

EDIÇÃO 1, NOVEMBRO DE 2015

# PEQUI

REVISTA DE  
GASTRONOMIA  
E CULTURA

## TEMPEROS DO IMPÉRIO: BANQUETE PERSA EM TERRAS TUPIS

PAG. 28



BARROCO: TRADIÇÕES E MISTÉRIOS.  
AS MELHORES COXINHAS DE OURO PRETO.  
PAG. 10

RELATOS DE UM CHEF SOBRE AS  
PECULIARIDADES DA GASTRONOMIA.  
PAG.20

**PEQUI**  
**EXPEDIENTE**

A revista Pequi é um projeto experimental de graduação realizado em 2015-2, como trabalho de conclusão do curso de Comunicação Social - Jornalismo da Universidade Federal de Viçosa.

EDITORA

Ana Luisa Moreira

DIAGRAMAÇÃO - FOTOGRAFIA  
PRODUÇÃO - REPORTAGEM - ARTE

Ana Luisa Moreira

REVISÃO

Ana Luisa Moreira

Lucimar Dias

ORIENTAÇÃO

Ernane Rabelo

FOTOGRAFIA DA CAPA

Ana Luisa Moreira

FOTOGRAFIAS - Páginas: 3; 4-5; 6-7; 8-9; 10-11; 14-15; 18-19; 20-21; 25; 26-27; 29; 32-33; 38-39; 40-41; 42-43; 45; 47; 49. - Ana Luisa Moreira / ILUSTRAÇÃO - Página 12 - Everton Castro / FOTOS ILUSTRATIVAS - Páginas 16-17 - imagem para imprensa - Páginas 22 - 23; 30 - 31 - imagem Pixabay - Páginas 36 - 37 - imagem Freepic







“O Garancho se regalava com os pequis, relando devagar nos dentes aquela polpa enjoada. Aceitei não, daquilo não provo! Por demais distraído que sou, sempre receei dar nos espinhos, craváveis na língua”

Guimarães Rosa, Grande sertão veredas. pg. 184.



## CARTA AO LEITOR

Venha, prove um pouco, em algumas páginas o embriagante pecado da gula será derramado.

Um dos trabalhos do jornalista é conduzir seus leitores por entre linhas que o cativem, comovam e levem a um novo horizonte. Essa não é uma tarefa fácil, transformar as sensações, sentimentos, características e falas de um personagem em um texto que reduza a vida dessas pessoas a algumas páginas de revista, é um esforço constante. Por entre as páginas da Revista Pequi o leitor irá encontrar histórias sobre um universo pouco explorado no ramo do jornalismo literário: a gastronomia.

Nesta primeira edição o leitor perceberá como a identidade de um povo está intimamente ligada à gastronomia, e os legados e tradições que se formam em volta da comida. Uma das propostas é mostrar o quanto a gastronomia deve ser preservada, afinal somos feitos de memórias e é necessário o desenvolvimento de uma cultura que preserve as lembranças de qualquer sociedade.

Nos dias de hoje podemos ver que gastronomia é abordada das mais diferentes formas, os programas culinários televisivos não tratam somente da preparação de receitas, muitos abordam a cultura, mostrando ao público a comida típica de cada país, assim como outros aspectos da sociedade local. A Revista Pequi procura transmitir em palavras essas características socioculturais e nas páginas dessa revista você encontrará novos prazeres gastronômicos como: o da fome pela história, fotografia e cultura.

Assim, delicie-se.

# M

# enu

## **PAPO DE BOTECO**

10 - Barroco entre tradições e mistérios

## **VIAS CINEMATOGRAFICAS**

16 - Estômago: retratos do cotidiano

## **QUESTÕES MUNDIAIS**

18 - Refúgio gastronômico

## **PAPO DE COZINHA**

20 - Relatos de um chef sobre as peculiaridades da gastronomia

## **ALAMEDA CULTURAL**

28 - Temperos do Império: banquete persa em terras tupis

## **VIAS LITERÁRIAS**

34 - Mesa Voadora: um voo pelos pilares da gastronomia

## **ALUCINAÇÕES GASTRONÔMICAS**

36 - Munchies: para matar a larica gastronômica

## **VIAS NARRATIVAS**

38 - Colorido paladar

40 - Nobre sinfonia

42 - Minas de sabores

## **ÁGUA NA BOCA**

44 - Fotonarrativas





# BARROCO, MISTÉRIOS E TRADIÇÕES

Um homem moreno de meia-idade entrou no bar, havia dez minutos que o gerente da casa abriu o portão verde escuro que protege o local. Naquela segunda-feira de inverno começou a esquentar na cidade de Ouro Preto, depois de uma manhã nublada e fria. O tempo na antiga capital de Minas Gerais pode mudar de uma hora pra outra, alguns acreditam que fenômenos sobrenaturais rondam o local cercado por montanhas e verdes matas.


Dizem que tudo que acontece ali é efeito do peso que a cidade carrega, por ter sido muito explorada na corrida pelo ouro, pelos escravos maltratados e mortos, pela fome que assombrou a vila em 1700, pela grande quantidade de igrejas com ouro retirado dessa terra e construídas por negros, pelos inconfidentes enforcados e pela cabeça de Tiradentes exposta no meio da praça. Grande parte das setenta mil pessoas que moram ali crê que os espíritos cercam as casas históricas e as transformam em um clima pesado e estranho.

Este misticismo deixa a cidade ainda mais linda e interessante, por isso é visitada por pessoas do mundo inteiro. Entrar em Ouro Preto é visitar o passado, andando por suas ruas de pedra, casas pintadas de branco, antigas minas desativadas, museus e igrejas monumentais. Entre as nove igrejas principais, a de São Francisco de Assis é a mais procurada, sendo uma das muitas projetadas por Aleijadinho, com seu estilo Barroco misturado a elementos do Rococó, pedra sabão e ouro em todos os cantos. Os anjos pintados no teto não sorriem, diz a lenda que Aleijadinho os pintou assim porque os negros não poderiam frequentar o local. As particularidades históricas, que a cidade possui a deixam mais charmosa.

Na tarde do dia 17 de agosto, o dia resolveu sorrir e abrir o sol sobre a cidade. “Uma Serra Malte, por favor!”, este foi o desejo do homem moreno com poucos cabelos e olhos cansados (talvez de um dia de trabalho pesado). Marcelo é um freguês das antigas, cerca de umas três vezes por semana, desde 1999, frequenta o bar, pendura a conta e tropeça de volta pra casa.

É tão íntimo do bar que não precisa que alguém o sirva. Entra por trás do balcão, abre o freezer, pega uma cerveja e um copo. Comumente se senta em uma mesa no canto, perto de uma das grandes janelas de madeira antiga, todas pintadas de verde, contrastando com os desenhos e assinaturas nas paredes. Permanece ali por algumas horas com os olhos cravados na rua ou dialogando com uma mulher baixinha atrás do balcão.

Ana tem a pele morena, sorriso simpático, olhar meio desconfiado. Usa vestes brancas e uma touca prendendo o negro cabelo. Faz oito anos que ela trabalha na cozinha do local, preparando deliciosos pasteis de queijo, daqueles que você morde, o vapor esquentando o rosto e o queijo derretido escorre para dentro da boca, misturando com os pedaços da massa crocante, excelentes para acompanhar a cerveja gelada que os clientes tanto prezam.



Ainda não havia mais nenhuma clientela no bar, mas as preparações já estavam sendo feitas. Se um freguês chegasse, os salgados deveriam estar frescos e quentes. O gerente Ronaldo, um homem aparentemente sério, andava de um lado para o outro atrás do balcão, analisando se estava tudo em ordem. Vestia uma blusa polo verde, que contrastava com sua pele escura e era a cor predominante no bar (talvez fosse um uniforme). Às vezes ele parava e conversava um pouco com o único cliente do momento, depois ia para a cozinha novamente. Ele trabalha ali há trinta anos, quase metade de sua vida.

Quarenta minutos depois de abrir o bar, uma mulher entra com três tabuleiros brancos, entrega para Ronaldo, que retira doze pequenos salgados, mergulha em uma grande panela com óleo limpo e fervente. Dez minutos depois ele os coloca dentro da estufa térmica.

\*

O Bar Barroco é famoso por sua coxinha de frango desde 1982. Apesar do quitute existir antes da criação do bar, não era conhecido e apreciado pelos estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto, nem pelos turistas da cidade. Contudo, seis meses depois de Antônio Maurício Maciel decidir comprar um ponto comercial e fundar o Barroco na Rua Direita, umas das principais ruas descendo a famosa Praça Tiradentes, no centro histórico da cidade, elas se tornaram procuradas por todos que passavam por ali.

O movimento pela Rua Direita é constante, o que favorece o comércio. Diariamente passam estudantes, moradores nativos, turistas. Pessoas de todos os tipos descem e sobem a ladeira que liga parte da cidade com sua principal praça. Os carros circulam em velocidade mínima para não atropelar aqueles que não conseguem andar nas estreitas calçadas, assim é em toda a cidade. Em algumas ruelas ninguém sabe explicar como passam dois automóveis ao mesmo tempo. No carnaval as pessoas tomam conta das ruas e os comerciantes da Rua Direita vão à loucura. Claro que, o prato do dia de folia não poderia deixar de ser a coxinha. Se for do Barroco, duas, por favor.

A coxinha é um salgado 100% brasileiro, criada no decorrer da industrialização de São Paulo, no século XIX, como substituto mais barato e durável da coxa de galinha. É habitualmente produzida com massa de batata e recheada com carne de frango. O carro chefe do bar faz jus à tradição. Quase duzentos gramas de felicidade, envoltos por uma fina camada de massa, recheada por pedaços de coxa e sobrecoxa desfiados, pimentão, tomate, cebola, salsa e alguns ingredientes misteriosos. Sabor suave, levemente temperado. Por fora, dourada e crocante, por dentro úmida e quente. Combinação de texturas e sabores perfeitos na boca.

A tradicional comida de boteco, amada pelos brasileiros, possui uma atípica diferença em uma de suas versões: um pedaço de osso na ponta, o motivo ninguém sabe, mas ela é a preferida por aqueles passam por ali. Talvez acentue o sabor do frango, talvez queira lembrar uma tradicional coxa de galinha ou simplesmente ter um charme a mais. **Aviso:** cuidado para não morder o osso! Já a versão sem o osso, leva junto com recheio o requeijão, mas não deixa de ser saborosa e consumida a qualquer hora do dia.

# Antônio,

ou Toninho como é chamado por amigos e familiares, é um homem de meia-idade, no auge dos seus 62 anos, dos quais 32 passou vendendo coxinhas. O rosto ligeiramente arredondado é camuflado por sua barba preta e alguns pelos brancos. Seus cabelos com alguns fios esbranquiçados só ocupam as laterais de sua cabeça, deixando uma lustrosa careca aparecer. Quem olhar nos seus olhos vai saber que encontrou uma pessoa com carisma, que leva sempre um sorriso no rosto, do tipo que tenta ver o lado bom da vida. Os amigos adoram sua companhia e os clientes estão sempre ali a sua volta. Sua naturalidade, interesse em conversar e conhecer as pessoas cativa um público fiel e grande.

“ Quando meu viver está oco  
eu corro pro Bar Barroco  
Deixo da correria da vida,  
entrego-me ao deleite,  
esqueço o sufoco.  
(Escritura na parede) ”



\*

Foi em um sábado, 24 de outubro de 1953, que Dona Rosa Maciel começou a sentir as fortes contrações em sua barriga e deu a luz ao Toninho na cidade de Porto Firme. O pequeno município, localizado na Zona da Mata em Minas Gerais, é conhecido por sua produção de cachaça. Mas, naquela época, o segundo filho de Rosa não fazia ideia do que era este destilado obtido do caldo da cana-de-açúcar. Foi aos dezoito anos que o dono de um dos bares mais famosos de Ouro Preto, experimentou sua primeira cerveja, em um dos poucos botecos que existia na região. Foi também com esta idade que ele desejou começar a vida em uma cidade grande.

