**Ficha Técnica** REGISTO DA QUALIDADECódigo:

|  |  |
| --- | --- |
| Revisão: 00 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Nome do Prato:** | **Crumble de morango com gelado de iogurte e poejo** |
| **Nº Doses** | **2** |
| **Aplicação:** | Ementa Eco-Cozinheiros |
| **Grupo de Iguarias:** | Sobremesas |
| **Elaborado e controlado por:** | EPDRA - Curso Profissional Técnico(a) de Cozinha/Pastelaria |
| **Data:** | fev/22 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ingredientes** | **Quantidade** | **Unidade** | **Preço unidade** | **Preço total** |
| manteiga com sal | 0,025 | Kg | 5,96 € | 0,15 € |
| Açúcar Mascavado | 0,020 | Kg | 2,09 € | 0,04 € |
| Farinha sem fermento T55 | 0,035 | Kg | 0,65 € | 0,02 € |
| Miolo de noz | 0,012 | Kg | 12,45 € | 0,15 € |
| Miolo de amêndoa com pele | 0,012 | Kg | 12,45 € | 0,15 € |
| Morangos | 0,125 | Lt | 4,99 € | 0,62 € |
| Maças golden | 0,150 | Kg | 1,89 € | 0,28 € |
| Sumo de limão | 0,005 | kg | 1,49 € | 0,01 € |
| Mel | 0,005 | Lt | 6,00 € | 0,03 € |
| Amido de milho | 0,005 | Kg | 2,75 € | 0,01 € |
| **Gelado:** |  |  |  | 0,00 € |
| Leite gordo | 0,050 | Lt | 0,51 € | 0,03 € |
| Natas para bater | 0,050 | Lt | 2,25 € | 0,11 € |
| Leite em pó | 0,010 | Kg | 11,48 € | 0,11 € |
| Açúcar | 0,025 | Kg | 0,79 € | 0,02 € |
| Iogurte natural | 0,065 | Kg | 1,15 € | 0,07 € |
| Folhas de poejo | 0,005 | Kg | 12,30 € | 0,06 € |
|  |  |  |  | 0,00 € |
| **Sub Total** | **1,88 €** | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Preço Custo Total** | **1,880 €** | **Preço Dose** | **0,940 €** |
| **Preço de Venda Final S/Iva** | **3,00 €** | **Food Cost S/Iva %** | **31,33%** |
| **Margem Contribuição** | **2,06 €** |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Informação Nutricional** |  | **Por dose** | **Por 4 doses** |
| **Kcal** |  | **556** | **1112** |
| **Proteínas** |  | **17** | **34** |
| **Lipidos** |  | **58** | **116** |
| **Hidratos de Carbono** |  | **116** | **232** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Preparação:** | **Foto:** |
| 1 - Ligar o forno a 180ºC.  2 - Colocar a maçã e os morangos cortados em pequenos cubos numa taça, adicionar o mel, regar com o sumo de limão e polvilhar com o amido de milho. Misturar bem e deixar marinar.  3 - Noutra taça colocar a farinha, o açúcar e a manteiga. Com a pontas dos dedos, misturar a manteiga com os restantes ingredientes. Adicionar o miolo de noz e de amêndoa previamente picados e reservar.  4 - Escorrer os liquidos da mistura de maçã e morangos e dispor num tabuleiro de levar ao forno. Por cima tapar toda a fruta com a massa preparada anteriormente.  5 – Levar ao forno preaquecido até o crumble ficar cozido e dourado.  **Gelado:**  1 - Num tacho, levar todos os ingredientes a lume médio. Mexer até o creme estar prestes a ferver (80ºC). Desligar o lume e passar o creme por um passador.  2 - Depois de o preparado anterior arrefecer, juntar o iogurte e mexer com uma vara de arames até incorporar. 3 - Levar ao congelador e mexer com as varas de 20 em 20 minutos para congelar sem formar cristais de gelo. 4 - Servir o crumble quente com uma bolo de gelado. Decorar com um morango freco e folhas de hortelã ou de poejo fresco.  Ficha Técnica | Página 1 de2 |

Ficha Técnica Página 2 de2