

BONAPETIT.

A melhor Revista de Gastronomia

Dezembro 25

Chef Euclides Vaz

paixão, propósito e
experiências memoráveis

Pag. 8

Chef Tio Phill

O impacto da escala 5x2
no setor gastronômico

Pag. 19



VINÍCOLA
Essenza



DuFloss



BONAPETIT.

A melhor Revista de Gastronomia

DIRETOR TÉCNICO E COMERCIAL

Rodrigo G. Ferreira

CAPA DA EDIÇÃO

Chef Tio Phill
Editorial

DIAGRAMAÇÃO E LAYOUT

Equipe Editorial Bonapetit

TEXTO E ORTOGRAFIA

Equipe Editorial Bonapetit

EDIÇÃO IMAGENS E FOTOGRAFIA

Equipe Editorial Bonapetit



CONTATO PARA REVISTA

editorialrevistabonapetit@gmail.com

ENTRE E SIGA-NOS



[revistabonapetit](https://www.instagram.com/revistabonapetit)



[Revista Bonapetit](https://www.linkedin.com/company/revista-bonapetit)



[Revista Bonapetit](https://www.youtube.com/revista-bonapetit)

www.revistabonapetit.com.br



NOTA DO EDITOR

GASTRONOMIA 2026 WORKSHOP

O Desafio Que Vai Transformar Sua Trajetória!

Participar do Workshop Gastronomia 2025 não é apenas estar em mais um evento... é aceitar um desafio de crescimento pessoal e profissional que pode mudar completamente a forma como você enxerga a gastronomia e o seu papel dentro dela.

Vivemos em um mundo onde a inovação e a criatividade ditam o ritmo. E na gastronomia, não é diferente. Quem não se atualiza, fica para trás. Por isso, este workshop foi criado para aqueles que não têm medo de se reinventar e querem se posicionar à frente, explorando técnicas modernas, tendências globais e ferramentas que geram impacto real.

- Imagine-se em dois dias intensos, mergulhando em palestras e oficinas que vão desafiar sua visão atual e abrir sua mente para novas possibilidades.
- Imagine trocar experiências com profissionais que compartilham da mesma paixão, formando conexões que podem se tornar verdadeiras parcerias de sucesso.
- Imagine sair desse evento com insights, estratégias e práticas que não apenas fortalecem sua carreira, mas elevam o seu nome no mercado.

Esse não é apenas um workshop... é uma jornada de transformação. Uma oportunidade para:

- Despertar sua criatividade e inovação.
- Aprender com especialistas que já trilham o caminho do sucesso.
- Expandir seu networking e construir conexões valiosas.
- Viver uma experiência única, que vai muito além de teoria – é prática, inspiração e impacto.

Mas aqui está a verdade: os grandes profissionais não esperam, eles agem. Eles entendem que oportunidades como essa são raras e precisam ser agarradas com força.

Se você deseja crescimento, se busca ser reconhecido, se quer dar um salto na sua carreira e viver a gastronomia de forma mais ousada e transformadora, o Workshop Gastronomia 2025 é o seu lugar.

Este é o momento de provar para si mesmo que você está pronto para o desafio.

A escolha está em suas mãos: ficar na zona de conforto ou se lançar rumo ao extraordinário.

As vagas são limitadas e os primeiros inscritos garantem condições especiais de inscrição.

Use o cupom: **VIPSTI**

DESCONTO: R\$10,00

Fazer inscrição



SABORES
TENDÊNCIAS &
INOVAÇÃO

A VERDADE QUE NINGUÉM ADMITE: COZINHAS ESTÃO FORMANDO TALENTOS... OU DESTRUINDO PROFISSIONAIS?

No Instagram, tudo parece uma celebração gastronômica: chefs sorrindo, pratos impecáveis, bastidores "organizados" e equipes sincronizadas como uma coreografia. Mas para quem conhece o chão quente da cozinha profissional, essa é apenas a embalagem bonita de uma realidade que poucos têm coragem de expor.

Hoje levantamos uma questão que muitos evitam e que promete ecoar pelos corredores da gastronomia brasileira: as cozinhas profissionais estão formando talentos... ou destruindo profissionais?

A narrativa tradicional diz que a cozinha é um ambiente de disciplina, técnica e crescimento. E sim, isso existe. Existem casas que são verdadeiras academias práticas, onde cada erro vira aprendizado e cada serviço é uma aula. Muitos chefs de renome creditam sua excelência ao fogo rígido que enfrentaram.

Mas também existe o outro lado o lado que ninguém posta. É nesse subterrâneo emocional e psicológico que encontramos histórias que não cabem em poses para fotos.

Cozinheiros relatam jornadas de 14 a 18 horas, folgas irregulares, salários defasados e uma cultura de humilhação disfarçada de "tradição culinária". Estagiários são usados como força operacional, tratados como invisíveis. Jovens apaixonados entram sonhando com Michelin e saem pedindo terapia. E o mais grave: muitos acreditam que isso é normal.

Um ex-auxiliar de cozinha de Porto Alegre revelou que, durante meses, ouviu gritos diários e insultos que nada tinham a ver com técnica mas com sua aparência, sua origem e sua personalidade. Já uma chef paulista admitiu que passou tanto tempo sendo diminuída por superiores que perdeu a confiança até para cozinhar em casa.

"Eu aprendi pratos complexos, mas desaprendi a me respeitar", confessou.

É esse o preço da excelência? Ou estamos perpetuando abusos sob o argumento de que "cozinha é assim mesmo"?



É preciso separar verdade de mito: Rigor não significa agressão. Pressão não é sinônimo de caos. Alta gastronomia não é desculpa para adoecer pessoas.

O que está em jogo não é apenas técnica culinária é saúde mental, emocional e física. A cozinha deveria ser o berço de novos talentos, não o cemitério das paixões. E a provocação fica ainda maior: como esperamos formar uma nova geração de chefs inovadores, se muitos estão desistindo antes mesmo de encontrar sua própria voz?

Não basta servir pratos perfeitos. Não basta colecionar elogios no TripAdvisor. Não basta ter fila na porta.

E então, deixo a pergunta que não quer calar: **Estamos moldando grandes chefs... ou apenas sobreviventes de um sistema que insiste em se esconder atrás do calor do fogão?**



NATAL, TRADIÇÃO E COMIDA

ENTRE A CEIA DA FAMÍLIA, O RESTAURANTE E A VONTADE DE INOVAR



Natal está chegando e o clima vai mudando nas cidades ao redor do mundo. No Brasil tem um padrão interessante: o Natal a gente passa com a família e o Ano Novo com os amigos. Pelo menos sempre foi assim para mim, até eu morar muito distante da família. Mas esse ano voltei para minha cidade natal e faremos desse jeito.

