

## Uma faca correcta aumenta o prazer de cozinhar



Comer é uma necessidade fisiológica básica dos seres humanos. O uso de várias ferramentas na cozinha, como faca, tábua de corte, panela e espátula, é absolutamente indispensável para transformar a alimentação numa cultura trazendo um prazer sensorial da comida. As facas de diferentes funções usadas na cozinha podem ajudar a cortar carne e legumes em tamanho adequado à boca, para que as pessoas provem a gastronomia com maior facilidade. Portanto, muitos consumidores querem comprar facas adequadas com vista a garantir maior prazer nas cozinhas. O CC conversou com o Director do Centro de Formação de Culinária e Serviços de Restauração da Federação das Associações dos Operários de Macau (FAOM), Kuong Chi Fong e seu chefe de assuntos educacionais, Cheong Chi Fun, que partilharam como escolher e usar as facas de cozinha de uma forma melhor.

### Faca chinesa



### Facas ocidentais



### Atenção à qualidade das facas de cozinha

Macau é uma cidade com uma mistura das culturas chinesa e portuguesa e, em 2017, recebeu o título de Cidade Criativa de Gastronomia pela UNESCO. Os pratos chineses e ocidentais são

opções comuns da gente de Macau, portanto, a escolha de facas de cozinha depende do tipo de pratos que confeccionam no dia-a-dia. O Sr. Kuong disse que existe pouca variedade de facas chinesas e por isso, para pessoas que gostam da comida chinesa, basta comprar uma faca chinesa tradicional. Quanto às facas ocidentais, devido a uma maior variedade das mesmas e ao facto de que as facas diferentes são destinadas a ingredientes diferentes, a escolha dum faca ocidental tem a ver com o hábito de uso, a finalidade e a capacidade económica dos consumidores.

As facas de aço inoxidável são bem procuradas devido à sua durabilidade e facilidade de limpar. O Sr. Kuong salientou que, no momento de compra, devem prestar atenção se o teor de aço da faca é suficiente, porque uma faca com baixo teor de aço é menos durável. É aconselhável comprar facas nas lojas com boa reputação.

### Como cuidar das facas de cozinha

**1. Selecção de tábuas de corte:** no mercado, estão disponíveis tábuas de corte de diferentes materiais, como madeira, bambu e plástico. As tábuas de corte com dureza diferente podem afectar a durabilidade das facas. O Sr. Kuong afirmou que as tábuas de corte de materiais diferentes têm vantagens diferentes, portanto, a escolha das tábuas de corte deve estar em conformidade com os hábitos de uso dos consumidores. Como as facas são duras, uma tábua de plástico muito dura não só acelera o desgaste da faca, como também poderá fazer a faca ressaltar. Se os consumidores costumam cortar alimentos mais duros, como ossos suínos e frango inteiro, podem escolher uma tábua de corte de madeira que é relativamente mais macia. No entanto, a tábua de corte de plástico é fácil de limpar e assim mais higiénica, portanto é melhor para os consumidores que preparam legumes e carne com maior frequência no dia quotidiano.

**2. Como afiar a faca:** Uma faca pode ficar embotada pelo uso há

muito tempo, trazendo perigo quando continua a ser usada. Neste caso, é necessário afiar a faca. O Sr. Kuong assinalou que a maneira de afiar também se diferencia quando se trata de facas diferentes, mas, de qualquer forma, ao afiar uma faca, deve colocar o gume da lâmina direccionado para fora, com um ângulo pequeno em relação à pedra, puxando-o para frente. Nunca se deve empurrar o punho da faca verticalmente para o corpo, para garantir sempre a segurança.

- 3. Selecção de porta-facas:** Os consumidores também precisam de prestar atenção ao lugar onde se colocam as facas quando não as usam. Estão disponíveis diferentes tipos de porta-faca, como bloco de faca, porta-faca horizontal, porta-faca para parede e caixa de armazenamento multifuncional para utensílios de cozinha. O Sr. Kuong indicou que os consumidores devem escolher um porta-faca que garanta boa ventilação e segurança, evitando colocar as facas de cozinha em local húmido e fechado por um longo tempo, a fim de aumentar a durabilidade das mesmas. Além disso, após cada uso, a faca deve ser lavada e secada antes de ser pousada no porta-faca, de modo a evitar ferrugem e corrosão.

### Segurança alimentar não pode ser ignorada

Actualmente, os consumidores não só procuram ser bem alimentados e vão à busca do bom sabor, mas também se preocupam com a situação higiénica de alimentos. De facto, existem alguns requisitos em relação aos utensílios com que se preparam alimentos, no sentido de proteger a saúde daqueles que os consuma.

- 1. Separar os alimentos crus dos cozidos:** Deve preparar-se alimentos crus e cozidos com diferentes tábuas de corte e com diferentes facas. O Sr. Kuong apontou que no Centro de Formação as facas e tábuas de corte são separadas por cor, sendo de cor branca para os alimentos cozidos, verde para legumes e vermelha para carne. Esta maneira pode evitar a contaminação cruzada entre alimentos, reduzindo assim o risco de segurança alimentar. Hoje em dia, a maioria dos hotéis de estrelas em Macau usa tábuas de corte de cinco cores, enquanto algumas ainda usam tábuas de sete cores.
- 2. Reduzir o uso de detergentes:** convém evitar deixar resíduos de detergente nas facas por estas terem sempre contacto com

alimentos. O Sr. Kuong recomenda que as facas sejam lavadas com água no uso quotidiano. Se depois de cortar alimentos gordurosos, pode passar a faca por água quente ou remover a graxa na faca com um papel absorvente de óleos e, em seguida, enxaguá-la com água. No caso de ser uma mancha de óleo difícil de ser removida, pode colocar a faca imersa na água alcalina, tirando-lhe o óleo e enxaguando-a com água.

### Lesões não podem ser desprezadas

Se cozinha sempre no dia-a-dia, deve prestar atenção à maneira de utilizar a faca de cozinha para evitar lesões.

1. Antes de cortar alimentos, pode colocar uma toalha húmida mas torcida abaixo da tábua de corte para não o deixar deslizar;
2. Ao cortar um alimento, segure firmemente o punho da faca com um mão, perto das costas da lâmina, ao mesmo tempo que segure o alimento com a outra mão sem estender os dedos. Os dedos devem ficar para dentro, em direcção à palma da mão para segurar o alimento, de modo a evitar ser cortados. Como a altura de cada pessoa é diferente, deve prestar atenção à postura em pé e à altura da bancada de cozinha, dado que se pode causar perigo ou lesões quando é alta ou baixa demais. A distância com a tábua de corte pode ser ajustada através de utilizar tábuas de diferentes espessura ou recorrer a um degrau.



3. Após cortar alimentos, deve lavar a faca utilizada e secá-la com uma toalha, não tocando na lâmina. No final, coloque a faca no porta-facas, a fim de manter a higiene e a durabilidade da faca.