



**Juliana Magalhães Adjafre**

Tecnóloga em Gastronomia

Pós-graduada em Gastronomia

## **Desenvolvimento do conceito de um novo espaço gastronómico e sua implementação**

### **Aromas e Temperos – Brasil e Portugal à Mesa**

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Ciências Gastronómicas

**Orientador: Prof. Doutora Paulina Mata**  
**Professora Auxiliar, FCT/UNL**

Juri:

Presidente: Prof. Doutora Isabel Borges Coutinho

Arguente: Dr. Virgílio Nogueiro Gomes

Vogal: Prof. Doutora Paulina Mata



**Março 2016**



**Juliana Magalhães Adjafre**

Tecnóloga em Gastronomia  
Pós-graduada em Gastronomia

Desenvolvimento do conceito de um novo espaço gastronómico e sua  
implementação.

Aromas e Temperos - Brasil e Portugal à Mesa

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Ciências Gastronómicas

**Orientador: Prof. Doutora Paulina Mata**

**Professora Auxiliar, FCT/UNL**

Março 2016

**Desenvolvimento do conceito de um novo espaço gastronômico e sua implementação.**

**Aromas e Temperos – Brasil e Portugal à Mesa**

Copyright © Juliana Magalhães Adjafre, FCT/UNL e UNL

A Faculdade de Ciências e Tecnologia e a Universidade Nova de Lisboa têm o direito, perpétuo e sem limites geográficos, de arquivar e publicar esta dissertação através de exemplares impressos reproduzidos em papel ou de forma digital, ou por qualquer outro meio conhecido ou que venha a ser inventado, e de a divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição com objetivos educacionais ou de investigação, não comerciais, desde que seja dado crédito ao autor e editor.

“Feliz aquele que transfere o que sabe e aprende o que ensina.”

“O que vale na vida não é ponto de partida e sim a caminhada. Caminhando e semeando, no fim terás o que comer.”

“O saber se aprende com os mestres. A sabedoria, só com o corriqueiro da vida.”

(Cora Coralina)

“Dedico esse trabalho a todos aqueles que domam um fogão por dia, a todos os que se expressam, não através de tintas e palavras, mas sim através de memórias, aromas e sabores. Mas principalmente dedico àqueles que conseguem ver, perceber e entender tudo isso.”

(Lunardelli)

Dedico à minha avó Wanda Magalhães que sempre questionou...

“Cozinheira, minha filha. Você quer ser cozinheira?!”

## AGRADECIMENTOS

A DEUS e sua força divina.

À Profa. Dra. Paulina Mata por toda a sabedoria, gentileza, disponibilidade e generosidade em sempre contribuir e compartilhar seus conhecimentos. Aos “puxões de orelha”, incentivo e ânimo quando o trabalho não corria no ritmo certo.

Aos professores Virgílio Gomes e sua paixão pela História da Gastronomia seja em Portugal ou no meu Ceará. André Magalhães e a descoberta dos produtos portugueses, os eventos com a equipe da Taberna da Rua das Flores. Manuel Malfeito e os maravilhosos vinhos portugueses. Catarina Prista e a descoberta dos alimentos fermentados.

À Profa. Dra. Wilma Araujo por ter incentivando e motivado a seguir esse caminho, no Congresso de Gastronomia em 2013, sem olhar para trás nem pensar duas vezes.

Aos novos amigos conquistados nesses dois anos de mestrado. Ao Renato que me acolheu em sua casa na chegada a Portugal e dicas preciosas antes de iniciar o mestrado. Catalina e sua generosidade em ensinar, seja a Bioquímica, a Reologia, os Hidrocoloides, o mundo dos vegetarianos e as maravilhas da Colômbia. Thainá, Mafalda, Joana, Esteban, Sônia, Joaquim, Glória, Rita, Maria Genoveva, Maria João (ACPP), Lélia. Aos amigos Bea, Rui, Cristina, Eduarda, Fernando e clientes do Aromas e Temperos. Aos amigos de longe Heloisa, Joseilton, Claudinha, Ivana.

A todos os professores que passaram por minha vida e que me deram a base do pensamento crítico, em Fortaleza, em Campos do Jordão ou em Lisboa.

Aos colegas, professores, alunos e funcionários das faculdades (Senac Campos do Jordão, Fateci, Fanor) por onde passei como aluna ou como professora e que de uma forma direta ou indireta sempre fizeram o possível para contribuir com o desenvolvimento deste trabalho.

Agradecimento especial ao Nuno, o criador desse projeto chamado Aromas e Temperos, por me ajudar a manter a sanidade mental e a alegria no trabalho. Por ter acreditado em mim e no meu potencial, por ter aturado o meu mau humor e muitos momentos de desespero em achar que essa tese nunca teria fim.

À equipe do Aromas e Temperos, que nessa reta final manteve o padrão e o ritmo mesmo na minha ausência. Ronnie e Maria que iniciaram esse projeto e a nova equipe, Larissa, Joyce e Renet por acreditarem e caminharem rumo aos novos desafios.

Por último e mais importante agradeço à minha mãe por ter acreditado na minha capacidade desde o início quando em 2001 saí de Fortaleza para fazer o curso de cozinheiro básico no SENAC de Campos do Jordão/SP. A primeira vez que deixava a minha zona de conforto em busca de novos temperos, novos sabores, novos aprendizados, novos conhecimentos. Partindo para um estágio em França, em seguida o retorno à Fortaleza e estar ao seu lado por mais oito anos... E mais uma vez a distância volta à nossa rotina com idas e vindas ao aeroporto. Sem o apoio dela nada disso seria possível... Aos meus avós Wanda e Walmyr Magalhães, base da minha vida, ao meu irmão e à minha irmã.

## RESUMO

A cozinha brasileira reflete uma combinação de heranças e influências, uma mistura de ingredientes, cores e sabores. De cultura diversificada, resultante de uma miscigenação de povos, a gastronomia brasileira está cada vez mais em voga.

Esta é a cozinha que conduz e inspira o trabalho apresentado nesta dissertação, que tem como objetivo principal o desenvolvimento de um conceito na área da restauração, a criação de um cardápio coerente, o desenvolvimento dos pratos que o integram, e ainda a sua implementação num espaço de restauração.

Em Lisboa, as opções de restaurantes que servem comida brasileira não são muitas e as ofertas são pouco variadas. Aproveitando a oportunidade daí decorrente desenvolveu-se uma nova opção com um conceito e uma oferta originais. A cozinha brasileira inspira o trabalho apresentado que, contudo, tem uma componente adicional relacionada com a substituição de alguns ingredientes por produtos tradicionais portugueses. O trabalho apresentado inclui ainda a implementação do conceito acima referido num novo espaço gastronómico em Lisboa – o restaurante Aromas e Temperos. Este trabalho foi já sujeito à avaliação pela crítica gastronómica especializada e num concurso gastronómico, sendo os resultados dessa validação também apresentados.

**Palavras chave:** Restaurante, conceito, cardápio, gastronomia brasileira, turismo gastronómico.



## ABSTRACT

The Brazilian cuisine reflects a combination of heritage and influences, a mixture of ingredients, colors and flavors. Coming from a diversified culture, resulting from a mixing of peoples, Brazilian cuisine is increasingly in vogue.

This is the kitchen that leads and inspires the work presented in this dissertation, which has as main objective the development of a concept in the restaurant field, the creation of a consistent menu, the development of courses that it integrates and yet its implementation in a restaurant space.

In Lisbon, there aren't many options of restaurants serving Brazilian food and the supply is not varied. Seizing that opportunity, a new option has been developed with an unique concept and offer. This work is inspired by Brazilian cuisine which, however, has an additional component related to the replacement of some of its ingredients for traditional Portuguese products. It also includes the implementation of the above concept into a new gastronomic space in Lisbon - the restaurant "Aromas e Temperos". This work has already been evaluated by gastronomic critics and a gastronomic contest, with the results of this validation also being presented.

**Keywords:** Restaurant, concept, menu, Brazilian gastronomy, gastronomic tourism



# ÍNDICE

<b>AGRADECIMENTOS</b>	<b>vii</b>
<b>RESUMO</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>xi</b>
<b>ÍNDICE</b>	<b>xiii</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>	<b>xvii</b>
<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>1</b>
<b>2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA</b>	<b>5</b>
<b>2.1. ALIMENTAÇÃO NO BRASIL</b>	<b>5</b>
2.1.1. Matrizes indígenas, portuguesas e africanas	5
2.1.2. Gastronomia, cozinha, culinária	9
<b>2.2. BRASIL E A COZINHA TÍPICA REGIONAL</b>	<b>11</b>
2.2.1. Região Norte	13
2.2.2. Região Nordeste	14
2.2.2.1. Bahia	15
2.2.2.2. Sergipe e Alagoas	15
2.2.2.3. Pernambuco	15
2.2.2.4. Ceará	16
2.2.2.5. Rio Grande do Norte	17
2.2.2.6. Maranhão e Piauí	18
2.2.3. Região Centro Oeste	19

2.2.4. Região Sudeste	20
2.2.4.1. São Paulo	20
2.2.4.2. Rio de Janeiro	21
2.2.4.3. Minas Gerais	22
2.2.4.4. Espírito Santo	23
2.2.5. Região Sul	24
2.2.5.1. Paraná	25
2.2.5.2. Santa Catarina	26
2.2.5.3. Rio Grande do Sul	26
<b>2.3. PRODUTOS MARCANTES NA GASTRONOMIA BRASILEIRA</b>	<b>27</b>
2.3.1. Mandioca	27
2.3.2. Pimentas	31
2.3.3. Milho	33
2.3.4. Carnes Secas	34
2.3.5. Manteiga da Terra	38
<b>2.4. TENDÊNCIAS GASTRONOMICAS NO MUNDO E A GLOBALIZAÇÃO</b>	<b>40</b>
<b>2.5. GASTRONOMIA E TURISMO EM LISBOA</b>	<b>44</b>
<b>3. AROMAS E TEMPEROS - DESENVOLVIMENTO DO CONCEITO, CARDÁPIO E IMPLEMENTAÇÃO</b>	<b>51</b>
<b>3.1. O PRODUTO RESTAURANTE</b>	<b>51</b>
<b>3.2. CONCEITO</b>	<b>52</b>
<b>3.3. CONSTRUÇÃO DO CARDÁPIO</b>	<b>53</b>

<b>3.4.</b>	<b>C.A.P.A. AROMAS E TEMPEROS</b>	<b>56</b>
3.4.1.	Cozinha	56
3.4.2.	Atendimento	58
3.4.3.	Preço	59
3.4.4.	Ambiente	61
<b>3.5.</b>	<b>IMPLEMENTAÇÃO DO RESTAURANTE AROMAS E TEMPEROS</b>	<b>63</b>
<b>3.6.</b>	<b>RECEITAS DE FUSÃO LUSO BRASILEIRA</b>	<b>65</b>
3.6.1.	Qualifica – Guia dos Bons Produtos Portugueses	65
3.6.1.1.	Queijo de São Jorge	67
3.6.1.2.	Pera Rocha do Oeste	67
3.6.1.3.	Batata Doce de Aljezur	68
3.6.1.4.	Broa de Milho	70
3.6.1.5.	Vinho do Porto	71
<b>3.7.</b>	<b>CARDÁPIO COMPLETO PARA ABERTURA DO AROMAS E TEMPEROS</b>	<b>73</b>
<b>4.</b>	<b>PRODUTOS DESENVOLVIDOS – Fichas técnicas</b>	
	<b>Aromas e Temperos</b>	<b>75</b>
4.1.	Crocante da Ilha com geleia picante de pera Rocha e sumo de Clementina	76
4.2.	Escondidinho de carne seca com batata doce roxa	84
4.3.	Bobozinho de camarão, arroz de coco e farofa de broa milho	91
4.3.1.	Arroz de coco	97
4.3.2.	Farofa de broa de milho	101

4.4. Sagu ao Porto com creme de lima e limão	106
<b>CONCLUSÃO</b>	<b>113</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>117</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>125</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Negra do tabuleiro carregando filho às costas	8
Figura 2 – Mapa do Brasil	12
Figura 3 – Imagem Região Norte do Brasil	13
Figura 4 - Imagem Região Nordeste do Brasil	14
Figura 5 – Imagem Região Centro-Oeste do Brasil	19
Figura 6 – Imagem Região Sudeste do Brasil	20
Figura 7 – Imagem Região Sul do Brasil	24
Figura 8 – Tipiti usado para prensagem da mandioca e extração do tucupi. Índias manejam o tipiti para extrair o tucupi	28
Figura 9 – As pérolas do sagu feitas de amido de mandioca	29
Figura 10 – Índias preparando o cauim	30
Figura 11 – Inhame (à esquerda) e Cará (à direita)	31
Figura 12 – Mix de pimentas brasileiras	31
Figura 13 – Pimenta Cumari (à esquerda). Malagueta (à direita)	33
Figura 14 – Plantação de milho no Brasil	34
Figura 15 – Processo de secagem das mantas de carne de sol	36
Figura 16 - Manteiga da terra, município de Tianguá, Ceará	40
Figura 17 - Imagens: Guaraná Sateré Mawé; Palmito da palmeira – juçara; Umbu; Feijão canapu	42
Figura 18 - Cardápio Aromas e Temperos	55
Figura 19 - Imagem cozinha Aromas e Temperos antes da abertura	57
Figura 20 - Escada de acesso à cozinha e imagem da cozinha	

após a abertura	58
Figura 21 - Imagens Aromas e Temperos antes da abertura	62
Figura 22 - A escolha dos quadros para decoração do ambiente	62
Figura 23 - Arrumação e finalização da sala do Aromas e Temperos	63
Figura 24 - W.C. e fachada do Aromas e Temperos	63
Figura 25 - Queijo de São Jorge DOP 4 meses de cura	67
Figura 26 - Pera Rocha do Oeste	68
Figura 27 - Imagens Batata Doce de Aljezur	69
Figura 28 - Imagem Batata Doce de polpa roxa	70
Figura 29 – Broa de milho	71
Figura 30 – Tonalidades do Vinho do Porto	72
Figura 31 - Vinho do Porto Offley Tawny e Ruby	72
Figura 32 – Dadinhos de tapioca (à esquerda). Rodrigo Oliveira e José Oliveira, seu pai (à direita)	76
Figura 33 – Ingredientes para preparação do Crocante da Ilha	81
Figura 34 – Ingredientes e Crocante da Ilha	81
Figura 35 – Crocante da Ilha finalizado	81
Figura 36 – Ingredientes para a composição da geleia	83
Figura 37 – Ingredientes, utensílios e sumo de clementina para o preparo da geleia	83
Figura 38 – Geleia de picante de Pera Rocha e Sumo de Clementina	83
Figura 39 – Intimamente charque	86
Figura 40 – Purê de batata doce roxa. Carne seca desfiada com	

cebola roxa e manteiga da terra	89
Figura 41 – Processo do preparo da batata doce de Aljezur frita	90
Figura 42 – Escondidinho de carne seca com purê de batata doce e mix de folhas	90
Figura 43– Ingredientes composição do Bobozinho	95
Figura 44– Bobozinho de camarão com arroz de coco e farofa de Broa de milho	96
Figura 45– Arroz de coco	100
Figura 46 – Mise en place do preparo da farofa de broa de milho	104
Figura 47 – Farofa de broa de milho processada, assada no forno até ficar seca e levemente dourada	104
Figura 48 – Farofa de broa de milho refogada no azeite de dendê até ficar dourada e crocante	104
Figura 49 – Farofa de broa de milho finalizada	105
Figura 50– Ingredientes e Sagu ao Porto com creme de lima e limão	110



# 1. INTRODUÇÃO

Um oceano pelo meio é coisa pouca quando a curiosidade e o desejo de mudanças falam mais alto. Cursei a graduação em Gastronomia no SENAC de Campos do Jordão em São Paulo. Finalizado o curso, estagiei na França, de volta ao Brasil trabalhei durante um ano como chef de cozinha. Este foi um período de troca de experiência muito grande, em que criei novos cardápios misturando as técnicas francesas com os produtos e a comida nordestina. Como o aprendizado não pode parar conclui uma pós-graduação em gastronomia (Fortaleza/Ceará), prestei consultorias na área da alimentação e iniciei-me na área acadêmica.

Seguia como professora e consultora na área da alimentação em Fortaleza/Ceará e devido a uma reviravolta pessoal e um desejo em aprofundar mais os meus conhecimentos na área da gastronomia resolvi atravessar o oceano e cursar o Mestrado em Ciências Gastronómicas em Lisboa.

O interesse pela pesquisa para o desenvolvimento do trabalho descrito nesta dissertação surgiu devido a um convite para uma possível reabertura do Aromas e Temperos, local de um antigo café situado na zona de Arroios que se encontrava fechado há pouco mais de 4 anos. A proposta seria para a abertura de um restaurante de cozinha brasileira. A oportunidade pareceu ser interessante e desafiadora.

O trabalho desenvolvido começou por envolver uma pesquisa relacionada com os restaurantes de cozinha brasileira em Lisboa, e com a sua oferta, já que o objectivo a que me propus seria a abertura de um restaurante como um conceito original. Seguiu-se um trabalho de pesquisa sobre a cozinha brasileira e as suas características regionais. Tal permitiu ampliar conhecimentos e identificar pratos e produtos a incluir na oferta do novo espaço.

A cozinha portuguesa influenciou de forma muito determinante a cozinha brasileira, sendo o restaurante em Lisboa, pareceu ser um conceito interessante que a cozinha apresentada no Aromas e Temperos recebesse novas influências

do país em que se encontrava. Assim, criou-se um novo conceito de cozinha onde seriam desenvolvidas receitas brasileiras incluindo alguns produtos tradicionais portugueses no lugar do habitual produto brasileiro. Para definir o conceito e identificar os produtos a utilizar houve uma pesquisa relacionada com os produtos tradicionais portugueses.

Estando o conceito base definido, optou-se pela apresentação de pequenas doses, que seriam servidas para serem partilhadas. O conceito de compartilhar pratos tem aparecido com frequência nos restaurantes nos últimos anos e permite uma maior interação entre os grupos de clientes e uma maior convivialidade, contribuindo assim para com o contexto global para criar experiências marcantes. Pareceu assim interessante explorar este tipo de serviço que não existia nos restaurantes brasileiros em Portugal.

Seguiu-se o processo de desenvolvimento de um cardápio coerente com os conceitos referidos e finalmente de desenvolvimento dos produtos a serem oferecidos. Este é um processo longo que envolve uma variedade de testes, escolha de produtos e fornecedores, adaptação às condições da cozinha e uma otimização para se chegar ao resultado planejado. Finalmente, após o restaurante em funcionamento, há que melhorar tendo em conta, a experiência com a disponibilidade dos ingredientes, o sucesso de cada prato e os comentários dos clientes.

O passo final foi a implementação do projeto em todas as suas vertentes, adaptação do espaço, aquisição e montagem de equipamento de cozinha, decoração da sala, formação da equipa de trabalho e início da atividade normal do restaurante.

O trabalho descrito nesta dissertação, composta por três capítulos principais envolve as várias etapas acima referidas, nomeadamente o conceito do restaurante Aromas e Temperos, o desenvolvimento do cardápio, e a implementação do projeto.

Após este primeiro capítulo de introdução, segue-se o capítulo dois com uma revisão bibliográfica destacando a alimentação do Brasil através das

matrizes indígenas, portuguesas e africanas, a cozinha regional brasileira considerando os seus Estados e as características da gastronomia de cada um deles e se destacam alguns dos produtos marcantes da gastronomia brasileira. Finalmente discutem-se as tendências da gastronomia mundial, os vários conceitos de turismo gastronómico e ainda aspectos relacionados com o turismo, e em particular o turismo gastronómico, em Lisboa, local onde está inserido o espaço de restauração que foi objeto do presente trabalho. Dentro deste cenário o presente trabalho está inserido no conceito de turismo gastronómico em que o consumidor pode “viajar” através do consumo de alimentos não familiares e desta forma conhecer e consumir outras culturas.

No capítulo quatro, são descritos o desenvolvimento do conceito e cardápio do Aromas e Temperos, assim como as características do restaurante nomeadamente da sua cozinha, do serviço e do ambiente, e ainda a implementação do projeto. Dado que o conceito envolve a inclusão de produtos tradicionais portugueses em pratos baseados na cozinha brasileira, neste capítulo inclui-se ainda uma descrição das características dos produtos escolhidos e como são integrados nos pratos desenvolvidos.

No último capítulo são apresentados com detalhe quatro pratos representativos do cardápio, apresentando-se informação relevante para justificar a sua escolha, referência às receitas tradicionais ou escritas por alguns chefs brasileiros, e ainda descrevendo o seu desenvolvimento. As suas fichas técnicas são também apresentadas.

O trabalho apresentado no Aromas e Temperos, e descrito nesta dissertação, foi objeto de várias avaliações independentes e sob anonimato por especialistas, nomeadamente através da participação num concurso gastronómico e pela crítica profissional especializada. Considera-se que tal pode ser considerado uma validação do trabalho realizado, assim em Anexo são apresentados os resultados destas avaliações.



## **2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

### **2.1. ALIMENTAÇÃO NO BRASIL**

#### **2.1.1. Matrizes indígenas, portuguesas e africanas**

As grandes navegações, além de colocarem a América no mapa do mundo, promoveram intensos intercâmbios alimentares que se incorporaram definitivamente na gastronomia dos povos. De entre os acontecimentos que assinalam a passagem para os tempos modernos, destaca-se a Expansão Marítima. Os portugueses, contornando a África e através do oceano Atlântico, alcançaram a Índia em 1498. E, como se sabe, em 1500 aportaram na costa brasileira.

Essa ousadia marítima dos pioneiros portugueses e espanhóis significou para o mundo moderno os primeiros passos da globalização do planeta e o início de um intenso intercâmbio cultural e gastronômico envolvendo África, Ásia, Europa e América. (Freixa e Chaves, 2012).

O espírito desbravador e aventureiro dos navegadores portugueses levou-os a aportar no sul da Bahia e aqui encontraram as múltiplas etnias indígenas. E assim o Brasil “começou”. (Freixa e Chaves, 2007).

Os índios já habitava a terra muito antes da chegada de Pedro Álvares Cabral. As tribos praticavam o cultivo intensivo de raízes como a mandioca, palmito, batata-doce, milho, amendoim e cará. Dedicavam-se à caça e consumiam peixes em abundância. Os condimentos resumiam-se à pimenta, já que o sal ainda era desconhecido. (Freixa e Chaves, 2012).

A cultura brasileira é uma cultura de retalhos. Índios que viviam livres, que construía aquilo de que necessitavam, plantavam, caçavam e pescavam tinham uma cultura própria. Posteriormente, na sequência da chegada dos portugueses e dos escravos vindos de África, verificou-se uma fusão com as culturas dos portugueses e africanos. O Brasil é resultante dessa fusão de

povos, culturas, religiões e culinárias. Todas essas misturas, fusões e encontros geraram uma cozinha nova e com características próprias - um gosto e sabor brasileiros, a cozinha brasileira. (Lunardelli, 2012).

Dos índios herdou-se o hábito de pescar, caçar e assar os alimentos, comer frutas nativas, fazer uso de ervas. Conhecer e saber trabalhar a mandioca com seus derivados e preparos como: beiju, tapioca, pirão, mingau, paçoca, farofa, tucupi, bebidas fermentadas e outros. Os lusos, mais tarde, passaram a ingerir mandioca assada ou cozida e a incorporá-la nas receitas de bolos, caldos e cozidos; misturavam-na ainda a carne, frutas, vegetais e substituíram o “pão nosso de cada dia” por este “pão dos índios”. (Fernandes, 2003)

A alimentação no Brasil recebeu influência da culinária portuguesa na sequência da colonização, que por sua vez, recebeu influência dos mouros (açafraão, tomilho, cebola). Trouxeram vacas, bois, ovelhas, cabras, porcos e galinhas, plantaram figos, romãs, laranjas e limas, semearam o arroz e a horta passou a ter abóboras, gengibre, alhos e cenouras. Introduziram a mesa farta da metrópole lusitana: galinha cozida ou assada, arroz de forno, peru, leitões, cabritos. Trouxeram azeite, azeitonas e queijo. Com a cana de açúcar, trazida da Ilha da Madeira, de São Tomé e das Canárias a doçaria manteve sua arte e requinte, tendo sido introduzidos papos de anjo, orelhas de abades e pastéis de Santa Clara, entre outro. Tal levou a que o escritor Gilberto Freyre em sua obra *Casa-Grande & Senzala* considerasse a doçaria “dos maiores encantos da velha civilização portuguesa, que antes aprendera com os mouros a fabricar açúcar e a fazer mel, doce e bolo”. (Freyre, 2006).

Quando os portugueses chegaram ao Brasil, contudo, tiveram que adaptar as receitas trazidas aos ingredientes locais. Produtos como mandioca, inhame, coco e o milho não faziam parte da dieta portuguesa, tendo sido adotados e as receitas adaptadas para a sua inclusão. Galinha, porco e coelho foram levados nas caravelas, contudo também a paca, a cotia e o jacaré passaram a compor o cardápio dos portugueses. Métodos de cocção misturavam-se, moqueados indígenas aos guisados lusos, as frituras africanas aos refogados portugueses. (Chaves, 2007)

Na África não existia o cultivo e o consumo da mandioca, do milho e do amendoim. Os africanos fabricavam manteiga, mas utilizavam-na para untar o corpo, cultivavam poucos legumes e verduras, portanto não tinham ensopados e guisados e, assim como os índios brasileiros, não sabiam fritar em óleo, só assavam, tostavam e cozinhavam. Os povos que viviam no litoral só tiravam do mar o necessário, pescavam com flechas e arpões, e Cascudo (1983) não sabe dizer se fabricavam farinha de peixe defumado como os indígenas. O sorgo, que hoje é o 5º cereal produzido no mundo, também chamado milho-zaburo ou mapira, era a base da alimentação desses africanos; a presença da pimenta era constante, mastigada pura ou esmagada temperando o prato vazio antes de deitar a refeição. No momento em que os escravos eram presos e comercializados, levados de um lado para o outro do Atlântico, a cultura alimentar deste povo começa a ser alterada. Não tinham mais sorgo, ou inhames, tinham que passar a comer milho, mandioca, feijão frade ou “cutelinho” – espécie portuguesa de feijão. Não tinham vinho fermentado e sim a cachaça. (Fernandes, 2003).

A influência da cozinha africana no sistema alimentar brasileiro apresenta um aspecto particular, contribuiu para fixar a dieta do povo brasileiro desde o século XVIII. Por esse tempo, muito dos pratos africanos já faziam parte da alimentação; vendidos nas ruas das Bahias por “escravos de ganho”. Esses escravos após receber sua carta de alforria continuavam a trabalhar para o senhorio vendendo quitutes e bebidas. Misturando os ingredientes africanos, as quituteiras escravas passaram a fazer parte da vida da colônia emprestando modos e aromas às casas dos senhores, através de um paciente trabalho que fez evoluir a culinária. (Fernandes, 2003).

Índios, lusos e africanos experimentavam combinações gastronômicas e se alimentavam de pirões, farofas, bolos de fubá, mandioca, cuscuz, caldos e cozidos.



Figura 1 – Negra do tabuleiro carregando filho às costas.  
(Azevedo e Lissovsky, 1988)

Muitas das receitas ultrapassaram as fronteiras das regiões onde surgiram e ganharam lugar nas mesas de todos os brasileiros. O sabor tipicamente brasileiro está no pato no tucupi, no açaí, nos peixes e frutas do Norte. Está no churrasco, no carreteiro e no chimarrão do Sul. Na carne de sol, feijão verde e macaxeira no Nordeste. Está na feijoada carioca, no cuscuz-paulista, no pão de queijo e no tutu de feijão mineiro, nas moquecas capixabas do Sudeste. E nos peixes, aves e carnes do Centro-Oeste, que tem também frutos exóticos, como o pequi.

Até à chegada da família real portuguesa e se abrirem os portos ao mundo, os estrangeiros não entravam livremente ao Brasil. Proclamada a

independência, a imigração e o comércio internacional cresceram e, muitos povos foram para o Brasil em busca de uma vida melhor, em especial italianos, alemães, espanhóis e alguns asiáticos. (Araujo, 2005). Todos estes povos contribuíram também para o que é hoje a cultura gastronômica brasileira.

### **2.1.2. Gastronomia, cozinha e culinária**

“Como se poderia rejeitar aquela que nos sustenta do nascimento ao túmulo, que faz crescer as delícias do amor e a confiança da amizade, que desarma o ódio, facilita os negócios e nos oferece, na curta trajetória da vida, o único prazer que não se acompanha de fadiga e ainda nos descansa de todos os outros?” (BRILLAT-SAVARIN, 1995)

A gastronomia vem do termo grego *gaster* (estômago, ventre) e *nomos* (lei), ou seja, as leis do estômago. O criador deste termo foi o poeta e viajante grego Arquestratus (Século IV a.C.). Um aventureiro apaixonado por uma boa mesa que percorreu diversos locais experimentando e observando as especialidades das cozinhas por onde passava. Ao final escreveu um tratado dos prazeres da comida contando suas experiências, conselhos de como comer bem e a primeira definição de gastronomia.

Já no final do século XVIII, o termo voltou à tona através do francês Brillat-Savarin em seu livro *A Fisiologia do Gosto*.

Gastronomia é o conhecimento fundamentado de tudo o que se refere ao homem na medida em que ele se alimenta. Assim, é ela, a bem dizer, que move os lavradores, os vinhateiros, os pescadores, os caçadores e a numerosa família de cozinheiros, seja qual for o título ou a qualificação sob a qual disfarçam sua tarefa de preparar alimentos... a gastronomia governa a vida inteira do homem (BRILLAT-SAVARIN, 1995, p.57-58)

A gastronomia, sendo mais abrangente, também está ligada às técnicas de cocção e ao preparo dos alimentos, aos serviços, às maneiras à mesa e ao ritual da refeição. Sendo assim, entende-se que a cozinha e a culinária estão inseridas na gastronomia.

A gastronomia está relacionada à história natural, pela classificação que faz das substâncias alimentares, à física pelo exame de seus componentes e de suas qualidades, à química pelas diversas reações, análises e decomposições a que se submetem tais substâncias, ao comércio pela pesquisa dos meios de adquirir pelo menor preço possível o que se consome, e de oferecer o mais vantajoso àquilo que vende e à culinária pela arte de preparar iguarias e torná-las agradáveis ao gosto (Savarin, 1995).

Cozinha e culinária são sinônimos, segundo Freixa e Chaves (2012). Ambos os termos se referem ao conjunto de utensílios, ingredientes e prato característicos de um país ou de determinada região. Cozinha e culinária dizem respeito também à arte de preparar alimentos e às técnicas usadas para esse fim.

Cada país tem uma culinária típica, esse importante traço que compõe a cultura de um povo, juntam-se a outros como a música e a literatura. Algumas tradições culinárias são muito admiradas e saboreadas em todo o mundo. Ultrapassaram as suas próprias fronteiras. Assim aconteceu com as cozinhas francesa, italiana, alemã, japonesa, chinesa, árabe e tantas outras. (Brot, 2013). No que diz respeito à cozinha brasileira o caso é um pouco complexo.

Dória (2014) quando discute o que é a cozinha brasileira em sua obra *Formação da Culinária Brasileira* diz que simultaneamente se sabe e não se sabe. Sua definição acaba sendo a enumeração de alguns pratos que exemplificam o que ela é. O problema não é a falta de conhecimento histórico, o que falta são os conceitos que unifiquem a coleção de receitas ou pratos rememorados, obrigando, assim, a um exercício de exemplificação.

Com relação ao Brasil a sua cozinha resulta de influências dos hábitos alimentares dos indígenas, passando pelas heranças portuguesas, africanas e

outras. No âmbito profissional, até a década de 1990 não se dava muito valor à cozinha nacional. Muitos consideravam que não existia uma gastronomia brasileira, associava-se o termo “gastronomia” apenas ao requinte das classes privilegiadas e à alta cozinha. Contudo, segundo a *chef*, pesquisadora e professora de gastronomia, Mara Salles, o Brasil vive atualmente um momento de alta estima em relação à cultura. “Hoje, profissionais estrangeiros e brasileiros se encantam com a diversidade gastronômica do nosso País”, diz. “E ainda há muitas riquezas escondidas nos quatro cantos do Brasil”. (Freixa e Chaves, 2012).

A cozinha regional, que se formou com as tradições e mostra a identidade do povo, anda atualmente de mãos dadas com a alta cozinha. O que se faz na alta cozinha é transformar a cozinha regional, atualizando-a de acordo com os novos tempos, tornando-a mais lapidada, jovial e afinando sua técnica. E o turismo é uma parte integrante desse contexto. Quando as pessoas viajam se sentem tão envolvidas pela natureza, pelos monumentos históricos, pelas festas e danças quanto pela gastronomia do lugar.

Estando o presente trabalho relacionado com a implementação de um restaurante, na linha das tendências contemporâneas, mas baseado na cozinha brasileira, justifica-se que se apresentem as características das cozinhas das várias regiões do Brasil.