Cidade do interior é assim: costuma ter um bom movimento até o Natal, mercados cheios, restaurantes e bares bombando e, após a partida do bom velhinho, a turma vai mesmo é para a praia ou outras regiões se preparar para o Ano Novo. Engraçado que passei os dois últimos anos morando na Bahia (região de Itacaré) e como aumenta o turismo nessa época.

Agora tá todo mundo organizando a grande ceia, aquele momento de resgatar as tradições familiares, inovar um pouco e juntar as pessoas queridas.

A ceia brasileira e sua diversidade

No Brasil, devido à grande extensão de sua área e diversidade cultural, podemos encontrar diversos pratos típicos espalhados pelo país.

Região Norte

A culinária nortista é forte na ceia, utilizando ingredientes amazônicos frescos.

- Pato no Tucupí: prato paraense icônico, onde o pato é cozido em um caldo amarelado (tucupí) e servido com jambu, que provoca uma sensação de formigamento na boca.
- Pirarucu de Casaca: comum no Amazonas, feito com camadas de pirarucu desfiado, farinha Uarini (amarela), leite de coco e batatas.
- Frango Caipira: frequentemente substitui o peru em algumas mesas

Região Nordeste

A ceia nordestina é marcada por sabores intensos e ingredientes locais, como frutos do mar e coco.

- Bacalhau: muito popular devido à forte influência portuguesa.
- Arroz de Cuxá: no Maranhão, um acompanhamento clássico à base de vinagreira.
- Sobremesas: bolo de rolo, pudim de tapioca com calda de coco queimado e cartola (banana com queijo).

Região Centro-Oeste

A ceia no Centro-Oeste traz influências da culinária goiana e pantaneira.

- Frango com Pequi: o fruto do cerrado aparece em diversas preparações.
- Galinhada: prato substancioso e festivo, ideal para grandes reuniões.
- Pernil ou Lombo: carnes de porco assadas são bastante tradicionais.

Região Sudeste

Talvez a ceia mais próxima do imaginário nacional de Natal, com forte influência europeia.

- Peru e Chester: aves assadas como centro da mesa.
- Bacalhau: presença garantida, especialmente em Minas Gerais e no Rio de Janeiro.
- Salpicão e Arroz à Grega: acompanhamentos clássicos, junto com a rabanada.

Região Sul

Com clima mais ameno em dezembro e forte colonização europeia, os pratos são mais robustos.

- Carnes de Porco: pernil e lombo dominam a ceia.
- Maioneses e Saladas: salada de batata com maionese é tradição.
- Panetone e Doces: influência italiana e alemã muito presente.

E se a gente quiser inovar um pouco?

Mas e se a gente quiser inovar um pouco? Qual o melhor caminho?

Eu sou um cozinheiro que gosta de unir tradições com novas ideias. Veganizar pratos clássicos e etc...

Esse ano vou preparar:

- escabeche de lagarto,
- ceviche de coco,
- homus e coalhada de kefir para entrada.

O prato principal será um bom pernil defumado com cerveja preta, acompanhado de farofa de castanha portuguesa e salada de couscous marroquino com damasco.

Para sobremesa, uma tortinha de trigo sarraceno com sementes de girassol, ganache de castanha de caju com chocolate e geleia de morango.



Luciana Cassaboni

Natal e Ano Novo simbolizam nascimento, esperança, renovação, solidariedade e amor ao próximo. São datas que convidam a novos começos, despertam grandes expectativas e renovam as energias positivas que marcam o encerramento de um ciclo e o início de outro.

Com a chegada dessas celebrações tão especiais, a Chef Luciana Cassaboni apresenta mais uma criação autoral que promete encantar as mesas de Natal e Ano Novo. Uma verdadeira estrela gastronômica que chega para completar a ceia com alegria, inspiração, criatividade e, acima de tudo, amor por essas datas tão significativas.

Com satisfação e sensibilidade, a chef compartilha uma receita cuidadosamente desenvolvida para abrihntar as ceias onde famílias se reúnem para celebrar a união, a paz, o amor e os reencontros. A proposta traduz o espírito festivo em sabores marcantes e apresentações que despertam emoção.

A criação ganha ainda mais força por meio da parceria com o Açougue Godoy, referência em qualidade e excelência, responsável por fornecer os ingredientes que dão origem a pratos verdadeiramente espetaculares para as ceias de fim de ano.

Como entrada, destaca-se o Bolinho Surpresa Incrível, uma explosão de sabores elaborada com carne suína e cordeiro, recheada com queijo colonial e goiabada, finalizada com um delicado molho de espumante que eleva a experiência sensorial do prato.

Para o prato principal, a grande estrela é a Estrela da Terra Tropical: um surpreendente e intenso rocambole de carnes suína e de cordeiro, recheado com bacon e frutas secas, envolto em oleaginosas. O prato é guarnecido com farofa de farinha de milho flocada e passas, acompanhado por um refinado arroz de espumante com amêndoas laminadas, criando uma composição equilibrada, festiva e memorável.

Que estas celebrações sejam marcadas por momentos especiais, boa mesa e sentimentos renovados. Um Feliz Natal e um Ano Novo repletos de boas energias.



ESTRELA DA TERRA TROPICAL

Ingredientes:

- 1 kg de carne moída de cordeiro
- 1 kg de carne moída de nuca suína
- Q.b. de ervas de provença
- Q.b. de sal
- 250 ml de espumante brut rose

RECHEIO:

- 50 gramas de damasco picado
- 50 gramas de tâmara picadas
- 50 gramas de figo seco picado
- 50 gramas de ameixa seca picada
- 50 gramas de bacon picado e frito
- 50 gramas de gramberry seco
- 200 gramas de ricota peneirada
- 250 gramas de cream cheese
- Q.b. sal

COBERTURA:

- 500 gramas de cream cheese
- 50 gramas de nozes picados
- 50 gramas de pistache picado
- 50 gramas de amêndoas picadas
- 50 gramas de castanha do Pará picada
- 50 gramas de castanha de caju picada
- Molho de espumante:
- 750 ml de espumante brut rose
- 50 ml de mel
- 30 gramas de amido de milho

FAROFA

Ingredientes:

- 500 gramas de farinha de milho flocada
- 20 gramas de manteiga sem sal
- Q.b. de sal

- 50 gramas de passas de uvas brancas
- 50 gramas de passas de uvas pretas

Modo de preparo: Colocar na frigideira a manteiga, a farinha e o sal. Mexer até ficar dourada.