Em 1971, mudou-se para a cidade de São Paulo, fez cursos e trabalhou em uma metalúrgica, estabelecendo-se na grande metrópole por dez anos. Em 1981, as greves do sindicato de metalúrgicos eclodiram e Antônio decidiu voltar para o interior de Minas Gerais. Foi para Ouro Preto, por convite de sua mãe que se mudou para lá e o incentivava a trabalhar com comércio na cidade.

A oportunidade surgiu quando um senhor chamado Gregório, dono de uma loja de tecidos e de um bar, decidiu vender o ponto do boteco, pois não conseguia mais mexer com os dois tipos de negócio. Apesar de todos acharem uma loucura abrir um bar, Antônio sentiu que era um bom investimento. Assim, pegou todas suas economias, equivalente a duzentos mil reais, para alugar o imóvel por cinco anos.

Nos primeiros meses o movimento era ruim, os estudantes não costumavam frequentar o bar, porque o antigo dono fechava cedo e eles buscavam algo noturno. Ao assumir o Bar e Lanchonete Ideal, assim chamado antes de se tornar Barroco, Antônio começou a fechar mais tarde e os estudantes passaram a se interessar pelo local, passavam por ali quando iam para suas repúblicas ou quando queriam reunir os amigos em um local diferente.

O local era bom, em seis meses começou a lotar, e o nome mudou oficialmente para Bar Barroco, ou informalmente chamado de “Bar das Coxinhas”. Quando estava lotado as pessoas ficavam na rua tomando suas bebidas e conversando com os amigos. Em poucos meses Toninho pagou suas dívidas, comprou sua casa própria e se tornou tão famoso quanto às coxinhas ali vendidas.

\*

Antes de começar a trabalhar no Barroco, Dona Geralda produzia seus requisitados quitutes para restaurantes e outros bares, depois que Antônio comprou o bar passou a trabalhar só para ele. Quando o bar começou a ganhar fama, as cento e cinquenta coxinhas que produzia, diariamente, em um período de oito horas de trabalho, não eram mais suficientes. Desmontar dois frangos inteiros não dava mais para a produção, precisava agora de uma média de quinze galinhas por dia.

Como Geralda é uma pessoa metódica, teimava com Antônio em não usar cortes de frango congelados. Somente dois anos depois concordou em usar a coxa e a sobrecoxa. As duas são a parte mais saborosa e úmida do frango, o que deixou a coxinha ainda mais apetitosa. Uma receita tradicional para a produção de cinquenta coxinhas leva para massa: 2 litros de água; 1 kg de farinha de trigo peneirada; 2 caldos de galinha; 1 colher de

margarina; 1 colher rasa de sal; 1 colher de colorífico. E para o recheio é simples, o frango desfiado quase sempre temperado com cebola e salsa, fica a gosto de quem estiver preparando colocar outros ingredientes.

A receita de Dona Geralda tem ingredientes secretos que ela só revela para algumas pessoas, assim sua coxinha continua única. Como precisava de ajuda na produção, ensinou sua neta e a mãe de Antônio, dona Rosa, a preparar o salgado.

Em dias com muito movimento, como nas quintas, sextas e sábados, o número de coxinhas vendidas chega a 400, e a média por semana é 250 por dia. Elas são vendidas a três reais a unidade, o que gera um lucro de aproximadamente 18 mil reais por mês só de coxinhas.

\*

Antônio não previa que o bar ficasse aberto por mais de cinco anos. Acostumado a tirar férias, a vida de um comerciante não é nada fácil, precisa ter pessoas de confiança trabalhando, para manter o negócio em atividade. Depois de alguns meses aberto, viu que precisava dividir as responsabilidades com alguém, foi nesse momento que João Bosco Mauricio Maciel, seu irmão caçula, na época com 21 anos, entrou como sócio, e os dois passaram a cuidar da administração.

João se parecia muito com Antônio, por vezes as pessoas confundiam os dois. Regados da mesma simpatia e prosa, adquiriram um público constante, fregueses e amigos. Comandaram o bar juntos por doze anos. Até que uma triste notícia abalou a família Maciel, João foi diagnosticado com câncer de estômago. Apesar da luta, no ano de 1994 acabou falecendo, depois de 12 anos trabalhando ao lado de Antônio.

Tudo ficou pesado de se lidar. Apesar da imensa tristeza, algo não deixou que Toninho desistisse do Barroco, ele acredita que seu irmão estava lhe dando forças. Sua esposa Margarete, seu filho Junior, e ao lado de seu fiel funcionário Ronaldo continuaram trabalhando. Desde então contratou mais funcionários. Sua mãe não dava conta sozinha, dona Geralda já estava idosa e passou a fazer poucas coxinhas em casa, só para lazer. Sua neta assumiu a produção, e montou uma pequena cozinha industrial em sua casa.

Toninho contratou Edson, Marina e Rosa para ajudar sua mãe na cozinha do bar. Rosa faz seus pasteis e ajuda na cozinha. Edson trabalha à noite, no período de maior movimento. E Marina era um amor de pessoa, mas muito difícil de lidar profissionalmente, fazia seus próprios horários, tinha dias que Antônio chegava e não existia uma coxinha pronta, no entanto suas porções eram deliciosas. Marina trabalhou por muitos anos até 31 de julho de 2014, o dia mais triste que o bar teve. Em uma quinta-feira fecharam as portas do barroco, localizado na Rua Direita, sem saber quando abririam novamente.

\*

Antônio estava desanimado, não sabia se queria continuar nesse ramo depois de trinta e um anos. Olhou alguns lugares, não achou nenhum com a cara do Barroco. Fechou as portas e ficou sete meses sem fazer nada. As pessoas perguntavam quando o bar reabriria, sentiam falta das melhores coxinhas da região.

Sempre que o encontravam questionavam se havia fechado por conta de um incêndio que queimou toda a cozinha. O alarde foi tão grande que disseram que ele podia ter posto em risco todo o centro histórico de Ouro Preto, contudo o fogo nunca passou da cozinha. Interrogavam se o fechamento era por conta dos hotéis que ficavam nas redondezas do bar e repudiavam a bagunça. Mas não era nada disso.

O dono do imóvel, senhor Lindolfo, morreu, deixando a casa para os quatro filhos, que resolveram vender para Antônio por três milhões de reais. Ele fez as contas, teria que vender um milhão de coxinhas para comprar o imóvel, o equivalente a passar quase 14 anos vendendo os salgados. Ou usaria tudo o que construiu com os anos, todas as suas economias para aposentar. Não valia a pena passar sua velhice trabalhando em um bar. Chegou a oferecer um milhão e oitocentos, mas os herdeiros não quiseram, venderam por dois milhões para o dono de uma pousada, que lhe deu seis meses para arrumar outro local ou vender todo o seu estoque de produtos.

Depois dos meses em casa, cansado de responder perguntas e de ficar vendo televisão, seu espírito jovem e agitado precisava conversar com pessoas, necessitava da vida que o Barroco trazia. Em dezembro de 2014 apareceu um bom lugar, e ali velho barroco floresceu novamente.

Para chegar ao novo local vindo da Praça Tiradentes você tem que descer a Rua Cláudio Manuel, continuar pela Rua Carlos Tomás e entrar na Rua Antônio Martins, onde

encontrará uma ponte que corta um pequeno rio dentro da cidade de Ouro Preto e a Praça Amadeu Barbosa na Rua dos Inconfidentes. Se fizer o trajeto à tarde você já pode ver mesas vermelhas, postas em uma na praça, pertencentes ao Bar do Gláucio.

Este antigo boteco possui o melhor torresmo de barriga de porco da cidade, o que pode ser combinado perfeitamente com um extrato de cevada fermentado bem gelado. Localizado na rua perpendicular ao Barroco, no famoso bairro da Barra, ao sentar nas mesas vermelhas dá para ver uma casa verde claro, com grande placa, de "proibido som automotivo", se destacando mais que o molde com o nome "Bar Barroco". Quando bater três horas da tarde nos sinos das igrejas da cidade, as portas de ferro, pintadas de verde bandeira, e as janelas de madeira, abrirão.

Ao entrar no novo Barroco, você pode ver um grande corredor repleto de mesas e bancos de madeira, todos com assinaturas de clientes cravadas, que cabem umas 50 pessoas bem acomodadas. Nas paredes da casa, não muito diferentes do que eram antes da mudança, os nomes também estão marcados.

Quando Toninho mudou, comprou várias canetas e pincéis para os fregueses escreverem nas paredes. Tornou-se uma tradição os visitantes deixarem sua marca, desde que o primeiro cliente assinou e de nada adiantou Antônio proibir.





Depois das centenas de assinaturas, o que chama atenção é o local onde se localiza o caixa. Em cima os maços de cigarros, embaixo os chocolates e balas. Colado no vidro, uma placa azul brilhando sinalizando Wi-fi. Nas paredes quadros pendurados, alguns de marcas de cerveja, outros com recortes de revistas que falam sobre o Barroco, e os prêmios ganhados ao longo dos anos por oferecer um produto de destaque e lugar agradável de frequentar.

Outro principal ponto, para os gulosos o mais importante, é o balcão com as famosas coxinhas e outros salgados. Em cima dele se encontram cardápios vermelhos, com todas as opções que oferecem. Logo atrás, da estufa de salgados ao lado dos quatro freezers de cerveja, um grande barril de pinga. A tradição dos clientes é pedir um “baldão de pinga com mel”, o que corresponde a um copo de trezentos e cinquenta mililitros, no qual são colocados três dedos de mel e quatro de cachaça. A famosa e apreciada pinguinha dos fregueses Toninho traz direto do alambique de Porto Firme.

Um ano, véspera de carnaval, Antônio acidentou-se e seu cunhado foi ajudá-lo a cuidar do bar. Como não tinha experiênci, quando um cliente entrou e pediu -lhe um “baldão de pinga com mel”, ele ficou desesperado entrou no escritório buscando um balde para derramar a pinga. Antônio não compreendeu e perguntou o que ele estava procurando, ele articulou apreensivo que um cliente queria um balde com pinga e mel. Rindo, Antônio explicou do que o pedido se tratava e imaginou seus fregueses trançando as pernas pelas ruas de Ouro Preto.

Ali na Barra Antônio continua tendo que expulsar as pessoas bêbadas. Donos de bares convivem com os mais diferentes tipos de pessoas, e o do Barroco, com gente do mundo inteiro, todas as idades e classes sociais. Uma das mais exóticas personalidades é Angu, que todos os dias, às onze horas da manhã, ele vai ao bar pensando que é funcionário de lá. Começa a recolher as garrafas vazias e trazer as cheias ou simplesmente assenta seu corpo em uma das mesas, começa um batuque e cantoria por entre seus escassos dentes. Angu é gago, mas isso não o impede e todos param pra escutar suas músicas. Em seguida abeira-se de Toninho perguntando sobre seu pagamento. Aos sábados Antônio lhe dá alguns trocados e uma cerveja.

\*

Quinta-feira à noite, é o dia de maior movimento do bar. Comumente, não existem eventos na madrugada e as pessoas decidem se reunir. No interior do Barroco todas as mesas ficam lotadas, ouve-se a mistura de conversas alheias com música ambiente. Todo tempo há um intenso fluxo de pessoas, que não estão sentadas e sim na rua, entrando no bar para comprar cerveja, pinga ou coxinha. Não muito diferente de outrora, na Rua Direita, onde era corriqueiro ocuparem a via da ladeira.

Ser dono de um bar afamado é ser amigo de muitas pessoas, entretanto não é fácil receber sorrindo todos os dias como Antônio faz. Foi essa simpatia que lhe agregou grandes amizades, sobretudo com repúblicas estudantis, ganhando convites para formaturas e homenagens. A doçura lhe trouxe clientes fiéis, aumentou a popularidade das coxinhas. E no derradeiro da noite, às duas horas da manhã, Antônio fecha a porta feliz. Toma uma dose de uísque e vai para casa com o sorriso nos lábios, tentando disfarçar a fadiga dessa vida noturna.

