

## Ramo Lobinho

# Mr e Miss Sanduíche

### Informações

- **Local:** Cozinha e/ou sala de jantar.
- **Participantes:** Crianças, irmãos mais velhos e pais.
- **Área de desenvolvimento:** Físico

### Material

- Os produtos para fazer os sanduiches escolhidos.
- Guardanapo, pratinhos plásticos, copos plásticos.

### Explicação sobre o tema

O sanduíche (do inglês sandwich), também popularmente chamado de sanduba (português brasileiro) ou sandes (português europeu), é um tipo de alimento que consiste em duas fatias de um pão inteiro, entre as quais é colocada carne, queijo ou outro tipo de alimento. Os sanduíches são, habitualmente, consumidos ao lanche ou como uma refeição rápida, durante o almoço ou o jantar.

Fonte: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Sandu%C3%ADche>

De uma forma divertida e deliciosa, a proposta dessa atividade é fortalecer a interação entre as crianças e suas famílias, realizando um concurso para escolher o sanduíche mais gostoso e o mais criativo. Também é uma oportunidade para que as crianças aprendam a preparar alimentos utilizando regras básicas de higiene, compreendendo a importância de uma alimentação sadia e equilibrada, inclusive se esforçando para comer todos os tipos de alimentos.

### Antes de começar

Em primeiro lugar todos devem reunir-se e, com o apoio dos pais ou irmãos mais velhos, conversar sobre os tipos de sanduiches e verificar os gêneros que são necessários.

### Descrição da atividade

A atividade é uma festa gastronômica, onde os pratos e os cozinheiros procurarão vestir-se de maneira que a roupa tenha alguma relação com o sanduiche. Podem, por exemplo, fazer um sanduiche em forma de peixe (conforme figura) e o cozinheiro estar de pescador. (Chapéu de palha, vara de pescar, balaio, etc.). Dado o início cada participante montará, dentro de um tempo definido, o seu sanduíche. Os pais ou irmãos mais velhos devem supervisionar no caso de necessidade de tostar, fritar ou esquentar alguma coisa.



Uma vez pronto, deverão apresentar suas obras, falando o nome do sanduíche, quais foram os ingredientes utilizados, como foi feito, em que foi inspirado, etc. Caso decidam, pode-se fazer uma segunda ou terceira rodada, com as crianças fazendo um sanduíche diferente do primeiro. Para finalizar a atividade deverá ser feita, por votação de todos, a escolha dos sanduíches mais gostoso e o mais criativo.

### Informações adicionais

#### A HISTÓRIA DO SANDUICHE

A ideia de colocar algum recheio no pão é bem antiga. Antes de Cristo, nos antigos rituais de Pessacha (a Páscoa Judaica), já se fazia uma mistura de pão com alguns tipos de embutidos. Em inúmeras culturas, come-se massa misturada com alguma coisa. O próprio formato do pão é adequado para isso. Apesar do costume ancestral, a fama - e o nome - do sanduíche vieram em 1762, com o inglês John Montagu, 4º Conde de Sandwich, uma vila da Inglaterra. Conforme o historiador Edward Gibbon, o conde comia fatias de pão com salame para não precisar interromper as partidas de uíste, jogo de cartas popular entre os britânicos. Um dos parceiros de carteador do conde, James Cook, deu o nome de Sandwich a ilhas do Oceano Pacífico descobertas por ele em 1778; hoje, tais ilhas são chamadas de Havai. Também existem, no Oceano Atlântico, a sudeste da América do Sul, as desabitadas ilhas Sanduíches do Sul. Daí em diante, o sanduíche, nas suas mais diversas formas, se popularizou internacionalmente, especialmente em países como Inglaterra, Países Baixos, Alemanha, Itália (bruschetta, tramezzino, panino), Estados Unidos (cachorro-quente, hambúrguer). Os sanduíches beirute, americano, cheeseburger e outros sanduíches ganharam os cardápios das lanchonetes a partir do século XIX. Com a Revolução Industrial houve popularização dos almoços rápidos para trabalhadores das cidades grandes. Com as jornadas de trabalho cada vez mais extensas, o sanduíche passou a ser uma opção mais prática. Desde então, a variedade de sanduíches aumentou. O hambúrguer, a receita mais famosa de todas, popularizou-se nos Estados Unidos no final do século XIX, provavelmente levado por imigrantes alemães, e ganhou o mundo em meados do século XX, com o surgimento das grandes redes mundiais de fast-food. A partir dessa fórmula básica, surgiram variações e o sanduíche ganhou apelidos diferentes, de acordo com o recheio.

#### ALGUMAS RECEITAS DE SANDUÍCHES E SEUS INGREDIENTES PRINCIPAIS

##### Americano



**INGREDIENTES:** pão francês, queijo, presunto, ovo frito, alface e tomate

**CALORIAS:** 418

Nos anos 1940, os donos da lanchonete Salada Paulista, em São Paulo, aprimoraram o misto-quente (criado por lá mais ou menos na mesma época), acrescentando-lhe alface, ovo e bacon. Brasileiríssimo, o sanduíche "americano" ganhou esse nome em homenagem à dupla ovo e bacon, popular nos Estados Unidos. Com o tempo, o bacon deixou de fazer parte da receita.



## Bauru



INGREDIENTES: pão francês, queijo, rosbife e tomate

CALORIAS: 252

O estudante Casimiro Pinto Neto, de Bauru, no interior de São Paulo, frequentava a lanchonete Ponto Chic, no Centro de São Paulo. Um dia, no ano de 1939, pediu, ao cozinheiro, que preparasse um sanduíche com os ingredientes da receita original, que leva: rosbife, pão francês, fatias de tomate, pickles e queijo derretido. A combinação acabou sendo batizada com o nome da cidade do "inventor".

## Cheeseburger



INGREDIENTES: pão, hambúrguer, queijo

CALORIAS: 289

Apesar de alguns americanos terem vendido pães recheados com hambúrgueres e queijo na década de 1920, Louis Ballast, dono da lanchonete Humpty Dumpty, em Denver, no estado do Colorado, nos Estados Unidos, registrou a patente do cheeseburger em 1935. No Brasil, em um tipo de simplificação, a palavra "cheese", que se refere ao queijo, foi popularmente transformado em "X", resultando que o sanduíche é chamado muitas vezes de X-burguer.

## Beirute



INGREDIENTES: pão sírio, rosbife, queijo, alface, tomate, ovo frito

CALORIAS: 304

O verdadeiro inventor é desconhecido, mas há algumas pistas sobre a origem do sanduíche. O pão especial, também chamado de pão sírio, foi trazido para São Paulo no início do século XX pelos imigrantes árabes. A partir de então, o sanduíche feito com o pão achatado ganhou esse nome dos paulistanos em homenagem aos nativos da capital libanesa.

Fonte: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Sandu%C3%ADche>



## Considerações

Essa ficha de atividade foi desenvolvida por: Amaro Koneski Filho

Em caso de dúvidas entre em contato pelo e-mail [programa@escoteiros.org.br](mailto:programa@escoteiros.org.br).

Ficha publicada em 02/04/2020.

