



BEM-VINDOS



Unilever
Food
Solutions

Apoiar. Inspirar. Transformar.



INTRODUÇÃO

A Equipa de Chefs UFS desenvolveu este manual para o ajudar na gestão alimentar em estabelecimentos turísticos e hoteleiros, com o objetivo de otimizar processos e satisfazer os seus hóspedes com soluções práticas e rentáveis. Este guia oferece soluções interessantes para um buffet atrativo e sustentável com uma oferta adequada a todo o tipo de clientes, integrando as últimas tendências na restauração e aproveitando todos os momentos de negócio das cadeias hoteleiras.

Juntos faremos deste ano um verdadeiro sucesso!

ÍNDICE



TECNOLOGIA AO SERVIÇO DA COZINHA	PÁG. 6
VANTAGENS DA PLANIFICAÇÃO	PÁG. 13
BUFFET:	PÁG. 18
- AS ZONAS CHAVE	PÁG. 22
- ENTRADAS E SALADAS	PÁG. 24
- PRATOS PRINCIPAIS	PÁG. 28
- COMIDA FEITA NO MOMENTO	PÁG. 33
- SOBREMESAS	PÁG. 35
SERVIÇO DE QUARTOS	PÁG. 38
SERVIÇO DE BAR	PÁG. 46
GESTÃO DE EVENTOS	PÁG. 52
RESTRIÇÕES ALIMENTARES	PÁG. 56
ALERGÉNIOS	PÁG. 58

TECNOLOGIA AO SERVIÇO DA COZINHA



A LINHA FRIA

A modalidade da linha fria consiste na preparação da comida com o método tradicional.

Como funciona?

1 EMPRATAR

No momento em que acaba o processo de confeção, reservar os alimentos em embalagens próprias.



3 TERMOSELAR

Procede-se ao selar rápido dos recipientes.



4 ARMAZENAR

Colocar os recipientes selados em câmaras frigoríficas entre os 0°C e os 5°C. Igualmente pode colocar em carros refrigerados, sempre a menos de 5°C.

COZINHAR A VÁCUO

A TÉCNICA DO SOUS VIDE



Quais as vantagens da Linha Fria?



Fácil transporte e otimização dos processos.



Sem risco de contaminação ou interferência com o exterior devido às embalagens seladas.



Permite optimizar zonas de armazenagem.



Máxima qualidade organolética: sabor, aroma e textura garantida

Como funciona?

Cozinha a vácuo consiste na confeção de alimentos dentro de uma embalagem própria resistente, depois de se extrair o ar, de maneira a selar, e colocar o saco num ambiente húmido com uma temperatura geralmente abaixo de 100°C.

Após a confeção do alimento ter terminado, a embalagem deve ser colocada num recipiente com água fria, de maneira a resfriar rapidamente. Deve baixar a temperatura de 75°C a 10°C num tempo máximo de 90 minutos.

A embalagem selada pode ser conservada no frigorífico a 3°C, num prazo limite entre 6 a 21 dias.



O que diferencia?

Por implicar a confeção do alimento em temperaturas baixas (entre 55°C e 98°C) por um período maior de tempo, sem a presença de oxigénio, difere das técnicas tradicionais de cozinha, onde os alimentos são submetidos a temperaturas superiores a 100°C em períodos curtos de tempo.



Quais as vantagens na Cozedura a Vácuo?



Menos desperdício de ingredientes e condimentos por não evaporarem.



Sabores ainda mais intensos e texturas mais tenras e delicadas.



Menos energia gasta devido às temperaturas baixas de confeção

A PASTEURIZAÇÃO EM ALIMENTOS EMBALADOS

Como funciona?

Consiste em cozinhar o alimento embalado (por vezes já previamente cozinhado) a temperaturas baixas e durante um período de tempo superior ao utilizado na confeção tradicional. A ação de calor faz-se sobre a superfície do alimento e, ao mesmo tempo, vai cozinhando até ao interior de uma forma uniforme, mantendo a textura e a concentração dos seus aromas.

EMBALADO NUM SACO DE SOUS VIDE OU NUM RECIPIENTE



Quais as vantagens da pasteurização?



Máxima qualidade organolética: sabor, aroma e textura garantida.



Simplifica e agiliza o serviço.



Evita a evaporação e a secura dos alimentos



Antecipação de serviços para grandes eventos.



Racionaliza a planificação do trabalho.

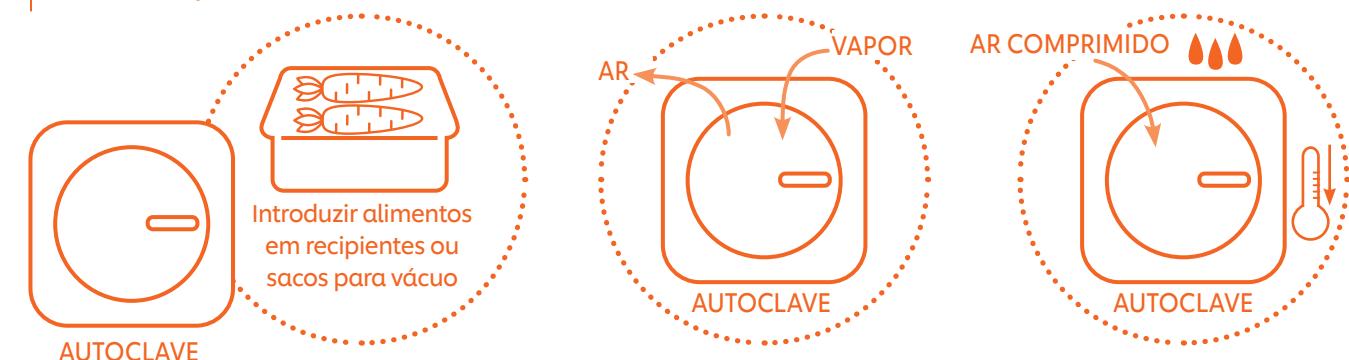


A ESTERILIZAÇÃO

Como funciona?

O processo de esterilização consiste em destruir cerca de 90% dos microorganismos que se encontram nos alimentos, através do processo da exposição a uma temperatura próxima dos 115°C. Desta maneira, os alimentos podem ser conservados durante grandes períodos. A única desvantagem é que se perdem as vitaminas hidrosolúveis (grupo B e vitamina C) em maior ou menor quantidade, dependendo da duração de exposição ao calor. Pode originar mudanças no sabor e no calor original do alimento.

Esterilização de alimentos em autoclave:



Quais as vantagens da esterilização?



Não necessita de frio para conservar, apenas conservar num local fresco e seco.



Permite otimizar zonas de armazenagem ao não necessitar de usar frigoríficos.

A ULTRACONGELAÇÃO

Como funciona?

A ultracongelação de alimentos é um processo de descida de temperatura muito rápida, que vai abaixo da temperatura habitual de congelação, até uma temperatura próxima dos -40°C., num tempo máximo de 120 minutos.

Para realizar este procedimento é necessário ter elementos frigoríficos conhecidos por "abatedores-ultracongeladores", que funcionam com ar frio forçado ou nitrogénio.

Armazenam-se os alimentos a temperaturas inferiores estabilizadas, sendo comum entre os -18°C. e os -22°C.. Em função do tipo de alimento pode chegar abaixo dos -24°C. Este processo realiza-se em apenas alguns minutos, o que faz com que se mantenham as propriedades físicas, texturas, aromas, nutrientes e vitaminas dos alimentos, visto que não se produzem microcristais ou cristais de água interiores que podem decompor a fibra do alimento, como ocorre na congelação normal.

Uma vez ultracongelado o produto deve manter uma temperatura controlada e deve ser ter uma descongelação controlada com frio positivo em câmara e nunca à temperatura ambiente ou forçado em água quente.

Este procedimento é muito utilizado em hotelaria, devido à sua eficácia na preparação dos alimentos com antecipação - muito utilizado para eventos ou grandes serviços. Para além disso, a ultracongelação permite que os alimentos conservem todos os nutrientes, estrutura e aspeto, como se estivessem acabados de ser cozinhados.

DICA DO CHEF:

Congelar ou ultracongelar alimentos só pode ser feito se tiver no seu equipamento de cozinha, abatedores de temperatura. As tradicionais arcas ou congeladores só podem ser utilizados para conservar alimentos já congelados.

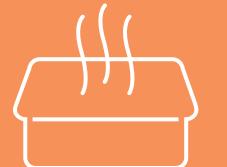
Como manter os alimentos ultracongelados?



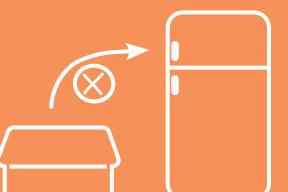
Os congeladores devem estar sempre a -18°C. ou ainda melhor, se estiverem a menos.



