

TUTANO

EDIÇÃO ESPECIAL 2020

ALÉM DO HORIZONTE
10 nomes da gastronomia que não deixaram a canoa virar em 2020



**POR TRÁS
DESSE
SORRISO
TEM**

Gold Food Service

Há 17 anos abastecemos diariamente o estoque dos restaurantes com o maior mix de produtos do mercado gastronômico!

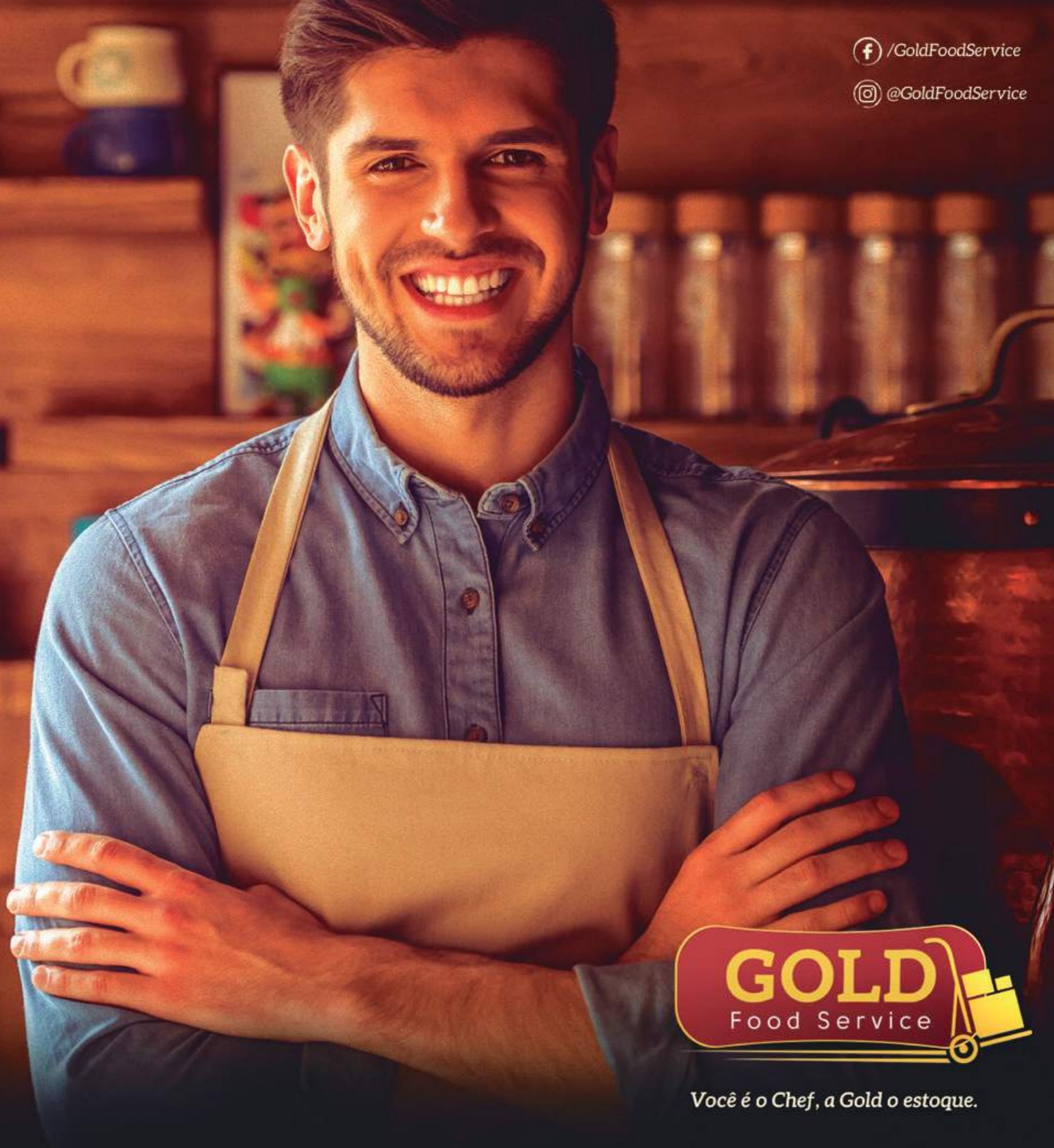
Do ingrediente secreto de suas receitas, até a experiência dos seus fregueses no salão ou em casa, nossos clientes têm à disposição mais de 2.500 produtos selecionados para atendê-los nas áreas de mercearia seca, embalagens & delivery, higiene & limpeza, limpeza profissional e ainda congelados e resfriados - tudo em um único fornecedor!

Não é à toa que repetimos sempre:
Você é o Chef, a Gold o estoque!



 /GoldFoodService

 @GoldFoodService



ISTO É PIZZA DE VERDADE.

Produzida com farinha italiana, em um processo de fermentação natural que leva 48 horas, e assada em um forno napolitano a 400°C, a pizza do Madá não leva nenhum produto que você não consegue dizer o nome. Nosso molho é feito a partir de tomates italianos, próprios para pizza, e utilizamos ingredientes de parceiros locais que nos fornecem insumos frescos diariamente.

Madá Pizza & Vinho | Centro e Ecoville | @madapizzavinho



COLABORADORES	6
• Conheça a tripulação Tutano	
EDITORIAL	10
• O profeta que há em mim	
NÉLI PEREIRA	14
• Borogodó no balcão	
JANA SANTOS	18
• Solta a tua voz	
JOÃO FERRAZ	22
• Spaghetti alla carbonara tem CEP paulistano	
RUI MORSCHER	26
• Senta que lá vem a chicória	
LIDI BARBOSA	30
• Luta do século	
JOÃO DIAMANTE	36
• A gastronomia brasileira é preta	
GABRIELA CARVALHO	40
• ¡Viva la revolución!	
ALBERTO LANDGRAF	44
• Criatividade com o Bruce Lee da alta gastronomia	
PARANÁ TURISMO	48
Rolê Tutano. Um roteiro com gostinho de retomada	
RENE SEIFERT	54
O pão floodou o feed	
CRÔNICA	58
Comer, cozinhar, sobreviver	

Acesse TUTANOASTRONOMIA.COM.BR

UM PORTAL FEITO PARA QUEM COZINHA, PENSA, VENDE, PRODUZ E COME COMIDA

EXPEDIENTE EDIÇÃO BETO MADALOSSO PROJETO PULP EDIÇÕES DIRETORA DE REDAÇÃO KARINA HIRAMI JORNALISTA RESPONSÁVEL FERNANDA ÁVILA FERREIRA - DRT 3884 DIRETOR DE CONTEÚDO VICENTE FRARE REDAÇÃO BRUNA JUNSKOWSKI, ISABEL VICTORIO, MELÓRA MOURA, TIAGO VIDAL DUTRA, CAYAN FONTOURA, VERÔNICA ALVES E LARISSA FANES EDITORA DE CRIAÇÃO PATRICIA PAPP DIRETORA DE CRIAÇÃO E ARTE JULY SCHNEIDER DESIGNERS TIFFANY MAGALDI, MYRIA TOKMAJI E KAROLYNA PIAZZETTA CAPA JULY SCHNEIDER REVISÃO FRANCIELE BUENO IMPRESSÃO GRÁFICA MONALISA TIRAGEM 5.000 A REVISTA TUTANO É UMA PUBLICAÇÃO DOS RESTAURANTES MADALOSSO, FAMIGLIA FADANELLI, CARLO RISTORANTE E MADÁ PIZZA E VINHO NÃO CONTÉM GLÚTEN.

EDIÇÃO:



FACEBOOK.COM/TUTANOASTRONOMIA



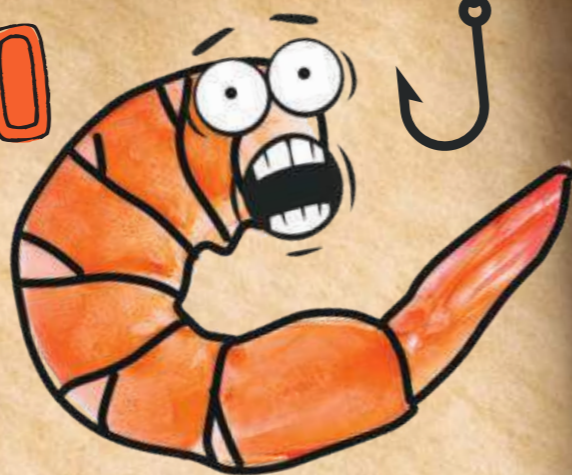
@TUTANOASTRONOMIA



tutano@pulpicoes.com.br

TRIPULAÇÃO REVISTA TUTANO

CONHEÇA A MARUJADA QUE NÃO PROCURA O NEMO;
PROCURA BOAS HISTÓRIAS E ÁGUA DE BAÍA PARA VIVER EM PAZ.



PATRÍCIA PAPP

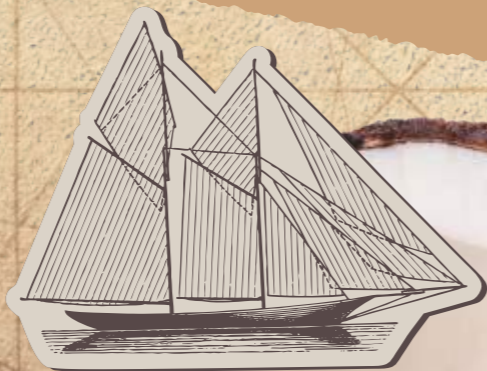


Publicitária e sócia da Pulp Edições. Transforma qualquer tempestade em calma. Só perde a paciência se cruzar com algum marujo preconceituoso.

FERNANDA ÁVILA



Jornalista e sócia da Pulp Edições. Filha de Iemanjá, ama pizza, camarão e praia com sol. Manda direto para a prancha quem não valoriza a diversidade.



JULY SCHNEIDER



Se o mundo fosse acabar e apenas uma pessoa pudesse salvá-lo, seria ela. Publicitária e responsável pela Direção de Criação da revista, é a capitã que dá conta de jobs infinitos sem ter nem uma ruga na cara!

KARINA HIRAMI



Jornalista que traduz tudo o que está na cabeça do Beto Madalosso. Sonha com as aventuras que vai viver com a filha, Bia, em uma canoa com muita raspadinha e palhaçaria.

TIAGO DUTRA



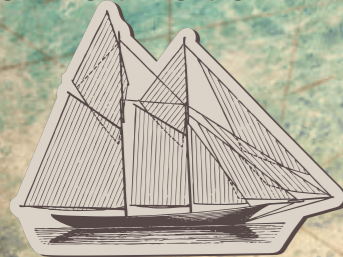
Redator publicitário e cronista. Cozinha pra dedéu. Como excelente pirata, saquearia cavelas portuguesas, daquelas cheias de riquezas brasileiras, para trocar tudo por jiló.

BRUNA JUNSKOWSKI



Jornalista, navega no mar de textos com a rapidez de sua lancha criativa. Luta contra as colônias da mesmice e manda gente intollerante direto para o mar de tubarões.





VERÔNICA ALVES



Jornalista com cara de brava, mas um docinho (vegano) por dentro. Tem sempre a coisa certa a dizer para abrir a cabeça e acalmar os corações da redação.

MEL MOURA



A jornalista mais fashionista da tripulação. Por trás da meiguice do delineado cor-de-rosa, há uma pirata justiceira, pronta para lutar contra as desigualdades dos sete mares.

BEL VICTORIO



Jornalista, desenhista revelação. Discípula de Largados e Pelados. Com a mesma facilidade que lembra de memes dos anos 2000, arrasaría no job "sobrevivência" se virasse naufraga.

LARISSA FANES



Jornalista e backing vocal da firma. Se ficasse à deriva, daria um jeito de fazer um carnaval em fevereiro e criaria uma legião de golfinhos drag queens.



MYRIA TOKMAJI



Myria da Síria Silva do Brasil. Designer e diretora de arte. Carrega o Qanun, instrumento musical sírio, pra todo lado. Uma vez no Titanic, teria servido as delícias da Yasmin Comida Árabe.

TIFFANY MAGALDI



Designer, diretora de arte e sereia urbana. Se a sereia da Disney perde a voz, essa grita alto contra toda injustiça e contra qualquer marujo incapaz de respeitar o coletivo.

CAYAN FONTOURA



Devoto do Deus Sorvete e jornalista. É o marujo saudos do mar, que vive preocupado com os boletos e sonha com o dia em que vai achar um barco cheio de ouro só para ele.

KAROLYNA PIAZZETTA



Designer e multiplicadora da palavra do biscoito de polvilho. Se ficasse três meses em alto mar, levaria um celular Nokia: jogo da cobrinha + bateria infinita = necessidades básicas atingidas.

O PROFETA QUE HÁ EM MIM



A GENTE e essa mania de querer prever o futuro. A pandemia mostrou. Todo mundo tem um profeta escondido dentro de si, todo mundo tinha uma opinião para o pós-crise. Uns mais otimistas, outros menos. Sei lá. O fato é que o otimismo oscila dentro de nós mesmos. Hoje, por exemplo, me debruço para escrever este editorial com certa melancolia. Derrubo todas as expectativas futuras, ou melhor, sinto medo da tal retomada econômica que alguns garantem estar chegando com força. A excitação por crescimento é o desejo da volta ao velho normal. É a busca por nossa zona de conforto. Não gosto de zona de conforto. Então, confesso: senti ânimo na crise. Não preciso dizer aqui, mas digo porque alguns podem me interpretar mal: não tem a ver com morte, mas, sim, com o caos. Há vida no caos. E, quando tudo parece estar ruindo, a gente acha uma solução.