# ESTÔMAGO: retrato do cotidiano.

Prazer é a palavra que pode definir a maioria dos seres humanos. No filme brasileiro “Estômago”, a comida é o personagem central dos deleites da vida. A narrativa envolve o retirante nordestino Raimundo Nonato, que chega à cidade grande, em busca de oportunidades e se vê julgado pela sociedade como um homem humilde de capacidades intelectuais. Buscando em um primeiro momento suprir suas necessidades básicas de alimentação, Nonato entra em no bar do Seu Zulmiro, onde só se encontram moscas e bêbados. Mesmo sem dinheiro ele pede duas coxinhas e as devora como se não existisse comida melhor.

Após usufruir do alimento e visando da boa vontade do fornecedor, o retirante avisa que não tem dinheiro para pagar a conta. Zulmiro alerta incisivamente que não vai deixá-lo sair sem receber pelo que foi consumido, sugere então que ele lave as louças sujas e durma em um quartinho nos fundos do bar. No dia seguinte o patrão, gostando do serviço realizado, propõe a Raimundo que trabalhe no bar em troca de comida e lugar para dormir, ensinando-lhe como fazer coxinhas e pasteis.

Sua intrigante história é contada em dois períodos: em primeira instância mostra Raimundo subindo na vida, quando recebe uma proposta de trabalho remunerado do italiano Giovanni, este após experimentar as coxinhas feitas pelo nordestino que se tornaram um sucesso no bar do Zulmiro, decide contratá-lo para trabalhar em seu restaurante. E conforme vai conquistando seu espaço no mundo começa a almejar planos para sua vida: uma casa, roupas novas e um relacionamento amoroso com a prostituta Íria, que ao invés de dinheiro, troca o sexo por comida.

Paralelamente é exposta a vida do protagonista na prisão, sem explicar como ele foi preso. Na cela para não ser massacrado por seus companheiros, ele utiliza suas habilidades na cozinha para melhorar a comida que é servida e ganhar “status” com Bujiú, o “dono do xadrez”, e Nonato ganha um novo nome “alecrim”.

O enredo vai traçando os dois momentos, com a intenção de mostrar como o simples retirante usa de suas habilidades culinárias para crescer na vida, provando para a sociedade que tentou “devorá-

lo” que não é ingênuo, e apesar de sua simplicidade aprende rapidamente as regras.

A narrativa vai estabelecendo a relação entre o poder e o alimento, como adquirir domínio através da comida, criando em sua atmosfera diversos fatores políticos e sociais. A pretensão primordial é mostrar que apesar da vida oferecer dois caminhos (ou você devora ou é devorado), outros podem ser criados, e Raimundo encontra sua força na cozinha.

Segundo nota do diretor Marcos Jorge, sua paixão pela gastronomia e respeito por ela, o fez desejar um filme onde a existência humana pudesse ser encontrada nos aspectos mais básicos e ancestrais, como: alimentação, sexo e poder. Assim Marcos e o roteirista Lusa Silvestre propuseram que Estômago seria uma espécie de ode à baixa gastronomia, e não aquela refinada e culta que é típica dos filmes internacionais. Ambos aspiravam falar da comida de boteco e toda a beleza por trás da comida popular.

O roteiro se espelha grande parte na tradição da comédia italiana, onde um tema ameno e trivial busca um olhar crítico sobre a sociedade. Faz rir, emocionar, surpreender e refletir. O olhar crítico do diretor está presente em todo o enredo: primeiro Nonato sofre com o trabalho escravo do Seu Zulmiro; depois vai trabalhar para o dono de um restaurante italiano, que faz diversas brincadeiras preconceituosas sobre ele ser um retirante nordestino; e na cela, os prisioneiros também o tratam de forma preconceituosa. Outra crítica, colocada de forma sutil, está na cena inicial do filme, onde mostra somente a boca do protagonista, falando sobre o quão nobre é o queijo gorgonzola, e na parte final expõe as nádegas de Nonato, deixando uma reflexão sobre tudo que começa como prazer e acaba como dejetos, ou seja, nada.

Com prestigiados atores nacionais como o protagonista João Miguel (Raimundo Nonato), Fabiula Nascimento (Íria), Babu Santana (Bujiu), Carlo Briani (Giovanni) e Paulo Miklos (etecetera), o filme vai traçando seu percurso na trama que tem duração de 113 minutos e conta com diversos prêmios em festivais brasileiros e internacionais. E assim, o diretor consegue prender nossa atenção e nos fazer refletir sobre a sociedade, sobretudo a





# Refúgio gastronômico

Vindo de outros reinos, cruzando mares nunca antes navegados, chegou ao Brasil as douradas esfihas de Talal Altinawi. Elas desembarcaram em terras brasileiras em 2013, quando a família Altinawi fugiu da guerra civil que assombra todo o Oriente Médio desde 2010, época que a onda de protestos revolucionários conhecida como “Primavera Árabe” assolou diversos países. Assim as lutas começaram e persistem até hoje, levando diversos países a abrigarem os refugiados.

Antes os nativos diziam que a Síria era o melhor lugar para se viver. Sua capital tem o nome de uma fruta nobre, Damasco, o que condiz ainda mais com a grandeza da sua culinária. A gastronomia é rica e seu principal prato, o pão sírio, é conhecido e apreciado no mundo inteiro.

Na cultura árabe as refeições são base dos encontros familiares e sociais. As especiarias são muito utilizadas, acentuando os sabores de sua culinária, o que lhe conferiu o nome de cozinha aromática. Elas foram introduzidas a partir do comércio que os árabes estabeleceram no mediterrâneo. Mas, também é uma cozinha visual, as cores de seus pratos são destaque, principalmente com a utilização de ervas frescas e grãos, ingredientes fundamentais no dia-a-dia.

Os doces elaborados com nozes e tâmaras são, geralmente, aromatizados com rosas, flores de laranjeira, ou romãs, e dizem que invocam as “mil e uma noites”. Muito diferente da comida brasileira, eles inserem o pão em todas as refeições, já a carne de porco é extremamente proibida, pois de acordo com a religião árabe a carne deste animal é impura.

A gastronomia foi uma das coisas que Talal Altinawi teve que se acostumar ao chegar ao Brasil. Aos 42 anos escolheu vir para cá, porque conseguiu visto para toda a sua família. Sua fisionomia é como a de um típico homem sírio, alto, rosto arredondado, cabelos pretos e uma forte expressão facial. Felizmente, diferentes de muitos outros refugiados, Talal conseguiu trazer sua mulher Ghazal Baranbo, grávida de sua terceira filha, que nasceu no Brasil, Sara Altinawi, e seus outros dois filhos Riad e Yara Altinawi.

Um pouco antes de sair da Síria, Talal foi preso por se parecer com um homem que o governo procurava. Precisou começar a vida do zero. Os sofrimentos não cessaram quando chegou ao Brasil, sua vida também teve que ser refeita.

- “Quando eu cheguei aqui, foi muito difícil para mim. A cultura, a língua, as pessoas, tudo era diferente. Mas depois eu acostumei, e minha família também. Meus filhos aprenderam português na escola e eu comecei a trabalhar”. – conta o jovem Sírio.

Talal teve que se adaptar a tudo, afinal na sua terra natal ele possuía um escritório, era engenheiro mecânico, agora neste novo país trabalha com comida árabe. Seu trabalho no Brasil é muito diferente do seu antigo emprego. Primeiro começou a dar aulas de como preparar pratos típicos e depois resolveu vendê-los, e assim tudo foi melhorando na vida financeira de sua família. Com a ajuda, do Adus – Instituto de Reintegração do Refugiado, eles criaram uma página para divulgar seu trabalho, desta forma viu a oportunidade sustentar sua família através da comida. Em agosto de 2015 iniciou uma campanha e após 60 dias, conseguiu juntar dinheiro para abrir seu Food Truck: “Talal Comida Síria” na cidade de São Paulo. Nunca se imaginou trabalhando com gastronomia, mas hoje seu futuro está sendo construído em cima

Todo dia Talal acorda cedo e começa a preparar os pratos. Os clientes devem buscar as encomendas em breve no seu apartamento de dois cômodos no Brás. Ele veste seu avental branco e com uma touca na cabeça vai para a pequena cozinha. Quando o cliente chegar, colocará a encomenda em vasilhas de isopor e desce para entregá-la.

Além dos típicos pratos árabes, que os brasileiros conhecem, o cardápio é variado e preparado por ele e seu filho Riad. Os costumeiros e mais pedidos são: o homus (uma pasta de grão de bico) e baba ganoush (pasta de berinjela), a coalhada cremosa, que custam 25 reais o quilo, os tradicionais quibes cru ou frito, e esfihas. Os pratos típicos da Síria, e nada comuns ao brasileiro, apresentados no cardápio são: o auzy, uma massa feita com farinha e recheada com arroz, ervilha, carne bovina, amendoim, sal, pimenta e manteiga; ou o fassolieg bzit, feito com feijão verde e temperos; e o hira bisbaou, preparado com lentilhas e melão de romã; e até mesmo o flefle mérrchi, pimentões verdes recheados com carne moída, arroz, melão de romã e pimenta do reino.

Enquanto não consegue trabalhar como engenheiro mecânico, Talal continuará preparando habilidosamente seus deliciosos pratos árabes, sustentando sua família e ajudando outros refugiados com o recolhimento de doações. E sua amada pátria ficará em suas memórias, visitas a passeio e, principalmente, nas tentativas de aproximar a gastronomia síria da brasileira.

# **RELATOS DE UM CHEF SOBRE AS PECULIARIDADES DA GASTRONOMIA**



Uma cidade universitária, localizada na Zona da Mata de Minas Gerais, é tipicamente como a maioria dos municípios mineiros, ou seja, com muitas curvas e morros. E, bem ali, entre as ladeiras da pequena Viçosa, se esconde um restaurante peculiar. A subida é longa até a Rua Tereza Araújo, no bairro JK, mas, naquele domicílio, você poderá apreciar jantares temáticos, realizados apenas no segundo semestre de cada ano.

O cliente que chegar ali vai subir as escadas, localizadas em um anexo de uma residência, e se deparar com cheiros e sabores diversos. Um ambiente distinto aguarda os curiosos ou apreciadores da boa gastronomia: no centro desse local, decorado com grandes quadros que remetem a gastronomia, está uma grande mesa que comporta vinte e quatro pessoas juntas, ou separadas em seis pequenas mesas de quatro lugares; ao fundo, uma grande cozinha é dividida por uma bancada, onde os interessados observam a produção dos pratos que são feitos em um fogão atrás dela. O atendimento ali é diferenciado, o cozinheiro chef está o tempo todo em contato com seus clientes.

Por trás da Dólmã, mãos habilidosas vão picar e cozinhar os alimentos. Elas pertencem a Duda Pádua. Seus dons são de família e seu fascínio pelo mundo gastronômico origina-se da infância, que era regada a pão de queijo com pernil preparados por sua mãe. Não é pra menos que seu livro preferido é um velho caderno de receitas escrito por ela. Sua adolescência pode até o ter confundido e o levado por alguns anos a cursar Direito, mas não tem como lutar contra um antigo amor. Largou os livros pesados e repletos de leis, pelos cheios de cores e sabores. Hoje é um leitor ávido por tudo relacionado à gastronomia.

Duda tem formação em cozinha francesa, pelo Hotel Senac Grogotó, na cidade de Barbacena. Depois que se graduou, em 2006, trabalhou no Rio de Janeiro e em Búzios. Porém mais tarde decidiu voltar para o interior e viver em sua terra natal, afinal, a raiz mineira nunca o abandonou. Há três anos montou em cima da sua casa este local para jantares, depois de tentar abrir outros restaurantes, que não tiveram êxito. Apesar dos sonhos de projetos futuros, hoje se sente realizado, trabalhando com carinho nos pratos autorais que prepara, prestando consultorias ou produzindo sua própria cerveja artesanal.

