

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO – UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO TECNOLÓGICA EM
GASTRONOMIA

KAYLANE LEE BARBOSA E SILVA

MARIA LUÍZA SILVA ALVES

WASHINGTON SANTOS DA SILVA

**EMPRATAMENTO: SURGIMENTO E
CONTEMPORANEIDADE**

RECIFE/2022

KAYLANE LEE BARBOSA E SILVA
MARIA LUÍZA SILVA ALVES
WASHINGTON SANTOS DA SILVA

EMPRATAMENTO: SURGIMENTO E CONTEMPORANEIDADE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro
Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito básico para
conclusão do curso tecnólogo em Gastronomia.

Professor Orientador: Pedro Oliveira.

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586e Silva, Kaylane Lee Barbosa e
Empratamento: surgimento e contemporaneidade / Kaylane Lee
Barbosa e Silva, Maria Luíza Silva Alves, Washington Santos da Silva.
Recife: O Autor, 2022.

25 p.

Orientador(a): Dr. Pedro Arthur do Nascimento Oliveira.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Tecnólogo em Gastronomia, 2022.

Inclui Referências.

1. Bertalha. 2. Basella Alba. 3. PANC. 4. Agroecologia. 5.
Desenvolvimento sustentável. 6. Agricultura familiar. I. Alves, Maria Luíza
Silva. II. Silva, Washington Santos da. III. Centro Universitário Brasileiro -
UNIBRA. IV. Título.

CDU: 641

Dedicamos esse trabalho a nosso orientador, Pedro Oliveira.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, à Deus, que fez com que nossos objetivos fossem alcançados, durante todos os nossos anos de estudos.

Aos amigos e familiares, por todo o apoio e pela ajuda, que muito contribuíram para a realização deste trabalho.

Ao professor Pedro Oliveira, por ter sido nosso orientador e ter desempenhado tal função com dedicação.

Aos nossos colegas de curso, com quem convivemos intensamente durante os últimos anos, pelo companheirismo e pela troca de experiências que nos permitiram crescer não só como pessoa, mas também como formando.

*“A educação, qualquer que seja ela, é sempre
uma teoria do conhecimento posta em prática”.*

(Paulo Freire)

RESUMO

A *Nouvelle Cuisine Française* é uma maneira de cozinhar e apresentar, que caracteriza leveza e delicadeza aos pratos dando ênfase na apresentação, este movimento gastronômico revolucionou a alta cozinha e contribuiu definitivamente para que a estética e os valores nutricionais se formassem na gastronomia moderna. Os chefs que desenvolveram a *Nouvelle Cuisine* queriam controlar a aparência dos alimentos até o último detalhe, começaram ainda na cozinha a dispor os alimentos surgindo vários estilos de empratamento. A técnica de montar e apresentar cada alimento tem como objetivo deixar as comidas mais bonitas, atraentes e com aspecto apetitoso, a fim de despertar nas pessoas o desejo de consumi-las. Na hora de montar o prato, vários fatores são considerados, tais como formato, tamanho, cor dos pratos e dos alimentos. O princípio básico da decoração do empratamento é a busca da harmonia entre os elementos que irão compor o prato. A *Nouvelle Cuisine* trouxe inovação desde as novas maneiras de cortar os alimentos, a atenção aos pontos de cozimento para preservar os traços naturais. Muitos conceitos estéticos de *Nouvelle Cuisine Française* foram inspirados na maneira oriental, sobretudo japonesa, de servir a comida, sempre buscando respeitar as formas naturais, a limpeza, a clareza e a elegância, além da valorização da simplicidade e dos ingredientes. Na gastronomia todos os sentidos são trabalhados, mas a visão, o olfato e o paladar se destacam de formas diferentes, tendo cada um deles sua devida importância na hora da refeição.

Palavras-chave: Nouvelle Cuisine; Empratamento; Gastronomia.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	10
2. OBJETIVOS	12
2.1 Objetivo Geral	12
2.2 Objetivos Específicos	12
3. JUSTIFICATIVA	12
Este projeto foi idealizado por sentir a necessidade de proporcionar a nós acadêmicos e profissionais da área da gastronomia mais conhecimento teórico sobre a arte de emprar, oferecendo bibliograficamente conhecimento histórico e técnicas.	
4. METODOLOGIA	12
5. RESULTADOS	12
5.1 Os dez mandamentos da nouvelle cuisine	14
5.2 Empratamento	15
5.3 Dicas de empratamento	16
5.4 O estímulo dos sentidos	17
5.5 Passo a passo para a montagem de pratos	18
5.6 Estilos de empratamentos	22
5.6.1 Estilo Básico	22
5.6.2 Estilo Minimalista	23
5.6.3 Estilo Artístico	23
5.6.4 Estilo Rústico	24
5.6.5 Estilo Rústico Moderno	24
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
REFERÊNCIAS	26

1. INTRODUÇÃO

A indiscutível supremacia da cozinha francesa através da História Moderna e Contemporânea nos leva às suas origens medievais, e à sua definição como a fusão de três elementos indispensáveis: a riqueza de ingredientes, a sabedoria de maneira de utilizá-los e o requinte nos mínimos detalhes. Com charme e versatilidade incontestáveis, que falando da Cozinha Clássica ou da *Nouvelle Cuisine*, a gastronomia francesa é responsável pelas inúmeras outras cozinhas que nela se espelharam e estão espalhadas pelo mundo, bem como das formas de fazer da cozinha e da mesa verdadeiras artes (SANTOS, 2008).