**A EXCITAÇÃO POR
CRESCIMENTO É O
DESEJO DA VOLTA AO
VELHO NORMAL. É A
BUSCA POR NOSSA
ZONA DE CONFORTO.
NÃO GOSTO DE ZONA DE
CONFORTO.**

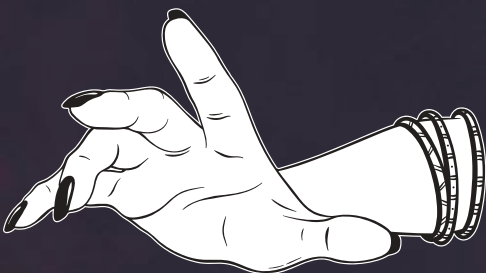
O Fórum Tutano de 2020 nasce do caos. No início de março, quando a pandemia nos acometeu, mandei um áudio para a mulherada (sim, são todas mulheres) que faz o Fórum acontecer e falei: “Galera, esse ano não vai rolar, impossível fazer o evento”. Poucas horas depois alguém respondeu: “Imagina, Beto, este ano vai ser ainda mais foda, a gente não tem limites”. Limites, ela quis dizer, no sentido literal da palavra. Um evento on-line não tem barreiras. De repente, nos demos conta de que o alcance de público e as participações de palestrantes não estariam mais restritos ao perímetro de Curitiba.

E aí vem todo o processo de construção. Qual o tema? Qual o formato? Quem serão os convidados? O efeito da pandemia, ironicamente, me aproximou de muita gente a que talvez eu jamais tivesse acesso. Assisti a diversas lives do Facundo Guerra falando sobre empreendedorismo, lives do João Ferraz falando com os maiores chefs do mundo, troquei muitas figurinhas sobre gestão de crise com o Edrey Momo, falei com a Carolina Haro sobre tendências e com o Rodrigo Bellora sobre o conceito do seu novo empreendimento em Bento Gonçalves. Um dia, a Néli Pereira invadiu uma live minha e decidi convidá-la para ser curadora do painel sobre bebidas. E para a Carol Oda, que já estava na nossa lista de celebridades fazia tempo, mandei mensagem e ela disse “tô dentro”. Ah, esse Instagram é uma bênção. Fiz live com o João Diamante, com o Gabriel, do O Pão Que O Viado Amassou, e com o Leonardo Macedo, que explodiu o colesterol dos paulistanos vendendo tortinhas de banana. No auge da minha ousadia intelectual, consegui uma prosa com a Adriana Salay e,

de quebra, convidei-a para estrelar no fórum e falar sobre os projetos sociais da quebrada, junto com o Rodrigo Oliveira, que veio de brinde — que brinde!

Os painéis vão abrir o debate para o caminho do produto da horta ao cliente, passando por gestão, bebidas e serviço de salão. Demos trabalho aos curadores. Pedimos que trouxessem nomes de respeito para enriquecer a conversa. Também pedimos diversidade e, por sermos bichos do Paraná, pedimos que cada painel tivesse ao menos um representante do nosso estado — queremos ver nossos conterrâneos brilhando.

E enquanto parte da nossa equipe corria formalizando os convites que eu fiz por áudio de WhatsApp, outra parte corria em busca das melhores soluções digitais para o evento acontecer. Pensam que é fácil? Isso sem falar do trio que tem o desafio de buscar parceiros/apoiadores/patrocinadores para colocar o evento de pé.



O FÓRUM TUTANO NÃO TEM OUTRA EXPLICAÇÃO SENÃO MINHA PROFUNDA PAIXÃO POR AMPLIAR A VOZ DE QUEM EU ADMIRO.

Olha, vou falar, viu. O Fórum Tutano não tem outra explicação senão minha profunda paixão por ampliar a voz de quem eu admiro. É, é isso mesmo. Funciona assim: quando eu vejo alguém como o João, o Facundo, o Edrey, a Carol, o Rodrigo, a Néli, etc, penso: “Caralho, todo mundo precisa ouvir isso. O mundo precisa ouvir isso”. E aí eu saio feito louco para fazer o evento acontecer. É assim. Sou tomado por um impulso e só depois vejo o rolo em que me meti.

Mas já estou me acostumando. Esse é nosso terceiro ano de Fórum Tutano e tenho uma gratidão imensa por todos que acreditam nessa missão. Às marcas apoiadoras (Sebrae PR, Paraná Turismo, Rappi e Três Corações) e ao Ozeias, da Gold a Food Service, meu respeito e um muito obrigado. Da mesma maneira às empresas que estiveram conosco em 2019 e 2018. Quem diria que aquele evento que nasceu da simples ideia de conectar pessoas sedentas de conhecimento com profissionais cheios de experiência chegaria onde chegou.

Eu amo isso. Sério. O Fórum me seduz. Comecei este editorial meio cabisbaixo, um tanto quanto melancólico. Agora que chego no último parágrafo, sinto entusiasmo, sinto ânimo em poder reviver tudo de novo, em imaginar o prazer de quem fala e de quem ouve. Em reunir pessoas tão inspiradoras nessa revista. Mesmo que o novo normal seja o velho normal, eu vejo a vida melhor no futuro.

carlo

RISTORANTE ITALIANO



Segunda a sábado, à la carte e rotisseria
Almoço - 11h30 às 14h30 | Jantar - 19h às 23h | (41) 99963-0323

BOROGODÓ NO BALCÃO



FOTO: INULCÇÃO

“Na dúvida, olhe pra dentro”. Com essa frase, Néli Pereira – jornalista, criadora de coquetéis brasileiros, consultora de bebidas e pesquisadora de ingredientes nacionais – começou nossa conversa sobre sobrevivência. Néli decidiu não ficar a ver navios enquanto muita gente ainda decidia se pulava na água sem boia mesmo ou esperava o resgate. “Fechamos o Zebra (bar/atelier que fica no centro de São Paulo) logo no primeiro fim de semana de março, vários contratos que tinha como consultora e freelancer foram encerrados e restou fazer o que sei fazer: me comunicar, falar sobre o Brasil, tentar nadar contra a corrente, remar contra a maré”. Foi assim que ela embarcou no maravilhoso mundo das lives e usou todo seu borogodó, adquirido com anos de experiência como comunicadora (um parêntese pra lembrar que ela foi âncora da Band News, apresentadora da BBC e outras *cositas más*), para falar sobre coquetelaria e cultura brasileira. Assuntos que sempre vêm temperados com ingredientes fundamentais pra alimentar o cérebro de qualquer ser do tipo humano: desigualdade social, saúde, educação, diversidade, inclusão, representatividade, descolonização, política, feminismo, racismo... É, minha gente, a Néli não escolheu navegar em marolas. Não é de hoje que ela tem sua bandeira cravada na terra daqueles que não aceitam a vida como ela é. Por isso, a gente pega carona nesse barco e traz ela pra perto sempre que tem uma oportunidade. Neste ano ela foi curadora do painel “Alerta de Ressaca” do Fórum e, na entrevista a seguir, divide algumas ideias com a gente. Ouçam essa mulher, ela manja dos paranauê.

Além das lives, o que mais você tem feito para atravessar a tormenta?

Criei projetos em que acreditava, consegui me vincular com algumas marcas e passei a produzir conteúdo e gerir projetos. No fim, os ventos mudaram e eu icei as velas para acompanhar esses ventos. Passamos a tormenta, de certa forma. Mas ainda há muita turbulência à vista no nosso país. Na dúvida, olharei para dentro novamente e para o que faz sentido.

Como você avalia o impacto da pandemia no seu setor?

O impacto é imensurável ainda. Acho que cada um sentiu de uma forma – espaços menores tocados pelos próprios donos de certa forma têm mais autonomia para se reinventar, mas também menos recursos. Quem conseguiu, se reinventou, enfrentou, e sai mais forte. Espaços maiores, com investimentos superiores, sofrem de forma diferente. Todos sofremos, de algum modo, pois estamos todos no mesmo mar, mas não no mesmo barco. Alguns nadam com iates, outros com boia de braço, outros se afogam porque não têm no que se segurar.

Quais iniciativas de sobrevivência mais chamaram sua atenção nesse período?

Eu admiro aqueles que conseguiram atravessar a crise sem alterar seus valores, seus princípios. Não avalio a forma como um e outro conseguiu sobreviver porque acho que os tempos pediram medidas radicais e eu não julgo a forma como cada um fez para atravessar a tormenta. Mas acredito sempre nas iniciativas que conseguem fazer isso e valorizar a terra, o ciclo do alimento justo e limpo e a valorização dos profissionais envolvidos na cadeia – da terra ao copo, ao prato.

5 ingredientes mágicos:

Empatia, amor ao próximo, respeito, igualdade social e educação. O que misturar nisso aí dá samba dos bons. Mas, se fosse para escolher alguns brasileiros, eu iria de mastruz, mandioca, jurubeba, carqueja e cachaça.

5 misturas salvadoras:

Os ramos e as benzedoiras, as plantas e as raizeiras, os índios e os negros e a cultura ancestral. Mel e cachaça. Tiquira e limão.

Coisas pra não esquecer de 2020:

- 1- Mais de cem mil brasileiros morreram numa pandemia que poderia ser melhor controlada se tivéssemos um governo que se importasse.
- 2 - A sanidade mental também é um bem valioso que precisa ser mantido.
- 3- A corda sempre arrebenta do lado mais fraco. Esteja com aqueles desse lado da corda.
- 4 - Somos responsáveis pelo nosso voto, mas não somos eximidos das atrocidades daqueles que não colocamos no poder.
- 5 - O brasileiro é povo guerreiro e lutador.

Coisas pra não lembrar de 2020:

Acho que a gente deve se lembrar de cada detalhe sórdido deste ano, das milhares de vidas que se perderam, do projeto de genocídio do governo, dos milhares de negócios que fecharam, da forma como os pobres foram tratados. Que a gente não se esqueça de nada e que essa atrocidade fique muito viva na nossa memória para que a gente possa fazer algo a respeito, nem que seja nas urnas, serão nas ruas quando pudermos.



Beber com moderação é uma questão que tem aparecido bastante na sua fala. Por que achou importante falar sobre isso agora e, na sua opinião, o que é beber com moderação?

Eu venho falando sobre moderação no consumo de álcool há três anos, nas minhas lives e conteúdos no Instagram e porque eu faço, há dois anos, intervalos no consumo: a cada 90 dias, fico 30 sem beber. O que aconteceu foi que o tema ganhou destaque na pandemia porque muita gente passou a exagerar no consumo ou a prestar atenção nele. Acho importante falar sobre isso sempre porque trabalhamos numa indústria que fala muito pouco sobre consumo responsável e que “via de regra” acaba glamourizando o consumo de álcool, e porque pouca gente que trabalha no mercado atenta para essa questão. E também porque estamos falando de saúde – não à toa, brindamos a ela quando levantamos nossos copos. E precisamos honrar esse brinde. Na minha avaliação, o consumo moderado é aquele consumo consciente, que respeita os limites do corpo e que é racionalizado – ritualizado até. O que você QUER beber, o que tem VONTADE de beber, o que vai PLANEJAR beber, avaliar se PRECISA beber ou se está fazendo só no piloto automático. Parece simples, mas é um exercício importante à beça. Para todos nós. A

pergunta é simples: você lembra a última vez que ficou uma temporada sem beber? Tem bebido todo dia? Isso pode ser um problema? São questões que nos ajudam a racionalizar o consumo e a beber menos. E melhor.

Há uma corrente forte que nega a diversidade e a pluralidade das nossas raízes, em especial das indígenas e africanas. Você, na contramão, traz o discurso da descolonização, dá visibilidade e voz a estes corpos e identidades. Como podemos remar juntos nessa correnteza?

Eu venho pesquisando sobre o Brasil há mais de 20 anos. Fiz um mestrado em identidade cultural brasileira, me dedico a essa pesquisa – seja no jornalismo, no meio acadêmico ou na coquetelaria. Estudar sobre o Brasil implica entender a nossa formação, os defeitos dessa formação e as vozes e narrativas que ficaram em segundo plano durante bastante tempo e que, caso tivessem sido ouvidas e levadas em consideração, teríamos certamente outra configuração de país. Os horizontes ambientais, por exemplo, estão com os indígenas, que sempre cuidaram das nossas florestas – as respostas estão todas com eles, que sempre se entenderam como parte da natureza. Eu não despertei para essas questões, elas me desperta-

ram. E eu não consegui mais viver num mundo em que eu não falasse sobre elas, não jogasse luz sobre elas o tempo todo. Eu sou uma intermediária apenas. Acredito que uma cultura é viva quando vivida, no cotidiano. Não quando vira peça de museu, morta, estática. Eu vivo a cultura brasileira todos os dias, e a ressignifico como posso. Acho que, para remar junto, basta sair da zona de marasmo de ser apenas consumidor e passar a ser também agente de tomada de decisão sobre o que você come, o que bebe, de que forma, o que está na sua mesa, o que você ouve. Não ser passivo, como tanto querem aqueles que tentam nos manipular, de uma forma ou de outra. Não podemos acreditar que esse é um país que deu errado. Há muito ainda a se fazer por ele. Por nós.

Para quem você gostaria de servir um coquetel e que ingredientes usaria?

Eu gostaria de beber junto com Ailton Krenak, Davi Kopenawa, Sonia Guajajara. Aprender com eles sobre as nossas bebidas ancestrais e servir o que tivessem vontade de beber. Eu adoraria ter tido a oportunidade de servir um coquetel brasileiro para Ariano Suassuna, Mario de Andrade, Darcy Ribeiro. Faria brindes a Antonio Candido, Sueli Carneiro e tantos outros.

O que é o melhor e o pior do Brasil?

O pior é a nossa desigualdade e a nossa elite política e social. O melhor são as frestas que os brasileiros encontram para continuar sobrevivendo. Somos uma cultura feita dessas frestas, de vários cruzos.

Se pudesse reunir cinco pessoas na mesa de um bar para traçar um plano para o Brasil, quem chamaria?

Vixe Maria, ia precisar de muito mais gente. Eu chamaria Frei Beto, Ailton Krenak, Sueli Carneiro, Silvio Almeida e certamente pediria para que eles me indicassem o quinto elemento. Talvez a gente construísse um plano lindo que jamais seria aceito pelas elites enalacradas e mesquinhas que comandam este país.

Complete a música:

Além do horizonte existe um lugar... mais justo e menos desigual para a gente morar.

Naquela mesa está faltando... igualdade social e educação para todos. E, meu deus, que falta faz o meu pai, sempre.