Depois misturar as passas.



Modo de preparo:

Misturar as carnes moídas com os temperos, sal e o espumante deixar marinar por 24 horas.

Reservar.

Depois abrir no plástico filme e rechear. Enrolar no papel laminado untado e assar.

RECHEIO:

Peneirar a ricota e misturar com o restante dos ingredientes.

- Cobertura: envolver o rocambole depois de assado no cream cheese e envolver nas oleaginosas.

ARROZ DE ESPUMANTE

Ingredientes:

- 350 gramas de arroz
- 10 ml de Óleo de soja
- 700 ml de espumante brut branca
- Q.b. sal
- 70 gramas de amêndoas laminadas.

MODO DE PREPARO:

Colocar na panela o Óleo, arroz, sal e a espumante.

Deixar cozinhar e depois colocar as amêndoas laminadas.



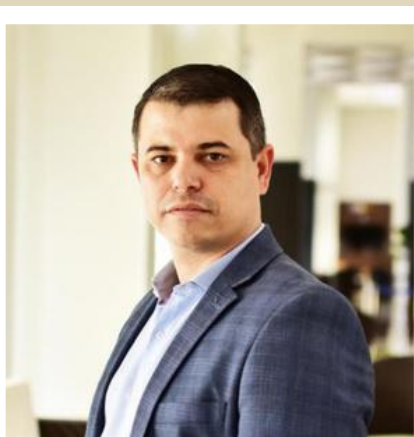
Chef Euclides Vaz

paixão, propósito e experiências
memoráveis

Euclides Sousa Lourenço, conhecido profissionalmente como Chef Euclides Vaz, encontrou na gastronomia muito mais do que uma carreira: descobriu um propósito de vida. Sua trajetória teve início ainda cedo, impulsionada pela necessidade, pela curiosidade e pelo desejo de transformar ingredientes em experiências memoráveis.

Com mais de 20 anos de atuação no setor de alimentos e bebidas, construiu uma carreira sólida e abrangente, passando por todas as áreas da cozinha e da gestão. Essa vivência lhe proporcionou uma visão ampla, estratégica e profundamente conectada à realidade do negócio gastronômico.

Formado em Publicidade e Propaganda e Gestão Financeira, Euclides alia criatividade, comunicação e controle estratégico aos processos culinários. É fundador da Mise En Place Consult, onde atua como consultor gastronômico especializado no desenvolvimento, estruturação e reposicionamento de negócios de alimentação, integrando técnica, gestão e identidade de marca.



Sua experiência contempla hotéis, resorts, restaurantes e eventos, sempre com foco em organização, padronização de processos e geração de resultados consistentes.

Para o Chef Euclides Vaz, a gastronomia vai além do prato. Ela envolve pessoas, histórias e memórias. Seu trabalho é marcado pela valorização da cultura, do sabor e da construção de experiências completas à mesa — aquelas que permanecem na lembrança muito depois do último prato.



ENOTURISMO IMPULSIONA ECONOMIA DA SERRA DA MANTIQUEIRA E FORTALECE PRODUÇÃO DE AZEITES E VINHOS



O enoturismo se consolida como um dos principais vetores econômicos da Serra da Mantiqueira, impulsionado pela produção de vinhos e azeites de altitude e pela integração entre agricultura, gastronomia e turismo. A região tem atraído visitantes interessados em experiências ligadas ao território, à cultura produtiva e ao consumo consciente.

Segundo levantamento da Secretaria de Turismo e Viagens do Estado de São Paulo (Setur-SP) e do Centro de Inteligência da Economia do Turismo (CIET), 82% das vinícolas paulistas registraram crescimento no número de visitantes desde a criação do programa Rotas do Vinho, com média de 27% de aumento no fluxo turístico. Nesse cenário, a Vinícola Essenza, em Santo Antônio do Pinhal (SP), se destaca como um dos exemplos da expansão do setor na Mantiqueira.

O manejo e o cultivo ocorrem também em Maria da Fé (MG), onde estão localizados o olival mais alto do mundo e o vinhedo mais alto do Brasil, a 1.910 metros de altitude. Quatro rótulos da Essenza receberam medalha de Bronze no Decanter World Wine Awards 2025: Espumante Rosé Extra Brut, Mantikir Merlot 2024, Mantikir Pinot Noir 2024 e Mantikir Alvarinho 2024.

“Nosso propósito é que o visitante entenda o ciclo completo, do cultivo ao prato, do azeite ao vinho”, afirma Herbert Sales, fundador da Essenza. A vinícola também oferece experiências enogastronômicas que conectam o terroir da Mantiqueira à vivência no conceito slow food.





A Ceia Invisível: Por que quem alimenta também precisa se nutrir neste fim de ano

Enquanto o mundo se prepara para brindar com champanhe e fartura, a espinha dorsal da nossa indústria enfrenta sua maratona mais exaustiva. É hora de falarmos sobre a sustentabilidade humana nas cozinhas profissionais durante as festas.

O som é inconfundível para qualquer um que já vestiu um dólmã: o ruído ritmado da impressora térmica cuspidando pedidos sem parar. Em dezembro, essa trilha sonora ganha um andamento frenético, quase ensurdecedor. Enquanto as luzes da cidade piscam em tons de festa e as famílias planejam suas ceias, o profissional de gastronomia seja ele o chef estrelado, o cozinheiro da linha de frente, o empreendedor do buffet ou o confeitiro artesanal entra em modo de sobrevivência.

Há uma beleza inegável na nossa profissão: a capacidade de doar, de materializar afeto em forma de comida. Somos os arquitetos das memórias de fim de ano dos outros. No entanto, existe uma linha tênue entre a dedicação apaixonada e o auto-sacrifício perigoso. E, infelizmente, a cultura da cozinha, historicamente forjada no rigor militar e na glorificação do "aguentar o tranco", muitas vezes nos empurra para o segundo lado.

Nesta coluna de fim de ano, não vim falar sobre tendências de peru ou a melhor harmonização para a rabanada. Vim fazer um apelo humanizado, de colega para colega, sobre a importância vital de mantermos uma rotina mínima de saúde física e mental durante o caos de Natal e Réveillon.

O Custo Oculto do "Serviço Perfeito"

Nós sabemos como funciona: a adrenalina mascara o cansaço. O foco no prato perfeito faz esquecermos da própria fome. O desejo de agradar o cliente supera a necessidade de ir ao banheiro. Durante anos, romantizamos essa entrega total. Mas a que custo?