Nouvelle Cuisine (em português: Nova Cozinha) é uma maneira de cozinhar e apresentar, usada na cozinha francesa a partir da década de 1970. Em contraste com a cozinha clássica, a *nouvelle cuisine* é caracterizada pela leveza, delicadeza dos pratos e a ênfase na apresentação. Este movimento gastronômico revolucionou a “alta cozinha” e contribuiu definitivamente para que a estética e os valores nutricionais se firmassem na gastronomia moderna (MARCHESI & VERCELLONI, 2010).

Na culinária clássica tradicional, até depois da metade do século XX, a prática nos estabelecimentos finos era enviar os alimentos para a mesa em travessas e outros recipientes para servir, de onde eram transferidos aos pratos de jantar pela equipe de garçons, às vezes depois trincar ou cortar os alimentos em porções. No entanto, os chefs que desenvolveram a *nouvelle cuisine* queriam controlar a aparência dos alimentos até o último detalhe, e começaram, ainda na cozinha, a dispor os alimentos nos pratos de jantar. Desde então, muitos estilos de empratamento surgiram e desapareceram à medida que os chefs dedicavam mais atenção à aparência e à disposição dos alimentos nos pratos de jantar (GISSLEN, 2012).

O empratamento é a técnica de montar e apresentar a receita. O objetivo é deixar a comida mais bonita, com aspecto mais apetitoso para despertar nas pessoas a vontade de consumi-la. Trata-se de uma arte praticada pelos melhores restaurantes do mundo.

Resumidamente, a montagem deve ser feita considerando os elementos que ficam dispostos à mesa, como descanso, os pratos e os guardanapos e, principalmente, a comida, os molhos, os acompanhamentos e os temperos. Vários fatores são considerados na hora de montar o empratamento: formato, tamanhos e cores dos pratos e dos alimentos, além da própria proposta do cardápio

e a quantidade servida. Como você já sabe, todo detalhe faz diferença quando o assunto é gastronomia (EMPRATAMENTO, 2022).

A formação da cultura gastronômica de um povo vem da junção de diversos fatores, como formação étnica; religiosa e sociocultural; miscigenação; patriotismo e regionalismo; condições climáticas; condições geológicas; entre outras (Eleutério, 2013).

Basta pesquisar as redes sociais, como o Instagram, Twitter ou Facebook, para encontrar fotos e mais fotos de refeições em apresentações perfeitas e com aparência simplesmente deliciosa. O aroma e sabor dos alimentos podem ter um efeito inegavelmente poderoso sobre os nossos anseios, mas as intermináveis postagens de lanches quentinhos e pratos resplandecentes podem ser mais que apenas um banquete parra os olhos.

O empratamento de sobremesa aguça a visão e atíça o paladar, a chef Mariana Corrêa atua em confeitaria Francesa La Patisserie, trabalha com sobremesa, que por si só já é um prato desejado. Imagina ele decorado, é uma iguaria para hipnotizar. “A diferença do empratamento de uma sobremesa está mais na porção, mas os conceitos são os mesmos”, explica a chef. Para ela, a ideia é sempre valorizar os ingredientes utilizados na receita. (EMPRATAMENTO, 2021).

Dizem que comemos primeiro com os olhos depois com o nariz, e só então com a boca, e é verdade. É a visão de um prato que inicialmente nos deixa encantados ou decepcionados (DAVIS, 2016).

O princípio básico da decoração de pratos é a busca da harmonia entre os elementos que irão compor o prato. Tais elementos devem ser distribuídos de tal forma que o prato possa ser comparado a uma aquarela ou a uma pintura em tela. Que elementos são esses? São as porções dos alimentos que constituem a parte principal, os molhos e mais alguns elementos que poderão fazer parte da decoração de pratos.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Informar sobre o surgimento do empratamento na cozinha Clássica Europeia, bem como a importância e evolução das técnicas de empratamento.

2.2 Objetivos Específicos

- Descrever o movimento da *Nouvelle Cuisine*;
- Identificar onde surgiu o empratamento;
- Citar técnicas de empratamento;
- Mostrar os tipos de empratamento contemporâneo.

3. JUSTIFICATIVA

Este projeto foi idealizado por sentir a necessidade de proporcionar a nós acadêmicos e profissionais da área da gastronomia mais conhecimento teórico sobre a arte de emprar, oferecendo bibliograficamente conhecimento histórico e técnicas.

