



Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Dieses Dokument wurde als kostenloses Lern- und Lehrmaterial (Open Educational Resource) erstellt und unterliegt der Lizenz „Namensnennung – Nicht kommerziell – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International“. Eine Kopie dieser Lizenz finden Sie unter: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>





CONFERÊNCIA DE DISSEMINAÇÃO

Multiplier Event (ME 5) – Lisbon Conference

08 de junho de 2026





Objetivos da Disseminação

DIVULGAR

Plataforma de Aprendizagem Digital para a Educação de Culinária Vegan em Língua Gestual

Digital Learning Platform for Vegan Culinary Education in Sign Language

Currículo de Educação Culinária Vegan em Língua Gestual

Vegan Culinary Education Curriculum for the Hearing Impaired

Materiais de Ensino à Distância para Culinária Vegan com Língua Gestual.

Distance Learning Materials for the Vegan Culinary with Sign Language

Receitas de Culinária Vegan de diferentes Países

Vegan Recipes from Different Countries



A Motivação para o Projeto

Contribuir para a **remoção de barreiras** para pessoas Surdas e com deficiência auditiva que desejam se tornar cozinheiros / chefs, que receberam formação profissional na área de culinária vegana ou que trabalham profissionalmente, mas também para todos aqueles que querem aprimorar suas habilidades ou competências profissionais e pessoais na execução de refeições vegan.



Os Outputs

No âmbito do projeto foi:

- Criada uma **plataforma digital**, em língua gestual, para pessoas Surdas e com deficiência auditiva que desejam se aprimorar na área da culinária vegana.
- Desenvolvido um **programa de aprendizagem** inédito em Portugal e na Europa, incluindo os fundamentos da culinária vegana, técnicas e receitas veganas de diferentes países.
- Preparados **materiais de ensino a distância em língua gestual** para o programa de aprendizagem.
- Disponibilizadas, em vídeo, diversas **receitas veganas** de diferentes países europeus.

Todos os resultados serão **disponibilizados, gratuitamente (acesso aberto) e sem qualquer registo (cadastro), a qualquer pessoa interessada** por meio da plataforma online – **www.deafchefs-vegan.com** – contribuindo positivamente para a formação profissional de pessoas Surdas e com deficiência auditiva, sua transição para o mercado de trabalho e para a redução das desigualdades de acesso de adultos à formação profissional.



Os Objetivos do Projeto

<https://www.deafchefs-vegan.com/objectives.html>

a. Promover a inclusão e diversidade em todas as áreas da educação / formação e treino

- Aumentar a **inclusão e a acessibilidade dos sistemas de educação online e a distância**.
- Oferecer **oportunidades de treinamento vocacional inclusivas e acessíveis**, através de uma plataforma de aprendizagem, em código aberto (*open source*) e recursos educacionais abertos, para pessoas Surdas e com deficiência auditiva, independente de tempo e lugar.
- **Desenvolver qualitativamente programas de educação e treinamento vocacional** para promover igualdade e acessibilidade e atender às necessidades de grupos específicos.
- Facilitando e **incentivando a participação de pessoas Surdas e com deficiência auditiva na aprendizagem**.



Os Objetivos do Projeto

<https://www.deafchefs-vegan.com/objectives.html>

b. Adaptar a educação e o treinamento vocacional às necessidades do mercado de trabalho

- Renovação e **desenvolvimento de currículos de formação profissional** na área da culinária de acordo com as expectativas do setor e das pessoas.
- **Criação de programas curriculares** que contribuam para **transições verdes e digitais**.
- Desenvolvimento de programas de educação e treinamento vocacional que criem oportunidades de aprendizagem baseada no trabalho para pessoas Surdas e com deficiência auditiva.
- Adquirir habilidades que **facilitem que pessoas Surdas e com deficiência auditiva encontrem trabalho**.



Os Objetivos do Projeto

<https://www.deafchefs-vegan.com/objectives.html>

c. Meio ambiente e combate às mudanças climáticas

- Criação de futuros **programas curriculares relacionados à alimentação sustentável** que possam atender às necessidades da humanidade.
- Contribuindo para o **desenvolvimento de políticas alimentares sustentáveis**.
- Redução da pegada de carbono na produção e consumo de alimentos.
- Desenvolver as competências dos cozinheiros relacionadas a alimentos sustentáveis.
- Criar **mudanças comportamentais positivas nos hábitos de consumo e nutrição**.
- Redução do gás metano, especialmente devido à criação de gado.
- ...



