



MENUS DO FUTURO 2023

MENUS COM BAIXO DESPERDÍCIO

Saiba como aproveitar
100% dos alimentos da
cozinha do seu restaurante.



Unilever
Food
Solutions



MENUS DO FUTURO 2023



ÍNDICE

Tudo Sobre Menus de Baixo Desperdício	03
Os Principais Produtos da Tendência	08
Picadinho de Carne	09
Caldo Verde	11
Lasanha de Carne e Berinjela com Molho de Espinafre e Bbqnese	12
Pastel de Presunto com Queijo e Vinagrete de Folhas de Cenoura	14
Croquete de Carne Louca	15
Rondelli de Alho-Poró Caramelizado e Ricota	17
Escondidinho de Batata Doce, Frango ao Gengibre e Brócolis	19
Mini Sanduíche de Carne com Maionese de Cebola Caramelizada	21
Salada Morna De Frango	22
Arroz de Carne	23
Método de Descarte Correto	25



MENUS DO FUTURO

2023



O **desperdício de alimentos** é um problema sério que afeta não só o meio ambiente, mas também a economia e a sociedade como um todo.

No contexto de restaurantes e estabelecimentos alimentícios, o desperdício pode representar um prejuízo significativo, além de ser uma prática pouco sustentável.

Por isso, é importante encontrar formas de aproveitar ao máximo os ingredientes e reduzir o desperdício no restaurante. Pensando em tudo isso, trouxemos **soluções para a sua cozinha!**

A tendência de **"Baixo Desperdício"**, detalhada no relatório **"Menus do Futuro"**, traz dicas de como aproveitar todas as partes dos alimentos. Para saber mais, [clique aqui](#).





MENUS DO FUTURO 2023



Práticas Sustentáveis para Aplicar na sua Operação:

- 1. Aproveitamento integral de insumos:**
- 2. Redução do uso de proteína animal:**
- 3. Compra com fornecedores locais:**

1 - Aprender a utilizar de forma eficiente os alimentos disponíveis, reduzindo o desperdício na cozinha, além de diminuir as despesas do estabelecimento.

2 - A redução do consumo de proteína animal é uma maneira de reduzir a pegada de carbono, além de tornar as opções do menu mais amigáveis ao público vegano e vegetariano.

3 - O uso de ingredientes locais ajuda a reduzir a pegada de carbono na produção de alimentos, já que menores distâncias a serem percorridas para levar o produto até o estabelecimento geram menos emissão de gases poluentes.



MENUS DO FUTURO 2023



Por fim, é possível fazer a **carne render mais** por meio de quatro estratégias, que vão inovar no cardápio e atrair mais clientes, sem comprometer a qualidade e o sabor dos seus pratos.

1. **Testar novos cortes e tipos de proteína animal**
2. **Utilizar a carne por completo**
3. **Experimentar temperos e marinadas**
4. **Combinar a proteína animal com vegetais e grãos**

1 - Experimente usar peças menos populares, como o acém, a paleta ou o músculo, que são mais baratos e versáteis em ensopados, assados e grelhados. Você também pode mesclar os tipos de proteína: vegetal, carne suína ou bovina, peixes e ovos. Veja em quais preparos elas geram mais custo-benefício levando em consideração as oscilações de preço praticadas pelo mercado.

2 - Muitas partes do item são ignoradas e descartadas em vez de serem usadas em pratos deliciosos. Os ossos, por exemplo, podem ser usados para fazer caldos com as **Bases Knorr Profissional**, enquanto as aparas de carne podem ser transformadas em desfiados, sanduíches, saladas ou sopas. Tenha sempre em mente a importância do **reaproveitamento de alimentos**.



MENUS DO FUTURO 2023



3 - No momento de criar um tempero ou uma marinada, deixe a criatividade rolar com ervas frescas, como alecrim ou tomilho, alho, shoyu, cebola e azeites infusionados, ingredientes capazes de valorizar os sabores de quaisquer partes das proteínas.

4 - As tendências gastronômicas indicam que chegou a vez do **plant based** – ou seja, das comidas à base de plantas. Assim, nada como fazer a carne render mais enquanto torna uma refeição mais nutritiva com vegetais e grãos sustentáveis. Por exemplo, lentilhas e feijão são complementos incríveis para um **molho à bolonhesa** feito com a **Base de Tomate Desidratado Knorr Professional**.