Burnout, lesões por esforço repetitivo, desidratação crônica e um estresse mental que perdura muito depois que o último cliente vai embora. Um profissional exausto não apenas prejudica a si mesmo, mas também compromete a operação. A criatividade morre no cansaço, a paciência com a equipe desaparece e os erros – às vezes perigosos acontecem.

Manter uma rotina saudável não é um "mimo" ou frescura; é uma estratégia de negócio e, acima de tudo, um ato de respeito próprio. Não podemos servir excelência se estivermos operando no vermelho.

O Planejamento como Escudo Protetor

Como, então, inserir saúde em um período que naturalmente pede excesso de trabalho? A resposta não está em milagres, mas em planejamento estratégico e pequenas negociações inegociáveis com nós mesmos e nossas equipes.



Leia + aqui

Leia mais sobre está coluna clicando no botão acima



Arroz carreteiro

Receita especial Chef Rafael Nery

Ingredientes:

- 100g de contra-filé cortados em cubos.
- 50g de linguiça toscana já selada e cortada em cubos.
- 50g de bacon cortado em cubos.
- 25g de cenoura cortada em brunoise.
- 40g de cebola cortada em brunoise.
- 20g de tomates cortados em brunoise.
- 10g de alho picotado na faca.
- 25g de salsa picotada.
- 200g de arroz já cozido bem soltinho.
- 100ml de molho demiglace
- 50ml de vinho tinto.
- 20ml de molho shoyo.
- 20g de aioli de alho.
- 10g de couve crispy.
- 1 banana da terra madura.
- 1 ovo frito com gema mole
- 20g de queijo fresco cortados em cubos.
- QB de sal
- QB de pimenta preta

Modo de fazer:

1. Em uma caçarola pequena frite primeiro o bacon com sua própria gordura, em seguida entre com o contra-filé, após o contra-filé estiver dourado, acrescente linguiça deixe tudo ficar bem douradinho, acrescente cebola e cenoura e depois o alho.
2. Acrescente o tomate, o vinho e molho demiglace e o molho shoyo. Deixe cozinhar por 3 minutos no fogo baixo.
3. Acrescente o arroz já cozido, a salsa picada e acerte o sal e a pimenta. Desligue o fogo
4. Frite a banana cortada no centro em imersão. Reserve.
5. Frite o ovo com gema mole e reserve.

Montagem:

Em uma louça funda deposite o arroz carreteiro, faça um buraco no centro e coloque aioli de alho, por cima do aioli coloque couve crispy fazendo um volume alto, coloque ovo frito de gema mole por cima da couve e banana frita nas laterais, espalhe os cubos de queijo nas laterais e está pronto o arroz carreteiro.

“Fazer esse prato me aproxima das raízes culturais do meu estado o magnifico Goiás, esse prato me faz levar a cultura caipira para mesa e me traz orgulho das minhas origens e de quem eu sou”.



Cerrado Luanda
Endereço: via 2, Talatona



rafael.nery.58
cerradoluanda

FUSIONE

EXPERIÊNCIAS
MEMORÁVEIS



Casa
GABRIEL
RODRIGUES



Cozinhar para Transformar: histórias da cozinha de retiros e do alimento que vira caminho

Nove anos entre panelas, silêncios, medicinas e pessoas que decidiram mudar a própria vida.

A cozinha de retiros e o propósito das vivências

Há aproximadamente 9 anos eu trabalho com cozinha de retiros. São eventos especiais que geralmente vão de 3 a 10 dias, mas podendo ser de meses de duração. Esses retiros são de diversos tipos, como yoga, autodesenvolvimento, plantas medicina, silêncio, meditação e muitos outros.

A ideia aqui é simples, Se retirar das rotinas do dia a dia e viver uma experiência transformadora. Pode parecer clichê dizer isso mas é assim que acontece. Esse é o grande propósito dessas vivências. Aprender coisas novas, novas habilidades e novas formas de encarar a vida. A busca por transformação pessoal é talvez o caminho mais desafiador se feito sozinho. Pois mudar implica deixar para trás muitas crenças identificadas de quem somos, para abrir espaço para o novo, ainda não conhecido.

Aprender a cozinhar para processos profundos

Nesse caminho encontrei um trabalho que aprendi a realizar. Cozinhar para retiros e dietas espirituais. Atender diferentes públicos em diferentes contextos, cada qual com sua necessidade. Isso me manteve sempre um cozinheiro onívoro e versátil, embora pelo hábito, alterei minha própria forma de me alimentar, com menos sal, açúcar e gordura de baixa qualidade.

Quando a comida vira conforto e parte do processo

A comida vira mais que nutrição para o corpo, mas alimenta a alma e trás o conforto necessário para uma pessoa em transformação. Mudar, sair do casulo e expandir não é fácil, precisa ter coragem e disposição. Quando o retiro acaba, é preciso enxergar com os próprios olhos a vida como ela é, voltar para onde viemos e fazer aos poucos as mudanças necessárias para viver a transformação.



Enzo Martin



O período das festas e os excessos conscientes

Agora estamos chegando na época das grandes comilanças, simbolizados no Brasil pela fartura de alimentos. O Natal é conhecido pela ceia e grandes encontros, e o ano novo é um momento onde se bebe muito, atrás provavelmente apenas do carnaval. Nessas datas, é possível se divertir com consciência, celebrar sem se entorpecer e abusar da saúde física, mental e espiritual. Tudo bem sair da dieta um pouco, mas fica o questionamento do quanto descontamos na comida e no álcool as frustrações e usamos de forma indevida, apenas para buscar uma satisfação momentânea.



Chef EDSON NAVARRO

Curato Escola de Charcutaria

Há quem defenda que a gastronomia escolhe seus protagonistas antes mesmo que eles se deem conta disso. No caso de Edson, a história parece confirmar essa ideia. Criado em uma família italiana, aprendeu desde cedo que a mesa nunca foi apenas um espaço para as refeições, mas um território quase sagrado — um verdadeiro palco onde tradição, afeto e comida se encontravam diariamente. Debates acalorados sobre o ponto do sal, a textura perfeita da massa ou a qualidade de um presunto faziam parte da rotina familiar. Foi ali, ainda de forma inconsciente, que tudo começou.

Com o passar do tempo, o fascínio pela alquimia das carnes permaneceu intacto. Enquanto muitos jovens sonhavam com caminhos distantes, ele se sentia cada vez mais atraído pela precisão, pela paciência e pela poesia presentes no universo da charcutaria. Não se tratou de acaso, mas de uma necessidade quase visceral de compreender como o tempo, a técnica e o respeito à matéria-prima são capazes de transformar o simples em extraordinário.