4. METODOLOGIA

Para desenvolver o presente trabalho, a metodologia adotada teve como base pesquisas bibliográficas nacionais e internacionais, levantamento de informações a partir de livros, artigos científicos disponíveis em plataformas eletrônicas. Neste trabalho pretendemos descrever técnicas de empratamento, imagens das preparações empratadas e a importância do empratamento para a gastronomia.

5. RESULTADOS

Nouvelle cuisine (em português: "Nova cozinha") é uma maneira de cozinhar e apresentar, usada na cozinha francesa. Movimento que culminou com a revolução da alta gastronomia francesa nos anos de 1970, começou a ser desenhada na década de 50.

Figura 1. Mesa posta



Fonte: Google Imagens, 2022.

Em contraste com a cozinha clássica, a *nouvelle cuisine* é caracterizada pela leveza, delicadeza dos pratos e a ênfase na apresentação. Este movimento gastronômico revolucionou a “alta cozinha” e contribuiu definitivamente para que a estética e os valores nutricionais se firmassem na gastronomia moderna. Tanto a cozinha clássica como a *nouvelle* são formas da alta gastronomia. Ela tem como princípios básicos o envolvimento de sentidos, o estímulo do uso mútuo de percepções para gerar uma leitura mais complexa dos alimentos. Muitas vezes, encontram-se pratos trabalhados dentro de ambientes conceituais; existe também o uso de incensos, jogo de luzes, utilização de música e outros apetrechos intencionais; tudo cria um conjunto de sensações elaboradas, ilimitando o sabor e efeitos da comida diretamente aos sentidos humanos.

A retomada da industrialização, da introdução de novas tecnologias e os avanços na medicina ocorridos no período pós-guerra, assim como, a tendência por uma alimentação mais saudável que passou a valorizar as cozinhas regionais, além do crescente intercâmbio entre culturas mundiais, fizeram com que os chefs franceses fizessem visitas constantes para o Japão para ensinar a culinária francesa e aprender a culinária japonesa. Uma revolução solidificada pelas mãos dos críticos gastronômicos Henri Gault e Cristian Millau do Guia Michellin, renomado guia da gastronomia francesa e criadores do guia de restaurantes franceses Gault et Millau e do nome *Nouvelle Cuisine* assim como, o desenho, o estilo e as bases dessa nova gastronomia com o lançamento dos “10 mandamentos da Nouvelle Cuisine” em 1973.

Os anos 60 e 70 do século passado foram marcados pelo aparecimento, disseminação e quase concretização de um movimento de contracultura pelos “hippies”. A guerra fria já começara, a Alemanha estava dividida em duas. O mundo capitalista, graças aos EUA, era bombardeado por novidades, muitos aceitavam e as incorporavam, mas outros tantos ainda resistiam.

Este momento de contradições e bipolaridade também se reflete na cozinha, com alguns aspectos bem definidos. O movimento se inicia, em verdade a *nouvelle cuisine* só fica conhecida e toma proporções nos anos 60, entretanto, alguns autores tratam Fernand Point como um precursor deste movimento. Point foi o mestre de vários chefs que fizeram parte do movimento e já lhes passava algumas noções que iriam ser empregadas como espécies de mandamentos para época. Para aqueles que viram a animação *Ratatouille*, o personagem Chef Gusteau foi inspirado em Point. Entre os nomes ilustres que marcaram tal mudança gastronômica temos: Paul Bocuse, Pierre Troisgros (pai do chef francês mais que carioca Claude Troisgros), Alain Chapel, Louis Outhier, Raymond Thuilier. A *nouvelle cuisine* foi uma tendência seguida por vários chefs europeus, principalmente os franceses. As cozinhas costumavam seguir os 10 mandamentos, que ainda dão cara a muitos restaurantes no Brasil.

5.1 Os dez mandamentos da nouvelle cuisine

- Não cozinharás demasiado os alimentos, preferindo o cozimento de legumes a vapor.
- Utilizarás produtos frescos e de boa qualidade.
- Aligeiras o teu cardápio: apresentação de um menu reduzido tendo apenas pratos de qualidade.
- Não serás sistematicamente modernista.
- Buscarás, entretanto o que te proporcionam as novas técnicas.
- Evitarás a marinada, *faisandage* (maturação das peças de caça) e fermentação. A simplicidade é o melhor caminho.
- Eliminarás molhos castanhos e brancos: preferindo utilizar a manteiga fresca, as ervas e o suco de limão.
- Não ignorarás a dietética: os modos de cozedura serão o grelhado, o assado e o vapor.

- Não intrujarás na apresentação dos pratos: daqui em diante, as carnes e os peixes não serão afogados em molhos.

- Serás inventivo, criativo.