É importante proteger os alimentos em sacos ou recipientes de plástico.



Deixar esfriar os alimentos antes de congelar.



Nunca voltar a congelar um produto já descongelado.



VANTAGENS NA PLANIFICAÇÃO

FICHA TÉCNICA		
NOME DO PRATO: Entremeada Glaceada		PAX: 10
INGREDIENTES	QUANTIDADES	
Barriga de porco	2 kg	
Gengibre fresco ralado	20 g	
Alho esmagado	15 g	
Cebola meia lua	250 g	
Sal	10 g	
Água	600 ml	
Óleo	20 ml	
Knorr molho Teriyaki 1lt	600 ml	

PREPARAÇÃO

- Temperar a barriga de porco com sal e pimenta e reservar 24h.
- Silar a carne numa frigideira com o óleo bem quente de ambos os lados.
- De seguida, colocar numa panela com água ficando submersa.
- Deixar cozinhar 1h30min. em lume brando. Noutra panela, preparar um caldo com os 600ml de água, Knorr molho Teriyaki 1lt, o gengibre, a cebola e o alho. Retirar a barriga de uma panela para a outra e deixar cozer mais 1h30 min no caldo anteriormente preparado. Rodar a peça de carne de vez em quando.
- Depois deste tempo, retirar a carne e deixar reduzir o molho. Servir com couve salteada e batata frita.

A SERVIR

- Servir a entremeada em fatias finas numa cama de couves salteadas.

FICHA TÉCNICA		
NOME DO PRATO: Tranche de Robalo com Aveludado de Marisco PAX: 10		
INGREDIENTES	QUANTIDADES	
Tranches de robalo	1,8 kg	
Cebola picada	100 g	
Vinho branco	1 dl	
Knorr caldo pasta Peixe preparado	0,5 lt	
Vaqueiro Profissional	100 g	
Camarão descascado	1 kg	
Mexilhão com casca	1 kg	
Knorr creme Marisco preparado	1 lt	
Manteiga sem sal	100 g	
Couve-flor a vapor	300 g	

PREPARAÇÃO

- Untar um tabuleiro com Vaqueiro Profissional.
- Colocar Knorr caldo pasta Peixe preparado, vinho branco e a cebola picada.
- Por cima, as tranches de robalo e os mariscos.
- Temperar com sal e pimenta e tapar com papel vegetal.
- Levar ao forno durante 10min a 160°C.
- Depois de cozinhado reservar o peixe e escorrer o caldo para um tacho e separar o miolo do mexilhão.

AVELUDADO DE MARISCO

- Juntar Knorr creme desidratado Marisco preparado ao caldo anterior e deixar ferver.
- Por fim, ligar com a manteiga.

A SERVIR

- Servir o robalo juntamente com os mariscos, a couve-flor e o molho aveludado.
- Finalizar com coentros finamente picados.

FICHAS TÉCNICAS DE TRABALHO

- Contêm todas as instruções necessárias para a elaboração de um prato.
- Devem ser elaborados tendo em conta a produção em série e garantir a qualidade igualitária.

Apresentamos os dados que uma ficha técnica deve fornecer

Código e descrição do prato:

- Ingredientes e quantidades (sempre para 1 ou 10 pax, para mais fácil multiplicação).
- Instruções sobre a confeção.
- Parâmetros de confeção.
- Número de programa (caso confeccionado em forno ou equipamento programável).
- Tempos, temperatura e humidade.
- Instruções sobre embalamento, conservação.
- Instruções sobre o Ponto Crítico de Controlo de cada receita.
- Identificação da secção da equipa de trabalho.



VANTAGENS DOS NOSSOS PRODUTOS

Por sabermos que o setor hoteleiro tem **necessidades próprias**, acreditamos que os produtos utilizados têm de estar sempre **adaptados a essas necessidades**, garantido a satisfação da equipa que prepara o prato final e do cliente que procura uma excelente refeição.

Por isso, os **Produtos Unilever Food Solutions** garantem:

1 TRANSPARÊNCIA E CONFIANÇA
Os Produtos Unilever Food Solutions são desenvolvidos para garantir a máxima qualidade e confiança. Na preparação das suas receitas, dispomos de informação sobre alergénios bem como se os produtos são aptos para dietas específicas. Basta aceder às fichas técnicas do produto em www.unileverfoodsolutions.com.

3 PRODUTOS ESTÁVEIS
Tanto em entradas frias, saladas ou sobremesas, dispomos de molhos e complementos para sobremesas que estão pensadas para suportar uma textura e aspeto como se tivesse sido recentemente empratado, mesmo após várias horas de refrigeração.

5 CONTROLO NAS DOSES E NA GESTÃO DO DESPERDÍCIO
Muitas vezes, cozinhar em excesso sem intenção torna-se um gasto de recursos desnecessário. Os produtos UFS apresentam instruções de confeção para quantidades exatas, de maneira a evitar o desperdício alimentar.

2 QUALIDADE UNIFORME E CONSTANTE
Na hora de confeccionar os pratos para posterior consumo, é fundamental a uniformidade, o sabor e a textura. A nossa gama de molhos contém amidos específicos para a sua posterior regeneração em fornos e são estáveis ao calor, não deslaçando ou criando uma película exterior.

4 CUSTOS CONTROLADOS
O controlo de custos é uma questão fundamental na elaboração de qualquer menu para hotelaria. Por isso, ao usar produtos que permitem uniformidade na qualidade e doses, está a facilitar o seu controlo de custos.

6 PRODUTOS ABERTOS À CRIATIVIDADE
Os Produtos UFS podem ser preparados/utilizados de acordo com as instruções, mas também de acordo com a criatividade e personalização do seu hotel, com a sua assinatura.

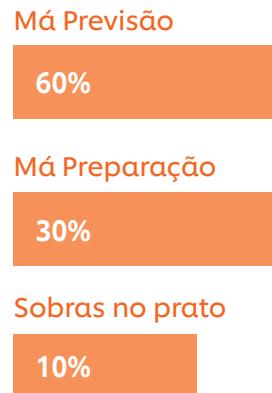
A GESTÃO DO DESPERDÍCIO

Uma boa gestão de desperdício pode ajudar a poupar muito dinheiro ao seu negócio. Estudos indicam que a fase de planeamento e preparação são críticas. Com a planificação que vimos no capítulo anterior, é possível reduzir ao máximo o desperdício alimentar.

- Uma boa planificação das compras e da confeção são críticas para uma boa gestão (fichas de compras e de trabalho): planificar compra, consumos, rotação do produto...
- Uso de novas tecnologias na cozinha ajuda a expandir o tempo de vida dos produtos.

No seguinte capítulo sobre Buffet, irá ver sugestões, de maneira a ajudá-lo a reduzir os custos do seu negócio.

MOTIVOS DO DESPERDÍCIO ALIMENTAR



Fonte: Estudo interno desenvolvido pela equipa de chefs de UFS com base em restaurantes que servem à carta cerca de 100 refeições em média, por dia.



CAUSAS DOS DESPERDÍCIOS

Analise em que processo se produz uma quantidade superior de desperdício alimentar no seu estabelecimento e tome medidas.

Foque-se na Política dos 3 R's: **REDUZIR, REUTILIZAR e RECICLAR**.



OTIMIZAR ESTES PASSOS SIGNIFICA:

- 1. COMPRA:** deve ter um controlo em tempo real de produtos comprados e produtos gastos.
- 2. ARMAZENAMENTO:** deve ter uma visão geral das existências utilizando um melhor sistema de etiquetagem de datas.
- 3. PREPARAÇÃO:** prepare a comida e tente ter a noção de que vai ser consumida, de maneira a não produzir em demasia.
- 4. PREPARAÇÃO:** use os seus produtos de forma inteligente. Reutilize produtos que não foram usados ou partes menos nobres da comida para fazer novos pratos.
- 5. DOSES:** se as doses estiverem corretas, irá evitar que o cliente deixe comida no prato.
- 6. ELIMINAÇÃO:** recolha todos os desperdícios e elimine os resíduos orgânicos de maneira sustentável.

BUFFET



O buffet nos hotéis tem vindo a evoluir ao longo dos últimos anos. Hoje em dia, funciona até como um elemento estético. O seu principal objetivo é abrir o apetite e atrair clientes. É um lugar de exposição da qualidade de equipa de cozinha e do Chef. O buffet, para além de ser uma experiência gastronómica, converteu-se numa experiência mais pessoal e sensorial.

6 PASSOS PARA UM BUFFET RENTÁVEL

1 ADQUIRIR INGREDIENTES DA TEMPORADA

Os ingredientes sazonais são sempre mais baratos e encontram-se no ponto de maturação ideal com o melhor sabor.