## 2.2. BRASIL E A COZINHA TÍPICA REGIONAL

Essa crioula tem o olho azul  
Essa lourinha tem cabelo Bombril  
Aquele índia tem sotaque do Sul  
Essa mulata é da cor do Brasil  
A cozinheira tá falando alemão  
A princesinha tá falando no pé  
A italiana cozinhando o feijão  
A americana se encantou com Pelé  
(Lourinha Bombril, Paralamas do Sucesso, 1995)

Segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro Geográfico e Estatístico) foi publicado no Diário Oficial da União que o Brasil tem uma população de 204.450.649 habitantes.

O Estado mais populoso é São Paulo com 44,4 milhões de habitantes – 21,7% da população total do país e o menos populoso é Roraima com 505,6 mil pessoas – 0,2% da população total.

Os Estados com mais de 10 milhões de habitantes são: Minas Gerais, Rio de Janeiro, Bahia, Rio Grande do Sul e Paraná. Com mais de 5 milhões temos: Pernambuco, Ceará, Pará, Maranhão, Santa Catarina, Goiás. Com menos de 1 milhão de habitantes: Amapá e Acre.

Com 12 milhões de pessoas a cidade de São Paulo é a mais populosa do país. Já a menor cidade do país é a mineira Serra da Saudade, com 818 habitantes. (Globo, 2015).



Figura 2 – Mapa do Brasil (Base cartográfica IBGE, 2001)

A cozinha brasileira, como já referido, se divide em uma múltipla oferta de cozinhas com características diferentes. No Nordeste, a cozinha é determinada pelo mar e pelo sertão. São ingredientes importantes caranguejo, peixe, camarão, coentro, dendê, leite de coco, carne seca e farinha. No Sul, churrasco, o chimarrão, o vinho e muitas heranças europeias. No Pará e região Amazônica, uma infinidade de frutas e frutos da mata, uma forte influência indígena, com o

tucupi e o tacacá. No centro do país, pequi, guariroba e muitos outros produtos. No litoral, de norte a sul, são milhares de quilômetros onde o que se come basicamente são os frutos do mar. Muitas variedades de ingredientes e de receitas locais. Na Bahia, o acarajé e o vatapá. No Espírito Santo, a moqueca de peixe. Em Pernambuco e no Ceará, a carne seca desfiada com purê de macaxeira são um atrativo de eleição. Em São Paulo, uma mistura de influências vindas de Portugal, da Itália, do Japão. Os colonizadores trouxeram costumes que se espalharam de geração em geração. (Brot, 2013)

### 2.2.1. Região Norte



Figura 3 – Imagem Região Norte do Brasil (Ecoviagem, s.d.)

Região que reúne uma biodiversidade de fauna e flora que lhe garante uma variedade de ingredientes e pratos típicos. Mandioca, farinha, beijus e mingaus; frutas como cupuaçu, açaí, pupunha, castanhas e guaraná (fins medicinais e energéticos).

Até hoje come-se o que os índios comiam: peixes de rio (tucunaré, pirarucu, tambaqui, pacu), milho, mandioca, cará, tucupi e as frutas locais preparadas em compotas, geleias, doces e frutas em calda.

Na gastronomia amazônica, o molho é a peça fundamental na formulação do prato. Limão, pimenta, sal e alho para temperar carnes de caça e peixes em guisados. Pimenta de cheiro e jambu (erva de efeito dormente) dão um sabor picante e dormência aos lábios.

No Ilha de Marajó destaca-se o consumo de carne de búfalos e seus subprodutos. Perto dos rios o uso de peixes como tambaqui, pirarucu e peixe-boi. No Alto Tocantins já ocorre uma transição alimentar onde se misturam sabores sertanejos e centro oestinos (Maranhão e Piauí/Goiás e Mato Grosso) com charque, paçoca de carne e Maria Isabel (mistura de frango com arroz).

Em Belém é usual comer ao ar livre, sem ter a mesa posta, sem talheres, uma das heranças indígenas, saboreando tacacá ao final da tarde, depois da chuva e à sombra de mangueiras. (Araújo, 2005).

### 2.2.2. Região Nordeste



Figura 4 – Imagem Região Nordeste do Brasil (Ecoviagem, s.d.)

Uma das culturas mais originais em termos de gostos, temperos e receitas, resultante da miscigenação entre indígenas, lusitanos e africanos é a culinária nordestina. Transforma ingredientes oferecidos pela natureza que resultam em pratos, sabores e receitas tradicionais.

Composta por nove estados, as suas cozinhas adotam diferentes valores. Os pratos do sertão vão dos mais secos como os assados aos mais gulosos como os cozidos; no litoral a diversidade é maior com uma variedade de peixes e frutos do mar.

### **2.2.2.1. Bahia**

Na Bahia associa-se o prazer de comer com a região e em particular com santos e orixás. As festas para os santos possuem simbologia única. O caruru dos meninos (prato preparado com quiabo, camarão seco, castanha de caju, amendoim, gengibre e azeite de dendê) é do dia de São Cosme e São Damião. Os licores de jenipapo, arroz doce e mungunzá são apreciados depois das ladainhas cantadas em latim para Santo António. Nos candomblés Nagô, o acarajé de lansã, o feijão de Ogum, o inhame de Oxalá. A relação entre as festas e os pratos demonstram a importância do que se come na vida do baiano, suas divindades, crenças e história.

No bobó de camarão tradicional utiliza-se inhame (tipo de rizoma trazido para o Brasil pelos escravos africanos) ou mandioca. Assemelha-se ao prato africano conhecido como “Ipetê”: camarão seco, azeite de dendê e pimenta malagueta.

Os doces baianos têm forte influência portuguesa e esta adaptou-se bastante aos ingredientes da terra: ambrosia, cocadas, alféola e doces de frutas. (Araujo, 2005).

### **2.2.2.2. Sergipe e Alagoas**

Nos estados de Sergipe e Alagoas a influência dos europeus, africanos e indígenas se faz presente mais uma vez. A presença dos pescados e frutos do mar é a base da gastronomia. Cozidos, paçocas, feijoadas, tapioca e frutas tropicais compõem o cardápio do dia a dia da população local.

### **2.2.2.3. Pernambuco**

No estado do Pernambuco encontram-se três solos distintos: zona da mata, agreste e sertão que permite uma variação climática e de vegetação que interfere na produção de alimentos diversos. No litoral de solo rico e com alta capacidade de produção da cana de açúcar e do algodão, holandeses e portugueses travaram algumas lutas. Ainda do litoral são os pescados e frutos

do mar muito usados na cozinha local. Os habitantes locais – índios caetés foram exterminados e substituídos pela mão de obra escrava que desempenhou um papel significativo na definição da culinária local das casas grandes e dos tabuleiros nas ruas das escravas de ganho. (Araújo, 2005).

Do solo agreste obtem-se produtos como tomate, banana, milho, mandioca, feijão, cebola e frutas diversas. As criações bovinas, ovinas, suínas e caprinas também são relevantes.

No sertão é característico o preparo de pratos como paçoca e arrumadinho (feijão, carne seca, farofa e vinagrete de tomate, pimentão verde e cebola). Na doçaria Pernambucana destacam-se o bolo Souza Leão, preparado com uma massa à base de açúcar, água, manteiga, massa de mandioca levemente ácida (puba), ovos, leite de coco, canela, cravo da Índia e erva doce. Traz o nome da família que o criou na época dos engenhos de açúcar. Outro bolo representativo, e que até pouco tempo atrás só se encontrava em Recife – capital de Pernambuco é o bolo de rolo. Constituído por finíssimas camadas de massa, intercaladas com recheio de goiabada. (Araújo, 2005).

#### **2.2.2.4. Ceará**

“Caminhando um pouco mais. Deparei com lindos coqueirais. Estava no Ceará, terra de Irapuã. De Iracema e Tupã.” (Aquarela Brasileira. Silas de Oliveira, 1964).

Do litoral cearense destaca-se a lagosta, grelhada ou ao molho, caranguejos cozidos, as patinhas à milanesa e a casquinha com farofa e molho de coco, peixes e pratos como as peixadas e pirão, camarão ensopado ou no alho e óleo. Da terra a macaxeira, batata doce, coco, milho, nos preparados dos pratos salgados e nos doces em bolos, cuscuz, mungunzá, canjica, pamonha, pé de moleque.

O trio que não pode faltar no almoço do cearense é a união do arroz, feijão e farofa (farinha de mandioca torrada com cebola e alho). Com o arroz e feijão também se faz o prato emblemático – baião de dois, onde o arroz é cozido

no caldo do feijão e finalizado com manteiga da terra, queijo coalho e cheiro verde (coentro e cebolinha picados). A carne seca é batida no pilão no preparo da paçoca juntamente com a farinha de mandioca e a cebola roxa. Pratos com forte influência portuguesa como: sarrabulho, panelada, buchada, sarapatel. Das frutas tropicais destaque para o caju e seus subprodutos: castanha de caju e cajuína; mas também sapoti, murici, cajá, graviola, jaca, goiaba, maracujá, coco, manga e abacate. (Araújo, 2005).

#### **2.2.2.5. Rio Grande do Norte**

De localização privilegiada e grande interesse militar, o Rio Grande do Norte atraiu portugueses, franceses, holandeses e foi base militar americana durante a Segunda Guerra Mundial.

Os hábitos sertanejos predominam nessa região e o consumo de queijo de coalho, carne de sol, manteiga da terra, paçocas e cebola roxa faz parte da dieta do potiguar (pessoa nascida no Rio Grande do Norte). A economia local baseia-se na pecuária. Principal fornecedor de carnes para os outros estados; domina a técnica da produção do charque. Do gado utiliza-se todo ele, das vísceras fazem buchadas (bucho costurado, recheado com fígado coração, rins, intestinos e sangue coagulado), paneladas (pés e pernas – mocotó, cabeça, tripas, buchos e vísceras) acompanhadas de pirão são pratos típicos do local.

Da produção leiteira retira-se o queijo, coalhada, manteiga de garrafa e nata que são especialidades de todo o sertão.

Do litoral os peixes cozidos, ao leite de coco, assados, com pirão escaldado, acompanhando macaxeira, ou cuscuz. Os doces são herdados dos portugueses e da fartura do açúcar. Sucos de frutas, licores e aluá<sup>1</sup> são dominantes. (Araújo, 2005).

---

<sup>1</sup> Aluá: bebida feita com farinha de milho (ou de arroz) com cascas de frutas, raiz de gengibre, açúcar ou caldo de cana, canela, cravo da Índia e sumo de limão. Deixa repousar em potes de barro por 3 dias.

### **2.2.2.6. Maranhão e Piauí**

Maranhão e Piauí, de culinária versátil com influências indígenas, árabes, africanas, portuguesas.

No Piauí verifica-se a utilização exagerada do coentro, cebolinha, cebola branca, pimenta de cheiro, urucum como corante diferencia esta cozinha do restante do Brasil. (Araújo, 2005).

Milho, fubá, canjica, cuscuz, pamonha, mandioca, tapiocas, beijus são heranças dos índios. Carne seca de boi, de bode, carneiro, porco e aves, assadas em fornos, torradas em panelas, piladas, cozidas com arroz e misturadas a poucas verduras são hábitos africanos passados à população piauiense que hoje fazem parte desta cultura alimentar. (Araújo, 2005).

Já os maranhenses não exageram nos temperos, mas em produtos naturais como peixes, moluscos, crustáceos, aves, animais silvestres: tariobas (molusco bivalve), caranguejos, siris, sarnabins (semelhante às ameijoas), ostras, ovas, fritos, guisados, ensopados, cozidos. E ainda vegetais, tubérculos e frutos tropicais: quiabo, jerimum, batata doce, cará, inhame, macaxeira, taioba, leite e óleo de babaçu. A que associam as técnicas portuguesas de preparar: rabada, sarrabulho, sarapatel, mocotó, chamberil. Destaque para as caldeiradas de camarão e a peixada maranhense; arroz de toucinho, arroz de camarão, arroz de cuxá (folha de vinagreira, gengibre, camarão seco). Como em todo o país, o gosto por sabores doces foram herdados de Portugal. A sobremesa emblemática da cozinha maranhense é o doce de espécie, de herança açoriana esse doce é servido na festa do Divino “Espírito Santo”. (Araújo, 2005).

### 2.2.3. Região Centro-Oeste



Figura 5 – Imagem Região Centro-Oeste do Brasil (Ecoviagem, s.d.)

Composto por Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Goiás e o Distrito Federal é uma região que possui uma diversidade gastronômica influenciada por exploradores que passaram e se instalaram nessas terras. É possível encontrar muitos elementos de todo o país, como o milho mineiro, o arroz-carreteiro dos gaúchos e a carne de sol dos nordestinos. Devido a febre do ouro, da prata, dos diamantes e da riqueza local, bandeirantes, garimpeiros, brancos, mulatos e negros exploraram e esgotaram os recursos do solo, já os pecuaristas, seringueiros e exploradores de erva-mate descobriram as riquezas e transformaram a pecuária e agricultura em principais atividades econômicas.

Guariroba, pequi, banana da terra, peixes de rio, carnes de caça (capivara, tatu, anta, paca, marreco) dominam no local juntamente com cúrcuma em pó, gengibre, alho, cebola, salsinha, cebolinha e pimentas que são os condimentos utilizados. (Araújo, 2005).

#### 2.2.4. Região Sudeste



Figura 6 – Imagem Região Sudeste do Brasil (Ecoviagem, s.d.)

A modernidade da cozinha das grandes metrópoles do Sudeste contrasta com as influências dos imigrantes e das tradições interioranas, em que se destaca a forte influência mineira (Chaves, 2007).

No século XVIII o ouro de Minas Gerais fomentou o desenvolvimento da região Sudeste. Desde então, os caminhos traçados pelos bandeirantes fundaram povoados e fizeram crescer o comércio. O Rio de Janeiro substituiu Salvador como centro político e econômico do país até a década de 1960, quando o governo federal transferiu para Brasília. Com o declínio do ouro a supremacia do café que conquistou os mercados mundiais e Rio de Janeiro e São Paulo enriqueceram os chamados “barões do café”.

Com a chegada dos imigrantes para trabalhar nas lavouras de café no final do século XIX, a gastronomia brasileira cresceu e adaptou-se às receitas trazidas pela tradição de cada um dos quase 70 povos que foram atraídos para o país. (Chaves, 2007).

##### 2.2.4.1. São Paulo

É considerada a capital brasileira da gastronomia e possui em suas raízes a cozinha dos tropeiros, que, em suas jornadas Brasil adentro, viajavam durante semanas e meses levando mantimentos e animais de tração para serem vendidos em Minas Gerais. (Chaves, 2007).

A cozinha paulista é uma mistura de raças que predominam no Brasil. Portuguesa, italiana, japonesa, libanesa, árabe, ao lado de índios e negros. A diversidade iniciada na colônia teve sequência no império e até hoje domina nas contribuições gastronômicas. (Araújo, 2005).

Prato típico elaborado com farinha de milho para dar-lhe um toque aristocrata, o cuscuz é uma criação dos mouros, que introduziram na Península Ibérica e foram trazidos pelos portugueses. No nordeste o cuscuz é preparado doce ou salgado, em São Paulo fazia parte do farnel dos tropeiros juntamente com a carne seca ou galinha. (Araújo, 2005). Nessas longas viagens, os alimentos precisavam ser secos, como feijão preto sem caldo, com pedaços de carne seca, toucinho e a farofa feita de farinha de mandioca com couve picada, dessa maneira a comida não se estragava e aguentava longas distâncias. Foi assim que surgiu o feijão tropeiro, prato que faz parte da cozinha paulista e mineira.

As refeições nas antigas fazendas de café no final do século XIX e começo do século XX incluíam ingredientes caipiras como refogadinhos de chuchu, bolo de fubá e a combinação trivial brasileira: arroz com feijão; os doces eram feitos em tachos de cobre com frutas como goiaba ou laranja da terra.

Por volta de 1908, os primeiros imigrantes japoneses aportaram em São Paulo e trouxeram com eles os pasteis de origem chinesa, tornando-se uma iguaria paulista. Os pasteis ao lado do caldo de cana é o lanche predileto nas feiras da cidade. (Chaves, 2007).

#### **2.2.4.2. Rio de Janeiro**

As novidades gastronômicas surgiam no Rio de Janeiro enquanto aí se hospedava a Corte portuguesa depois que o país se tornou uma República. (Araújo, 2005).

As influências da cozinha carioca podem ser resumidas em portuguesa e africana. Alguns exemplos como cozido carioca, pratos com bacalhau e o seu bolinho tão comum nos botecos da cidade. (Chaves, 2007).

As comidas de botequins mesclam a identidade gastronômica-cultural da cidade. A etimologia de botequim vem da palavra botica, loja, farmácia, bodega ou armazém de produtos finos, bacalhau, frios, especiarias e vinhos. (Araújo, 2005).

Pratos como picadinho de filé mignon, filé à cavalo e o filé Oswald de Aranha (político e diplomata brasileiro), camarão ensopado com chuchu, que Carmem Miranda cantou são ao lado da feijoada os pratos clássicos da gastronomia carioca.

A feijoada é o grande orgulho do carioca, prato referência nacional. Araújo (2005) cita que a feijoada é uma herança dos negros onde os escravos aproveitavam as carnes desprezadas por senhores de engenho e cozinhavam-nas com feijão preto. Alguns autores defendem que a feijoada é a evolução do simples feijão com arroz, não a transformação do cozido português ou do *cassoulet* francês como referido por outros. Os ingredientes incorporam-se com os anos: caipirinha como aperitivo, arroz, couve mineira cortada finamente, farinha, molho de pimenta e laranja para digestão. Fernandes (2000) defende que os portugueses já apreciavam a feijoada, principalmente os que habitavam as regiões montanhosas transmontanas onde, até hoje, a feijoada é um dos pratos mais apreciados. Da mesma maneira entram chouriços e carnes salgadas de porco, mas o feijão utilizado é o branco. No Rio de Janeiro, a feijoada feita com o feijão preto, pode ter sido introduzida por uma escrava que não encontrava o feijão branco e decidiu pôr o preto.

Já na fase imperial (1840-1889) Morales de Lós Rios, estudioso de costumes nacionais, afirma que pratos como mocotó, bobó, pirão de peixe, vatapá, caruru e sobretudo a feijoada se enquadravam como sendo os pratos mais populares da capital fluminense, conseqüentemente iguarias das mais apreciadas. (Araújo, 2005)

#### **2.2.4.3. Minas Gerais**

De forte influência portuguesa, o cardápio da cozinha mineira é composto por pão de queijo feito com queijo da Serra Canastra, queijo esse conhecido

como o primo do luso queijo da Serra da Estrela. Canjiquinha e costelinha de porco, com o milho e porco unidos em um só prato. Outros pratos característicos são o frango com quiabo, o leitão à pururuca, o tutu de feijão com couve e torresmo, este de herança dos tropeiros. O angu de fubá acompanha todos os pratos. Mas, mais que isso, a cozinha mineira, são várias cozinhas. Tem influências da Bahia na região norte, do Rio e do Espírito Santo ao leste, de Goiás ao oeste e de São Paulo ao sul. (Brot, 2013)

O que conta é a fartura, não existe preocupação em combinar os pratos e a base é a tríade do feijão, angu e couve. A literatura relata que o mineiro escondia comida na gaveta da mesa, envergonhado por comer angu a dita comida dos escravos ou vergonha de mostrar o prato que se come, já remexido e de mau aspecto. Ainda existe quem diga que essa era a gaveta do mineiro mesquinho que não queria dividir com o visitante inesperado a sua comida do dia. (Fernandes, 2003).

De origem portuguesa, da região da Bairrada, o leitão à pururuca não tem local certo, podendo ser paulista ou mineiro. Suas características de pele lisa, vítrea e estaladiça. A pele estourada, com rachaduras, pururucas são atributos de um bom e saboroso leitão assado brasileiro. (Araujo, 2005).

Dos doces preparados o doce de leite aparece em diferentes texturas, a ambrosia, doce de limão Taiti, bolo de fubá, Romeu e Julieta – fatia de queijo minas com uma fatia de goiabada, broas, bolos, quitutes, doces, compotas faz a mesa do mineiro ser farta e saborosa.

#### **2.2.4.4. Espírito Santo**

Araújo (2005) descreve a gastronomia desse estado como uma das mais autênticas cozinhas capixaba que recebeu diretas influências portuguesas (azeite de oliva, alho, coentro, pimenta do reino) e indígena (farinha de mandioca, óleo de urucum, banana da terra), mantendo o hábito secular de cozinhar em panela de barro.

Em tupi, “capixaba” é a pequena propriedade ou a rocinha de milho provinda da cultura indígena da região. No litoral uma culinária simples e artesanal, mas de tradição que reúne frutos do mar a frutos da terra, misturando aromas e condimentos. (Araújo,2005).

O prato símbolo do Espírito Santo é a moqueca capixaba, que difere da baiana por não utilizar nem leite de coco nem azeite de dendê, mas recebe cor de um ingrediente especial, o urucum<sup>2</sup> e o azeite doce (óleo de oliva). Outro ícone do litoral é a torta capixaba, que vale por um prato principal, pois é recheada de peixe e frutos do mar (ostras, sururu, camarões, siri e caranguejos), além de azeitonas, ovos e temperos como coentro e urucum. (Freixa e Chaves, 2012).

#### 2.2.5. Região Sul



Figura 7 – Imagem Região Sul do Brasil (Ecoviagem, s.d.)

Quando os portugueses e espanhóis levaram o gado para o extremo sul durante o período colonial ocorreu a ocupação territorial desta região graças à pecuária. Os índios guaranis ocupavam o local com os seus hábitos de beber a erva mate e do churrasco: assavam carnes em grandes valas no chão forradas com folhas – o famoso fogo de chão. Como tempero usavam a própria gordura

---

<sup>2</sup> Urucum: É nativo das Américas tropicais e de alguns países da Ásia. Misturando diversas espécies de óleos silvestres, é planta usada pelos índios para pintar o corpo. É também um condimento muito usado na cozinha, dando às iguarias uma cor que vai do alaranjado ao vermelho. Encontra-se em sementes secas, sementes mergulhadas em óleo ou em pó. (Gomensoro, 1999).

das peças de carne como a costela de ripa e o matambre<sup>3</sup> recheado de legumes e ovos. (Freixa e Chaves, 2012).

Nessa região, é difícil encontrar pratos tipicamente brasileiros, com exceção do churrasco e do charque ou até mesmo do barreado paranaense. As muitas receitas europeias adquiriram certas particularidades por serem antigas e trazidas por povos que chegaram ainda no século XVII, o próprio tempo e ingredientes na sua adaptação se encarregaram de mudar a maioria delas. (Chaves, 2007).

Devido às fortes influências estrangeiras, o trio arroz, feijão e farinha não fazem parte do cardápio diário dos sulistas como no restante do país. Dependendo do estado, os pratos encontrados com frequência são *eisbein* (joelho de porco), *kassler* (carne de porco salgada e defumada) e *tortei* de abóbora (massa recheada com abóbora) além do popular churrasco. Nas bebidas os mais prestigiados são os vinhos e as cerveja. (Chaves, 2007).

#### **2.2.5.1. Paraná**

Os paranaenses têm com algumas receitas influenciadas pelos tropeiros como o feijão tropeiro e a quirera (um cozido feito com a costela do porco, linguiça e quirera de milho<sup>4</sup>). Da árvore símbolo da cidade, o pinheiro, utiliza-se o pinhão, o seu fruto em festas juninas onde é consumido cru, cozido ou assado na brasa.

Porém, a receita que destaca a gastronomia paranaense é o barreado. De origem açoriana, seu tempero acompanhou a dança fandango. As pessoas passavam dias e noites dançando e precisavam de um prato substancial para repor as energias e que pudesse ser aquecido várias vezes sem perder o sabor original. O barreado é um cozido de músculo com temperos – sal cebola, louro, cominho – feito em panela de barro, que cozinha em fogão a lenha por cerca de

---

<sup>3</sup> Matambre: carne magra que cobre as costelas do boi. É a primeira peça depois que se retira o couro. É necessário cozinhá-la bem para que fique macia. Seu nome vem da expressão espanhola *mata-hambre*, que quer dizer “mata fome”. Assado típico do Rio Grande do Sul.

<sup>4</sup> Quirera de milho: milho quebrado para alimentar os pintinhos.

10 a 20 horas até que a carne se desmanche. O destaque desse prato é a panela ser vedada (barreada) com uma pasta, goma, feita com farinha de mandioca, deixando o sabor da carne mais concentrado. É servido sobre o pirão feito com o caldo do cozimento misturado com a farinha de mandioca e banana da terra cozida cortada em rodela. (Freixa e Chaves, 2012).

#### **2.2.5.2. Santa Catarina**

Floripa como é conhecida carinhosamente a capital, Florianópolis é uma ilha rica em frutos do mar com ótimo padrão de qualidade. É a maior produtora de ostras do país e a produção especializada feita por pequenos produtores tem padrão internacional.

Os açorianos que se fixaram formaram comunidades de pescadores que, até hoje, entre os meses de maio e junho, realizam a pesca artesanal de tainha. Delas muitos pratos são preparados: tainha escalada e seca ao sol feita na brasa, recheada com farofa de ova servidos com pirão de caldo de peixe ou pirão d'água.

Em Santa Catarina, os primeiros grupos germânicos vieram em 1850 e fundaram a cidade de Blumenau. Com eles trouxeram costumes, festas e receitas como as carnes defumadas, chucrutes, pão preto, salsichão e os doces como o bolo floresta negras e o *apfelstrudel* (torta de maçã). (Freixa e Chaves, 2012).

#### **2.2.5.3. Rio Grande do Sul**

Por determinação da Coroa Portuguesa, as primeiras famílias que aportaram no sul vieram dos Açores e da Ilha da Madeira. Contudo, em 1824, chegavam ao Rio Grande do Sul imigrantes alemães construindo a cidade de São Leopoldo. (Freixa e Chaves, 2012).

Em Caxias do Sul e Bento Gonçalves, os imigrantes italianos que chegaram por volta de 1875, trouxeram mudas das uvas que foram plantadas para consumo próprio já que as variedades viníferas foram pequenas. Na zona

rural os produtos coloniais como polenta, massas, vinho, *grappa* (aguardente de uva), cuca, doces, toras, bolos e outros fazem parte do café colonial servido pelas famílias descendentes dos alemães e italianos.

### **2.3. PRODUTOS MARCANTES NA GASTRONOMIA BRASILEIRA**

O principal motivo pelo fato da gastronomia brasileira ser diversificada é a sua variedade de ingredientes. Ingredientes de vários tipos, texturas, sabores e aromas. Alguns são bem característicos e remetem logo ao Brasil. A mandioca e seus sub produtos, os sabores e os perfumes das pimentas, o milho que é tão importante quanto a mandioca, a carne seca com os seus vários nomes e a manteiga da terra. Esses são alguns dos produtos que serão considerados abaixo e que fizeram parte do objeto de estudo na criação do cardápio para implementação do restaurante objeto desta dissertação.

#### **2.3.1. Mandioca**

“Se a farinha é pouca, meu pirão primeiro.”

“É tudo farinha do mesmo saco.”

“Enquanto você vai com a mandioca, eu volto com a farinha.”

(Ditos populares, s.d.)

Da mandioca nada se desperdiça, nem mesmo a folha. As muitas variedades da mandioca podem ser reunidas em dois tipos principais: a brava, venenosa, com alto teor de ácido cianídrico, e a mansa, também chamada de doce, macaxeira ou aipim. Os índios tiveram um papel importante ao desenvolver técnicas que permitiram o consumo da mandioca brava, extraindo o seu veneno: depois de colhida é descascada e ralada em uma tábua cravejada de pedrinhas pontiagudas, a seguir é macerada dentro de um espremedor de palha chamado tipiti. Escorre do tipiti um suco venenoso que depois de fervido se transforma em um líquido saboroso chamado tucupi. A massa branca que fica depois de obtido o líquido é levada ao fogo em grandes frigideiras de barro onde é cozida, mexida e remexida, até que a transformação em farinha ocorra. (Fernandes, 2003).



Figura 8 – Tipiti usado para prensagem da mandioca e extração do tucupi (Bonino, 2014). Índias manejam o tipiti para extrair o tucupi (Manifesto terreiroir, 2008)

No folclore brasileiro a farinha representa a fartura. É o produto base da alimentação brasileira, por exemplo, o pirão acompanha desde os cozidos do Norte e Nordeste até ao churrasco dos pampas gaúchos. No Norte, a diversidade do produto é enorme: há a farinha d'água, de herança indígena e apropriada para acompanhar peixe com açaí; a farinha seca e mais vulgar; o carimã usado no preparo de bolos; as gomas ou polvilhos – doce e azedo - usados no preparo de tapiocas, pães e outros produtos. (Chaves e Freixa, 2007).

Obtido a partir da mandioca brava o sagu são bolinhas feitas de polvilho ou goma que se encontram em todo o Brasil. (Gomensoro, 1999). Para compreender melhor, Rigo (2016) diz:

O que não costuma nos ocorrer na hora do deleite é associar a bolinha às nossas raízes. Aliás, se por um lado a mandioca é ignorada como matéria-prima, por outro pode-se achar redundante dizer sagu de mandioca – afinal, toda bolinha branca encontrada nos supermercados brasileiros é feita

com o amido dela. E há quem acredite que sagu seja produto da terra. Não é. Nem tão óbvio que o ingrediente seja sempre a mandioca, nem que a técnica seja expertise indígena, embora a farinha de tapioca do Norte tenha alguma semelhança. (Rigo, 2016).



Figura 9 – As pérolas do sagu feitas de amido de mandioca (Rigo, 2016)

Tradicionalmente as pérolas de sagu são feitas do amido extraído do tronco de palmeiras encontradas na Ásia e no Pacífico, todas do gênero *Metroxylon*, incluindo a *M. Sagu*, mais comum, que dá origem ao nome popular em quase todo o mundo. No século 19 essas bolinhas que aumentam de tamanho e ficam transparentes depois de cozidas, começaram a fazer parte da alimentação da tripulação dos navios que voltavam da Ásia trazendo chá para a Europa. Enquanto cruas, ocupavam pouco espaço e depois de cozidas, inchavam e enganavam a fome. (Rigo, 2016).

Da mandioca se obtém ainda uma bebida, o cauim. Esta depois de extraída da mandioca passa por um processo de fermentação e é consumida em rituais e comemorações.

No diário “*Histoire d’un voyage fait en la terre du Brésil*” o historiador Jean Lery relata o período que passou entre os índios e cita detalhes do preparo do Cauim. “A preparação de Cauym é um trabalho estritamente feminino, sem envolvimento dos homens. Pedacos finos de mandioca são fervidos até ficarem bem cozidos e se deixa esfriar. Então as mulheres e meninas se reúnem ao redor da panela; levam uma porção até a boca, mastigam bem, ensalivam e botam a porção em um segundo pote... nem o alemão, nem o flamengo, nem os

soldados, nem o suíço; quer dizer, nenhum desses povos da França, que se dedicam tanto ao beber, vencerá os índios nesta arte.” (Mors, 2014)



Figura 10 – Índias preparando o cauim (Mors, 2014)

Desde o início da colonização, os portugueses perceberam a utilidade da mandioca como recurso, aumentando o seu cultivo e formando múltiplas roças. Tomé de Sousa, primeiro governador-geral, chegou a legislar sobre o assunto, obrigando o cultivo quarenta e nove anos depois da chegada dos portugueses ao Brasil. A mandioca também se tornou importante no tráfico negreiro: os navios que retornavam do Brasil para a África levavam como moeda de troca, grandes quantidades de farinha de mandioca que, graças ao seu valor nutricional, rica em amido, fibras e sais minerais, garantia ainda a alimentação dos escravizados na viagem de volta ao Brasil. Com isso, a mandioca se espalhou para toda a África negra, onde hoje também é um alimento essencial. (Fernandes, 2003).

Para além da mandioca, também têm um papel importante na dieta brasileira o cará e o inhame (tipo de rizoma trazido para o Brasil pelos escravos africanos) e outras raízes que por vezes foram com a mandioca confundidos e que nem sempre são identificados. A confusão é antiga e começou com Pero Vaz de Caminha, na carta enviada ao rei de Portugal a respeito do descobrimento do Brasil. Ele errou ao registrar o que os índios comiam, trocou a mandioca, principal alimento dos tupiniquins, pelo inhame. "Muito inhame e outras sementes que na terra há e eles comem", escreveu. Porém, o equívoco maior é entre o inhame, um rizoma e o cará, que é um tubérculo. Em certos lugares os nomes são até trocados. No Nordeste, por exemplo, o cará é chamado de inhame. Em outras regiões, o cará é chamado de inhame-cará. Os dois têm muito em comum, como o valor nutritivo, a origem tropical, o gosto por clima quente e úmido, com bom índice de chuvas. Porém, existem diferenças

apontadas pela Embrapa Hortaliças. O inhame é da família das aráceas e seu rizoma tem forma arredondada, é peludo e de ponta afilada. Apresenta alto teor de açúcar. A planta tem aparência de uma folhagem de jardim e as folhas largas em forma de coração. Já o cará é da família das dioscoreáceas. O tubérculo é comprido, como a batata-doce, e tem pêlos ralos. O teor de açúcar é menor que o do inhame. A planta solta folhas pequenas e parecidas com as da batata-doce. (Kiss, 2005).