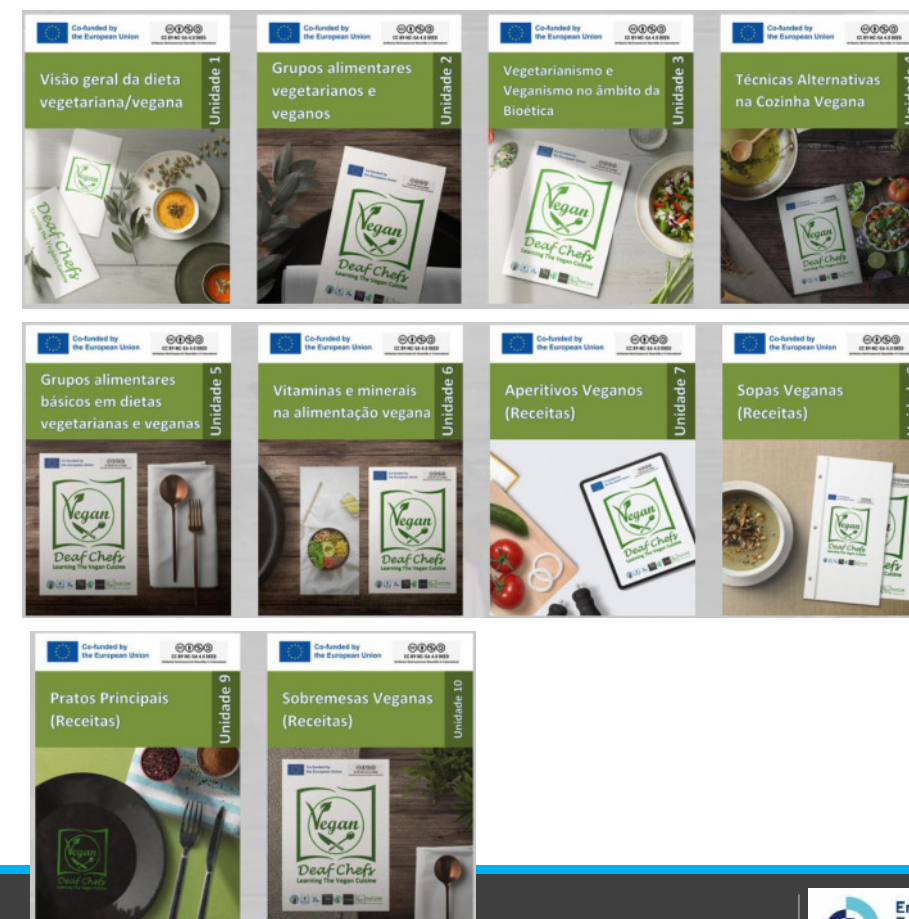
Deaf Chefs
Learning The Vegan Cuisine

Programa de Aprendizagem

CURRICULOS

10 unidades curriculares

<https://www.deafchefs-vegan.com/portuguese-curriculum.html>





Programa de Aprendizagem

CURRICULOS

Co-funded by the European Union

CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Pratos Principais (Receitas)

Unidade 9

Co-funded by the European Union

UNIDADE 9 - Receita 14

Couve-flor panada e salada de batatas

Para 2 pessoas
Quantidade / ingredientes
400g de couve-flor fresca (fritas - aproximadamente 2 cm de espessura)
100 ml de óleo vegetal
Temperos:
100g de pão seco para 1-2 colheres de sopa em farinha
100 ml de leite de coco sem açúcar
150 ml de óleo vegetal
1 pitada de sal
1 pitada de molho de soja
1 limão (suco) para molho
Salada de batatas:
400g de batatas cruas
50g de cenouras
40g de vagem
40g de alho
200 ml de caldo de legumes
30g de mostarda média picante
Sal pimenta
Quartinho de azeite

Preparação
• Cortar as batatas com cerca de 40-50 minutos até ficarem macias, descoar e cortar em fatias finas. Temperar com caldo de legumes quente, vinagre, óleo, sal pimenta e mostarda. Descascar e picar finamente as cebolas, refogar rapidamente em óleo até ficarem translúcidas, adicionar as batatas e misturar tudo.
• Cortar a couve-flor cruas em fatias de 2 cm de espessura da parte mais grossa. Misturar os pedaços de couve-flor com suco de limão, sal e um pouco de molho de soja. Misturar o leite de coco com a farinha, colocar as fatias de couve-flor e passá-las por pão molhado picado dos dois lados.
• Fritar as fatias passadas numa frigideira com óleo vegetal quente até ficarem douradas e, em seguida, cozinhar no forno a 120 °C por 10-15 minutos.
• Servir e polvilhar a salada de batata com cebolada picada no topo.