3 MAIS VARIEDADE DE RECEITAS COM MENOS INGREDIENTES, MAS MAIS CRIATIVIDADE

Todos têm as suas receitas de eleição, porque é algo seguro. Porque não investe numa recriação das suas receitas preferidas, de maneira a adicionar novos elementos criativos? Uma simples lasanha desconstruída pode tornar-se mais apelativa e aumentar o seu valor no seu Menu.

5 REDUZIR TAMANHO DOS PRATOS DE SERVIÇO

Reducir o tamanho dos pratos nos seus buffets vai permitir que a comida seja o foco da atenção. A nível visual, trará uma sensação visual de saciedade aos seus clientes e criará mais impacto.



DOSES INDIVIDUAIS



VARIEDADE



PRATOS PEQUENOS

2 CRIAR DOSES INDIVIDUAIS

Ao servir os seus pratos, aposte em doses individuais. Vai controlar melhor os seus gastos, diminuir custos e reduzir desperdícios alimentares. Para além disso, doses individuais tendem a parecer mais únicas e com mais personalidade!

4 MANTENHA UMA LÓGICA AO CONSTRUIR O BUFFET

Coloque no início do Buffet os seus pratos mais rentáveis, desde as sobremesas, às saladas, sopas, arrozes, massas... O olho do cliente vai prender-se em primeiro lugar nesses pratos e o apetite também, reduzindo os seus custos a médio prazo!

6 A ATENÇÃO PELO CLIENTE

Ao servir comida, não pense que o foco está apenas no sabor. Investir em colaboradores que recebam bem os seus clientes faz toda a diferença.

COMO ORGANIZAR UM BUFFET ATRATIVO

A satisfação de um cliente num buffet não se prende apenas com a variedade de pratos mas também com outros fatores. A ordem, a limpeza, a atenção do serviço ou mesmo a preparação da comida no momento.

DICA DO CHEF:

Diferenciar na comida é o foco de todos os Chefs, mas ao diferenciar em aspectos que muitas vezes são esquecidos, a probabilidade de fidelizar o seu cliente é bastante superior!

SINALIZAÇÃO, LIMPEZA E ORDEM

Manter a sala em ordem e a sinalização dos ingredientes usados, bem como dos alergénios e dos pratos apropriados para cada dieta (vegetarianismo, veganismo...) faz toda a diferença nos dias de hoje. Os seus clientes estão mais exigentes e dão valor às suas preocupações.



UTILIZAR O SHOWCOOKING COMO FERRAMENTA DE VISIBILIDADE

Use momentos de Showcooking como ferramenta para captar mais atenção do cliente. Torna o momento mais exclusivo e personalizado. Não há cliente que não adore uma omelete feita na hora ou carne grelhada no momento.

REPOSIÇÃO CONSTANTE

Um dos aspetos que faz valorizar um buffet é a quantidade abundante de oferta e variedade. Se não estiver atento à reposição dos pratos, a mancha visual de comida pode afetar a percepção do cliente no momento em que se serve. Não se esqueça que o cliente num buffet não está pronto para estar à espera.

BOA REPOSIÇÃO



SHOWCOOKING



OFERTA SAZONAL

PUBLICITE E VENDA O RESTAURANTE COMO SE FOSSE UM RESTAURANTE DE RUA

Mantenha o nível de concorrência em dia e tenha em conta que os restaurantes da zona são a sua maior concorrência ou mesmo novos conceitos de entrega de comida ao domicílio.

DIVERSIDADE DE CORES

Use e abuse na diversidade de cores. "Os olhos são os primeiros a comer!"

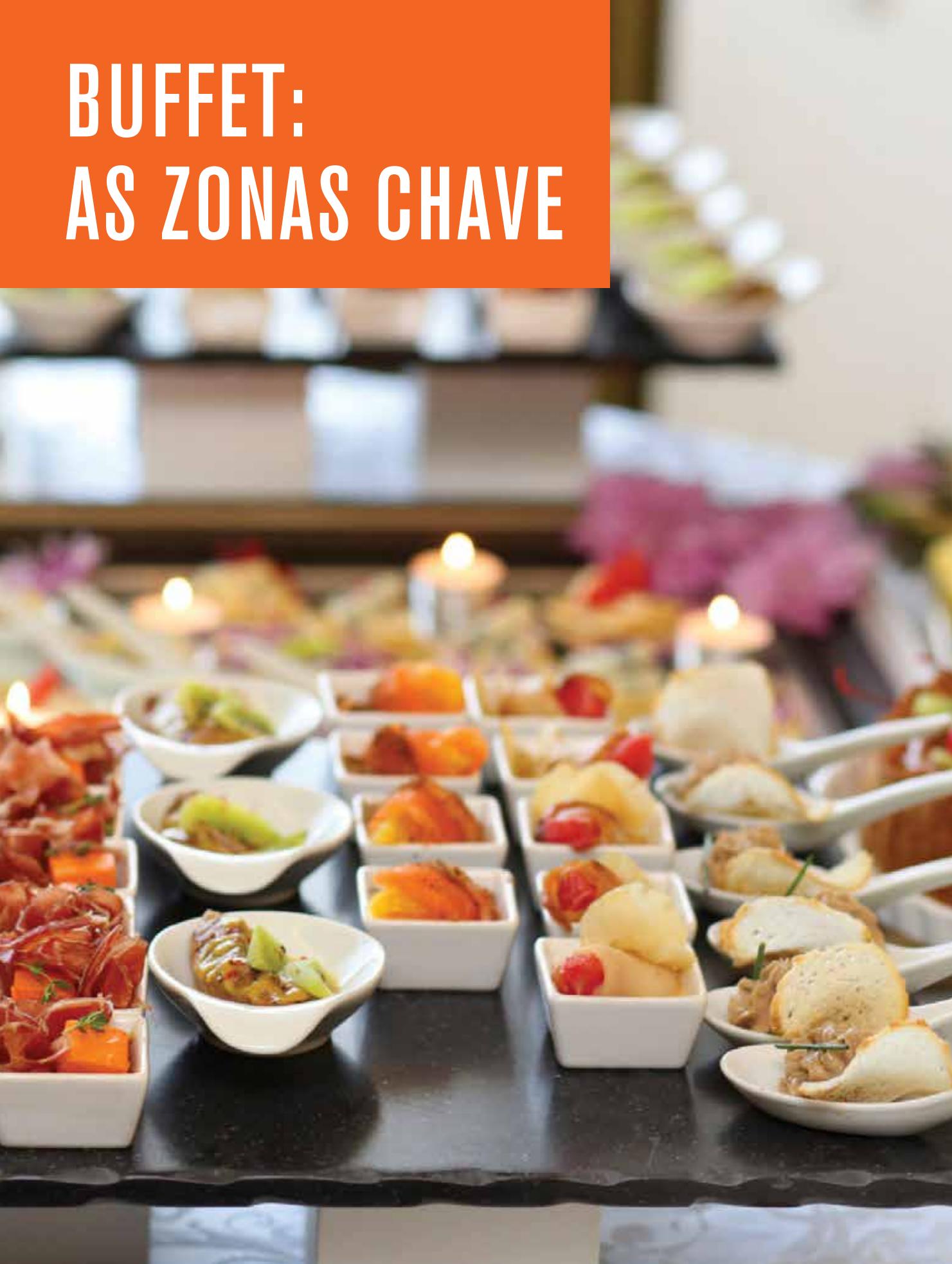


CARTA ATUALIZADA

MANTENHA UMA OFERTA GASTRONÓMICA SAZONAL, TEMÁTICA E CRIATIVA

Esteja atento aos dias temáticos de cada mês e defina a sua estratégia de Menu. Dias temáticos estão longe de monotonia e surpreendem pela positiva.

BUFFET: AS ZONAS CHAVE



UMA VOLTA DE 360º NOS PRINCIPAIS
ELEMENTOS DE UM BUFFET



ENTRADAS & SALADAS



PRATOS PRINCIPAIS



SOBREMESAS



PEQUENOS-ALMOÇOS

BUFFET: ENTRADAS E SALADAS



TIPOS DE ENTRADAS

Ao definir as entradas para o seu buffet, considere sempre que, ao garantir variedade e qualidade, poderá fazer com que os clientes fiquem satisfeitos mais rapidamente, consumindo menos **Pratos Principais**, que representam custos acrescidos ao negócio. Neste capítulo, diferenciamos **Entradas** de **Saladas**.

Garanta sempre as seguintes entradas:



SOPAS E CREMES

Tenha sempre pelo menos 1 sopa ou um 1 creme no seu buffet. O ideal mesmo é garantir uma sopa mais neutra, como um creme de legumes e uma sopa mais sazonal, como um caldo verde ou uma canja.



FRITOS & TEMPURAS

Mini croquetes, rissóis de camarão e de carne ou pastéis de bacalhau, são sempre os favoritos dos portugueses e de muitos turistas que procuram comer o que há de mais tradicional em Portugal.