Lembre-se sempre de verificar as regulamentações locais para garantir o cumprimento das normas de descarte de resíduos e contribuir para a preservação do meio ambiente e para a saúde pública!

É importante estar atento às mudanças do mercado e às oportunidades de investimento em tecnologia. Atente-se de sempre manter um equilíbrio entre economia e qualidade, garantindo a satisfação do cliente e a rentabilidade do seu negócio.



MENUS DO FUTURO 2023



QUER TER MENOS DESPERDÍCIO NO SEU *Menu*?

As vantagens de ter baixo desperdício são inúmeras, começando pela conscientização sobre a insegurança alimentar no país. Você também pode **reduzir o custo** da sua receita, uma vez que o **rendimento das preparações devem aumentar**. Além disso, alguns insumos que são jogados fora contém uma grande fonte nutricional e que devem ser aproveitadas. É pensando nisso, que resolvemos escolher algumas receitas com baixo desperdício, para você incrementar no seu negócio.

CONFIRA O MENU DE DICAS:

1. Planeje bem o seu menu e lista de compras do restaurante.
2. Crie preparos que utilizem os ingredientes por completo. Gratinado de brócolis onde os talos são usados juntos ou um caldo de peixe usando a cabeça e espinhas do peixe que foi retirado o filé.
3. Mantenha os insumos posicionados de acordo com uso deles nas receitas.



MENUS DO FUTURO 2023

Com produtos desenvolvidos de chefs para chefs, a linha **Unilever Food Solutions** tem como objetivo entregar soluções mais eficientes para a sua cozinha e negócio, sem abrir mão da qualidade..

Confira abaixo alguns dos produtos que são grandes aliados da tendência **Menus com Baixo Desperdício** e que irão trazer muito mais **praticidade**, **sabor** e **possibilidades** para os seus preparos:





Rendimento: 10 Porções

Picadinho de Carne

MODO DE PREPARO

PROTEÍNA SUÍNA E LEGUMES

- 1.** Após higienizar bem os legumes, mantenha a casca da Batata e da cenoura e corte em cubos médios.
- 2.** Em uma panela grande, adicione o azeite e doure a cebola picada. Inclua o alho e a carne suína cortada em cubos, misture bem.
- 3.** Tempere tudo isso com Caldo de Carne Knorr Professional e pimenta do reino, refogue tudo por 5 minutos.

MOLHO

- 1.** Em uma panela, coloque a água e misture o Molho Demi Glace Knorr Professional. Leve ao fogo mexendo até começar a espessar.
- 2.** Adicione a Base de Tomate Desidratado Knorr Professional e misture bem até que fique uniforme.
- 3.** Inclua os legumes cortados em cubos médios com a casca, o lombo suíno grelhado e as folhas de louro.
- 4.** Reduza o fogo, tampe a panela e cozinhe até que os legumes e a carne fiquem macias.

INGREDIENTES

PROTEÍNA SUÍNA E LEGUMES

- 34g Caldo de Carne Knorr Professional
- 1,8 kg de Copa Lombo Suíno em Cubos
- 200 g de Cenoura com Casca
- 200 g de Batata Inglesa com Casca
- 10 g de Alho Picado
- 70 g de Cebola Picada
- 70 g de Azeite



Rendimento: 10 Porções

Picadinho de Carne

MODO DE PREPARO

FINALIZAÇÃO

1. Frite a casca da cebola em óleo quente e reserve.
2. Finalize com salsinha picada junto com os talos e se necessário, corrigir o sabor com pimenta do reino.
3. Adicione a casca de cebola frita como decoração.



O uso da cenoura e da batata com casca torna o preparo mais nutritivo e mais resistente após o preparo, resistindo mais tempo principalmente no buffet.



Podemos usar a cebola de forma integral, fritando a pele dela e usando na receita.



Usar a carne suína como alternativa é perfeito para controlar melhor o CMV, uma vez que essa proteína tem um desembolso menor e é comumente menos valorizada.