Co-funded by the European Union

UNIDADE 9 - Receita 15

Lasanha vegana ao forno

Para 2-4 pessoas
Quantidade / ingredientes
Uso: 400 g de farinha de trigo
8 substitutos veganos para ovos
6 colheres de sopa de óleo
Água - conforme necessário
Recheio:
800 g de cenoura
30 ml de óleo
100 g de cogumelos
3 dentes de alho
60 g de grão de trigo
200 ml de vinho
200 ml de água
180 ml de leite de amêndoa ou de coco
300 g de espinafre fresco
1-2 substitutos veganos para ovos
Temperos:
queijo vegano ralado para gratinar
Sal/pimenta, ervas aromáticas

Preparação
• Massa: Amassar os ingredientes até obter uma massa elástica e estendê-la com um rolo em duas partes. Cortar em pedacos.
• Recheio: Descascar e picar finamente as cebolas, fritar em óleo até ficarem douradas. Pôr os cogumelos, descoar os dentes de alho e fritar com as cebolas.
• Misturar o vinho, a água e o leite de amêndoa com o fogo baixo e deixar ferver.
• Levar o recheio prontamente os espinafres e adicionar com o substituto do ovo. Temperar com sal pimenta e ervas aromáticas.
• Colocar o molho numa travessa, depois uma camada de massa, depois outra camada de molho com cogumelos e espinafres - repetir os camadas, e finalizar com molho e queijo vegano ralado por cima.
• Assar no forno a 180 °C por 30-40 minutos.

Co-funded by the European Union

UNIDADE 9 - Receita 16

Roulade Vegano

Para 2 pessoas
Quantidade / ingredientes
250 g de preparado de seif (carne de grão)
175 ml de caldo de legumes
50 ml de suco de beterraba
2 colheres de sopa de molho de soja
250 g de feijão preto
1 colher de chá de mostarda picante média
2 colheres de chá de alho em pó
50g de cebolas, em tiras
1 colher de chá de sal
40 ml de óleo de colza
Molho:
240g de bacon vegano (alternativamente: seio seco com paprica fumada)
240g de peixe
2 g de mostarda
40 g de cheddar

Preparação:
• Colocar todos os ingredientes, exceto o seif, num liquidificador. Em seguida, amassar numa tigela com o seif. Continuar a dobrar o seif para dentro para criar tensão e deixar repousar durante 30 minutos.
• Molhar 6 pedaços achatados. Em seguida, estender com um rolo. Pincelar as rolas individualmente com mostarda, cozinhar as tiras de cebola no vapor e colocá-las sobre os rolos, cobrir com fatias de bacon vegano e enrolar. Prender com palitos.
• Cozinhar no vapor por 30-40 minutos e, em seguida, fritar numa frigideira.
• Em seguida, preparar o molho vegano e refogar no forno por 60 minutos.
• Servir com purê de batata.

Co-funded by the European Union

UNIDADE 9 - Receita 24

Batatas Tagine e Limão Confeitado

Para 2 pessoas
Quantidade / ingredientes
200g de Batatas
200g de Cebolas
200g de Tomates
150g de Azeitonas verdes
60g de Limão confeitado (pronto a usar)
2 dentes de Alho
5g de Pimenta
5g de Açúcar-de-linha
2g de Sal
5g de Gengibre
0,5g de Açafrão
40g de Azeite
40g de Salsa
40g de Coentro

Preparação:
• Primeiro lavar e descascar as batatas e, em seguida, cortá-las em pedaços grandes.
• Num recipiente colocar azeite, alho e os pedaços de batata e misturar bem até que os temperos se misturem bem.
• Cortar os tomates e as cebolas em rodelas.
• Colocar na região os rodelas de cebola, depois os rodelas de tomate, depois as batatas e os temperos, o azeite, as azeitonas verdes e o limão confeitado por cima, finalmente a salsa e os coentros, depois colocar em lume médio durante 50 minutos.