Figura 11 – Inhame (á esquerda) e Cará (á direita) (Numim, 2014)

### 2.3.2. Pimentas



Figura 12 – Mix de pimentas brasileiras (Souza, 2012)

Hoje, passados pouco mais de 500 anos do descobrimento das Américas, um grupo nativo de hortaliças conquistou o mundo com seu colorido, ardor e beleza. As variedades do gênero *Capsicum*, palavra que deriva do grego *kapto* e que significa picar. Presença obrigatória na culinária de quase todos os povos do planeta, as *Capsicum* pertencem à família das Solanáceas, da qual também

fazem parte o tomate e a berinjela. A palavra *chilli*, de origem asteca, serve para nomear os frutos do gênero *Capsicum* em vários países. (Linguanotto, 2004).

Quando os portugueses chegaram ao Brasil, diversas tribos indígenas já cultivavam uma grande variedade de pimentas. O alemão Hans Staden, que permaneceu entre os índios brasileiros de 1547 até 1555, fez relatos bem detalhados sobre o uso das pimentas, que não era apenas como tempero, mas também como moeda de troca. Ele presenciou a troca de pimentas por facas e machados trazidos pelos franceses. E, em 1814, o explorador francês Alexander Humboldt descreveu que “as pimentas são tão indispensáveis para os nativos quanto o sal para os brancos.” (Linguanotto, 2004).

No Brasil são cultivadas várias espécies de pimentas. Os frutos da popular malagueta são vermelhos, altamente picantes, alongados, medindo entre 1,5 e 3,5 cm de comprimento. A cumari é picante e ligeiramente amarga, oval, e possui menos de 1 cm de diâmetro. A pimenta biquinho é arredondada, vermelha, tem a ponta em forma de bico e sabor suave. Os frutos da pimenta dedo-de-moça são alongados, avermelhados, e sabor mais suave que a malagueta. A pimenta cambuci é verde-clara, achatada, doce e suave, e possui de 5 a 7 cm de diâmetro. Também são produzidas no país, entre outras, as pimentas de bode, e pimenta-de-cheiro. (Maurício, 2008).

O prato preferido pelos brasileiros - a feijoada misturada à farinha de mandioca - é sempre regado com molho de pimenta: ele a acompanha e incrementa seu sabor. São os molhos de pimenta que temperam, inclusive, a buchada, o mocotó, a rabada, o caruru de quiabos, a moqueca, a dobradinha, a galinha de cabidela e o sarapatel. (Maurício, 2008).

A pimenta do tipo Cumari é encontrada apenas no Brasil, onde seu consumo vem crescendo ano a ano. É bastante popular no Sudeste brasileiro, onde a colhem ainda verde. Aromática e muito picante passa da cor verde para o amarelo quando madura. A malagueta é uma das pimentas mais consumidas no Brasil. Tem sabor inconfundível. Em Portugal é conhecida como piri-piri. Atualmente preparam-se trufas de chocolate com esse tipo de pimenta. (Linguanotto, 2004).

Esses dois tipos de pimentas têm sabores característicos e teor de *Capsicum* diferentes. Harmonizam em pratos com sabores mais fortes, casando bem com azeite de dendê, leite de coco e frutas como pera e clementinas. A pimenta biquinho de sabor suave e adocicado complementa os sabores fortes de um bobó de camarão.



Figura 13 – Pimenta Cumari (á esquerda). (Feiertag, 2014), Malagueta (á direita).  
(Knapp, 2012)

### 2.3.3. Milho

Entre os índios brasileiros o milho foi cultivado sem ter, segundo Cascudo (1983), a mesma importância da mandioca. Era mais comido como fruto, assado, ou na forma de bebida cerimonial, depois de mastigado pelas velhas e cunhãs (mulheres jovens) da tribo, e fermentado, transformando-se no *abatii*. (Fernandes, 2003).

Os negros africanos ao chegarem não gostaram do milho, preferindo o painço (milhete) ou o sorgo. Os milharais serviam mais para os animais de criação que para a própria população. Foram os portugueses que utilizaram na alimentação de forma intensiva o milho e os produtos resultantes da sua transformação em farinha, produzindo migas, papas, pudins e broas. Só mais tarde os escravos se interessaram pelo cereal, preparando com o milho branco os mungunzás oferecidos sem açúcar a Oxalá. (Fernandes, 2003)

A partir do século XVIII, com o chamado ciclo do Ouro nas Minas Gerais, o milho começa a tomar lugar decisivo na alimentação brasileira. Sob a forma de fubá, palavra herdada dos africanos que significa farinha, que era a alimentação

de viajantes e tropeiros. A farinha de milho também era misturada à água e fervida com rapadura (melado da cana de açúcar), transformando-se em uma bebida energética chamada de jacuba. Onde o homem plantava o milho, ocorria um processo denominado “ciclo do milho”, ou seja, o homem criava o porco que engordava comendo o sabugo e que fornecia a gordura para o homem cozinhar pratos feitos de milho, de porco e dos produtos preparados a partir de ambos. (Fernandes, 2003).

Segundo Cascudo (1983), na História da alimentação no Brasil “a convergência e fusão das culinárias indígena, africana e portuguesa levaram ao brasileiro o complexo alimentar do milho que a industrialização tornou permanente”.

Hoje, a maior concentração da produção de milho está nas regiões Sudeste e Centro-Oeste do Brasil, principalmente nos estados de Minas Gerais, Goiás e Mato Grosso, de cujas cozinhas continuam a sair pratos deliciosos preparados com esse cereal especial. (Fernandes, 2003).



Figura 14 – Plantação de milho no Brasil (Custódio, 2014)

#### **2.3.4. Carnes secas**

No Brasil pré-cabralino já havia muitos tipos de carnes adequadas ao consumo, usava-se o fogo para prepará-las para comer, não havendo vestígios arqueológicos do consumo de carne crua, com exceção de moluscos, como as ostras. Para cozinhar, os índios se utilizavam da *tucuruva*, ou *itacurua*, que consistia em três pedras, entre os quais se fazia o fogo e sobre os quais se apoiavam vasilhas, grelhas e espetos. A praticidade da *tucuruva*, chamada de *trempe* pelos portugueses, levou os colonizadores dos primeiros tempos, e os

brasileiros por muitos anos, a usar esse chamado fogo de chão em suas casas, palhoças e acampamentos. (Fernandes, 2003)

Para conservar as carnes caçadas, fazia-se o uso do *moquém*. O viajante francês Jean de Léry descreve o processo no seu relato “*Histoire d’un voyage fait en la terre du Brésil*” escrito por volta de 1558:

[...] enterram profundamente no chão quatro forquilhas de pau, enquadradas; sobre ela assentam varas separadas formando uma grelha de madeira [...] nele colocam a carne cortada em pedaços, acendendo um fogo lento por baixo, revirando de quarto em quarto de hora até que esteja bem assada. Como não salgam suas viandas para guardá-las, como nós fazemos, esse é o único meio de conservá-las.

A lentidão do processo permitia que a carne secasse sem tostar fazendo com que durasse mais tempo. Juntamente com as farinhas de mandioca ou de milho, foi o alimento utilizado pelos bandeirantes nas suas expedições.

A salga, contudo, tornou-se o processo de conservação mais importante para animais, como a vaca, o porco, a cabra, a ovelha e a galinha, tendo sido introduzida pelos colonizadores lusitanos. O sal não era utilizado pelos índios, apesar do litoral ter condições excelentes para explorar. Contudo, a sua extração foi logo proibida pela coroa portuguesa constituindo esta um monopólio régio. Assim, os brasileiros eram obrigados a importá-lo do reino. Caro ou raro, o sal foi, a par com a mandioca, o grande auxiliar na conquista territorial do Brasil (Fernandes, 2003).

A carne de sol não é carne-seca e nem é charque. As três preparações são carnes curadas com sal - e confundir é fácil -, mas a diferença mora no modo de preparo e no produto final. As diferenças entre carne de sol, carne seca, jabá, charque e produtos com outros nomes mudam de acordo com o Estado brasileiro, com o teor de sal e com o tempo de secagem usado no processo de conservação.

A carne seca passou a ser chamada também de carne do Ceará quando, em 1778, o governo de Pernambuco proibiu a salga regular e o processamento industrial das carnes do sertão que abasteciam o estado. Só era permitida a salga a partir do rio Aracati, no Ceará, para o norte. Com as fortes secas no

século XVII, e séculos seguintes, a produção nordestina não cresce a ponto de sustentar a demanda cada vez maior pela carne seca. Com isso, a família cearense de José Pinto Martins leva seu processo para o Rio Grande do Sul – Pelotas. (Fernandes, 2003).

A carne de sol deve o seu nome ao facto de, antigamente as mantas de carne maturarem ao sol, processo que precisou ser mudado para que a carne não ficasse muito desidratada com o calor do sertão. O processo da carne de sol é feito da seguinte maneira: logo após o abate do animal, as mantas de carne ficam a descansar por 5 horas; em seguida são passadas no sal grosso e estendidas em um varal; para finalizar e contrariando o nome, maturam sob o sereno da noite em um período de 12 a 24 horas. A secagem rápida forma uma capa protetora que conserva o interior úmido e macio. No Brasil os cortes utilizados são coxão mole (chã de dentro) coxão duro (chã de fora) e patinho. (Chaves, 2007).



Figura 15 – Processo de secagem das mantas de carne de sol  
(Capri Virtual, 2015)

A carne seca também conhecida como jabá passa por um processo diferente da carne de sol. No processo artesanal, suas mantas recebem uma quantidade maior de sal, as mantas são batidas e empilhadas em um local seco. Durante a maturação, são mudadas constantemente de posição para facilitar a evaporação dos líquidos que se formam. Em seguida, são estendidas ao sol até que a desidratação se complete. Já no processo industrial a carne é batida numa máquina para que o sal penetre mais facilmente e para que ela fique curtida de forma mais rápida. Em seguida, para torná-la mais compacta, é dado um choque térmico mergulhando-a em água quente e em seguida no gelo. De aspecto mais rudimentar, o jabá pode ser feito com qualquer parte do boi. Por ser mais versátil

que a carne de sol, o jabá pode ser usado em bolinhos com maxixe e quiabo, frita com cebola e cheiro verde, em cozido com inhame ou macaxeira e não pode faltar no preparo do feijão e muito menos no preparo da feijoada.

O charque é típico do Rio Grande do Sul e surgiu da mesma necessidade de transportar a carne em longas distancias. Por ter o modo de preparo semelhante ao do jabá os nomes acabam por se confundir no restante do Brasil. O charque é mais rudimentar, leva maior quantidade de sal e fica mais tempo exposto ao sol, garantindo assim maior durabilidade. (Chaves, 2007)

Secas ao sol ou ao sereno, com mais ou menos sal esse processo de conservação da carne continua existindo de norte a sul do Brasil.

A nutricionista Neide Rigo (2009) descreveu o processo de obtenção dos vários tipos de carnes “No Brasil, dependendo da região, a carne seca recebe outros nomes como carne de vento, carne do ceará, sambamba, sumaca, carne do sertão e jabá. O termo “carne seca” é aplicado a produtos cárneos com processos de produção claramente definidos, mas que têm em comum a desidratação da carne pela utilização do sal e através da exposição ao sol ou ao vento. Fazem parte desse grupo o charque, o *jerked beef* e a carne de sol.

Estes processos de salga e desidratação pelo vento, sol ou fogo representam as formas mais primitivas de conservação da carne e vêm da necessidade de se conservar o excedente. As peças mais nobres eram cortadas em mantas, salgadas e secas levemente (de 8 a 14 horas) para serem consumidas em poucos dias, um processo intermediário de conservação, que deu origem à carne de sol. Já outras partes menos magras eram mais salgadas e expostas à secagem por maior tempo, a fim de perder mais umidade e aumentar a vida útil e deram origem aos outros tipos de carne seca, como o jabá feito com peças muito finas e gordurosas, geralmente da barriga. Apesar das formas modernas de conservação, estas carnes ganharam adeptos justamente pelo tipo de processamento que lhes garante características únicas de textura e sabor.

Tanto a carne feita em indústrias como as artesanais apresentam, no final do processo, de 7 a 10% de água e, dependendo da quantidade de gordura

contida na carne, pode fornecer de 300 a 500 calorias por 100 gramas. Na carne fresca temos 75% de água e a quantidade de calorias por 100 gramas pode variar de 100 a 400 calorias.

Durante o processamento da carne seca, uma série de fatores determinam a durabilidade do produto, como, por exemplo, a umidade do ambiente, já que ela adquire ou fornece umidade ao meio. Quando a carne passa a ter acima de 60% de umidade, estabelecem-se condições para o desenvolvimento principalmente de mofos. Temperaturas acima de 30°C propiciam alterações enzimáticas responsáveis pelo gosto de carne velha e sabor de gordura rancificada. Por isso a temperatura de conservação não deve ultrapassar 23°C.

Surgido no mercado recentemente, o *Jerked beef* é um produto parecido, porém com maior teor de umidade. A salga é feita por injeção e o tempo de secagem é bem reduzido. Dado o maior teor de água, é um produto mais perecível. Por isso, suas características sensoriais são conservadas através do uso de embalagem à vácuo e da adição de nitritos, que além de conservar, ressalta sua cor avermelhada. Pelas determinações legais, deve apresentar cerca de 45% de umidade e cerca de 15% de cloreto de sódio.

Exemplos de alguns pratos típicos utilizando esses tres tipos de carne e que são comuns no Brasil são:

- Carne de sol na brasa com manteiga da terra;
- Carne seca com abóbora;
- Arroz de carreteiro com charque;

Sempre acompanhado de feijão verde, cuscuz nordestino, macaxeira frita, banana frita, pirão de leite e farofa.

### **2.3.5. Manteiga da terra**

Feijão de corda com carne de sol  
Manteiga de garrafa e farinha quebradinha

A gente come tanto chega, chega, chega se lambuza  
Come, come e não abusa na nossa terrinha.  
(Carne de sol. Marines, s.d.)

A manteiga da terra é um tipo de manteiga regional produzida no Nordeste do Brasil que, dependendo da região específica de produção, recebe outros nomes tais como: manteiga de garrafa e manteiga do sertão. É um produto bem apreciado por parte da população e sua comercialização é feita em feiras livres, mercados populares e supermercados. (Ambrosio, 2001).

Caloca (2003) explica o preparo artesanal da manteiga da terra através da nata do leite reservada. Durante 4 horas de cozimento a nata é mexida com uma pá até começar a engrossar, em seguida passa a ser mexida por um caneco, em movimentos de baixo para cima. Fica então esfriando no tacho até ser engarrafada.

Também Chaves (2007) a refere e ao seu processo de produção. Típica do sertão e substituto do azeite de oliva a manteiga da terra, de garrafa ou do sertão vai bem com carne de sol, macaxeira cozida ou frita. O processo artesanal do preparo da manteiga é feito através da nata do leite de vaca batida em uma bacia com uma colher de pau até se transformar em uma massa homogênea, levada ao fogo baixo em banho-maria até a gordura estar em estado líquido, em seguida engarrafa-se e mantém-se em temperatura ambiente do Nordeste.

Gomensoro (1999) define em seu Pequeno Dicionário de Gastronomia como uma manteiga que se mantém líquida em temperatura ambiente, é vendida em garrafas e muito utilizada no Nordeste do Brasil. É obtida pelo cozimento do creme de leite (natas) até que se evapore toda a água e restem apenas a gordura e as partículas sólidas da nata. Usada para temperar, é mais durável que a manteiga comum.



Figura 16 – Manteiga da terra, município de Tianguá, Ceará (Nogueira, 2009)

## 2.4. TENDÊNCIAS GASTRONÓMICAS NO MUNDO E A GLOBALIZAÇÃO

Conforme o tipo do solo, o clima e a vegetação, história e cultura, as populações das diversas regiões exibem hábitos alimentares próprios. Atualmente os consumidores preocupam-se com saúde e nutrição e querem sabor durante as refeições. Os hábitos alimentares contemporâneos caracterizam-se por falta de tempo no preparo e consumo dos alimentos; por uso de produtos inovadores no preparo e na conservação; pela troca da refeição em casa por algo rápido na rua. Algumas mudanças transformaram a alimentação mundial: a mão de obra tornou-se mais jovem e rotativa; o *fast-food* e os descartáveis tomaram o lugar do bem comer e bem servir; os processos culinários passaram a ser simplificados e homogeneizados. (Araujo, 2005).

O gosto de um alimento ultrapassa o paladar. O sentido da visão estimula. O local e as embalagens atraem os públicos e determinam preferências. Essas e outras são as características que determinam preferências ao *fast food*. A cozinha já não é apenas arte pessoal. Torna-se industrial e comercial, perde em inventividade e identidade. Com formato moderno, locais nesse estilo são lugares impessoais, sem memória, com contatos rápidos e colocam-se à frente dos costumes e das tradições. (Araújo, 2005).

Novas tendências surgem cada vez mais e as modas culinárias são muitas. A arte culinária francesa antes era dominante na restauração, hoje divide espaço com novos modismos como: asiática, mediterrânea, cozinha de fusão e a mais recente chamada cozinha de vanguarda com muitas técnicas inovadoras. Além dessas outros movimentos surgem em defesa da cozinha regional e da valorização da alimentação saudável e natural, menos industrializada e mais orgânica e biodinâmica. Movimentos esses que se opõem ao *fast food* e valorizam o *slow food*. (Freixa e Chaves, 2012).

Para esclarecer a ideia de contemporâneo, o *chef* francês Alain Ducasse em entrevista a Chaves (2012) disse:

“A cozinha de nossa época se caracteriza por liberdade. Liberdade na combinação de sabores, de inspiração, no tratamento das matérias primas e na interpretação das heranças culturais gastronômicas. A cozinha contemporânea é o objeto da sociedade em que vivemos, com todas as vantagens e inconvenientes que se pode ter quando se está sob os projetores da mídia!” (Ducasse, 2007)

Em resposta ao *fast food* o *slow food* preza o ato de sentar-se à mesa para apreciar uma boa refeição junto com a família e os amigos, considerando-o uma fonte de prazer. O *slow food* é o movimento liderado pelo gastrônomo e sociólogo italiano Carlo Petrini, que surgiu em 1986, e que visa resgatar a essência do convívio à mesa, do comer e beber devagar, e preservar as tradições de receitas e ingredientes regionais que se perderam com a globalização. Juntamente ao *slow food*, o conceito de “ecogastronomia” foi criado e é compreendido como a atitude de preservar o gosto dos alimentos, levando em consideração o cultivo e a valorização dos produtos locais no processo de elaboração dos pratos. Um dos pontos principais da ecogastronomia é a ligação entre os pequenos produtores das comunidades e os profissionais do setor de alimentos que, obtendo os produtos, se comprometem a preservar as variedades cultivadas com base nas heranças culturais. (Freixa e Chaves, 2012).

Desde 2004 que, no Brasil, o Ministério do Desenvolvimento Agrário tem um acordo de cooperação internacional com *slow food* que apoia os projetos dos pequenos agricultores e artesãos valorizando os alimentos que são tipicamente

brasileiros. Alguns produtos nativos recebem ajuda para a sua preservação: o guaraná dos índios Sateré-Mawé; o palmito da palmeira-juçara plantada pelos índios guaranis no interior de São Paulo; os produtores da fruta umbu feitos de forma artesanal em Uauá, no interior da Bahia; o feijão-canapu no Piauí (Mader, 2007).



Figura 17 – Imagens: Guaraná Sateré Mawé; Palmito da palmeira – juçara; Umbu; Feijão canapu. (Terra Madre Brasil, 2008).

Outra vertente do *slow food* é a *Ark of Taste*, que redescobre, identifica e cataloga “sabores esquecidos”, produtos, preparações e animais ameaçados de extinção.

Contra o *fast food* e juntamente com o *slow food*, o regionalismo valoriza os alimentos locais, resgata ingredientes esquecidos e antigos valores. No campo do turismo, ajudam aos viajantes a conhecer comidas e hábitos alimentares tradicionais nas cidades visitadas. Há cada vez mais um turismo que deseja produtos autênticos e procura aquilo que não encontra em seu país ou cidade e, através da cozinha local, contacta com a identidade da comunidade e da região. Nos últimos anos esse tipo de cozinha tem atraído o foco de atenção

de *chefs* conceituados que salientam tradições, influências, ou o equilíbrio que favorece aquela receita criada. (Araújo, 2005).

O público vegetariano, os alérgicos e intolerantes ao glúten e à lactose, os diabéticos, os bio naturistas estão crescendo cada vez mais, sendo cada vez maior também a preocupação dos *chefs* em oferecer um cardápio adaptado para esse universo. No cardápio de alguns restaurantes já é possível encontrar opções para estes públicos mais elaboradas e semelhantes às que são servidas aos clientes sem restrições. O vegetariano ou os veganos pode desfrutar de um jantar criativo e completo sem incluir proteína animal, ovos, leite e derivados. O *chef* francês Alain Passard, do L'Arpege de Paris, que tem três estrelas no *Guia Michelin*, deu prioridade a um cardápio de comida vegetariana e um dos pratos é o gratinado de cebolas com trufas negras e queijo *parmigiano reggiano* e, como sobremesa, torta de maçãs ao *bouquet* de rosas antigas. Outra opção alimentar na vertente da cozinha vegana é a *raw food* (cozinha crua). Esse tipo de cozinha é à base de sucos de vegetais e frutas e sua principal técnica é a desidratação dos alimentos. O alimento passa de 12 a 18 horas a uma temperatura não superior a 42°C em um aparelho especial (desidratador). (Freixa e Chaves, 2012).

A alteração acelerada da cozinha iniciou-se em França na década de 1960 com a *nouvelle cuisine* com seus molhos leves, cozimento rápido, sem excessos de temperos e gordura. Em seguida e associada à globalização e inovações tecnológicas, surge a *cozinha de fusão* apoiada em técnicas modernas, preparos diferentes e criativos. (Araújo, 2005).

A fusão dos ingredientes combina estilos e técnicas de cocção, descobre sensações ao comer, não se dedica apenas à beleza dos pratos e harmoniza ingredientes picantes, amargos, ácidos, doces de diversas regiões, realizando uma verdadeira alquimia. (Araújo, 2005).

Seguirem-se movimentos mais revolucionários inspirados pelo trabalho do cientista Hervé This. Muitos cozinheiros hoje intitulam sua cozinha como de vanguarda, onde exercem um papel pioneiro, desenvolvendo técnicas, ideais e

conceitos novos, avançados com base no alto desenvolvimento tecnológico do século XXI. (Freixa e Chaves, 2012).

Como se pode ver dos parágrafos acima a situação atual da gastronomia a nível mundial é extremamente complexa, coexistindo uma série de movimentos, muitos deles com características diversas.

Em Janeiro de 2016 aconteceu na capital espanhola, o Madrid Fusión, um dos congressos de gastronomia mais importantes do mundo, que discutiu tendências para o cenário gastronômico mundial. Este ano, o evento, que está em sua 14ª edição, teve como tema “A linguagem da pós-vanguarda” e teve como objetivo discutir os novos rumos da gastronomia depois da revolução orquestrada por nomes como o do espanhol Ferran Adrià, um dos difusores da cozinha molecular. (Oliveira, 2016).

Os novos caminhos da criatividade, os últimos paradigmas da alta gastronomia e o retorno às origens foram alguns dos temas abordados durante os três dias de conferência. Ao todo, mais de 100 chefs, de 14 países e, entre os palestrantes, os espanhóis Joan Roca (El Celler de Can Roca), Andoni Luis Aduriz (Mugaritz) e Elena Arzak (Arzak), os norte-americanos Daniel Humm (Eleven Madison Park) e Grant Achatz (Alinea), o italiano Massimo Botura (Osteria Francescana) e o peruano Virgilio Martinez (Central). (Oliveira, 2016).

## **2.5. GASTRONOMIA E TURISMO EM LISBOA**

Parte importante da cultura, a Gastronomia implica amar e apreciar verdadeiramente boa comida e bom vinho, dois dos prazeres da vida que, quando são sustentados por um bom serviço e boa companhia ajudam a proporcionar uma refeição realmente fantástica (Ckracknell e Nobis, 1985).

A sua preservação e valorização deverão ser vistas como tão importantes como a de qualquer outro elemento do património cultural. A atração turística cultural já é reconhecida pela Organização Mundial do Turismo (OMT) quando diferencia os recursos por meios humanos, de energia e de materiais que um grupo dispõe ou pode dispor. Esses recursos, incluindo a gastronomia, são

considerados turísticos a partir do momento em que são capazes de atrair turistas visando a atividade turística e satisfazendo as necessidades daqueles que os procuram. (Sampaio, 2009).

Richards (2001) diz que “uma grande parte da experiência turística é passada a comer ou a beber, ou ainda, a decidir o quê ou onde comer”. Através desta frase une-se o turismo e a gastronomia

De fato, a gastronomia tornou-se um importante atrativo turístico-cultural nos últimos anos. Hábitos alimentares de um povo e seus modos de fazer expressam a identidade de uma sociedade. (Cunha e Oliveira, 2009).

Andrade (1995) conceituou o turismo considerando o receptor e os serviços a serem prestados como: “Turismo é o conjunto de princípios que regulam as viagens de prazer ou de utilidade, tanto no que diz respeito à ação pessoal dos viajantes ou turistas, como no que se refere à ação daqueles que se ocupam de recebê-los e facilitam seus deslocamentos.”

Sendo assim, é entendido que o turismo é uma atividade em um local distante da residência, local onde se dá uma relação econômica, social e cultural. Através dela existe a possibilidade de obter, trocar conhecimentos e assim formar opiniões, preservar e resgatar uma cultura ou lugar. (Andrade, 1995).

Por ser um dos instrumentos do turismo, esse processo acontece na gastronomia também. A obra História da Alimentação de Flandrin e Montanari (1998) destaca uma declaração de um dos mais renomados chefs do século XX, Auguste Escoffier:

“A arte da cozinha é, talvez, uma das formas mais úteis da diplomacia, para mostrar a relação entre restaurantes e turismo”. (Escoffier, s.d.)

A gastronomia está na moda. Porém apesar da moda ser passageira, comer é uma necessidade fisiológica. O ato de comer sempre existiu, portanto a gastronomia sempre estará associada ao turismo, mas hoje falar sobre comida,

fotografar pratos e publicar nas redes sociais, escrever sobre restaurantes e bares, programas de televisão falando sobre ingredientes, ensinando novos pratos ou com cozinheiros competindo dentro de uma cozinha estão na moda.

Hoje temos uma nova modalidade dentro do turismo, o turismo culinário. Viajar para comer e conhecer novos produtos, novos pratos, novos produtores e restaurantes. Long (2004) descreve turismo culinário como uma forma de experimentar o extraordinário: turismo culinário é sobre indivíduos explorando alimentos novos para eles, bem como usar alimentos para explorar novas culturas e modo de ser. Trata-se da vivência de comida em um modo que é fora do comum, que vai para além da rotina normal e permitir notar a diferença e o poder dos alimentos para representar e negociar essa diferença.

No contexto do turismo gastronómico e considerando a sua diversidade gastronômica, Portugal torna-se um país atrativo aos olhos dos turistas. É possível encontrar queijos, frutas, licores, espumantes, carnes, peixes, mariscos, artesanato, doçaria, conservas, enchidos, pão e outros. Em cada região as suas especificidades, os seus sabores e encantamentos. (Turismo de Lisboa, 2015).

Lisboa é um destino barato e no campo da gastronomia já possui restaurantes de qualidade, estrelados e com conceitos multiculturais. A gastronomia hoje está mais diversificada, com elevada qualidade, proporcionando experiências únicas e precisa ser divulgada por todos aqueles que fazem parte do meio. (Turismo de Lisboa, 2015).

Para o Presidente da Associação Portuguesa de Turismo de Culinária e Economia (APTECE), José Borralho “O turista hoje não procura apenas alimento em si. Interessa-se pela cultura por via da gastronomia pelos produtos locais, pela inovação, pelo conceito do alimento e do espaço, como também pela experiência em torno da refeição”. (Turismo de Lisboa, 2015).

Entretanto, na percepção do visitante, a qualidade dos serviços ofertados é fundamental e se configura como verdadeira vantagem competitiva. Esse atendimento competente, por parte de todos os envolvidos na oferta de alimentação fora do lar, aliado à efetiva profissionalização na manipulação e fabricação dos alimentos prontos para o consumo, deve ser trabalhado para

possibilitar a oferta de alimentos produzidos e servidos com qualidade em todos os aspectos.

Em Portugal o Plano Estratégico Nacional do Turismo (PENT) foi desenvolvido para o âmbito temporário 2006-2015 que tem como um dos objetivos melhorar a resposta à evolução do contexto global e do setor turístico. A instabilidade económica e financeira da Europa, a evolução do Produto Interno Bruto (PIB), emprego e rendimentos disponíveis, recomenda, também, uma maior prudência na projeção dos fluxos turísticos. (PENT, 2015).

A gastronomia é uma das dez apostas apresentada pelo PENT como complemento da experiência turística. Estimulando o uso da marca/conceito “Prove Portugal” em equipamentos e serviços, promove a riqueza e a qualidade da gastronomia e dos vinhos. A maior parte dos turistas considera a gastronomia no momento da organização da viagem e assume como importante fator de avaliação. O setor da alimentação tem registrado um crescimento anual de 5% a 8% desde 2000.

Contudo, a visão que acabamos de descrever relativamente ao turismo gastronómico, é apenas uma das suas componentes. Aquela relacionada com o conhecimento e experiência da gastronomia de um dado país ou região quando este é visitado pelo turista. De facto o conceito de turismo gastronómico pode ser bem mais vasto.

Atualmente o comensal também pode viajar enquanto aprecia uma refeição. Ser transportado ao país ou região específica daquele prato e conhecer mais da sua cultura através daqueles ingredientes, ou seja, não se considera apenas turismo gastronómico viajar para comer outras coisas, mas também se considera turismo gastronómico comer para "viajar". Considera-se turismo gastronómico a prática de alimentação exploratória, portanto comer comida pouco familiar, como uma forma de conhecer e consumir outras culturas. Trata-se da vivência de alimentos de um modo que é fora do comum. (Molz, 2007).

Além do turismo o aumento da migração para Portugal vem aumentando segundo relatório da Organização Internacional para as Migrações (OIM) divulgado em 2015 que refere o estudo World Migration Report 2015, onde

analisa a contribuição das migrações para o crescimento urbano no mundo. (Lusa, 2015).

Referindo-se aos destinos mais tradicionais dos fluxos migratórios, o relatório refere ainda que "a União Europeia (UE) continua a aprimorar o conhecimento e as ferramentas para apoiar as cidades a transformar a diversidade urbana numa vantagem social e económica". (Lusa, 2015).

"Cidades, como Lisboa, Chicago, Buenos Aires, São Paulo estão a prestar atenção ao crescente papel dos imigrantes e a tentar criar uma estrutura de oportunidades para os nativos e recém-chegados através de parcerias com os migrantes", refere o relatório. (Lusa, 2015). Neste contexto uma das atividades que têm surgido e crescido a um ritmo acelerado é a criação de restaurantes onde estes imigrantes apresentam a comida dos seus países de origem, e assim transmitem parte da sua cultura aos que buscam novas experiências e sabores.

Considerando o que foi dito atrás, relativamente ao alargamento do conceito de turismo gastronómico, esta actividade insere-se nele. Permite assim "viajar" através do consumo de alimentos não familiares e desta forma conhecer e consumir outras culturas. O público alvo neste caso será não só os residentes em Portugal, como visitantes de outros países que se deslocam a Portugal por questões profissionais ou de lazer.

Não foi possível encontrar dados sobre a quantidade e diversidade de restaurantes de cozinhas de outros países em Portugal, e em particular em Lisboa. No entanto, a Câmara Municipal de Lisboa, a Associação de Turismo de Lisboa (ATL) e a Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal (AHRESP) promovem o concurso gastronómico "Lisboa à Prova" tendo como principais objetivos: promover a qualidade e a diversidade da oferta gastronómica de Lisboa, dinamizar o tecido empresarial da restauração da cidade e melhorar a oferta turística, sensibilizando os empresários do sector para a eventual necessidade de requalificarem os seus estabelecimentos, tanto no que diz respeito às instalações e equipamentos, como à qualidade do serviço. Analisando os resultados relativamente aos restaurantes premiados no concurso

Lisboa à Prova em 2015, pode verificar-se que surge um elevado número de restaurantes que apresentam cozinha de outros países. Em particular, entre os 125 premiados, pelo menos 31 têm uma oferta gastronómica associada a cozinhas de outros países. (Câmara Municipal de Lisboa, 2015).

O Zomato é uma plataforma de consulta rápida sobre restaurantes onde o usuário descreve opiniões e avalia locais da área de alimentos e bebidas. Uma consulta ao site de informação sobre restaurantes da empresa Zomato, permite ainda identificar a existência de restaurantes de pelo menos 37 países. (Zomato, 2016).