Além destes, também podemos citar a valorização do menu degustação, pedido em que são servidas pequenas porções de diferentes receitas, e a cozinha de mercado que presa pelo uso de produtos da estação.

O prazer de sentar-se para uma refeição é único, um dos melhores rituais da vida. Trata-se de um momento em que você faz uma pausa e satisfaz os sentidos, principalmente o olfato e o paladar. Mas não é só isso. Este momento pode tornar-se agradável também para a visão, que se encanta com um prato bem finalizado, aquele que salta aos olhos. O chamado empratamento, ou mesmo *food design*.

Segundo Emmanuel Bassoleil, chef francês radicado no Brasil há mais de três décadas e com sua carreira atrelada ao crescimento da gastronomia no país, o empratamento é uma evolução da *nouvelle cuisine*, que surgiu em meados da década de 70, na França.

A *nouvelle cuisine* trouxe inovações desde novas maneiras de cortar os alimentos, assim como a atenção aos pontos de cozimento para preservar os traços naturais. A ideia era trazer à mesa comidas com menor teor de gordura e mais saudáveis. Os chefs começaram a fazer uso de ervas e de legumes com mais frequência, e diminuíram as porções servidas, evitando dessa forma a cultura do excesso. Além disso, a decoração se tornou um item obrigatório nos pratos.

Muitos conceitos estéticos da *nouvelle cuisine* foram inspirados na maneira oriental, sobretudo japonesa, de servir a comida. Sempre buscando o respeito às formas naturais, à limpeza, à clareza e à elegância, além da valorização do ingrediente e simplicidade. Dessa forma, o empratamento surgiu como uma evolução natural deste formato, tornando o ato de comer um conjunto de sensações elaboradas.

5.2 Empratamento

No empratamento, o visual é muito importante. O famoso comer com os olhos se aplica aos pratos preparados com uma apresentação geralmente autoral do chef. Contudo o que não pode acontecer é o empratamento se sobrepor ao sabor. Não adianta ter um visual lindo, mas o prato chegar frio, quando teria que ser quente, pelo tempo que se levou para o empratamento, ou o gelado esquentar, por exemplo. Tudo o que vai no prato tem que ser comestível e não pode ter nada destoando no sabor.

Um exemplo de um prato lindo com uma pasta azul que tem um sabor ruim pois foi pensado somente para decorar, e que acaba destruindo todo o trabalho do chef. O cliente vai se lembrar do sabor, não do visual, essa é a grande experiência que você tem que apresentar no prato, o gosto precisa estar incrível.

No que diz respeito ao empratamento de sobremesa, a textura da sobremesa é um fator muito importante, pois cada uma, líquida, cremosa, sólida, com ou sem calda, é o que irá determinar a louça, texturas e cores. Alimentos gelados, como sorvetes, serão adicionados no final, contudo as caldas, o melhor é servir na mesa para dar um toque a mais.

Nem todo elemento tem que aparecer, o formato da louça depende muito do que será servido. Se a louça vai ser mais funda, mais rasa, pequena ou reta. A textura da louça também é muito importante, uma porcelana é diferente de uma cerâmica, assim como de um utensílio esmaltado. Se a peça tem ranhuras ou detalhes em relevo, tudo isso influencia a experiência final. Se você tiver atenção a estes detalhes, vai elevar esta experiência do cliente, contudo também pode ser o contrário. Um exemplo é um sorvete servido em pratos de ardósia, ou cerâmica crua, quando passamos a colher chega a dar arrepios. É muito desagradável.

5.3 Dicas de empratamento

Para criar pratos que apeteçam é importante se atentar a alguns detalhes, sintetizados em formas de dicas abaixo.

Primeiramente, comece por encontrar uma fonte de inspiração. Pode ser uma imagem, um objeto, uma cultura (francesa, oriental, mediterrânica) ou simplesmente uma vivência que tenha feito parte da sua vida. Desta forma, poderá transportar o comensal para algo vivido por si.

Escolha o prato adequado. A opção mais segura será sempre optar por um prato com linhas simples, modernas e, de preferência, em branco ou cores claras. A Costa Verde dispõe de uma alargada gama de produtos que certamente irá de encontro às suas preferências. Deve evitar cores intensas, pois podem entrar em conflito com alguns alimentos. Se quiser acrescentar alguma cor, opte por um marcador (*sousplat*) para realçar a decoração da mesa.

Tudo o que constitui o prato deverá ser comestível. Disponha no prato apenas elementos que se possam comer. Tenha especial atenção com peças com ossos, caroços, ramos de ervas aromáticas, pimentas e malaguetas inteiras.

