

Sabor

PÃO DE AÇÚCAR



*O absinto
permitido:
mais suave*

MONUMENTO ITALIANO

Como é produzida a
massa que realinha
a força de um império

SEDUÇÃO TAILANDESA

Religião e cultura
dividem o mesmo espaço
na exótica cozinha oriental

O absinto vem aí

*A bebida maldita chega
oficialmente ao Brasil em
sua versão portuguesa*



Brincando com fogo

Cada vez mais as crianças e seus pais estão descobrindo que cozinhar
pode ser tão divertido quanto educativo
Por Guta Chaves fotos Gal Opido

Abaixo, a mesa montada pela criança para a sua própria festinha e, ao lado, ilustração à la Miró feita por Sofia Rosenthal



No mundo mágico infantil, desvendar a cozinha é entrar em um universo de aromas e cores totalmente desconhecido, mas muito atraente. Afinal, com todos os sentidos aguçados, a criança se vê em um estado de concentração que nem todos os desenhos de Pokémon conseguem ativar. Cenouras, beterrabas, alfaces e rúculas são bem-vindas quando o assunto é preparar uma salada. As cores se misturam, ganham harmonia e o prato está pronto – de quebra, ainda pode ganhar um molho saboroso. Tudo divertido, tudo uma farra. Como fazer um bolo e ver aquele creminho com o qual adoram se lambuzar se transformar em uma sobremesa deliciosa.

Além desse lado lúdico, entrar aos poucos no novo mundo da gastronomia pode ter para os pequenos o sabor de uma revelação, por mais óbvia que ela possa ser para os adultos. Ao ir a feiras ou mercados municipais, a criançada tem a exata noção de onde saem os alimentos e não vai achar que o molho de tomate já apareceu pronto dentro da lata ou que ovos e leite sofreram um estranho processo de geração espontânea.

“Outro dia meu filho caçula, o Arthur, de 4 anos, foi à feira com o pessoal da escola e voltou dizendo: ‘Mãe, comprei uma cenoura que tem um rabinho’”, conta Gina Formon, mulher do chef Christian Formon, do bufê que leva seu nome. O “rabinho”, no caso, eram as folhas da cenoura que o menino nunca havia visto. “Acho superválido as escolas promoverem incursões gastronômicas”, acredita. Outro bom passatempo é incentivar a criança a mexer na terra, como acontece na escola em que estudam as filhas da *pâtissière* Gisele Tomanik, mulher do chef Erik Berland, do restaurante Parigi, em São Paulo. A escola mantém uma horta, onde os alunos aprendem a plantar e a cuidar da alface que, depois, usarão em seus lanches.

Para quem já planta e colhe suas hortaliças e já tem noções de receita, o passo seguinte é, claro, aprender a pilotar o fogão. Mas tudo tem seu tempo certo. “A criança não deve mexer no fogo até que tenha altura para dominar o cabo da panela”, aconselha Gina Formon. Já a professora Heloísa Bacellar, sócia da escola de culinária Atelier Gourmand, pensa diferente. Para ela, não é uma questão de altura, e sim de idade. Segundo Heloísa, a partir dos 6 anos a criança já pode começar a juntar ingredientes numa panela. Mas não sem antes ter algumas aulinhas de segurança. As pequenas Isabel, de 9 anos, e Ana, de 4, filhas da professora de gastronomia, tiveram suas primeiras lições aprendendo os perigos de chegar perto do forno quando há algo assando. Para exemplificar, Heloísa pedia para que elas colocassem as mãozinhas em um pano quente e sentissem o calor que emanava dele. “Acho que deu certo, pois minha filha pequena, antes de passar perto do fogão, presta atenção se o fogo está apagado ou não.”