Ao longo de mais de 15 anos de estudo e prática, aprofundou-se nesse ofício com dedicação absoluta. Buscou formações especializadas, pesquisou métodos tradicionais, experimentou técnicas contemporâneas e esteve ao lado de grandes nomes da área. Das produções artesanais mais modestas às câmaras frias mais bem estruturadas, cada experiência contribuiu para moldar sua visão. Foi nesse percurso que consolidou a certeza de que a charcutaria vai muito além da técnica: trata-se de transmissão de conhecimento, cultura e memória.



Desse propósito nasceu a Curato Escola de Charcutaria Artesanal, um projeto que superou o sonho individual e se tornou referência nacional. Ao longo de mais de uma década de atuação, mais de 3.000 alunos foram formados, vindos de diversas regiões do Brasil e também do exterior. Cada um carrega consigo um fragmento dessa história, assim como o fundador carrega um pouco de cada trajetória que ajudou a construir.

A escola desenvolveu uma pedagogia própria, investiu em infraestrutura, criou equipamentos como a Brine Injector, voltada a pequenos produtores, e segue ampliando o acesso ao conhecimento de um ofício tão antigo quanto essencial.

O caminho, no entanto, não foi isento de desafios. Receitas que falharam, maturações que testaram a paciência, noites dedicadas ao estudo de legislações e padrões internacionais, além de alunos com histórias tão intensas quanto seus temperos, fazem parte dessa jornada. São esses desafios que dão sentido à trajetória e reforçam uma convicção fundamental: se o alimento transforma, a educação transforma ainda mais.

Hoje, o propósito permanece o mesmo que o guiou desde o início: honrar as tradições, respeitar a matéria-prima e capacitar aqueles que desejam transformar a charcutaria em profissão, negócio ou paixão. A experiência ao longo dos anos deixou uma certeza clara: a gastronomia nunca foi apenas sobre comida. Ela é, sobretudo, sobre pessoas — e sobre a extraordinária arte de transformar vidas, uma peça de carne por vez.



www.curato.com.br

www.revistabonapetit.com.br



[curatocharcutaria](https://www.instagram.com/curatocharcutaria)



Pag.13



DuFloss

Linha Gourmet

A Dufloss nasceu do desejo em desfrutar,
junto de familiares e amigos, pratos gourmet
com a simplicidade da cozinha caseira.

Reserve o seu
defumador e sinta-se
um "Chef" dentro de
casa!

[Visitar a Loja!](#)



Discussão editorial



O PESO DA FACA: AS DECISÕES CRUCIAIS QUE MOLDAM O SUCESSO DE CHEFS E LÍDERES NA COZINHA



[Leia outras reportagens](#)



No imaginário popular, o chef de sucesso é aquele que executa com maestria uma receita complexa. No entanto, o verdadeiro teste de fogo para chefs e líderes de cozinha reside em uma habilidade menos glamorosa, mas infinitamente mais importante: a capacidade de tomar decisões cruciais sob pressão, todos os dias. Uma cozinha profissional é um caldeirão de urgências, e a qualidade das escolhas feitas no calor do momento é o que separa um restaurante estrelado de um fechado.

O Triumvirato da Decisão Diária

Para ser bem-sucedido, o líder de gastronomia precisa dominar três áreas críticas de decisão, cada uma com seus próprios desafios e recompensas:

1. Decisões de Gestão de Pessoas (O "Team Play")

O sucesso de um prato começa muito antes do fogo acender; começa na gestão da brigada.

- **Desafio:** Lidar com a Exaustão e o Burnout. As longas horas e a alta pressão tornam a gastronomia um ambiente de alto turnover.
 - **Decisão Crucial:** Quando intervir e como delegar. O líder deve saber reconhecer o limite de um membro da equipe e realocar tarefas antes que um erro por fadiga comprometa o serviço.
 - **Dica de Melhoria:** Implemente um sistema de "micro-treinamento" diário. Cinco minutos antes do serviço, aborde uma técnica ou procedimento específico. Isso não só melhora a performance, mas mostra que o chef está investindo no desenvolvimento da equipe, elevando o moral.
- **Desafio:** Manter a Comunicação Calma em Meio ao Caos (O Rush).
 - **Decisão Crucial:** Priorizar o tom sobre o conteúdo. Gritar pode resolver um problema imediato, mas destrói o respeito e a motivação a longo prazo. O líder deve decidir conscientemente usar uma comunicação assertiva e clara, nunca agressiva.

2. Decisões de Gestão de Operações (A "Linha de Montagem")

A eficiência do serviço depende de decisões rápidas e lógicas sobre o fluxo de trabalho.

- **Desafio:** O Controle de Qualidade Contínuo. Manter a consistência do primeiro ao último prato.
 - **Decisão Crucial:** Quando parar a produção. O chef deve ter a coragem de retirar um item do menu ou interromper uma estação se a qualidade dos ingredientes ou a execução da equipe não atingirem o padrão, mesmo que isso signifique prejuízo a curto prazo. A reputação é o ativo mais valioso.
 - **Dica de Melhoria:** Desenvolver "Checklists de Fechamento" extremamente detalhados (não apenas de limpeza, mas de mise en place para o dia seguinte). Esta decisão de pré-planejamento reduz o estresse do dia seguinte em 40%.
- **Desafio:** Otimização de Estoque e Redução de Desperdício (Food Cost).
 - **Decisão Crucial:** O que fazer com o excedente inesperado. Decidir rapidamente transformar um ingrediente perecível que sobrou em um "especial do dia" criativo em vez de jogá-lo fora, equilibrando a criatividade com a economia.

3. Decisões Estratégicas e Criativas (O "Futuro do Menu")

Estas decisões definem a identidade e a longevidade do negócio.

- **Desafio:** A Inovação Vs. A Tradição. Saber quando arriscar e quando manter o clássico.
 - **Decisão Crucial:** Quando lançar um novo prato. Não basta ser bom; ele deve ser viável operacionalmente e rentável. O chef deve decidir se o prato novo se alinha com a marca e se a equipe está pronta para executá-lo sem comprometer o resto do menu.
 - **Dica de Melhoria:** Reserve um tempo semanal para "Decisões de Calmaria". Fora da cozinha, sente-se com a equipe de gestão para discutir o menu, feedbacks dos clientes e tendências. A clareza vem da pausa.