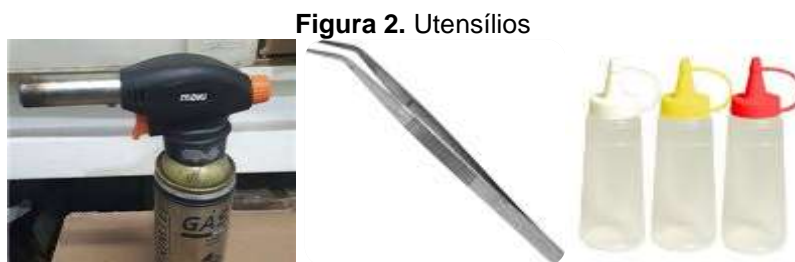
O equilíbrio e a harmonia do prato são essenciais. Tente encontrar uma coerência entre cores, formas e texturas, apresentando variedades. Acrescente interesse visual e aumente o gosto pela comida mesmo antes de esta ser saboreada. Também é importante que a mesma harmonia seja encontrada nos alimentos. Como tal, equilibre a quantidade de proteína, carboidratos e vegetais.

Foque um ponto. Normalmente, a proteína é o ponto de destaque, mas não é obrigatório que assim seja. Após escolher o componente que pretende salientar, coloque-o ao centro ou mais alto, para que se evidencie dos demais elementos. Utilize os restantes ingredientes como complementos da decoração.

Sirva os alimentos na temperatura correta. A porcelana ajuda a manter a refeição na temperatura certa, permitindo usufruir da melhor experiência possível. Este é encarado pela Costa Verde como um aspeto essencial, uma vez que garante a qualidade e mantém a propriedade dos alimentos.

O empratamento deve sempre ter um toque pessoal. Deixe-se levar pela inspiração e pelas lembranças. Seja criativo, surpreenda e, acima de tudo, alegre-se e viva o momento com os seus.

Para alcançar o empratamento ideal, além do conhecimento sobre os alimentos dispostos e técnicas de harmonia entre as comidas, os pratos e os acompanhamentos, também se faz necessário o uso de alguns utensílios específicos para muitas situações (figura 2).



Fonte: google imagens, 2022.

5.4 O estímulo dos sentidos

Apesar de todos os sentidos serem trabalhados, na gastronomia, o paladar, o olfato e a visão destacam-se de formas totalmente distintas, tendo um papel diferenciador durante a refeição. É fundamental estimular o máximo todas as características sensoriais.

A visão é o primeiro contato com o alimento, ao visualizar um prato chamativo, o corpo começa a produzir saliva e se prepara para o ato da alimentação, pratos mais

bonitos tem mais demanda pois a estimulação ao corpo é maior. Já o tato pode ser estimulado com a utilização de texturas diferentes, que trazem maior complexidade para a preparação, e até mesmo com a percepção de diferentes variações de temperatura. O olfato vai identificar os aromas e sabores, que podem ser influenciados pelo uso de ervas, defumados e especiarias, dentre outros. Por fim, o paladar é o sentido responsável por perceber os sabores básicos dos alimentos e por finalizar a experiência de forma agradável.

Algumas das regras básicas que podem contribuir para que cada sentido seja muito bem estimulado são:

Equilíbrio – Em todos os passos da confecção, desde a seleção dos alimentos, cor, métodos de cocção, forma, texturas, até os sabores e temperos escolhidos.

Unidade – Na apresentação do prato, harmonia quanto ao sabor e a aparência.

Ponto focal – Ponto para onde o olho vai se dirigir automaticamente, o que depende diretamente da forma de colocação dos ingredientes e de sua relação entre os diversos componentes do prato.

Fluxo – Resultado do manejo adequado dos itens anteriores.

5.5 Passo a passo para a montagem de pratos

1 – Faça uma estimativa da quantidade de alimento por pessoa. Uma boa indicação é de 115g a 170g de proteína (preparada), 55g a 110g de amido (massas, arroz, etc.), 55g a 110g de vegetais e 30g a 50g de molho.

2 – Leve em conta estas quantidades de alimentos para definir o tamanho do prato. Pratos grandes são sempre mais apropriados para montagens.

3 – Para pratos quadrados use a “regra dos terços”, o diagrama básico usado nas escolas de fotografia (figura 3). Os olhos do espectador se dirigem diretamente aos pontos de intersecção das diagonais (pontos focais). Colocando os alimentos nestes pontos, como se faz com as imagens em uma fotografia, consegue-se um bom equilíbrio.

4 – Para pratos redondos a formatação mais usual é a que lembra um alvo, com a proteína bem no centro, uma segunda faixa com o acompanhamento e a terceira com o molho (figura 4).

5 – Outra sugestão também clássica e bem simples para pratos redondos é a de relógio com o amido na posição 10 horas, vegetais 06 horas e a proteína em 02 horas (figura 5).

6 – Crie também um ponto focal em sua montagem. Além disso, um conceito de contrastes geométricos resultará em uma boa apresentação.

7 – Crie uma montagem multidimensional adicionando alguma altura à preparação.