Passo a passo, a criança vai aprendendo todos os macetes e receitas básicas da cozinha. Nas aulas do Atelier Gourmand, por exemplo, elas aprendem até pratos mais elaborados, como nhoque e torta.” As mães sempre ficam impressionadas ao ver o que os filhos são capazes de fazer”, diz Heloísa Bacellar. Corujas ou não, elas se surpreendem ao perceber que seus filhos podem fazer guloseimas que vão bem além dos sanduíches ou do chocolate misturado com leite condensado. Para as crianças que gostam de brincar de cientistas, é uma verdadeira alquimia observar a transformação dos ingredientes durante o cozimento. De quebra, fazer



Salada de minilegumes

Ingredientes

- 1/3 de xícara de azeite
- 3/4 de xícara da fruta escolhida (no caso, manga)
- 1 a 3 colheres de sopa de suco de limão
- 20 tomates-cerejas
- 8 ovos de codorna cozidos e frios
- 12 minimilhos em conserva
- 2 carambolas, cortadas em 12 fatias
- 12 minicenouras descascadas e cruas
- 1/2 maço de minirrúcula
- Sal

Modo de fazer

Para fazer o molho, bata no processador o azeite, a manga e o suco de limão. Tempere com sal. Coloque os ingredientes restantes em uma saladeira e regue com o molho.

Rendimento: 4 porções

Receita: Heloísa Bacellar, Ana Paula Moraes e Marcela Maragliano, da escola de culinária Atelier Gourmand

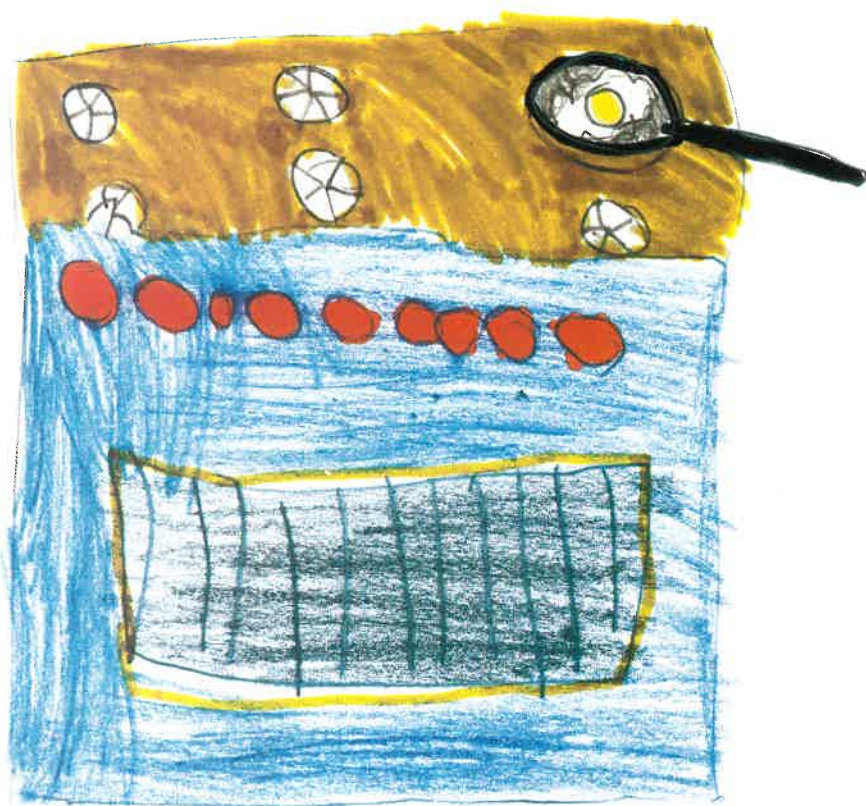
Na página ao lado, no alto, à esquerda, Luc Williams brinca de Tarzan; no alto, à direita, Chloé Berland e Sofia Rosenthal num bate-papo informal; no centro, à esquerda, Isabel Bacellar prepara-se para servir a salada; no centro, à direita, Amanda Espósito à mesa. E, embaixo, à esquerda, os convidados reunidos. Na foto à direita, Chloé.



▣ contas passa a ser uma grande brincadeira matemática na hora de dosar os ingredientes de uma receita ou calcular como dobrá-la.