Considerando o caso dos imigrantes brasileiros, segundo o Instituto Nacional de Estatística, no relatório "Estatísticas Demográficas 2014", entre 2009 (um ano após o desencadeamento da crise económica) e 2014 foram concedidas 76.154 autorizações de residência a cidadãos brasileiros em Portugal – até hoje o maior número de concessões entre os estrangeiros. (Filho, 2015)

Com o crescimento de cidadãos brasileiros a demanda em busca de restaurantes com pratos e ingredientes que remetem a terra natal também começou a aparecer e a crescer na capital portuguesa. No caso dos restaurantes brasileiros em Lisboa entende-se que a decisão para investir no setor foi marcada pela procura dos membros da comunidade que chegavam e desejavam comer os alimentos da sua zona de origem, sendo assim potencializou a regionalização (cozinha baiana, mineira, gaúcha), apesar de se saber também que há investidores portugueses donos de restaurantes brasileiros e que a maioria dos clientes dos restaurantes brasileiros é de origem portuguesa (Braga, 2010).

A pressão da procura por ingredientes e produtos brasileiros levou, nos últimos anos, à abertura de pequenas lojas especializadas, sobretudo nas grandes cidades, e ao enriquecimento das ofertas dos médios e grandes supermercados. Antes, apenas as lojas de produtos africanos - algumas situadas na Rua do Arsenal (Lisboa) e no Largo Martim Moniz (Lisboa) - podiam

suprir algumas das necessidades da comunidade brasileira residente em Portugal. (Braga, 2010).

A expansão dos restaurantes brasileiros em Lisboa deu-se entre 1996 e 2000, período em que abriram centros comerciais como o Vasco da Gama e em que decorreu a Expo 98. Paralelamente um período de crescente presença de imigrantes brasileiros em Portugal. Alguns dos estabelecimentos apresentam no cardápio não só pratos brasileiros como também alguns portugueses e até italianos e africanos. A primeira oferta de culinária brasileira na capital data de 1981. Refere-se ao restaurante Comida de Santo, fundado por um português que aprendeu a cozinhar em Salvador. O espaço é marcado pela cozinha baiana, através de entradas como casquinha de siri e de pratos como moqueca de peixe ou de camarão, bobó de camarão, vatapá e outros. (Braga, 2010).

Dentro deste cenário o projeto descrito nesta dissertação poderá considerar-se inserido no conceito alargado de turismo gastronómico, onde o turista estrangeiro pode “viajar” para além do local onde se encontra fisicamente para apreciar novos sabores e conceitos e conhecer outras culturas, assim como o cliente local pode “viajar”, ou seja, ser transportado através de outros ingredientes e novos pratos para aquela região ou cidade específica daquela culinária. Permite ainda aos imigrantes brasileiros um contacto com a sua cultura no país em que se encontram.

### **3. AROMAS E TEMPEROS - DESENVOLVIMENTO DO CONCEITO, CARDÁPIO E IMPLEMENTAÇÃO**

#### **3.1. O PRODUTO RESTAURANTE**

Segundo o dicionário Aurélio (1999), a definição para restaurante é bem simples: “estabelecimento comercial onde se prepara e servem refeições”, ou ainda “lugar onde se servem refeições avulsas a certo número de pessoas”. Assim sendo, o objetivo do restaurante é direto: preparar e servir alimentos e bebidas, dentro do conceito que se propõe realizar.

Todo restaurante possui um conceito, seja do mais simples ao mais sofisticado, dele pressupõem-se o público alvo, o ambiente, o tipo de cardápio, o tipo de serviço, diversos aspectos que compõem o produto restaurante. (Fonseca, 2000).

Fonseca (2000) diz que um estabelecimento que se propõe conquistar determinado público deve criar produtos que venham a suprir os anseios de determinado grupo. Esses anseios podem gerar uma demanda espontânea, ou seja, aquela que existe pela própria situação em que se encontra o público, gerada muitas vezes por circunstâncias adversas. Um exemplo deste caso é um público alvo que trabalha em determinada região e que necessita de alimentação barata, rápida, variada e perto do local de trabalho. Assim, sua necessidade se dá pela circunstância do trabalho.

Já a demanda criada, aquela em que se cria a necessidade do público pelo seu produto, precisa ter algo diferenciador, envolve um grande *chef* conhecido ou uma comida típica executada de maneira tradicional ou diferente do habitual. Esses são exemplos de produtos que as pessoas procuram, não por uma circunstância exata, mas para agregar outros elementos à sua alimentação, para obter experiências diferentes e enriquecedoras.

Os motivos que levam os consumidores aos restaurantes são infidáveis, não são apenas a alimentação ou o serviço. De entre os diversos motivos pode referir-se (Fonseca, 2000):

- Cardápio: apresenta preparações interessantes, tradicionais, inovadoras em algum aspecto ou clássicas. Importante é atender os anseios dos clientes.
- Curiosidade: despertada através de alguma inovação, por matérias em jornais, revistas, ou pela opinião de amigos, parentes ou conhecidos.
- Estilo de serviço: apresentação do cardápio feita verbalmente pelo atendente dando um ar mais intimista; pequenas doses para serem partilhada.

### **3.2. CONCEITO**

O conceito desenvolvido para o restaurante objeto do trabalho descrito nesta dissertação consiste num restaurante brasileiro denominado “Aromas e Temperos”, mas com influências do país onde se encontra. Tal como, referido no capítulo anterior, a cozinha é um processo dinâmico e os portugueses desde a sua chegada ao Brasil influenciaram a evolução da cozinha brasileira, considerou-se assim natural, e até um desafio, que isso acontecesse também na cozinha do Aromas e Temperos,

O Aromas e Temperos é assim, um restaurante luso-brasileiro que cruza receitas brasileiras com produtos portugueses num ambiente intimista e acolhedor. O local onde o Aromas e Temperos funciona atualmente já existia, assim como o nome. Contudo, o nome de certa forma adapta-se ao novo conceito: Aromas brasileiros com Temperos portugueses. Para transmitir de forma mais clara o conceito, em toda a divulgação do restaurante este é apresentado da seguinte forma: “Aromas e Temperos – Brasil e Portugal à Mesa”.

Pretende-se ainda transmitir uma imagem simples e minimalista, bem diferenciada do peso e estereótipo dos restaurantes brasileiros em Lisboa, com uma cozinha tradicional e mais pesada. O objetivo do Aromas e Temperos é atingir para além do cliente de cozinha brasileira, um cliente urbano e o turista que procura experiências diferentes. O Aromas e Temperos visa satisfazer as

expectativas destes clientes, pretende criar boas recordações de uma experiência diferenciada das demais ofertas, com características próprias.

O conceito de compartilhar pratos tem aparecido com maior frequência nos restaurantes que têm surgido nos últimos anos. Porter (2014) descreve no artigo *Share* (Compartilhar) que pequenos pratos tem vindo a dar que falar em bares e pequenos restaurantes nos Estados Unidos. Diz que tapas e *menu* degustação existem há mais de uma década, mas que agora se estão disseminando mais rapidamente na generalidade da restauração e não apenas em estabelecimentos de topo. Refere ainda que na base desta tendência de oferecer “pratos para partilhar” está o fato de permitirem uma maior interação entre os grupos de clientes, uma maior convivialidade. Tal permite assim que o restaurante vá para além da componente de servir boa comida, contribuindo para com o contexto global para criar experiências marcantes. Por outro lado, o tempo passado pelos clientes no restaurante aumenta e associado a isso também o consumo aumenta, o que é interessante do ponto de vista económico.

Este tipo de conceito foi também seguido no desenvolvimento do cardápio do Aromas e Temperos. O objetivo foi apresentar a cozinha brasileira de forma diferente do habitual em Lisboa, usando uma tendência atual da restauração que ainda não tinha sido aplicada a restaurantes brasileiros nesta cidade. Assim, o cliente consegue conhecer e degustar uma variedade de novos e diferentes sabores em uma mesma refeição. Ao final experimentou diversas regiões do Brasil ao invés de um prato só. Considera-se que o conceito de partilha acaba por deixar o jantar mais leve, divertido e descontraído. Acaba por proporcionar uma melhor experiência e permitir apreciar melhor cada preparação.

### **3.2.1. CONSTRUÇÃO DO CARDÁPIO**

“Os alimentos não são  
bons apenas para comer,  
mas também para pensar.”  
(Levi-Strauss, 2004)

Gomensoro (1999) define cardápio como sequência de pratos que serão servidos em uma refeição ou, num restaurante, a relação dos pratos disponíveis.

Esta construção ou planejamento de uma refeição é muito importante para seu resultado final, tanto em termos de nutrição como da impressão que ocasiona. No passado, quando era moda um almoço de três serviços ou um jantar de cinco, o cardápio de uma refeição era mais impactante que nos dias de hoje. No caso de um jantar, por exemplo, os cinco serviços eram escolhidos entre termos franceses como: *hors d'oeuvre*, sopa, peixe, *entrée* ou entrada, *relevé*, *sorbet*, assado, *entremets* e sobremesa. O *menu* é uma palavra de origem francesa, mas já adotada na maioria dos países. É o mesmo que cardápio. Em Portugal é chamado de ementa.

Atualmente, cresce a preferência por cardápios mais curtos, com poucas opções. Proprietários, *chefs* e fornecedores, são beneficiados quando o cardápio é curto e simples. Facilita e torna o trabalho da cozinha mais rápido, simplifica as compras, exige menos recursos, requer um estoque menor e resulta em menos desperdício. Hoje em dia também há uma preocupação maior com a saúde e com o corpo, logo a quantidade vem perdendo importância para a qualidade e a aparência do prato. Os olhos têm que ser agradados primeiro, abrindo o apetite. Os molhos não devem ser densos, ocultando o gosto e a visão do ingrediente principal (Maricato, 2004).

Ter uma ideia não significa ser criativo. Criar não é inventar e nem toda ideia é boa e funciona na prática em um restaurante. Criar é desenvolver ideias, é buscar ativamente uma renovação. Quando a ideia surge, o primeiro passo é anotar e em seguida pôr em prática, anotando, registrando imagens, adaptando, ajustando até chegar ao sabor final. O resultado final do prato deve ter a textura adequada, a temperatura correta, equilíbrio no sabor e uma técnica bem executada.

A construção do cardápio do Aromas e Temperos foi elaborada de acordo com o conceito de partilha dos pratos com doses ideais para dois comensais. O cardápio é escrito em uma parede de ardósia, em sequência que inicia com o *couvert*, passa por cinco tipos de entradas, dois caldos, quatro pratos principais e termina com cinco opções de sobremesas. A explicação do cardápio é feita oralmente pela empregada de mesa a cada cliente que chega. Cada prato é explicado de maneira detalhada e repetida caso haja necessidade.

A ideia de o cardápio ser escrito em uma parede de ardósia é para facilitar as alterações feitas quando houver necessidade. Pratos novos podem ser facilmente introduzidos e pratos que naquele dia não serão servidos podem ser retirados.

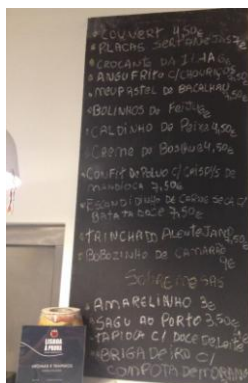


Figura 18 – Cardápio Aromas e Temperos (Autora, 2016)

A criação do cardápio do Aromas e Temperos tem como base dois pontos principais: as receitas brasileiras e os ingredientes portugueses como inspiração. Através de uma pesquisa sobre os produtos tradicionais portugueses e algumas receitas brasileiras conhecidas, foram trocados alguns ingredientes das receitas brasileiras por produtos portugueses. Exemplificando, o pão de queijo oferecido no *couvert* é feito com queijo da Ilha de São Jorge no lugar do queijo mineiro, a farofa que acompanha o Bobozinho de camarão é feita com broa de milho no lugar da farinha de mandioca e o purê que esconde a carne seca do escondidinho é feito de batata doce no lugar do purê de macaxeira.

Outros pratos também fazem parte do cardápio do Aromas e Temperos. Durante esses meses de funcionamento alguns clientes com restrições alimentar como intolerância à lactose ou ao glúten e até mesmo vegetarianos (100% vegan ou não) passaram pelo restaurante e apreciaram alguns pratos voltados para esse público.

Tendo em vista esta procura alguns pratos foram desenvolvidos, mas mantiveram o conceito do restaurante. Bolinhos de feijão feitos com chouriços vegan e tofu defumado empanados em farinha de mandioca; Caldinho de cebola tostada, Escondidinho de cogumelos salteados, tomate cereja com purê de batata doce. Creme feito com o leite da castanha do Pará, tapioca e camarões salteados. Bolinhos de tapioca com leite de coco.

Atualmente, o cardápio do Aromas e Temperos vem passando por algumas alterações e modificações. Devido a dificuldade em encontrar certos produtos brasileiros, alguns pratos deixam de ter certos ingredientes e passam a ter ingredientes portugueses. Exemplo disso é o prato das Placas Sertanejas onde o caramelo de Cajuína foi substituído por caramelo de Jeropiga. Curiosamente vem agradando o paladar português e surpreendendo o paladar estrangeiro.

Em anexo (Anexo I) o cardápio atual com novos pratos e pequenos ajustes de acordo com as críticas e sugestões de alguns clientes habituais da casa.

### **3.3. C.A.P.A. AROMAS E TEMPEROS**

Para ser competitivo no mercado, os estabelecimentos comerciais devem oferecer um conjunto de aspectos que permitam atender às necessidades do cliente, que, cada vez mais, busca o melhor produto pelo menor preço e mais do que alimento, busca uma experiência. A união das letras CAPA abrange os pontos determinantes de um negócio no campo da alimentação – **C**ozinha, **A**tendimento, **P**reço e **A**mbiente. (Maricato, 2004).

#### **3.3.1. Cozinha**

Até a década de 1980 a arquitetura e a decoração da sala eram as principais atrações nos restaurantes. A partir dos anos 90, os valores mudaram. A gastronomia ganhou charme, tornando-se mais valorizada do que os projetos arquitetônicos e as cozinhas passaram a se destacar através dos *chefs* estrangeiros. Com a evolução da gastronomia, as cozinhas dos restaurantes se especializaram e os clientes ficaram mais exigentes.

Atualmente, ao sair para comer fora, o cliente já sabe o que quer e tende a escolher cozinhas especializadas, modernas, onde se preparam os melhores pratos, com cardápios compostos por ingredientes frescos, da estação e bem confeccionados. (Maricato, 2004).

Hoje, além da cozinha como produtora dos pratos do cardápio, a cozinha como espaço físico também mudou. Deixou de ser aquele ambiente escondido, sujo, engordurado, frequentado por uma maioria de homens para em determinadas situações constituir um diferencial do restaurante como um todo. Separada da sala por vidros ou até mesmo por um simples balcão, a cozinha fica em alguns casos aos olhos do cliente. Alguns restaurantes deixam visível a área de finalização dos pratos, outros a cozinha inteira e com esse modelo os clientes sentem uma segurança maior ao perceber como aquele prato está a ser confeccionado.

Por estar situado em um prédio antigo e ser um restaurante de pequeno porte, a cozinha do Aromas e Temperos situa-se por debaixo da sala, na cave. Por no local já ter funcionado um restaurante anteriormente, a cozinha poucas alterações sofreu nesta nova fase. Manteve-se a mesma estrutura havendo somente a aquisição de novos equipamentos e a adaptação do espaço geral consoante as normas legais relacionadas com a segurança alimentar. Como exemplo a compra de um abatedor de temperatura para congelar e armazenar de forma correta as preparações necessárias. O novo conceito e o preparo do novo cardápio tiveram que se adaptar ao *lay out* já existente.



Figura 19 – Imagem cozinha Aromas e Temperos antes da abertura (Autora, 2014).

A cozinha é composta por bancadas, armários, frigorífico, arca, bancada frigorífica, fogões, forno, exaustor, fritadeiras, abatedor de temperatura, máquinas de lavar louça e copos, elevador monta-carga e ar condicionado.



Figura 20 – Escada de acesso à cozinha e imagem da cozinha após a abertura (Autora, 2015).

### 3.3.2. Atendimento

O atendimento deve ser ágil, preciso, educado e atencioso, porque a emoção faz parte do relacionamento com o cliente. É preciso dar a devida atenção ao funcionário para que ele preste um serviço de qualidade. O processo já começa no recrutamento, passando pelas fases de seleção, treinamento, avaliação, acompanhamento e motivação. (Maricato, 2004).

O profissional do atendimento precisa ser capacitado e perceber a arte da profissão: o lado certo para pôr e tirar os pratos ou os copos, como servir uma bebida e alguns recursos para prestar um serviço ágil e eficiente, permanecendo atento e ao mesmo tempo passando despercebido em certos momentos. Por manter contato direto com o cliente, deve estar sempre bem apresentado, simpático e informado.

Na sala, o empregado de mesa não pode ser invasivo, nem ficar desatento. Deve manter uma postura ereta, porém relaxada, visão panorâmica e estar sempre a fazer algo. Antes de iniciar o trabalho deve ser informado sobre possíveis novidades: um prato novo, a falta de um produto ou uma alteração nos preços, por exemplo.

A sala do Aromas e Temperos é composta por 16 assentos, 18 no máximo. Tendo em vista ser um espaço pequeno e devido a razões relacionadas com a rentabilidade do local, faz-se necessário ter somente um funcionário. Da abertura em Abril de 2015 ao mês de Julho do mesmo ano, a

casa funcionou com uma empregada de mesa portuguesa, essa já havia trabalhado em outros locais na mesma função, falava outras línguas, era simpática e atenciosa. Porém, por ser portuguesa e não conhecer a cozinha brasileira e os seus produtos, revelava alguma dificuldade em explicar certos pratos ou ingredientes brasileiros. Do mês de Julho de 2015 e até ao presente momento o restaurante possui uma empregada de mesa brasileira, essa nunca havia trabalhado na área da restauração, não domina outras línguas, mas consegue de maneira atenciosa e carinhosa oferecer e explicar aos clientes portugueses ou estrangeiros todos os pratos que compõem o cardápio da casa.

### **3.3.3. Preço**

Para garantir a satisfação do cliente, é preciso acertar na relação custo/benefício ou preço/qualidade. O cliente quer ficar satisfeito com o que lhe foi servido e achar justo o total cobrado. Em marketing, costuma-se dizer que não se vende apenas um produto, mas um valor. O cliente compra também o intangível – o aroma do prato escolhido, a atenção, o ambiente, o atendimento de uma necessidade ou até mesmo um desejo.

O cliente avalia se o preço é justo pela comparação entre a qualidade dos pratos, os preços praticados pelos concorrentes e até os valores dos ingredientes. O preço para a maioria da população exerce forte influencia sobre a escolha.

Administrar bem os custos do estabelecimento é tarefa difícil, que deve ser praticada diariamente e repassada através de benefícios aos clientes, sempre que possível.

Os preços devem ser bem estudados e fixados antes da abertura. Se forem baixos no início e aumentados logo em seguida, deixarão os clientes insatisfeitos. Recomenda-se que nas alterações do cardápio sejam observadas as normas de engenharia de cardápio, valorizando os itens mais procurados e que dão maior margem. (Maricato, 2004).

O professor de hotelaria Geraldo Castelli faz algumas recomendações para a fixação de preços:

“Ao fixar os preços, deve-se levar em consideração três critérios simultaneamente: concorrência, demanda e custos. A partir daí, estabelecer a seguinte hierarquia: o poder aquisitivo da clientela (público alvo, demanda) determina os preços, e os preços determinam os custos (sem esquecer aqueles praticados pelos concorrentes).

Dos três critérios analisados para a fixação dos preços, o único sobre o qual a empresa tem controle são os custos. Não se sabe o que a concorrência vai fazer ou como vai se comportar o poder aquisitivo do consumidor. Daí a importância do fator custo, pois se o empresário não tiver domínio sobre ele a fim de obter a margem de lucro suficiente, será forçado a se retirar do mercado. (Castelli, 1991).

A precificação dos produtos oferecidos no Aromas e Temperos foi baseada em cima das fichas técnicas das receitas. Cada prato executado segue uma ficha técnica conforme modelo abaixo.

Aromas & Temperos						
<b>Produção:</b>						
<b>Nº porção:</b>		<b>Código :</b>		01	<b>Data :</b>	
Ingredientes	Unidade	Qtde Liquida	-----	Qtde Bruta	Custo Unit.	Custo Bruto
			Rend. % F.Correção			
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste					<b>Custo Total:</b>	€
<b>Modo de preparo:</b>						
<b>Seqüência da Montagem:</b>						
1.						
2.						
<b>Equipamentos e Utensílios:</b>						
<b>OBS:</b>						

Após um jantar no Aromas e Temperos estima-se que um casal gaste em torno de 35 euros incluindo bebida.

### 3.3.4. Ambiente

Um cliente quando sai para fazer uma refeição fora de casa gosta de ir a um local onde se sente bem, com ambientes bonitos e corretamente iluminados, com móveis confortáveis e espaços arejados e generosos que facilitem a circulação. O ambiente deve ir além de um cenário bonito. Precisa ser atraente, confortável, alegre, adequado à sua finalidade. Para isso, após a locação ou na construção ou reforma do prédio, o ambiente deve seguir um projeto de arquitetura (para um aproveitamento harmônico do espaço), de engenharia (que

visa à segurança e ao atendimento das exigências legais) e itens complementares (que incluem decoração, iluminação, sonorização, ventilação e comunicação visual). (Maricato, 2004).

No período entre os anos de 2009 a 2011 o Aromas e Temperos era um espaço onde servia pequeno-almoço, lanches e refeições rápidas. Funcionava durante o dia e possuía uma decoração simples e pouco valorizada.

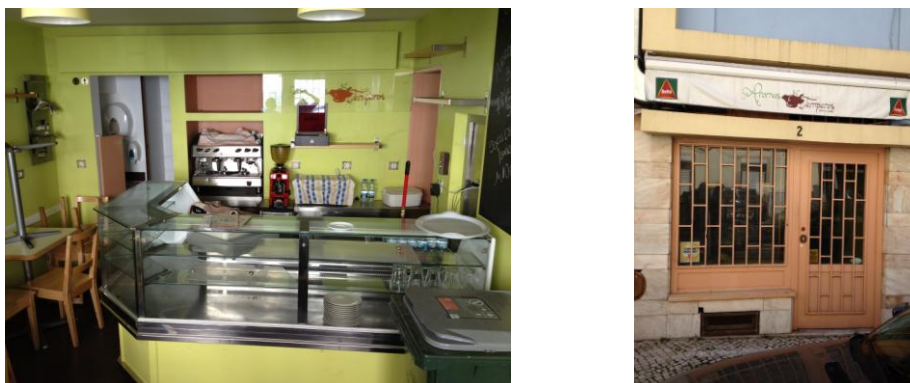


Figura 21 – Imagens Aromas e Temperos antes da abertura. (Autora, 2014)

Durante quatro anos permaneceu fechado tendo na sua reabertura em Abril de 2015 uma nova proposta, conceito e ambiente. Passou por uma reforma significativa na área da sala e banheiros. A obra foi acompanhada por uma arquiteta que orientou e valorizou melhor o espaço. Recebeu ainda um toque artístico com alguns quadros pintados por uma pintora portuguesa e relacionados com o conceito do restaurante.



Figura 22 – A escolha dos quadros para decoração do ambiente (Autora, 2015)

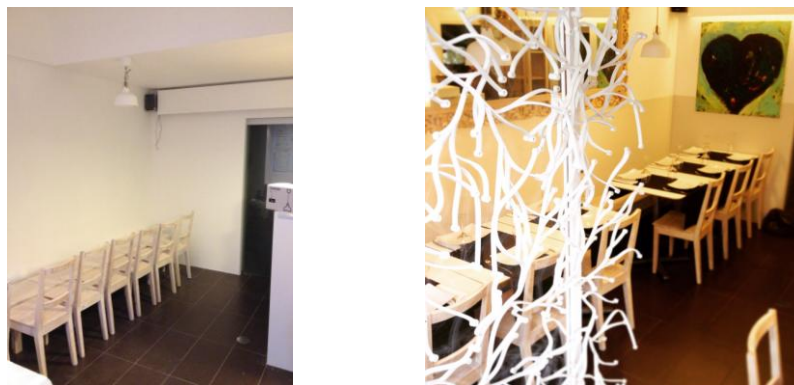


Figura 23 – Arrumação e finalização da sala do Aromas e Temperos (Autora, 2015)

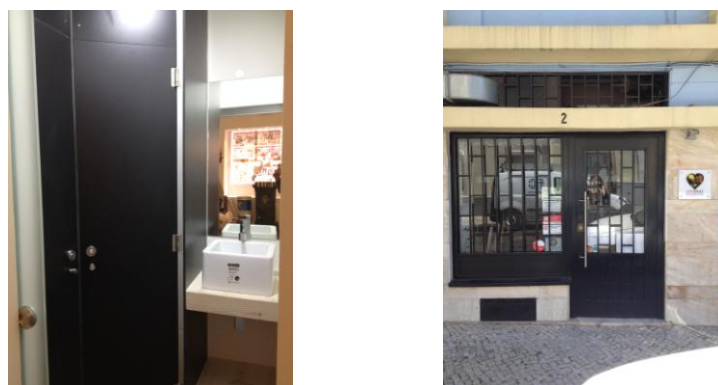


Figura 24 – W.C. e fachada do Aromas e Temperos (Autora, 2015)

### 3.4. IMPLEMENTAÇÃO DO RESTAURANTE AROMAS E TEMPEROS

O restaurante Aromas e Temperos caracteriza-se por disponibilizar um serviço de elevada qualidade a um preço acessível (em torno dos 15-20 euros) para a média dos preços praticada em Lisboa. No entanto, por sua localização ser numa área de população envelhecida, com rendimento per capita baixo, implicou que a estratégia comercial tenha sido trazer os clientes de fora da área de implantação do restaurante.

Tendo esta estratégia como base, e para minimizar os custos na fase inicial, optou-se por apenas abrir o restaurante ao jantar, por ser o período em que as pessoas mais facilmente se deslocam. Considerou-se que a abertura para almoço apenas seria realizável quando o restaurante já tivesse um nome reconhecido e uma base de clientes que lhe permitisse tornar-se atraente para as áreas comerciais à volta (Saldanha) com uma proposta diferente face à oferta aí existente.

Tendo em consideração o constrangimento comercial associado à localização do imóvel, a estratégia financeira assentou na minimização dos custos financeiros, procurando assegurar que estes seriam comportáveis num cenário de crescimento lento da faturação.

Os principais custos fixos do restaurante são recursos humanos (cozinha e sala), o custo associados ao imóvel (renda e custos fixos– eletricidade, água, gás e comunicações) e imagem/publicidade.

Relativamente aos custos com recursos humanos, conseguiu-se, numa fase inicial, estabelecer um protocolo com a ACPP (Associação de Cozinheiros Profissionais de Portugal) o que permitiu, simultaneamente, reduzir os custos do pessoal da cozinha e potenciar o crescimento de novos formandos na área de gastronomia, ainda sem vícios, permitindo-lhes aprender num ambiente de restauração.

Com uma sala com uma capacidade de 16 lugares, uma pessoa seria suficiente, tendo existido um cuidado especial na sua seleção: essa pessoa seria a cara do restaurante pelo que a simpatia e a capacidade de fazer o cliente se sentir bem eram essenciais.

A localização do restaurante, apesar de ser “escondido”, permitiu, diminuir o risco financeiro do projeto, uma vez que as condições de locação do imóvel tornam possível adiar o pagamento da renda até que existam rendimentos disponíveis.

Os custos com a publicidade para já, são essencialmente cartões de visita (que são entregues juntamente com cada conta), o *design* da sala do restaurante e a placa exterior. Serão ponderados os custos com a distribuição de panfletos de divulgação do restaurante na zona do Saldanha com a abertura do almoço. De forma gratuita faz-se o uso de ferramentas como a página do Facebook com divulgações de imagens comentadas, comentários de clientes que já estiveram no local e deixam suas impressões. Ao lado do Facebook o TripAdvisor acaba por trazer novos clientes, em especial turistas, para novas sensações e sabores.

Relativamente aos custos variáveis (*food cost*), estes representam no máximo 40% da faturação associada, sendo objetivo obter um *food cost* de 35%.

### **3.5. RECEITAS DE FUSÃO LUSO BRASILEIRA**

Sendo o Aromas e Temperos um restaurante cujo conceito envolve uma fusão de receitas e produtos brasileiros com produtos portugueses, considerou-se importante fazer uma pesquisa de produtos que se poderiam incluir. Estes deveriam não só adaptar-se, sem desvirtuar a receita original, mas também introduzir uma componente que de certa forma diferenciasse o trabalho apresentado e o valorizasse.

A escolha inicial recaiu sobre produtos tradicionais e a fonte de pesquisa para os identificar foi o trabalho desenvolvido pela Qualifica e apresentado no Guia dos Bons Produtos Tradicionais (Qualifica, 2009).

#### **3.5.1. QUALIFICA – Guia dos Bons Produtos Tradicionais**

QUALIFICA - Associação Nacional de Municípios e de Produtores para a Valorização e Qualificação dos Produtos Tradicionais Portugueses surgiu para valorizar, qualificar, promover e defender os produtores, produtos e as empresas que produzem, preparam e/ou comercializam produtos tradicionais, agro alimentares ou não alimentares, e, subsidiariamente, os territórios e as práticas culturais subjacentes. (Qualifica, 2009).

Quando há um território com solos e climas próprios. Quando há plantas ou animais nativos ou bem adaptados. Quando há um “homem” e um saber capaz de decidir. Uma tradição, uma arte e uma história comprovada. Existem nomes geográficos que evocam produtos como – São Jorge evoca Queijos; Portalegre evoca Enchidos; Moura evoca Azeite; Oeste evoca Pêra Rocha; Algarve evoca Citrinos. (Soeiro, 2008).

Através de pesquisa feita no Guia dos Bons Produtos Tradicionais publicado pela QUALIFICA tendo em mente alguns pratos escolhidos para compor o cardápio inicial do Aromas e Temperos, foram selecionados

ingredientes considerados DOP (Denominação de Origem Protegida) ou IGP (Indicação Geográfica Protegida) que posteriormente foram usados na preparação dos pratos. A designação DOP é o nome atribuído a um produto cuja produção, transformação e elaboração ocorrem numa área geográfica delimitada, com um saber fazer reconhecido. A designação IGP é uma classificação ou certificação oficial regulamentada pela União Europeia atribuída a produtos gastronómicos ou agrícolas tradicionalmente produzidos numa região. Essa classificação garante que os produtos foram produzidos na região que tornou conhecido e cujas características, qualidade e modos de confecção estejam de acordo com as tradições que os fizeram famosos. (ANP, 2006).

Na seguinte tabela apresentam-se alguns exemplos:

**TABELA 1**

<b>Classificação</b>	<b>Produto Tradicional Português usado na preparação</b>	<b>Produto do cardápio do Aromas e Temperos</b>
DOP	Queijo de São Jorge	Crocante da Ilha
IGP	Batata doce de Aljezur	Escondidinho de carne seca
IGP	Citrios do Algarve	Geleia picante de pera rocha e sum.o de clementinas; creme de lima e limão que acompanha o Sagu ao Porto
DOP	Pera Rocha do Oeste	Geleia picante de pera rocha e sumo de clementinas
Denominação de Origem ainda não legalmente reconhecida	Broa de milho	Farofa do Bobozinho de camarão
DOP	Plumas de porco Alentejano	Trinchado alentejano
IGP	Licor de Ginja	Redução da finalização do Amarelinho
DOP/IGP	Vinho do Porto	Sagu ao Porto

Nos parágrafos seguintes será incluída informação mais detalhada sobre alguns dos produtos selecionados.

### 3.5.1.1. Queijo de São Jorge

O queijo de São Jorge faz parte da lista dos produtos DOP (Denominação de Origem Protegida), segundo o Guia dos Bons Produtos Tradicionais 2015. O queijo é produzido na Ilha de São Jorge, ilha situada no centro do grupo central do arquipélago dos Açores. É um queijo curado, artesanal, de pasta dura ou semi-dura, textura fina, por vezes quebradiça, cor amarelada, crosta dura de cor amarela escura, por vezes com manchas castanho-avermelhadas, de aspecto liso. Sua forma é cilíndrica e seu *bouquet* é forte, limpo e ligeiramente picante.



Figura 25– Queijo de São Jorge DOP 4 meses de cura (Autora, 2016)

No processo de criação dos pratos para elaboração do primeiro cardápio do Aromas e Temperos o queijo de Minas e o de coalho foram substituídos por Queijo de São Jorge, respectivamente nas receitas do Pão de Queijo Palitos de Queijo e no Crocante da Ilha.

Em termos de textura o queijo de São Jorge é bem diferente por ser mais seco e esfarelado, já no sabor é bem mais presente e intenso que os queijos brasileiros.

### 3.5.1.2. Pera Rocha do Oeste

A Pera Rocha do Oeste faz parte da lista dos produtos DOP (Denominação de Origem Protegida), segundo o Guia dos Bons Produtos

Tradicional 2015. É obtida de forma particular na região correspondente à Costa Central Oeste de Portugal, apresenta forma predominante oblonga piriforme ovada, de cor amarela clara, com pigmentação homogênea, por vezes com uma mancha rósea do lado do sol e com carepa típica unida na base e dispersando-se por toda a superfície. Polpa branca, macia, fundente, granulosa, crocante, doce, não ácida, muito sucosa e de perfume ligeiramente acentuado. Possui um grande poder de conservação.