8 – O conceito de desconstrução é outra ideia para montagem dos pratos, ao invés de colocar todos os elementos próximos uns dos outros, coloca-se os ingredientes em colunas separadas, cada uma atuando com seus próprios sabores, porém completando-se em um plano geral, que é o efeito usado pelos vanguardistas espanhóis com o uso de espumas, ares e gelatinas.

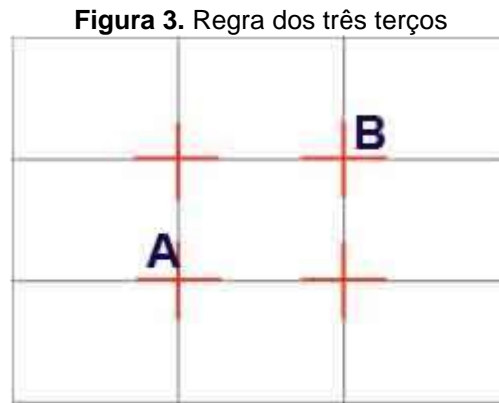
9 – É imprescindível que se deixe livre o que se chama de “espaço morto”, que nada mais é, do que a área da borda do prato que deve ser mantida limpa.

10 – O alimento tem a visualização realçada se o cliente não tiver a atenção desviada pela cor do prato. O ideal são pratos brancos. Pratos pretos são a única exceção.

Para a execução, o primeiro passo é assegurar que os alimentos sejam preparados devidamente, se houver uma ficha técnica para a receita, isto já ajuda muito na padronização de qualidade. Texturas e cores devem estar corretas. Passe os vegetais em água gelada para que tenham uma cor vibrante. Antes de iniciar a montagem verifique se os pratos estão prontos e limpos. Finalmente, após completar o processo de cocção de todos alimentos, você está pronto para a montagem dos pratos. O balanço entre os elementos é a chave para qualquer prato, não importa sua forma ou tamanho. O primeiro ponto a se considerar é a porção, equilíbrio dos alimentos e o prato.

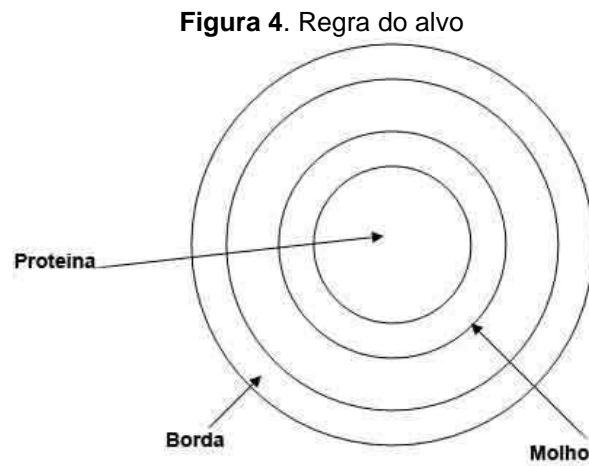
Na figura 3 pode-se ver o diagrama que representa uma técnica comumente utilizada em escolas de fotografia, que é chamada de regra dos terços. Os olhos do espectador se dirigem diretamente aos pontos de intersecções das linhas da figura, que são os pontos de intersecção das diagonais (pontos focais). A função deste diagrama é lembrar aos fotógrafos que estes pontos devem estar equilibrados, colocando imagens nestes pontos e dando suficiente espaço entre a imagem de foco da foto. Além disso, os olhos percorrem as imagens em uma diagonal de A para B. O mesmo princípio se aplica aos alimentos, pois o alimento é o foco da cena, que em nosso caso é o prato. Esta teoria pode ser difícil de explicar com pratos redondos, pois não há diagonais nas formas redondas. Se o prato for quadrado ou oval, a visualização

é mais fácil. Assim os alimentos devem ser colocados os mais baixos e menores em A e os mais altos e maiores em B.



Fonte: Google Imagens, 2022.

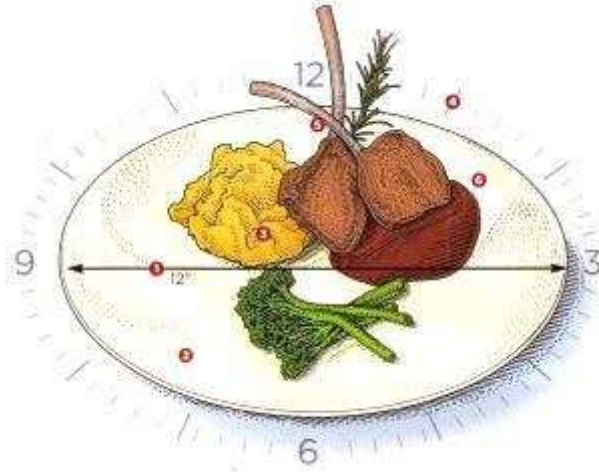
Já para a montagem de pratos redondos, o mais comum é a formatação que lembra um alvo, com a proteína bem no centro, uma segunda faixa com acompanhamento e a terceira com o molho (figura 4). Este pode ser um problema em comum para cozinheiros iniciantes e experientes, com a montagem sempre parecendo este alvo, como criar uma apresentação em prato redondo sem cair no óbvio?