A Filosofia do Líder de Sucesso: Agilidade e Humildade

A melhoria contínua na tomada de decisões depende de dois pilares:

1. **Agilidade Cognitiva:** O líder de cozinha não pode se dar ao luxo da paralisia por análise. Eles precisam processar informações sensoriais (cheiro, ruído, visual) e logísticas (pedidos, tempo de cocção, estoque) e tomar uma decisão em segundos.
2. **Humildade para Corrigir:** O sucesso não é não errar, mas sim corrigir rapidamente. Um grande chef decide admitir um erro de mise en place ou de gestão e implementar a correção imediatamente, sem deixar o ego atrapalhar o serviço.

Transformando cultura em sabores

Chef

Alexandro Bartolomeu

Mineiro de nascimento, vindo de uma pequena cidade da Zona da Mata mineira, chef Alexandro carrega no sotaque, no olhar e nas mãos a essência de quem aprendeu cedo o valor do trabalho e da dedicação. Foi ainda muito jovem, em Ubá, que iniciou sua trajetória como ajudante de confeitaria, movido pela necessidade de ajudar a família. O que começou como obrigação logo se transformou em paixão.

Entre fornos, massas e aromas que despertam memórias, nasceu um amor profundo pela arte da padaria e da confeitaria. Ao longo de 37 anos de atuação, construiu uma história sólida, marcada por aprendizado constante, disciplina e respeito aos ingredientes. Cada receita, cada pão e cada doce carregam não apenas técnica, mas sentimento, tradição e propósito.

Reconhecido como Chef FIC Brasile e integrante da Federação de Cozinha Italiana, ele une a precisão da técnica à sensibilidade de quem entende que cozinhar é um ato de cuidado e entrega. Sua trajetória é resultado de perseverança, estudo e de uma conexão verdadeira com a gastronomia.

Hoje, além de atuar profissionalmente, exerce um papel transformador como professor de gastronomia no projeto Voz Feminina, na cidade de Três Rios, na região serrana do Rio de Janeiro. Ali, compartilha conhecimento, incentiva sonhos e utiliza a cozinha como ferramenta de empoderamento, aprendizado e reconstrução de histórias.



Técnica e Brasilidade



Para ele, a gastronomia vai muito além do alimento. É acolhimento, é expressão, é transformação. Faz bem para o corpo, aquece a alma e conecta pessoas. Uma arte capaz de mudar destinos — assim como mudou o seu.



chef_alexandro_bartolomeu

CAMERAÇÃO

O CHEF FORA DA COZINHA:
MARKETING PESSOAL É O NOVO
INGREDIENTE SECRETO, E A
POLÊMICA FERVE!



REPORTAGEM DA REVISTA - WEBSITE

Nas caldeiras da alta gastronomia, o aroma de um bom molho sempre foi o passaporte para o sucesso. Mas, convenhamos: em 2025, de nada adianta ter a técnica de um Paul Bocuse se você é um completo desconhecido fora da sua praça. A verdade, nua e crua, é que o marketing pessoal deixou de ser um acessório e se tornou o ingrediente mais crucial e polêmico no cardápio de qualquer chef ou profissional da culinária que aspire ao estrelato.

Novos rumos — o que está mudando agora

A polêmica reside justamente no choque entre a visão romântica do chef recluso, que só se preocupa com a perfeição no prato, e a realidade pragmática do mercado atual. Muitos puristas torcem o nariz, alegando que o foco excessivo em redes sociais, programas de TV ou branding pessoal desvia a atenção da verdadeira arte: cozinhar.

Eles temem que o ego supere o paladar, e que o "personagem" engula o cozinheiro. E não podemos ignorar essa crítica. Quantos talentos anônimos permanecem na sombra enquanto chefs medianos, mas com um bom engajamento, se tornam celebridades?

O Segredo é o Equilíbrio Temperado

A polêmica só será superada quando os profissionais entenderem que o marketing pessoal não é inimigo da arte; é o seu megafone. O chef do século XXI precisa ser um artista talentoso e um comunicador eficaz.

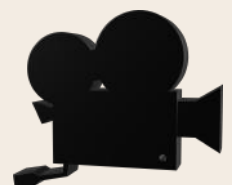
A arte de cozinhar exige técnica e dedicação; a arte de construir uma carreira de sucesso exige, além disso, que você saiba contar a sua história. O molho de tomate pode ser divino, mas se a sua marca for insossa, ele corre o risco de ser esquecido.

Portanto, para os chefs que ainda hesitam: a panela de pressão do mercado já apitou. Coloque seu avental mais estiloso, aprimore sua técnica, mas, acima de tudo, não subestime o poder de uma história bem contada. Sua valorização pessoal e o futuro de sua carreira dependem disso.

O Poder da Marca Pessoal na Carreira

No entanto, ignorar o marketing pessoal hoje é assinar um atestado de irrelevância. Vivemos na "Economia da Atenção". Se você não está visível, você não existe. Para o profissional da gastronomia, isso se traduz em:

1. Valorização Pessoal e Profissional: Um chef com uma marca pessoal forte pode negociar salários mais altos, atrair melhores investidores para seu restaurante e, crucialmente, ter o poder de ditar suas próprias regras, em vez de ser ditado pelo mercado.
2. Autoridade e Confiança: Aparecer, falar sobre sua filosofia, seus ingredientes e suas técnicas constrói autoridade. O público confia no "rosto" por trás do fogão. Essa confiança se traduz em mesas cheias, menções na imprensa e, sim, prêmios.
3. Diversificação de Receita: Hoje, o sucesso de um chef não se limita à margem de lucro do restaurante. Livros de receita, consultorias, workshops online, linhas de produtos e parcerias com grandes marcas são fontes de renda que só se abrem para quem tem um nome estabelecido e reconhecido.
4. A Sobrevivência do Negócio: Em tempos de crise, ou mesmo em mercados supercompetitivos, é a personalidade e a história do chef que fidelizam o cliente e dão ao restaurante uma alma inconfundível. O Alerta do Repórter: O desafio não é fazer marketing, mas sim fazê-lo de forma autêntica. O chef que se transforma em um produto vazio será desmascarado rapidamente pelo público perspicaz. A narrativa pessoal deve ser um espelho da paixão e da qualidade que saem da sua cozinha.



Chef Pedro Henrique

Desde muito cedo, a cozinha já fazia parte do chef Pedro. Aos quatro anos de idade, sua maior diversão era espalhar as panelas pelo chão e fingir ser cozinheiro na casa dos avós. Aos dez, deu os primeiros passos formais na área ao realizar, no interior de Piracicaba, um curso de especialização em ovos de Páscoa. Ainda muito jovem, seguiu se capacitando por meio de cursos pontuais e complementares, preparando-se para o momento em que pudesse ingressar profissionalmente no mercado.