A Pera Rocha do Oeste DOP tem o reconhecimento Comunitário como um produto tradicional, de qualidade, que faz parte integrante do Património Cultural Português.



Figura 26 – Pera Rocha do Oeste (A.N.P. 2006)

No processo de criação dos pratos para elaboração do primeiro cardápio do Aromas e Temperos o abacaxi foi substituído pela Pera Rocha do Oeste na receita da Geleia Picante que acompanha o Crocante da Ilha.

Em termos de textura a Pera Rocha do Oeste é bem diferente do abacaxi, produz menos sumo ao ser cortado e utilizado. Assim o uso do sumo de Clementina na composição da receita resulta em uma harmonia de sabores perfeita.

### **3.5.1.3. Batata doce de Aljezur**

A batata doce de Aljezur corresponde à variedade Lira, produzida em solo e clima inimitáveis, resultando num produto de sabor e textura únicos. É um

dos melhores alimentos naturais produzidos em Portugal, segundo Associação de Produtores de Batata Doce de Aljezur (s.d.).

A QUALIFICA (2015) descreve a batata doce de Aljezur como uma raiz adventícia da planta “*Ipomoea batatas* L. (syn. *Batatas edulis*)” da variedade Lira. Tem pele de cor púrpura ou castanho-avermelhada e polpa amarela, rica em açúcares e amido, muito saborosa e macia.

A batata doce de Aljezur tem Indicação Geográfica Protegida atribuída pela União Europeia e gerida pela Associação sendo assim somente essa entidade que pode garantir ao consumidor final um produto certificado.

Colhida entre Setembro e meados de Novembro, pode ser fornecida com qualidade até Abril.



Figura 27 – Imagens Batata Doce de Aljezur (Associação, s.d.).

No processo de criação dos pratos para elaboração do primeiro cardápio do Aromas e Temperos o purê de mandioca foi substituído pelo purê de batata doce de Aljezur na receita do Escondidinho de Carne Seca com Purê de Batata Doce.

No decorrer do trabalho a batata doce de Aljezur foi substituída por um tipo de batata doce de polpa roxa, mas quando encontrada no mercado a batata doce de Aljezur continua a fazer parte da composição do prato, porém aparece na finalização, cortada em finas tiras e frita dando ao escondidinho de textura macia um toque crocante e interessante.



Figura 28 – Imagem Batata Doce de polpa roxa (Lima com Pimenta, 2016).

#### **3.5.1.4. Broa de milho**

A broa de milho do Vale do Sousa é um produto DOP segundo o Guia dos Bons Produtos Tradicionais 2015. A história da Broa do Vale do Sousa está indissociavelmente ligada à cultura do milho na região, sendo-lhe inerente o uso das variedades regionais.

O pão de milho é elaborado através de um processo de fabrico específico da região, sendo determinante o uso da farinha obtida dos milhos lisos, do tipo “flint”, maioritariamente de origem regional, em que se incluem as variedades locais Pigarro, Verdial de Aperrela e Verdial de Cete. À farinha de milho é, ainda, adicionada farinha de centeio de origem regional podendo, na sua ausência, ser usada farinha de trigo. Tem forma circular, ligeiramente achatada de casca superior com fendas, tamanho médio, cor do miolo branco moreno, de aroma agradável, não ácido. O miolo é friável – decorrente da farinha de milho usada e com alguns poros – face à utilização, de “isco”, como levedante. É cozida em forno a lenha. (Qualifica, 2015).

O pão é sem dúvida um dos alimentos base da alimentação portuguesa. Existe em diversas formas ao longo do território nacional, não se limitando ao pão de trigo, de que o pão alentejano é talvez o mais representativo, existindo também a broa de milho, típica do Norte de Portugal, ainda que apreciada em todo o país. (Aptece, 2013). O pão faz parte das refeições dos portugueses assim como a farofa de mandioca faz parte das refeições dos brasileiros.

No processo de criação dos pratos para elaboração do primeiro cardápio do Aromas e Temperos a farofa de mandioca foi substituída por uma farofa

crocante feita com a broa de milho na receita do Bobozinho de Camarão com Arroz de Coco e Farofa de Broa de Milho.



Figura 29 – Broa de milho (Aptece, 2013)

#### **3.5.1.5. Vinho do Porto**

Segundo o Instituto da Vinha e do Vinho, I.P. (2016), a área geográfica correspondente à Denominação de Origem "Porto" é a mesma que se encontra demarcada para a produção do vinho do Douro e abrange distritos, concelhos e freguesias, tradicionalmente agrupadas em áreas geográficas.

As características organolépticas do vinho do Porto diferenciam-se dos vinhos comuns pelas suas características particulares: uma enorme diversidade de tipos em que surpreende uma riqueza e intensidade de aromas incomparáveis, uma persistência muito elevada quer de aroma quer de sabor, um teor alcoólico elevado (geralmente entre os 19 e os 22% vol.), numa vasta gama de doçuras e grande diversidade de cores. Existe um conjunto de designações que possibilitam a identificação dos diferentes tipos de Vinho do Porto. (Instituto da Vinha e do Vinho, I.P., 2016).

A cor dos diferentes tipos de Vinho do Porto pode variar entre o tinto e o alourado-claro, sendo possíveis todas as tonalidades intermédias (tinto, tinto-alourado, alourado e alourado-claro). (I.V.D.P., 2015).



Figura 30 – Tonalidades do Vinho do Porto (I.V.D.P., 2015)

Em termos de doçura, o Vinho do Porto pode ser doce, meio-seco, seco ou extra seco. A doçura do vinho constitui uma opção de fabrico, condicionada pelo momento de interrupção da fermentação.

Os vinhos do Porto podem ser divididos em categorias de acordo com o tipo de envelhecimento. Tawny e Ruby são as classificações mais jovens de Vinho do Porto. E como todo vinho jovem, tem as suas características: em geral possuem aromas alcóolicos, não tem uma cor tão intensa e possuem toques de frutas doces em calda.

No desenvolvimento do trabalho, fez-se o uso de duas categorias: Tawny e Ruby da Cave Offley Forrester.



Figura 31 – Vinho do Porto Offley Tawny e Ruby (Liquors44, 2016)

Produzido através das castas Touriga Franca, Tinta Roriz, Tinta Amarela, Barroca e Tinta Cão, o vinho do Porto Offley Tawny apresenta uma atrativa cor vermelho-alourado, própria de um vinho com mais envelhecimento. O aroma é delicado e recorda frutos vermelhos maduros, realçado por notas de frutos secos que lhe conferem uma complexidade acrescida.

Produzido através das castas Tinta Roriz, Tinta Barroca, Touriga Nacional, Tinta Amarela, Tinta cão, o vinho do Porto Offley Ruby apresenta uma atraente cor vermelho-rubi, teor alcoólico bem forte, aromas de frutas vermelhas com um toque de café ao fundo, algumas notas mais complexas derivadas do envelhecimento em madeira de carvalho

No processo de criação dos pratos para elaboração do primeiro cardápio do Aromas e Temperos o vinho tinto foi substituído por vinho do Porto Tawny ou Ruby na receita do Sagu ao Vinho do Porto.

### **3.6. CARDÁPIO COMPLETO PARA ABERTURA DO AROMAS E TEMPEROS**

Inicialmente o cardápio do Aromas e Temperos era composto pelo pratos apresentados na lista abaixo. Com o andamento do funcionamento o cardápio foi crescendo e outros pratos foram desenvolvidos. Atualmente o cardápio está mais composto e futuramente, com a abertura para os almoços, terá pratos do dia diferentes.

No Anexo I é possível visualizar o conjunto completo de todos os pratos elaborados até o momento da escrita desta dissertação.

#### **Aromas e Temperos**

##### **Cardápio de Abertura**

###### **Para começar:**

**Couvert** – lascas de polvilho (subproduto da mandioca), pão de queijo (queijo da Ilha de São Jorge), palitos de queijo com chouriço; manteiga de alho assado.

**Crocante da Ilha** – cubos de tapioca com queijo da Ilha de São Jorge, geleia picante de pêra Rocha e sumo de clementinas.

**Meu pastel de bacalhau** – massa de pastel brasileira, bacalhau refogado no azeite de dendê, leite de coco, pimentos coloridos, toque de azeitona preta. Acompanha molho de coco com poejos e azeite de lima e tabasco.

**Angu frito com chouriços bêbados** – massa de milho cozida e frita, chouriços e cebola roxa flambados na cachaça, acompanha compota de tomate com especiarias.

**Caldinho de peixe** - caldo de robalo e aromáticos servido em copos de borda de farofa, cubos de peixe, pimentos coloridos e tomate cherry. Acompanha tiras de pão português.

**Para continuar:**

**Escondidinho de carne seca com purê de batata doce (roxa ou amarela)** – carne seca desfiada e refogada em manteiga da terra (manteiga típica da região nordeste do Brasil), coberta com purê de batata doce assada, gratinado com parmesão. Acompanha salada verde e molho de mostarda.

**Bobozinho de camarão** – creme de mandioca, camarão salteados, arroz de coco e farofa de broa de milho.

**Para adoçar:**

**Amarelinhos** – doce feito com gemas de ovo, coco fresco ralado e caramelo de Ginja

**Tapioca, coco, doce de leite e flor de sal** – bolinhos de tapioca com coco fresco ralado, doce de leite caseiro, finalizado com raspas de lima, canela e flor de sal

**Sagu ao Porto com creme de lima e limão** – bolinhas de fécula de mandioca cozidas no vinho do Porto e finalizada com creme de lima, limão e menta.

Tendo o conceito definido, os primeiros pratos selecionados e tendo sido feita a identificação dos produtos portugueses a usar, o passo seguinte foi a criação e teste das receitas e a elaboração das fichas técnicas. No capítulo seguinte este processo é ilustrado para alguns pratos selecionados.

#### **4. PRODUTOS DESENVOLVIDOS – Fichas técnicas Aromas e Temperos**

##### Elaboração da ficha técnica

Existem diversos modelos de fichas técnicas na restauração, dos mais simples aos mais elaborados. Deve-se elaborar uma ficha técnica com um formato adequado para ser útil tanto do ponto de vista operacional como administrativo

Um modelo completo deve conter as seguintes informações:

Preço dos insumos  
Cálculo de uso, incluindo perdas  
Tempo de preparo  
Equipamentos utilizados  
Porcionamento  
Rendimento  
Custo final  
Receituário  
Imagem ou foto do prato final

Geralmente as fichas mais completas onde se incluem custos, preços das mercadorias adquiridas e vendidas ficam no sector administrativo e as mais simples com informações mais básicas como: ingredientes, quantidades, fator de correção e modo de preparo, na zona de produção do restaurante.

Foram selecionados três pratos para os quais será dada informação relevante para o seu processo de desenvolvimento e será apresentada a ficha técnica disponível na cozinha do restaurante. Sendo impossível, dada a extensão aconselhada para este trabalho, apresentar estes dados para todos os pratos desenvolvidos para o primeiro cardápio do Aromas e Temperos, consideram-se estes três representativos para melhor ilustrar o conceito do Aromas e Temperos, o processo de troca dos ingredientes e a apresentação dos pratos.

#### 4.1. Crocante da Ilha com Geleia Picante de Pera Rocha e Sumo de Clementina

Assim como para muitas receitas brasileiras, não foram encontradas referências bibliográficas sobre o prato de tapioca com queijo comum no nordeste, relativamente à sua origem, o local onde surgiu ou quem inventou. Originalmente esta receita é preparada de forma simples na região nordeste do Brasil. Utilizando apenas três ingredientes básicos: tapioca, queijo do tipo coalho e leite, o resultado final é surpreendente.

O chef Rodrigo Oliveira do restaurante Mocotó na zona norte do estado de São Paulo pretende manter a tradição nordestina com classe e criatividade. Baseado na receita tradicional desenvolveu um prato que tornou conhecido por todo o Brasil com o nome de Dadinhos de Tapioca, estes são servidos no seu restaurante com uma geleia de pimenta para contrabalançar o salgado do queijo e apimentar o sabor neutro da tapioca. (Mocotó, s.d.)



Figura 32 – Dadinhos de tapioca (à esquerda). Rodrigo Oliveira e José Oliveira, seu pai (à direita) (Mocotó, s.d.).

Apresenta-se em seguida a receita dos Dadinhos de Tapioca do Restaurante Mocotó.

**Dadinho de Tapioca do Restaurante Mocotó** – Chef Rodrigo Oliveira  
(adaptado de Rigo, 2010)

##### Ingredientes

500 ml de leite

500 g de tapioca

500 g de queijo coalho ralado

sal e pimenta do reino

### Preparo

Aquecer o leite, temperar com uma pitada de sal e outra de pimenta-do-reino branca e juntar aos poucos a tapioca e, depois, o queijo ralado. Obtém-se uma espécie de polenta.

Despejar a mistura ainda quente num recipiente quadrado pequeno.

Deixar na geladeira por umas três horas, desenformar, cortar em cubos e fritar aos poucos em bastante óleo quente - suficiente para cobrir os dadinhos.

### **Geleia picante**

#### Ingredientes

100 ml de Tanjal (suco de tangerina concentrado)

20 ml de suco de limão cravo (ou 10 ml de limão tahiti)

pimenta seca picada a gosto (se tiver uma pimenta defumada o resultado é ainda melhor)

1 pedaço de canela em pau

1 pitada de semente de coentro moída

1 pitada de sal

1 colher de chá de polvilho para dar o ponto

#### Preparo

Colocar todos os ingredientes, exceto o polvilho, numa panelinha até levantar fervura.

Baixar o fogo e adicionar o polvilho diluído em duas colheres de água. Cozinhar por alguns instantes, até obter um molho espesso, quase como um ketchup. Deixar esfriar e servir.

No Aromas e Temperos o ingrediente de sabor mais importante é trocado por um produto português. O Queijo Coalho é substituído por Queijo de São Jorge que possui sabor mais rico e bouquet mais forte. Para acompanhar o crocante da Ilha, é servida uma geleia preparada com Pera Rocha, sumo de

clementinas e malaguetas, onde a textura e a suavidade da pera combinam muito bem com a acidez do sumo e o picante das malaguetas. O resultado final agrada aos diversos paladares.

Algumas geleias que acompanham esta receita de tapioca com queijo usam como fruta base o abacaxi ou a maçã. No teste inicial dos pratos para compor o cardápio do Aromas, foram testadas algumas frutas no preparo da geleia. Versões com a maçã e o sumo de clementina; com pera rocha com sumo de clementina e pera rocha com sumo de laranja do Algarve da marca Compal. O melhor resultado final em termos de textura e brilho, paladar foi o da geleia de pera rocha com sumo de clementina.

Foi um dos primeiros pratos a ser testado, analisado e aprovado por portugueses e brasileiros que moram em Lisboa. O Crocante da Ilha é considerado um dos pratos emblemáticos no restaurante. Ele é o que melhor caracteriza esta fusão entre as receitas brasileiras e os produtos portugueses. Agrada e surpreende o paladar dos brasileiros, portugueses e até mesmo estrangeiros. A tapioca na textura crocante, o queijo de São Jorge de sabor intenso, bem diferente do coalho suave e a doçura picante da geleia faz desta receita uma combinação saborosa e diferente.

Desde a noite de abertura do Aromas e Temperos que é pedido regularmente aos clientes que, num caderno, deixem sugestões, críticas ou elogios relativas ao serviço, cardápio, apresentação dos pratos, ambiente, enfim, tudo o que seja referente ao Aromas e Temperos. Através deste *feedback* é possível perceber o que agrada e o que precisa ser melhorado no restaurante. Neste caderno existem alguns comentários sobre o Crocante da Ilha como:

“Pratos muito saborosos, destaque para o Crocante da Ilha...” Clarisse e Guilherme (22/04/2015)

“Duas gastronomias fabulosas, que juntas, só poderiam resultar em sucesso. O Crocante da Ilha estava fenomenal...” Miguel e Joana (19/05/2015)

“... Depois, ao mesmo tempo, chegam à mesa o crocante da ilha e o pastel de bacalhau da casa: o primeiro são umas bolinhas crocantes de queijo da ilha, fritura perfeita e geleia picante viciante, e o segundo uma espécie do nosso

pastel de bacalhau, mas com uma massa super fina e folhada (inspirada no pastel de vento brasileiro) e o recheio sem batata, o que faz ressaltar o bacalhau numa conjugação de sabores fabulosos.” Onde vamos jantar? (09/2015).

## Aromas & Temperos

Aromas & Temperos						
Produção:	Crocante da Ilha					
Nº porção:	10 porções	Código :	01	Data :	13 /03 /2015	
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	Rend. % F.Correção	Qtde Bruta		
			Tapioca granulada			
Queijo de São Jorge ralado	Kg	0,5	1,0	0,5		
Leite	L	0,5	1,0	0,5		
Sal	Kg	0,003	1,0	0,003		
Pimenta do reino	Kg	0,001	1,0	0,001		
Óleo	L	1	1,0	1		
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1	Misturar a tapioca ao queijo de São Jorge ralado em um bowl. Aquecer o leite levemente sem levantar fervura. Retirar do fogo e acrescentar à mistura. Temperar com sal e pimenta.					
2	Misturar bem até o leite ser todo absorvido. Dispor em um tabuleiro. Levar ao frigorífico por 24 horas.					
3	Com um cortador quadrado, cortar a massa da tapioca e armazenar em sacos selados com 10 porções. Armazenar no frigorífico etiquetado					
3	Aquecer bem o óleo e fritar.					
4	Servir com a geleia picante de pera rocha e sumo de clementina.					
Sequencia da Montagem:						
1.	Serviço: panelinha de louça; ardósia preta; geleia picante em vidros pequenos; colher pequena, conforme a imagem.					
Equipamentos e Utensílios:						
Bowl	Colher	Panelinha de louça			Fogão	
Leiteira	Tabuleiro	Ardósia preta	Colher pequena		Balança	
OBS:						



Figura 33 – Ingredientes para preparação do Crocante da Ilha (Autora, 2015)



Figura 34 – Ingredientes e Crocante da Ilha (Autora, 2015)



Figura 35 – Crocante da Ilha finalizado (Autora, 2015).

## Aromas & Temperos

Produção: Geleia Picante de Pera Rocha e Sumo de Clementina						
Nº porção:	<b>1.410Kg (28 porções de 50g)</b>		Código :	02	Data :	13 /03 /2015
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	Rend. % F.Correção	Qtde Bruta		
			Pera Rocha			
Clementina	Kg	1,0	2,0	2,0	2 Kg de clementina=1L de suco	
Pimenta malagueta vermelha	Kg	0,004	1,1	0,005		
Açúcar para compotas	Kg	0,750	1,0	0,750		
Sal	Kg	0,005	1,0	0,005		
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1	Higienizar e descascar as peras. Ralar em ralo grosso e reservar.					
2	Higienizar e fazer o suco das clementinas. Reservar.					
3	Com luvas cortar e retirar as sementes das pimentas. Cortar em tiras finas e reservar.					
3	<p>Em uma panela dissolver previamente o açúcar no suco de clementina, em seguida juntar a pera ralada e envolver bem.</p> <p>Levar ao fogo baixo e mexer bem até começar a ferver. Parar de mexer e deixar reduzir. Mexer a panela em círculos evitando mexer com colher.</p> <p>Com um pincel e água limpar as laterais da panela evitando a cristalização do açúcar e que queime.</p>					
4	Deixar cozinhar em fogo baixo observando sempre. Quando estiver quase em ponto de geleia acrescentar a pimenta, envolver e retirar do fogo. Deixar esfriar.					
5	Transferir para os vidros previamente esterilizados, etiquetar e guardar no frigorífico.					
Sequencia da Montagem:						
1.	Serviço: panelinha de louça; ardósia preta; geleia picante em vidros pequenos; colher pequena conforme a imagem.					
Equipamentos e Utensílios:						
Bowl	Panela	Tábua verde	Ralador	Fogão		
Colheres	Facas	Vidros	Espremedor de suco	Balança		
OBS:						



Figura 36 – Ingredientes para a composição da geleia (Autora, 2015)

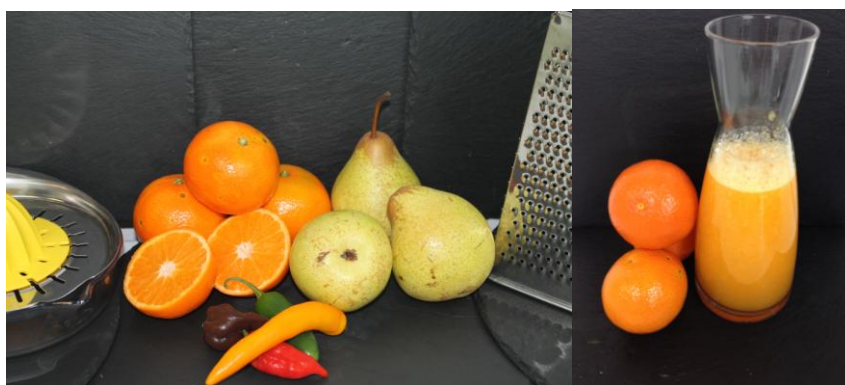


Figura 37 – Ingredientes, utensílios e sumo de clementina para o preparo da geleia (Autora, 2015)



Figura 38 – Geleia de picante de Pera Rocha e Sumo de Clementina (Autora, 2015)

## **4.2. Escondidinho de Carne Seca com Batata Doce**

O Escondidinho de Carne Seca é um dos pratos mais conhecido do Nordeste brasileiro. Pode ser feito de diversas maneiras e cada um dos nove estados da região tem a sua particularidade na hora de o preparar. A origem é totalmente desconhecida e os ingredientes podem variar. O purê que esconde a carne pode ser feito com batata inglesa, macaxeira, mandioquinha ou até mesmo batata doce como é feito no Aromas e Temperos. A carne que se esconde pode ser de frango, carne de vaca moída, carne seca, camarão ou até mesmo uma versão vegetariana fazendo uso dos cogumelos.

Por ser um dos pratos emblemáticos da cozinha nordestina, o escondidinho de carne seca foi escolhido para compor o cardápio inicial do restaurante.

Abaixo segue uma receita do Chef Fernando de La Rocque do Restaurante Carpe Diem em Brasília. A receita do escondidinho publicada no livro Carpe Diem: banquetes de aromas e temperos (Menegale, 2005) recebe o nome de Intimamente Charque.

### **Intimamente Charque**

#### Para o charque

- 150 g de charque sem gordura (traseiro)
- 2 colheres de sopa de manteiga da terra
- 1 colher de sopa de azeite de oliva
- 1 colher de sopa de bacon cortado em cubos pequenos
- 1 cebola cortada em rodela finas
- 1 colher de chá de alho picado
- 1 colher de sopa de cebolinha verde picada
- 1 colher de sopa de salsinha picada

#### Para o creme de mandioca

- 150 g de mandioca
- 1 colher de sopa de cebola picada

1 colher de chá de alho  
2 colheres de sopa de azeite de oliva  
1 colher de sopa de creme de leite fresco  
leite suficiente para fazer o creme  
sal  
pimenta do reino  
parmesão ralado e requeijão para gratinar

### Preparo do charque

Deixar o charque de molho por 24 horas para retirar o sal, trocar de água várias vezes.

Escaldar o charque em água quente, retirar do fogo e desfiar. Levar ao fogo uma frigideira com manteiga, azeite e o bacon, fritar até o bacon ficar dourado. Adicionar a cebola e o alho e fritar até a cebola ficar macia e dourada, para então refogar o charque desfiado até ficar frito e crocante. Finalizar com cebolinha verde e salsinha. Apagar o fogo. Reservar aquecido.

### Preparo do creme de mandioca

Cozinhar a mandioca em água e sal até ficar bem macia.

Refogar, à parte, a cebola e o alho com azeite de oliva.

Adicionar a mandioca cozida e corrigir o sal e a pimenta do reino.

Acrescentar o creme de leite, o leite e deixar ferver.

Retirar do fogo e bater no liquidificador até formar um purê. Reservar.

### Montagem do prato

Em uma tigela refratária, colocar uma camada do purê de mandioca de cerca de 1,5 cm no fundo. Sobre essa camada colocar todo o charque refogado e finalizar com outra camada de purê de mandioca. Polvilhar com o parmesão ralado e uma camada de requeijão. Levar ao forno pré aquecido a 180°C para gratinar, durante cinco minutos.

Rende: 1 porção.



Figura 39 – Intimamente charque (Menegale, 2005)

Para o prato incluído no cardápio do Aromas e Temperos decidiu-se usar a carne seca. Através de uma pesquisa de mercado em Lisboa encontrou-se a carne seca em supermercados de produtos brasileiros. Feita com peças de carne da parte dianteira do boi, é uma carne dura e seca. Depois do processo de dessalga é preciso cozinhar em panela de pressão e só então é desfiada à mão, tendo assim fios de carne compridos. Seguindo a tradição do nordeste brasileiro, a carne seca é refogada e dourada na manteiga da terra juntamente com cebola roxa cortada em finas fatias. Finalizada com pimenta do reino moída na hora para intensificar o sabor.

Na versão do escondidinho do Aromas e Temperos a macaxeira dá lugar a batata doce. Essa substituição se deu devido ao gosto que os portugueses têm pela batata doce. Já no Brasil o uso da batata doce é utilizada mais em sopas de bebês que nos pratos dos adultos. Hoje com a busca por uma alimentação mais saudável e a valorização dos produtos, a batata doce já passa a aparecer nos cardápios de alguns restaurantes.

Inicialmente este prato era preparado com a batata doce de Aljezur de polpa amarela. Posteriormente, tem sido usada frequentemente a batata doce de polpa roxa, de cor mais intensa, de textura mais aveludada e sabor mais adocicado. Os portugueses acham que devido à cor, o purê do escondidinho é feito de beterraba, já os brasileiros lembram logo do açaí. Contudo a batata doce de Aljezur continua a ser usada na preparação do prato sendo cortada finamente e frita, dando assim um toque crocante.

No Aromas e Temperos além do escondidinho de carne seca, é feita também uma versão vegetariana com cogumelos salteados, tomate cherry e

sementes de sésamo, coberto com o mesmo purê de batata doce roxa e finalizado com o mix de folhas.

Em Portugal existe um prato semelhante ao escondidinho brasileiro chamado de empadão. Alguns clientes depois que escutam a explicação do Escondidinho de Carne Seca do Aromas e Temperos comparam com o empadão, mas depois que experimentam percebem que a semelhança está somente na montagem, pois o sabor é bem diferente.

Nos primeiros testes dos pratos para compor o cardápio, o Escondidinho de Carne Seca não aparecia como um prato que se destacasse, e nada indicava que se tornaria o prato mais apreciado. Hoje ao analisar o histórico de vendas, o Escondidinho de Carne Seca é o prato estrela do cardápio. Ele agrada a todos os paladares, desde os portugueses, aos brasileiros, aos estrangeiros, aos mais novos e aos mais velhos.

Sobre o Escondidinho de Carne Seca com Purê de Batata Doce os clientes escreveram no caderno do Aromas e Temperos:

“... por favor, mantenha a batata doce roxa no escondidinho!!!” Pedro (21/05/2015).

“Uma verdadeira pérola escondida, tal como o escondidinho de carne seca com purê de batata doce, que faz crescer água na boca e quase nos afogamos...” Filipa e Ricardo Cruz (30/05/2015).

“Muito obrigada pelo vegetariano de cogumelos escondidos em purê de beterraba e batata doce...” Carla (01/06/2015).

“Gostamos muito do escondidinho e dos bolinhos de tapioca...” Joana e Márcia (30/05/2015).

“... O escondidinho de carne seca e batata doce, um dos pratos mais pedidos da casa: um tachinho com uma espécie de empadão, com carne seca e batata doce, que se percebe que seja o prato mais pedido, porque também é o mais próximo de nós.” Onde vamos jantar (09/2015)

## Aromas & Temperos

Produção: Escondidinho de carne seca com batata doce							
Nº porção:		25		Código :	03	Data :	13 /03 /2015
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	-----	Qtde Bruta			
			Rend. % F.Correção				
Carne seca	Kg	1,3	1,5	2,0			
Batata doce roxa	Kg	1,3	1,2	1,6			
Cebola roxa	Kg	0,190	1,1	0,22			
Alho	Kg	0,005	1,1	0,0055			
Manteiga da terra	L	0,025	1,0	0,025			
Sal	Kg	0,005	1,0	0,005			
Pimenta do reino	Kg	0,003	1,0	0,003			
Batata doce de Aljezur	Kg	0,250	1,1	0,260			
Óleo	L	1	1,0	1			
Queijo parmesão ralado grosso	Kg	0,01	1,0	0,01			
Manteiga	Kg	0,03	1,0	0,03			
Salada mix	Kg	0,05	1,0	0,05			
Molho de salada (preparado no restaurante)	L	0,025	1,0	0,025			
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste							
Modo de preparo:							
1	Demolhar a carne seca 24 horas antes do cozimento trocando a água duas vezes.						
2	Na panela de pressão cozinhar a carne seca por 45 minutos até ficar macia e fácil de desfiar. Deixar esfriar. Com luvas descartáveis desfiar a carne em fios longos e descartar as gorduras. Reservar.						
3	Higienizar, descascar e cortar as batatas em pequenos pedaços. Dispor em tabuleiros untados com azeite, cobrir com papel alumínio e levar ao forno por 30 minutos a 180°C até estarem cozidas. No processador de alimentos, processar as batatas até o ponto de purê. Reservar. Cortar a cebola roxa em tiras, picar o alho e reservar.						
4	Aquecer a manteiga da terra em uma frigideira, refogar o alho e a cebola roxa. Acrescentar a carne seca desfiada e envolver bem. Reservar.						
5	Aquecer a manteiga, acrescentar o purê de batata doce e temperar com sal e pimenta. Mexer sempre até ferver. Reservar.						
6.	Com um descascador fazer fios finos da batata doce de Aljezur e fritar por imersão em óleo. Deixar secar e Reservar.						

7.	Dispor 50g de carne seca no fundo da panela de barro; cobrir com 200g do purê de batata doce; polvilhar o queijo ralado grosso e levar ao gratinador até o queijo derreter e ficar dourado. Finalizar com a batata doce de Aljezur frita			
8.	Servir com mix de salada verde e molho de mostarda.			
<b>Sequencia da Montagem:</b>				
1.	Serviço: na placa de ardósia dispor a panelinha de barro; mix de folhas e molho em pequena louça conforme a imagem.			
<b>Equipamentos e Utensílios:</b>				
Tábua verde para vegetais	Bowl	Colheres e facas	Processador de alimentos	Gratinador
Tábua vermelha para carne	Tabuleiro	Frigideiras	Fogão	Balança
<b>OBS:</b>				



Figura 40 – Purê de batata doce roxa. Carne seca desfiada com cebola roxa e manteiga da terra (Autora, 2015).



Figura 41 – Processo do preparo da batata doce de Aljezur frita (Autora, 2016)



Figura 42 – Escondidinho de carne seca com purê de batata doce e mix de folhas (Autora, 2016)

### **4.3. Bobozinho de camarão**

Sua origem é africana, mas sua evolução ocorreu na Bahia, onde se tornou prato típico e muito baiano. Tão popular quanto a cultura nordestina, o Bobó de Camarão é praticamente uma instituição da gastronomia regional brasileira. É um prato de sabor surpreendente, que reflete a irreverência e alegria do povo.

Gomensoro (1999) define a palavra bobó e o bobó de camarão. O bobó como um prato de origem africana preparado com feijão mulatinho e banana da terra cozidos e reduzidos a um creme, depois temperados com azeite de dendê. O bobó de camarão é definido como um prato da culinária baiana à base de mandioca cozida e amassada, camarões frescos, alho, azeite de dendê, cebola, coentro, leite de coco e sal. Com uma textura de uma pasta grossa, é muito saboroso, e deve ser acompanhado de arroz branco e farofa de dendê.

O Bobó de Camarão é um prato muito popular também em outros lugares do Brasil, no entanto, com algumas modificações. No Rio de Janeiro, ele é feito com azeite de oliva e não de dendê (um pouco forte para os paladares não iniciados na culinária baiana) e, opcionalmente, com o leite de coco. Na mesma linha, no prato desenvolvido no Aromas e Temperos os ingredientes azeite de dendê, leite de coco e também as pimentas são utilizados com bastante parcimônia, evitando agredir os paladares mais sensíveis.

Adaptado da Receita de Dona Maria Dantas, autora do livro Receitas de Ontem e de Hoje, abaixo uma receita de Bobó de Camarão. (Cavalcanti, 2007)

#### **Bobó de Camarão**

##### Ingredientes

2 kg de camarão

1 kg de mandioca

2 cebolas médias picadas

4 colheres (sopa) de óleo

500 g de tomates, sem pele e sem sementes, cortados ao meio

2 colheres (sopa) de coentro picado

1 xícara de leite de coco

¼ de xícara de azeite de dendê

Sal e pimenta do reino a gosto

### Preparo

Limpar os camarões e reservar as cascas.

