

Alexandre Vargas e  
Bruno Rappel

# SOUS VIDE

MANUAL PARA COCCÃO EM  
BAIXA TEMPERATURA



# Resumo de Sous Vide. Manual Para Cocção em Baixa Temperatura

O livro trata das técnicas do Sous Vide para a cocção dos alimentos em baixa temperatura (CBT). Enriquecida com fotos excelentes e ilustrativas, a obra, inédita no Brasil, explicita, de forma didática, a execução de diversas receitas da culinária brasileira por meio dessa técnica.

Os autores, com base em vasta experiência profissional iniciam o livro pela apresentação e descrição dos equipamentos e recipientes necessários para a utilização da técnica, enfatizam a importância dos cuidados com a segurança alimentar (normas e legislação brasileira) até chegar às estratégias de cocção e resfriamento dos mais diversos alimentos.

A ideia básica deste manual é mostrar que a cocção de alimentos em baixa temperatura colabora com o resultado final dos pratos, evidenciando toda a versatilidade do emprego da CBT.

Ao detalhar as características da técnica, os autores demonstram a utilidade dela, tanto em restaurantes estrelados, como no dia a dia de todos os cozinheiros.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)