Plataforma de Aprendizagem

TREINO ONLINE



Co-funded by
the European Union

LAR SOBRE O PROJETO IMPLEMENTAÇÃO **TREINAMENTO ONLINE**

www.deafchefs-vegan.com

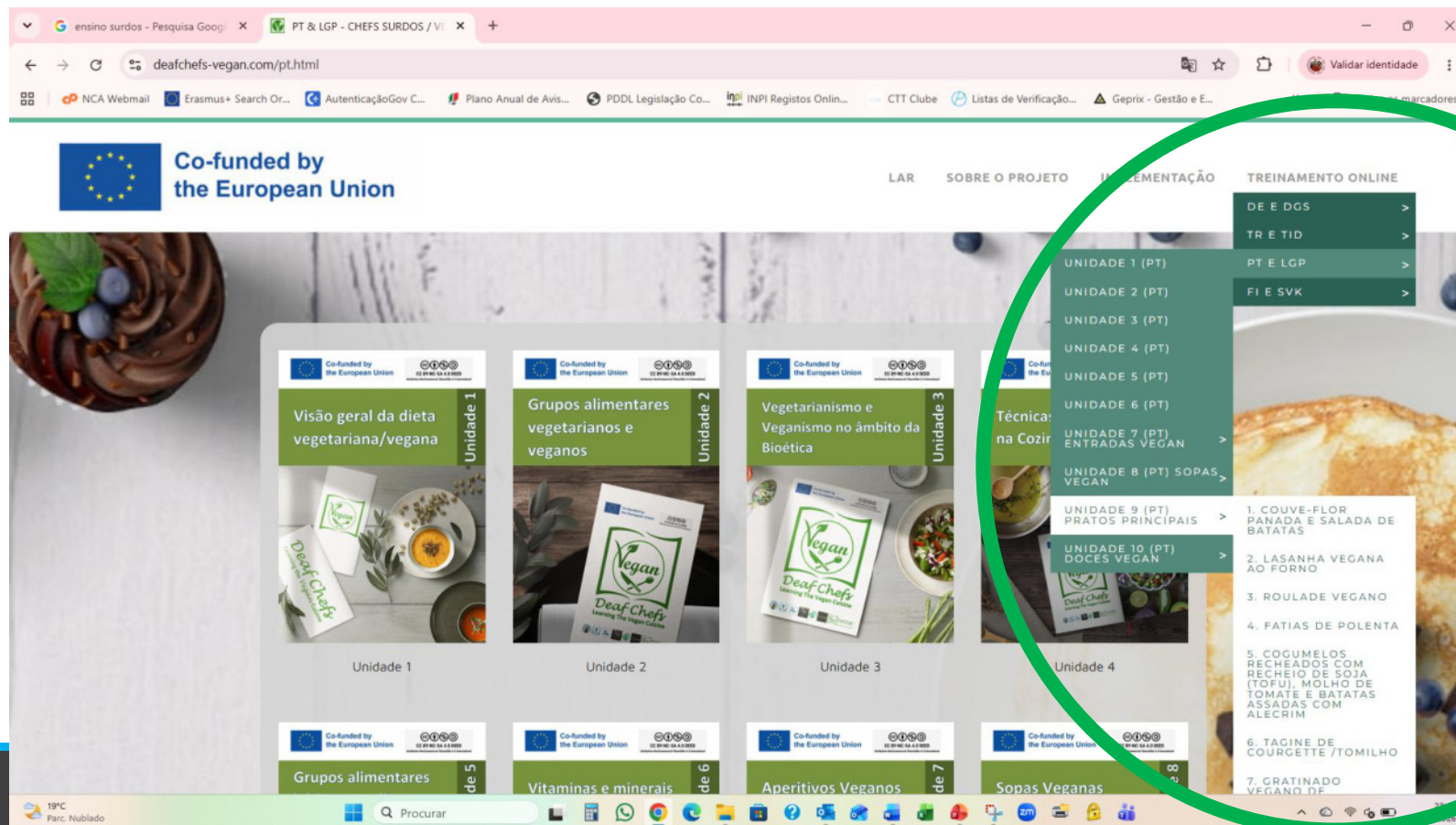




Learning The Vegan Cuisine

Plataforma de Aprendizagem

TREINO ONLINE



10

unidades curriculares

+

dezenas de receitas
vegan, em vídeo para
apoio na sua confeção

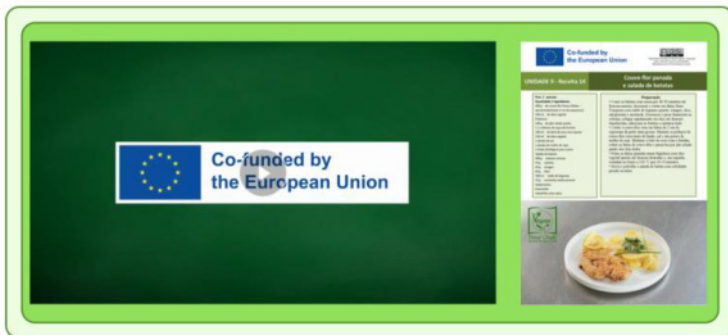


Plataforma de Aprendizagem

TREINO ONLINE

Couve-flor panada e salada de batatas

Clique no vídeo para assisti-lo ou no PDF para ver a receita.



Couve-flor panada e salada de batatas

Clique no vídeo para assisti-lo ou no PDF para ver a receita.



Couve-flor panada e salada de batatas

Clique no vídeo para assisti-lo ou no PDF para ver a receita.



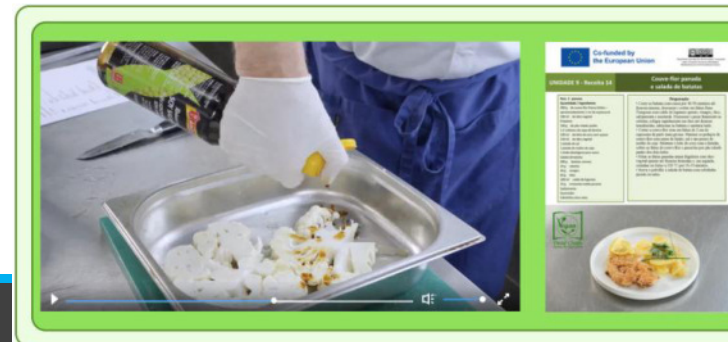
Couve-flor panada e salada de batatas

Clique no vídeo para assisti-lo ou no PDF para ver a receita.



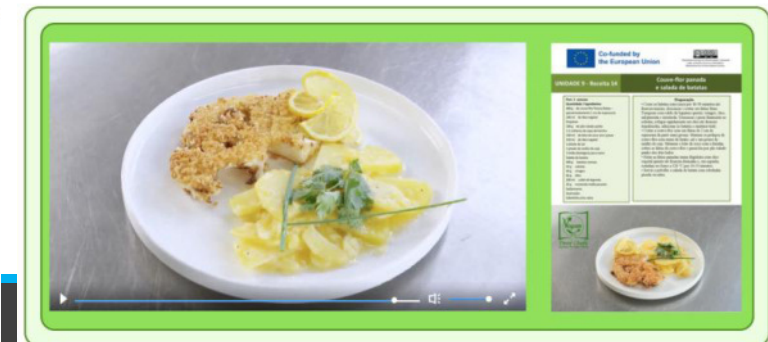
Couve-flor panada e salada de batatas

Clique no vídeo para assisti-lo ou no PDF para ver a receita.