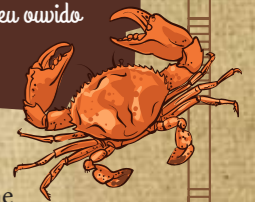
Pai, afasta de mim esse cálice de... bebida cheia de ingrediente importado.

Hoje eu vou tomar um porre, não me socorre que eu tô... legal, bebendo sempre com moderação e não tomando porre, não, porque a minha saúde vem em primeiro lugar e quem manda no meu corpo sou eu.

“E aquilo que nesse momento se revelará aos povos... Surpreenderá a todos não por ser exótico/ Mas pelo fato de poder ter sempre estado oculto/ Quando terá sido o óbvio”. Essa frase é perfeita, a gente deveria prestar mais atenção no que ela nos sugere: a resposta está com os indígenas também. E eles não são exóticos – o norte-americano, o europeu é que é exótico a nós. Eles estão tentando nos dizer o óbvio, mas não estamos ouvindo.

Minha dor é perceber que apesar de termos feito tudo que fizemos... ainda pagamos pau pra tudo que é gringo e desvalorizamos o que é brasileiro.

Eu sou a mosca que... pousou no seu coquetel brasileiro e que vai fazer zungum no seu ouvido até que você me ouça.



Onde encontrar a Néli

Siga o perfil @neli_pereira e acompanhe a programação.

Tem opinião, informação, receitas, entrevistas e o sensacional Domingão do Balcão!

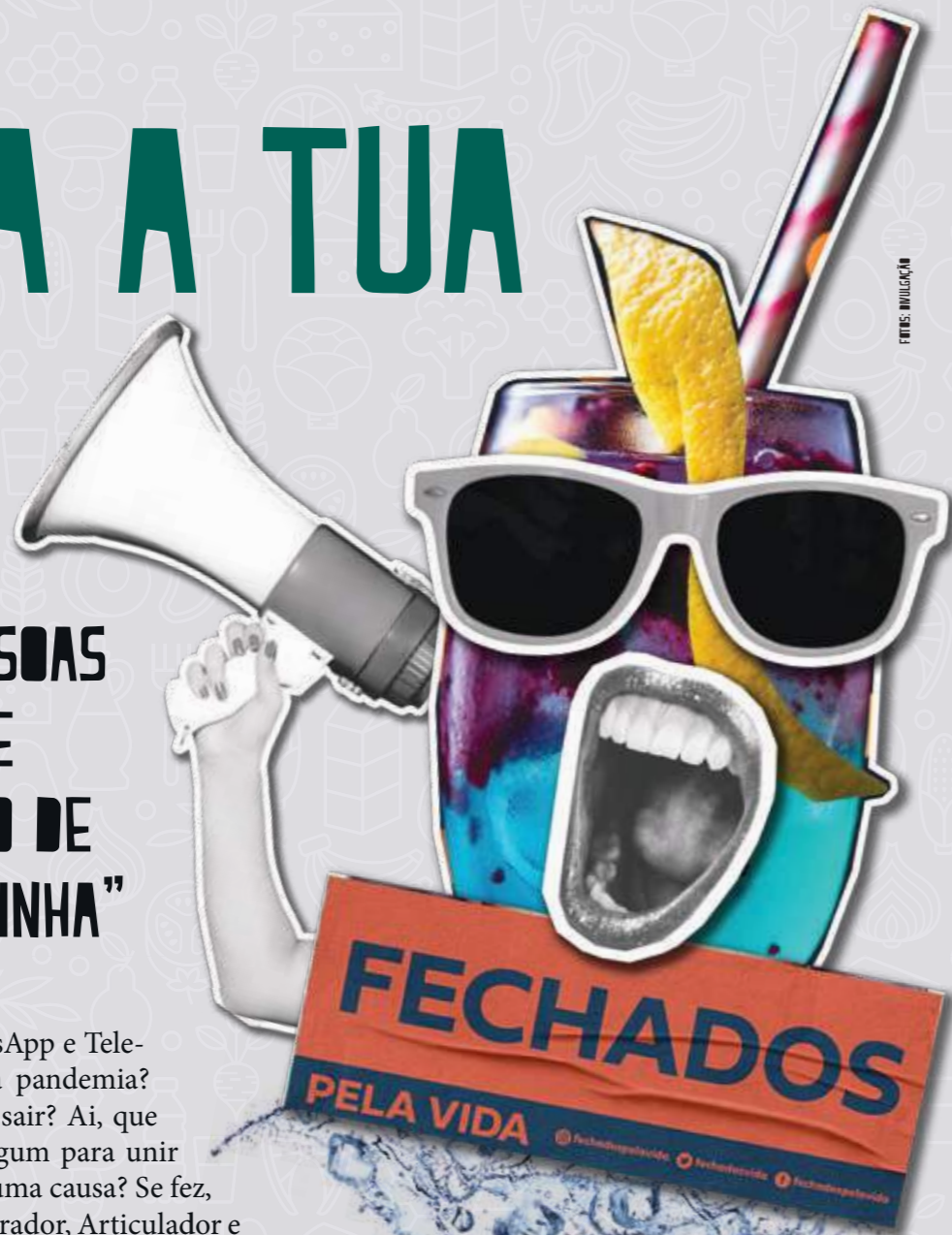
SOLTA A TUA VOZ

“TODAS AS PESSOAS TÊM UMA VOZ E FOI O MOMENTO DE DESCOBRIR A MINHA”

Em quantos grupos de WhatsApp e Telegram você entrou durante a pandemia? De quantos teve o prazer de sair? Ai, que goxxxtoooooo. Você criou algum para unir seus semelhantes e lutar por uma causa? Se fez, merece o selo AAA: Administrador, Articulador e Abençoadx do grupo. Jana Santos, sócia do Cosmos Gastrobar em Curitiba, criou, junto com a empresária Ieda Godoy, do Mãe e Café Mafalda, e os amigos Milena e Pedro, do Ginger Bar, o grupo #FechadosPelaVida.

“Cada um foi adicionando outras pessoas que também se sentiam da mesma forma: indignadas, não representadas, abandonadas. Esse propósito de buscar alternativas e pedir medidas mais enérgicas durante a pandemia nos uniu. Começou com 3 e virou quase 200 (pequenos comércios de Curitiba). Desses 200, fizemos um abaixo-assinado e viramos 15 mil pessoas unidas, CPFs e CNPJs, pela mesma causa”, conta Jana.

Assim ela passou a representar uma rede que se posicionou a favor do lockdown, tocou em assuntos delicados e lidou com discursos de ódio nas redes sociais. Jana diz que passou por um processo de empoderamento de verdade: “Eu abracei esse papel de fazer muita coisa pelo coletivo porque eu senti que tinha mais tempo para doar do que os demais, mas nunca me vi como líder de nada. E, de repente, estava ali ligando para político, fazendo abaixo-assinado, motivando meus colegas, fazendo reunião. Todas as pessoas têm uma voz, e para mim foi o momento de descobrir a minha.”



FOTOS: ILLUSTRATION



#FechadosPelaVida



TUTANO

Jana, o #FechadosPelaVida nasceu espontaneamente e se transformou em uma rede de apoio. Conta como os membros se ajudaram durante essa fase tão dura para bares e restaurantes.

JANA

Formamos uma teia que colabora muito entre si. Da primeira iniciativa, surgiu um grupo jurídico de voluntários para nos ajudar a entender o emaranhado de decretos. Outra iniciativa foi criar um grupo de deliveries em que trocamos experiências e aprendizados. A rede também se mobilizou para fazer um protesto virtual, nas mídias sociais e com projeções pela cidade.

TUTANO

Sobre bares e restaurantes se posicionarem. O que pensa sobre isso?

JANA

Eu também pensava que se posicionar politicamente é um risco porque nunca sabemos se o cliente vai pela esquerda ou vai pela direita ou por qualquer outra via. Quando enveredamos por esse lado, realmente é arriscado.

JANA

Sempre falamos em Administração que a empresa tem que ter visão, valores e missão. Como podemos dizer que temos valores se não estamos preocupados em incluir todos, todas e todes? (emoji de arco-íris) Valores não são uma placa ou um slide de PowerPoint. Temos que dar vida aos nossos propósitos por meio de nossas empresas. Como comunicadora e também como empreendedora, acredito que cada empresa pode encontrar um tom de discurso que sinta que é confortável, mas uma empresa sem valores é uma empresa sem alma.

JANA



TUTANO

O que sobrou para os pequenos negócios na pandemia?

JANA

Perseverança. Eu lembro de uma frase do livro do chef e apresentador Anthony Bourdain. Li quando estava abrindo o Cosmos. Ele falava que só maluco tem restaurante, porque é o pior negócio do mundo. Foi muito motivador para quem estava abrindo um restaurante.

JANA

Dá muito muito trabalho e não é o ramo mais lucrativo do mundo. A gente faz isso porque tem paixão. Eu tenho vontade de contar todas as histórias de batalha, de luta, de reinvenção, de gente que ficou conectado até as 4 da manhã para conseguir empréstimo. Sobrou muita história sobre essas batalhas, mas faltou cronista para contar tudo.

TUTANO

E a Alcione cantando “Não deixe o grupo morreer, não deixe o grupo acabaar...”. Vocês falam sobre isso?



JANA

Falamos, sim, sobre permanecer unidos, sobre fazer a maior festa de todos os tempos, virar uma associação formalizada. Quando a gente se soma, sai sempre mais do que começou. Sobre essa rede que criamos, tem um provérbio bem bonito africano que fala “*It takes a village to raise a child*”. Acredito que é preciso fazer sua vila para sobreviver à pandemia.

TUTANO

Aproveitando que falou em festa e brindes...



TUTANO

Como foi a criação dos drinks em lata que o Cosmos Gastrobar lançou durante a pandemia, quando estavam operando só no delivery?

JANA

Os drinks em lata foram um dos nossos “filhos” da pandemia. Nossa coquetelaria é muito autoral, descontraída e ao mesmo tempo preza por qualidade, fruta fresca, xaropes artesanais. Colocar esse universo dentro de uma lata foi um desafio, mas foi bem bacana também se aproximar de outros parceiros. O processo de preparação e envase foi como o de uma cervejaria artesanal, e contamos muito com a ajuda dos nossos amigos da micro-cervejaria Palta e da Bacco Spirits, e também da licoreira artesanal San Basile, de São Paulo, que nos guiou por esse processo.

TUTANO

Como você quer ver o Cosmos Gastrobar no verão 2020/2021?

JANA

Cheio de gente se abraçando, comendo a comida que nos faz feliz, bebendo drinks bons, feitos com carinho. O delivery é uma forma de sobrevivência, mas esse espaço da convivência, de atender o cliente pelo nome, de contar a história de como aquilo foi feito não dá para transportar completamente para o delivery. O Cosmos é um lugar de experiências e, sem nosso salão, essa experiência fica um pouco menos humana. Ali no delivery todo esse universo da gastronomia, da coquetelaria fica resumido a uma palavra-chave num buscador. Não dá para transportar tudo.



“Se você acha que há um problema, cobre os políticos que te representam. Chame o vereador nas mídias sociais, mande e-mail para o deputado. Busque os canais que você pode fazer ecoar sua voz, mas não fique calado. Se a gente não faz barulho, realmente nada vai acontecer”, Jana Santos do #FechadosPelaVida.



**A MAIOR E MELHOR
DISTRIBUIDORA
FOOD SERVICE
DE CURITIBA E REGIÃO METROPOLITANA.**



ACESSE: LOJA.STAMPAFOOD.COM.BR

A **Stampa Food** está há mais de 10 anos oferecendo as melhores marcas de **Food Service em Curitiba e Região**, para suas receitas, seja sua empresa um **restaurante, pizzeria, confeitaria ou outro empreendimento do setor de alimentação**. Qualidade, variedade e velocidade na entrega, além das melhores condições e ofertas são nossos maiores compromissos com você e seu negócio. **Peça agora pelo site ou fale com um de nossos vendedores!**

ENTREGAMOS O MELHOR PARA AS SUAS RECEITAS!

(41) 99929-4050 (41) 3134-3250

/STAMPAFOOD

SPAGHETTI ALLA CARBONARA TEM CEP PAULISTANO

■ CÚMPLICE

SEM ALARME OU TUMULTO, SAIBA: O SPAGHETTI ALLA CARBONARA FUGIU DA ITÁLIA E PARECE ESTAR FORAGIDO EM TERRAS BRASILEIRAS. DEPOIS DE CAUSAR A DISCÓRDIA ENTRE ITALIANOS E FRANCESES, ESCONDER SUA VERDADEIRA ORIGEM E CRIAR MILHÕES DE CLONES EM TODO O MUNDO, A MASSA ENCONTROU REFÚGIO NA CASA DO HISTORIADOR E CIENTISTA POLÍTICO JOÃO GRINSPUM FERRAZ.



A Casa do Carbonara não é restaurante, é só a casa do João. Mas ela é especial porque reúne grandes chefs do mundo todo, pessoas que, assim como o carbonara, encontraram na cozinha do João um refúgio, como o basco Andoni Luis Aduriz, a eslovena Ana Roš, as brasileiras Manu Buffara e Helena Rizzo, entre muitos outros.

A CASA DO CARBONARA NÃO É RESTAURANTE, É SÓ A CASA DO JOÃO. MAS ELA É ESPECIAL PORQUE REÚNE GRANDES CHEFS DO MUNDO TODO

Mas João sempre soube que não poderia — nem deveria — deixar A Casa do Carbonara no anonimato. Afinal, o spaghetti alla carbonara não podia ficar escondido para sempre, e muitos chefs de quem é amigo precisavam ser conhecidos por outras pessoas. Foi quando transformou A Casa do Carbonara em site (casadocarbonara.com) e canal no YouTube. Tudo isso para “democratizar, na medida do possível, o contato que tenho com tantos profissionais famosos e, no caso dos estrangeiros, de certa forma, até inacessíveis”, conta.