Descascar a mandioca e cozinhá-la em água e sal, junto com as cascas do camarão. Caso a mandioca tenha fibras mais duras, retirá-las.

Bater a mandioca no liquidificador, aos poucos, juntando um pouco da água do cozimento (calcular 1 xícara de água para cada quilo de mandioca). Reservar a massa de mandioca.

Numa panela, fritar a cebola no óleo, até que doure ligeiramente. Juntar os tomates e deixar refogar bem. Acrescentar os camarões, o sal, a pimenta do reino e o coentro. Baixar o fogo, tampar a panela e cozinhar até que os camarões estejam cozidos.

Juntar a massa de mandioca, o leite de coco e o azeite de dendê. Cozinhar mexendo sempre até levantar fervura.

Rende 10 porções.

No Aromas e Temperos o bobó de camarão é chamado de Bobozinho de Camarão e acompanha arroz de coco e farofa de broa de milho. Tradicionalmente, no Brasil, o bobó é sempre servido com arroz e farofa de mandioca. Pensando no produto português a farofa de mandioca é substituída por uma farofa crocante de broa de milho que será comentada mais abaixo.

Durante abertura do Aromas e Temperos este prato foi servido com arroz Carolino para ter mais um produto português na composição, mas a sua textura juntamente com o leite de coco deixou o resultado final muito cremoso e ao lado do creme do bobó não resultava. Atualmente é servido com o arroz agulha, leite de coco e coco ralado dourado.

A par com o Escondidinho de Carne Seca com Purê de Batata Doce, o Bobozinho de Camarão é um dos pratos que também se tem destacado. Para

os paladares portugueses o sabor e a textura são diferentes, mas agradam. Já para os brasileiros a conjugação destes ingredientes é bem familiar: Quanto aos estrangeiros, o que tem sido bem interessante, é bastante apreciado.

Com relação ao Bobozinho de Camarão, um fato que marcou foi a de uma família francesa, onde o pai, a mãe e a filha de dois anos estiveram duas vezes para jantar ao Aromas e Temperos. Pediram alguns pratos para partilhar e para a filha o Bobozinho de Camarão. A criança comeu as duas vezes o prato sozinha e pedia por mais.

Sobre o Bobozinho de Camarão com Arroz de Coco e Farofa de Broa de Milho os clientes escreveram no livro do Aromas e Temperos:

“Adoramos! Desde as deliciosas placas de polvilho com manteiga de ervas, passando pelos crocantes pasteis de bacalhau, o escondidinho que é um surpresa muito agradável e o inevitável bobozinho de camarão...” Inês e Filipe (19/09/2015)

“Parabéns, estava tudo maravilhoso. É preciso saber muito, para tratar tão bem a mandioca do bobó” Paula (11/09/2015)

## Aromas & Temperos

Aromas & Temperos						
Produção:		Bobozinho de Camarão				
Nº porção:		5 doses 200g	Código :	4	Data :	13 /10 /2014
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	-----		Qtde Bruta	
				Rend. % F.Correção		
Camarão	Kg	0,5		1,4	0,7	
Mandioca descascada	Kg	0,9		1,1	1,0	
Alho	Kg	0,05		1,2	0,06	
Cebola	Kg	0,02		1,1	0,022	
Pimento vermelho	Kg	0,05		1,1	0,055	
Pimento amarelo	Kg	0,05		1,1	0,055	
Pimenta dedo de moça	Kg	Q.b		Q.b	Q.b	
Gengibre	Kg	0,01		1,1	0,011	
Caldo de camarão	L	1,0		1,0	1,0	
Azeite	L	0,05		1,0	0,05	
Azeite de dendê	L	0,05		1,0	0,05	
Sal	Kg	0,005		1,0	0,005	
Molho de pimenta	L	0,01		1,0	0,01	
Páprica picante	Kg	0,001		1,0	0,001	
Cebolinho	Kg	0,001		1,1	0,0011	
Pimenta biquinho	Kg	0,005		1,0	0,005	
Pimenta cumari	Kg	0,005		1,0	0,005	
Salsa crespa	Kg	0,001		1,1	0,0011	
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1.	Descascar os camarões, retirar o intestino e reservar as cascas e as cabeças para o preparo do caldo de camarão.					
2.	Em uma tábua de cor verde cortar os pedaços de mandioca e retirar a fibra mais grossa central de cada pedaço. Reservar.					
3.	Cortar o alho, a cebola, os pimentos, a pimenta dedo de moça e o gengibre em cubos pequenos para o bobó e reservar uma parte do alho e do gengibre para saltear os camarões.					

4.	Em uma panela funda dourar as cascas e cabeças do camarão juntamente com as aparas do alho, cebola, pimentos, dedo de moça e gengibre. Juntar água e deixar reduzir. Utilizar esse caldo no preparo do bobó.
5.	Bater a mandioca com um pouco do caldo de camarão até formar um creme bem grosso.
6.	Em uma panela funda aquecer o azeite e o azeite de dendê, acrescentar o alho, a cebola, os pimentos, a pimenta dedo de moça e o gengibre. Refogar bem e em seguida acrescentar a mandioca processada.
7.	Aos poucos acrescentar o caldo de camarão no creme da mandioca até formar um creme espesso, firme e cozido. Em torno de 30 minutos em fogo baixo.
8.	Temperar com sal, molho de pimenta e páprica.
9.	Temperar o camarão com alho, gengibre, sal, pimenta. Aquecer uma frigideira com um fio de azeite e saltear rapidamente o camarão. Sua textura deve ficar <i>al dente</i> . Reservar.

#### Sequencia da Montagem:

1.	No prato fundo de cor preta pesar 200g do bobó;
2.	Dispor 4 camarões lado a lado no creme conforme imagem
3.	Com uma colher arrumar a porção de arroz; ao lado a porção de farofa de broa de milho
4.	Unir dois camarões e dispor no meio da porção do arroz e da farofa.
5.	Finalizar com uma pimenta biquinho vermelha, uma pimenta cumari amarela, uma folha de salsa e cebolinho picado e salsa crespa.

#### Equipamentos e Utensílios:

Tábua verde para os vegetais	Bowl	Panela	Balança	
Liquidificador	Facas	Fogão	Frigideira	

#### OBS:



Figura 43– Ingredientes composição do Bobozinho (Autora, 2015)



Figura 44– Bobozinho de camarão com arroz de coco e farofa de broa de milho  
(Autora, 2016)

### **4.3.1. Arroz de Coco**

Cascudo (1983) refere que, apesar de não estar presente na ementa indígena, já existiam na América espécies autóctones de arroz, antes dos portugueses trazerem as sementes de Cabo Verde para a Bahia. Possivelmente as primeiras sementes, em 1535, foram de arroz vermelho, uma vez que o arroz branco só chegou mais de 200 anos depois e tornando-se a preferência nacional. O coco também foi trazido de Cabo Verde (por sua vez chegado da Índia), na mesma época do arroz e “no final do século XVI já cobria toda a costa de Ilhéus à Pernambuco”. Garcia Orta (citado por Cascudo) dá notícias do “arroz de coco em Goa, antes de 1563”. Jorge Marcgrave (1644) “aludia ao arroz de coco como iguaria normal em Pernambuco”, também chamado por Hidergardes Vianna, em 1955, de “Arroz de viúva”. (Lucena, 2008).

Gomensoro (1999) define o arroz de coco em seu Pequeno Dicionário de Gastronomia como: sobremesa de origem bastante antiga, foi adaptada e trazida para o Brasil pelos portugueses que, por sua vez, a conheceram em Goa, na Índia, no decorrer do século XVI. Em Goa, não era um prato doce, mas apenas a mistura de arroz com coco, servida como acompanhamento para carnes e peixes. Os portugueses acrescentaram-lhe açúcar e passaram a servi-lo arrematando a comida salgada.

Já no Brasil o arroz de coco geralmente é servido com pratos de peixe e frutos do mar. A chef Morena Leite em seu livro Mistura Morena (2014) apresenta a receita do Camarão ensopado com palmito pupunha e tapioca acompanhado de arroz de coco. A receita abaixo foi retirada do seu livro.

#### **Arroz de coco**

##### Ingredientes

200 g de arroz cozido

20 ml de azeite

5 g de alho

50g de cebola picada

25 g de coco ralado fresco

100 ml de leite de coco

5 g de salsinha picada

Sal e pimenta do reino à gosto

### Preparo

Em uma panela, dourar o alho, juntar a cebola e refogar. Acrescentar o arroz. Temperar com sal e pimenta do reino.

Finalizar o arroz com o coco fresco ralado, o leite de coco e a salsinha.

Servir quente.

Rende: 4 porções

A combinação peixes, frutos do mar e o arroz com coco é um casamento muito comum na gastronomia brasileira. Frequentemente encontrado nos cardápios da região Nordeste esse arroz preparado com o coco ralado e leite de coco transmite uma textura cremosa e muito própria ao paladar dos comensais.

No Aromas e Temperos o Arroz de Coco é o acompanhamento do Bobozinho de Camarão, mas para alguns clientes o arroz é desnecessário, pois o creme de mandioca do bobó já faz o papel dos hidratos de carbono na composição do mesmo. Porém, no Brasil o prato do bobó não é servido sem o acompanhamento do arroz e neste caso o arroz juntamente com o coco em suas duas texturas, equilibram e dão um toque diferente ao prato.

Especificamente sobre o arroz de coco os clientes do Aromas e Temperos não deixaram nada por escrito no livro de sugestões.

## Aromas & Temperos

Aromas & Temperos						
<b>Produção:</b>		Arroz de coco				
<b>Nº porção:</b>		<b>Código :</b>		6	<b>Data :</b> 13 /10 /2014	
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	-----		Qtde Bruta	
			Rend. % F.Correção			
Arroz branco	Kg	0,25	1,0		0,25	
Água	L	0,5	1,0		0,5	
Azeite	L	0,01	1,0		0,01	
Cebola	Kg	0,05	1,1		0,06	
Alho	Kg	0,005	1,0		0,005	
Folha de louro	Um	1	1,0		1	
Sal	Kg	0,005	1,0		0,005	
Coco ralado tostado	Kg	0,05	1,0		0,05	
Leite de coco	L	0,1	1,0		0,1	
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1	Medir o arroz e reservar. Colocar a água a ferver e reservar.					
2	Levar uma panela ao fogo médio. Aquecer o azeite e refogar a cebola e alho picados até dourar. Juntar o arroz e mexer bem. Antes de começar a grudar no fundo da panela, despejar a água quente e misturar bem. Adicionar a folha de louro e temperar com sal. Baixar o fogo e deixar cozinhar.					
3	Para verificar se ainda há água no fundo da panela, furar o arroz com um garfo. Quando a água começar a secar, provar o arroz para ver se já está cozido. Caso contrário, acrescentar um pouco mais de água quente e deixar secar totalmente.					
4	Quando finalizar o prato, acrescentar o coco ralado e o leite de coco. Envolver bem deixando-o bem cremoso.					
Sequencia da Montagem:						
1.	Aquecer 50g de arroz cozido em uma frigideira pequena, acrescentar 10 ml de leite de coco e 5 g de coco ralado.					
2.	Montar de acordo com imagem					
Equipamentos e Utensílios:						
Panela	Frigideira pequena	Balança				
Colher	Tábua	Fogão				



Figura 45– Arroz de coco (Autora, 2016)

### 4.3.2. Farofa de Broa de Milho

“Na carta que escreveu ao rei de Portugal, em 1500, Pero Vaz de Caminha deixou registrado, sobre os hábitos naquela localidade recém descoberta: Eles não comem senão d’outra coisa a não ser dum inhame que brota de terra.” (Lody, 2013).

A farofa faz parte da alimentação brasileira e não poderia ficar de fora na composição do Bobó de Camarão.

É ela que proporciona a textura que o prato precisa. Sua textura é crocante e diferente para certos paladares, mas equilibra muito bem com a cremosidade da mandioca.

Dentro do conceito do cardápio apresentado no Aromas e Temperos o Bobozinho de Camarão além do Arroz de Coco, acompanha com a farofa, só que neste prato a farofa de mandioca é substituída por uma farofa feita com a broa de milho.

Assim como a farofa de mandioca acompanha todos os pratos dos brasileiros, o pão acompanha todos os pratos nas refeições portuguesas. Pensando nisto, e dentro do conceito da troca de um ingrediente na composição do prato, a broa de milho foi transformada em farofa.

É comum no Brasil usar farofas feitas com pão, conhecida como farinha de rosca, o pão ralado como é conhecido em Portugal, de milho, de bolacha água e sal ou até de soja. Toda casa tem uma receita de farofa, algumas com azeite de dendê outras com manteiga ou manteiga da terra, banha, óleo ou azeite. O mais importante para se ter uma boa farofa é fazer com que fique bem crocante.

A farofa pode ser servida quase como um prato principal quando misturada a outros ingredientes como ovos, bacon, batata palha, linguiças ou

carne seca, em alguns pratos, misturada à banana, serve-se ao lado de peixe e frutos do mar. Muito comum no nordeste brasileiro a farinha de mandioca também é misturada ao café adoçado, mistura geralmente consumida pela manhã para dar energia.

Selecionando um produto tradicional português, a broa de milho foi a substituição assertiva que harmonizou muito bem na composição do prato. A união dela com os outros ingredientes tem uma aceitação muito boa tanto nos paladares brasileiros como portugueses.

No livro Farinha de mandioca (Lody, 2013) encontra-se a receita de farofa de dendê abaixo.

### **Farofa de dendê**

#### Ingredientes

100 ml de azeite de dendê

150 g de cebola picada ou ralada

500 g de farinha de mandioca

Sal

#### Preparo

Aquecer o azeite numa frigideira, dourar a cebola, acrescentar a farinha de mandioca e misturar bem. Acertar o sal e servir.

Especificamente sobre a farofa de broa de milho os clientes do Aromas e Temperos não deixaram nada por escrito no livro de sugestões. Comentários positivos de forma verbal já houve alguns.

## Aromas & Temperos

Aromas & Temperos						
Produção:	Farofa de broa de milho					
Nº porção:		Código :	07	Data :	13 /10 /2014	
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	Rend. % F.Correção	Qtde Bruta		
Broa de milho	Kg	0,250	1,0	0,250		
Azeite de dendê	L	0,01	1,0	0,01		
Cebola	Kg	0,05	1,1	0,06		
Sal	Kg	0,005	1,0	0,005		
Pimenta do reino	Kg	0,003	1,0	0,003		
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1.	Cortar a broa com côdea em fatias e passar pelo processador de alimentos. Reservar					
2.	Espalhar a farinha da broa em um tabuleiro e levar ao forno 180°C até dourar. Reservar					
3.	Em uma frigideira aquecer o azeite de dendê e refogar a cebola. Temperar com sal e pimenta do reino. Acrescentar a farinha da broa dourada e envolver bem no refogado. Mexer sempre com uma colher para evitar que queime. Saltear e mexer até ficar crocante.					
4.	Guardar em um recipiente bem fechado para se manter crocante					
Sequencia da Montagem:						
1.	Aquecer 50g de farofa de broa em uma frigideira pequena					
2.	Montar de acordo com imagem					
Equipamentos e Utensílios:						
Processador	Frigideira	Forno	Faca			
Tábua	Tabuleiros	Fogão	Colher			



Figura 46 – Mise en place do preparo da farofa de broa de milho (Autora, 2016)



Figura 47 – Farofa de broa de milho processada, assada no forno até ficar seca e levemente dourada (Autora, 2016)



Figura 48 – Farofa de broa de milho refogada no azeite de dende até ficar dourada e crocante (Autora, 2016)



Figura 49 – Farofa de broa de milho finalizada (Autora, 2016)

#### **4.4. Sagu ao Porto com Creme de Lima e Limão**

Essa sobremesa é como um caviar doce, com bolinhas encarnadas, de sabor inconfundível e bem definido, contudo delicado. Para aqueles que nunca comeram, a primeira colherada pode parecer estranha, mas interessante e ao mesmo tempo intrigante. As bolinhas de sagu na boca explodem e espalham o doce e as especiarias. É um doce para adultos e para paladares mais maduros.

É uma sobremesa predominante da região sul do Brasil, originalmente feita com vinho tinto, essas bolinhas rijas de mandioca são cozidas lentamente em suco de uva, aromatizadas com canela em pau, cravinho, casca de laranja e finalizada com vinho. No restante do Brasil essa sobremesa não é comumente encontrada, geralmente é servida somente em ocasiões especiais.

A sobremesa servida no Aromas e Temperos foi desenvolvida com base na ideia da mistura doce de dois ingredientes, a mandioca e o vinho do Porto, mesmo sendo diversos na origem, são simbólicos para os brasileiros e portugueses.

Geralmente servido sozinho ou acompanhado de um creme leve feito a base de natas, ovos e leite, o sagu no Aromas e Temperos é servido de forma diferente. O sagu ao Porto é finalizado com um creme cítrico, amanteigado de lima, limão, gemas, ovos, açúcar e manteiga, formando assim uma espécie de *lemon curd*.

#### **Sagu de vinho com creme inglês – Chef Ana Soares (Chaves, 2007)**

##### **Para o sagu**

250 g de sagu

4 cravos ou a gosto

1 canela em pau ou a gosto

500 ml de vinho tinto Cabernet

500 ml de suco de uva

500 g de açúcar

Pedaço das cascas de limão ou de laranja para perfumar

**Para o creme inglês** (cerca de 800 ml)

½ fava de baunilha ou em gotas a gosto

250 ml de leite

8 gemas

250 g de creme de leite fresco

120 g de açúcar

#### Preparo do sagu

Lavar o sagu. Escorrer deixando com um pouco de água no fundo do recipiente e deixe repousar alguns minutos até começar a inchar.

Levar o sagu ao fogo com a água até cobrir, os cravos e a canela, se desejar as cascas de limão ou laranja mexendo sem parar. Quando começar a ficar transparente, colocar o vinho, o suco de uva e o açúcar.

Ferver até ficar tudo transparente, mas com as bolinhas do sagu ainda inteiras. Servir em tacinhas com o creme inglês.

#### Preparo do creme inglês

Retirar as sementinhas da fava de baunilha e adicionar ao leite.

Peneirar as gemas, misturar delicadamente com todos os ingredientes e levar ao banho-maria para cozinhar (creme leve).

Rende: 10 porções (1,5 litros)

Sobre o Sagu ao Porto os clientes escreveram no caderno do Aromas e Temperos.

“Para terminar, duas sobremesas: o sagu ao Porto, com uma textura que se estranha um pouco, mas com bom contraste entre doce e ácido... e uma

sobremesa que merece uma estátua, os bolinhos de tapioca com doce de leite caseiro. Os bolinhos são perfeitos, com um sabor incrível, e o doce de leite é melhor do que todos os outros doces de leite que já comemos na vida todos juntos. Esta sobremesa é uma coisa do outro mundo.” Onde vamos jantar (09/2015)

## Aromas & Temperos

Aromas & Temperos						
Produção:	Sagu ao Porto com creme de lima e limão					
Nº porção:	8	Código :	01	Data :	13 /10 /2014	
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	Rend. % F.Correção	Qtde Bruta		
			Sagu			
Suco de uva	L	0,2	1,0	0,2		
Água	L	0,2	1,0	0,2		
Açúcar	Kg	0,2	1,0	0,2		
Cravinho da Índia	Kg	0,001	1,0	0,001		
Canela em pau	Kg	0,001	1,0	0,001		
Vinho do Porto	L	0,2	1,0	0,2		
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1.	Deixar o sagu de molho em suco de uva e água durante 24hs.					
2.	Levar ao fogo mexendo sempre até a gelatina da goma passar de branca à transparente. Mexer constantemente para não grudar ao fundo da panela. Mexer por aproximadamente 15 minutos					
3.	Quando estiver transparente acrescentar o açúcar, os cravinhos e a canela em pau. Continuar mexendo.					
4.	Ao verificar que o sagu está <i>al dente</i> acrescentar o vinho do Porto. Mexer bem até estar bem envolvido e cremoso. Retirar do fogo					
5.	Dividir ainda quente nos copos do sagu e deixar esfriar.					
Sequencia da Montagem:						
1.	Disponer um copo em uma placa de ardósia					
2.	No centro do sagu fazer uma "pitanga" com o creme de lima de limão, finalizar com uma folha de menta chocolate e servir					
Equipamentos e Utensílios:						
Fogão	Panela	Bowl pequena				
Balança	Colher	Copo para sagu				



Figura 50– Ingredientes e Sagu ao Porto com creme de lima e limão (Autora, 2016)

## Aromas & Temperos

Aromas & Temperos						
Produção:	Creme de lima e limão para o sagu					
Nº porção:	20	Código :	01	Data :	13 /10 /2014	
Ingredientes	Unidade	Qtde Líquida	Rend. % F.Correção	Qtde Bruta		
			Suco e raspas de limão			
Suco e raspas de lima	L	0,075	1,0	0,075		
Açúcar	Kg	0,250	1,0	0,250		
Ovos	Un	4	1,0	4		
Gemas pasteurizadas	L	0,06	1,0	0,06		
Manteiga	Kg	0,1	1,0	0,1		
Kg=quilo / Lt=litro / Mç=maço / Un=unidade / Co=consumo de óleo / Dz=dúzia / Qb=quanto baste						
Modo de preparo:						
1.	Misturar bem, em uma panela, o sumo de limão, e lima, o açúcar, os ovos inteiros e as gemas.					
2.	Levar a panela ao fogo médio, deixando aquecer gradualmente mexendo sempre com um batedor de arame. Mexer até "engrossar" (5 minutos)					
3.	Retirar do fogo e adicionar a manteiga, misturar bem. Levar ao fogo novamente, mais uns 2 minutos, continuar a mexer					
4.	Armazenar em um vidro e conservar na geladeira.					
Sequencia da Montagem:						
1.	Depois de frio, colocar em um saco de confeitar com o bico pitanga.					
2.	Formar uma pitanga no centro do copo do sagu quando for servir.					
3.	Montar de acordo com imagem.					
Equipamentos e Utensílios:						
Fogão	Balança	Colheres	Vidro para conserva			
Panela	Bowls	Batedor de arame	Espregedor de fruta			
OBS:						



## CONCLUSÃO

A cozinha brasileira é uma cozinha colorida, quente, misturada e exótica que se vem destacando e está cada vez mais divulgada nos quatro cantos do mundo. A cozinha brasileira reflete a história do Brasil e, portanto, é uma combinação da alimentação dos povos indígenas, com as heranças portuguesas e africanas e as influências mais recentes. Cada região do Brasil tem os seus ingredientes, costumes, cultura e receitas preparadas há anos da mesma maneira ou adaptadas e com novas releituras apresentadas em mesas de novos Chefs.

O objetivo central deste trabalho foi desenvolver as competências empreendedoras e de inovação com vista à criação de um novo serviço gastronômico em Lisboa – o restaurante Aromas e Temperos cuja oferta se baseia na cozinha brasileira, mas envolve a inclusão de produtos tradicionais portugueses. Este projeto de divulgação da cozinha brasileira insere-se num conceito alargado de turismo gastronómico, em que o consumidor pode “viajar” através do consumo de alimentos não familiares e desta forma conhecer e consumir outras culturas. O público alvo são os residentes em Portugal, assim como visitantes de outros países que se deslocam a Portugal por questões de profissionais ou de lazer e até mesmo os brasileiros residentes ou não.

O desenvolvimento do novo conceito e do cardápio envolveu uma pesquisa mais aprofundada sobre a cozinha brasileira, seus pratos e ingredientes e ainda sobre produtos tradicionais portugueses. A implementação do restaurante em todas as suas vertentes – adaptação do espaço, aquisição e montagem de equipamento de cozinha, decoração da sala, formação da equipa de trabalho e desenvolvimento dos pratos a incluir no cardápio – foi também objeto desta dissertação.

O desenvolvimento de um cardápio é um processo difícil e extenso, que envolve diversas variáveis que determinam as inspirações, motivações e métodos de que resulta o produto final. Cada receita exige um trabalho aprofundado de pesquisa, experimentos e otimização para se chegar ao resultado planeado. O processo de criação e desenvolvimento de novos

produtos é permanente, já que as exigências e os gostos dos clientes mudam constantemente e é necessário satisfazê-los e surpreendê-los. Assim cada prato, após a sua criação e introdução no cardápio, continua a ser melhorado tendo em conta o seu sucesso, os comentários dos clientes e a disponibilidade dos ingredientes necessários para a sua preparação.

O cardápio desenvolvido neste trabalho para o restaurante Aromas e Temperos consistiu de um conjunto de 10 propostas, divididas em três seções. “Para Começar”, “Para Continuar” e “Para Adoçar”, Estas propostas são baseadas em pratos brasileiros, mas que são elaborados com alteração de alguns ingredientes, utilizando os produtos portugueses. Pelas suas características levam os clientes a descobrir a cultura brasileira, seus produtos e cozinha, mas simultaneamente criam-se novos sabores e introduzem-se pontes com a cozinha portuguesa, dado o restaurante estar localizado neste país.

Os conhecimentos adquiridos no mestrado em Ciências Gastronómicas, sendo muito vastos e cobrindo uma variedade de temas, foram muito úteis no desenvolvimento do projeto, pesquisa e seleção de receitas e produtos, no desenvolvimento dos novos produtos e na implementação do negócio. Considera-se que foram cruciais para atingir o resultado pretendido para o Aromas e Temperos.

O restaurante abriu em 18 de Abril de 2015. Acredita-se que a validação do trabalho desenvolvido até ao momento da escrita desta dissertação pode ser feito pela adesão e fidelização de clientes, mas sobretudo pela interesse da imprensa especializada pelo projeto e as críticas positivas em blogs e sobretudo por profissionais reconhecidos e que surgiram na imprensa (ver Anexo II). A título de exemplo, Fortunato da Câmara na sua crítica no jornal Expresso, comenta: “A ideia deste Aromas e Temperos merece ser explorada com rigor e precisão, pois aqui há boa cozinha de fusão de sabores identificáveis e sem baralhação. Que evolua com sucesso!”. Também, na revista Evasões, João Miguel Simões refere-se a cozinha praticada no Aromas e Temperos como “[...] uma cozinha que, bem sustentada na teoria, na prática se revela estruturada, agradável aos sentidos e com um toque pessoal na medida certa.”.

Para além disto, o Aromas e Temperos, com poucos meses de existência, submeteu-se a uma avaliação por um júri através da inscrição no concurso Gastronómico Lisboa à Prova. O restaurante recebeu 4 visitas de elementos deste júri, sob anonimato, tendo sido premiado com a atribuição de 1 garfo.

Apesar dos resultados já conseguidos, este é contudo um projeto em constante evolução. Nesta dissertação foi descrito o trabalho inicialmente desenvolvido, mas muito trabalho, pesquisa, testes e inovações ainda estão por ser levados a cabo para que este projeto seja mais consistente, estável e atraia cada vez mais clientes e os fidelize, ou seja, para que o sucesso até agora obtido seja consolidado e ampliado. E que assim seja...



## REFERÊNCIAS

Ambrósio, C.L.B. (2001). Características de identidade, qualidade e estabilidade da manteiga de garrafa. *Ciência e Tecnologia de Alimentos*, Campinas, 21(3), 314-320, Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-20612001000300011>

Andrade, J. V. (1995). *Turismo - Fundamentos e Dimensões*. Editora Ática São Paulo

APTECE. (2013). Associação Portuguesa de Turismo de Culinária e Economia. Disponível em: <http://www.portugal-aptece.com/o-pao/> Data de consulta: 22/02/2016

Araújo, W.M.C., Botelho, R.A., Ginani, V.C., Araújo, H.C., Zandonadi, R.P. (2005). *Da alimentação à gastronomia – Brasília*: Editora Universidade de Brasília.

Associação Nacional de Produtores de Pera Rocha (2006). *Pera Rocha do Oeste*. Disponível em: <http://www.perarocha.pt/> Data de consulta: 21/02/2016

Associação de Produtores de Batata Doce de Aljezur (s.d.). *A Batata Doce*. Disponível em: [http://www.batatadocealjezur.pt/a\\_batata\\_doce.html](http://www.batatadocealjezur.pt/a_batata_doce.html) Data de consulta: 03/02/2016

Azevedo, P.C. e Lissovsky, M. (1988). *Escravos Brasileiros do século XIX na fotografia de Christiano Jr.* São Paulo: Editora Ex Libris.

Barreto, R. (2000). *Passaporte para o sabor: tecnologias para elaboração de cardápios – São Paulo*: Editora SENAC São Paulo.

Barroco, H.; Barroco, L. (2008). A importância da gastronomia como patrimônio cultural no turismo baiano. Disponível em: <http://www.eumed.net/rev/turydes/02/sbb.htm> Data de consulta: 16/02/2015

Bonino, R. (2014). *Farinha d'água*. Disponível em: <http://asacolabrasileira.com.br/2014/02/13/farinha-dagua/#.Vo-1kl45Q1J> Data de consulta: 08/01/2016

Braga, I.M.R. (2010) Brasileiro em Portugal: transmissão, recepções e transformações alimentares. Horizontes Antropológicos, Porto Alegre, 16 (33), 197-224. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-71832010000100011>  
Data de consulta: 18/02/2016

Brillat-Savarin, J. (1995). A Fisiologia do Gosto. São Paulo: Companhia das Letras.

Brot, M. (2013). Sabores especiais da cozinha mineira, e outras mineirices. Disponível em <http://dc.itamaraty.gov.br/imagens-e-textos/SaborBrasil05-SaboresEspeciaisCozinhaMineira.pdf> Data de consulta: 13/12/2015.

Câmara Municipal de Lisboa (2015). Lisboa à Prova 2015. E os vencedores são... Disponível em <http://www.cm-lisboa.pt/noticias/detalhe/article/lisboa-a-prova-2015-e-os-vencedores-sao> Data de consulta: 22/02/2016

Capri Virtual (2015). Carne de sol de Campo Maior: uma iguaria incomparável Disponível em <http://www.caprivirtual.com.br/noticias3p.php?recordID=7545>  
Data de consulta: 07/02/2016

Cascudo, L.C. (1983). História da alimentação no Brasil. São Paulo: Nacional.

Cascudo, L.C. (2008). Antologia da alimentação no Brasil. 2. ed. – São Paulo: Global

Castelli, G. (1991). Marketing hoteleiro. Caxias do Sul: EDUCS.

Cavalcanti, P. (2007). A pátria nas panelas: histórias e receitas da cozinha brasileira. São Paulo: Editora Senac São Paulo

Chaves, G. (2007). Larousse da cozinha brasileira: raízes culturais da nossa terra. São Paulo. Larousse do Brasil

Cunha, K. e Oliveira, L. (2009). A Gastronomia Enquanto Atrativo Turístico-Cultural. Disponível em: <http://docplayer.com.br/428331-A-gastronomia-enquanto-atrativo-turistico-cultural-tourist-cultural-attractive-gastronomia-while-1.html> Data de consulta: 20/10/2015

Custódio, F.(2014). Milho: com exportações aquecidas, mercado segue firme no Brasil. Disponível em: <http://www.dinamicaagro.com.br/milho-com-exportacoes-aquecidas-mercado-segue-firme-brasil/> Data de consulta: 08/01/2016

Dória, C.A. (2014). Formação da culinária brasileira. São Paulo: Três Estrela.

Ecoviagens (s.d.). Destinos Brasileiros. Disponível em: <http://ecoviagem.uol.com.br/brasil/> Data de consulta: 10/01/2016

Feiertag, S. (2014) Cumari. Disponível em: <http://www.ethno-botanik.org/Capsicum/Cumari/Fotos/Fotos-pt.html> Data de consulta: 01/02/2016

Fernandes, C. (2003). Viagem gastronômica através do Brasil. 5° Ed. – São Paulo: Editora Estúdio Sonia Robatto

Ferreira, A.B. (1999). Novo Aurélio Século XXI: o dicionário da língua portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Filho, M. (2015). Como os brasileiros podem estancar o encolhimento de população em Portugal. Disponível em: [http://www.bbc.com/portuguese/noticias/2015/12/151124\\_portugal\\_imigracao\\_mf\\_tg](http://www.bbc.com/portuguese/noticias/2015/12/151124_portugal_imigracao_mf_tg) Data de consulta: 16/02/2016

Flandrin, J. e Montanari, M. (1998). História da Alimentação. São Paulo: Estação Liberdade.

Fonseca, M.T. (2000). Tecnologias gerenciais de restaurantes. São Paulo: Editora Senac São Paulo.

Freixa, D. & Chaves G. (2012). Gastronomia no Brasil e no Mundo. ed. 2. Reimpr. Rio de Janeiro: Senac nacional.

Freyre, G. (2006). Casa-Grande & Senzala: Formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal. 51 ed. São Paulo: Global.

G1 Economia (2015). Brasil tem mais de 204 milhões de habitantes, segundo o IBGE. Disponível em: <http://g1.globo.com/economia/noticia/2015/08/brasil-tem-204-milhoes-de-habitantes-segundo-o-ibge.html> Data de consulta: 08/01/2016

Gomensoro, M.L. (1999). Pequeno Dicionário de Gastronomia. Rio de Janeiro: Objetiva.