TAPAS & PETISCOS

Tapas estão na moda e são petiscos muito práticos em serviços grandes. Pequenas doses com ingredientes que façam a diferença são a conjugação perfeita.



BUFFET DE SALADAS

Para planejar o seu buffet de saladas, considere que cada cliente procura sempre uma salada com:



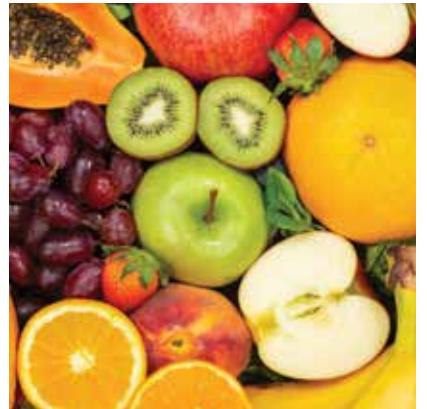
VARIEDADE DE VEGETAL DE FOLHA
(alface, couve, espinafres...)



VARIEDADE DE PROTEÍNA
(frango, peru, feijão, ovo...)



2 A 3 VARIEDADES DE OUTROS VEGETAIS
(tomate, espargos, pimentos...)



FRUTA
(maçã, manga, pera, citrinos, melão/meloa...)



INGREDIENTES DE SABOR
(queijos, picles, fruta desidratada, azeitonas...)



2 INGREDIENTES COM GORDURA SAUDÁVEL
(abacate, nozes, amêndoas...)



MOLHO... Hellmann's!

A Gama de Molhos para Saladas Hellmann's são uma excelente opção para o seu Buffet. Em formatos de 1lt ou 3lt nos sabores: **logurte, César, Vinagre e Mil Ilhas**.

4 TIPOS DE BASE DE SALADA

A base da salada é o 1º elemento em que o cliente pensa. Quer seja uma salada menos calórica ou uma salada que seja mais composta, as bases de saladas não podem faltar.



BASE VERDE

Desde alface, rúcula, alface iceberg, tomate, cenoura, curgete, beterraba.



BASE BATATA

Batata normal, batata doce laranja ou roxa.



BASE DE MASSA

Massa pequena estilo farfalle, penne ou fusilli.



BASE LEGUMES / ARROZ / LEGUMINOSAS

Feijão, grão, arroz, couscous, bulgur, favas.

DICAS DO CHEF:

- INGREDIENTES BÁSICOS:** Coloque-os estratégicamente no início do buffet pois são geralmente mais acessíveis.
- INGREDIENTES ALTERNADOS:** Jogue com as cores dos mesmos, em taças menores e não esqueça a muito apreciada fruta da época em pedaços.
- SALADAS PRÉ-FEITAS:** Jogue com os ingredientes da estação, se possível tenha as saladas já colocadas em pequenas unidades de consumo (copos, tigelas).
- INGREDIENTES CAROS:** As proteínas, queijos em pedaços, sementes e frutos secos são colocados mais distantes das laterais, e devem ser dispostos em pequenas taças, para maior frescura e menor quantidade disponível.
- MOLHOS:** Devem ser colocados em destaque, se viável num patamar superior pois ficam mais visíveis.

BUFFET: PRATOS PRINCIPAIS



Uma boa opção para prato principal é variar entre 4 a 6 tipos de pratos diferentes no Buffet. Deve variar também no método de confeção e aproveitar ingredientes dos outros pratos para diminuir o custo médio por dose.

3 MÉTODOS DE CONFEÇÃO

No Buffet deve ter pelo menos:

- 1 Prato de forno
- 1-2 Guisados
- 1 Prato Frito

- **Recomendações para refeições da noite:** Invista em grelhados ou refeições ligeiras.

Custo baixo: Guisados

Uma comida mais tradicional e reconfortante calha sempre bem. Abuse nos legumes e crie opções mais económicas.

Custo baixo: Fritos

Use carnes e peixes mais económicos.

DICAS DO CHEF:

- Faça porções individuais e pequenas, ajuda a manter a rotação e transmitir variedade.
- Experimente investir em showcooking, que dará uma sensação de exclusividade e frescura ao cliente, ao mesmo tempo que diminui o desperdício alimentar.
- Invista na apresentação.





MASSA E ARROZ

DICAS DO CHEF PARA UM BUFFET DE MASSA

1 CONTROLE BEM AS DOSES

Entre 80g a 100g de massa / dose.

2 BOA MASSA

Escolha um tipo de massa adequado. Desde massa curta longa, à qualidade da marca que escolhe. Garante a qualidade homogénea no seu serviço.

3 BOA COZEDURA

Não se esqueça de que o tempo de cozedura varia de acordo com o tipo de massa que escolhe. Tenha em consideração um tempo de cozedura al dente visto que, com o tempo de exposição, poderá ficar demasiado mole.

4 GARANTA UM BOM MOLHO

Uma boa massa é sempre acompanhada por um bom molho que satisfaça. Garanta que a massa tem molho suficiente para poder estar exposta no buffet sem secar rapidamente.

IDEIAS PARA O SEU BUFFET:



TORTIGLIONI



LASANHA



TAGLIATELLE

DICAS DO CHEF PARA UM BUFFET DE ARROZ

1 CONTROLE BEM AS DOSES

70g arroz/dose = x2 o volume da caldo

Não tenha medo de adicionar um pouco mais de água. Tenha em consideração que o arroz fica exposto entre 20/25 min de acordo com a lotação do seu restaurante e não pode ficar seco.

2 BOM ARROZ

Escolha uma marca de arroz na qual garanta resultados homogéneos. Tenha em conta a diferença entre os tipos de arroz: carolino; agulha ou basmati, pois existem mais variedades de arroz.

3 BOA COZEDURA

Receber a mesma temperatura por toda a superfície de igual maneira. Garanta o resultado facilmente com o forno de convecção durante 16min. a 160°C.

4 GARANTA UM BOM REFOGADO

- Quantidade correta de azeite por refogado.
- Frite o arroz com a proteína e adicione um caldo que garanta um sabor ainda mais intenso ao arroz.



IDEIAS PARA O SEU BUFFET:



ARROZ DE POLVO



ARROZ DE TAMBORIL



ARROZ DE MARISCO

BUFFET: COMIDA FEITA NO MOMENTO



PURÉS

Knorr Puré de Batata pode apresentar-se colorido e nutricionalmente mais relevante do que um simples acompanhamento- adicionar vegetais triturados acrescenta cor, sabor e valor a um alimento geralmente associado a tradição e simplicidade. Ouse e crie o seu com o ingrediente da estação, ou que seja popular na sua localidade.



TIPOS DE COMIDA FEITA NO MOMENTO:



PEQUENO-ALMOÇO

Omeletes, ovos e panquecas são boas soluções para pequenos-almoços. É rentável e rápido de fazer.



ARROZ E MASSA

Faça uma Mise en Place de massa ou arroz de risotto já pré-preparado e em apenas 3 minutos faça um prato com qualidade! O hóspede deve poder escolher os ingredientes consoante a sua preferência e dieta alimentar e apenas tem de juntar na frigideira com um pouco de **Molho de Tomate, Béchamel**, ou mesmo **Knorr Primerba Manjericão**!



GRELHADOS

Desde bifes de peru e de vaca, a espetadas, postas de salmão ou mesmo opções vegetarianas e veganas à base de proteína vegetal. Dê possibilidade aos seus clientes de escolherem para além dos pratos já feitos.



ASIÁTICO

Este tipo de comida já é uma tendência, é abundante em legumes e rápida de fazer. Porque não experimenta investir num cozinheiro dedicado apenas ao Wok? Utilize o seu sítio dos ingredientes de saladas para os clientes escolherem os ingredientes do Wok. Dê um toque asiático com um molho teriyaki ou sweet chili e já está!

AS VANTAGENS DA COMIDA FEITA AO MOMENTO:

- Comida feita no momento dá visibilidade e dinamismo ao seu restaurante.
- Cerca de 90% dos clientes optam por comer os pratos feitos no momento.
- Os clientes sentem que a comida é exclusiva e com qualidade, e sentem-se envolvidos pelo processo de confeção.

PEQUENO-ALMOÇO EQUILIBRADO: DICAS

A SEGURANÇA ALIMENTAR É UMA PREOCUPAÇÃO CONSTANTE DOS CHEFS. UM DOS INGREDIENTES QUE CAUSA MAIS INCERTEZA É O OVO FRESCO. OVOCHEF garante a segurança alimentar na utilização de ovos frescos, bem como o ajuda a poupar espaço e tempo com este ingrediente! É uma gama completa, que lhe permite usar ovos com facilidade e segurança em preparações de pequeno-almoço, pratos principais e sobremesas!



