de gelo contidos em um produto derretem, eles tendem a migrar e a se juntar a outras

gotículas de água. Quando recongelados, os cristais formados são maiores e a consistência do sorvete muda, perdendo a qualidade.

Os emulsificantes mantêm a mistura de água e gordura homogênea, evitando que essas duas substâncias se separem. A gema sempre teve essa função na formulação de sorvetes; no entanto, atualmente, existem emulsificantes industrializados para produção em maior escala, tais como os polissorbatos, e os mono e diglicerídeos devido à sua alta concentração e ao seu menor custo.

Os estabilizantes também são utilizados para evitar a migração de água, aumentando a viscosidade da solução. Quando os cristais de gelo derretem, eles ficam isolados e, quando recongelados, o tamanho e o número de cristais de gelo permanecem iguais, causando poucos danos. Porém, o estabilizante usado em excesso irá produzir uma consistência elástica desagradável. Os estabilizantes mais comuns são: alginatos, carragena, goma guar, goma xantana, pectina e gelatina.

### **Concluindo o estudo**

Neste estudo, você conheceu um pouco mais sobre sobremesas quentes e geladas: como soufflé, sorvete, gelato, sorbet, granita, mousse, parfait, soufflé gelado, semifredo, bomba gelada. Além disso, você aprendeu sobre ingredientes básicos usados na confeitaria, como leite/creme de leite, ovos, emulsificantes, estabilizantes e açúcar.

### **Referências utilizadas para a elaboração deste material**

ABIS – Associação Brasileira das Indústrias do Sorvete. **Você sabia que esta delícia existe há mais de 3000 anos?** Disponível em: <https://www.abis.com.br/voce-conhece-a-historia-do-sorvete/>, acesso em: 10 mar. 2021.

CARÊME, Marie Antonin. **Le Pâtissier royal Parisien**, ou Traité élémentaire et Pratique de la Pâtisserie ancienne et moderne, de l'entremets de sucre, des entrées froides et des socles. 1815.