Knapp, E. (2012). Pimenta Malagueta. Disponível em <http://noticias.uol.com.br/saude/album/2012/08/10/veja-a-tabela-com-o-grau-de-ardencia-de-algumas-pimentas.htm#fotoNav=8> Data de consulta: 11/02/2016

Kiss, J. (2005). Cará ou Inhame? Disponível em <http://revistagloborural.globo.com/GloboRural/0,6993,EEC565139-1641-4,00.html> Data de consulta: 04/01/2016.

IBGE (2001). Divisão Regional. Disponível em <http://www.lago.com.br/acervo/Mapas/images/DIVISAO%20REGIONAL%20IBGE.jpg> Data de consulta: 20/10/2015

Instituto da Vinha e do Vinho, I.P. (2016). DOP “Porto”. Disponível em <http://www.ivv.min-agricultura.pt/np4/np4/901.html> Data de consulta: 23/02/2016

Instituto dos Vinhos do Douro e Porto (2004). Cor do Vinho do Porto. Disponível em <https://www.ivdp.pt/pagina.asp?codPag=66> Data de consulta: 23/02/2016

Leite, M. (2014). Mistura Morena: cozinha tropical brasileira. São Paulo: Editora Senac São Paulo.

Léry, J. (1980). Viagem à terra do Brasil. Belo Horizonte: Ed. Itatiaia; São Paulo: Ed. da Universidade de São Paulo.

Léry, J. (1994). Histoire d'un voyage fait em la terre du Brésil. 2. Ed. Frank Lestringant (ed.) Paris: le livre de poche.

Levi-Strauss, C. (2004). O cru e o cozido. São Paulo: Cosac&Naify

Linguanotto, N. (2004). Dicionário Gastronômico: pimentas com suas receitas. São Paulo: Boccato editores.

Lisboa à Prova (2015). Ficha de candidatura Lisboa à Prova 2015. Disponível em: [http://www.lisboaaprova.pt/imagens/lx\\_prova09.doc](http://www.lisboaaprova.pt/imagens/lx_prova09.doc) Data de consulta: 22/02/2016

Lody, R. (2013). Farinha de Mandioca: o sabor brasileiro e as receitas da Bahia. São Paulo: Editora Senac São Paulo

Long, L. (2004). Culinary tourism: Exploring the other through food. Lexington: University of Kentucky Press.

Lucena, A. (2008). Arroz de Poty. Disponível em: <http://www.slowfoodbrasil.com/receitas/206-receita-de-arroz-de-poty> Data de consulta: 04/02/2016

Lunardelli, T. (2012). Estética do gosto, 151 f. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Artes, 2012. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/86989> Data de consulta: 20/10/2015

Lusa. (2015). Brasil é um dos novos destinos para migrantes – OMI. Disponível em: [http://www.sapo.pt/noticias/brasil-e-um-dos-novos-destinos-para-migrantes\\_562f3f3c41ae38927df47995](http://www.sapo.pt/noticias/brasil-e-um-dos-novos-destinos-para-migrantes_562f3f3c41ae38927df47995) Data de consulta: 16/02/2016

Mader, H. (2007). O movimento slow food no Brasil. In: Miranda, Danilo Sants de [Org.]. Cultura e Alimentação – sabores alimentares e sabores culturais. São Paulo: Edições Sesc.

Manifesto Terreiroir (2008). Da picada, as lágrimas; das lágrimas, o sabor. Disponível em: <http://terreiroir.blogspot.pt/2008/10/da-picada-as-lgrimas-das-lgrimas-o.html> Data de consulta: 08/01/2016

Maricato, P. (2004). Marketing para bares e restaurantes. Rio de Janeiro: Ed. Senac Nacional.

Marinês (1965). Carne de Sol (Onildo Almeida) Disponível em: <http://www.forroemvinil.com/marines-maria-coisa/> Data de consulta: 08/01/2016

Maurício, I. (2008). Enciclopédia Nordeste. Pimenta. Disponível em: [http://www.onordeste.com/onordeste/enciclopediaNordeste/index.php?titulo=Pimenta+&ltr=p&id\\_perso=2177](http://www.onordeste.com/onordeste/enciclopediaNordeste/index.php?titulo=Pimenta+&ltr=p&id_perso=2177) Data de acesso a: 11/02/2016

Menegale, A. (2005). Carpe Diem: banquete de aromas e temperos. Brasília: Editora Senac Distrito Federal.

Mourão, P. (2014). A importancia do Brasil de 2014 para a economia portuguesa. Disponível em: <http://www.publico.pt/economia/noticia/a-importancia-do-brasil-de-2014-para-a-economia-portuguesa-1639870> Data de consulta: 04/02/2015

Mors, L. (2014). Cauim: a primeira cerveja brasileira Disponível em: <https://oetnobotanico.wordpress.com/2014/01/20/cauim-a-primeira-cerveja-brasileira/comment-page-1/> Data de consulta: 05/11/2015

Molz, J. (2007) Eating Difference. The Cosmopolitan Mobilities of Culinary Tourism. Space and Culture, 10 (1), 77-93.

Nery, M. (2006). Desafios do Desenvolvimento. Ano 3. Edição 26 – 01/09/2006. Gastronomia patrimônio à mesa. Brasília. Disponível em: [http://www.ipea.gov.br/desafios/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1110:reportagens-materias&Itemid=39](http://www.ipea.gov.br/desafios/index.php?option=com_content&view=article&id=1110:reportagens-materias&Itemid=39) Data de consulta: 04/02/2015

Nogueira, O. (2009). Manteiga de garrafa. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Manteiga\\_de\\_garrafa.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Manteiga_de_garrafa.jpg) Data de consulta: 08/01/2016

Numim, A. (2014). Inhame e cará - diferenças, propriedades funcionais e uso culinário. Disponível em: <http://ervasespeciarias.com.br/inhame-e-cara-diferencas-propriedades-funcionais-e-uso-culinario/> Data de consulta: 08/01/2016

Oliveira, C. (2016). Congresso na Espanha discute a Gastronomia Pós Vanguarda Disponível em:

<http://www.revistamenu.com.br/2016/01/25/congresso-na-espanha-discute-a-gastronomia-pos-vanguarda/> Data de consulta: 25/01/2016

Oliveira, S. (1964). Disponível em Aquarela Brasileira. <http://www.dicionariompb.com.br/silas-de-oliveira/obra> Data de consulta: 15/11/2015

Porter, J. (2014) How small plates have conquered America's menu. Disponível em: <http://qz.com/196309/how-small-plates-have-conquered-americas-menus/> Data de consulta: 16/02/2016

Ribeiro, D. (1995). O Povo Brasileiro. A formação e o sentido de Brasil. 2ªed. São Paulo, Companhia das Letras.

Richards, G. (2001). Cultural Attractions and European Tourism. CAB International, Wallingford

Rigo, N. (2009). Carnes secas ou a aula da Mara Salles. Disponível em: <http://come-se.blogspot.pt/2009/08/carnes-secas-ou-aula-da-mara-salles.html> Data de consulta: 08/01/2016

Rigo, N. (2010). O que faltou: Rodrigo, do Mocotó, da a receita do molho para os dadinhos de tapioca; Disponível em: <http://come-se.blogspot.pt/2010/01/o-que-faltou-rodriogo-do-mocoto-da.html> Data de consulta: 09/02/2016

Rigo, N. (2016). Sagu é muito mais do que aquele doce tingido de vinho tinto. Disponível em: <http://blogs.estadao.com.br/paladar/sagu-e-muito-mais-do-que-aquele-doce-tingido-de-vinho-tinto/> Data de consulta: 08/01/2016

Sampaio, F. (2009). A gastronomia como produto turístico. Disponível em: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3395765> Data de consulta: 24/01/2016

Soeiro, A. (2008). Da qualificação de produtos e produtores à protecção de territórios, culturas e saberes. Disponível em: [http://www.qualifica.pt/textos\\_tecnicos/1254137385.pdf](http://www.qualifica.pt/textos_tecnicos/1254137385.pdf) Data de consulta: 05/02/2016

Soeiro, A (2015). Guia dos Bons Produtos Tradicionais (2015) Qualifica/Origin Portugal. Portugal by Qualifica.

Souza, P.M. (2012). Pode vir quente... Disponível em: <http://www.talheres.info/?p=4894> Data de consulta: 08/01/2016

Terra Madre Brasil (2008). Esclarecimento – para que serve uma Fortaleza? Disponível em: <http://terramadre.slowfoodbrasil.com/esclarecimento-para-que-serve-uma-fortaleza/> Data de consulta: 23/01/2016

Turismo de Lisboa (2015). Lisboa, um case study do turismo mundial. N. 133. Janeiro. 2015 Disponível em: <http://www.visitlisboa.com/RTL-133-Jan15.aspx> Data de consulta: 08/04/2015

Valadares, C. (2015). Viajar para experimentar novos sabores. Disponível em: [http://www.turismo.gov.br/turismo/noticias/todas\\_noticias/20140728.html](http://www.turismo.gov.br/turismo/noticias/todas_noticias/20140728.html) Data de consulta: 23/09/2015

Vinho do Porto (2016). Imagem Vinho do Porto Offley Tawny e Ruby. Disponível em <http://www.liquors44.com/Beer-Wine-Spirits-Specials/port-sherry/offley-tawny-ruby-porto-750ml> Data de consulta: 23/02/2016

Zomato (2016). Zomato. Disponível em <https://www.zomato.com/pt> Data de consulta: 23/02/2016

## ANEXOS

## Anexo I – Conjunto dos Pratos Desenvolvidos para o cardápio

### Aromas e Temperos

(V) - Vegetariano

#### Para começar:

**Couvert** – lascas de polvilho (subproduto da mandioca), pão de queijo (queijo de São Jorge), palitos de queijo com chouriço; manteiga temperada. (V)

**Placas Sertanejas** – lascas de polvilho com queijo de cabra Palhais, cebola roxa caramelada e mel de Cajuina. (V)

**Placas Sertanejas** – lascas de polvilho com queijo de cabra Palhais, cebola roxa caramelada e caramelo de Jeropiga. (V)

**Crocante da Ilha** – cubos de tapioca com queijo da Ilha de São Jorge, geleia picante de pêra Rocha e sumo de clementinas. (V)

**Meu pastel de bacalhau** – massa de pastel brasileira, bacalhau refogado no azeite de dendê, leite de coco, pimentos coloridos, toque de azeitona preta. Acompanha molho de coco com cebolinho e azeite de lima e tabasco.

**Angu frito com chouriços bêbados** – massa de milho cozida e frita, chouriços e cebola roxa flambados na cachaça, acompanha *Catchup* de goiabada.

**Bolinho de feiju** – bolinho de feijão preto recheado com couve galega, bacon e chouriço, empanado em broa de milho e molho de malaguetas para acompanhar.

**Bolinho de feiju vegan** – bolinho de feijão preto recheado com couve, chouriço vegan, tofu defumado, empanado em farinha de mandioca e molho de malaguetas para acompanhar. (V)

**Creme dos Bosques** – creme de cogumelos servido em copo com borda de farofa de broa de milho e espeto de cogumelos salteados. (V)

**Caldinho de peixe** - caldo de robalo e aromáticos servido em copos de borda de farofa, cubos de peixe, pimentos coloridos e tomate cherry. Acompanha tiras de pão português.

**Caldinho de cebola tostada** – caldo de legumes guarnecido com cebola tostada servido em copos de borda de farofa. (V)

#### Para continuar:

**Polvo Aromas** – polvo cozido em baixa temperatura, crocante de mandioca e molho chimichurri (mix de ervas).

**Trinchado alentejano** – plumas de porco preto flambados na cachaça acompanha cogumelos salteados com sésamo, tomate assado e chips de batata.

**Escondidinho de carne seca com purê de batata doce roxa** – carne seca desfiada e refogada em manteiga da terra (manteiga típica da região nordeste do Brasil), coberta com purê de batata doce assada, gratinado com parmesão, finalizado com batata doce laranja palha. Acompanha salada verde e molho de mostarda.

**Escondidinho de cogumelos com purê de batata doce roxa** – cogumelos salteados com tomate cherry cobertos com purê de batata doce assada, gratinado com parmesão, finalizado com batata doce em palha. Acompanha salada verde e molho de mostarda. (V)

**Bobozinho de camarão** – creme de mandioca, camarões salteados, arroz de coco e farofa de broa de milho.

**Moqueca de peixe** – peixe cozido em caldo aromático com azeite de dendê, leite de coco, farofa de broa de milho com banana da Madeira frita.

**Camarão paraense** – Camarões salteados em creme de tapioca com leite da castanha do Pará e queijo da Ilha de São Jorge. Acompanha castanhas do Pará torradas e crocante de mandioca.

**Para adoçar:**

**Amarelinhos** – doce feito com gemas de ovo, coco fresco ralado e caramelo de Ginjac

**Tapioca, coco, doce de leite e flor de sal** – bolinhos de tapioca com coco fresco ralado, doce de leite caseiro, finalizado com raspas de lima, canela e flor de sal. (V)

**Sagu ao Porto com creme de lima e limão** – bolinhas de fécula de mandioca cozidas no vinho do Porto e finalizada com creme de lima, limão e menta.

**Brigadeiro** em cama de compota de morango com especiarias, coulis de frutos vermelhos, raspas de chocolate 80% cacau e caramelo de ginja. (V)

**Do Porto ao Pará** – frutas assadas em vinho do Porto mergulhadas em creme de coco com tapioca. (V)

## Anexo II – O Aromas e Temperos na Imprensa

### Anexo 1 – Página do Aromas e Temperos no Facebook

<https://www.facebook.com/AromasTemperos/reviews/>

The image shows a screenshot of the Facebook page for 'Aromas e Temperos Restaurante'. The page header includes the name 'Aromas e Temperos' and navigation options like 'Página', 'Mensagens', 'Notificações', 'Informações', 'Ferramentas de publicação', 'Configurações', and 'Ajuda'. The profile picture is a heart-shaped logo with the text 'aromas e temperos'. The cover photo is a colorful abstract painting of a coffee cup. The page features a 'Linha do Tempo' section with a post from 'Aromas e Temperos em Aromas e Temperos' published by Juliana Magalhães. The right sidebar displays statistics: 'ESTA SEMANA' with 987 reach, 118 engagement, and 88% response rate, and a '1 hora' response time. The bottom of the page shows a navigation bar with 'Aromas 2016' and 'Bate-papo - (27)'.

## Anexo 2 - Página do Aromas e Temperos no Zomato

<https://www.zomato.com/pt/grande-lisboa/aromas-e-temperos-arroios-lisboa>

REFEIÇÕES CASUAIS

# Aromas e Temperos


SMS 4.5  
66 votos

Escrever Opinião

A tua avaliação

**NÚMERO DE TELEFONE**  
21 3620119

**MORADA**  
Arroios > Travessa Rebelo da Silva, 2,  
Arroios, Lisboa 1000-258



Obter direções


**METRO MAIS PRÓXIMO**

**MENU**

COMIDA

BEBIDAS

**FOTOS**




+102 Adicionar fotos

**DESTAQUES**

- Jantar
- Não tem take away
- Lugares sentados
- Bar completo
- Vinho a copo
- Tem wifi

**PRIMEIRA OPINIÃO ESCRITA POR**

 **Maria Sampaio Soares**  
26 Opiniões , 120 Seguidores

**CUSTO** ⓘ  
€35 para duas pessoas (aprox.)  
Apenas dinheiro

[Sugerir uma correção na página](#)  
[Editar informação](#)  
[Reportar fecho](#)  
Esta página já é controlada [?]

**Diogo Capela**  
45 Opiniões , 346 Seguidores

há 13 dias via Zomato para Android

**AVALIADO** 3.5

Sítio de petiscos diferente do que estamos habituados. Aqui a influência é brasileira com algumas notas portuguesas.


Fui a este restaurante com um grupo grande o que permitiu experimentar quase todos os pratos da ementa, que me pareceu coesa acima de tudo.

Não senti que tivesse sido extraordinário, mas não desiludiu.

De referir que o espaço é bastante pequeno, o que pode ser bom por um lado, uma vez que sentimos alguma proximidade com quem nos serve, mas pode ser negativo para quem tenha a pouca sorte de ir jantar no mesmo dia que um grupo grande devido ao ruído (o que pode ter sido o caso de quem jantou no mesmo dia que eu).

O staff (1 empregada de mesa e 1 chef) foi muito simpático, fizeram-nos sentir à vontade explicando com todo o pormenor os pratos do menu.

Ponto negativo para a capirinha e o seu preço.



Gosto 2

## Anexo 3 – Página do Aromas e Temperos no Trip Advisor

[https://www.tripadvisor.com.br/Restaurant\\_Review-g189158-d7980815-Reviews-Aromas\\_e\\_Temperos-Lisbon\\_Lisbon\\_District\\_Central\\_Portugal.html](https://www.tripadvisor.com.br/Restaurant_Review-g189158-d7980815-Reviews-Aromas_e_Temperos-Lisbon_Lisbon_District_Central_Portugal.html)

The screenshot shows the Trip Advisor website interface. At the top, there's a navigation bar with the Trip Advisor logo and the restaurant name 'Aromas e Temperos, Lisboa'. Below that is a search bar with 'Lisboa, Portugal, Europa' entered. The main content area features the restaurant's profile, including its name, location, and a list of reviews. The first review is from Joao F, who gave a 5-star rating and wrote: "Portugal & Brasil: best of!". The second review is from Joana P, who also gave a 5-star rating and wrote: "Fui levar a minha familia a experimentar o meu prato favorito: escondidinho de carne seca com batata doce!". The page also includes a map, contact information, and a 'Salvar' button.

**Aromas e Temperos** Gerenciar perfil  
53 avaliações | N.º 202 de 2.944 Restaurantes em Lisboa  
Brasileira, Sul-americana, Fusion

Visão geral Avaliações (53) Detalhes Perguntas e respostas Localização Salvo 5 avaliações Faça sua avaliação

Este restaurante serve almoço?  
 Sim  Não  Incerteza

Como chegar  
R. Pascoal de Melo  
Travessa Rebelo da Silva, 2, Lisboa 1000...  
+351 213 620 119 Site Email

Domingo **Fechado**

Aprimore este perfil

Mais informações

Visão geral Avaliações (53) Detalhes Perguntas e respostas Localização

**Joao F**  
Portugal  
Colaborador nível 6  
132 avaliações  
115 avaliações de restaurantes  
52 votos úteis

*"Portugal & Brasil: best of!"*  
5.0 Avaliação 1 semana atrás via dispositivo móvel  
A sala é pequena demais para tanto sabor e simpatia no serviço! Os pratos misturam sabores portugueses e brasileiros, em petiscos incrivelmente saborosos e bonitos.

Útil?  1 Obrigado, Joao F Denunciar

**Joana P**  
1 avaliação  
1 voto útil

*"Fui levar a minha familia a experimentar o meu prato favorito: escondidinho de carne seca com batata doce!"*  
5.0 Avaliação 2 semanas atrás  
O restaurante é muito bom. De todas as três vezes que fui, nunca piorou o serviço ou descurou a apresentação dos pratos e o excelente sabor com que sempre me brindaram, mesmo que as visitas tenham sido muito espaçadas. O conceito para partilhar é bastante interessante, permitindo assim provar vários pratos na mesma refeição. Frequentemente há alguma novidade na carta...

Mais

Útil?  1 Obrigado, Joana P Denunciar

Anexo 4 – Brasil – seus aromas e temperos. Por Paulina Mata, em 02.03.2016

<http://assinseassados.blogs.sapo.pt/brasil-seus-aromas-e-temperos-10822>



**Assins & Assados**  
Mais sobre mim  
[ver perfil](#)

### Brasil - seus aromas e temperos

por Paulina Mata, em 02.03.16



A primeira paragem no Brasil nesta viagem à mesa foi num cantinho deste país que me é bem familiar e sobre o qual [já escrevi](#) - o Aromas e Temperos.

Restaurante cheio, na mesa ao lado um jovem casal, a primeira garfada em cada prato e as expressões reflectiam um misto de surpresa e prazer, nas seguintes um misto de avidez e prazer. Estavam obviamente a gostar. Eu também estava! Mas já sabia que ia gostar, conheço bem os vários pratos da carta do Aromas e Temperos e, sempre que vou, experimento coisas novas.

Começámos com uma caipirinha

que chegou logo com o couvert, sempre original, sempre com alguma novidade. Desta vez uns palitinhos de queijo e chouriço.



Palitinhos de Queijo e Chouriço, Placas de Polvilho, Pão de Queijo, Manteiga de Ervas

A entrada foi um prato que conheço bem, e que é quase inevitável! Com a massa leve, sequinha e bem estaladiça, e o recheio de bacalhau com azeite de dendê... os pastéis de bacalhau da Juliana são excelentes!



---

Seguiram-se dois pratos que foram uma estreia



Confit de Polvo com Crispy de Mandioca e Molho Chimichurri

---



Tapioca com Leite de Castanha-do-Pará, Pimentos, Camarões e Castanha-do-Pará

Muito bons os dois, o polvo muito tenro e saboroso, a tapioca com sabores bem exóticos e diferentes.



Pudim de Castanha-do-Pará com compota de fruta

O Aromas e Temperos é um projecto que vi crescer, desde o primeiro momento. Uma mesa a que volto sempre com muito prazer e que me permite viajar até ao outro lado do Atlântico e conhecer sempre mais.

Aromas e Temperos - Travessa Rebelo da Silva, 2 (perto do Jardim Constantino), Lisboa

## Anexo 5 – Aromas e Temperos. Por Virgílio Gomes, em Abril de 2015

<http://www.virgiliogomes.com/index.php/cronicas/682-aromas-e-temperos>



# Virgílio Nogueira Gomes



### aromas e temperos



Não é meu hábito escrever sobre um restaurante que acaba de abrir. Parece, portanto, tratar-se de um caso especial. E é. A sua chefe de cozinha é Juliana Magalhães Adjafre, de origem brasileira, com provas dadas na Fanor, Fortaleza, e depois fez o mestrado, em Lisboa, em Ciências Gastronómicas. E o que tem de especial? A sua capacidade de execução, ela é dos chefes que cozinham, e que passa a maior parte do tempo na cozinha, a sua determinação, a facilidade de criar equipas ou trabalhar em grupo, a exigência de conhecer bem os produtos e a cautela de os misturar. De certeza que os seus amigos do Nordeste que tanto a apreciam, ficarão com vontade de atravessar o Atlântico para degustar a sua comida.

#### Mais recentes

- Outras refeições, Fortaleza
- Classificações de Carnaval 2016
- Ainda em Aracati
- Em ARACATI
- Cinema a Copo

#### Mais lidas

- Inicio
- Bacalhau Espiritual
- Sobre o serviço de mesa
- Sardinha, Rica Sardinha
- Rio's Restaurante - Oeiras

#### Subscrever Newsletter

Nome

E-mail

#### Área de Manutenção

---



Utilizador

Senha

Memorizar

[Perdeu a senha?](#)  
[Esqueceu-se do nome de utilizador?](#)  
[Registe-se!](#)

A chefe de cozinha Juliana Magalhães Adjafre explicando os pratos.

O restaurante abriu há poucos dias, e tem propostas que se poderiam chamar Brasil e Portugal à mesa. A delicadeza da fusão ensaiada revela pratos quase novos sem fazer roturas em nenhum deles. Mesmo a designação dos pratos, por vezes mais poética, não lhes retira o prestígio.

Vejamos a refeição que fiz:



Placas de polvilho e Pão de queijo da Ilha.

Polvilho é um pó muito fino que se obtém do resíduo da mandioca ralada. Aqui as placas estavam finíssimas e eu, que não sou de comer pão e manteiga antes da refeição, delíciei-me. Depois o pão de queijo, emblema de Minas Gerais, aqui feito com queijo Ilha.





Crocante da Ilha com geleia de pera Rocha e clementina e malagueta.

Excelente a mistura da geleia com a fritura do queijo.



O meu pastel de bacalhau com azeite de dendê e molho de coco. Apetece-me chamar-lhe de *pastelzinho* pelo forma e o recheio de fazer inveja a muitos pastéis de bacalhau, com a ajuda do azeite de dendê e o molho de coco de saudades baianas.



Caldinho de peixe com tiras de pão alentejano e farofa de mandioca.  
Caldinho bem português a parecer sair de uma caldeirada, pedaços de peixe no copo, com a farofa de mandioca a dar-lhe um complemento eficaz.



Bobo de camarão com farofa de broa de milho.  
De novo a Bahia com um dos seus pratos mais emblemáticos, a broa



Bolinhos de tapioca com doce de leite, canela, raspas de lima e flor de sal.

De novo na Bahia, com os tradicionais bolinhos de estudante, com um doce de leite, neste caso sem leite condensado.



Amarelinho com redução de Ginja.

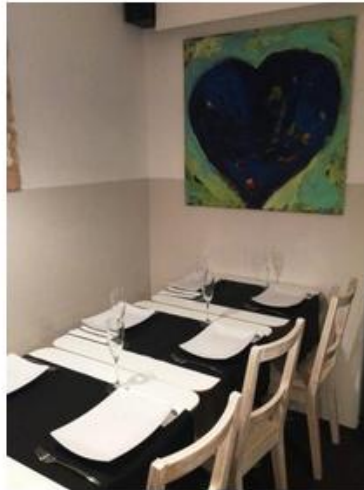
A fechar com um delicioso quindim, melhor exemplo da fusão desenvolvida pelos portugueses, e aqui acompanhado por uma redução da tradicional Ginjinha lisboeta.

Só dar os parabéns, e anunciar que voltarei. É conveniente reservar.

© Virgílio Nogueiro Gomes

Restaurante Aromas e Temperos  
Travessa Rebelo da Silva, 2 (Arroios)  
1000-258 Lisboa  
Telefone: 213 620 119

Das 19h30 às 23h00, encerra Domingos



Direitos de autor © 2016 Virgílio Nogueiro Gomes. Todos os direitos reservados.

Joomla! software livre. Licença GNU GPL. Developed by e-nubadora de ideias, design by Cláudia Neves.

Anexo 6 – Aromas e Temperos - Brasil e Portugal à Mesa. Por Paulina Mata, em 24.07.2015

<http://mesamarcada.blogs.sapo.pt/aromas-e-temperos-brasil-e-portugal-a-646549>



# Mesa Marcada

PARA CONSUMIR E COMENTAR SEM RESERVAS



« post anterior

início

post seguinte »

## Aromas e Temperos - Brasil e Portugal à Mesa

por Paulina Mata, em 24.07.15



CONFIRA OS PREMIADOS E AS LISTAS...



MESA MARCADA NO TWITTER

SIGA-NOS NO FACEBOOK

OS AUTORES

[Duarte Calvão \( perfil\)](#)

[Miguel Pires \( perfil\)](#)

POR QUÊ?

Gosto de ir a um restaurante e sentir a paixão e o

Gosto de ir a um restaurante e sentir a paixão e o esforço para levar a cabo o projecto. São um ingrediente importante na percepção daquilo que está no prato. Quando para além disso esse restaurante é um processo que vi crescer, desde o primeiro momento, não posso deixar de falar dele com grande carinho.

A Juliana Magalhães Adjafre é minha aluna. Já com uma carreira de alguns anos no Brasil, em que teve um restaurante e deu aulas de cozinha numa universidade, resolveu vir para Portugal fazer o Mestrado em Ciências Gastronómicas. Por razões várias decidiu ficar por cá e abriu há cerca de três meses um restaurante em Lisboa – o [Aromas e Temperos](#). Um espaço pequeno, e simples, mas agradável, decorado com pequenos apontamentos que nos remetem para o seu país de origem.



POR QUÊ?

Três autores há vários anos ligados à gastronomia e vinhos criaram este espaço para partilhar com todos os interessados os seus pontos de vista sobre o tema (ver "[carta de intenções](#)").

PATROCÍNIO



POSTOS RECENTES

- [Quatro restaurantes de to...](#)
- [Quatro restaurantes de to...](#)
- [Bairro do Avillez é divul...](#)
- [Pap'Acorda diz adeus ao B...](#)
- [Madrid Fusión: Aonde vão ...](#)
- [Cola Cao ou Nesquik?'](#)
- [Taberna Ó Balcão, um bom ...](#)
- [Há 2 novos restaurantes c...](#)
- [Madrid Fusión: Leonardo P...](#)
- [Assins e Assados é o novo...](#)

PESQUISAR

OK



Mas quando se fala de um restaurante, tem que se falar da comida. A Juliana é brasileira, do Ceará, mas vive em Lisboa e por cá tomou contacto com alguns produtos portugueses. Assim, decidiu que os seus pratos teriam componentes do seu país de origem e da cozinha que faz parte das suas memórias gastronómicas mais profundas (pratos, técnicas e ingredientes) e outros elementos (ingredientes e sabores) deste país que escolheu para viver e onde se sente bem. Ou seja quis que quem a visitasse tivesse sobre a mesa o Brasil e Portugal.

Quis ainda dar a quem a visita a oportunidade de

- [Quatro restaurantes de to...](#)
- [Quatro restaurantes de to...](#)
- [Bairro do Avillez é divul...](#)
- [Pap'Acorda diz adeus ao B...](#)
- [Madrid Fusión: Aonde vão ...](#)
- [Cola Cao ou Nesquik?"](#)
- [Taberna Ó Balcão, um bom ...](#)
- [Há 2 novos restaurantes c...](#)
- [Madrid Fusión: Leonardo P...](#)
- [Assins e Assados é o novo...](#)

PEQUISAR

COMENTÁRIOS RECENTES

👤 [André Miguel](#)

Lendo os vossos textos cada vez mais fica a ideia ...

👤 [Manuel Graciano Tribuna](#)

Estou de acordo, mas só em parte, porquanto do que...

👤 [Jorge Guitian](#)

Tuve ocasião de probar la cocina de Vitor Matos en...

👤 [Duartecalf](#)

Boa crónica e excelentes fotografias. Fico à esper...

👤 [Miguel Antunes](#)

Em Julho fiz uma visita no âmbito da Open House Po...

POSTS MAIS COMENTADOS

Quis ainda dar a quem a visita a oportunidade de provar várias coisas, e os pratos são em doses pequenas e para partilhar, podendo a refeição ser composta por um número maior ou menor de pratos (dependendo do número de convivas). Em várias visitas, tive oportunidade de experimentar um número significativo destes, em que se nota a fusão das duas culturas, e ainda a marca da Juliana, todos bem saborosos e bonitos.



Lascas de Polvilho e Pão de Queijo (feito com queijo S. Jorge)

#### POSTS MAIS COMENTADOS

- [E se lhe cobrarem por um ...](#) (70)
- [Bourdain em Lisboa: profi...](#) (70)
- [Anthon v Bourdain em Lisbo...](#) (57)
- [Mesa Marcada - Os 10 Pref...](#) (49)
- [No Reservations - Bourdai...](#) (44)

#### TAGS

- [critica gastronómica](#)
- [gastronomia](#)
- [vinho](#)
- [mais tags](#)

#### LINKS

#### Afinidades (cá de dentro)

- [Assins e Assados](#)
- [Chefesdecozinha.com](#)
- [Chez pirez](#)
- [Cinco Quartos de Laranja](#)
- [Conversas à Mesa](#)
- [Copo de 3](#)
- [Do Prato à Boca](#)



#### O Meu Pastel de Bacalhau

Tal como no norte de Portugal, no Brasil chamam bolinho de bacalhau à aquilo a que por aqui chamamos pastel de bacalhau. Pastel para a Juliana tem uma massa exterior. E ela fez estes excelentes pastelinhos, com uma massa crocante, mas macia e com recheio de bacalhau com azeite de dendê. Serve-os com um molho de leite de coco com poejos e com um azeite picante.



#### Crocante da Ilha

Cubinhos de tapioca e queijo da ilha de São Jorge, bem saborosos e crocantes, servidos com uma geleia de pêra rocha, clementina e malagueta.

- [Essencia do Vinho](#)
- [Enófilo Militante](#)
- [Gosto de bem comer](#)
- [Lifecooler](#)
- [Lisboa à Mesa](#)
- [Lisboa na ponta dos dedos](#)
- [Mais Olhos Que Barriga \(Alexandra Prado Coelho\)](#)
- [Maria João de Almeida](#)
- [Marketing de vinhos](#)
- [Os Vinhos](#)
- [Passos de Gourmet](#)
- [Pingamor](#)
- [Pingas no Copo](#)
- [Restaurantes aos Pontos](#)
- [Mesa do Chef](#)
- [Rui Falcão](#)
- [Revista de Vinhos](#)
- [Saca a Rolha](#)
- [Wine \(revista\)](#)
- [Virgílio Gomes](#)
- [Gourmets Amadores](#)
- [Verde Azeitona](#)

#### Afinidades (lá de fora)

- [7 Canibales](#)
- [America's Test Kitchen](#)
- [Basilico \(Josimar de Melo\)](#)
- [Boa Vida \(Alexandra Forbes\)](#)
- [Cata vino](#)
- [Decanter](#)
- [Chow](#)
- [Cooking Issues](#)

- 
- [Diario del Gourmet de Provincias](#)
  - [e-bocalivre \(Carlos Alberto Dória\)](#)
  - [El mundo vino](#)
  - [For the Love of Port](#)



Placas de Polvilho com Queijo de Cabra, Cebola Caramelizada e Redução de Cajuína



Bolinho de Feijú  
A feijoada brasileira com os enchidos portugueses, couve e bacon e panada com broa de milho.