Uma gama completa que não pode faltar na preparação do pequeno-almoço.



- Segurança alimentar assegurada pela pasteurização.
- Pronto a usar, em embalagens de 1kg: poupe tempo e espaço
- Ingredientes de qualidade: ovos extra-frescos, sem aditivos
- Utilização versátil: pequeno almoço, pratos principais e sobremesas



BUFFET: SOBREMESAS



As sobremesas são a fase da refeição mais esperada pelos seus clientes. Contam sempre ser surpreendidos e a Carte D'Or tem os produtos ideais para que multiplique a sua criatividade!

DICAS DO CHEF

- Nas sobremesas não se esqueça de apostar em Variedade. Mancha visual de quantidade e cor é o fundamental!
- Mini Doses ajudam a controlar as porções, o consumo e a diminuir o desperdício alimentar.
- Não se esqueça da Mise en Place: prepare todos os seus ingredientes, basta variar com toppings crocantes ou numa ordem diferente, para criar novas sobremesas!
- Não se esqueça que a reposição das sobremesas é fundamental.
- Combine frute fresca sempre que possível. Transmite naturalidade e frescura.

SERVIÇO DE QUARTOS



TIPOS DE SERVIÇO DE QUARTO

1. SERVIÇO DE QUARTO 24 HORAS

Room Service de 24h é sinal de qualidade nos hotéis e alojamentos. Para assegurar este tipo de serviço, é fundamental uma equipa organizada, prática e com o material específico necessário para assegurar um bom serviço. Muito em prática em destinos de férias, é um serviço muito apreciado pelos hóspedes que procuram um descanso profundo.

2. SERVIÇO DE QUARTO 12 HORAS ASSISTIDO

Este é o serviço mais comum nas unidades hoteleiras. Cobrindo apenas as horas das principais refeições, as restantes refeições podem ser assistidas através de sistemas alternativos, como:

Máquinas Automáticas: o ideal é estarem próximas da receção para eventuais auxílios. Estão disponíveis 24 horas e contam com um conjunto de alimentos e bebidas para que o hóspede se possa alimentar a qualquer hora.

Mini Bar: colocado dentro dos quartos dos hóspedes, o Mini Bar é a solução quase obrigatória que dispõe de um sortido de Snacks e Bebidas, com reposição diária necessária, aquando da limpeza do quarto.

DICAS DO CHEF:

- São geralmente obrigatórios em Hotéis de 4 a 5 estrelas. que pode implicar que não usem os serviços da sua unidade hoteleira. Restaurantes com entrega rápida ao domicílio ou plataformas como Uber Eats ou Glovo são a sua principal concorrência.
- São geralmente obrigatórios em Hotéis de 4 a 5 estrelas. De acordo com um estudo recente, o consumo de produtos do Mini Bar caiu mais de 30%*, principalmente devido ao preço dos snacks.
- Garanta que tem produtos originais e deliciosos. Não aumente demasiado o preço, de maneira a garantir consumo e rotatividade dos mesmos.
- Garanta que oferece soluções rápidas, saborosas e com uma boa relação preço/qualidade. Desta maneira, garante a preferência dos seus hóspedes.
- Não se esqueça, os hóspedes têm sempre outras opções,



CARTA DO SERVIÇO DE QUARTO: SUGESTÕES

A oferta gastronómica do serviço de quarto tem de ser um reflexo da oferta que dispõe no restaurante do hotel. O conteúdo deve ser diretamente proporcional, assim como os preços não devem ser demasiado desfasados.



BEBIDAS

(água, refrescos, cervejas e vinhos)



ENTRADAS

(2-3 tipos)



SOPAS

(2-3 tipos de sopas e cremes)



MASSAS

(2 tipos de massas e pizzas)



SANDUÍCHES

(2 tipos de hambúrgueres e sanduíches)



PRATOS PRINCIPAIS

(1-2 tipos de carnes e peixe)



PRATOS SAUDÁVEIS

(Pratos equilibrados e pouco calóricos)



SOBREMESAS

(3-4 tipos)

Não se esqueça de que o Serviço de Quarto deve ter um protocolo que o colaborador deve seguir, desde o momento em que recebe a chamada do hóspede, à elaboração do pedido a nível de qualidade, apresentação e tempo de espera, à atenção ao hóspede na chegada ao quarto e ao custo do serviço.

SERVIÇO RÁPIDO
E DE QUALIDADE

PRATOS DE CONFEÇÃO RÁPIDA QUE
SEJAM FÁCEIS DE CONSUMIR

AS CHAVES DO SERVIÇO DE QUARTO

1. Preço competitivo e que não seja exagerado, que apenas acresça o preço do serviço.
2. Orientação para a oferta gastronómica do hotel.
3. Produtos de qualidade.
4. Quantidade suficiente de comida.
5. Qualidade do serviço e personalizado.
6. Standard de Limpeza e Higiene.
7. Decoração e Cuidado com a Bandeja.
8. Marca do Hotel presente nos utensílios.
9. Garantia de recolha da bandeja. O serviço não termina com a entrega.
10. Recolha de feedback do cliente.

A IMPORTÂNCIA DO MINI BAR DO HOTEL

É obrigatório legalmente (difere em cada país) em hotéis de 4 e 5 estrelas. Hoje em dia e segundo um estudo recente, o consumo de produtos de mini bares caiu cerca de 30%*, principalmente devido ao preço exagerado dos mesmos (para cobrir os preços de reposição, de ruturas ou roubos). É um serviço fundamental e deve ser considerado como uma oportunidade de diferenciação. Especialmente indicado para hóteis de escapadelas, locais onde culturalmente se bebe muito ou em zonas mais afastadas, onde o acesso a supermercados é complicado para os hóspedes.



*The Huffingtonpost. 2014.

PRODUTOS UFS ADAPTADOS ÀS NECESSIDADES

MOLHOS FRIOS PRONTOS A USAR

Molhos Garde D'Or, molhos para saladas Hellmann's, molhos étnicos como Knorr molho Teriyaki e Knorr molho Sweet Chili, molho tártero Hellmann's, molhos Calvé ou mesmo as unidoses Hellmann's. Estes molhos permitem também a confeção de massas, carnes, peixes, saladas, sanduíches ou hambúrgueres, de uma forma rápida e eficiente para qualquer pessoa na cozinha, mesmo sem formação.



SOPAS E CREMES

Temos uma vasta oferta de produtos desidratados para sopas e cremes, ou mesmo produtos congelados já confeccionados:

- **Creme de Marisco**
- **Creme de Legumes**
- **Creme de Espargos**

Práticos e saborosos, ideais para soluções de serviço de quarto, que precisam de ser rápidos e eficazes.



SOBREMESAS CARTE D'OR

Por serem dissolvidas a frio e apenas com uma batedeira ou mesmo uma vara de arames, não precisam de confeções elaboradas, poupando tempo e energia.

Prepare receitas autênticas com aspeto caseiro, decorando com Toppings Carte D'Or ou Coulis Carte D'Or.

Caso procure soluções mais tradicionais, experimente as novas sobremesas Carte D'Or congeladas:

Baba de Camelo e Doce de Amêndoas já preparadas e feitas em Portugal!



AS VANTAGENS COM QUE PODE CONTAR

ZERO CONTAMINAÇÃO

Redução de risco de contaminação microbiológica.

RESULTADO HOMOGÉNEO

Produtos que garantem resultados uniformes, sabor e textura em todos os pratos da carta.

QUALIDADE

Os nossos produtos garantem uma qualidade constante e assegurada.

PREPARADAS PARA USAR

Produtos fáceis de aplicar diretamente sobre carne, peixe ou legumes. Facilmente aplicável e útil para regenerar pratos no momento. Ideais para pratos quentes ou frios.

SOPAS E CREMES

Gama de cremes e sopas, de elaboração rápida com aspeto caseiro, que se adaptam facilmente à oferta gastronómica.

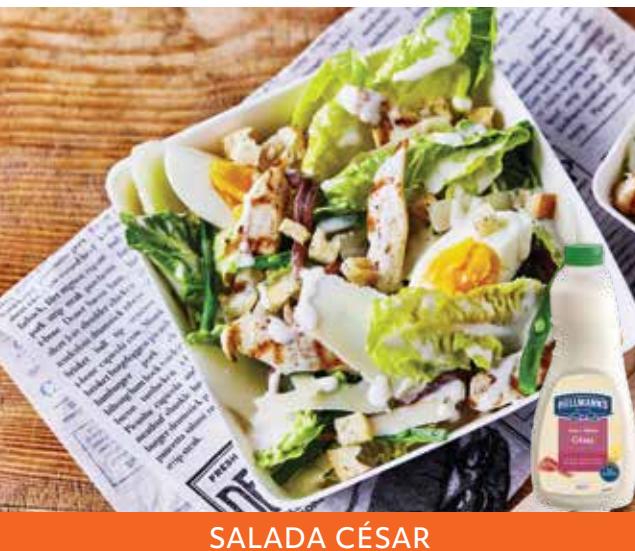


EXEMPLOS PARA SERVIÇO DE QUARTO



CREME DE MARISCO

Um creme muito apreciado pelos portugueses. Com Knorr Creme de Marisco garante o sabor ideal com a qualidade assegurada.



