

RECEITAS PARA MUDAR

Conheça três iniciativas na gastronomia que alimentam sonhos e fazem da cozinha uma ferramenta social de mudança e inclusão.

texto
Larissa Januário

fotos
Marlos Bakker

O MUNDO



Rodrigo Oliveira e Adriana Salay em frente à cozinha solidária do projeto Quebrada Alimentada.

A turma da Quebrada Alimentada em ação: a partir da esquerda, Larissa Silva, Danielle Thomaz, Marcela Fernandes, Vera Lúcia Frazão e Silvana Oliveira. Na página ao lado, uma espiada na cozinha e quentinhas sendo fechadas.



É fato que a gastronomia nunca esteve tão em alta no Brasil como hoje. Nossa cozinha brilha nos rankings mais hypados da cena internacional, nossos chefs recebem honrarias mundo afora e nossos ingredientes conquistam a quem quer que se disponha a prová-los. Mas, se por um lado contamos com o talento dos nossos profissionais e a exuberância de seis biomas, com uma riqueza infindável de sabores, por outro convivemos com desigualdades que tentamos varrer para debaixo dos guardanapos de linho dos nossos restaurantes estrelados. “A gente tem uma dificuldade como sociedade de falar abertamente sobre a questão da fome”, destaca a historiadora Adriana Salay, um dos nomes à frente do projeto Quebrada Alimentada, que distribui quentinhas na periferia da Zona Norte de São Paulo.

Adriana concorda que é essencial lembrar que a gastronomia não se resume a

fine dining, serviço impecável e harmonizações. É uma ciência que abrange as mais diversas relações entre comida, cultura e sociedade, envolvendo história, sociologia, nutrição, economia e tecnologia da alimentação. Nesse sentido, organizações sociais têm dado o exemplo e provado que, sim, é função da gastronomia transformar vidas para além do gosto. Conheça a seguir a história de três dessas iniciativas: Quebrada Alimentada, Instituto Chefs Especiais e Gastronomia Periférica.

QUEBRADA ALIMENTADA

Em 2019, depois de cinco anos, o Brasil voltou a figurar no mapa da fome. Atualmente, são mais de 33 milhões de brasileiros em insegurança alimentar grave, segundo a Rede Penssan (Rede Brasileira de Pesquisa e Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional). Isso significa que aproximadamente um a cada seis brasi-

leiros não tem acesso pleno à alimentação no seu dia a dia. É justamente no combate a esse cenário que atua o Quebrada Alimentada, uma iniciativa criada durante a pandemia de covid-19. Diante da crise sanitária, a historiadora Adriana Salay e o chef Rodrigo Oliveira juntaram forças com amigos e parceiros e usaram a estrutura do seu restaurante, o Mocotó, na Vila Medeiros, Zona Norte de São Paulo, para distribuir quentinhas para a população em situação de vulnerabilidade da região. “Começamos no dia seguinte ao anúncio do lockdown e nunca mais paramos.”

Na época, Adriana se dedicava a um doutorado sobre a fome e sempre falava do tema com Rodrigo, que também é seu companheiro. “A gente mora na região, então sabemos como é a vida lá. Inclusive, fizemos um estudo sobre a realidade do bairro para conhecer a fundo as condições e necessidades das pessoas.”





Matheus Maester e sua produção de bolachas: o ex-aluno do Instituto Chefs Especiais é dono do próprio negócio e emprega duas pessoas.



“Não há saída individual para problemas coletivos.”

Adriana Salay

Somadas a isso, há as raízes nordestinas e sertanejas da família de Rodrigo. “É uma cultura em que dividir é essencial, pautada em uma generosidade que vai além do núcleo familiar”, diz Adriana. “Uma noção expandida de coletivo, em que o correto não é doar o que sobra, mas dividir o que se tem.”

Ao longo dos meses, o que começou como uma iniciativa emergencial na pandemia virou uma ação afirmativa, que cresceu e frutificou. Atualmente o Quebrada Alimentada distribui 400 refeições por dia, que partem da recém-inaugurada Cozinha Solidária Jardim Julieta, localizada na ocupação homônima e comandada por três mulheres, com o apoio do Instituto Capim Santo. “Nossa meta é chegar a 500 refeições diárias, completas e saborosas. A gente brinca aqui que a ideia é fazer a quebrada ficar bem acostumada, comendo bem, com qualidade”, afirma, animada, Adriana.

