

# Feminino

suplemento

SÁBADO/DOMINGO • 13/14 DE MAIO • 2000 • Nº 2430

O ESTADO DE S. PAULO

Nutritivo, sempre.  
E certamente saboroso.  
Um só prato para uma noite fria



*Esfriou? Sirva um* cozido

# Açúcar,

Mãozinhas sujinhas vão modelando pães, docinhos e outras gostosuras ensinadas por mestres pacientes. Para satisfazer a curiosidade da garotada crescem as aulas e oficinas de culinária infantil

Vera Fiori

**A** cozinha exerce um fascínio especial nas crianças. Farinha, açúcar, leite e ovos são ingredientes irresistíveis para uma aventura gastronômica. Como a farra sempre acaba em bagunça, os minichefs são gentilmente convidados a se retirar por mães à beira de um ataque de nervos...

Para satisfazer a curiosidade infantil e apaziguar os ânimos, o melhor é recorrer às escolas de culinária, cada vez mais concorridas. Além da didática especial, os alunos têm noções de higiene, nutrição e prevenção de acidentes.

E seus pais festejam a mudança dos hábitos alimentares. Quando põem a mão na massa, crianças que antes recusavam verduras ou peixe, passam a apreciá-los.

O interesse é tanto que outra novidade já é moda nas festinhas: oficinas de pães, doces e pizzas, pilotadas *in loco* pelos pequenos cucas. E até alguns colégios dão aulas de culinária extra-curriculares pois a atividade entretem e desenvolve a criança em vários aspectos.

**NHOQUE E MUITO MAIS** – No Atelier Gourmand há cursos para crianças o ano todo. “Quando vêem os chefs vestidos a caráter, elas se encantam”, diz a chef Marcela Maragliano. Na maioria entre 6 a 12 anos (embora algumas menores levem jeito), matriculam-se por interesse próprio.

A propaganda boca-a-boca entre elas é fantástica. Classes inteiras de colégios invadem a cozinha do Ate-

lier. A mudança das claras para o ponto de neve deixa-os boquiabertos, assim como a massa pegajosa que, num passe de mágica, vira um bolo fofinho.

Na cozinha super equipada, a chef Marcela coordena turmas de até 12 alunos, em aulas de três horas, com receitas que passam longe da *junk food*. Em geral ensina um prato principal, um lanche e uma sobremesa.

Para motivar a turminha, os pratos são apetitosos tanto no sabor como na “fabricação”. A aula de nhoques coloridos é um sucesso. “Sobram farinha e molho para todo lado, sem falar na satisfação deles em abrir a massa com rolo”. E algumas crianças se saem tão bem, que têm passe livre para assistir as aulas dos adultos, conta Ana.

No curso de Páscoa, com os aventais lambuzados, os

aulas ocorrem uma vez por mês e custam R\$ 50,00.

**SÓ NAS FÉRIAS** – Elaborado e ministrado por Betty Kövesi Mathias, da Escola Wilma Kövesi, o curso Crianças na Cozinha é aberto às de 8 aos 15 anos. Para Betty, a curiosidade delas tem a ver com a mudança nos hábitos familiares. “Se antes a comida delas era separada, hoje provam de tudo”.

Com isso passam a dar palpite nas receitas e inclusive já chegam bem informadas na escola. Até quem torce o nariz para espinafre fica fã da iguaria. “O segredo é incrementar a verdura com molho branco, ovos cozidos e servir na torradinha”, fala.

Em julho darão dois cursos: um com três aulas (R\$ 135,00) e outro com quatro (R\$ 165,00). Na programação, há um cuidado em repaginar o trivial, como o preparo de saladas com batatinha palha ou parmesão ralado, bolo de carne com recheio de ovos, sopa de tomate com queijo derretido, torta de liquidificador, biscoitos, pavês etc.

Raquel Pacheco, 9 anos, fez o curso de Betty e quer voltar. Aprendeu a preparar quindim, doce que não podia ver na frente e do qual hoje é fã. Sua mãe não agüenta mais comer o bolo de carne feito pela gourmet mirim toda semana.

Boa de garfo, a menina se prepara para novas incursões gastronômicas. “Quero aprender a fazer sonhos e strogonoff”, fala, animada.

Também o Centro Culinarista Trem da Alegria promove cursos nas férias escolares, quando a procura é maior. Dalva Franco trabalha com crianças a partir de 10 anos. Sucos, lanches, pratos rápidos, bolos são alguns dos temas escolhidos.

“Além das receitas, damos dicas tais como por que se deve quebrar os ovos separadamente, verificar a validade dos alimentos, lavar bem as verduras, a importância dos temperos etc”.

Os cursos custam R\$ 15,00, duram três horas e a aula é coroada com a degustação dos pratos no final. Para julho já estão programadas quatro aulas nos dias 3, 10, 17 e 24 com dicas, saladas, macarrão, delícias de chocolate e lanches (milk shake, sorvete, sucos, mini-pizzas).

# farinha

amigos Aurélio e Raphael, de 6 anos, deliciavam-se com as sobras de chocolate.

Lucas, de 10 anos, conta que herdou da avó materna o gosto pela cozinha. Em casa ele prepara mousses e bolos, com alguns contratempos. “Pena que o último bolo que fiz, queimou”, confessa.

As amigas Giovanna e Júlia, de 10 anos, são habituais da cozinha. Júlia até procura receitas em revistas e na Internet. “Brigadeiros e bombons de coco são minha especialidade”, diz. Com exceção das férias, as

aulas ocorrem uma vez por mês e custam R\$ 50,00.

Boa de garfo, a menina se prepara para novas incursões gastronômicas. “Quero aprender a fazer sonhos e strogonoff”, fala, animada.

Também o Centro Culinarista Trem da Alegria promove cursos nas férias escolares, quando a procura é maior. Dalva Franco trabalha com crianças a partir de 10 anos. Sucos, lanches, pratos rápidos, bolos são alguns dos temas escolhidos.

“Além das receitas, damos dicas tais como por que se deve quebrar os ovos separadamente, verificar a validade dos alimentos, lavar bem as verduras, a importância dos temperos etc”.

Os cursos custam R\$ 15,00, duram três horas e a aula é coroada com a degustação dos pratos no final. Para julho já estão programadas quatro aulas nos dias 3, 10, 17 e 24 com dicas, saladas, macarrão, delícias de chocolate e lanches (milk shake, sorvete, sucos, mini-pizzas).



Fotos: Divulgação

À esquerda: o Atelier Gourmand, onde as crianças se deliciam com a aula de chocolates. À direita: a Escola Wilma Kövesi que promove cursos só nas férias escolares

# e farra