SALADA CÉSAR

Com a ajuda da gama Hellmann's molhos para saladas, pode oferecer um conjunto amplo de receitas personalizadas na carta de serviço de quarto.



SANDUÍCHE CLUB

Um clássico nos menus de serviço de quarto e de bar. Com Hellmann's Maionese consegue estabilidade em todos os ingredientes e a conjugação perfeita.



HAMBURGUER DE PANADO

Com Knorr Panado, tem a opção mais prática para fritar alimentos, sem ter de utilizar ovo, farinha e pão ralado... simplificando todos os processos e evitando possíveis contaminações!



BAGUETE DE PRESUNTO

Em qualquer carta de serviço de quarto, é obrigatório oferecer soluções de baguetes ou sanduíches. Coloque no tabuleiro um conjunto de molhos Hellmann's unidoses: Maionese, Ketchup e Mostarda!



BAGUETE DE SALMÃO FUMADO

Com Hellmann's molho Tártaro, tem uma solução diferente e saborosa para uma variedade de sanduíches, hamburgueses, ou simplesmente a acompanhar batatas fritas ou aros de cebola.



BABA DE CAMELO

Com Carte D'Or Baba de Camelo preparar esta sobremesa tão popular torna-se muito fácil e mais rápido: basta descongelar, servir em taças individuais e decorar com coco ralado.



MOUSSE DE CHOCOLATE DUO

Com Carte D'Or Mousse de Chocolate, pode antecipar o processo de confeção, pois pode ficar em frio entre 24 a 48 horas, já empratado.

SERVIÇO DE BAR



GARANTA O MELHOR SERVIÇO

Em hotéis em destinos de férias e, sobretudo, com afluência sazonal, é comum haver serviço de bar, onde são servidas opções rápidas e práticas de refeições. Este tipo de serviço geralmente apenas funciona durante o almoço e o período da tarde, sendo que coincide com as horas em que os hóspedes usufruem da piscina e outras atividades.

Mas sabe como garantir o melhor serviço de bar? Siga os **7 passos recomendados pelos Chefs UFS!**

1. Garanta que tem opções no seu Menu ajustadas à situação.
2. Tenha em consideração de que tanto pode ter clientes interessados em algo prático e clientes interessados em algo mais elaborado.
3. Pratos obrigatórios: Sopa; Entradas ou Petiscos; Saladas; Hambúrgueres e Sanduíches e, por fim, entre 1 a 3 pratos completos, mas não demasiado complexos.
4. Orientação para a oferta gastronómica do hotel.
5. Na parte das sobremesas, tenha entre 2 a 5 opções, nomeadamente gelados de bola. São opções simples, mas muito procuradas neste tipo de serviço.
6. Não descuide a qualidade apenas por se tratar de um serviço mais informal. Garanta uniformidade entre todos os seus serviços de alimentação.
7. Preço competitivo e que não seja exagerado, que apenas acresça o preço do serviço.

SERVIÇO RÁPIDO
MAS QUE GARANTA
ATENÇÃO AO CLIENTE



PRATOS DE CONFEÇÃO
RÁPIDA QUE SEJAM
FÁCEIS DE CONSUMIR



EXEMPLOS PARA SERVIÇO DE BAR



CREME DE CENOURA

Um creme muito apreciado pelos portugueses. Com Knorr caldo pasta Legumes e Knorr Flocos de Batata consegue fazer um creme de legumes com facilidade e qualidade.



SALADA CÉSAR

Com a ajuda da gama Hellmann's molhos para saladas, pode oferecer um conjunto amplo de receitas personalizadas na carta de serviço de bar.



SALADA GRECA

Uma salada refrescante que deve constar em qualquer menu de bar. Com Knorr Primerba pasta de manjericão e um pouco de Hellmann's Maionese, tem a combinação mais fresca para qualquer salada.



PETISCOS E TAPAS

Garanta sempre entre 2 a 3 opções de petiscos ou tapas para que os clientes tenham opções para comer a qualquer hora do dia. sugerimos como petisco a combinação de batata doce frita com Hellmann's Vegan para uma opção fácil e saborosa.



WRAP DE LEGUMES E FRANGO

Em qualquer carta de serviço de bar, é obrigatório oferecer soluções de baguetes ou sanduíches. Coloque no tabuleiro um conjunto de molhos Hellmann's unidoses: Maionese, Ketchup e Mostarda!



HAMBÚRGUER BACON & QUEIJO

Com Hellmann's molho Tártaro, tem uma solução diferente e saborosa para uma variedade de sanduíches, hamburgueses, ou simplesmente a acompanhar batatas fritas ou aros de cebola.



RIGATONI COM MOLHO DE TOMATE

Simples mas muito apreciado. Uma excelente opção para crianças ou mesmo para os graúdos. Combine com Knorr molho de Tomate desidratado e surpreenda com o melhor molho.



BOLONHESA

Com a nova "Carne" Picada Vegan The Vegetarian Butcher pode fazer uma deliciosa bolonhesa em versão vegan/vegetariana, que vai agradar a todos os gostos e paladares.

EXEMPLOS PARA SERVIÇO DE BAR

COMO PREPARAR UMA CHANGRIA OU CHAMONADA?

1 ADICIONE SAQUETAS DE CHÁ

Adicione saquetas de chá Lipton a água fria e deixe repousar durante 30 minutos. Reserve no frigorífico.



2 ADICIONE GELO

Adicione gelo para ajudar a refrescar ainda mais a bebida.

3 DECORE A BEBIDA AO SERVIR

Na hora de servir adicione frutos e outros temperos. Decore com alguns dos ingredientes finais da preparação.



CHANGRIA DE ROMÃ

Uma bebida intensa e estimulante, com infusão de Chá Yellow Label Lipton com limão e romã.



CHAMONADA TUTTI-FRUTTI

Infusão Lipton Lúcia Lima com manga e pêssego, e um toque especial de anis e pau de canela.



CHANGRIA DE LIMÃO

Uma opção refrescante com infusão de Lipton Cidreira e o sabor intenso das raspas de limão.



CHANGRIA TROPICAL

Uma infusão de Lipton Green Tea Orient enriquecida com ananás, meloa e uma folhinha de hortelã.

GESTÃO DE EVENTOS



Os hóteis são espaços ideais para organizar todo o tipo de eventos e, por isso, é importante tirar partido desta vantagem. Neste capítulo falamos sobre os princípios base da gestão de eventos, que passam desde a organização elementar à redução da complexidade na cozinha. Dependendo do que se está a celebrar, tudo pode mudar consideravelmente.

PASSOS PARA A ORGANIZAÇÃO DE UM EVENTO:

1 ATRAIR CLIENTES

Os hóteis devem ter alguém responsável pela comunicação e promoção dos eventos para o segmento de clientes para cada tipo de evento.

3 PRODUÇÃO

Tudo o que se deve gerir antes de se montar todo o evento. Tem a ver com a Mise en Place prévia, a nível de planeamento de recursos de colaboradores no evento, recursos logísticos, espaços, etc...

5 EXECUÇÃO

O evento começa e os convidados já estão presentes. É a fase em que todas as atividades planeadas são executadas de acordo com o plano de produção.

6 DESMONTAGEM

Após o evento, é necessário retirar todo o equipamento que foi colocado para o evento de maneira a manter a organização do hotel.