As ações não param por aí. Além da distribuição de refeições, o espaço se presta também como um centro comunitário para outras atividades e serviços. “Nós nos unimos às lideranças da comunidade, porque esse é um espaço para atender às necessidades deles. A questão da comida é apenas uma das camadas de vulnerabilidade nesse cenário de exclusão”, pondera.

O centro é também um lugar de formação profissional. “Hoje temos duas turmas nos cursos de panificação e auxiliar de cozinha, com o apoio do Instituto Bia Rabinovich. E pretendemos oferecer cursos pré-vestibular e de alfabetização para adultos”, diz a pesquisadora. “Não é sobre assistencialismo, mas sobre unir forças para oferecer condições e possibilidade de vida mais dignas à população em situação de vulnerabilidade. Porque não há saída individual para os problemas coletivos.”

INSTITUTO CHEFS ESPECIAIS

Dados do IBGE apontam que atualmente no Brasil existem cerca de 300 mil pessoas com síndrome de Down. Apesar dos avanços na saúde e na expectativa de vida dessa parcela da população, os desafios ainda são muitos, principalmente em relação à integração na sociedade. Foi pensando nisso que a advogada Simone Lozano fundou há 18 anos o Chefs Especiais, uma organização que promove a inclusão social de jovens e adultos com deficiência intelectual por meio da gastronomia.

“Eu não sou chef, mas convivo com grandes amigos que são, e sempre entendi a cozinha como um ambiente de muita autonomia, criatividade e desenvolvimento cognitivo. Quantas habilidades você precisa para preparar um macarrão a alho e óleo?”, indaga. Um dia, ela teve este estalo: “Por que não usar a gastronomia como uma ferramenta para transformar a vida de quem precisa?”

De acordo com estudos recentes, como um artigo publicado pelo *European Journal of Public Health*, a expectativa de vida de pessoas com T-21 (síndrome de Down) aumentou significativamente nas últimas décadas e já ultrapassa os 60 anos de idade. “Isso significa que os tutores acabam partindo antes, então entendemos que desenvolver a autonomia é essencial para garantir o bem-estar delas”, diz Simone.

Além de aprender a preparar as próprias refeições, os alunos desenvolvem outras competências, como organização, planejamento, leitura, memória e medidas de higiene. “Tudo isso são habilidades que eles levam para a vida e com certeza ultrapassam os limites da cozinha.”

A formação no Chefs Especiais não se restringe ao desenvolvimento pessoal. “A inclusão social passa também pela possi-

bilidade de se sentir e ser útil à sociedade. Apesar do preconceito, dos desafios e das limitações impostas, muitos dos nossos alunos conseguem ingressar no mercado de trabalho ou mesmo partir para o empreendedorismo”, conta Simone.

É o caso do ex-aluno Matheus Maester, que, movido pelo sonho de viajar de navio, começou um pequeno negócio de bolachinhas para juntar dinheiro e hoje emprega duas pessoas. “Ele é dono do próprio negócio e se sustenta: vende no atacado, fornece para cafeterias, restaurantes e empresas. Um case de grande sucesso!”, comemora a fundadora.

Entre cursos, oficinas e workshops, a organização também participa de feiras e eventos, como o Taste São Paulo, e ainda oferece o serviço de catering, em que os alunos são os grandes atores em todo o serviço de cozinha e salão, com o suporte dos professores. Desde o início, a iniciativa já atendeu mais de 50 mil pessoas e, atualmente, forma cerca de 200 alunos a cada ano. “Antes da pandemia, atendíamos mais de 350 alunos por ano, mas tivemos que mudar para um espaço menor e reduzir”, lamenta a advogada.

Os cursos são totalmente gratuitos e não exigem a comprovação de renda do participante. Por isso, o projeto depende do apoio financeiro de parceiros e patrocinadores, como a chef Angélica Vitali, que “nunca soltou a nossa mão”, destaca Simone. “A infraestrutura tem um custo alto e tem sido difícil levantar recursos para manter tudo funcionando”, conta. E olha que motivos não faltam para ser um parceiro do instituto: “O Chefs Especiais oferece contrapartidas que fazem muito sentido para empresas que buscam melhorar suas práticas de ESG e investir numa sociedade mais justa”, garante a fundadora.