Foto Ana Luisa Moreira

**CONTATO: DUDA PÁDUA**  
**VIÇOSA. RUA TEREZA ARAÚJO, 235, BAIRRO JK**  
**TELEFONE: 031 98484-0691**

**Ana Luísa: Você acha que essa profissão está na “moda”, é glamoroso ser um chef de cozinha?**

**Duda Pádua:** O curso que eu fiz na época é um curso que o Senai fez pra começar a fomentar no Brasil o profissionalismo na cozinha. Na época, não era tão glamoroso. Aliás eu acho um absurdo, hoje em dia, todo esse glamour que o chef possui. Eu não entendo de onde que eles tiram isso, a gente rala pra caramba, queima, corta, se estressa. Não tem nada de glamour, é um trabalho intenso e muito emocional também.

**AL: Então, quais as principais diferenças que você nota entre um chef de cozinha agora e um que se formou há dez anos?**

**DP:** Quando me formei, saí de lá fazendo desde bolo de noiva até churrasco pra mil pessoas. Antes não tinha tanta distinção, aprendemos a cozinhar tudo e em qualquer lugar. Mas, depois vieram esses cursos “profissionalizantes” e parece que banalizou um pouco. Atualmente eu percebo que muitos estagiários e recém-formados que não sabem limpar um filé mignon, não têm a técnica. Eu trabalhei com uma menina, formada em uma escola de gastronomia, que não pegava em carne, não podia limpar um filé mignon. A pessoa só quer sair de lá formada, ganhando rios de dinheiro, trabalhando muito pouco, sem lavar panela e limpar o chão da cozinha, e isso também faz parte, é umas das coisas que te molda. Uma cozinha bagunçada é inconcebível. Mas, eles se acham no direito de não fazer isso. Eu realmente tenho a convicção que outros chefs pensam isso também, que tentam realmente mudar essas questões, quebrar esse conceito, glamour é ilusão. Já chegou muita gente aqui que no final da noite eu mandei lavar a louça, sentou, cruzou o braço e falou “eu formei, eu não lavo louça, não é minha função” essas coisas são muito fora da realidade. Eu percebi nisso um futuro não muito legal, nessa parte de formação gastronômica, acabou-se injetando no mercado uma mão de obra nada qualificada.

**AL: Para você, gastronomia se justifica como um bem cultural da sociedade?**

**DP:** Eu sou suspeito pra falar. Mas, em minha opinião, a maior expressão cultural de um povo é a culinária. É o que ele vai comer daqui uns anos, o que ele comia e o que ele come hoje em dia. Quando você pega a essência, a história de um povo, observa que a gastronomia está sempre ligada. Temos os alimentos que os guerreiros comiam para ter força na hora da batalha. A comida dos escravos diferentes da dos senhores. É uma série de coisas que, pra mim, envolvem todas as arestas culturais. Por exemplo, quando você vai em um país e não come a comida de rua, que é aquilo que oferece de mais característico e cultural, a viagem se perdeu. Não é a mesma comida de em um restaurante. O chef Anthony Boudain diz uma frase muito legal a respeito disso: “tem uma mesa de plástico do lado com um cachorro deitado do lado de fora, pode entrar que é legal”.

**AL: “Eu Como Cultura” é um movimento, que tem como líder Alex Atala, e visa à aprovação de um projeto de lei para reconhecer oficialmente a gastronomia brasileira como manifestação cultural, ou seja, incorporá-la a Lei Rouanet. Você acha que com isso o Brasil vai valorizar esse bem cultural?**

**DP:** Infelizmente o Brasil nunca esteve ligado pra isso, mas eu observo que, hoje em dia, as coisas estão em processo de mudança. Agora que “tá na moda”, que a mídia ama, eu acredito que vai mudar. Vai fomentar melhor todo o sistema de cultura gastronômica e gerar mais arrecadações de dinheiro. No Brasil você não consegue realizar um evento com iniciativa privada, o patrocínio é muito difícil de ser oferecido para festivais culinários. A Lei Rouanet, pra mim, vai funcionar em grandes centros, infelizmente, as captações de recursos nos pequenos centros vão continuar difíceis. O Alex Atala é um cara que eu admiro, ele vestiu a camisa, que viu o grande patrimônio cultural na nossa gastronomia. Muita gente o julga de marqueteiro, eu o julgo como um herói para a gastronomia nossa, ele realmente conseguiu transpor uma série de barreiras e resgates culturais. Ele foi à Amazônia resgatar as técnicas, plantas e peixes, que os índios comem. E eu acho que inspirou muita gente a fazer isso e apreciar essa cozinha.

**AL: Você acredita que esse resgate cultural que Atala está fazendo vai “gourmetizar” a gastronomia brasileira?**

**DP:** Falando especificamente dele não. Ele é um cara que, eu pelo menos tenho a visão, de um cara simples, que aprendeu muito para estar no patamar que ele está hoje. Mas, tem esse “raio gourmetizador” né? Eu acho que o culpado disso é a mídia de massa. Ela influencia as coisas. E a gastronomia é moda, é cíclica. Então ela vai e volta e nós seguimos certos padrões de moda, seja na finalização do prato ou no uso de algum ingrediente.

**AL: Em seu conceito, você acha que o povo brasileiro sabe o quanto nossa culinária é rica culturalmente?**

**DP:** Nós temos uma miscigenação de cultura muito grande, absorvemos um pouco de todo lugar do mundo. Mas, sempre achamos que a nossa comida é feijoada e caipirinha. Quando você pega de norte a sul, você vê a quantidade de pratos típicos, a riqueza de alimentos que possuímos, e que são extremamente culturais, são a essência do nosso povo. Se você pega a França, por exemplo, você vê o orgulho que eles têm dos queijos. Aquele amor que o produtor tem por sua cabra, que vai produzir o leite para fazer aquele queijo, é surreal. Aqui no Brasil encontrei poucos assim.

**AL: Qual o cenário da gastronomia brasileira? O que o mercado internacional pensa sobre a nossa culinária?**

**DP:** Atualmente estamos passando por uma revolução. Eu fico muito satisfeito com isso. O Brasil tem muitos chefs hoje com uma expressão mundial, o que fez o mundo virar os olhos pra nós, oferecem uma posição gastronômica muito boa no cenário internacional. Afinal nós temos uma gama de insumo gigantesca, e, mal calculando, não usamos nem 10% do que a gente tem. Assim, com relação aos olhares internacionais, a gente tá na moda agora, a imagem está na mídia. Infelizmente não temos o apoio governamental que deveríamos ter, mas eu creio que depois do Atala nós começamos a aparecer no cenário. E infelizmente não é divulgado. Então o que sabem é da cachaça, caipirinha, feijoada e acarajé. Eu acho que com o tempo o panorama vai mudar porque temos uma série de coisas, o açaí, os nossos peixes, as castanhas, coisas que os chefs estão resgatando e têm centenas de anos. Mas realmente, vai demorar um pouco pra construir uma imagem mais elaborada lá fora.

**AL: Qual a origem da culinária brasileira, ela ainda está em formação?**

**DP:** Eu já li algumas vertentes que falam coisas diferentes. Basicamente, hoje, o Brasil se separa em comida nordestina que é muito forte em termo de cultura. Principalmente porque os recursos lá eram escassos. A cultura do sul é muito europeia. O Rio de Janeiro é uma mistura bem grande, ali eles receberam influência do mundo. Eu acho difícil eleger um prato brasileiro. Mas, a raiz mesmo eu acho que é dos índios que já conheciam a terra antes dos colonizadores. Eles já estavam aqui, usavam a mandioca e faziam o tucupí. Uma comida do Pará, do norte, pode ser considerada a nossa maior expressão, falando profissionalmente. Contudo, essa miscigenação não tem como separar, faz parte da nossa gastronomia. Eu adoro a comida dos índios, dos escravos.

**AL: E a culinária mineira, amada por todos? Aquela comida saudosa, típica da roça. Qual a sua visão sobre ela, como chef e mineiro?**

**DP:** O mineiro esbanja comida e nos primórdios da colonização era muito raro uma variedade de alimentos, além de existir uma ignorância muito grande. Os colonizadores não procuraram os índios e perguntaram o que poderia comer. Ao longo do tempo a colonização aumentou e então começaram os quitutes para a nobreza. E começou a se expandir a culinária mineira. Criavam animais, geralmente porco, o frango comiam só em festa. Outra coisa interessante eram os horários de comer. Era tipo uma feijoada às oito horas da manhã, pra trabalhar o dia inteiro. A classe nobre tomava o café da tarde. Acho que é até uma alusão ao chá inglês. Aí, nesse momento, eles começaram a fazer o pão de queijo, a broa de fubá, os biscoitos, as geleias, doces em calda. O mineiro tem uma característica peculiar, não sei se você percebeu. Eu lembro quando eu era criança e chegava visita em casa, minha mãe sempre tinha alguma coisa pra servir que ela tinha feito... um doce em calda, um queijo. E ela sempre assava pão de queijo e tinha a carne na lata, que era um pedaço de porco conservado em gordura. O confi, é basicamente a mesma coisa, mas o confi vai ao fogo. Minha mãe assava o pão de queijo e fritava o porco. A melhor coisa do mundo!

**AL: A comida “sustentável”, sem lactose, sem glúten, está na moda. Eu li uma crônica que dizia que se você está com vontade de comer pizza, não invente uma massa de couve-flor, come pizza normal. E, que muitas vezes ao acreditar que algum alimento está fazendo bem, ele não está, na verdade são “falsas comidas”. O que você pensa sobre isso?**

**DP:** É o que te falei da mídia de massa. Eles elegem alguma coisa que faz bem, por exemplo, óleo de coco faz bem e ajuda a emagrecer, aí todo mundo corre e compra. Depois ninguém fica magro, gasta dinheiro e permanece por isso mesmo até surgir o próximo.

**AL: Outra moda atualmente são os food trucks...**

**DP:** Essa eu acho “massa”. Acho que é um pessoal que

tava meio sem espaço dentro de cozinhas. Eu sou da teoria que comida tem que estar na rua, literalmente. Eu falo que vou ser pobre pra sempre, porque se eu pudesse fazer um evento de graça pra uma galera de uma comunidade, eu faria. Ia achar maravilhoso. Eu acho que o food truck tem um pouco essa função, de querer levar uma coisa bem feita, feita com carinho pra rua.

**AL: Mas não é tão acessível assim...**

**DP:** Infelizmente, a cultura de massa quebra isso. Aqui em Viçosa eu lembro da minha adolescência, os carrinhos de cachorro quente e pasteis salvaram minhas madrugadas.

**AL: Então, qual a sua definição de alta gastronomia?**

**DP:** Eu posso falar que eu nem conheço, e nem tenho vontade de conhecer. Pra mim, hoje em dia, a alta gastronomia é a baixa. O que tá em alta também é o minimalismo, quando menos é mais. Uma comida de boteco pode ser alta gastronomia. Outro dia eu fui a um festival de food truck em Belo Horizonte, e a barraca que tinha uma fila quilométrica era a de coxinha gourmet. Eu fiquei curioso em saber qual era a diferença da tradicional. Era uma coxinha com trufa branca. Se você me perguntar: Duda, é válido isso? Claro que é! Eu acho que cada um faz o que quer, e come quem quer. Eu acho que quanto mais coisas inusitadas aparecerem, melhor.

**AL: Não deixa de ser coxinha? Poderia ter qualquer outro nome...**

**DP:** A nomenclatura anda bem elástica ultimamente na cozinha. Por exemplo, tem a broa de fubá de moinho d'água, todo mundo vai imaginar uma broa de quitute pra comer com café da tarde. Na realidade não é, só o formato que fica parecido. Ela fica visualmente parecida com uma broa tradicional, mas, não é. Contudo eu creio que as mudanças são por causa dessa “gourmetização” e a gente tem que ter cuidado com ela, pra não se banalizar mais. É essa cultura de massa, e não tem como evitar. Eu acho legal algumas coisas. Porém eu não pretendo fazer parte dela, mas querendo ou não a gente acaba fazendo.





