

# SEJA SEU PRÓPRIO CHEF

Há um ano, o australiano Richard James aportou na Bahia e foi direto para a cozinha do Ciranda Café, onde aproveitou sua vasta experiência em gastronomia para combinar técnicas e sabores na criação do cardápio do restaurante. Apreciador da culinária saudável, ele ensina a fazer uma paella vegetariana, um dos pratos oferecidos pela casa

por CAROLINA COELHO

FOTOS: Ricardo Prado



**D**espretensioso assumido, o chef Richard James surpreende aqueles que não gostam da alta gastronomia “porque vão comer pouco”. Com pratos bem servidos e a preços acessíveis, ele prepara tira-gostos, entradas, refeições e sobremesas que carregam uma interessante mescla entre a gastronomia contemporânea e o tempero de comida caseira com gosto de infância.

Depois de viajar três continentes, trabalhar em cozinhas da Inglaterra à Tailândia e saborear as delícias típicas de 18 estados brasileiros, ele se apaixonou pela Bahia – ou melhor, por uma baiana – e veio morar na terra do dendê.

A culinária brasileira virou uma das paixões de Richard depois que ele passou quatro anos no Brasil, de 2001 a 2005, em uma verdadeira orgia gastronômica. Ao retornar à Austrália, ele abriu o CocoMar Brazilian Restaurant, no litoral norte de Sydney, uma espécie de refúgio para os brasileiros, que podiam matar as saudades do lar comendo feijoada, moqueca, xinxim de galinha, churrasco, entre outras iguarias tropicais. De volta ao calor e ao ritmo da Bahia, o chef foi chamado para montar os 42 pratos que compõem o cardápio do Ciranda Café Cultura e Artes.

Em seu bom português (com leve sotaque inglês), ele explica que sua influência gastronômica vem do conceito de comfort food e slow food, que mistura uma alimentação de fácil digestão rica em nutrientes com sensações nostálgicas, remetendo a tempos passados ou lugares específicos. Conjugando o prazer de comer e a consciência ambiental e social, Richard faz questão de ir ele próprio às feiras orgânicas da cidade para escolher a dedo os alimentos que vão entrar na sua cozinha. “A tendência da gastronomia é voltar às comunidades autossustentáveis, onde as pessoas podem ter consciência de onde vem aquilo que ela está comendo”, reforça o chef.

## PRATO DO DIA:

PAELLA DE QUINOA E ARROZ NEGRO COM MAÇÃ, GENGIBRE, SEMENTES DE GIRASSOL E DE LINHAÇA, GRÃO DE BICO E BRÓCOLIS, SERVIDA COM LIMÃO CARMELIZADO E AZEITE DE OLIVA

### MODO DE PREPARO

#### INGREDIENTES (4 PESSOAS)

- 3 xícaras de arroz negro cozido
- 2 xícaras de grão de bico cozido
- 1 copo de quinoa em grão
- 1 cebola picada
- 4 dentes de alho picado
- 2 colheres de sopa de gengibre picada
- moio de coentro
- moio de hortelã
- moio de salsa
- 1 maçã verde em cubos
- 2 xícaras de brócolis
- 2 colheres de chá de linhaça
- 2 colheres de semente de girassol
- Azeite de oliva extravirgem
- Sal e pimenta
- Limão
- 1 colher de açúcar mascavo

Saltear em panela de barro ou em panela com uma base funda os ingredientes na seguinte ordem: azeite, alho, cebola, gengibre, quinoa, arroz negro, brócolis, grão de bico, maçã e um pouco de água para auxiliar a juntar tudo. Sal e pimenta a gosto. Quando estiver tudo quase pronto, acrescente as ervas picadas e para finalizar corte o limão na metade, coloque açúcar mascavo e sele na panela até que fique com uma cor dourada. Adicione as sementes e mais um pouco de azeite de oliva.

FOTOS: Carolina Coelho



[+] NO SITE :

Aprenda a fazer mais uma receita exclusiva do chef Richard James: Bolinho de Risoto de Funghi.