Depois de causar tantas tretas no mundo, a massa precisava dar um tempo, tipo ano sabático, sabe? Acabou cruzando o caminho do João Grinspum Ferraz, que se tornou um tipo de terapeuta do spaghetti alla carbonara. João conseguiu fazer com que a massa revelasse antigos segredos, como quem ela prefere: pancetta ou guanciale. Encontrou evidências de que o dito macarrão pode ter sido criado antes da tomada de Roma pelas Tropas Aliadas, na Segunda Guerra Mundial. Só ainda não foi capaz de resolver os problemas entre França e Itália.

Ter revirado o passado e refugiado o carbonara fez com que João domasse a fera. Mas teve gente que tentou roubar essa conquista. “Eu tinha rixa com um amigo sobre quem fazia o melhor carbonara, aí para sacanear eu criei o nome ‘A Casa do Carbona’ e coloquei a localização daqui de casa. Só que as pessoas começaram a usar e aí pegou”, conta.



REFÚGIO ON-LINE

Se antes da pandemia A Casa do Carbonara já tinha essa vibe de sessão de terapia, com o Covid-19 isso ficou ainda mais forte. Com tanta gente em casa cheia de incertezas e sem poder fazer um spaghetti alla carbonara para a galera, o João criou as “Conversas de Quarentena”, uma série de lives que realizou em seu Instagram. Chamou gente de vários lugares para debater a bagunça do mundo e tentar encontrar alguma saída.

“Tem certas descobertas que estamos fazendo com essa crise. Uma delas é que o sistema de cozinha não se resume ao *farm to table* e é algo que precisa ser visto de maneira muito mais holística. Tem muito mais coisas envolvidas do que só a cenourinha saindo da terra e chegando ao restaurante”, explica João.

TEM CERTAS DESCOBERTAS QUE ESTAMOS FAZENDO COM ESSA CRISE. UMA DELAS É QUE O SISTEMA DE COZINHA NÃO SE RESUME AO FARM TO TABLE

O curioso é que o impacto da produção de alimentos na natureza foi um assunto que dominou as lives. Como bom historiador que é, João lembra que as últimas grandes epidemias e pandemias, antes da Co-

vid-19, têm relação direta ou indireta com o modo como produzimos comida. Para João, este é “um sistema que se evidencia em falência”.

As “Conversas de Quarentena” reuniram muita gente que achava estar sozinha em algumas reflexões. Tornou-se um grupo de apoio on-line. Debates que envolveram ciência, meio ambiente, política, gastronomia e história. Papos que envolveram pessoas como Christian F. Puglisi, chef do Relæ, na Dinamarca, e Dan Barber, chef premiadíssimo e coproprietário do Blue Hill at Stone Barns, nos EUA.

Se você ficou com vontade de ouvir os mestres, é só acessar o perfil do João no Instagram (@joaogferraz) para conferir todas as lives feitas durante o isolamento social.

DESTAQUES DAS CONVERSAS DE QUARENTENA

Christian F. Puglisi

Chef do Relæ na Dinamarca
Uma estrela Michelin

Josep Pitu Roca

Sommelier do El Celler de Can Roca na Espanha
Três estrelas Michelin

Dan Barber

Chef e coproprietário do Blue Hill at Stone Barns nos EUA
Duas estrelas Michelin

Andrea Petrini

Escritor, jornalista e curador de eventos gastronômicos
Presidente do painel de juizes do World Restaurant Awards

Mauro Colagreco

Chef do Mirazur na França
Três estrelas Michelin

Ferran Adrià

Expoente da cozinha molecular
Proprietário do extinto El Bulli, com três estrelas Michelin



Depois de restaurar o carbonara para o mundo, João Grinspum Ferraz saiu em busca de outros pratos para resgatar. Seus estudos em história, cultura e gastronomia, frutos do mestrado e do doutorado, renderam uma ideia para um documentário. Nome para cineasta ele já tinha, só faltava criar um roteiro e dirigir o filme.

Foi assim que nasceu o “Behind the Plate” (em português, “A Terra e o Prato”), documentário que deve estrear ainda em 2020. O filme mostra como a tradição de cozinhar se forma a partir da maneira com que o ser humano se adapta e modifica a natureza em sua volta.

daquele lugar, formando as bases para o que conhecemos como cozinha espanhola. Quando se fala na Espanha, se pensa logo em paella, né? Mas esse prato só existe porque os árabes levaram o arroz para lá”, explica João.

Percebeu que o João gosta de resgatar origens, né? Mas, dessa vez, ele acabou encontrando a nossa. “Lá no fim da idade da pedra, nós descobrimos que dava para plantar os grãos. Foi o alimento que nos uniu como sociedade”, ensina João.

Independentemente da nossa sociedade ser incrível ou não, o fato é que a comida tem papel muito maior do que apenas a sobrevivência. Ela é nossa forma de expressão.



ASSISTA AO TRAILER DO DOCUMENTÁRIO “BEHIND THE PLATE”, 2020



“Parte do território espanhol já foi o lar de povos de diversos tipos de cultura, como os árabes, visigodos, alanos, celtas, cristãos, entre outros. E tudo isso foi deixando uma série de camadas no jeito de comer

SENTA QUE LÁ VEM A

CHICÓRIA



FOTOS: WOLFGANG

QUANDO VOCÊ DIGITA “PROFESSOR TIBÚRCIO” NO GOOGLE, UMA DAS PRIMEIRAS OPÇÕES DO AUTOCOMPLETAR É “MEDO”. ALGUNS CLIQUES ADIANTE, DESCOBRE-SE QUE O PERSONAGEM CÉLEBRE DO PROGRAMA RÁ-TIM-BUM, QUE FOI AO AR NOS ANOS 90 PELA TV CULTURA, QUASE NÃO DEU AS CARAS PORQUE PODERIA CAUSAR PÂNICO NAS CRIANÇAS. MAS QUE BOM QUE CONHECEMOS O SÁBIO PROFESSOR, ASSIM COMO A ATRAÇÃO, QUE LEVAVA A PRÉ-ESCOLA A CRIANÇAS QUE NÃO PODIAM FREQUENTÁ-LA. DEPOIS DE CONTAR ESSES BABADOS, SÓ FALTOU UM “OK, OK!”, PARA REFERENCIAR OUTRO ÍCONE DA DÉCADA, NELSON RUBENS.

TEM PELO MENOS 30 ANOS QUE APRENDEMOS À DISTÂNCIA. DE FORMA DESPRETENSOSA, LÚDICA OU ESTRUTURADA (LEMBRA DA SENSÇÃO DE VER O TELECURSO 2000 E PENSAR “CARAMBA, HOJE EU ACORDEI CEDO?”).

MAS PARECE QUE FOI SÓ EM 2020, DURANTE UMA PANDEMIA, QUE LEVAMOS A SÉRIO O CURSO NÃO-PRESENCIAL, SEJA POR NECESSIDADE OU POR TEMPO DE SOBRA EM MÃOS.

MASTER PROFE

Esse aumento de demanda foi captado pelas antenas do Rui Morschel, participante da quinta edição do programa MasterChef, exibido pela Band. Ele, que trabalha ensinando a cozinhar pelas redes sociais há dois anos, percebeu uma mudança no comportamento do público em relação a cursos on-line. “Ele confia mais, aprendeu a usar”, resume.

Por isso, em maio deste ano, Rui lançou a primeira turma do “Decifrando a Cozinha”, com 30 alunos, incluindo participantes da Inglaterra e do Canadá. A promessa do curso é ensinar dois segredos identificados por sua cachola de engenheiro. “É para todo mundo que quer finalmente pensar a cozinha,

e não só seguir receita, mas se aventurar um pouco mais”, indica. São 24 aulas, com oito horas ao todo.

Rui não é novo no rolê do curso on-line. Ele troca ideia sobre gastronomia no Instagram, em grupos privados do Telegram, nos vídeos do Tastemade e onde mais o chamarem. O curso (que já vinha sendo planejado há dois anos, ou seja, bem antes de tudo isso acontecer) foi uma oportunidade de ensinar seu modo de pensar a cozinha, baseado no comportamento dos ingredientes. “Não ensino receita. Eu uso ela pra mostrar o que acontece na cozinha. Qual o papel dos insumos na preparação”, exemplifica.

VAI CAIR NA PROVA?

Ao ensinar técnicas complexas, a ideia é que o aluno fique independente e tire 10 nas provas que a cozinha lançar. “Meu objetivo é que qualquer pessoa possa se sentir bem cozinhando e com o que ela puder cozinhar. Se ela quer fazer uma comida simples, ela pode, e se ela quiser fazer uma complexa, também”, finaliza Morschel.

425%
MAIS USUÁRIOS SE
MATRICULARAM
NA UDEMY, UMA
DAS MAIORES
PLATAFORMAS DE
CURSOS ON-LINE DO
MUNDO, ATÉ MARÇO
DESTE ANO.

US\$ 10 BILHÕES
É O QUE PODE
MOVIMENTAR O
MERCADO
DE CURSOS
ON-LINE ATÉ 2025
NA AMÉRICA
LATINA.

O TERMO “CURSO
ON-LINE” ATINGIU
EM 2020 O RECORDE
DE BUSCAS NO
GOOGLE DA SÉRIE
HISTÓRICA NO
BRASIL.

DADOS VIA UDEMY, COURSFY.ME E GOOGLE.

5 ERROS DO COZINHEIRO AMADOR

UM RANKING COM O OFERECIMENTO DE RUI MORSCHEL E TUTANO PARA AJUDAR QUEM É INICIANTE.

- 1 Não se permitir errar, ou nem tentar, porque determinado prato pode ser muito difícil.
- 2 Achar que comida boa tem que ter insumo caro. É sempre bom investir em ingredientes de qualidade, mas isso não é uma premissa para cozinhar bem.
- 3 Não praticar. Cozinha se faz cozinhando. Quer aprender como?
- 4 Preocupar-se muito com a receita, ignorando que sua banana pode estar menos madura e o ovo pode ser menor. Cozinhar é prestar atenção no que está acontecendo.
- 5 Desperdiçar o fundo da panela. É ali que acontece tudo!



• FAMÍLIA •
MADALOSSO

≡ **EXPRESS**

Av. Manoel Ribas, 5875 - Santa Felicidade | Fone: (41) 3372-2121

LUTA DO SÉCULO



LIDI ÁGUIA BARBOSA
ENFRENTA 3 ADVERSÁRIOS INVICTOS

DE UM LADO DO RINGUE, A INCANSÁVEL COZINHEIRA, CONSULTORA DE GASTRONOMIA E ATIVISTA SOCIAL LIDI BARBOSA! DO OUTRO, ADVERSÁRIOS HISTÓRICOS, QUE ATÉ HOJE NÃO FORAM VENCIDOS: A FOME, O TEMPO E O DESPERDÍCIO. QUEM É SUA APOSTA PARA GANHAR O CINTURÃO? A COBERTURA COMPLETA DOS COMBATES DESSA MENINA DE OURO VOCÊ ENCONTRA AQUI, NAS PÁGINAS DA REVISTA TUTANO! ENTÃO PEGA A PIPOCA E O LENÇO DE PAPEL PORQUE: IIIIIIIIIIIIIIT'S TIME!

FOTOS: DIVULGAÇÃO



“O Governo Federal disponibiliza, em média, R\$ 0,37, por criança, para fazer a refeição nas escolas públicas. Às vezes, os estados e municípios complementam, mas as cidades mais pobres só têm esse valor. E não é só isso; em nosso país, 78% das crianças fazem a única ou principal refeição do dia na escola pública”, dispara indignada a lutadora Lidi Barbosa.

Esses números a deixaram com sangue nos olhos! E a partir daí ela entrou no ringue. Lidi prova que é possível fazer comida saudável nas escolas públicas, sim. Bolacha e chá não podem ser a principal refeição de uma criança. Ela criou a ONG Crescer e Semear, em Blumenau (SC), que eleva a qualidade nutricional da alimentação escolar, educa o paladar e melhora o rendimento escolar. Parece milagre, mas tudo isso é feito com o mesmo valor destinado à refeição de cada aluno: aqueles R\$ 0,37 e alguma coisa.

O propósito da ONG é combater o desperdício e mostrar que comida saudável não precisa ser cara. Lidi, a águia – que age com foco e determinação –, faz oficinas para crianças, pais e merendeiras. Ensina receitas com aproveitamento integral dos alimentos e promove conversas sobre o impacto da comida na vida e no mundo.

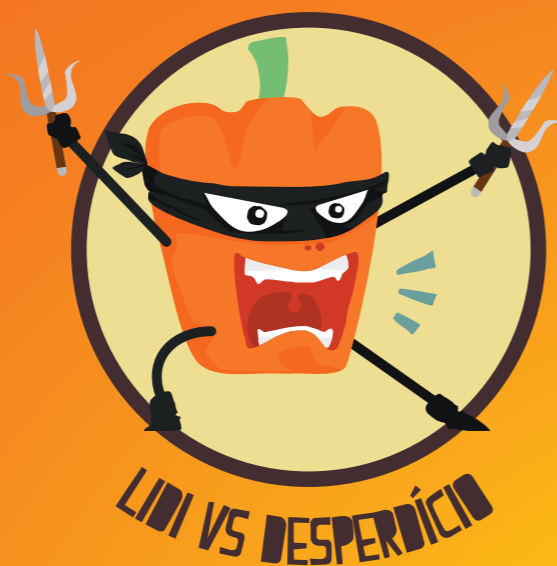
“Quando as aulas entraram em recesso por causa da pandemia, a primeira coisa em que pensei foi no que as crianças iriam comer”, conta Lidi. Começava um round inesperado. Ela tentou articular com governos municipais estratégias para levar comida até as crianças, mas foi direto para a lona. “Disseram que esperariam um decreto presidencial para ver o que fariam. No mesmo dia, postei nas redes sociais um pedido de doações para montar 50 cestas básicas. Imediatamente, as pessoas atenderam e doaram”, diz. Durante a pandemia, o Crescer e Semear doou mais de 3 mil cestas básicas para Santa Catarina, mil para o Rio de Janeiro e mil para São Paulo. Lidi também já cozinhou mais de 3 mil refeições em Blumenau para as famílias atendidas pelo projeto e para moradores em situação de rua.