Aos 17 anos, conquistou seu primeiro emprego como auxiliar de confeitaria em uma padaria no interior de São Paulo. Paralelamente, iniciou o curso tecnólogo em Confeitaria pelo IGA. Aos 18, formou-se e assumiu uma posição de liderança na mesma padaria. Mesmo diante desse reconhecimento precoce, percebeu que o verdadeiro caminho seria o aprimoramento contínuo e o aprofundamento nos estudos.

Decidiu então mudar-se para a capital paulista, onde ingressou na graduação em Gastronomia pela Universidade Anhanguera. Nesse período, passou a integrar a equipe da tradicional Casa Godinho, uma das mais renomadas casas de empadas de São Paulo. Após um ano de estágio, foi efetivado como confeitoiro, permanecendo na casa por mais seis meses.



pdhenrico



Na sequência, surgiu a oportunidade de trabalhar ao lado de uma das profissionais que mais admira, a chef Vivianne Wakuda. Embora sua passagem tenha sido breve, foi tempo suficiente para ampliar sua compreensão sobre a vastidão técnica e criativa da confeitaria. Pouco depois, ingressou na Carlos Bakery, onde teve a honra de trabalhar com grandes profissionais, entre eles Mariana Sartório, gerente de produção e desenvolvimento, que se tornou uma verdadeira mestra em sua trajetória, deixando ensinamentos que ele carrega até hoje. Nesse período, também teve a oportunidade de conhecer pessoalmente o renomado chef confeitoiro americano Buddy Valastro.

Com o desejo constante de evolução, novas oportunidades surgiram. Assumiu o cargo de subchef na casa francesa Charlotte/Romã, sob a liderança do chef francês Romain Copeux, profissional com experiência ao lado de Cédric Grolet. Permaneceu na equipe por quase seis meses, período em que foi orientado por quem considera uma de suas maiores incentivadoras, a gerente Marta Nascimento, fundamental para seu crescimento pessoal e profissional.



Na sequência, foi aprovado no processo seletivo para assumir a posição de confeitoiro pleno do Fasano Boa Vista, consolidando mais um importante capítulo de sua carreira. A trajetória, no entanto, nunca foi simples. A pouca idade muitas vezes gerou desconfiança e preconceito, com questionamentos sobre sua capacidade e talento. Ainda assim, ele aprendeu que a confeitaria — assim como a cozinha — exige muito mais do que técnica: demanda coragem, resiliência e força emocional.

Nem todos suportam a pressão, as crises e os momentos em que a desistência parece uma opção. Mas, para ele, apesar dos desafios, trata-se de um caminho belo, intenso e transformador. Cada experiência vivida representa aprendizado e evolução. Hoje, segue profundamente grato por todas as pessoas que cruzaram seu caminho e contribuíram para a construção de sua história.

O Desafio da Balança: **O impacto da escala 5x2 no setor GASTRONÔMICO**

O setor de bares e restaurantes, historicamente marcado por jornadas extensas, ritmo acelerado e alta pressão operacional, encontra-se no centro de uma das discussões mais relevantes da última década: a adoção da escala de trabalho 5x2 — cinco dias de trabalho para dois dias consecutivos de descanso. A proposta, alinhada às tendências de modernização das relações trabalhistas e à valorização da saúde mental, traz avanços sociais importantes, mas também impõe desafios estruturais e financeiros significativos aos estabelecimentos.



cheftiPhill

A visão do colaborador:

qualidade de vida e retenção de talentos

Para quem vive o dia a dia “atrás do fogão” ou no salão, a escala 5x2 representa uma conquista concreta. O descanso semanal em dois dias consecutivos possibilita uma recuperação física e emocional que a folga única dificilmente oferece, especialmente em um setor conhecido pela intensidade e imprevisibilidade.

Entre os principais benefícios estão a redução do burnout e do estresse crônico, tão comuns em cozinhas de alta performance, além do fortalecimento da vida social e familiar.

Outro ponto crucial é a atratividade do setor: diante da escassez de mão de obra qualificada, oferecer uma jornada mais equilibrada torna-se um diferencial competitivo frente a outros mercados, contribuindo para a retenção de talentos e a diminuição da rotatividade.

A visão do empresário:

custos, logística e sustentabilidade

Do outro lado da bancada, chefs executivos, gestores e proprietários lidam com uma equação que nem sempre fecha facilmente. A operação gastronômica é, por natureza, contínua, e o chamado “custo Brasil” pesa de forma significativa nessa transição.

A adoção da escala 5x2 costuma exigir a contratação de 15% a 20% mais colaboradores para manter o funcionamento pleno durante os sete dias da semana, impactando diretamente a folha de pagamento. Soma-se a isso a complexidade na criação de escalas que garantam equipes completas nos dias de maior movimento, como finais de semana e feriados — um verdadeiro desafio logístico.

O aumento do custo operacional, por sua vez, frequentemente pressiona o preço final dos pratos, o que pode gerar retração no consumo em um cenário já marcado pela inflação dos alimentos e pela sensibilidade do público aos reajustes.



O caminho do meio:

inovação e adaptação

Mais do que simplesmente “trabalhar menos”, a discussão aponta para a necessidade de trabalhar melhor. Alguns estabelecimentos já começam a adotar soluções criativas e modelos híbridos para equilibrar bem-estar e viabilidade financeira.

Entre as estratégias mais comuns estão o enxugamento de cardápios, que reduz a complexidade operacional e aumenta a eficiência das equipes; o investimento em tecnologia de produção, como fornos combinados e ultracongeladores, que otimizam processos e diminuem a dependência de mão de obra em tarefas repetitivas; e o fechamento estratégico em dias de menor movimento, garantindo descanso coletivo sem inflar a folha salarial.

Conclusão

A transição para a escala 5x2 na gastronomia parece ser um caminho irreversível no que diz respeito à evolução das relações de trabalho. No entanto, seu sucesso depende menos de imposições legais e mais de planejamento financeiro, criatividade operacional e diálogo entre todos os elos da cadeia.

Trata-se de um novo pacto entre quem cozinha, quem gere e quem consome, reconhecendo que o valor de uma refeição vai além dos ingredientes e da técnica. Ele também reflete o bem-estar, a dignidade e a sustentabilidade de quem está por trás do prato que chega à mesa.

Reflexão pode ajudar!