**AL: O seu restaurante tem um estilo inovador. Como você viu em Viçosa, uma cidade do interior, essa oportunidade?**

**DP:** Faz três anos que eu estou com esse esquema. Eu já tinha uma carreira de abrir e fechar vários restaurantes. Logo quando eu cheguei aqui, do Rio de Janeiro, abri um que era uma cozinha autoral, misturando técnicas orientais com comida brasileira. Ficamos por volta de um ano aberto e fechamos. Com isso, vamos amadurecendo profissionalmente, porque ser chef envolve uma série de outras coisas que fazem girar o restaurante, não é só você cozinhar e criar um prato. Coisas que sustentam o restaurante. Isso a gente não aprende quando estuda, aprendemos na prática mesmo, abrindo e fechando restaurante. Então já tinha uma gama de clientes que eu sabia que iam me sustentar por uma temporada. Depois de muito estudo e muito pensar, a gente bolou cinco temporadas e vamos começar a segunda agora.

**AL: Você acha que a profissão de chef envolve questões sociais?**

**DP:** Demais. Eu sou um chef que procura ensinar, o pouco que eu sei eu adoro passar para os outros. Procuo estar conversando com o pessoal da roça, primeiro porque eu aprendo muito mais do que ensino. E acho que uma das funções que temos é ensinar o povo a comer. Penso que, ainda, em pleno século que estamos morre muita gente de fome por ignorância. Porque tem muito alimento aí. E lógico que não estou generalizando, mas eu acho que a função do chef é essa, ensinar o povo a comer bem. E comer bem não é necessariamente caro. Não quer dizer que vou gastar muito. Ultimamente tenho pesquisado bastante sobre as plantas comestíveis não convencionais. E você percebe que são 300 mil espécies delas, pra você ter ideia a humanidade já chegou a usar dez mil plantas, mas ao longo dos anos se perdeu. A ONU, hoje, fala que a gente consome duzentos tipos, ou seja, tem muita coisa pra descobrir. Acho que uma das nossas funções é fomentar isso e tentar espalhar ao máximo.

**AL: Quando você apresenta no seu prato essas plantas diferentes, qual a reação das pessoas?**

**DP:** Estranham, mas gostam. Quando você apresenta o inédito, com todo o processo desde a criação até a montagem do prato, você põe seu talento a prova. E quando você apresenta algum sabor pra uma pessoa que nunca teve contato com ele e ela gosta, eu acho que a satisfação do cozinheiro é essa. É ver o sorriso na cara.

**AL: Como se dá o processo criativo de um prato? Uso de técnicas e receitas?**

**DP:** Ele simplesmente surge. Quando geralmente vou à feira ou ao supermercado, fico passeando ali dentro, o que eu acho ótimo, e começo o processo de criação. Eu trabalhei com um chef quando estava estudando e ele falou uma frase que eu nunca mais esqueci: “Quando você decora uma receita, por necessidade ou vontade, você começa a cristalizar sua mente criativa”. Se você pega um insumo e trabalha ele da mesma maneira, você acaba não tendo ideia para outras coisas (eu tenho uma dificuldade imensa). No ano passado eu criei mais de 160 pratos, como não anoto, depois não consigo repetir igual. Lógico que a gente repete as técnicas, mas um prato inteiro não. No processo de criação você tem que ter um subsídio para ter ideias, acho que vamos chegar num ponto que não vai ter mais o que inventar. Na verdade, acho que inventar está raro. Reinventar vai ser o futuro. Quando você reinventa, acaba criando uma coisa nova, e vai ter uma série de obstáculos com pessoas de cabeça pequena e paladar menor ainda.

**AL: A gastronomia molecular é muito criativa, para mim os pratos são quase obras de arte. Você trabalha com ela, pode falar um pouco mais sobre esse método?**

**DP:** Meus olhos brilharam na primeira vez que vi. Eu sou um cara muito curioso e realmente percebi que tinha certas técnicas que identificavam com a molecular. Me interessei por essa mudança física que ela faz no alimento, e comecei a estudar. Apesar da certa dificuldade, pois você tem que seguir receitas precisas, por exemplo, são 32 gramas e não podem passar disso. Eu tenho muita dificuldade nesse quesito. Apesar disso eu adoro a molecular, lógico que não faço tudo, escolhi algumas técnicas, máquinas, e brinco com elas. Aqui no Brasil não existem muitos restaurantes. Nos Estados Unidos têm muitos, e no mundo o mais conceituado é do Ferran Adriá, ele é um cientista da comida. No interior quase ninguém conhece. E o legal é ver na cara do cliente, quando você faz uma gelatina de moqueca capixaba, aquela surpresa ao saborear em um pedaço de gelatina amarronzado que explode uma moqueca inteira na boca, todos os sabores. É bem legal.



**AL:** Não deixa de ser a moqueca? Não evoluiríamos pra no futuro comer por exemplos “cápsulas com gosto de certo alimento”, uma vez que, em um pedaço de gelatina está contido todo sabor da moqueca?

**DP:** Deixa, com certeza. Mas não acredito nisso. Agora está tendo essa busca pelas raízes. A gastronomia chegou até a molecular e ao mesmo tempo estamos retornando ao passado. Hoje nós temos a comida “tecno-emocional”, a “comfort-food”, então eu acho que tem espaço pra tudo. Você consegue dividir o mercado e oferecer para o público essa gama de coisas novas. A molecular, eu realmente me apaixonei. A partir do momento que comecei a me aprofundar nela, comecei a enxergar a minha culinária de outra maneira. Abri os olhos mais microscopicamente sobre os alimentos, por exemplo, como um ovo cozinha, porque quando se frita as proteínas se juntam, esses detalhes a molecular explica.

**AL:** Como é você cozinhando? E o que é a comida em sua convicção?

**DP:** Eu sempre procuro manter a maior serenidade possível. Procuro espaiar minha mente, ficar quieto um pouco, pra trazer uma serenidade e encarar tudo da melhor maneira possível. É muito punk, você trabalha em um ambiente hostil, com facas, fogo. Trabalhamos com o tempo contado e com pessoas, o que é difícil, e só com o passar dos anos aprendi a ficar calmo. Mas a energia boa é muito importante na hora de cozinhar. Tudo o que você faz quando você está cozinhando, acredito que vai passar pra comida. Eu acho que a gente tem que abrir o coração pra comida. Você passa a enxergar ela não só como combustível que seu motor precisa, é bem aquilo de “alimente seu corpo e alimente sua alma”. Porque a comida é uma satisfação espiritual também.

**AL:** Se eu te pedisse para montar um prato com mandioca e pequi, dois produtos autenticamente brasileiros, o que você criaria?

**DP:** Eu trabalhei poucas vezes com o pequi, mas o que eu mais gostei foi de um arroz com pequi. Acho que o sabor dele se diluiu um pouco e ficou mais ameno. A mandioca eu adoro, ela frita em cubinhos pequenos para mim é impagável, não tem comparação. O pequi apesar de ser difícil de trabalhar, com ele eu faria um risoto com carne seca, por cima colocaria um crispy de mandioca.

# Temperos do Império: banquete persa em terras tupis

Os relógios batem meio dia e um aroma delicioso predomina o ar na vizinhança da Rua das Orquídeas, próxima ao metrô da Praça da Árvore, na zona Sul de São Paulo. Os vizinhos devem salivar ao sentirem o cheiro que vem daquela casa onde há, em um pequeno portão de grades brancas, uma singela placa pendurada, um pouco maior que uma folha sulfite. O aviso é bem claro: Fazemos bolinhos de carne e bolo de pistache iraniano, sob encomenda. Por trás das grades, as pessoas que entram pela porta de madeira vão se embriagar com o perfume das especiarias e ervas frescas que saem da cozinha.

A fragrância intensa do açafrão é o que predomina no ambiente. Não é a especiaria comum, conhecida como “açafrão-da-terra” ou cúrcuma que usamos para colorir nossa comida. O verdadeiro açafrão é retirado do pistilo da flor *Crocus sativus*. Os pequenos filetes de cor avermelhada dão aroma, cor e sabor especiais a qualquer prato. Um gosto acre e marcante, que combina com o perfume intenso que exala. Esta joia da culinária está inserida na alta gastronomia internacional, mas é no Irã que é presente em quase todas as receitas.

Considerado o tempero dos reis, o grama dessa especiaria no Brasil custa 70 reais, quase o mesmo preço do grama do ouro.

É o ingrediente mais caro da gastronomia. Para a produção de um quilo são necessárias 150 mil dessa pequena flor roxa e 400 horas de trabalho, na qual sua colheita é reduzida à apenas duas semanas por ano, e devem ser plantadas, colhidas e separadas dos três pistilos manualmente. Por fim, um trabalho minucioso para secar em fogo brando, garante a pureza do produto.

Na singela casinha na Rua das Orquídeas, por ventura, talvez você aprecie um pudim de açafrão ou “sholeh zard”, que acaba de sair do forno. Um doce requintado, tradicionalmente feito no Irã para as festas religiosas, distribuído em recipientes individuais e oferecido a familiares, amigos e vizinhos. Na cultura iraniana o recipiente vazio deve ser devolvido com uma flor.

Porém, naquela residência escondida pelas ruas da grande capital, as surpresas não vão parar de acontecer. Todas preparadas por uma mulher baixinha (na plenitude dos seus 59 anos), braços fortes, com sotaque acentuado, revelam que sua nacionalidade não é brasileira. Com um brilho no olhar, escondido por trás dos óculos de grau, ela recebe os convidados com um sorriso no rosto.

- “Khoch âmadid, injâ khâneh chomast” - diria Nasrin Haddad se estivesse em sua terra

natal, o que significa: “seja bem vindo, sinta-se em casa”.

Ali você não encontrará o luxo dos restaurantes cinco estrelas de São Paulo. Entretanto é no modesto charme do “sentir-se em casa”, que o convidado se depara com a magnificência de um banquete persa. Ele é servido sobre uma comprida mesa de madeira, com cadeiras diferentes umas das outras, em uma sala não muito grande, na qual pinturas feitas por seu marido Cláudio e as de sua filha Iramaya, enfeitam a parede atrás da mesa de jantar. Contudo, a decoração com objetos que remetem ao Irã prevalece aos olhos.

A cortina tecida em cores intensas e de forte expressão artística, chama a atenção dos que admiram a história da tecelagem persa. É impossível, para aqueles que não estão familiarizados, não repararem no grande objeto exposto no centro da sala, a efígie de Faravahar, um símbolo cultural-religioso que representa uma espécie de anjo da guarda zoroastra.

Tudo naquele ambiente remete a nostalgia por uma nação rica culturalmente e historicamente. Quando Nasrin fala sobre sua terra natal, principalmente em relação a sua gastronomia, um brilho repleto de orgulho preenche seus pequenos olhos castanhos.

“

mesa é o único lugar que todo mundo fala a mesma língua. Ali você pode perceber a gentileza e a bondade das pessoas.

”



**N**asrin é o nome de uma pequena flor persa da família das rosas selvagens. Mas, também é o nome da cadbanou (nome dado, no Irã, a uma mulher que possui a arte de cozinhar) Nasrin Haddad. Foi no dia 22 de maio de 1956, na cidade de Teerã, capital do Irã ou da antiga Pérsia, que uma pequena flor veio colorir a vida do casal, Paricheher Bozorgan e Xadolah Haddad, seus pais.

Ela nasceu no território de uma família híbrida, no qual o lado paterno é de mentalidade tradicional e o lado materno contemporâneo. Desta forma, conheceu os dois lados da gastronomia iraniana. A conservadora utiliza de uma culinária pesada, com alto teor de gordura, açúcares. A moderna é mais saudável, utiliza muitas frutas e legumes, compondo pratos coloridos.

Quando pequena, Nasrin, olhava deslumbrada para todas as variedades de frutas e grãos que existiam em um mercado que eles chamam de Bazar. Neste local vendem de tudo, desde tapeçarias persas até produtos da china. Ela adorava passear com seu pai por meio de toda aquela bagunça de pessoas, produtos e vendedores, que gritam para chamar atenção dos clientes.