Dublês de pequenos cientistas e minigourmets, Georges, de 9 anos, e Guilherme, de 6, têm seu laboratório particular: o bufê de seu pai, o chef Christian Formon. É lá que eles fazem bolos e crepes. A participação do pai na cozinha é fundamental para os meninos – em casa, gostam de chamá-lo para fazer crepes juntos. “Hoje, Georges já se vira sozinho. Se ele estiver com fome e não tiver ninguém para fazer, ele entra na cozinha e prepara seu próprio lanche”, conta Gina Formon, ressaltando um detalhe: não é qualquer pão que sacia o menino, já com ares de gourmet. Para ele, sanduíche só em pão integral.

Se esse espírito gourmet não vem de berço, o certo é que se pode começar a despertá-lo desde bebê. “Minha filha caçula, Chloé, tinha um mês e dormia na cozinha com o som da batedeira, enquanto eu preparava meus bolos. Hoje, com dois anos e meio, quando ouve a batedeira corre para ver o que estou fazendo e quer experimentar tudo”, conta Gisele Tomanik. Já a filha mais velha, Marie-Laure, de 8 anos, tornou-se uma boa companheira na cozinha. Ela ajuda a mãe a modelar os doces e a decorar as saladas, descobrindo desde cedo a importância de um prato bonito. Para estimular ainda mais esse interesse, Gisele tempera a curiosidade da menina contando histórias e fábulas ligadas à comida, sempre tão saborosas quanto os pratos que sua filha e outras crianças estão aprendendo a fazer. ▲



Ada

Acima, Ada Arnt imagina um fogão em plena atividade fritando um ovo. Na página ao lado, a parte da refeição de que a criança mais gosta: a sobremesa. Nesse caso, é um crepe que combina chocolate com calda de frutas vermelhas.

Crepes de chocolate

Ingredientes para a massa

- 1 xícara de leite
- 2 ovos inteiros
- 1 gema
- 1 xícara de farinha de trigo
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 1/3 de xícara de açúcar
- 1 pitada de sal
- 50 g de manteiga derretida

Ingredientes para o creme de frutas

- 2 xícaras de frutas vermelhas congeladas
- 1 xícara de açúcar
- 1 1/2 xícara de creme de leite fresco
- 1/4 de xícara de açúcar

Ingredientes para o creme de chocolate

- 1 1/2 xícara de creme de leite fresco
- 1/3 de xícara de açúcar
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 100 g de chocolate meio amargo em pedaços

Modo de fazer a massa

1. Bata no liquidificador todos os ingredientes, menos a manteiga.
2. Adicione a manteiga e bata novamente. Leve à geladeira por 30 minutos.
3. Prepare os crepes em uma panquequeira ou frigideira (neste caso, untar com manteiga). Reserve.

Modo de fazer o creme de frutas

1. Faça uma calda levando ao fogo as frutas vermelhas e 1 xícara de açúcar. Mexa até dissolver o açúcar e retire do fogo assim que ferver. Reserve.
2. Em uma batedeira, bata o creme de leite e o açúcar em chantilly. Desligue e, com delicadeza, incorpore 3 colheres (sopa) da calda de frutas vermelhas. Reserve.

Modo de fazer o creme de chocolate

Leve a ferver o creme de leite, o açúcar e a baunilha. Retire do fogo e despeje sobre o chocolate. Misture até obter um creme liso. Leve à geladeira por 2 horas, pelo menos. Reserve. Na hora de usar, bata o creme em uma batedeira.

Montagem

Coloque o crepe sobre um prato. Recheie com um pouco de cada um dos dois cremes. Ao redor, ponha um pouco da calda de frutas. Se desejar, decore com raspas de chocolate.

Rendimento: 20 crepes

Receita: Heloisa Bacellar, Ana Paula Moraes e Marcela Maragliano, da escola de culinária Atelier Gourmand

Veja ainda como fazer Nhoque colorido com frango crocante na seção Receitas