INGREDIENTES

MOLHO

- 40 g de Base de Tomate Knorr Professional
- 180 g de Molho Demi Glace Knorr Professional
- 3 Folhas de Louro
- 2,3 L de Água

FINALIZAÇÃO

- 30 g de Salsinha Picada
- 1 g de Pimenta do Reino
- 200 ml Óleo Vegetal
- Casca da Cebola Utilizada na Receita

**Rendimento: 25 Porções**

Caldo Verde

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, adicione o azeite, doure a cebola e em seguida coloque a água, ferva.
2. Acrescente o Purê de Batatas Knorr e o Caldo de Carne Knorr, misture bem e processe tudo no liquidificador, reserve.
3. Em uma panela grande, adicione as calabresas cortadas em cubos ou fatias e doure levemente, cerca de 4 minutos.
4. Na mesma panela, coloque a couve cortada bem fina, refogue por mais 2 minutos e inclua a base de batatas processadas, misturando bem e cozinhando por mais 2 minutos.

INGREDIENTES

- 1kg de Purê de Batatas Knorr
- 6L de Água
- 30g de Caldo de Carne Knorr Professional
- 1kg de Linguiça Calabresa
- 2 Maços de Couve Folha
- 200g de Cebola picada
- 50ml de Azeite



Você pode usar a couve folha e a cebola por completo no caldo verde! Para isso, basta cortar os talos em fatias junto às folhas e usar a cebola com a pele, refogando tudo junto.



Rendimento: 10 Porções

Lasanha de Carne e Berinjela com Molho de Espinafre e Bbqnese

MODO DE PREPARO

MOLHO DE ESPINAFRE:

1. Em uma panela, adicione o leite e misture com o Molho Bechamel Knorr Professional.
2. Leve ao fogo e mexa até espessar, depois separe em duas partes iguais e reserve.
3. Logo após, separe as folhas de espinafre do talo e os pique. Em uma frigideira, adicione a manteiga e doure o alho, junto com os talos do espinafre.
4. Adicione o Tempero Meu Arroz Knorr Professional e a metade do molho branco pronto, reserve.

MOLHO DE CARNE E BERINJELAS:

1. Corte a berinjela em cubos pequenos, marine com o Barbecue Hellmann's e o Tempero Meu Arroz Knorr Professional, reserve.
2. Em uma panela, adicione o azeite e doure a cebola picada junto com a carne moída. Tempere com o Caldo de Carne e Molho Demi Glace Knorr Professional e reduza os líquidos.
3. Adicione a berinjela marinada e cozinhe por mais 3 minutos.

MOLHO DE TOMATE:

1. Em uma panela, ferva a água e hidrate a Base de Tomate Knorr Professional.

INGREDIENTES

MOLHO DE ESPINAFRE:

- 300 g de Espinafre
- 20 g de Alho picado
- 50 g de Manteiga
- 5 g de Tempero Meu Arroz Knorr Professional
- 90g de Molho Branco Knorr Professional
- 1L de Leite

MOLHO DE CARNE E BERINJELAS:

- 300g de Berinjela
- 100g de Barbecue Hellmann's
- 10g de Tempero Meu Arroz Knorr Professional
- 30 g de azeite
- 10g de Caldo de Carne Knorr Professional



Rendimento: 10 Porções

Lasanha de Carne e Berinjela com Molho de Espinafre e Bbqnese

MODO DE PREPARO

2. Cozinhe até o molho ficar consistente e finalize com salsinha picada com os talos, reserve.

MONTAGEM:

1. Molho tomate, massa, molho de tomate e molho branco, queijo, massa, carne e espinafre.

CORTE DA LASANHA:

1. Asse por 30 minutos em forno a 170 C ou até cozinhar a massa.

2. Esfrie, coloque um peso em cima da lasanha com papel filme e refrigere por 24 horas, para deixá-la firme.

3. Corte uma fatia de 3 cm de largura e sele em uma frigideira com azeite bem quente, virar e aqueça por 3 minutos em forno quente.