Seu pai gostava de comprar comida com a melhor qualidade possível, e dizia a frase clichê, mas válida, “você é o que você come”, ou algo parecido com isso. Foi ele que ensinou Nasrin a escolher com cuidado os alimentos, mas seus ensinamentos sempre foram além da gastronomia, Xadolah possuía uma bagagem cultural muito grande e mostrou para ela o quanto isso era importante na vida.

Desta maneira, sempre apreciou uma boa comida e sempre possuiu curiosidades a respeito dos alimentos. Veio de uma família classe média, onde o seu pai era engenheiro e sua mãe rainha do lar, com uma condição financeira boa que permitiam prezar pela alimentação de boa qualidade, colocando este quesito acima de brinquedos e roupas.

A fina flor adorava observar suas avós prepararem os pratos que seriam servidos, aprendia a fazer só de olhar, característica que revela seu dom natural de cozinhar.

Quando completou dezoito anos começou a trabalhar em uma companhia telefônica e ajudar sua amiga em um buffet, onde aprendeu a produzir diversos doces. A situação social no Irã era parecida com a de qualquer país, diferindo somente nas características que fazem um povo ser extremamente religioso. A liberdade ainda era preservada, as mulheres não eram obrigadas a usar véu e tinham o direito de trabalhar. Contudo em 1979, quando a revolução islâmica estourou, tudo mudou.

Quando o caos começou, todos os meninos com idade maior de treze anos foram proibidos de sair, pois deveriam prestar serviço militar. Faltavam coisas para comer, e as que vinham de fora não chegavam mais até as cidades. A população passou a receber um mínimo de manteiga, ovos, arroz, carnes, pães e outros alimentos básicos. O mercado negro tomou conta e inflacionou as mercearias. A pressão sobre as mulheres era contínua, assim a partir do momento que viu sua liberdade ser prejudicada Nasrin sentiu que ali não era mais o seu lugar.

Onze anos depois do início da revolução Nasrin conseguiu sair do país. Com ajuda de um casal de brasileiros que estavam no Irã, recebeu as instruções necessárias para adquirir um visto para o Brasil. Apesar dos questionamentos da família (sobre como iria para um país que não sabia nenhuma palavra), nada a impediu. Deste modo vendeu suas posses, juntou as economias, e aos 34 anos foi em busca de uma nova vida, com um pouco de nervosismo talvez, mas sem medo desembarcou no Rio de Janeiro em 1990. Sentia que o destino lhe reservava bons presságios.

\*

A primeira coisa que um estrangeiro refugiado deve fazer, em sua nova terra, é procurar um meio de subsistência. Qualquer trabalho é bem vindo. Nasrin começou a procurar e em um dos passeios pelas feiras hippies do Rio de Janeiro se apaixonou pela delicadeza das joias de prata do artista Cláudio Battaglia. O coração dele bateu forte por aquela jovem mulher (diferente de todas as cariocas e turistas que passavam por ali), um olhar foi suficiente para sentir que poderia passar o resto da vida admirando os sorrisos de uma iraniana como aquela.

Os dois trabalharam juntos vendendo artes, e começaram a construir seu futuro no Rio de Janeiro. Mas, a cidade maravilhosa não é um dos lugares mais baratos para iniciar uma família. Em 1994 Nasrin e Cláudio se casaram e mudaram para Paraty, no sul do Rio de Janeiro. Alugaram um ateliê para confecção dos quadros e joias, e tiveram sua única filha, Iramaya. Todavia, algo no seu âmago era ansiado, sua personalidade forte requiritava trabalhar com seus próprios dons.

Seu marido, Cláudio, é um homem vinte anos mais velho, ela não queria ser dependente só de sua fonte de renda. Ele a admira por sua força de vontade e alegria, seus olhos brilham ao falar da mulher que o acompanha pela vida. Seus poucos cabelos na cabeça com certeza não caíram, nem as leves rugas apareceram, por conta de brigas com a pequena iraniana. O companheirismo que eles têm transparece em cada fala mansa e doce que um tem com o outro. O singelo artista a apoiaria em todas as suas escolhas.

Foi após um jantar ao estilo banquete de rei persa que ofereceram a um casal de amigos, Darlan e Renata, que a sugestão de abrir um local para vender essas comidas apareceu, afinal tais sabores deveriam ser espalhados. Foi dessa maneira que em 1998, no dia 25 de dezembro, as portas do primeiro restaurante de comida iraniana no Brasil foram abertas, e foi único que funcionou na noite de natal em Paraty.

O primeiro “Amigo do Rei” se localizava na Rua Dona Geralda, da pequena cidade turística. Suas portinhas de madeira laranja abrigaram até 2002 um requintado banquete gastronômico. Mas, para garantir os estudos da pequena Iramaya, resolveram voltar para uma cidade grande, e optaram por Belo Horizonte.

Na capital mineira o “Amigo do Rei”, abrigava sete pequenas mesas, recebendo uma lotação de 23 pessoas. Um ambiente agradável que permitia apresentar, de modo primoroso, a culinária persa a seus clientes. Durante seus treze anos funcionando como restaurante, incluindo o tempo que permaneceu na cidade de Paraty, ganhou por onze anos consecutivos a estrela do “Guia 4 Rodas”.

Em 2011, uma proposta tentadora despertou o interesse do casal: mudar para a cidade de São Paulo e abrir ali na capital o restaurante. “Como refutar essa oportunidade?”, pensou a família. Juntaram suas coisas, venderam tudo que tinham e mudaram para o maior polo culinário do país.

Almejavam que ali o “Amigo do Rei” iria crescer rapidamente. Só não esperavam o baque do que viria a seguir e as estruturas se abalaram. Foram abandonados pelo futuro sócio. A pessoa que iria ajudar na construção daquele sonho, mudou de ideia e desapareceu. Como se os prédios da grande metrópole os engolissem, ali se tornaram desconhecidos andando no meio da multidão.

Se reerguer em meio a milhões não é tarefa fácil, tiveram que criar uma alternativa. Agora trabalham com os jantares em sua própria casa, em domicílio, ou comida persa congelada. O cliente pode escolher qualquer uma das opções ou todas elas. Os jantares devem ser agendados por telefone ou por e-mail. Geralmente há pelo menos um jantar por semana, e o pagamento de singelos 160 reais, deve ser antecipado.

Para que tudo ocorra como planejado, todas as terças-feiras, Nasrin acorda cedo, anda 15 minutos até o metrô da Praça da Árvore e vai até o mercadão comprar ingredientes para os jantares da semana. Uma verdadeira chef de cozinha deve olhar atentamente, sentir e provar se os alimentos estão frescos, afinal, um dos segredos está na qualidade da comida. Se o pistache não for iraniano e as nozes não estiverem boas, não compra. Invocada fica se teimam em vender algo em má qualidade. Com dois pequenos carrinhos de mão ela e Cláudio compram tudo que precisam e voltam para casa, se estiver pesado pegam um táxi.

## Moraba ye Beh (doce de marmelo)

### Ingredientes

7 marmelos médios fatiados;  
3 xícaras de açúcar;  
4 colheres de sopa de limão espremido na hora;  
1/4 colher de chá de cardamomo em pó;  
1 colher de sopa de água de rosas;  
4 xícaras de água filtrada.

### Modo de preparo

Coloque 2 colheres de sopa de suco de limão sobre as fatias de marmelo. Em uma panela grande de fundo grosso misture o açúcar e a água, deixe ferver em fogo

médio até engrossar um pouco.

Adicione o cardamomo em pó ou sementes e fatias de marmelo, deixe levantar fervura em fogo médio. Despeje o restante do suco de limão e adicione um pouco mais de água, se necessário.

Tampe e cozinhe por cerca de 2 horas em fogo baixo. Recomenda-se não remover a tampa durante o cozimento para garantir que as fatias de marmelo desenvolva a cor avermelhada.

Adicione uma colher de sopa de água de rosas e cozinhe por mais alguns minutos.

Retire do fogo e deixe esfriar.

Sirva com manteiga, queijo, iogurte espesso e ou como uma cobertura com sorvete de baunilha.

Não possuem carro, nem ajuda de outros funcionários, na cozinha Nasrin trabalha sozinha. A ajuda do seu marido, na maior parte do tempo, fica nas questões do agendamento com os clientes, checagem dos e-mails, e com compras que ela sabe que ele não vai errar na escolha. Mas na preparação dos pratos quem mexe nas colheres é ela, assim, as receitas encontradas nos lares iranianos devem começar a ser preparadas um dia antes, afinal no dia do jantar serão servidos seis tipos de pratos.

\*

Em dias de jantares sua vida vira uma correria, passa praticamente 12 horas dentro da sua pequena cozinha, repleta de panelas, com duas geladeiras e um freezer grande onde congela alimentos e ingredientes que usa nos pratos. O fogão possui quatro bocas, o que dificulta seu trabalho se tiver que fazer muitas coisas ao mesmo tempo. Uma prateleira cheia de temperos localiza-se perto do fogão, e uma mesa no centro facilita na produção.

Ao mesmo tempo em que as mãos movimentam a faca com destreza e leveza, cortando as cebolas, salsinha, cebolinhas; seus olhos ficam atentos à carne de boi sendo fervida em uma panela de pressão. Preparava um guisado bovino no estilo iraniano para o almoço.

Quando o cozido estiver amolecido juntará na panela dois talos de salsinha e cebolinha picadas para ferver, acrescentará ingredientes poucos usados na comida brasileira, como folha de feno grego, carnamomo, açafrão e outras especiarias. O sabor se torna especial à medida que, todos os ingredientes, cozinham junto com um elemento inusitado: limão seco.

Essa especiaria possui um sabor característico, o azedo do limão se perde, deixando somente um toque cítrico. Ao secar torna-se preto e tão leve quanto a casca de uma noz. Cozinhando junto com a carne libera um aroma que lembra as folhas do limoeiro. Quando estiver amolecido partirá ao simples toque da colher, e um caldo negro escorrerá. Na boca a acidez tomará conta.

\*

Se fosse um almoço no Irã tradicionalmente colocariam uma Sofreh (espécie de toalha de mesa) no chão, cobrindo um maravilhoso tapete persa. É costume os iranianos tirarem os sapatos, assim como os japoneses, ao entrarem nas residências, por isso o jantar no chão é comum. Em um banquete iraniano, uma porção de alimentos diferentes são servidos ao mesmo tempo.

Para acompanhamento eles não dispensam: o Nãn-o panir (pão com ervas e queijo de cabra); manteiga com um pouco de mel; nozes e frutas secas; iogurte; torshi (ou pickles persa); e as beterrabas ao vapor. Os pratos principais variam, são servidos geralmente: Ash-e-anar (sopa de romã); paletas de cordeiro; o tradicional arroz com açafrão; cotelete (bolinho de carne com batatas); e o fesenjam (esferas de carne com molho de romã e nozes). Ao final seria servido o chai (uma espécie de chá preto) e as sobremesas como: ranghinack, um delicioso creme pastoso de grãos que envolvem tâmaras rechadas com nozes e coberto de pistache; ou o saboroso moraba ye beh (geleia de marmelo) coberto por iogurte caseiro com carnamomo. Na família de Nasrin ainda serviriam a receita secreta do bolo de pistache com chantilly.



\*

A pequena iraniana tem certeza que, em seus jantares, as pessoas ingerem mais que sabores exóticos, inalam os aromas de uma cultura pouco desvendada nas terras tupis. Descubrem que a comida iraniana foi feita pra comer de colher, e o garfo é só um auxílio no desespero de pegar o pedaço de carne. Desvendam que o povo persa é mais que religião, é história, família, alegria, união e gastronomia.

Os jantares preparados na casa de Nasrin são escolhas dos clientes. Seis pratos são preparados para o dia. A cadbanou dá as opções de pratos principais e combinações possíveis. Os usufruidores da culinária geralmente chegam por volta das oito da noite, e saem onze horas. Não passam de seis pessoas por dia, e são grupos de amigos ou casais procurando uma opção diferente na cidade ou somente curiosos da gastronomia internacional.