“QUANDO AS AULAS ENTRARAM EM RECESSO POR CAUSA DA PANDEMIA, A PRIMEIRA COISA EM QUE PENSEI FOI NO QUE AS CRIANÇAS IRIAM COMER”



Em abril, foi sancionada a Lei 13.987/20, que garante a distribuição dos alimentos da refeição escolar às famílias dos estudantes durante a suspensão das aulas. Vitória para Lidi? Ainda não! Segundo ela, “o kit alimentação deveria seguir as diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Só que, se isso já não acontece no dia a dia, você acha que aconteceria numa situação especial como a de uma pandemia?”. Como diria Vin Diesel: “*this is Brazil!*”.

A luta agora é para ajudar os municípios a produzirem kits com ingredientes nutritivos e orientar os pais no preparo de receitas fáceis e saborosas. O trabalho está dando resultado e, além disso, Lidi continua a formação de merendeiras com aulas a distância. Elas assistem às lições e recebem os insumos em casa para praticar.



Paralelamente ao ativismo, Lidiane tem uma rotina incansável fazendo consultorias para negócios de gastronomia. Antes da pandemia, eram 6. Em agosto, já contava com 11. E, desde que criou o Crescer e Semear, a todo instante, ela conscientiza os clientes sobre zero desperdício, aproveitamento integral dos ingredientes, baixo custo e separação do lixo.

Percebe o sarcasmo do destino? A Lidi trabalha com um público privilegiado, mas também atua com a população que conta os centavos para comer. E como mostrar às pessoas que elas vivem realidades tão diferentes? Com comida! “Num evento exclusivo, cozinhei para convidados que pagaram quase 300 reais para comer um prato. Sabe o que eu servi? Uma moqueca de banana com farofa de talos, que também é oferecida nas escolas públicas”, conta.

“Sinto que esse é meu trabalho na Terra. Preciso fazer com que as pessoas parem e pensem nas suas escolhas. Essa moqueca que servi foi muito representativa. Juntar a classe A com a Z faz com que acordem para um mundo melhor”, desabafa. Se tem uma coisa que James Bond ensinou é que elegância também coloca os punhos para cima. Voa, Lidi Águia Barbosa!



MOQUECA DE BANANA DA TERRA

POR LIDI BARBOSA



INGREDIENTES

- 6 bananas da terra bem maduras
- 2 colheres (sopa) de óleo vegetal
- 1 dente de alho macerado
- 6 colheres (sopa) de suco de limão (½ limão)
- 2 cebolas picadas
- 1 tomate picado
- 1 dente de alho picado
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 2 xícaras (chá) de molho de tomate caseiro
- ½ pimenta dedo de moça
- 1 ½ xícara (chá) de leite de coco caseiro
- 1 colher (sopa) de coentro picado
- 2 colheres (sopa) de salsinha picada
- 1 colher (sopa) de sal marinho moído

MODO DE PREPARO

Corte as bananas em rodelas grossas. Tempere com limão, sal marinho moído e alho macerado. Deixe descansar por 10 minutos. Leve à frigideira em fogo baixo com óleo e doure dos dois lados. Em outra panela, refogue o alho, a cebola e o tomate com o azeite por 3 minutos e acrescente o sal. Acrescente o molho de tomate com pimenta e, em seguida, acrescente o leite de coco. Acrescente as bananas, a pimenta picada, tampe a panela e deixe cozinhar um pouco em fogo baixo. Desligue o fogo e acrescente coentro, salsinha e pimenta para finalizar.

FAROFA DE TALOS PARA ACOMPANHAR

INGREDIENTES

- 3 talos de folhas da cenoura (ou talos de temperos que você descartaria)

- 3 talos de folhas da beterraba (ou folha de ora-pro-nóbis)
- ½ cebola
- 2 dentes de alho
- 2 colheres (sopa) de óleo vegetal ou manteiga ghee
- 1 pitada de sal marinho moído
- 1 colher (sopa) de salsinha desidratada
- 200 g de farinha de mandioca
- Pimenta do reino
- Sal marinho moído ou sal grosso triturado

MODO DE PREPARO

Limpe e higienize os talos e as folhas e seque bem com papel toalha. Pique a cebola e o alho e refogue com a manteiga ghee. Adicione ao refogado os talos e as folhas bem picadinhos. Adicione o sal e a pimenta do reino. Na sequência, adicione a farinha de mandioca e deixe que ela doure levemente. Acerte o sal e sirva em seguida.

BÔNUS

LEITE DE COCO CASEIRO

INGREDIENTES

- 1 xícara (250 ml) da polpa do coco verde ou do coco seco
- 3 xícaras (750 ml) de água filtrada
- Água para deixar de molho

MODO DE PREPARO

Retire a polpa do coco verde ou do coco seco. Bata no liquidificador com a água até que fique bem cremoso. Se você optou por utilizar a polpa do coco verde, vai perceber que ele vai diluir na água e não precisará coar. Mas, se utilizou a polpa do coco seco, será necessário coar a mistura em um voil ou um tecido (branco, para que não saia tinta) semelhante a uma fralda ou gaze. Separe a parte sólida da parte líquida. O leite rende aproximadamente 1 litro. A parte sólida você pode utilizar como coco ralado (pode ser congelado por até três meses).

SURPREENDA-SE COM OS SABORES DO PARANÁ

Gastronomia PARANÁ

O Paraná é rico em sabores, aromas e temperos. São influências culinárias de diversas origens que se misturam aos ingredientes típicos de cada região. Por onde você passar, os restaurantes, bistrôs e bares devem fazer parte do seu roteiro.



Sopa de Pinhão - Foto Arquivo Prtur



Barreado - Prato típico do Litoral - Foto Joel Rocha



Torta de Morango - Carambeí - Foto ADETUR Campos Gerais



Festa da Costela - Santa Helena - Foto Arquivo Prtur

Pinhão - Foto Arquivo Prtur

A GASTRONOMIA BRASILEIRA É PRETA

E O CHEF JOÃO DIAMANTE NÃO VAI DEIXAR
NINGUÉM SE ESQUECER DISSO



FOTO: LUCAS LANHAU

JOÃO DIAMANTE resume o racismo na gastronomia brasileira com uma constatação: "Tá cheio de gente branca ganhando dinheiro vendendo acarajé nos seus restaurantes". É ruim que a nossa culinária ganhe espaço e brilhe em cardápios de restaurantes famosos? Claro que não, mas é extremamente injusto que isso só aconteça quando feito por mãos caucasianas e sem dar o devido mérito a quem as receitas pertencem originalmente.

As raízes da nossa comida, do PF de todo santo dia até o prato típico que você fala que o gringo tem que provar, estão nas pessoas que cozinham no Brasil antes mesmo de ele ter esse nome: os indígenas – você lembra que eles sempre viveram aqui, né? – e os negros que vieram para cá como escravos. O esperado era, no mínimo, ver a sociedade reconhecendo os responsáveis por perpetuar os saberes que fortalecem a nossa gastronomia. Mas, como explica o chef João Diamante, o racismo interfere na memória identitária. "A herança africana contribuiu muito para a culinária no Brasil, mas, enquanto (a gastronomia) não tinha sentido para os brancos, ninguém valorizava. No momento em que ela foi ganhando visibilidade na mão da branquitude, passou a ser vista como algo importante".

"EU FALO POR MILHÕES DE PESSOAS. HOJE, O QUE EU MAIS POSSO FAZER É USAR MINHA VOZ PARA EXPOR O PRECONCEITO, EXPLICAR O QUE ESTÁ ACONTECENDO."

Neste período de isolamento, Diamante usou suas redes sociais para escancarar a voz de quem, assim como ele, está na empreitada pela valorização da culinária brasileira e das pessoas pretas que fazem parte dela. Chamou todo mundo para conversar sobre racismo.

"As pessoas precisam escutar quem passa por isso. Assim, elas têm empatia e entendem que essa causa é de todos nós. Se só pessoas pretas estão abertas a discutir sobre racismo, isso não vai chegar a ninguém".

No mundo da gastronomia, o chef denuncia antigos preconceitos. "Até alguns anos atrás, a cozinha era separada da sala. Era o ambiente do serviçal. Tinha cozinha que era até fora da casa!".

Isso até o momento em que um único grupo se declarou dono dos saberes culinários. "Quando a branquitude começou a elitizar o hábito de cozinhar, veio a ideia de que era *cool* ter cozinha integrada. Isso não tem nada a ver com estética, tem a ver com a valorização de outra cultura. Hoje, a madame que antes não se via na cozinha quer fazer curso, servir um jantar para os amigos". Diamante defende que o futuro da gastronomia brasileira começa em reconhecer que ela é plural. "Quantos chefs negros estão aí? E de quem veio a base da nossa gastronomia mesmo?".

Para o chef, é essa diversidade que traz a força da nossa cozinha. E é o primeiro passo para valorizar o que temos aqui. "Na França, o cassoulet e o boeuf bourguignon são pratos de camponeses, mas são prestigiados. Quanto mais projetos, mais gente aprendendo sobre culinária, melhor. O brasileiro ainda vai dar o devido reconhecimento à feijoada e ao frango com quiabo".



FOTO: LUCAS LANHAU

Negro, nordestino, criado em favela. Com 29 anos de idade, João Diamante tem uma fala forte, resultado dos seus 22 anos de experiência. Começou a trabalhar aos sete, numa padaria na comunidade Nova Divinéia (complexo do Andaraí, Zona Norte do Rio de Janeiro). De lá para cá, foi cozinheiro na Marinha do Brasil, fez estágio na França com o lendário Alain Ducasse, chefiou a cozinha da Confederação Espanhola nas Olimpíadas do Rio, foi chef executivo de restaurante e até jurado em programa de TV.

“IMAGINA SE TODA PESSOA QUE SAI DO BRASIL PARA ESTUDAR OU TRABALHAR RESOLVE FICAR LÁ. QUANDO O PAÍS VAI SE DESENVOLVER?”



DE, PARA E POR PROJETOS

Diamante tem uma imensa fé nos projetos sociais. Foi isso que fez ele dizer um “não” para o próprio Alain Ducasse quando o chef francês fez uma proposta de trabalho para o jovem durante seu estágio na França. Mas, nessa hora, o João já estava com a cabeça na sua própria missão. “Imagina se toda pessoa que sai do Brasil para estudar ou trabalhar resolve ficar lá. Quando o país vai se desenvolver?”. Agitou a bandeira da sustentabilidade no próprio modo de pensar: decidiu ajudar como foi ajudado.

MINA DE IDEIAS

A riqueza de projetos do chef Diamante vem do seu trabalho constante de aprimoramento e inovação. Algumas delas ficaram bem famosas:



JOÃO DIAMANTE INVESTIGOU A CULINÁRIA EM TODOS OS CANTOS DO PAÍS

FOTO: LUCAS LANHAU

PÓS-GRADUAÇÃO ITINERANTE EM COZINHA BRASILEIRA

Diamante aproveitou suas viagens para conhecer aldeias de pescadores, entrar na cozinha das matriarcas, ouvir as histórias da própria baiana que faz o acarajé. “Eu vi o aprendizado com a autenticidade que nenhum professor vai passar. Senhorinhas de 80, 90 anos

Por enquanto, o Na Minha Casa fechou as portas, mas os planos não pararam: a partir do ano que vem, o projeto ganha rodas e vai viajar pelo país. Quem sabe eles não dão uma passadinha aqui na terra das araucárias?

me contaram como colhem café, fazem queijo...”. Além de ingredientes, técnicas e preparos singulares, Diamante estudou a “sustância” que a alimentação dá para o comportamento do brasileiro. “Eu chegava na casa da pessoa e ela já queria dar um abraço, fazer um café. A pessoa se preocupava com coisas pequenas, mas o que ela estava fazendo era grandioso”.

NA MINHA CASA

Depois de perceber que hospitalidade também era tempero na gastronomia brasileira, Diamante criou o Na Minha Casa. Além de acolhedor, o espaço com sala e cozinha também era provocativo, não seguia os costumes dos restaurantes bacanas: o cardápio de café da manhã, almoço e happy hour era simples; o cliente se servia sozinho e pagava quanto queria; a localização era o (até então) discriminado CADERG, Mercado Municipal do Rio de Janeiro, que fica na Zona Norte da cidade. Resultado: o cliente chegava pela comida e ficava pela boa conversa. Em menos de três meses, o Na Minha Casa alcançou o primeiro lugar no Tripadvisor, entre os quase 13 mil restaurantes do Rio de Janeiro. Vai até aparecer na Netflix! Será na terceira temporada da série “Somebody Feed Phil”.



DIAMANTES NA COZINHA

Lembra que o chef recusou uma proposta de trabalho lá na França? Foi para voltar para o Brasil e tirar o “Diamantes na Cozinha” do papel. O curso de gastronomia é voltado para pessoas em vulnerabilidade social e tem um processo seletivo acirrado: de quase 2 mil inscritos, apenas 25 entram para a turma. Em seis meses, aprendem conceitos, técnicas e aplicações do trabalho em várias áreas da gastro-

nomia, além de lições sobre cultivo de alimentos e empreendedorismo. O trabalho final tem preparo e avaliação de pratos no maior estilo MasterChef, com jurado convidado e tudo. O “Diamantes na Cozinha” forma profissionais que reconhecem o próprio valor. “Um dos principais objetivos é dar uma perspectiva de vida para a pessoa entender que é possível chegar a qualquer lugar”, explica o chef.



FOTO: LUCAS LANHAU

“AI, TUTANO, SÓ QUEM VIVEU SABE...”

É por isso que falamos com ex-alunos Diamantes na Cozinha que nos contaram mais sobre o que viveram no projeto com o chef João:

“No projeto eu conheci desde a plantação até o empratamento, como numa faculdade de gastronomia. Aprendi a olhar além e a ter consciência sobre o alimento.”
Daniela Costa

“Sou fã de toda a trajetória do chef João. Ele me ensinou que ter sucesso é conquistar seu espaço e conseguir ajudar quem está próximo a você.”
Girliani Betini

“Eu não saí um cozinheiro, saí uma pessoa transformada. O projeto é um refúgio, tira gente do crime, dá o apoio que faltava. E o chef João é acessível, ajuda de verdade. Quando eu ainda tinha dúvidas sobre o meu potencial, ele é que me lançou nas oportunidades.”
Vilmar Severo

VIVA A REVOLUÇÃO!