7 AVALIAÇÃO DOS RESULTADOS

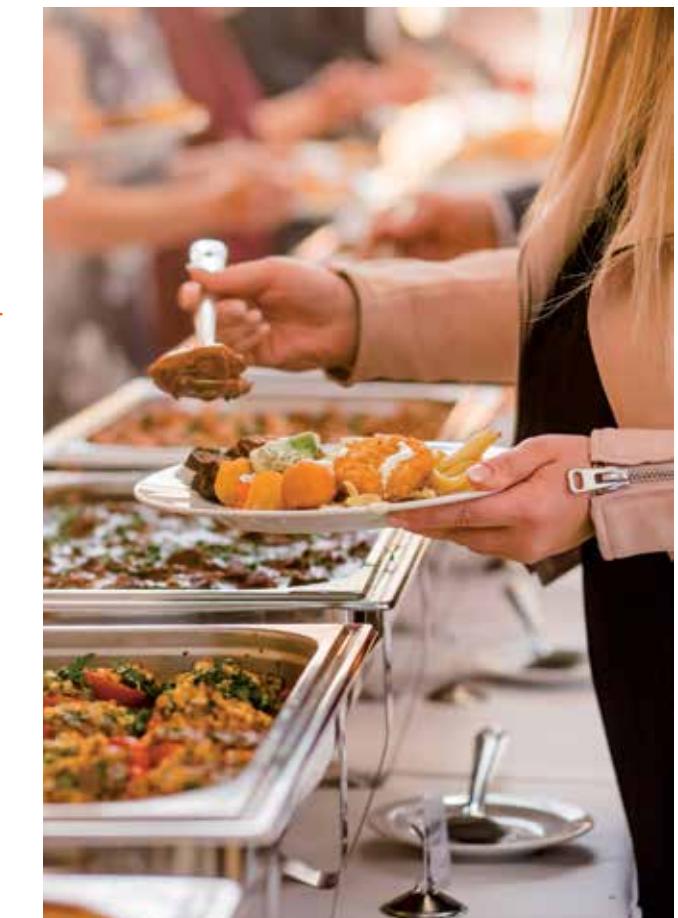
Momento fundamental em que se avaliam todos os passos do evento, de maneira a identificar alturas críticas a melhorar para futuros eventos. Este tipo de avaliação permite que a equipa evolua e tenha objetivos específicos para cada evento.

2 ESTRATÉGIA

É o momento de definição de todos os passos para a organização do evento. Nesta fase marcam-se os objectivos a atingir, que irão condicionar todas as decisões tomadas nos passos seguintes.

4 MONTAGEM

Após a produção da ideia, tudo tem de se tornar realidade. A montagem do espaço, as mesas e cadeiras, mesas de apoio e sítios estratégicos para apoio do staff, no lugar onde o evento irá decorrer.



GRANDES EVENTOS

COCKTAILS

É o tipo de serviço ideal para quando o número de convidados é moderado. Funciona especialmente bem num ambiente mais informal onde é necessária dinâmica e rapidez.

Pode ser organizado a qualquer hora do dia. A comida apresenta-se em formato miniatura e com variedade. Os convidados servem-se de tabuleiros disponibilizados por elementos do staff que se encontram de pé e circulam nas zonas críticas do espaço.

Também é habitual começar um jantar sentado desta forma, com uma parte de cocktail antes dos convidados se sentarem, servindo as entradas desta forma prática.

BUFFET

A comida é disposta numa mesa de grandes dimensões ou mesmo em estações. Desta maneira, cada pessoa pode servir-se livremente com o que quer e com a quantidade ideal. Este tipo de serviço facilita quando o número de clientes é grande e quando têm de comer em simultâneo. Um serviço de buffet também implica menos staff e menos caos no momento do evento.

SERVIÇO DE MESA

Em eventos mais formais, é o serviço mais frequente. A comida é servida à mesa por parte de um empregado de mesa, que segue a ordem do menu escolhido previamente pelo grupo. O menu costuma estar dividido em momentos, consoante os pratos escolhidos para o menu, que geralmente se organizam pela entrada, prato de peixe, prato de carne e sobremesa.



PEQUENOS EVENTOS

- Os dias festivos locais, feriados locais/nacionais ou épocas festivas como o Natal, a Páscoa ou o Carnaval são oportunidades para rentabilizar o negócio, com a organização de menus festivos próprios para celebrar as datas.
- Nestes dias, o volume de negócio é maior do que o habitual. É a oportunidade ideal para dar a conhecer o negócio a muitos clientes e em pouco tempo.
- Geralmente estas ocasiões resultam em momentos de complexidade e stress na cozinha, já que exigem muitas mudanças na gestão normal do serviço.
- O serviço, tanto da cozinha como de mesa, deve estar preparado para receber colaboradores extra, que possam ajudar nestas datas mais atribuladas. A distribuição de tarefas deve ser a prioridade.

1. A OFERTA DEVE ESTAR AJUSTADA A CADA SITUAÇÃO

Menos é mais! Deve-se tentar reduzir o número de pratos ao máximo, dispor as mesas de forma diferente, decorar o local, gerir as reservas com maior atenção ou até investir em comunicação e publicidade do evento!

Também é fundamental decidir que receitas são adequadas e estas devem ser definidas consoante o serviço disponível no dia bem como a quantidade de pessoas, o espaço da cozinha ou dos frigoríficos.

- Será importante ter menus construídos previamente. Contabilizar corretamente os custos de maneira a ser rápida a definição do menu! Importante não esquecer que recursos como o custo do staff e o consumo energético também devem estar em cima da mesa!
- Durante a época festiva, tenha sempre a noção do máximo número de pratos a oferecer. Reduza o risco de desperdício ou complexidade excessiva, construa menus fechados onde a rentabilidade esteja assegurada por cliente.

2. ESTEJA ATENTO ÀS INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES E ALERGIAS

Separar bem os alimentos problemáticos! Porque não identifica no seu menu, se os pratos apresentam algum tipo de ingrediente deste género? Nunca facilite! Garanta sempre a segurança alimentar.

3. A SOBREMESA COMO O ELEMENTO QUE COMPENSA A RENTABILIDADE DO MENU

As sobremesas são a "cereja no topo do bolo" para o cliente e para si, por ser mais económico!

- Existem ingredientes profissionais para sobremesas, com preparações fáceis e rápidas e um custo bastante reduzido. É a forma ideal de oferecer qualidade com consistência e custos controlados.



RESTRIÇÕES ALIMENTARES



É fundamental que o serviço tenha em conta os diferentes tipos de restrições alimentares que os seus clientes possam ter e ofereça opções alternativas a todos os que seguem uma dieta alimentar mais específica.

VEGETARIANISMO VS VEGANISMO

Enquanto os veganos dispensam todos os produtos de origem animal, como mel, carne, ovos, leite, etc., a variedade no vegetarianismo varia de flexitário a pescetário e ovo vegetariano.

DIFERENÇAS ENTRE OS GRUPOS DE VEGETARIANOS E VEGANOS

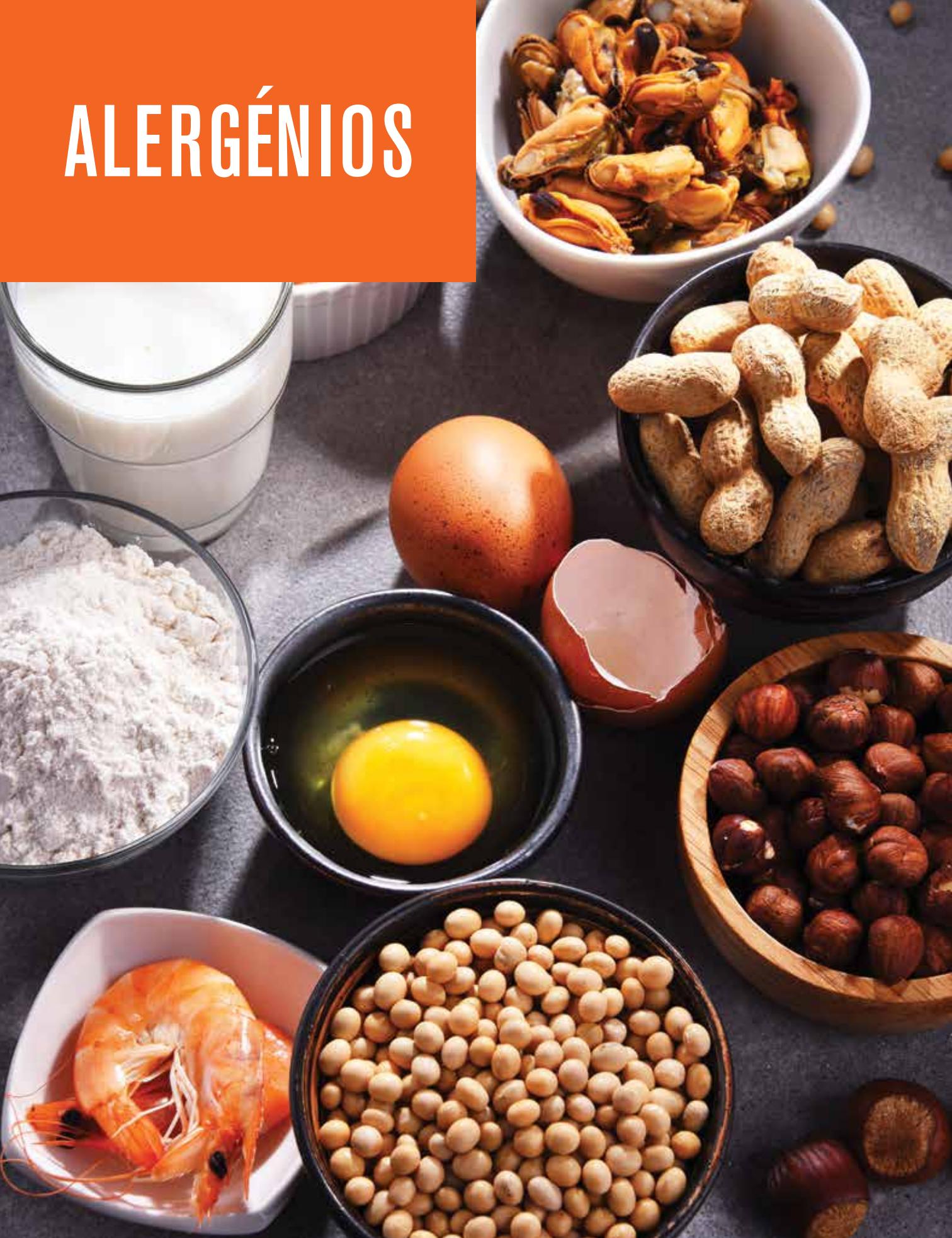
	OVO LACTO VEGETARIANOS	LACTO VEGETARIANOS	OVO VEGETARIANOS	VEGANOS
NÃO CONSOMEM CARNE NEM PEIXE, FRANGOS, CRUSTÁCEOS, ETC.	●	●	●	●
NÃO CONSOMEM OVOS NEM PRODUTOS COM OVOS E DERIVADOS		●		●
NÃO CONSOMEM LATICÍNIOS LEITE, QUEIJOS, IOGURTES			●	●
NÃO CONSOMEM NADA DE ORIGEM ANIMAL NA ALIMENTAÇÃO				●
NÃO CONSOMEM NADA DE ORIGEM ANIMAL ALIMENTAÇÃO, VESTUÁRIO, BELEZA, ENTRETENIMENTO, ETC				●