As refeições preparadas para grupos maiores de seis são realizadas nas casas do cliente, servindo de quinze a vinte pessoas. Normalmente Nasrin e Cláudio chamam mais uma pessoa para ajudá-los a atender a demanda, pois sozinhos não conseguiram.

Para Nasrin o trabalho nunca cessa, cada dia é uma batalha de garfos a ser vencida. A barriga continuará no fogão e a cabeça recheada de orgulho do seu povo e sua cultura. Saudade da família e da terra natal é derretida em banho-maria, e às vezes pode ser suprida com uma colherada de arroz iraniano, cozinhando sempre ao toque do açafrão.

– Nushe Jan ou bom apetite. –  
Deseja Nasrin a seus convidados.

## Sholeh Zard (pudim de açafrão)

### Ingredientes

1 copo de arroz (200 gramas);

7 copos ou mais de água;

3 ½ xícaras de açúcar;

¼ xícara de manteiga sem sal;

¼ xícara de amêndoas em tiras;

1 grama de açafrão em pó e dissolvido em 2 colheres de água morna;

½ xícara de água de rosas.

### Modo de preparo

1) Limpe e lave o arroz trocando a água diversas vezes. Depois coloque o arroz e a água numa panela e aqueça até ferver, retirando a espuma que for surgindo. Cozinhe por 35 minutos em fogo médio até que o arroz fique macio.

2) Adicione o açúcar, mexendo bem, e cozinhe por mais 25 minutos em fogo baixo mexendo de vez em quando até chegar no ponto. Se estiver muito grosso adicione água morna. Em seguida adicione o chá de açafrão, a manteiga sem sal, as amêndoas e a água de rosas

3) Misture bem. Cubra a panela com a tampa envolvida em tecido, o que é indispensável, e cozinhe em fogo baixo por 20 minutos. Retire a tampa e cozinhe destampado por mais 20 minutos ou até que a receita adquiria a consistência de um pudim.

Transfira o pudim para pratos individuais ou para uma travessa. Decore com canela em pó, amêndoas e pistache. Coloque na geladeira.

**CONTATO: NASRIN HADDAD**  
**contato@amigodorei.com.br**  
**Telefone: 01198194-8190**

# Mesa Voadora:

## um voo pelos pilares da gastronomia

**L**uís Fernando Veríssimo tem alto conhecimento sobre a gastronomia, mas confessa: só abra a geladeira para comer. Em seu livro de crônicas culinárias lançado pela editora Objetiva em 2001, relata que seu amor pela gastronomia se dá em uma relação, unicamente, de prazer ao colocar o alimento na boca, não entende nada da arte de cozinhar. Nasceu dia 26 de setembro de 1936 na cidade de Porto Alegre, e carrega o sobrenome de outro grande escritor brasileiro, seu pai, Érico Veríssimo. Sua carreira de jornalista se iniciou no jornal "Zero Hora" no ano de 1966, migrando para outros jornais anos mais tarde. Hoje em dia escreve para os jornais "Zero Hora", "O Estado de S. Paulo" e "O Globo". Os críticos afirmam que Veríssimo é uma locomotiva de humor e entre outros dons é saxofonista veemente.

O livro "Mesa voadora" foi publicado em 2001, pela editora Objetiva. As 156 páginas possuem 47 crônicas bem humoradas, produzidas ao longo dos quase cinquenta anos de carreira, revelando suas memórias, prazeres e conhecimentos gustativos. A leitura é leve, possui um cardápio variado, deixando o leitor com água na boca. Veríssimo

apresenta um tour gastronômico divertido pela cozinha internacional e nacional. O leitor será conduzido por entre os glorificados bistrôs de Paris, churrascarias argentinas até ir transitar pelas pastelarias na beira da estrada ou botecos.

O livro abre com a crônica sobre o controverso serviço de buffet, uma crítica humorada ao comportamento do ser humano diante da variedade e abundância de comida. Veríssimo escreve seu plano estratégico para conseguir desfrutar de um prato quente no serviço de festa, coisa que, segundo ele, só os convidados empreendedores conseguem tal proeza.

Outras leituras se destacam com seu tempero apimentado como: "De ressaca", onde o cronista conta sobre suas receitas para curar esse mal que o afetava na adolescência, por exemplo, tomar um copo de azeite antes de começar a beber, e critica sutilmente a indústria farmacêutica que cria remédios dizendo ser a solução para todos as dores; em "Pastel a beira da estrada" o autor diz que um dos maiores prazeres do homem é comer um pastel no lugar que parecer menos promissor, uma ode à baixa gastronomia; "Receitas" ele conta que seu domínio na área gastronômica se dá somente dentro da boca; e dessa forma, segue por entre outras divertidas histórias.

A questão temporal é praticamente inexistente, com uma escrita que se encaixa em qualquer época. Em nota, o autor diz: "Ficará claro para o leitor que as crônicas reunidas neste livro se referem a diversas épocas e que não houve a preocupação de manter uma sequência cronológica. Pelas pequenas confusões que isto possa causar — repetições, contradições e outras distrações — o autor pede desculpas. Pelas grandes confusões, ele não se responsabiliza."

Uma escrita leve e rápida. Em suas crônicas podemos perceber críticas com tons humorísticos e levemente ácidos, principalmente sobre a sociedade em que vivemos. Possui algumas caricaturas de personagens imaginários, com características exageradas, para provocar o senso crítico do leitor. Cada linha é um mergulho no riso e na gastronomia. Veríssimo mostra que com criatividade tudo fica mais saboroso, inclusive as páginas de um livro.

# Munchies: para matar a larica gastronômica

**A** descoberta de um dos melhores canais sobre cultura gastronômica me levou a acreditar em outras maneiras de se produzir conteúdos relacionados a culinária. O "Munchies" é um canal da revista VICE e dedicado a temas gastronômicos. Fundada em 1994, no Canadá, por um grupo de jovens desempregados, Suroosh Alvi, Shane Smith y Gavin McInes, originalmente se tratava de uma publicação impressa com temas sobre arte e cultura, mas nos últimos anos criou a versão digital e expandiram seu mercado para "VICE media", onde possui uma produtora de cinema, gravadora e selo editorial. Em 2013, criaram uma série de programas de notícias na HBO intitulado "VICE", que recentemente rendeu um Prêmio Emmy. Hoje, é uma grande empresa com escritórios espalhados pelo mundo, incluindo um no Brasil.

Além do canal dedicado a gastronomia, ela possui outros como: a "Vice Sports"; "Vice News"; "Noisey" um canal sobre música; "Motherboard", sobre tecnologia; "Hump" centrado na música eletrônica; "The creators project", dedicado a arte; e "Fightland", com notícias das artes marciais. Todos os temas ligados particularmente à cultura.

Especificamente no canal "munchies" encontram-se pequenos documentários, artigos, reportagens e entrevistas, tudo diferenciado dos contextos que comumente vemos nos blogs e revistas gastronômicas. Assim, segue fielmente a proposta distinta da linha editorial da revista Vice. O site é em inglês e os programas audiovisuais também (estes podem ser encontrados no youtube, e você pode ativar as legendas automáticas). A parte de vídeos é dividida em vinte diferentes seriados, dos quais comentarei sobre os que mais me atraíram.

"Munchies guide to..." pretende guiar o espectador ao redor do planeta para conhecer os diversos tipos de alimentos. Cada episódio é conduzido por uma pessoa diferente que vai mostrar a comida típica de determinado país, por entre os restaurantes da alta gastronomia até os food trucks. O "Specials" não é muito diferente, mas o foco é nos chefs de cozinha pelo mundo, contando sua trajetória pela culinária. Já em outro tema, "Sex + food", o canal pretende produzir algo bem excêntrico, nele Felix Fang leva o espectador por uma jornada mundial em busca de alimentos afrodisíacos, descobrindo os mitos sobre seus poderes sexuais e experimentando tal libido.

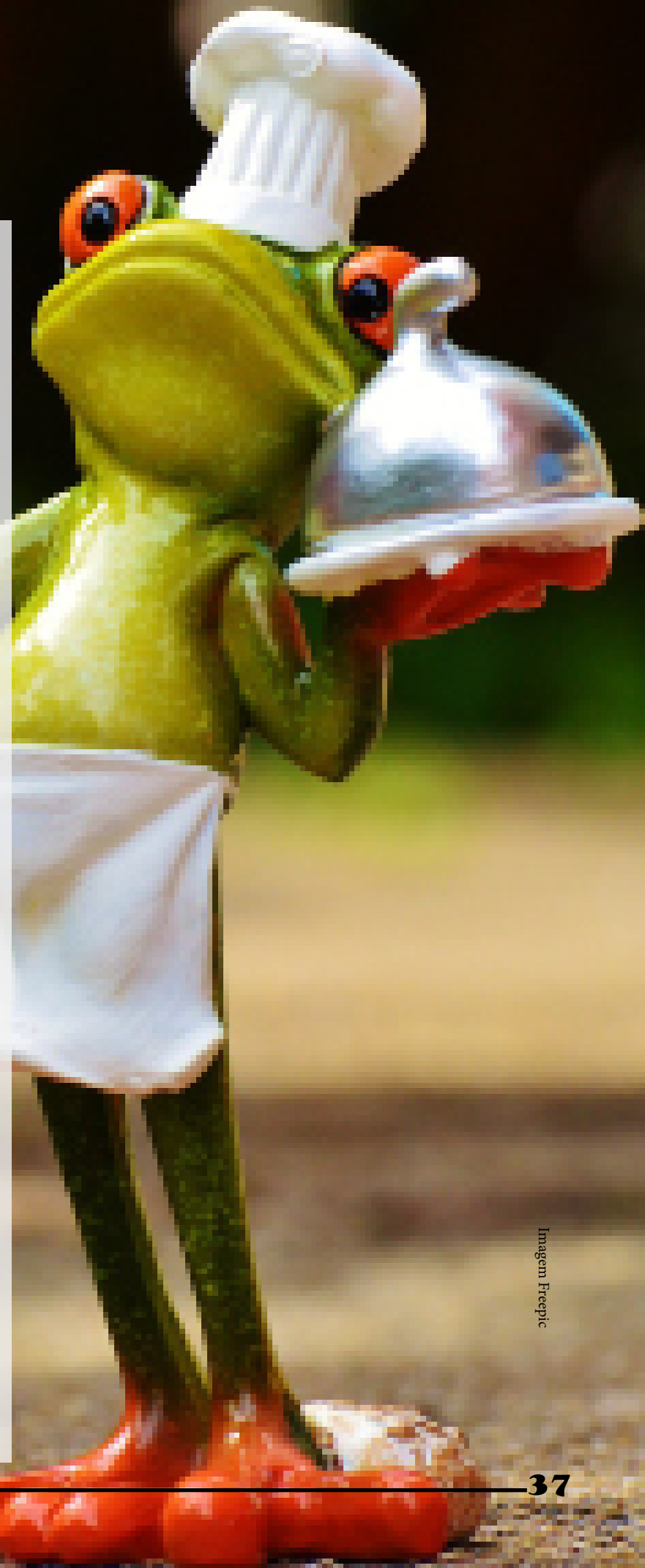
O que apresenta uma proposta mais informativa é "The Politics of Food", a série vai explorar histórias sobre a culinária e as leis que a rodeiam. Eles discutem sobre quais as políticas, tanto sociais quanto ambientais, envolvem a produção alimentícia. A proposta é investigar os danos emocionais, financeiros, éticos, e os impactos ambientais em torno do consumo de certos alimentos. No momento só foram desenvolvidos sete episódios, que variam de vinte a quarenta minutos.

O episódio "The Politics of food: Foie Gras" debate toda a polêmica em torno desse alimento no ano de 2012, quando o Estado da Califórnia proibiu a iguaria, citando entre as cláusulas a preocupação com o bem-estar animal e questões de saúde. Esse fator que causou discussões e raiva, para ambos os lados, foi tratado pelo chef Dave Arnold. Ele debate sobre as chaves da proibição e como a política determina o que pode ou não comer.