UM SÁBIO uma vez disse: “Mar calmo nunca fez bom cozinheiro!”. Ok, talvez não tenha sido bem isso. Mas o importante é: situações adversas também podem gerar bons frutos. Longe de relativizarmos uma pandemia, e também não estamos tentando vender curso para empreendedor. O que queremos dizer é que, mesmo no cenário devastador em que nos encontramos, não podemos jogar a toalha. Precisamos nos unir para virar o jogo e despertar a nossa melhor versão. Afinal, resistir é revolucionário, e a chef Gabriela Carvalho é prova viva!

Como muitos, ela teve que fechar seu restaurante, o Quintana Gastronomia, e fez isso ainda no primeiro dia de outono. Desde então, nada de desanimar. Gabriela encontrou uma forma especial para enfrentar a situação, aquecendo os dias de pessoas que, num momento em que o mundo todo precisa de ajuda, continuam recebendo a menor fatia do bolo. “Comecei com uma chamada de voluntários para ajudar a produzir alimentos, porque estava com a cozinha cheia de produtos que seriam perdidos se eu não trabalhasse logo, e sabia que tinha um outro lado precisando”, ela conta.

Uma galera se voluntariou e, em duas semanas, mais de 300 marmitas já tinham sido produzidas e doadas para a comunidade Favorita, em Araucária (PR). A partir daí, o grupo cresceu, as parcerias aumentaram e a chama da revolução foi acesa. Uma revolução envolvendo quem produz, quem faz e quem precisa comer comida.

JUNTOS, SOMOS MAIS FORTES!

Para dar o toque de chef nas marmitas, Gabriela decidiu pedir a doação de alimentos de hortifruti, e foi aí que uma outra realidade foi posta à mesa. “O pessoal da Hortleve, que tem uma cooperativa em Balsa Nova, me disse que estava fazendo um projeto social que, além da doação de alimentos para a comunidade, envolvia o trabalho direto com os produtores. Então, eu vi o que estava acontecendo com eles”, relata.

Acostumados com uma produção semanal em torno de duas toneladas, os produtores das regiões de Balsa Nova, Campo Largo e São José dos Pinhais viram esse número quase zerar com a pandemia. Afinal, com restaurantes fechados, não há para quem vender. A chef não pensou duas vezes antes de abraçar a iniciativa: “Entrei para apoiar o projeto e encabeçar o crescimento dele. Começamos a fazer a entrega de cestas e aí a coisa foi tomando uma grande proporção”.

As cestas foram a solução encontrada para ajudar os dois lados: quem precisa produzir e quem precisa se alimentar. Entre frutas, verduras e legumes, cada uma delas leva 15 itens, é vendida por 35 reais e entregue no estacionamento ao lado do Quintana. A cereja do bolo? Vinte por cento das vendas é doado, ou seja, uma em cada cinco cestas vira alimento fresquinho para as comunidades atendidas pelo projeto.

No total, mais de 15 toneladas de alimentos foram doadas, e o impacto para os produtores também foi de peso. “Eles não chegaram a ter o mesmo volume de produção de quando as coisas estavam normais, mas atingiram entre 60% e 70% do que faziam antes”, comemora Gabriela.

O grupo liderado por ela, que já conta com mais de 70 voluntários e recebeu o significativo nome de Nossa Revolução é o Amor, também divide com as comunidades receitas e modos de preparo para aproveitar integralmente os alimentos. “Nossa intenção é, cada vez mais, entregar não só alimento, saúde e sabor, mas conhecimento e uma certa autonomia para que eles possam se desenvolver”, explica. Depois de suprir o emergencial, é possível conhecer melhor as famílias, levantar dados e identificar necessidades específicas para trazer mais parceiros que possam atendê-las. “É um processo feito em construção com eles. E não sou só eu. Eu estou junto com uma galera e quero entregar o bastão para que outras pessoas também puxem a corda e a gente consiga se fortalecer sempre mais”, ressalta.



O MANIFESTO DA REVOLUÇÃO

Por Gabriela Carvalho

A mudança começa em você

“É necessário agir e fazer escolhas coerentes com o que a gente deseja, porque as nossas escolhas têm impacto direto em tudo o que virá.”

As conquistas são maiores quando trabalhamos juntos

“Precisamos nos unir porque, quando ficamos cada um num canto, fazendo algo sozinho, as realizações são pequenas, mas, quando nos unimos como setor, família e sociedade, elas são muito maiores.”

Servir é um privilégio

“Às vezes no nosso cotidiano nós não colocamos isso em prática. Queremos sempre ser servidos e fugimos da essência do ser humano, que é servir. Quando servimos alguém, na verdade estamos ajudando a nós mesmos.”

Uma economia que funciona é aquela que funciona para todos

“A ideia de que uma empresa tem que ter lucro a qualquer custo vem de um formato de economia que não tem sido de crescimento para todos. Muitas vezes, ele acaba fomentando o crescimento das extremidades. Temos que construir uma economia social, capaz de garantir o nosso sustento e o de outras pessoas.”



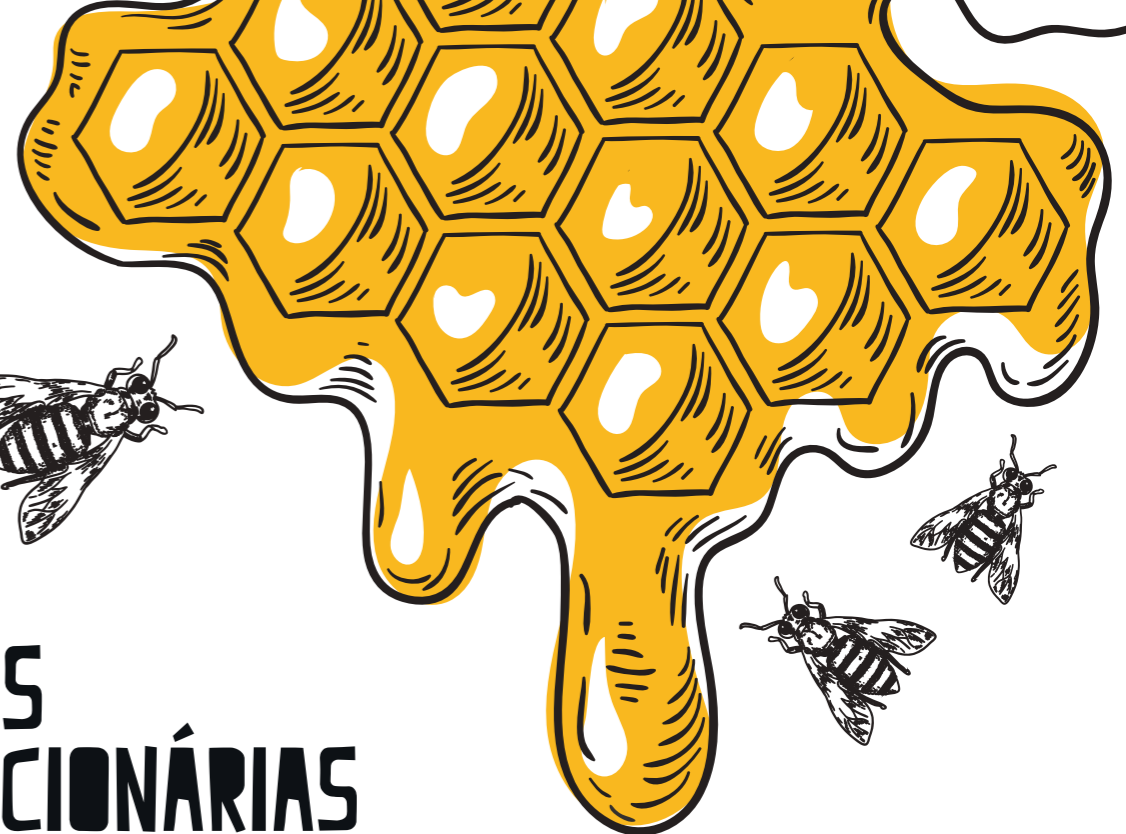
ABELHAS REVOLUCIONÁRIAS

Não sei para você, mas, pra gente aqui da Tutano, imaginar uma sociedade mais unida, em que cada um faz o seu papel para o bem de todos, imediatamente nos faz pensar nas abelhas. Nelas que são temidas por uns, adoradas por outros e extremamente necessárias para o mundo.

Se fôssemos uma colmeia, adivinha quem seria nossa abelha rainha?

A GABRIELA JÁ ACEITOU O TÍTULO:

“Uma vez fiquei até incomodada em ser chamada assim. Pensei, ‘poxa, a função da abelha rainha é botar ovos, cortar cabeças!’. Mas, quando penso na questão da coletividade, eu me identifico. As abelhas dependem das flores para se alimentar, tiram do pólen a parte proteica do seu alimento, só que elas entendem que não podem tirar sem entregar, sem fazer a parte delas, que é a polinização. Eu acredito muito nisso. O formato de empresa que atua na sua individualidade é insustentável. O caminho é sermos cada vez mais sociais, como as abelhas, e trabalharmos em conjunto, pois dependemos uns dos outros.”



COLMEIA DA SOLIDARIEDADE

GABI

Puxa o grupo, procura parceiros, não deixa a peteca cair.

VOLUNTÁRIOS

Preparam e distribuem os alimentos, arrecadam doações.

PRODUTORES LOCAIS

Produzem os alimentos fresquinhos que levam saúde à mesa de quem precisa.

EMPRESAS E PROJETOS PARCEIROS

Ampliam as possibilidades e permitem que mais pessoas sejam beneficiadas.

VOCÊ!

Compra dos produtores locais e faz com que tudo isso seja possível.



CRIATIVIDADE COM ALBERTO LANDGRAF

O BRUCE LEE

DA ALTA GASTRONOMIA



Alta gastronomia de precisão. O chef paranaense de Cornélio Procópio coreografa um prato perfeito. Atingiu a maestria na técnica, no conceito e na apresentação. Alberto Landgraf é o mestre de kung fu da cozinha contemporânea. WHARRA (ouve-se o grito agudo de Bruce Lee). Tal qual o dragão chinês das artes marciais, é jovem, decidido, icônico e criativo.

No período de isolamento da pandemia, Alberto lançou um curso on-line sobre criatividade. Ele resgatou um conteúdo que já ministrou em oficinas para arquitetos, estilistas, diretoria de banco e escritórios de design e gravou uma videoaula com pouco mais de 50 minutos de duração.

O chef diz que pela primeira vez revela as inspirações visuais para seus famosos pratos e os segredos de sua cozinha. “Coloquei minha experiência abertamente.

Quis mostrar para as pessoas como eu criei o meu processo criativo, que foi na base de tentativa e erro. Cada um vai criar o seu, mas, se a pessoa quiser usar o meu, fica à vontade”, conta. Em cinco dias, Alberto gravou, editou e colocou para vender o curso on-line. Foi logo no início do período de quarentena e, sobre a produção relâmpago, já avisa: “Tem quatro erros: um de concordância verbal, dois de plural e um gerúndio que, quando eu revejo o curso, quero tacar o computador na parede. Acho muito feio falar errado, ainda mais porque sou filho de uma professora de português”. Para quem é reconhecido por ser impecável no que faz, deve rolar uma sofrência. Mas conteúdo é rei, e, autoridade para falar de processo criativo, o chef tem na medida.

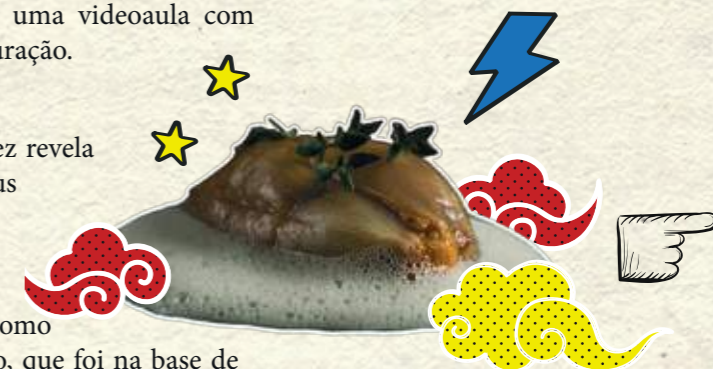


PRECINHO HONESTO

R\$ 35 PILAS



Compra o quê? Um burger mais um refri? Também, mas o curso on-line sobre criatividade do Alberto Landgraf age nos dois hemisférios do cérebro. Está à venda na plataforma Hotmart.



Prato:
**CEBOLA
E OURIÇO**

DIGA-ME, MESTRE:
COMO TER CRIATIVIDADE?

“Criatividade é um estado de espírito, é enxergar beleza no seu dia a dia e ver valor naquilo que os outros não veem. Não estou falando de coisas caras. Pode ser o quadrinho de dez reais que você comprou de um hippie”, diz. Para Landgraf, o processo é transformar o ingrediente simples em algo genial, capaz de impressionar pela elegância, sabor, textura e temperatura.

Ele também reforça que atingir o equilíbrio entre simplicidade e sofisticação é uma lição que se aprende sozinho. “São a construção de repertório e o tempo de experiência que vão trazer isso. Eu já tenho 40 anos, viajei e errei muito até acertar um prato. Mesmo que tivesse toda essa informação com 25 anos, não saberia usar da maneira que sei hoje”, completa.





TEMPO PARA A CABEÇA

O Oteque, restaurante de Landgraf que, em menos de dois anos, conquistou uma estrela Michelin, entrou na lista dos 50 melhores restaurantes do mundo e foi eleito o melhor contemporâneo do Rio de Janeiro em 2019, ficou fechado por quatro meses durante a pandemia. No período de isolamento, Alberto aparecia lá para abrir as janelas, ouvir música e fazer bom proveito de algo que nunca tinha: tempo. “Sinceramente, sabe o que eu fiz? Nada. Não fui o rei das lives, não criei, não pesquisei ingrediente. Li bastante, assisti muita coisa inútil e fiz terapia on-line”, conta.