THE VEGETARIAN BUTCHER

A gama The Vegetarian Butcher é ideal para confeccionar mais opções vegetarianas / vegan de simples preparação, sem perder o delicioso sabor a carne. Uma gama completa e versátil, com produtos como "Carne" Picada, "Nuggets" ou "Crocante" de Frango, e "Hambúrguer" vegetariano, que acompanham as tendências internacionais da gastronomia e permitem preparar saborosas receitas, satisfazendo os clientes mais exigentes.



ALERGÉNIOS

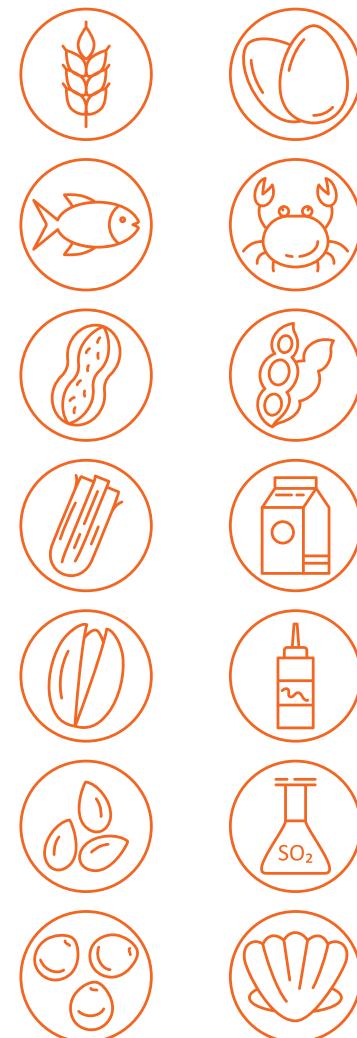


ESTÁ A PAR DO REGULAMENTO EUROPEU?

A partir de 13 Dezembro 2014 entrou em vigor o Regulamento Europeu sobre Informação ao Consumidor para Produtos Alimentares. Esta legislação exige alterações na forma como a informação sobre os alergénios aparece nos rótulos dos alimentos, bem como nos alimentos/comida preparada que é servida na restauração ou no take-away. Será necessário que saiba responder às perguntas dos seus clientes sobre os alergénios presentes nos produtos que serve no seu estabelecimento.

O ESTABELECIMENTO QUE SERVE PRODUTOS ALIMENTARES TEM COMO RESPONSABILIDADE:

- Providenciar informação sobre cada um dos 14 alergénios.
- No caso de não ser dada informação específica sobre os alergénios deverá haver uma indicação clara do local onde essa informação está disponível.
- Esta informação deve estar à disposição de todos os membros da equipa do restaurante.



O CLIENTE TEM A RESPONSABILIDADE DE:

- Informar o funcionário dos seus requisitos a nível de dieta /alergias
- Confirmar com o funcionário que ingredientes fazem parte da receita
- Ter especial atenção em áreas de self-service.



OVOS

Todo o tipo de ovos.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER OVOS

Pavlova, merengues, bolos, gelados, molhos, maionese, licor de ovo e outros licores, massa com ovo, surimi.



CEREAIS

CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN

Trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut (ou as suas estirpes hibridizadas) e produtos à base destes cereais.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER CEREAIS

Massas, panquecas, muesli, pão ralado, misturas para bolo, pão, bolos, biscoitos, bolachas, malte, cerveja de malte, cerveja, grãos (malte), café, molho roux, bebidas de cacau, especiarias, molho de soja, queijo ralado...



LEITE

LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE

NOTA: Leite de cabra, cavalo, búfalo e ovelha são igualmente intolerantes; proteína de leite, lactose, natas, manteiga, cremes vegetais, leite condensado, iogurte, queijos.

EXCEÇÃO:

- Lactosoro utilizado na confeção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola;
- Lactitol.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER LEITE

Margarina, cremes vegetais, chocolate, nougat, gelados, puré de batata.



AMENDOIM

Óleo de amendoim, manteiga de amendoim.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER AMENDOIM

Molhos, pesto, cozinha Internacional (africana, asiática, mexicana), nozes e passas, gelados.



FRUTOS DE CASCA RIJA

Amêndoas, avelãs, nozes, caju, nozes pécan, castanhas do Brasil, pistácios, nozes de macadâmia e produtos à base destes frutos (com exceção de frutos de casca rija utilizados na confeção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola).



ALIMENTOS QUE PODEM CONTER FRUTOS DE CASCA RIJA

Maçapão, nougat, algumas sobremesas (brownies...), biscoitos (amarettini), chocolate, muesli, molhos para salada, pesto, pão de noz, mortadela com pistácia, produtos com sabor a café.



DIÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS

em concentrações superiores a 10mg/kg ou 10mg/l

Trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut (ou as suas estirpes hibridizadas) e produtos à base destes cereais.



ALIMENTOS QUE PODEM CONTER DIÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS

Bebidas alcoólicas, frutos secos, rabanetes.



TREMOÇOS

Tremoços, produtos com tremoço.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER TREMOÇOS

Tremoço, farinha de tremoço.



SÉSAMO

Sementes de sésamo, óleo de sésamo, pasta de sésamo (tahini), manteiga de sésamo, farinha de sésamo, sal de sésamo (gomashio).

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER SÉSAMO

Pão de hambúrguer, pão, bolachas (crackers), cereais de pequeno-almoço, sobremesas asiáticas, cozinha turca e oriental, falafel, húmus.



SOJA

SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA

Molho de soja, rebentos de soja, farinha de soja, grãos de soja, leite de soja, sobremesas a base de soja, óleo de soja refinado, lecitina de soja, proteína de soja, tofu, miso.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER SOJA

Molhos japoneses (soja, teriyaki...), comida vegetariana, pão, hambúrguer, salsichas, produtos com baixo teor de gordura.



AIPO

Aipo, sementes de aipo, folha de aipo, sumos vegetais, sal de aipo.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER AIPO

Especiarias, caril, caldos, sopas guisados, molhos, carnes, salsichas, saladas (Salada Waldorf, salada de vegetais, salada de batata), snacks.



MOSTARDA

Sementes de mostarda, mostarda, folhas de mostarda.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER MOSTARDA

Salsichas, carnes, caril, sopas, molhos, saladas.



CRUSTÁCEOS

Camarão, lagosta, caranguejo, santola.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER CRUSTÁCEOS

Manteiga de lagosta, pasta de camarão, sashimi, paella.



MOLUSCOS

Mexilhões, amêijoas, vieiras, ostras, caracóis, lulas, polvo.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER MOLUSCOS

Massa Preta, sashimi, paella.



PEIXE

PEIXE E PRODUTOS À BASE DE PEIXE

Todo o tipo de peixe

EXCEÇÃO:

- Gelatina de peixe usada como agente de transporte de vitaminas ou de carotenóides;
- Gelatina de peixe.

ALIMENTOS QUE PODEM CONTER PEIXE

Gelatina, molho Inglês, molhos picantes, comida étnica (sushi, paella...).





**Unilever
Food
Solutions**