

Leite: o amigo nosso de cada dia
EMATER. Rio Grande do Sul.

Fôlder / 1996

Cód. Acervo: 19758

© Emater/RS-Ascar



Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12287/19758>

Documento gerado em: 13/02/2019 16:25

O Repositório Institucional (RI) da Extensão Rural Gaúcha é uma realização da Biblioteca Bento Pires Dias, da Emater/RS-Ascar, em parceria com o Centro de Documentação e Acervo Digital da Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEDAP/UFRGS) que teve início em 2017 e objetiva a preservação digital, aplicando metodologias específicas, das coleções de documentos publicados pela Emater/RS- Ascar.

Os documentos remontam ao início dos trabalhos de extensão rural no Rio Grande do Sul, a partir da década de 1950. Portanto, salienta-se que estes podem apresentar informações e/ou técnicas desatualizadas ou obsoletas.

1. Os documentos disponibilizados neste RI são provenientes da coleção documental da Biblioteca Eng. Agr. Bento Pires Dias, custodiadora dos acervos institucionais da Emater/RS-Ascar. Sua utilização se enquadra nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
2. É vetada a reprodução ou reutilização dos documentos disponibilizados neste RI, protegidos por direitos autorais, salvo para uso particular desde que mencionada a fonte, ou com autorização prévia da Emater/RS-Ascar, nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
3. O usuário deste RI se compromete a respeitar as presentes condições de uso, bem como a legislação em vigor, especialmente em matéria de direitos autorais. O descumprimento dessas disposições implica na aplicação das sanções e penas cabíveis previstas na Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 e no Código Penal Brasileiro.

Para outras informações entre em contato com a Biblioteca da Emater/RS-Ascar - E-mail: biblioteca@emater.tche.br

QUEIJO TIPO MINAS

Para termos um queijo de boa qualidade, devemos usar leite de animal sadio, pasteurizado, além de sempre prensar o queijo.



Ingredientes:

5 a 10 litros de leite
coelho
sal

Material:

vasilhas
faca comprida e lisa
colher e pano de tecido
bem ralo, bem limpos,
colher ou pá de
madeira.

Modo de fazer:

1. Pasteurize o leite e resfrie-o bem.
2. Após, aqueça, em banho-maria, o leite até 32°C, um pouco mais frio para mamadeira, e junte o coelho conforme indica a bula, para coalhar o leite entre 40 e 45 minutos.
3. Tape a vasilha com a tampa ou pano limpo e deixe em repouso até coalhar, sempre conservando a temperatura inicial, até o fim da elaboração do queijo.
4. Verifique se a colhada está no ponto de cortar introduzindo uma faca bem limpa. Se produzir um corte limpo, faca sem resíduo, e aparecendo soro esverdeado, está pronta.
5. Estando a massa no ponto, faça cortes com a faca até o fundo nos dois sentidos, formando pequenos quadradinhos de aproximadamente um dedo de largura. Deixe a massa parada por 5 minutos.
6. Após esse tempo, acrescente 3% de sal, mexa devagar em forma de oito, com a pá ou colher de madeira, por 20 minutos e deixe repousar por mais 5 minutos.

7. Quando a massa estiver firme, o que acontece aos 30 minutos, desde o momento do 1º corte, retire todo o soro e com o auxílio de uma espumadeira coloque a massa na forma que deve estar forrada com um pano ralo de algodão limpo.
8. Após, arrume as pontas do pano sobre a massa, cubra a forma junto à massa com uma tampa de madeira ou de lata e coloque o peso de mais ou menos 5 quilos, se o queijo for de 10 litros de leite, deixando assim por meia hora.
9. Passado este tempo, vire o queijo na forma, acerte o pano novamente e torne a colocar o peso 5 a 6 horas. Após, retire o queijo, dê mais uma prensagem de meia hora, sem pano, para acertar o queijo.
10. Retire então da forma, e passe sal do lado que fica exposto. No dia seguinte, vire o queijo e passe o sal do outro lado (2 dias de salga).
11. Terminando a salga, coloque o queijo a curar em lugar fresco e arejado, de preferência em prateleira com tela (ou com tela nas janelas da despensa), para evitar que as moscas, os ratos ou outros animais domésticos entrem em contato com o queijo.
12. Durante a cura, os queijos devem ser virados seguidamente e lavados em salmoura ou soro, quando ficarem mofados. Após 15 a 20 dias de cura, estará pronto para o consumo.

A água usada para a higiene pessoal, a limpeza do ambiente, dos materiais que irá utilizar para a elaboração do queijo, deve ser LIMPA e de BOA QUALIDADE. Com estes cuidados você estará evitando a contaminação com micróbios que prejudicam o queijo e a SAÚDE do CONSUMIDOR.

Colaboração: Coordenadoria Regional do Vale do Taquari

LEITE

O AMIGO NOSSO DE CADA DIA

Conheça as razões e a importância de consumir o leite todos os dias. O leite é um alimento saudável e que você tem com fartura.



Vamos conhecer as qualidades deste alimento, que quente, gelado, puro ou misturado sabe ser muito gostoso e nutritivo, agradando crianças, jovens, adultos e idosos.

Use somente o leite de animais limpos, vacinados e sadios!

Governo do Estado do Rio Grande do Sul
Secretaria da Agricultura e Abastecimento



AS RAZÕES POR QUE VOCÊ TEM QUE CONSUMIR LEITE TODO O DIA

O leite é o alimento mais completo de que se pode dispor, devendo ser tomado por crianças, jovens, adultos e idosos.

O leite contém todos os nutrientes essenciais à manutenção do crescimento e da vida, por ser o alimento mais importante e completo de que dispomos.



O leite fornece quase todos os nutrientes que o nosso corpo necessita para ter e conservar a saúde. Fornece principalmente proteínas, açúcar, gordura, vitaminas A, B, C e D e minerais de primeira qualidade, como cálcio e o fósforo. É, entretanto, pobre em ferro.

Estas são as razões por que você deve consumir e usar sempre o leite todos os dias. É isto mesmo, o leite, pelo seu alto valor nutritivo, é um alimento protetor da saúde e saúde é vida.

COMPARE O VALOR DO LEITE

Observe bem o quanto de alguns alimentos terá de consumir, para fornecer ao seu corpo a quantidade de cálcio que se encontra num litro de leite.



Além disto, o Cálcio do leite é melhor aproveitado pelo nosso organismo que o cálcio de outros alimentos.

Bem, agora recorde por que o leite é vantajoso para a nossa saúde:

- Ajuda a formar ossos e dentes fortes;
- é importante no crescimento das crianças;
- regula os nervos e fortalece os músculos;
- desperta o apetite e facilita a digestão;
- é uma proteção contra as doenças;
- ajuda a pessoa a tornar-se alegre e disposta para o trabalho.

LEITE

QUANTIDADE NECESSÁRIA POR DIA:

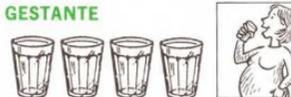
ADULTOS



CRIANÇAS



GESTANTE



NUTRIZ



Estas quantidades de leite podem ser tomadas puras, misturadas com outros alimentos ou em preparações diversas, consumidas durante o dia.

Leite Queijo Nata Manteiga Iogurte Requeijão