O chef estava cansado: “Fiz uma conta. Desde 2005, comecei a busca pelo meu primeiro restaurante, aí arrumei um sócio em São Paulo, fiz obras, inaugurei o Epice (2011) e foram cinco anos de almoço e jantar com um sucesso que eu não esperava. Vim para o Rio de Janeiro e tive dois anos sabáticos, mas muito intensos, buscando a minha identidade, planejando o que seria o Oteque. Em 2018, abrimos com um super movimento, uma loucura, e eu não conseguia parar. No isolamento percebi que minha cabeça estava pifando”.

Alberto diz que a cozinha criativa e esses 15 anos de jornada profissional lhe custaram alguns danos psicológicos. “Sou muito grato e orgulhoso por tudo que conquistei, mas a vida de cozinheiro que eu escolhi ter é muito difícil. É uma coisa minha de sempre querer inovar, de buscar prêmios, reconhecimento e de sempre remar contra a maré. Tem ambição, tem expectativa e muita cobrança”, comenta. Como diz a sabedoria popular, “rapadura é doce, mas não é mole, não”.



10 DICAS DE ALBERTO LANDGRAF PARA ABASTECER SEU TANQUE CRIATIVO

LEIA

Os clássicos da literatura. Manoel de Barros e John Grisham.



OUÇA

Rock anos 70

COMA

De tudo, até o que não gosta. Cozinheiro tem que provar de tudo.



FALE

Escute mais e fale menos.

FAÇA SILÊNCIO

Sempre que possível. O silêncio faz muita falta e é subestimado pelas pessoas.



QUANDO PUDER, VISITE

O Japão

COZINHE

Qualquer coisa, o que tiver vontade.



EXPERIMENTE USAR INGREDIENTES

De culturas diferentes, coisas fora da sua zona de conforto.

PUXE UM PAPO COM

Alguém que não tem nada a ver com sua vida. O entregador de delivery, o porteiro. Sempre escute e vai aprender com essas pessoas.



ARRISQUE

Faça o que acha que vale a pena, o que vai te fazer feliz. Não corra atrás de dinheiro.



agenciapaprica

LIVE

4,527



Impulsionar
a sua marca
não precisa ser
tão difícil



@AGENCIAPAPRICA
VEM, A GENTE TE MOSTRA!



Gabriela Ribeiro
#papricacomunicacao



Julia
😊😊😊



Amanda Santos
#marketing



Eduardo
#digital



Ana Souza
Páprica love you

Comente...



ROLÊ TUTANO. UM ROTEIRO COM GOSTINHO DE RETOMADA.

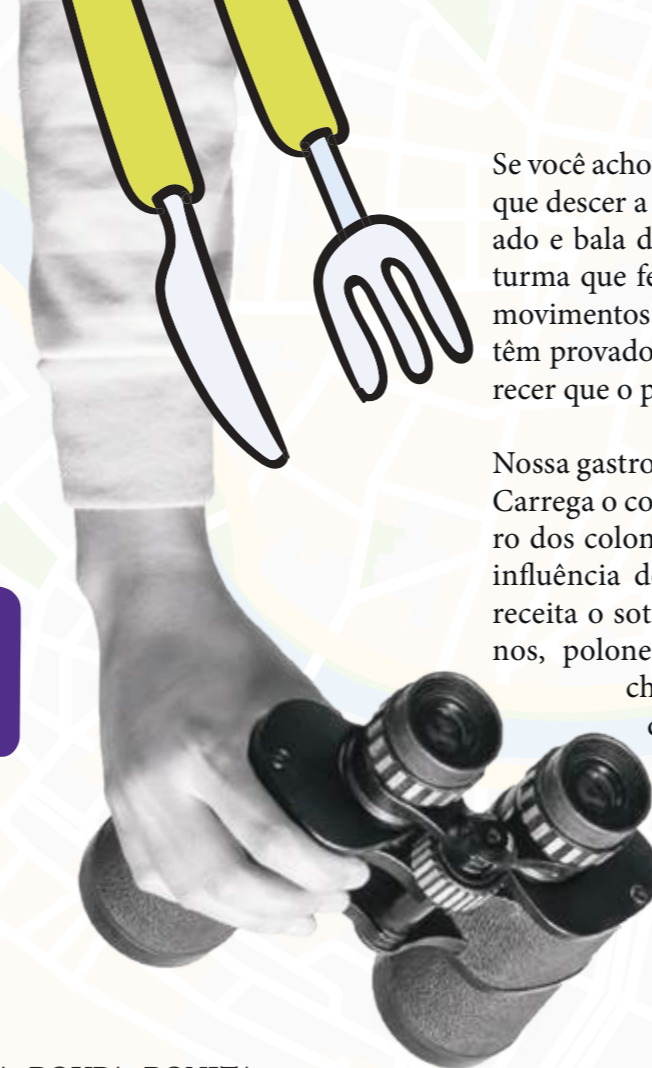
SAUDADE DE COLOCAR UMA ROUPA BONITA, PASSAR UM PERFUMINHO E SAIR PRA COMER, NÉ, MINHA FILHA? DEPOIS DE TANTO TEMPO EM CASA, A REAL É QUE NINGUÉM MAIS AGUENTA ALMOÇAR DE PIJAMA E JANTAR DE ROUPÃO. A GENTE QUER FERVO, FILA DE ESPERA, AGLOMERAÇÃO, CARDÁPIO, CORRERIA! QUER JOGAR A PANTUFA PRO ALTO E BOTAR O PÉ NA ESTRADA, OLHAR PAISAGENS DIFERENTES DAS QUE VIMOS PELA JANELA DA SALA NOS ÚLTIMOS MESES. A BOA NOTÍCIA É QUE NOSSA EQUIPE, QUE É MAIS LIGEIRA QUE FAKE NEWS NO WHATSAPP, JÁ DEIXOU PRONTINHO UM ROTEIRO SUPERESPECIAL UNINDO GASTRONOMIA E TURISMO PELO NOSSO ESTADO. ASSIM, QUANDO LIBERAR O ROLÊ, VOCÊ NEM PERDE TEMPO ESCOLHENDO ONDE IR. É SÓ JOGAR AS ROUPAS NA MALA E PARTIR! BORA COM A GENTE NESSA FOOD TRIP?

Se você achou que não íamos muito mais longe do que descer a serra até Morretes para comer barreado e bala de banana, está mais enganado que a turma que fez tratamento com ozônio. Os atuais movimentos de valorização da culinária regional têm provado que o Paraná tem muito mais a oferecer que o prato típico do litoral.

Nossa gastronomia é rica, diversificada, colorida. Carrega o conhecimento dos indígenas, o tempero dos colonizadores espanhóis e portugueses, a influência dos escravos africanos. Traz em sua receita o sotaque dos imigrantes alemães, italianos, poloneses, ucranianos, russos, japoneses, chineses e árabes. Nesse entrevero ainda tem espaço para os migrantes de outras regiões, como o Nordeste, e movimentos como o tropeirismo e o dos porcadeiros.

Nossos ingredientes e receitas contam a história que está por trás de nossos pratos e transformam o simples e delicioso ato de comer em uma complexa experiência turística. Visitar os restaurantes paranaenses é uma viagem pela cultura e pelos sabores de povos diferentes. E que viagem! Em nosso roteiro tem cozinha caíçara, massas, vinhos, churrasco, comida japonesa, alemã, ucraniana, doces holandeses e mais uma infinidade de delícias que vão deixar você morrendo de vontade de cair na estrada.

Quer apostar? Então continue lendo e, se no final você não estiver com as malas prontas, só esperando a hora de viajar, pode deixar que nós pagamos a conta. Então largue mão de enrolação, piá, se ligue, guria. Vem com a gente e não esqueça de revisar os limpadores de para-brisas, porque a viagem está de dar água na boca!



LITORAL

Como já estamos quase no fim do ano, vamos começar nosso roteiro pelo litoral. Assim, a gente curte uma praia em Matinhos, tira foto com o Cristo em Guaratuba, pega umas ondas em Pipeleste e já aproveita que está ali por perto para degustar as deliciosas iguarias herdadas dos povos originários e da época da colonização. Mas não dá pra pendurar a sunga antes de comer um belo barreado em Morretes, acompanhado de farinha de mandioca artesanal e banana frita, uma porção de mariscos ao vinagrete no Mercado do Café, em Paranaguá, ou uma deliciosa dúzia de ostras cultivadas ali mesmo, em meio à Mata Atlântica, no Cabaraquara. Seguindo viagem, vale parar em um dos recantos da Estrada da Graciosa para se jogar no pastel de palmito e tomar um caldo de cana aos pés da montanha.



CURITIBA

Subindo a serra, chegamos a Curitiba. Eita, piazzada! É hora de trocar a sunga pelo cachecol, independentemente de qual seja o mês do ano, e fazer uma visita a um dos maiores restaurantes do mundo. Prepare-se para um turbilhão de garçons passando pra lá e pra cá com tudo o que a cozinha italiana pode oferecer. Tem risoto, massas, carnes, polenta, asinhas de frango, fígado acebolado... E guarde um espaço aí na barriguinha, porque Curitiba é um paraíso pra quem gosta de comer. Na capital, encontramos desde restaurantes recentemente reconhecidos entre os melhores da América Latina até botecos preparando a carne de onça diretamente na mesa. Reconhecida como patrimônio cultural da cidade e orgulho dos curitibinhas, a iguaria não pode ficar de fora da nossa rota. Para acompanhar tudo isso, vale a pena incluir a região metropolitana no roteiro e conhecer as vinícolas e cervejarias artesanais que têm levado a produção do estado a um novo patamar de qualidade.



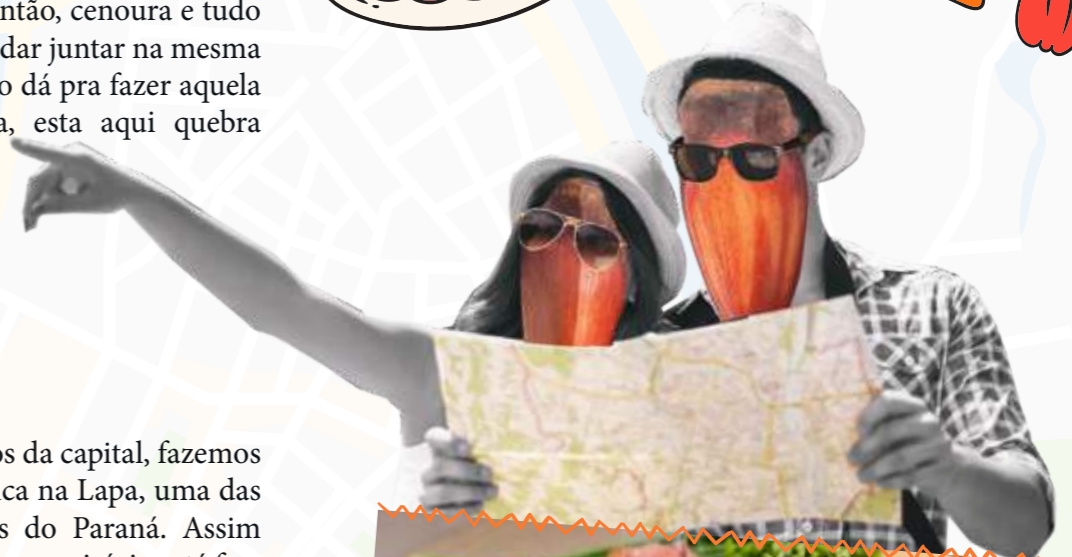
TIJUCAS DO SUL

Pegando a estrada e seguindo rumo ao sul de Curitiba, chegamos a Tijucas do Sul. A região serviu como ponto de ligação direta entre Curitiba e São Francisco do Sul, com o chamado Caminho dos Ambrósios. E mesmo que este momento cultural tenha despertado em você aquela vontade de comer ambrosia, o prato típico aqui é o entrevero de pinhão. De origem tropeira e comum principalmente nas áreas serranas da região Sul, o entrevero significa, literalmente, “uma confusão”, em espanhol. E que confusão! Em um tacho de ferro, vai pinhão, carne bovina, carne de porco, frango, tomate, pimentão, cenoura e tudo o que a intuição mandar juntar na mesma panela. Enquanto não dá pra fazer aquela aglomeração gostosa, esta aqui quebra muito bem o galho!



LAPA

A poucos quilômetros da capital, fazemos uma parada estratégica na Lapa, uma das cidades mais antigas do Paraná. Assim como Tijucas do Sul, o município está fortemente ligado ao tropeirismo. Esta influência resultou em um legado delicioso, que, ao contrário dos tropeiros, veio para ficar. Os restaurantes servem paçoca de charque, torresmo, virado tropeiro e a famosa quirera lapeana, feita com milho quebrado e carne de suã. A quirera lapeana era servida nas festas da Congada, típicas da cultura negra, e hoje é um ícone dos Campos Gerais. Fica aqui também uma dica da qual você não vai se arrepender: na Lapa, é possível encontrar uma iguaria chamada coxinha de farofa. Esta merece entrar no álbum de fotos da viagem!



PALMEIRA

Falando em Campos Gerais, aproveitamos para dar um pulinho em Palmeira. Ou melhor: um mergulho! É hora da sunga sair de volta da mochila para tomar um banho gelado no Rio dos Papagaios e aproveitar uma das especialidades da região, o pão no bafo, trazido por imigrantes alemães. Por falar em imigração alemã, vale a pena passar pela Colônia Witmarsum. Se você ainda não conhece, imagine uma Disneylândia de comida. É exatamente isso! A comunidade de cerca de 1.500 habitantes é um verdadeiro paraíso para quem gosta da gastronomia germânica. Fica difícil escolher entre os almoços com eisben, salsichas e schnitzel ou os cafés coloniais repletos de pães caseiros, queijos, geleias, strudel de maçã e cuca de uva.