Fonte: Google Imagens, 2022.

Para fugir um pouco desta construção tipo alvo a sugestão, também clássica e bem simples, mas com melhor efeito visual é a de relógio. Nesta formação, o amido é colocado na posição 10 horas, os vegetais em 6 horas e a proteína em 2 horas (figura 5). Crie também um ponto focal em sua montagem, além disso, um conceito de contrastes geométricos resultará em uma boa apresentação.

Figura 5. Regra do relógio



Fonte: Google Imagens, 2022.

Procure criar uma montagem multidimensional nos pratos, adicionando alguma altura à sua preparação. Quando for montar os pratos, é imprescindível que se deixe o que se chama de espaço morto, que é a área da borda que deve ser mantida limpa. Pratos grandes são os preferidos para montagem, já os pratos coloridos são difíceis de trabalhar e compor a montagem, pois o alimento tem a visualização realçada se o cliente não tiver a atenção desviada com a cor do prato. Pratos pretos são a única exceção, mas deve ser usado com parcimônia, já que muitas preparações são caramelizadas e o prato escuro vai tirar o brilho desta preparação. Quanto a forma dos pratos, para fugir um pouco da mesmice se pode usar pratos quadrados, que são mais fáceis para criar um equilíbrio na montagem, dando uma sensação maior de continuidade.

É importante ser lembrado de que a proteína é o principal elemento, portanto, deve ser preparado com cuidado para que a apresentação seja perfeita. Decida qual método de cocção deve ser usado, pois isso será muito importante na apresentação final do prato. Por exemplo, o salmão deve estar com sua cor rosa, as carnes com aquela crosta marrom característica, peixes brancos devem estar brancos, etc.

No caso dos vegetais, primeiramente pense nos pratos que passarão por algum processo de cocção, ou a salada verde básica, que são os verdes orgânicos e algum molho. São dois os elementos que devemos sempre lembrar quando fazemos uma salada verde: ter um aspecto bonito e ser temperada corretamente. Não importa se o molho seja cremoso ou simplesmente vinagrete, mas certifique que todas as folhas da salada estejam revestidas com o molho. Quando montar as saladas, coloque os

vegetais seção por seção, colocando as folhas umas sobre as outras em vez de colocar uma só folha sobre o prato.

Quando cozinhar os legumes, se deve tomar cuidado com uma característica que não ocorre com as proteínas, alguns pigmentos dos vegetais são sensíveis ao calor. A exemplo da clorofila, que é o pigmento encontrado em vegetais verdes, é sensível ao calor, por outro lado, o pigmento vermelho anthocaynin e o pigmento laranja das cenouras, o carotenoide, não são. Isto é importante na cocção dos vegetais, já que a alteração de cor dos pigmentos pode alterar drasticamente a aparência do prato.

Uma vez que você tenha todos os ingredientes cozidos e prontos, o trabalho está apenas começando. A principal coisa que você não quer ver são os líquidos drenados dos alimentos. Por exemplo, uma carne que não foi descansada apropriadamente pode soltar fluidos, para evitar isso, após retirar a carne da frigideira ou da grelha, a mantenha em ambiente aquecido por pelo menos 10 minutos para que a fibras relaxem e reabsorvam os fluidos. Os vegetais que depois de cozidos não foram secos ou drenados poderão arruinar toda sua produção. Vegetais que são cozidos excessivamente também poderão absorver líquido que irá drenar no prato.

5.6 Estilos de empratamentos

5.6.1 Estilo Básico

Neste estilo são usados poucos ingredientes no prato com foco nos ingredientes principais.

Figura 6. Empratamento no estilo básico



Fonte: Google Imagens, 2022.

5.6.2 Estilo Minimalista

Aqui o foco é o mínimo, servir porções menores com pratos maiores e de cores neutras. A montagem desproporcional é proposital.

Figura 7. Empratamento no estilo minimalista



Fonte: Google Imagens, 2022.

5.6.3 Estilo Artístico

Neste estilo o foco é nas texturas e cores vibrantes.

Figura 7. Empratamento no estilo artístico



Fonte: Google Imagens, 2022.

5.6.4 Estilo Rústico

Quando se trata desse estilo de empratamento, a delicadeza não é o foco, valoriza-se os ingredientes na sua forma orgânica e simples.

Figura 8. Empratamento no estilo rústico



Fonte: Google Imagens, 2022.

5.6.5 Estilo Rústico Moderno

Já a versão moderna do estilo rústico traz um leve toque de elegância na montagem do alimento e nas louças.