Da esquerda para a direita, parte da equipe do restaurante Da Quebrada: João de Andrade, Ertha Saniely, Samanta Ramos e Beatriz Alvin. Na página ao lado, os fundadores da Gastronomia Periférica, Adélia Rodrigues e Edson Leite.

GASTRONOMIA PERIFÉRICA

“Nosso objetivo era ir além da formação de jovens com foco em empregabilidade”, conta a psicóloga e pesquisadora Adélia Rodrigues, cofundadora da Gastronomia Periférica. Instituída em 2012, em parceria com o chef Edson Leite, a Gastronomia Periférica, ou GP para os íntimos, nasceu na periferia de São Paulo como uma escola de gastronomia. Ao longo dos anos, desdobrou-se em um hub, que une formação técnica, cultura alimentar e inovação social.

“Mais do que oferecer cursos gratuitos, precisávamos usar a gastronomia como uma ferramenta de emancipação nas periferias não só para os mais jovens, mas também para pessoas mais velhas, principalmente as mulheres negras e em situação de vulnerabilidade social”, explica Adélia.

As cozinhas profissionais da Grande São Paulo, pontua ela, são formadas em sua maioria por trabalhadores periféricos, que muitas vezes não veem perspectivas de melhora de vida nem um plano de carreira. “Percebemos que nossa função deveria ir além e mostrar a essas pessoas que elas podem, sim, ser chefs, donas do próprio negócio e empresárias de sucesso quando têm acesso às ferramentas certas.” Uma pesquisa

recente com os participantes revelou que o empoderamento e a autoestima conquistados com a formação na GP tiveram uma importância ainda maior para eles do que o desenvolvimento financeiro. E faz todo o sentido. “É isso que vai dar força para que esse profissional se desenvolva e evolua, inclusive financeiramente”, diz Adélia.

Entre os muitos desafios do projeto, um deles é convencer o mercado que incentivar a qualificação profissional não é caridade: é um investimento na cadeia produtiva. “As pessoas precisam estudar, ter técnica, saber se colocar. Isso é uma estratégia que lá na frente dá retorno para todo mundo no setor”, destaca a gestora.

Mesmo com todos os percalços, a iniciativa segue firme. De uma turma inicial de 20 alunos, hoje a Gastronomia Periférica contabiliza cerca de 800 alunos formados anualmente, entre turmas presenciais em São Paulo e na Ceilândia (DF), mais a plataforma de EAD, que atende pessoas em todo país.

O hub conta ainda com o restaurante-escola Da Quebrada, na capital paulista. Aberto ao público geral, é uma excelente pedida para quem quer vivenciar na prática a Gastronomia Periférica e seu concei-

to de cozinha, que inclui aproveitamento total dos alimentos, menu apoiado na sazonalidade, valorização justa da cadeia de produção e reciclagem de resíduos. O Da Quebrada fica no bairro de Pinheiros, e a escolha da localização não foi à toa. “É importante ocupar um dos bairros mais gastronômicos da cidade. Nosso sonho é levar o conceito da Gastronomia Periférica para todo o Brasil, com um restaurante em cada estado”, preconiza Adélia.

Parece ambicioso demais? Que nada: o alcance da GP já vai além do território nacional. Recentemente o hub recebeu um grupo de pesquisadores de Harvard para uma imersão no universo da mandioca. E mais: em junho, Adélia e Edson foram indicados ao Canadian Global Awards 2025, concorrendo nas categorias Women Leaders e Community Heroes. Um reconhecimento internacional, mas com raízes firmemente cravadas na quebrada e feitas de território, resistência e coletividade, frisam eles. “Essa conquista não é só nossa. É de cada aluna e aluno, estagiária e estagiário, professora e professor, parceiro e parceira que acreditam na educação e na gastronomia como ferramentas de transformação”, celebra Adélia.

PRODUÇÃO EXECUTIVA:
IZABELA RIBEIRO
TRATAMENTO DE IMAGEM:
TELHA RETOUCHING



“As pessoas precisam estudar, ter técnica, saber se colocar. Isso é uma estratégia que lá na frente dá retorno para todo mundo no setor.”

Adélia Rodrigues