CARAMBEÍ

A esta altura da nossa viagem, talvez seja melhor abandonar o carro e seguir a pé, de bicicleta, patins, poglobol, qualquer coisa que ajude a perder os quilos conquistados até aqui. Ou, se você é como a gente, não está nem aí pra isso e já chutou o balde pra lá da Ponte da Amizade durante a quarentena, pode seguir em frente em direção a Carambeí, a Cidade das Tortas. A formação do município está ligada à chegada dos primeiros imigrantes holandeses ao nosso estado, e conserva muito da cultura e hábitos dos Países Baixos. Entre eles, está a tradição na preparação de doces e tortas com sabores maravilhosos e nomes complicados, como tompoes, pindataart, monchoutaart, gevulde speculaas e notenkochen. Não entendeu nada? Tudo bem, sempre haverá a segurança de pedir uma deliciosa torta holandesa!



Nossa viagem, como sempre acontece, vai deixar um gostinho de quero mais e ainda poderia se estender por muitos e muitos dias. Poderíamos seguir para o Norte Pioneiro, onde a forte imigração japonesa nos brinda com diversos restaurantes orientais. Ou para a fronteira com Santa Catarina, terra de imigrantes poloneses e do seu famoso pierogi. O que não falta no Paraná são destinos onde a gastronomia anda lado a lado com a história. Neles, você poderá encontrar restaurantes de todos os tipos,

dos mais rústicos aos mais sofisticados, todos prontos para receber bem. E, agora, também é importante destacar: receber com segurança. Afinal, a gente não quer que o seu rolê acabe em cloroquina.

Para garantir a tranquilidade de todos, Daiane Hass, residente técnica responsável pelo turismo gastronômico na Paraná Turismo, ressalta que várias ações estão sendo realizadas em parceria com o Sebrae, Senac, Fecomércio e demais entidades para



TOLEDO

Se você estava sentindo falta de um bom churrasco nesta nossa rota, pode ficar tranquilo, que a gente ainda tem muita lenha pra queimar! Na região Oeste, em Toledo, todos os anos acontece a Festa Nacional do Porco no Rolete. Em 2019 foram nada mais nada menos que 215 porcos. É a maior festa à base de carne suína do Brasil. E ainda tem concurso do Melhor Porco Assado e do Melhor Recheio, só pra deixar o que é bom ainda melhor.

GUAÍRA

Chegando pertinho da fronteira, em Guaíra, nossa viagem termina com um dos pratos mais tradicionais do estado, o peixe na telha. Preparado com um produto nobre e nativo da região, o pintado, ele é cozido dentro de uma telha de barro. Unindo um modo de produção histórico – já que as telhas eram inicialmente produzidas com argila por mão de obra indígena, que dava forma ao material em suas coxas – com a herança culinária espanhola de temperos e condimentos deliciosos, o prato típico encerra com chave de ouro nossa rota.



treinamento e qualificação. Os estabelecimentos estão adotando os protocolos sanitários, tanto do Ministério do Turismo quanto estaduais, e preparando manuais de conduta segura, feitos em parceria com as instituições de classe e com suporte da Secretaria Estadual de Saúde.

Por isso, aproveite. Como você viu, o que não faltam são opções para quem deseja viajar por nosso estado degustando todas as riquezas gastronômicas

que ele oferece. Unindo tradições e sabores vindos de tantas partes e culturas diferentes, o que a gastronomia paranaense traz à mesa é mais que um mosaico de pratos deliciosos. É também uma viagem ao passado, às diferentes influências que formaram nosso estado e que se refletem em quem somos hoje, no presente. E que, seguramente, farão parte de nosso futuro muito em breve.

Bora pro rolê!

O PÃO

FLOODOU O FEED



FOTO: FER CESAR

DESTAQUE NA BÍBLIA, PROTAGONISTA DA REVOLUÇÃO FRANCESA, ARMA DE MANOBRA POLÍTICA NA ROMA ANTIGA, O PÃO VEM ACOMPANHANDO OS MOMENTOS MAIS MARCANTES DA CIVILIZAÇÃO HÁ 12 MIL ANOS. E, AGORA QUE A HISTÓRIA NOS DÁ MAIS ESSE CHACOALHÃO, ELE INUNDA NOSSO FEED DE CADA DIA, DESBANCANDO OS GATOS E ATÉ AS PRAIAS PARADISIÁCAS.



FOTO: FER CESAR

A PANDEMIA varreu muita gente para dentro de casa. Metas e planejamentos do primeiro semestre foram para as cucuias. Fomos obrigados a diminuir o ritmo, a ter inteligência emocional e a nos ocupar com atividades que sempre ficavam para depois: trocar a lâmpada queimada, pregar o botão da blusa, pintar as paredes, bordar, fazer pão...

O crescimento recorde de buscas por receitas de pão na internet e o aumento das vendas de fermento no comércio (cerca de 20% em maio, segundo estudo do Insights Dotz do Varejo) mostraram que o brasileiro resolveu pôr a mão na massa. Basta um único scroll na timeline do Instagram e você vai ver muitos quarentenars orgulhosos, exibindo pãezinhos recém-saídos do forno. Do outro lado do balcão, gente que já era expert em misturar farinha, água, sal, fermento e amor foi para as telas ensinar o povo a sovar direitinho.

Rene Seifert foi um desses caras. Seu canal do YouTube, o "Pão da Casa", hoje tem mais de 200 mil inscritos e um dos seus vídeos mais populares, "O pão mais fácil do mundo", já acumulava meio milhão de visualizações em agosto.





Mas, antes de falar mais sobre isso, é preciso que você saiba algo muito importante: o Rene é um padeiro que não vende pão. O professor da UTFPR é adepto da economia da dádiva (um processo no qual trocar um pão por uma geleia faz muito mais sentido do que trocar o pão por dinheiro) e garante que já trocou pão por itens como “lenha, cerveja, geleia, aula de música para as crianças, arame para fazer cerca” e assim por diante.

E foi fazendo pão que ele fez também muitos amigos. Isso, porque Rene dá pão de presente (quem não quer uma amizade assim?) e, ao fazer isso, acredita na lei do retorno e no sentimento de gratidão que pode ser criado por meio dessa ação. Isso modifica as relações e acaba transformando conhecidos em amigos.

Por meio dessa simbologia da partilha, ele começou a compartilhar suas receitas no YouTube, há dois anos. Quando decidiu gravar a receita “O pão mais fácil do mundo”, tinha como objetivo atender aos pedidos de conhecidos e amigos. Meses depois, acessou a página e percebeu que muita gente tinha se interessado pela receita. Decidiu então criar o canal e gravar mais. De lá pra cá, já publicou cerca de 80 vídeos e acumulou 7 milhões de views!

O curso presencial também nasceu de maneira despretensiosa, com o objetivo de proporcionar experiências artesanais para pessoas interessadas no universo da panificação. Mas o cara – mestre na multiplicação de pães e seguidores – encantou o povo com todo seu carisma. O curso, que acontecia uma vez por mês na Colônia Witmarsum, em Palmeira (PR), começou a ter fila de espera.

Eis que chega 2020 e, por motivos óbvios, o curso presencial teve todas as datas canceladas. Foi essa pausa obrigatória que gerou em Rene uma necessidade de mudança. Assim nasceu o curso on-line. Além de conhecer as melhores técnicas e aprender e reproduzir inúmeras receitas, o curso virtual atende também a uma causa nobre, afinal, estamos falando do Rene. O lucro obtido com as vendas dá vida à Casa de Saberes Artífices, chamada carinhosamente de A CASA.

Também foi em um período de confinamento – em circunstâncias bem melhores – que o Rene e a Vanessa (companheira de vida e aventuras) despertaram para o maravilhoso mundo do pão feito em casa. Ele já contou essa história pra gente várias vezes, mas para resumir: em 2006 o casal morava em Londres e, para reduzir a produção de lixo com os pães embalados do supermercado, começou a testar receitas. O que aconteceu a seguir? Assim como muitos de nós nesse momento fatídico, eles transformaram a forma de ver a vida e passaram a olhar a cozinha com outros olhos. “Hoje, esses espaços de convivência são também espaços de produção”. Além disso, o processo fez com que comessem a buscar novos conhecimentos. “Será que consigo produzir uma geleia, um queijo ou uma manteiga também?”, eles se perguntavam. Assim, o casal passou a se ver mais como produtor e menos como consumidor. E essa virada de chave fez com que decidissem compartilhar conhecimento.

MAS QUE CASA É ESSA?



A CASA é um projeto criado para resgatar conhecimentos artesanais que fizeram parte da história dos nossos antepassados. Rene conta que, depois de passar pela ressignificação da casa, começou a entender também que esse era um processo de reconexão. “A casa se transformou em um espaço de produzir, criar, conviver, e isso tudo foi muito característico da experiência dos nossos avós e bisavós”.

Para colocar esse projeto de pé, Rene e Vanessa compraram um terreno e decidiram construir um espaço dedicado ao resgate de técnicas artesanais. Entre elas está a produção artesanal do pão, mas não só. O objetivo é entender o processo de produção de inúmeros bens de consumo, de geleias a embutidos.

O arquiteto e paisagista Wilson Pinto embarcou junto nesse sonho e, aos poucos, a CASA vai tomando forma. Rene sabe que está longe de mudar o mundo, mas acredita que, ao construir esse espaço, pode inspirar outras pessoas e comunidades a fazerem o mesmo.

Por fim, ele garante que o mais importante da vida é o amor. “Não esse amor etéreo e abstrato, mas, sim, o amor que limita, que para e freia ações destrutivas”. O amor pelo próximo, pela comunidade, pela conexão e pela partilha. “Se, em vez de fazer um pão apenas para a minha família, eu fizer dois, e um deles for destinado para o meu vizinho, posso estar transformando a relação que criei com ele, e essa ação, por si só, é um ato de amor e é revolucionário.”

COMER, COZINHAR, SOBREVIVER

POR TIAGO VIDAL DUTRA

A comida é e sempre será nosso porto seguro. Da fome e da vontade de comer, ninguém escapa. É o último recurso essencial, junto com a água. O ser humano sobrevive sem teto, sem trabalho, sem escola e até sem amor. Mas sem comida, meu amigo, não dá.

Durante esta pandemia, o valor da comida está ainda mais evidente. Tem professor assando pão, músico vendendo lasanha, maquiadora entregando doces. E, por algum motivo especial, muita gente fazendo geleia de pimenta. Você também percebeu?

Com as pessoas isoladas, o delivery ganhou um belo impulso. Afinal, mesmo com o surgimento de tantos padeiros e cozinheiros amadores, quem é que consegue se dedicar à cozinha com as crianças correndo por todos os lados, enquanto participa de uma reunião de trabalho por videochamada, responde mensagens no celular com uma das mãos e, com a outra, passa um rodo no chão?

Receber aquele pacote de comida quentinho e cheiroso em casa ganhou um novo significado. Se não dá para sair e ver coisas diferentes, que elas então entrem por nossas portas.

O papel do alimento, como você sabe, vai muito além de nutrir. Comida é cultura, é alegria, é terapia. E talvez muita gente esteja descobrindo isso nesta fase complicada. Ao fazer nosso próprio almoço, nos deparamos com o imenso contentamento que existe em alimentar o outro. Encontramos a excitação de combinar ingredientes diferentes para transformá-los em algo único. Entramos em contato direto com nossas memórias, as lembranças das avós, os sabores que nos levam de volta à infância.

Fica fácil entender por que tanta gente escolhe o caminho da cozinha na vida e faz dele sua profissão e sustento.

Mas este é um caminho que está longe de viver só de bons momentos. Os últimos meses estão sendo severos com toda a cadeia gastronômica, abalada pelas restrições impostas pelo distanciamento social. Bares, restaurantes, pequenos e grandes produtores, feirantes, comerciantes: todos estão enfrentando um período muito duro. Para nós, clientes, também não está sendo fácil. O que esse conjunto de profissionais do setor proporciona é algo impossível de reproduzir em casa.

A experiência de ir a um restaurante é insubstituível. Começa com a decoração, pensada para nos transportar para um universo diferente. O serviço, que faz a gente se sentir especial. O prazer e a dor de passar os olhos por um cardápio cheio de delícias e não poder pedir todas elas!

E, claro, há a comida. O resultado de anos de experiência, de conhecimento dos ingredientes, das técnicas apuradas. Em cada prato, há muito de quem está por trás dele. É possível até sentir o gosto da dedicação e o amor pelo nobre ofício de alimentar e proporcionar bons momentos.

Por essas e outras, assim como você, não vejo a hora de poder entrar novamente em um restaurante, este ato que vai muito além de matar a fome. É matar a saudade dos amigos, festejar uma conquista, fechar negócios, selar parcerias, dizer “sim” a um pedido de casamento. É celebrar, das mais variadas formas, a experiência de viver. E, agora, a de sobreviver. Ocasões que, seja por pessoas ou estabelecimentos, devem mais do que nunca ser comemoradas.



PARA A ATINGIR A PERFEIÇÃO,
NÃO BASTAM OS MELHORES INGREDIENTES,
O TEMPO CERTO, A TEMPERATURA IDEAL
E OS MELHORES COZINHEIROS. É PRECISO
ALCANÇAR A EXCELÊNCIA EM GESTÃO COM O SELO
DE QUALIDADE NO TURISMO DO PARANÁ.



O Selo de Qualidade no Turismo do Paraná é um instrumento para avaliação e melhoria dos serviços das empresas. Com ele, pequenas empresas do setor de gastronomia, hospedagem e outras atividades, elevam a sua profissionalização e mostram para o Brasil e para o mundo que são inovadoras e sustentáveis. Além de gerar visibilidade e credibilidade para sua a marca, os participantes do Selo têm acesso ao Programa Sebraetec, eventos e a todas as ações realizadas pelo Sebrae no Paraná.



Qualidade
no Turismo
do Paraná

ATUALIZE A MANEIRA DE ABASTECER SEU RESTAURANTE COM A *Gold Food Service*

Só quem vive o mercado gastronômico como nós e conhece o dia a dia dos restaurantes, sabe o valor do seu tempo!

Em nossa Loja Online você pode fazer compras para o seu restaurante (e para sua casa!) a qualquer hora, lugar e com promoções exclusivas. **Otimize** o seu tempo e a rotina do seu negócio!

ACESSE

LOJA
GOLDFOODSERVICE
COM.BR