FINALIZAÇÃO + BBQNESE:

1. Em um prato, monte a base com molho de espinafre, a lasanha deitada e finalize com a mistura BBQnese.

INGREDIENTES

- 200g de Cebola Picada
- 10g de Molho de Demi Glace
- 1kg de Carne Moída

MOLHO DE TOMATE:

- 125g de Base de Tomate Knorr Professional
- 1L de Água
- 40g de Salsinha Picada

MONTAGEM:

- 500g de Queijo Muçarela
- 500g de Massa seca de Lasanha

FINALIZAÇÃO + BBQNESE:

- 200g de Barbecue Hellmann's
- 200g de Maionese Hellmann's



DICA

Usar a berinjela com a casca é uma técnica perfeita para dar mais estrutura nas camadas da lasanha, além de agregar mais fibras e reduzir o desperdício na operação.



Rendimento: 10 Porções

Pastel de Presunto com Queijo e Vinagrete de Folhas de Cenoura

MODO DE PREPARO

RECHEIO:

1. Em um recipiente, misture o queijo muçarela ralado, a Maionese Hellmann's e o presunto picado, reserve.

VINAGRETE:

1. Separe outro recipiente e misture a cebola picada, o tomate em cubos, as folhas de cenoura, sumo de limão, a Base de limão em Pó Knorr Professional e o azeite.

2. Ajuste os temperos com sal e pimenta do reino.

MONTAGEM E FRITURA:

1. Abra a massa para pastel e adicione o recheio.

2. Feche o pastel umedecendo as bordas com água.

3. Frite até dourar.

INGREDIENTES

RECHEIO, MONTAGEM E FRITURA:

- 150 g de Queijo Muçarela Ralado
- 150 g de Presunto Ralado
- 100 g de Maionese Hellmann's
- 200 g de Massa para Pastel
- 700 ml de Óleo de Fritura

VINAGRETE:

- 80 g de Cebola Picada em Cubos
- 70 g de Folhas de Cenouras Picadas
- 50 ml de Sumo de Limão
- 120 g de Tomate em Cubos
- 5 g Base de Limão em Pó Knorr Professional
- 30 g de Azeite
- Pimenta do Reino
- Sal



Nessa receita, usamos o presunto e queijo processado, dessa forma, temos o uso por completo dos frios.



Além disso, as folhas da cenoura concentram muito sabor e aroma, são fontes de fibras, proteína, ferro e vitaminas.



Rendimento: 10 Porções

Croquete de Carne Louca

MODO DE PREPARO

RECHEIO:

- 1.** Em um panela de pressão, adicione a carne em pedaços e 1L de água, tempere com Caldo de Carne Knorr Professional.
- 2.** Cozinhe até que esteja macia, desfie e reserve (separe 600ml do caldo do cozimento).
- 3.** Em uma panela, aqueça o azeite e doure a cebola. Coloque a carne desfiada, 250ml de água e a Base de Tomate Knorr Professional.
- 4.** Ajuste o tempero com pimenta do reino.

MASSA:

- 1.** Em uma panela, aqueça os 600 ml do caldo do cozimento e adicione o Purê de Batatas Knorr Professional.

INGREDIENTES

RECHEIO

- 500 g de Alcatra/Aparas de Carne sem Gordura
- 40 g de Base de Tomate Knorr Professional
- 1,250 L de Água
- 16g de Caldo de Carne Knorr Professional
- 150 g de Cebola Picada
- 40 ml de Azeite
- Pimenta do Reino

MASSA:

- 200 g de Purê de Batatas Knorr Professional
- 90 g de Farinha de Trigo
- 50 g de Manteiga
- 600 ml Caldo do Cozimento da Carne



Rendimento: 10 Porções

Croquete de Carne Louca

MODO DE PREPARO

2. Misture a carne desfiada, farinha de trigo e a manteiga até que se torne uma massa lisa e homogênea.

EMPANAMENTO E FRITURA:

1. Molde em formato de croquete e empane com Preparo Milanesa Knorr Professional.

2. Frite até dourar.

INGREDIENTES

EMPANAMENTO:

- 200g Preparo a Milanesa Knorr Professional
- 700 ml Óleo de Fritura



O recheio do croquete é perfeito para o uso consciente dos ingredientes, uma vez que podemos usar cortes irregulares ou que estão fora de padrão, reduzindo totalmente o desperdício.



Rendimento: 10 Porções

Rondelli de Alho-Poró Caramelizado e Ricota

MODO DE PREPARO

MOLHOS DE TOMATE E BRANCO:

1. Em uma panela, adicione 1L de água e ferva, hidrate a Base de Tomate Desidratado Knorr Professional, misture bem e cozinhe por 2 Minutos, reserve.