Figura 9. Empratamento no estilo rústico moderno



Fonte: Google Imagens, 2022.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste trabalho foi realizar um estudo abrangente sobre empratamento, surgimento e contemporaneidade. Analisando a literatura abordada nesta pesquisa bibliográfica, concluímos que a *Nouvelle Cuisine Française* foi um marco essencial para arte de emprar, destacando várias técnicas de empratamentos que revolucionaram a culinária mundial dando ênfase a leveza, delicadeza dos pratos, requinte e apresentação com vários estilos.

Avalia-se aqui a importância das informações contidas nesse estudo para que futuros gastrônomos tenham acesso a um conteúdo de qualidade, aguçando o prazer da leitura, conhecimento e prática de técnicas de empratamento na gastronomia.

REFERÊNCIAS

CAVALIERI, R. **Menus degustação**: Experimente pequenas porções de sabores grandiosos criados por chefs estrelados. Top5Rio, 2016. Disponível em: <<https://www.top5rio.com.br/gastronomia/menus-degustacao>> Acesso em: 22 de out. 2022.

COCINA francesa y sus influencias en la gastronomía, **CRMI**, 2017. Disponível em: <<https://www.crmi.org/cocina-francesa-influencias-la-gastronomia/>> Acesso em: 25 de out. 2022.

DAVIS, J. **Guia prático do cozinheiro moderno**: 250 técnicas essenciais detalhadas, segredos de chefs e receitas deliciosas. 2016, 160p.

EMPRATAMENTO: Aprenda a fazer as pessoas comerem com os olhos. **Ifood para parceiros**, Osasco, 2022. Disponível em: <<https://blog-parceiros.ifood.com.br/empratamento/>>. Acesso em: 21 de out. 2022.

EMPRATAMENTO: delícias feitas para hipnotizar. **Imperial cutelaria**, 2021. Disponível em: <<https://blog.imperialcutelaria.com.br/decoracao/empratamento/>> Acesso em: 21 de out. 2022.

ELEUTERIO, H. **Fundamentos de gastronomia**. 2013. São Paulo: Erica, 120p.

GISSLEN, W. **Culinária profissional**. 2012. 6ed. Barueri: Manole, 1088p.

MAGALHAES, F. **Nouvelle Cuisine, o berço da gastronomia moderna**. Mossoró Notícias, 2018. Disponível em: <<https://mossoronoticias.com.br/gastronomia/nouvelle-cuisine-o-berco-da-gastronomia-moderna>>. Acesso em: 03 de set. 2022.

MARCHESI, G.; VERCELLONI, L. **A Mesa Posta**: História Estética da Cozinha. 2010. 1.ed. São Paulo: Senac, 268p.

MARQUES, A. **As regras da apresentação de pratos**. Garfos e Facas, 2013. Disponível em: <<http://armarkx.blogspot.com/2013/09/as-regras-da-apresentacao-de-pratos.html>>. Acesso em: 03 de set. 2022.

OPÇÕES requintadas de “PF” em São Paulo, **Ederepente50**, 2020. Disponível em: <<https://ederepente50.com/tag/restaurantes/page/2/>> Acesso em: 21 de out. 2022.

OS tradicionais pratos da Cozinha Francesa, **Terravista Brasil**, 2018. Disponível em: <<https://terravistabrasil.com.br/cozinha-francesa/>> Acesso em: 25 de out. 2022.

SANTOS, C. R. A. **A gastronomia francesa**: da Idade Média às novas tendências culinárias. 2008. Disponível em: <http://www.historiadaalimentacao.ufpr.br/grupos/textos/gastronomi_francesa.PDF>. Acesso em: 20 de out. 2022.

SETE truques para conseguir um empratamento exemplar! **Costa Verde**, 2019. Disponível em: <<https://costa-verde.com/7-truques-empratamento-exemplar/>>. Acesso em: 03 de set. 2022.

SHOPTIME. **Receitas casa de inverno**: Aprenda como fazer um risoto de parmesão com escalope de mignon. Diário de casa, 2021. Disponível em: <<https://diario-de-casa.shoptime.com.br/como-fazer-risoto-de-parmesao-com-escalope-de-mignon/>> Acesso em: 21 de out. 2022.

VERANO, R. **Estrelas Michelin**: novos endereços em Lisboa, Viagem e Turismo, 2020. Disponível em: <<https://viagemeturismo.abril.com.br/coluna/portugal-lisboa/estrelas-michelin-novos-enderecos-em-lisboa/>> Acesso em: 24 de out. 2022.

VILELA, R. **Quanto custa comer nos 8 melhores restaurantes do Brasil**. Bom gourmet, 2017. Disponível em: <<https://www.gazetadopovo.com.br/bomgourmet/restaurantes/precos-melhores-restaurantes-brasileiros-america-latina/>> Acesso em: 22 de out. 2022.

WHAT is Nouvelle Cuisine? **Gourmand Breaks**, 2015. Disponível em: <<https://www.gourmandbreaks.com/blog/what-is-nouvelle-cuisine/>> Acesso em: 20 de out. 2022.