

Gastronomia molecular e os pós mágicos

Paulo Ricardo Los

A gastronomia molecular envolve muitos ingredientes. Os principais métodos dessa cozinha, são a modificação da textura, para surpreender o cliente e causar aquela reação com a criação de novas memórias por meio de novas experiências.

A textura dos alimentos é algo bastante complexo, mas com a química certa, conseguimos modificá-la. Dentre as alterações estão a produção de géis, espumas, esponjas, crocantes, esferas. Essa modificação é feita por meio de ingredientes que denominamos de hidrocoloides, ou seja, substâncias que conseguem criar pontes entre si, prendendo a água, e enrijecendo a textura que antes era líquida.

Aqui resolvi passar para vocês alguns destes ingredientes que utilizamos na molecular. Eu costumo chamar de pós mágicos, porque parece bruxaria, mas não é!

Lembrando que um prato inteiramente molecular pode não ser muito bem aceito pelos consumidores, então detalhes e guarnições moleculares são uma boa pedida para modernizar um prato e encantar seu cliente.

Gelatina e ágar



Fonte: o autor

Esses dois queridinhos da gastronomia molecular têm uso muito parecido. Acho que de todos os hidrocoloides, a gelatina todo mundo já comeu, pelo menos uma vez na vida. E veja que legal, a água que era líquida, se torna sólida. Todos temos boas lembranças daquelas festas de quando éramos crianças, com gelatinas multicoloridas que eram espremidas dos copinhos de café para a boca, naquela bagunça gostosa!

Gelatina também é usada para fazer os famosos ursinhos de gelatina, a diferença entre essa e a do copinho é a força. Tem de vários tipos, umas mais fortes e outras menos, além disso a dosagem vai definir a textura que você quer. Ainda por cima, se você colocar pouquinho, e adicionar o líquido frio no sifão, saem umas espumas super resistentes. O único problema da gelatina é que ela é chamada termo sensível, ou seja, derrete no calor, serve só para a temperatura ambiente. O ágar pelo contrário, além de ser vegano, pois vem de algas, aguenta temperaturas até 60°C. Isso significa que podemos mudar a forma e textura dos alimentos, e ainda servir ele quentinho, que faz seu uso na



Fonte: o autor

molecular, muito mais amplo. Com o ágar e gelatina podemos fazer raviólis transparentes, *fruit leather*, géis de formato diferenciado, é só deixar a imaginação fluir.

Alginato de sódio

O Alginato é retirado de algas, ou seja, um produto super natural. Sua utilização primordial é para a confecção de esferas ou caviars, e não é aquele caviar caríssimo do esturjão, é caviar de morango, de shoyu, de groselha, do que você quiser!! Para o alginato enrijecer e “prender” a água em torno de suas cadeias, é necessário que ele reaja com o Cálcio. Sim, o mesmo que tem no leite, casca de ovos e ossos. Mas calma, não vamos sair por aí ralando osso ou batendo casca de ovos, utilizamos um ingrediente mais fácil de ser encontrado, que pode ser o Lactato de Cálcio ou o Cloreto de Cálcio, dois sais brancos. Quando o Alginato encontra o Cálcio, a mágica acontece uma rede é formada, e a imaginação vai longe. O principal uso é para esferas, quando adicionamos alginato no líquido que queremos esferificar e pingamos isso num banho de cálcio, formam-se pequenos caviars, de sabores infinitos, essa técnica se chama esferificação direta. Quando o cálcio está no líquido que queremos esferificar, e depositamos uma colherada disso num banho de alginato, pronto, você tem uma esfera grandona que vai ser uma explosão de sabor na boca, essa técnica é a esferificação inversa. Legal né?



Fonte: o autor

Goma xantana



Fonte: o autor

Essa é legal! Tem até no mercado, se ele for bom claro. Essa goma produzida por fungos, é um produto fácil de ser usado, um pouquinho dela engrossa um monte de líquido. Sabe aquele ingrediente chave que você precisa na hora do desespero que seu molho tá aguado, então...vai de xantana que dá certinho. Ela é utilizada - além do salvamento nas horas de aflição - para engrossar líquidos diversos e fazer géis para decoração dos pratos, ou ainda para a produção de espumas. Para a espuma você precisa engrossar um pouco mais e claro, de um sifão. Xantana + sifão = sucesso, está aí a fórmula. Com essa mistura, dá para fazer espuma

de quase tudo. Fica uma espuma macia, com tempo curto de duração, mas que dá aquele *up* no prato.

Lecitina de soja

Já que estamos falando de espumas, vamos falar de ares. Os ares são espumas muito leves, que dão aquele aspecto lindo dos pratos, como se tivesse acabado de sair do mar. Dá pra fazer ar praticamente de tudo usando a Lecitina. Esse ingrediente sai do processo de industrialização da soja, e para usar é bem simples. De novo, um pouco rendo muito, se colocar demais não se forma o ar.



Fonte: o autor

A fórmula é: uma pitadinha da lecitina, em um líquido de sabor super concentrado e um *mixer* para incorporar ar, e *voilà*, você começa a espumar tudo aquilo, coleta essa espuma e aplica como guarnição no seu prato. Vale lembrar do sabor super concentrado, como estamos incorporando ar, o sabor pode ficar “diluído”, então capricha no tempero.

Maltodextrina

Já pensou em comer bacon em pó? Eu nunca, mas já comi, e é uma experiência única na vida de um ser que ama bacon, como eu! A maltodextrina me proporcionou esse espetáculo. Ela é como se fosse um amido, que foi quebrado e produziu maltoses e glicoses. Essa mistura faz com que fique muito fácil de se combinar com óleos ou gorduras, que se intercalam no meio desse ingrediente, se transformando em pó. Uma dica é, use pouco óleo para começar, porque um pouco vai longe. E não tem segredo, é só ir adicionando o pó ao óleo, até ficar na textura que você quer. Dá pra fazer azeite de oliva, nutella, chocolate branco, tudo que for oleoso (e gostoso) vira pó. Dá uma textura muito legal para os pratos, um visual atraente além da experiência sensorial diferente que temos conversado.

Agora com essas dicas, fica fácil melhorar um prato, modernizar e espantar o freguês. A cozinha molecular tem muito mais ingredientes e é uma área imensa para explorar a criatividade de chefs diversos.

E lembre sempre, como *Da Vinci* costumava dizer: “a simplicidade é o mais alto grau de sofisticação”.