2. Em outra panela, adicione o leite e misture o Molho Branco Knorr Professional. Ligue o fogo e mexa até espessar, resfrie.

RECHEIO:

1. Corte o talo do alho-poró em meia lua e as folhas finamente.

2. Em uma panela, adicione o azeite e doure o alho-poró. Adicione o açúcar e deixe caramelizar.

3. Em um recipiente, misture a ricota e tempere com o Meu Arroz Knorr Professional, sal e pimenta do reino.

4. Adicione o molho branco Knorr pronto e frio e junto, o alho poró caramelizado. Misture e reserve.

INGREDIENTES

MOLHOS DE TOMATE E BRANCO:

- 50 g de Molho Branco Knorr Professional
- 125 g de Base de Tomate Desidratado Knorr Professional
- 1 L de Água
- 500 ml de Leite

RECHEIO:

- 600 g de Alho-Poró Inteiro
- 500 g Molho Branco Knorr Pronto
- 100 g de Açúcar



Rendimento: 10 Porções

Rondelli de Alho-Poró Caramelizado e Ricota

MODO DE PREPARO

MASSA E MONTAGEM:

- 1.** Em uma panela, ferva a água, adicione o sal e cozinhe as tiras da massa para a lasanha até estarem ao ponto.
- 2.** Retire e escorra com cuidado, para que não grude.
- 3.** Pegue uma folha de massa cozida e distribua o recheio de alho poró em camadas finas.
- 4.** Após isso, enrole em formato de espiral e resfrie. Corte em fatias de 2 cm, reserve.
- 5.** Em uma forma, adicione uma camada fina de molho de tomate, posicione os rondellis e finalize com queijo muçarela, gratine em forno 170 C.

INGREDIENTES

- 50 ml de Azeite
- 300 g de ricota
- 10g de Meu Arroz Knorr Professional
- Pimenta do Reino
- Sal

MASSA E MONTAGEM:

- 3L de Água
- 700 g de Massa Seca Para Lasanha
- 300g de Queijo Muçarela



O uso do alho poró caramelizado ajuda a ter mais uniformidade no uso completo, uma vez que bulbo e folhas podem ser finamente fatiados e caramelizados juntos, reduzindo o desperdício e agregando sabor.



Rendimento: 10 Porções

Escondidinho de Batata Doce, Frango ao Gengibre e Brócolis

MODO DE PREPARO

PURÊ:

- 1.** Em uma panela, aqueça a água e coloque o Purê de Batata Knorr Professional, mexa até espessar.
- 2.** Mexa até espessar.
- 3.** Adicione a batata doce cozida e incorpore bem.

RECHEIO:

- 1.** Em um recipiente, tempere o peito de frango com o Caldo de Galinha Knorr Professional, a cúrcuma, o alho e o gengibre ralados.
- 2.** Em seguida, descanse em geladeira por pelo menos 30 minutos.
- 3.** Em uma panela, adicione o azeite, doure a cebola, o frango temperado e refogue.
- 4.** Adicione a chia, os floretes e talos de brócolis, o grão de bico, tempere com Meu Arroz Knorr Professional e misture.

INGREDIENTES

PURÊ:

- 700g de Batata Doce Cozida e Amassada
- 600ml de Água
- 150g de Purê de Batatas Knorr Professional

RECHEIO:

- 17 g de Caldo de Galinha Knorr Professional
- 1 kg de Peito de Frango sem Osso
- 40 g de Gengibre
- 10 g Cúrcuma
- 20 g Chia
- 80 g de Azeite
- 250 g de Cebola Cortada em Meia Lua



Rendimento: 10 Porções

Escondidinho de Batata Doce, Frango ao Gengibre e Brócolis

MODO DE PREPARO

MONTAGEM:

- 1.** Em uma travessa, faça uma camada de recheio do frango e cubra com a camada de purê.
- 2.** Salpique o queijo e asse em forno 180°C por 15 minutos, ou até que doure.
- 3.** Após assado, finalize com brotos de alfafa.