- [For the Love of Port](#)
- [Epicurious](#)
- [egullet \(forum\)](#)
- [Fishbase](#)
- [Gastroeconomy](#)
- [Gastronotas de Capel \(El País\)](#)
- [Love Food](#)
- [Mark Bittman](#)
- [Jancis Robinson](#)
- [Leite's Culinaria](#)
- [lo mejor de la gastronomía](#)
- [The Food Section](#)
- [Wine Anorak](#)
- [O Viticologo dos Bagos](#)
- [Salsa de Chiles \(Carlos Maribona\)](#)
- [Robert Parker](#)
- [what katie ate](#)
- [Tim Atkin](#)
- [Word of mouth](#)
- [Wine blogger](#)

CALENDRÁRIO

### Julho 2015

D	S	T	Q	Q	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
« Jun						Ago »



### Angu com Chouriços Bêbados

Chouriço português flambeado com cachaça e acompanhado de angu (parecido com o milho frito da Madeira).



### Caldinho de Peixe

O copo tem o peixe e o bordo do copo tem farofa, no jarro vem o caldinho e ao lado pão alentejano.



Bobozinho de Camarão e Farofa de Broa de Milho



Moqueca de Bacalhau com Farofa de Broa de Milho,  
Banana da Madeira frita e Arroz de Salsa



### Trinchado Alentejano

Plumas porco, bem tenra, salteadas e flambeadas com cachaça, acompanhada de cogumelos, tomates cereja e batatas salteados.



**Escondidinho com Carne Seca e Batata Doce**  
Um empadão de puré de batata doce roxa (a Juliana gosta de dizer que tem a cor do açaí), no meio carne seca desfiada, e por cima uma boa camada de queijo.



Bolinhas de Tapioca com Doce de Leite (feito no restaurante com leite dos Açores), Canela, Raspa de Lima e Flor de Sal da Salmarim



Amarelinho com redução de Ginjinha  
Feito com coco fresco ralado à mão.



Cereja, Ginja e Brigadeiro



Sagu com Vinho do Porto e Creme de Lima e Limão

## Anexo 7 – Uma viagem (PERFEITA) a um Brasil tão próximo de nós!

<http://www.ondevamosjantar.com/aromas-e-temperos/>



**Onde Vamos Jantar?**  
Opiniões. Dicas. Novidades. Fotografias. Tudo para Comer.

Página Inicial Restaurantes Notícias Newsletter Fala Conn



### AROMAS E TEMPEROS

3  
2015

posted in: Brasileiros, Entre 11€ e 20€, Lisboa, Novos na Cidade, Restaurantes | 0

#### Uma viagem (PERFEITA) a um Brasil tão próximo de nós!

Começando pelo fim: o **Aromas e Temperos** foi, a par da **Cevicheria** e do **Delícias de Goa**, um dos **restaurantes que mais nos surpreendeu este ano (até agora!)**. Não pelo facto de não haverem muitos restaurantes brasileiros em Lisboa (e não estou a falar dos rodízios de carne), o que leva a algum desconhecimento acerca da gastronomia do chamado "país irmão", mas muito porque **aquilo que podemos encontrar no Aromas e Temperos é um fusão perfeita entre as duas gastronomias**. Tão diferentes mas com tantos pontos em comum.

E mais do que isso! O **jantar no Aromas e Temperos é uma experiência que ultrapassa a própria comida, porque a simpatia do atendimento e principalmente a vontade da Chef Juliana em querer explicar-nos os pratos e a sua razão, mostram que o que podemos encontrar neste pequeno restaurante é aquilo que podemos encontrar em todos: paixão pela cozinha e em partilhar isso com os outros.**

devíamos encontrar em todos: paixão pela cozinha e em partilhar isso com os outros.



O restaurante está assim meio escondido e menos de 20 lugares. Se calhar é melhor assim, porque torna a experiência mais intimista. **Somos recebidos com um sorriso e muita simpatia.** A ementa, escrita na parede em ardósia, mostra muita coisa que parecemos reconhecer pelo nome... mas com algumas diferenças. Mas nem precisamos de perguntar, porque aqui fala-se com as pessoas e explicam-se os pratos, como são feitos e como as influências brasileiras se cruzam com toques portugueses (principalmente a nível de ingredientes). **A própria Chef Juliana faz questão de vir à sala cumprimentar os clientes e falar com eles acerca dos pratos. Explica, sugere, aguça-nos o apetite.**

Explicam-nos que são doses para partilhar, por isso partilhamos algumas coisas, por sugestão.





O couvert traz-nos **as lascas de polvilho com pão de queijo**, um começo interessante para a refeição. Depois, ao mesmo tempo, chegam à mesa **o crocante da ilha e o pastel de bacalhau da casa**: o primeiro são umas bolinhas crocantes de queijo da ilha, fritura perfeita e geleia picante viciante, e o segundo uma espécie do nosso pastel de bacalhau mas com uma massa super fina e folhada (inspirada no pastel de vento brasileiro) e o recheio sem batata, o que faz ressaltar o bacalhau numa conjugação de sabores fabulosos.

O único prato que escolhemos sem sugestão foi o **caldinho de peixe... e para mim foi o prato da noite. Um caldo límpido e fino, com um sabor a peixe excelente, que se despeja num copo onde já está um robalo marinado excelente. A melhor sopa de peixe que comemos desde há muito tempo! E com uma apresentação fora de série! Era difícil seguir este caldinho, mas ainda assim fechámos os pratos com o escondidinho de carne seca e batata doce, um dos pratos mais pedidos da casa: um tachinho com uma espécie de empadão, com carne seca e batata doce, que se percebe que seja o prato mais pedido, porque também é o mais próximo de nós.**





Para terminar, duas sobremesas: o **sagu ao Porto**, com uma textura que se estranha um pouco mas com bom contraste entre doce e ácido... e uma sobremesa que merece uma estátua, os **bolinhos de tapioca com doce de leite caseiro**. Os bolinhos são perfeitos, com um sabor incrível, e o doce de leite é melhor do que todos os outros doces de leite que já comemos na vida todos juntos. Esta sobremesa é uma coisa do outro mundo.

Acompanhámos com caipirinhas, feitas à brasileira de verdade, ou seja, muito bem feitas.





Não foi uma refeição, foi uma viagem perfeita de um lado para o outro do oceano.

**O Aromas e Temperos é tudo aquilo que se pode querer num restaurante.** Ok, podia ser maior, ter mais mesas, estar melhor localizado, mas tudo isso é completamente secundário. **As pessoas tornam este restaurante numa referência para quem gosta de comida brasileira e para quem gosta de comida em geral.** Porque os restaurantes são isso mesmo, são pessoas, apaixonadas pelo que fazem, com vontade de o partilhar com quem queira.

**Numa palavra: PERFEIÇÃO.**

**Preço Médio: 18€ pessoa (com 3 pratos para dividir e sobremesa, com caipirinha)**

**Informações & Contactos:**

Travessa Rebelo da Silva, 2 | 1000-102 Lisboa | 21 3620119



## Anexo 8 – Fusão Portugal/Brasil – O Restaurante Aromas e Temperos. Por Mr and Mrs, em 12.11.2015

<http://umavidaparadois.blogs.sapo.pt/fusao-portugalbrasil-o-restaurante-69136>

# ...UMA VIDA PARA DOIS!

BEM SERVIDA SE FAZ FAVOR!

Passaios e Viagens Restaurantes Receitas Livros Cinema

« anterior início seguinte »

## FUSÃO PORTUGAL/BRASIL – O RESTAURANTE AROMAS E TEMPEROS

Mr. and Mrs. © 12.11.15

Não, está absolutamente fora de questão sair de casa para comer num restaurante e sair desiludido. Sim, o factor surpresa é sempre agradável, mas é bem pior ser surpreendido pela negativa seja com comida má, atendimento medíocre, ou com um espaço sujo. É por isso que, é raro sairmos de casa sem umas pesquisas prévias para evitar surpresas desagradáveis.

Foi assim que descobrimos o [Aromas e Temperos](#), considerado pelos utilizadores pelo TripAdvisor como um dos melhores restaurantes de Lisboa. Como fica a 2 minutos a pé de nossa casa, não hesitámos em ir até ao Aromas e Temperos numa noite de Novembro preguiçosa, em que não apetecia cozinhar nem fazer grandes viagens para comer bem.

Adoramos comida de fusão. Geralmente a cozinha de fusão surpreendem por ser diferentes com combinações improváveis e sabores inesperados. E foi isso que aconteceu com esta fusão entre pratos típicos portugueses e...brasileiros! O espaço não podia ser mais pequeno, tem o tamanho de uma sala de estar grande, com umas 6 mesas. Ainda assim, proporciona um ambiente acolhedor e muito agradável, com bossa nova a acompanhar a refeição.

Não podíamos ter sido recebidos com maior simpatia: foram-nos explicado pormenorizadamente cada um dos pratos permitindo-nos escolher sem grandes dúvidas.



### Mr and Mrs

Livros para folhear, filmes para ver, sabores para provar, e destinos para descobrir. A nossa curiosidade não tem fim, gostamos de experimentar tudo o que há de novo aqui e acolá! Queremos a vida bem passada e bem servida. *s.f.f.*



### Mais sobre mim



[ver perfil](#)  
[seguir perfil](#)

Achamos que não devíamos fazer electrocardiogramas nós, devíamos fazer



Começámos pelos **pastéis de Bacalhau** com a massa do famoso **pastel de Volta** brasileiro. Leves e muito saborosos. Ficámos deliciados.



Seguirem-se as **placas sertanejas**, plaquinhas crocantes com queijo de cabra com cebola caramelizada.



Vale então o **Bobó de camarão**, o prato típico brasileiro com camarão e mandioca. Nunca tínhamos provado e adorámos!



[ver perfil](#)  
[requir perfil](#)

Achamos que não devíamos fazer electrocardiogramas nós, devíamos fazer escalas de Richter porque nos parece que em lugar de correção temos um sísmógrafo cujo agulha assina o menor estremecimento interior ou exterior com uma amplitude imensa: basta-nos viver para a agulha não parar e que cordilheiras de binta os nossos dias. Se nos perguntarem – Como vão? só temos a mostrar riscos enormes, capazes de fazerem cair todos os prédios da cidade e espantem-nos que Lisboa permaneça intacta e o chão nem oscile.



António Lobo Antunes (adaptado)

Siga-nos no Facebook!

Uma Vida para Dois no Fugas



Siga-nos no Instagram!

Instagram

mandioca, ruína e ainnamos provado e acoaromas:



Seguirem-se os **Crocantes de Ilha**. Queijo de ilha envolto em mandioca com compote e acompanhar. Não podia haver melhor combinação.





O **Brigadeiro** não podia ficar de fora, ainda para mais com **morangos** no topo. Não podíamos ter terminado melhor a refeição!



[rowan macy](#)

[foto-receitas](#)

[grécia](#)

[hotéis](#)

[livros](#)

[doces](#)

[passeios e viagens](#)

[prendas](#)

[presentes](#)

[receitas](#)

[restaurantes](#)

[santorini](#)

[vенеza](#)

[mais tags](#)

• Posts recentes

[Rice Me](#)

[Locais inesperados para](#)

[vi...](#)

[Papa Meizena...na](#)

[Yammi](#)

[Alkimia Madeirense, em](#)

[Év...](#)

[The Revenant - O](#)

[Renascid...](#)

[Gutry - A nova](#)

[hamburgeri...](#)

[Ovo Escalfado em](#)

[Espinafr...](#)

[Destinos Portugueses e](#)

[vi...](#)

[Bom Dia e Boa Tarde no](#)


[Co...](#)

[Destinos Portugueses e](#)

[vi...](#)

## Anexo 9 – Lisboa à Prova 2015

<http://www.nit.pt/article/01-19-2016-lisboa-a-prova-distingue-os-melhores-restaurantes-da-cidade-em-2015>



---

[BUZZFOOD](#) [COOLT](#) [VANiTY](#) [FIT](#) [OUT OF TOWN](#) [NiTv](#) [NEWSLETTER](#)

---





Foto de Olisippo Lapa Palace

### Lisboa à Prova escolhe os melhores restaurantes da cidade em 2015

19/01/2016 - 12:05 | RESTAURANTES

 texto  
Adriano Guerreiro

#### 5 NOVOS SÍTIOS PARA COMER SUSHI »

-  Arigato abre novo restaurante de sushi em Lisboa
-  Abriu um self service de sushi no Parque das Nações
-  Narezushi, o novo sushi secreto do Parque das Nações
-  Novo Youkoso aposta no sushi feito na hora
-  Prove sushi, beba um gin e depois vá passear de veleiro

#### 5 NOVOS RESTAURANTES »

-  Arigato abre novo restaurante de sushi em Lisboa

Na nona edição do concurso gastronómico houve mais espaços premiados e uma nova entrada na lista VIP.

**N**o Guia Michelin são atribuídas estrelas aos restaurantes — de uma a três. No **Lisboa à Prova** entregam-se Garfos — que também podem ir até aos três. Esta segunda-feira, 18 de janeiro, o Salão Nobre dos Paços do Concelho recebeu a cerimónia da entrega dos prémios (ou garfos, no caso) da nona edição do concurso gastronómico.

O evento é promovido pela Câmara Municipal e pelo Turismo de Lisboa e distingue os melhores restaurantes da cidade há nove anos. Na edição 2015 do concurso, o grande vencedor foi o Lapa, do **Hotel Olisippo Lapa Palace**, que alcançou a distinção máxima: os 3 Garfos.

Em 2014 não houve alterações neste escalão, mas desta vez o Salsa & Coentros perdeu um garfo e ficou com dois — estava entre os melhores da cidade. No topo continuam A Travessa, Belcanto, Eleven, O Nobre, Feitoria e a Varanda do Ritz.

Ao todo, foram premiados 126 restaurantes, mais 11 do que na edição de 2014. Os espaços foram avaliados entre junho e novembro de 2015, com perto de 700 provas anónimas realizadas pelo júri da competição. Ao longo do ano vão ser realizados vários eventos de promoção com os vencedores do Lisboa à Prova — ainda não há datas, mas é certo que os melhores vão apresentar pratos numa mostra que junta música e cinema.

Veja a lista de todos os vencedores do Lisboa à Prova.

---

Veja a lista de todos os vencedores do Lisboa à Prova.

**1 Garfo:**

- 151 One Five One;
  - 2 à Esquina, Iguarias e Petiscos;
  - 5 Oceanos; A Casa do Bacalhau;
  - A Fábrica de Santiago;
  - A Tapadinha, Cozinha Russa;
  - A Tasca do Tio Candinho;
  - A Travessa do Fado;
  - Adega da Tia Matilde;
  - Adega Machado;
  - Apicius;
  - Aromas e Temperos;
  - Aura Lounge Café;
  - Bastardo;
  - Bellalisa Elevador;
  - Bistro Edelweiss;
  - Blend;
  - Brasserie de L'Entrecôte
  - Chiado;
  - Brasserie de L'Entrecôte – Parque das Nações;
  - Café Lisboa;
  - Cantina da Estrela;
  - Carmo;
  - Cervejaria Portugália – Belém;
  - Chefe Cordeiro;
  - Coffee Shop Rendez Vous;
  - De Castro Elias;
-



# LISBOA À PROVA

CONCURSO GASTRONÓMICO

Confere-se ao restaurante Aromas e Temperos  
este diploma pela apreciação realizada pelo júri do Concurso durante a  
9ª edição do Lisboa à Prova - Concurso Gastronómico 2015 com a classificação:



O Presidente da Câmara Municipal de Lisboa:



Anexo 10 – Diário do Nordeste Caderno Guia do Sabor. Fortaleza Ceará/Brasil



Exterior

# Uma cozinha de Brasil e Portugal

Radicada em Lisboa, a chef cearense Juliana Adjafre comanda o Aromas & Temperos. A casa de clima intimista se destaca pela fusão de tradições lusitanas e brasileiras, em pratos doces e salgados que convidam a partilha à mesa



**SAGU AO** Prato tradicional de índios, uma das sobremesas do Aromas & Temperos.



## DELLANO RIOS

Especial para o Guia do Sabor

O espaço é pequeno — comporta 18 lugares à mesa —, mas Juliana Adjafre fez caber, no Aromas & Temperos, culturas alimentares de dois países. A chef cearense comanda a casa lusitana há dois meses e meio, combinando receitas com a cara de seu país natal e ingredientes típicos de Portugal.

“Costumo dizer que são os aromas brasileiros com os temperos portugueses. As receitas são conhecidas dos brasileiros, mas sofrem alterações e troca dos ingredientes. Nosso pão de queijo, por exemplo, é feito com o queijo da ilha deles. O resultado final é igual visualmente, mas bem diferente em sabor”, explica Juliana.

A proposta da casa surgiu em meio às pesquisas do mestrado em Ciências Gastronômicas, na Universidade de Lisboa. Professora de Gastronomia e consultora de bares e restaurantes em Fortaleza, Juliana mudou-se para a capital portuguesa, onde conheceu seu sócio — que se encantou com a ideia de misturar os sabores dos dois continentes.

### Descobertas

O Aromas & Temperos fica na zona de Arroios, próximo ao

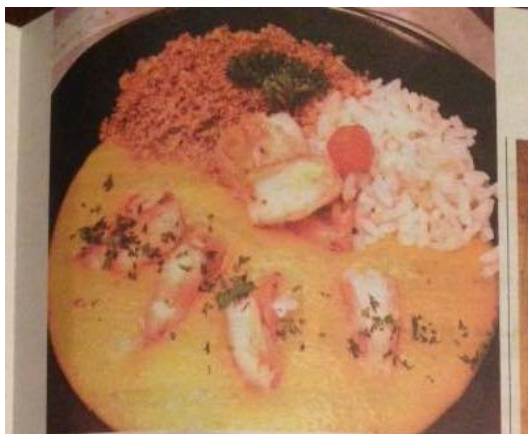


### BOLINHOS DE

Fígado Escondido é um prato de carne seca com queijo de búfala duro. Os pratos culturais e gastronômicos à mesa.

Largo da Estefânia, uma região central de Lisboa. Ali, a chef recebe o cliente todas as noites (exceto aos domingos). O simpático espaço tem sua carta anotada numa placa de ardósia. São 10 pratos e quatro sobremesas. Os nomes despertam a curiosidade dos clientes, que recebem importantes informações adicionais da equipe da casa.

Importantes mesmo, pois nem tudo é o que parece no jogo de sabores que atravessa o Atlântico. “Um dos pratos



O Bacozinho de camarão da casa. Chef aposta na mudança de ingredientes

que logo imaginei, dentro da proposta de combinar Brasil e Portugal, foi o pastel de bacalhau. Aqui, o que chamam de pastel de bacalhau é o nosso conhecido bolinho de bacalhau. Resolvi trazer o nosso para os portugueses". No Meu Pastel de Bacalhau, Juliana usa a massa de pastel de feira brasileira, recheado com o bacalhau puxado no dendê e leite de coco.

#### Parecido, mas diferente

Em alguns casos, o turista brasileiro pode até achar que vai reencontrar os sabores daqui; mas, ao provar os pratos, percebe variações no gosto de ingredientes que, em tese, conhecemos bem. Por exemplo: o escondidinho de carne seca com purê de batata doce, à primeira vista, é igualzinho ao nosso; carne seca refogada na manteiga da terra com cebola roxa. A diferença está no purê de batata doce assada (que a chef sugere harmonizar com uma taça de vinho, da região do Alentejo).

"O português adora batata doce. Aqui eles consomem muito, e tem uma variedade, de Aljezur, bem típica. Quando encontro no mercado, também uso a batata doce roxa, com cor que parece a do açai", detalha.

Regularmente, a chef modifica a carta do restaurante, acrescentando ou alterando pratos, para aproveitar os insumos de determinada época do ano. Foi assim que, nas festas dos santos (em junho), o restaurante serviu a sardinha (uma paixão nacional portuguesa) na tapioca – essa

última, aliás, já entrou na carta. No Crocante da Ilha, é servida em cubos preparados com queijo da Ilha, a tradicional geleia de pera Rocha e suco de pimentas clementinas e malaguetas.

Outras receita que equilibra bem as duas tradições é o Bolinho de Feijú. A feijoada é preparada com chouriço português; os bolinhos são empanados em broa de milho. Para acompanhar, ao invés do vinho de lá, a recomendação da chef é a caipirinha de cá.

O sagu – sobremesa típica do Sul do Brasil – é preparado com o vinho português e com um combinado de limões, amarelo e verde, da região.

#### Encontros

Juliana comemora a combinação luso-brasileira. "Portugueses e brasileiros, ambos adoram a mistura". Para dar liga à celebração transcontinental, a chef optou por pratos pequenos (e preços idem). "Resolvemos apostar no sistema de partilha, no qual cada prato servem duas pessoas e uma refeição é composta por 4 ou 5 variedades. Assim o cliente consegue saborear e apreciar um número maior de pratos e sair satisfeito com aquele 'gostinho de quero mais'", detalha.

#### SERVIÇO

Aromas & Temperos  
Travessa Rebelo da Silva, 2  
(Arrolas), Lisboa. De segunda  
a sábado das 19h30 às  
23h30. [facebook.com/AromasTemperos](https://www.facebook.com/AromasTemperos)

Lisboa Juntos e misturados

## Lisboa Juntos e misturados



UM OCEANO PELO MEIO é coisa pouca quando a curiosidade e o desejo de mudança falam mais alto. Juliana Magalhães Adjafre seguiu como professora e chef do restaurante Fanor em Fortaleza, no Nordeste brasileiro, mas a notícia de que havia um mestrado em Ciências Gastronómicas na Universidade Nova de Lisboa deu-lhe o que pensar. Se bem o pensou, melhor o fez. Cumprida mais essa etapa da sua formação, logo surgiu a oportunidade de se dar a conhecer como cozinheira e empresária e resolveu ficar. O restaurante abriu não faz muito tempo, numa travessa pequena e



escondida do bairro de Arroios, mas o passa-a-palavra e o «aval» de gastrónomos como Paulina Mata ou Virgílio Nogueira Gomes tem ajudado a chamar a atenção para uma cozinha que, bem sustentada na teoria, na prática se revela estruturada, agradável aos sentidos e com um toque pessoal na medida certa. Aromas e Temperos, assim se chama, viaja entre Portugal e o Brasil assente na premissa da partilha à mesa, mas com muito cuidado para não cair numa fusão indigesta, erro comum.

Entre as apostas que já arrancam elogios estão criações como o crocante de queijo da ilha com geleia de pedra rocha picante e sumo de clementina, o pastel de bacalhau com azeite de dendê e molho de coco, o bobó de camarão com farofa de broa de milho e, como não, um quindim servido com redução de gengibre. E que seja duradoura a união. ● Julia Magalhães

**menu**

### Aromas e Temperos

Travessa Rebato da Silva, 2 (Arroios)

TEL. 21 3620119

De segunda a sábado, das 13h30 às 23h00

PREÇO MÉDIO: 15 euros

Sobre Mesa por Fortunato da Câmara

**vícios**  
**SOBRE MESA**  
POR FORTUNATO DA CÂMARA



**Mesa com fusão e sem baralhação**  
Sabores luso-brasileiros com temperos de cá por mãos do Ceará

**H**á lugares que nos parecem distantes, estando apenas a alguns instantes de caminhos rotineiros que damos como conhecidos. Passar na Rua Pascoal de Melo, no troço que liga a Avenida Almirante Reis até ao Largo de D. Estefânia, é um trajeto teso para muito lisboeta. Menos óbvio é deambular nas ruas paralelas, como é o caso da Travessa Rebelo da Silva, a que se chega com a facilidade de algo que está ali tão perto mas que ao primeiro vislumbre parece um local incerto. Vindo da Cervejaria Portuguesa, surge o Jardim Constantino no passeio esquerdo. Do outro lado, o passeio direito tem um gradeamento, finto o qual se vira à direita, entrando-se na Rua Rebelo da Silva. Após escassos metros, um cruzamento indica, novamente à direita, a Travessa Rebelo da Silva, e já está. Em menos de um minuto, fica-se perto da sensação de estar longe.

O nº 2 da curta artéria convidava-nos a continuar o jogo bilocal, mas agora numa viagem entre o Brasil e Portugal, sentados à mesa para saborear pratos feitos com ingredientes das duas cozinhas. É essa a proposta do Aromas e Temperos, restaurante de uma jovem chefe brasileira que veio estudar Ciências Gastronómicas na Universidade Nova e acabou por se tornar de amores por esta cidade velha. Espaço pequeno e acolhedor, sendo mais do que recomendável fazer reserva, mas de relevar que no meio da simplicidade decorativa houve acomodação para uma cristaleira recheada de copos vinticos.

Começo já por aqui para referir que, apesar de a lista de vinhos ser curtiúna, a seleção é interessante, fugindo a alguns clichés, e a preços aceitáveis. O serviço é simpático e disponível para todos os esclarecimentos, sendo complementado com a aparição ocasional da cordial Juliana Adjafre, que está em permanência na cozinha a executar todos os pratos. Um primeiro sinal da qualidade das preparações é no facto de serem "casetras" foi o "pão de queijo" do couvert (€4,50), feito com matéria-prima da ilha de São Jorge, húmido

e sem nenhum traço "borrachoso", como é habitual nas versões congeladas. Veio então um leve e muito saboroso "Caldinho de peixe" (€4,50), feito com robalo e temperado com um toque picante de "goetinho" brasileiro. Foi servido num jarro de vidro, tipo sangria, com os copos a trazerem broa de milho em redor do bocal e lascas de peixe, tomate-cereja e poço como garnição no fundo.

De entradas veio o "Meu pastel de bacalhau" (€7,50/6 unidades), que eram almofadinhas crocantes de massa tenra bem recheadas de bacalhau destilado com saibá, salteado em azeite de dendê, a lembrar os "pastéis de vento" (típicos das feiras/mercados). Sob o nome de "Crocante da ilha" (€6), chegaram cubos de tapioca fritos com queijo, com o queijo acotiano a dar novamente personalidade ao conjunto. Os "Bolinhos de feijão" (€6) lembraram os italianos orzuttini, mas, em vez de serem feitos à base de risoto, eram uma curiosa feijoadinha em versão portátil. Couve mineira e feijão preto, moldados com enchidos portugueses e enrolados numa capa de lanfã, num agradável conjunto luso-brasileiro.

Nos pratos, o sabor intenso a marisco do "Boborinho de camarão" (€9) surpreendeu, em contraste com a leveza do molho de coco, delicioso e sem excessos de gordura. No "Escondidinho de carne seca com batata-doce" (€7,50) vinha a carne desfiada sob um puré de batata-doce roxa e um gratinado de queijo da ilha. Era naturalmente um prato de conforto pelos elementos envolvidos, mas a carne, de sabor peculiar e presente (é seca ao sol), foi prejudicada pelo excesso de doçura do puré. O "Trinchado alentejano" (€7,50) era o nosso porco de eleição – sim, porque quase apetece dizer que "porco, no Brasil, vale um em mil" – com tempero irmão, mais tomate-cereja e cogumelos.

Um bom e caseiro quindim "Amarilhado" (€3), uns "Bolinhos de tapioca com doce de leite" (€4), que denotaram sabor a fritura, apaziguado por um excelente doce de leite, e o belíssimo "Sagu ao Porto" (€3,30), com pérolas de tapioca gelatinosas a serem cozidas no vinho para se misturarem com creme de lima. A idela deste Aromas e Temperos merece ser explorada com rigor e precisão, pois aqui há boa cozinha de fusão de sabores identificáveis e sem baralhação. Que evolua com sucesso! ●

**Aromas e Temperos**  
Travessa Rebelo da Silva, 2 — Lisboa  
Tel. 213 620 119  
Encerra ao domingo (serve apenas jantares)

**E 93**

## Anexo 13 – Encarte Sete da Revista Visão. Número 1176. 17 de Setembro de 2015.

Mestre Juliana. Sabores do Brasil e de Portugal numa mesa só



### Mestre Juliana

Sabores do Brasil e de Portugal numa mesa só

**C**ozinha brasileira com produtos portugueses e pequenas doses para partilhar. Eis o conceito do restaurante Aromas e Temperos, aberto há quatro meses por Juliana Magalhães, em Arroios, Lisboa. De Fortaleza, no nordeste do Brasil, a chefe chegou a Portugal, há dois anos, para fazer um mestrado em Ciências Gastronómicas. Agora a sua sala de refeições, com apenas 16 lugares, é o tema central da tese que ainda terá de defender. «Cresci com bacalhau, azeite e azeitona preta sempre à mesa. Tenho a certeza de que não vou regressar», diz a professora de gastronomia e cozinha brasileira.

Por enquanto só são servidos jantares, com uma ementa curta mas que promete uma viagem aos sabores mais

emblemáticos das duas cozinhas. A feijoada está no bolinho de feiju (€6), com as carnes substituídas pelos enchidos portugueses, couve, panado com broa de milho. O nosso pastel de bacalhau (€7,50) ganha forma com a massa de pastel de vento, a fazer lembrar a massa tenra, recheado com bacalhau, azeite de dendê, leite de coco, pimentos e azeitona preta. Até chegar a Portugal Juliana nunca tinha ouvido falar de plumas de porco preto. Agora serve-as no trinchado alentejano (€7,50) salteadas em cebola roxa e flamejadas em cachaça, com cogumelos salteados e tomate cherry e chips de batata-doce. Se terminarmos com o amarelinho (€3), parecido com

o quindim, mas feito sem leite, só com gemas, coco fresco ralado, açúcar e manteiga, a viagem fica completa... s.c.

#### AROMAS E TEMPEROS

Tv. Rebelo da Silva,  
2, Lisboa T. 21 362  
019. 5eg-sáb  
10h30-23h30

## Anexo 14 - Nesta cozinha cabe um Oceano inteiro. Por Tiago Pais, em 09.05.2015

<http://observador.pt/2015/05/09/nesta-cozinha-cabe-um-oceano-inteiro/>

RESTAURANTES

### Nesta cozinha cabe um oceano inteiro

9/5/2015, 19:25 → 150 PARTILHAS

O título não podia ser mais metafórico: a cozinha e a sala do novo Aromas & Temperos são bem pequenas, o que não impede a chef Juliana Adjafre de ali juntar os melhores sabores de Portugal e Brasil.



A sala tem espaço para apenas 18 pessoas. E a cozinha é exatamente do mesmo tamanho.

6 fotos

Tiago Pais / Observador ©



A par do restaurante e do mestrado, Juliana também dá aulas de cozinha brasileira na Associação de Cozinheiros Profissionais de Portugal. (foto: Tiago Pais / Observador ©)

O nome, que até já existia — fruto de uma encarnação anterior do mesmo local, um típico snack-bar de almoços à portuguesa —, assenta que nem uma luva (de cozinha) ao conceito que Juliana implementou. **“Temos os aromas brasileiros com os temperos portugueses.”** Cada prato da carta, que ainda não é uma carta, antes um quadro de ardósia colocado numa das paredes do espaço, segue essa regra.

Por exemplo, o que a chef designa por “Meu Pastel de Bacalhau” é uma reinterpretação de um dos mais famosos petiscos nacionais: a massa é de pastel, sim, mas de um pastel tipicamente brasileiro e **o recheio de bacalhau leva azeite de dendê e leite de coco.** O “Crocante da Ilha”, outra das propostas, é composto por **cubos fritos de tapioca com queijo da ilha**, acompanhados de uma geleia picante (leva malagueta) de pera-rocha e sumo de clementina a acompanhar. E o conceito estende-se ao resto das criações da chef cearense. Em qualquer uma delas há sempre elementos dos dois lados do Atlântico. Mais: **todas são feitas para partilhar.** Juliana explica a razão. “Com doses pequenas, as pessoas conseguem provar mais pratos e ficar com uma ideia melhor desta cozinha. A ideia é que, por exemplo, **um casal peça três ou quatro pratos e uma sobremesa.**” E mesmo nesse campeonato pode esperar-se criatividade, uma aliança de sabores luso-brasileira — como no melíflu sagu ao Porto com creme de lima e limão — e duas colheres.



Sagu ao Porto, uma das sobremesas da casa. O cuidado na apresentação é comum a todos os pratos da chef. (foto: Tiago Pais / Observador ©)

Desde que abriu o restaurante, Juliana tem recebido várias visitas dos seus professores, como a própria Paulina Mata ou o gastrónomo [Virgílio Nogueiro Gomes](#). E será que têm gostado? “Sim, a reação tem sido muito positiva”, conta. E isso só augura coisas boas para a carreira académica da chef, já que **o Aromas e Temperos vai servir-lhe de tese de mestrado**. O que não quer dizer que seja um projeto temporário. “Nada disso, a intenção é mesmo ficar por cá”, garante. E até abrir aos almoços, em breve, quando “estiver tudo estabilizado”.

**Nome:** [Aromas e Temperos](#)

**Morada:** Travessa Rebelo da Silva, 2 (Arroios), Lisboa

**Telefone:** 21 362 0119

**Horário:** De segunda a sábado das 19h30 às 23h30

---

Anexo 15 – Depoimento deixado por um dos clientes no caderno do Aromas e Temperos