Couve-flor panada e salada de batatas

Clique no vídeo para assisti-lo ou no PDF para ver a receita.



Outra Plataforma de Aprendizagem



Co-funded by
the European Union

LAR

SOBRE O PROJETO

IMPLEMENTAÇÃO

TREINAMENTO ONLINE

CONTATO

DICIONÁRIO VSL

Deaf Chefs Learning World Cuisine

www.silentchefs.org





PERGUNTAS / ESCLARECIMENTOS



Breve Questionário de Avaliação do Evento

Deaf Chefs Learning the Vegan Cuisine

2024-1-DE02-KA220-VET-000254897

Multiplier Event (ME 5) / Lisbon Conference

CONFERÊNCIA DE DISSEMINAÇÃO

08 de junho de 2026

Centro de Educação e Desenvolvimento Jacob Rodrigues Pereira – Casa Pia de Lisboa
Rua D. Francisco de Almeida, n.º 1, 1440-117 Lisboa

* Indica uma pergunta obrigatória



Google Forms



Co-funded by
the European Union



<https://forms.gle/rhczye1RNkCD1j9u9>



<https://forms.gle/rhczye1RNkCD1j9u9>



NCA

NAVEGADORES
CONSULTORES
ASSOCIADOS



Co-funded by
the European Union

2024-1-DE02-KA220-VET-000254897



Obrigado pela Atenção



Sejam Felizes