INGREDIENTES

- 400 g de Brócolis Cozidos (separar floretes e talos)
- 10 g de Tempero Meu Arroz Knorr Professional
- 300 g de Grão de Bico

MONTAGEM:

- 150 g de Queijo Muçarela
- 50g de Broto de Alfafa



O uso integral da batata doce e do gengibre agrega ainda mais fibras ao preparo, além de reduzir o desperdício. Além disso, temos ganhos consideráveis do ponto de vista nutricional.



Rendimento: 10 Porções

Mini Sanduiche de Carne com Maionese de Cebola Caramelizada

MODO DE PREPARO

RECHEIO DA CARNE:

- 1.** Em um panela de pressão, adicione o acém em pedaços, a água e tempere com Caldo de Carne Knorr Professional.
- 2.** Cozinhe até que esteja macia, em seguida desfie e reserve.
- 3.** Em outra panela, adicione o azeite e doure a cebola. Coloque o Molho Shoyu Knorr Professional e misture delicadamente, reserve.

MONTAGEM:

- 1.** Corte os pães ao meio e passe a Maionese Hellmann's.
- 2.** Logo após, inclua uma porção do recheio e finalize com a cebola com shoyu.

INGREDIENTES

RECHEIO DA CARNE:

- 400 g de Acém Bovino Desfiado/Aparas sem gordura
- 10 g de Caldo de Carne Knorr Professional
- 1 L de água
- 40 g de azeite
- 90g de cebola fatiada
- 20 ml de Molho Shoyu Knorr Professional

MONTAGEM:

- 10 Unidades de Pãozinho tipo Francês
- 250 g de Maionese Hellmann's



DICA

Usar a cebola de forma integral vai agregar mais textura e reduzir o desperdício.



DICA

Junto com o cozimento da carne, que não necessita de padrão de corte e se pode aproveitar pedaços irregulares da mesma forma, sem perda de padrão.



Rendimento: 10 Porções

Salada Morna De Frango

MODO DE PREPARO

RECHEIO DA CARNE:

LEGUMES:

1. Em uma forma, coloque a cenoura, o pimentão, cebola cortadas em julliene, a ervilha cortada em 3, cogumelo shitake fatiado, castanhas, talo da cebolinha e temperados com azeite, depois o Meu Arroz e Shoyu Knorr Professional.

2. Asse tudo em um forno pré aquecido a 180°C, por aproximadamente 30 minutos. Retire do forno e adicione as cebolinhas cortadas em pedaços de 4 cm.

FRANGO:

1. Tempere o frango com Caldo de Galinha e Base Sabor Limão em Pó Knorr Professional e também açafrão da terra, descanse por 30 minutos na geladeira.

2. Em seguida, doure o frango e misture aos legumes, sirva.

INGREDIENTES

- 200g de Cenoura
- 200g de Ervilha torta
- 250g de Cebola Roxa
- 150g de Pimentão
- 150g de Cogumelo Shitake
- 100g g de Castanha de caju
- 50g Cebolinha
- 5g de Tempero Meu Arroz Knorr Professional
- 25ml de Molho Shoyo Knorr Professional
- 80ml de Azeite
- 1,5kg de Frango em Cubos
- 20 g de Caldo de Galinha Knorr Professional
- 5g de Base Sabor Limão em Pó Knorr Professional
- 5g de Açafrão da Terra



O uso dos legumes de forma integral agrega sabor, textura e nutrientes ao preparo, além de reduzir o desperdício, tornando a receita ainda mais completa.



Sabores adocicados das caramelizações contrastam com os temperos de forma equilibrada e fazem dessa salada um mix de sensações perfeitas.



Rendimento: 10 Porções

Arroz com Carne

MODO DE PREPARO

CALDO:

1. Em uma panela, adicione o azeite e doure as aparas de carnes temperadas com o Caldo de Carne Knorr Professional e deixe dourar.
2. Após isso, adicione o alecrim e o tomilho e as folhas de alho poró misture bem.
3. Inclua a água e ao ferver, reduza o fogo e coloque a Base de Tomate Knorr Professional, misture.
4. Cozinhe até que a carne esteja macia o suficiente para desfiar. Desfie a carne e reserve o caldo.