O "Chef's night out", oferece uma proposta de entretenimento e guia de diversão, e também merece minutos a mais da minha atenção. O programa é descrito como sendo uma resposta para os shows sonolentos de gastronomia, que invadem os canais pagos. Atualmente com cinco temporadas e 119 episódios em torno de dez a quinze minutos de duração, a produção convoca chefs de restaurantes de diversos lugares para participar de uma noite de "munchies" ou "larica". No início, o convidado se identifica e introduz seu restaurante. Em seguida, de forma peculiar, apresentam através do chef, outros restaurantes e bares da cidade. Um verdadeiro roteiro gastronômico, onde há uma apresentação cultural a respeito da culinária e da vida do personagem central. O tour termina no restaurante do chef, onde ele deve preparar um dos carros-chefes da casa.

No episódio "Chef's Night out: Javier Plascencia, por exemplo, eles convidam Javier para mostrar o que a cidade de Tijuana, no México, tem a oferecer gastronomicamente. Desde food trucks com a verdadeira comida de rua Tijuana, até produtores de cerveja artesanal. Termina em seu restaurante onde prepara uma clássica salada, uma sopa e um lanche.

Todas as propostas oferecidas possuem uma linguagem inovadora, que visa atingir um público-alvo em busca de mais conteúdo e inovação. Por essa abordagem inusitada e provocante ao paladar dos espectadores, uma dose de "munchies" sempre será bem-vinda ao meu dia.



# Colorido paladar

Aqueles que chegam de viagem na pequena cidade universitária no interior de Minas Gerais, Viçosa, nem precisam procurar muito pra encontrar um delicioso e refrescante sorvete. Se misturando em meio às lojas e botecos da rodoviária, uma curiosa decoração com bancos e mesas em formatos de cascas de sorvete, colore o ambiente.

Ali, em meio ao caos do vai e vem das pessoas, encontrei os sabores de uma infância regada a subidas nos pés de jabuticaba. Neste lugar escondido e carismático, provei sorvetes peculiares, diferente do comumente, mas clássico, napolitano.

O mais excêntrico de todos foi o de jaca. Esta fruta que não deveria nascer em árvores devido ao seu tamanho, contrariou seu destino de viver sob o solo, e resolveu que ficaria mais perto do sol. Quem não gosta do sabor adocicado e marcante de sua polpa vai rejeitar com cara feia tal iguaria, e não provará de sua versão gelada e cremosa.

Os sabores de fruta fresca me cativam. Pitanga me transporta para a rua, onde apanhar as pequenas frutinhas azedas era brincadeira de criança. Devorar o de amora sem lembrar que, sempre que for pegá-las vai sujar as mãos, e tudo que puder, de roxo, é impossível. O de jussara, ou mais conhecido ao sul do Brasil como açaí, é o tipicamente brasileiro, seu sabor nacional escorrendo pela minha garganta em um dia ensolarado, é meu deleite. O de limão siciliano já refrescou meus dias com aquele toque azedo preparado na medida certa.

Os clássicos também estão lá para gosto de todos os fregueses. Chocolate, flocos, morango ou baunilha podem adoçar e tornar seu dia mais gelado, por algumas colheradas. Recomendo que prove deles puro, seja qual for o sabor escolhido, pra sentir o gosto de cada colherada. Mas, se gostar, as caldas também possuem vários sabores: de banana, limão e açaí até os clássicos de chocolate, caramelo e morango. Experimente do jeito que preferir, o importante é que os sorvetes deem cor ao paladar, alegrando seus dias de calor.



# Nobre sinfonia

Uma das coisas mais prazerosas é reunir pessoas. E como de praxe a comida pode ser sinônimo de união entre elas. Cafés, almoços, jantares, ou pipoca doce no cinema. Mas, uma ocasião para conversas despreziosas podem ser regadas a queijos e vinhos, considero um tiro certo no meu paladar.

Ao meu ver o queijo é um ingrediente versátil, o qual podemos comer com doce, carnes, pães, no macarrão, no risoto, na pizza ou provar seu sabor sozinho, cortado em pequenos pedaços. Já o vinho é a uma das bebidas mais antigas, sofisticadas e nobres. Em minha boca, o sabor da uva ácida fermentada se mistura perfeitamente com o pedaço de leite coagulado.

Indico que experimente colocar um pedaço de Emmenthal na boca e tomar um gole de vinho tinto. O típico queijo suíço, levemente adocicado, proporciona a suave harmonia necessária para jantares românticos. Para uma reunião de amigos eu ofereceria o gorgonzola, misturaria seu sabor forte e marcante com um tinto seco e encorpado, e um brinde à amizade.

Para formar meu cardápio utilizo o seguinte preceito: queijos leves combinam com vinhos brancos, os tintos com queijo branco, e o vinho doce com queijos salgados. Assim, pretendo criar uma sincronia de sabores em meu paladar. Mas se não quiser seguir minha regra, acredito que comprar um grande pedaço de queijo e algumas garrafas de vinho, convidar os amigos e colocar uma boa música, daria como resultado, também, a harmonia perfeita para a orquestra da vida.





# Minas de sabores

Vagarosamente abro as janelas de madeira, uma brisa doce beija minha face ainda adormecida. O galo começou a cantar e as gotas de orvalho, iluminadas pelos modestos raios de sol, regam o campo. Suaves detalhes sinalizam o alvorecer do novo dia.

O cheiro do café entra pela porta do quarto perfumando o ar puro com sua essência forte e se mistura com o da broa de milho, do pão de queijo, do bolo de fubá, ou do biscoito de polvilho saindo quente do forno. Café da manhã na roça mineira é um festim de rei regado a mel de abelha.

Alma. É por esta razão que cada pedaço da culinária de Minas Gerais é amado por todos. Acordar e ser recepcionada com um banquete, posto sobre toalha xadrez, é oportunidade rara de quem vive na correria das cidades. Dizem que esta é a refeição mais importante, a força pra ficar em pé o dia todo, mas no almoço, por aqui, os deleites continuam se esbanjando.

A lenha começa a queimar cedo no fogão. E como não amar aquele angu, o frango com quiabo e o feijão tropeiro que estão sendo preparados na delicadeza de um fogo que esquenta lentamente. E não adianta procurar um restaurante especializado, é ali no meio do mato, com tudo fresco, que o sabor se torna de pureza inquestionável e o cheiro nos transporta para uma saudosa, e sem definição de qual seja, lembrança de uma vida calma.

Aquele franguinho na panela de domingo é sagrado. O preparo começa um dia antes. Um corte na garganta e retirará o sangue. Depois de alguns segundos de agonia, a galinha pode ser escaldada e suas penas arrancadas. Pode parecer cruel, mas não, é o ciclo da vida.

Em uma grande panela a banha de porco derrete, fritando a cebola, o alho e a salsinha. Depois acrescentam: coração, moela, fígado, peito, coxa, pé, pescoço e o sangue coagulado. Cozinhando os ingredientes lentamente no fogão à lenha, horas depois, encontra-se a perfeita união novamente, coberto por um succulento molho pardo.

Quando o Sabiá assovia meio-dia, os prazeres são despejados sobre a grande mesa de madeira. Todos se reúnem em sintonia para saborear os indescritíveis sabores de uma nostalgia. E para sobremesa, a tão encantadora goiabada com queijo.



**UM CAFÉ BEM FORTE**

*e sem adoçante*

**Para curar a ressaca**

~~~ das angústias ~~~

**E aliviar as dores**

dos amores



## Doce fruto proibido

*nasceu do pecado*  
**e criou-se mito**

~~~ Eis que seja a imortalidade ~~~

**Tuas sementes amargas**

**ETEU NÉCTAR ADOCICADO**



## Tentação

*escorra pelos lábios*

**sublime doce negro**

~~~ Derreta no calor da boca ~~~

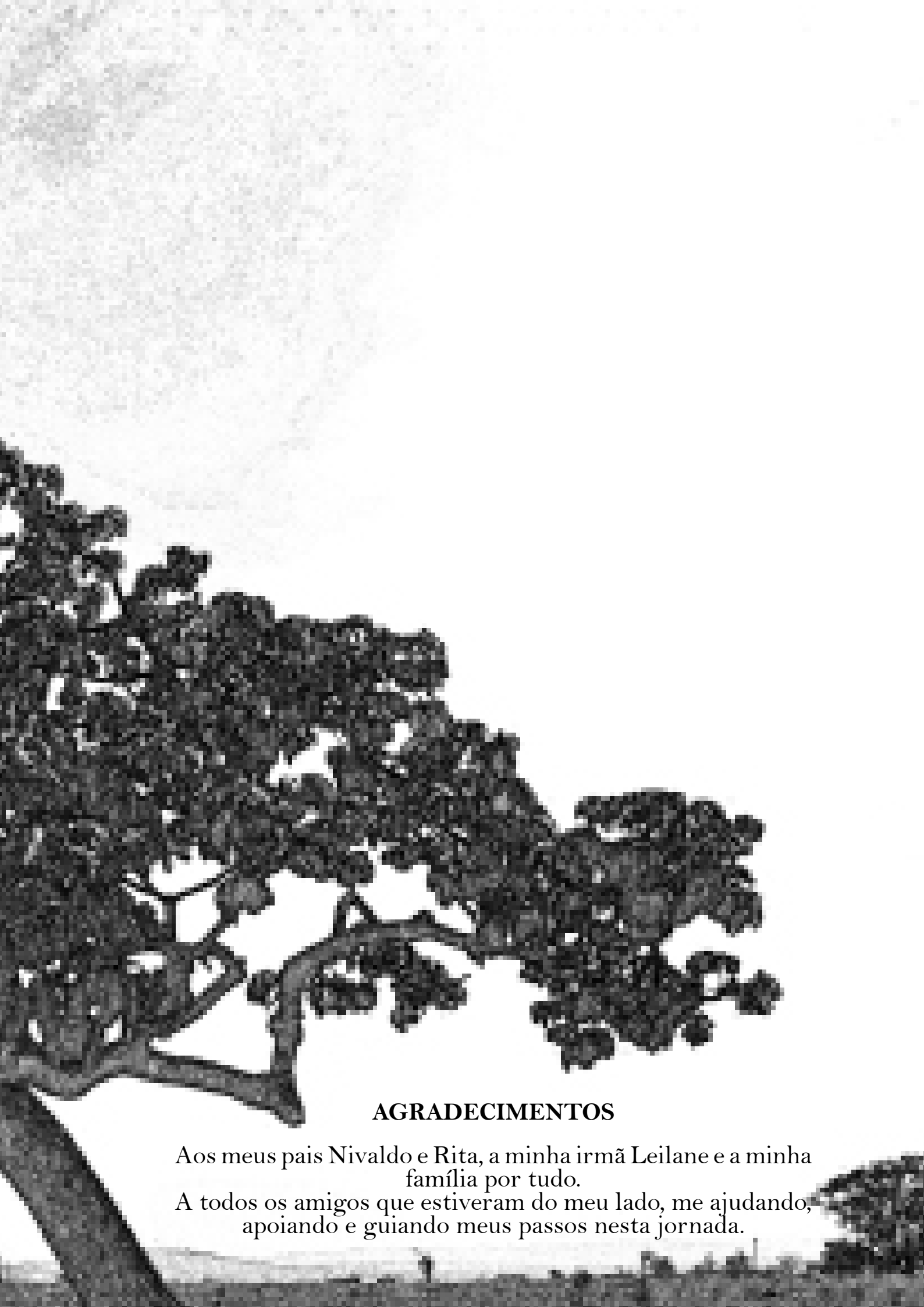
**e espalhe**

**UM SUTIL SABOR DE FELICIDADE**









## **AGRADECIMENTOS**

Aos meus pais Nivaldo e Rita, a minha irmã Leilane e a minha família por tudo.

A todos os amigos que estiveram do meu lado, me ajudando, apoiando e guiando meus passos nesta jornada.