REFOGA:

1. Em uma panela grande, adicione o azeite, doure e refogue por 4 minutos o alho poró fatiado e o pimentão em cubos pequenos.
2. Inclua o arroz, mexa bem e em seguida coloque os tomates em cubos sem pele, acrescente o caldo de carne reservado e misture tudo.
3. Quando o arroz estiver ao dente, inclua a carne toda desfiada e incorpore bem, reduza o fogo.

INGREDIENTES

CALDO:

- 25g de Caldo de Carne Knorr Professional
- 200g de Folhas do Alho Poró
- Cascas de 2 Cebolas
- Folhas de cenoura
- 2 Folhas de Louro
- 40 ml de Azeite
- Pimenta do Reino
- 1 Ramo de Alecrim
- 1 Ramo de Tomilho
- 1kg de Alcatra/Capa de Filé
- 80g de Base de Tomate Knorr Professional
- 1,5l de Água



Rendimento: 10 Porções

Arroz com Carne

MODO DE PREPARO

MOLHO e MONTAGEM:

1. Em uma panela com óleo quente, frite por imersão as cascas da cebola até estarem douradas. Reservar.
2. Picar as folhas de cenoura. Reservar.
3. Em um tigela, misture a água em temperatura ambiente e o Demi Glace Knorr Professional. Reserve.
4. Em uma panela, adicione o vinho e deixe ferver, quando o álcool evaporar, adicione a mistura de água e o Demi Glace Knorr, misture bem e ferva por 2 minutos.
5. Adicione o molho Demi Glace ao arroz, misture bem e cozinhe por mais 5 minutos. Ajuste pimenta do reino e Caldo de Carne Knorr se necessário.
6. Finalizar com as folhas de salsinha e cenoura picadas, as cascas de cebola frita, toque de pimenta e pimentão.

INGREDIENTES

CALDO:

- 25g de Caldo de Carne Knorr Professional
- 200g de Folhas do Alho Poró
- Cascas de 2 Cebolas
- Folhas de cenoura
- 2 Folhas de Louro
- 40 ml de Azeite
- Pimenta do Reino
- 1 Ramo de Alecrim
- 1 Ramo de Tomilho
- 1kg de Alcatra/Capa de Filé
- 80g de Base de Tomate Knorr Professional
- 1,5l de Água



DICA

O uso de folhas de legumes e cascas para produção do caldo, faz a receita ganhar ainda mais autenticidade de sabor e garantir a redução de desperdício.

MENUS DO FUTURO 2023

Quanto ao **descarte de comida**, é necessário seguir um método de descarte correto dos resíduos de alimentos, de acordo com as seguintes etapas:



1. Separe os resíduos alimentares dos demais resíduos e coloque-os em recipientes isolados e identificados claramente.

2. Armazene os resíduos de alimentos adequadamente em recipientes limpos e secos, esvaziando-os regularmente.

3. Utilize sacos de lixo resistentes e à prova de vazamentos.

4. Descarte os resíduos alimentares em locais apropriados, como aterros sanitários ou sistemas de tratamento de resíduos orgânicos.

5. Considere a compostagem como uma opção sustentável para o descarte de grandes quantidades de resíduos orgânicos.



MENUS DO FUTURO 2023



Temos que ser conscientes com os alimentos disponíveis e pensar na melhor forma de utilizá-los para reduzir o desperdício, maximizar o lucro e agir de maneira sustentável, trazendo benefícios ao planeta e aos negócios, como **economia de custos, sustentabilidade, satisfação do cliente e competitividade.**

Unilever Food Solutions

PRONTO PARA HOJE. CRIANDO O AMANHÃ.

**PARA MAIS SOLUÇÕES PARA O
SEU NEGÓCIO, ACESSE:**

www.unileverfoodsolutions.com.br

REFERÊNCIAS DE SITES UTILIZADOS:

Veja como montar Ficha Técnica de
alimentos no restaurante
(unileverfoodsolutions.com.br)

5 soluções para diminuir o desperdício
de alimentos
(unileverfoodsolutions.com.br)

Como Organizar o Estoque de Alimentos
| UFS Brasil
(unileverfoodsolutions.com.br)

Como Congelar Alimentos no Seu
Restaurante
(unileverfoodsolutions.com.br)

Reaproveitamento de alimentos: evite o
desperdício
(unileverfoodsolutions.com.br)

**SIGA AS NOSSAS REDES SOCIAIS
PARA MAIS DICAS:**