Antes de qualquer análise técnica ou numérica, é preciso dar um passo atrás e refletir sobre o que, de fato, sustenta a gastronomia enquanto setor econômico, cultural e humano. A cozinha profissional sempre foi construída sobre pilares como paixão, entrega e resistência — virtudes que, por muito tempo, foram confundidas com exaustão, jornadas extremas e sacrifício pessoal. A discussão sobre a escala 5x2 não surge apenas como uma mudança de calendário, mas como um convite profundo à revisão de valores que moldaram a cultura do trabalho na gastronomia.

Refletir sobre essa transformação é reconhecer que talento não floresce em ambientes adoecidos. Criatividade, precisão e excelência exigem presença, clareza mental e equilíbrio emocional. Quando o cansaço se torna regra, a qualidade sofre, os erros aumentam e a experiência à mesa perde parte do seu sentido. A pergunta central deixa de ser “como manter o restaurante aberto todos os dias?” e passa a ser “como manter pessoas saudáveis, motivadas e comprometidas dentro dele?”.

Também é essencial considerar o papel do consumidor nessa equação. O público moderno valoriza origem, propósito e experiência — mas nem sempre associa esses conceitos às condições de trabalho de quem produz. Refletir sobre a escala 5x2 é entender que o preço de uma refeição não paga apenas ingredientes e estrutura, mas também tempo, técnica e dignidade humana. Sustentabilidade, nesse contexto, não se limita ao meio ambiente; ela inclui relações de trabalho mais justas e conscientes.



Victor Hugo

Das Ruas de Caxias para o Mundo: A Ascensão do Chef



Por: **Chef Tio Phill**

OA história de Victor Hugo não começa em berço de ouro, mas com os pés firmes no chão e uma coragem construída no cotidiano de Duque de Caxias, no Rio de Janeiro. Aos 15 anos, enquanto muitos jovens ainda buscavam um rumo, foi levado pela mãe a um curso de panificação na FAETEC. O que inicialmente surgiu como um gesto de obediência familiar transformou-se em uma paixão arrebatadora. Entre sacos de farinha, fermentos e fornos acesos, Victor descobriu que a cozinha seria o seu verdadeiro palco.

Até então, seu interesse estava voltado para a música e os estúdios, mas a gastronomia lhe ofereceu algo mais profundo e estruturante. Aos 17 anos, após a perda do pai, foi na cozinha que encontrou refúgio. Em meio ao luto, o ato de cozinhar tornou-se o espaço onde ele conseguia silenciar a dor e reencontrar algum equilíbrio.

A trajetória de Victor é um retrato fiel da resiliência brasileira. Aos 18 anos, utilizou o valor de sua rescisão de um programa social para custear metade de um curso de confeitaria. O restante foi pago com esforço próprio: produzia e vendia tudo aquilo que aprendia. Assim, cada receita se transformava não apenas em aprendizado, mas em sustento e avanço.



Ver as pessoas descobrindo a gastronomia como eu descobri é uma sensação que nunca envelhece.

Seu caminho profissional começou de forma humilde, como lavador de pratos, passando por hamburguerias e confeitarias. Em um dos períodos mais intensos da carreira, conciliou dois empregos simultaneamente, em jornadas que se iniciavam às sete da manhã e só terminavam à meia-noite. O desgaste físico era extremo, mas a vontade de vencer e permanecer no Rio de Janeiro falava mais alto.

O talento e a dedicação logo o conduziram também ao universo acadêmico. Por meio do FIES, cursou Gastronomia e, em pouco tempo, passou da condição de aluno à de instrutor. Sua trajetória inclui experiências em instituições de referência como SENAC, SENAI, FIRJAN e Instituto Gourmet, onde descobriu que ensinar, mais do que transmitir conhecimento, era uma forma permanente de aprendizado.

Em outubro de 2022, Victor tomou a decisão mais ousada de sua vida: deixou a segurança do conhecido para enfrentar um desafio internacional. Partiu do Rio de Janeiro com apenas 400 dólares no bolso e um inglês básico, mas com uma determinação inabalável. O destino foi o prestigiado Hotel Pontchartrain, em New Orleans, onde passou a atuar na operação de cinco espaços distintos, incluindo o renomado restaurante Jack Rose e o bar Hot Tin. Ali, mergulhou profundamente na cultura creole e na exigência da alta hotelaria americana.

Hoje, de volta ao Brasil e com uma bagagem que poucos profissionais de 29 anos possuem, Victor Hugo é pós-graduado em Panificação e Confeitaria. Continua deixando sua marca no ensino gastronômico, com passagens pelo Instituto Gastronômico das Américas (IGA) e colaborações em projetos da FUNDEC.

Com planos de expandir sua formação para áreas como Nutrição ou Engenharia de Alimentos, Victor olha para suas raízes no Dique de Caxias com orgulho e gratidão. Ele sabe que cada aula ministrada, cada técnica aperfeiçoada e cada aluno formado são homenagens silenciosas à persistência que começou aos 15 anos e que segue sendo o ingrediente mais importante de sua trajetória.



GASTRONOMIA 2026: DO EXPERIMENTAL AO ESSENCIAL

O GUIA PARA CHEFS E EMPREENDEDORES

Rodrigo Ferreira
CEO da Revista Bonapetit



Olá! Como editor-chefe de uma publicação voltada à vanguarda culinária, acompanho de perto o pulso do mercado. Se 2025 foi o ano em que "testamos as águas" das novas tecnologias, 2026 será o ano em que a maturidade operacional e o propósito radical definirão quem permanece relevante.

PREPARE-SE: A TRANSIÇÃO DE 2025 PARA 2026 NÃO É APENAS SOBRE O QUE ESTÁ NO PRATO, MAS SOBRE A INTELIGÊNCIA POR TRÁS DELE.

Estamos em um ponto de inflexão. O profissional que ainda vê a tecnologia como um "extra" ou a sustentabilidade como "marketing" ficará para trás. Em 2026, a gastronomia se consolida como uma indústria de alta precisão tecnológica e profunda conexão humana.



"A VANGUARDA NÃO É SOBRE USAR A FERRAMENTA MAIS CARA, MAS SOBRE TER A VISÃO MAIS HUMANA SOBRE A TÉCNICA."

"Em 2026, a tecnologia não substitui o talento; ela liberta o chef da burocracia para que ele possa focar no que é sagrado: o sabor."

"Desperdício zero não é apenas economia; é o maior ato de reverência que um chef pode ter pela natureza."

1. A Inteligência Artificial sai do Escritório e entra na Praça

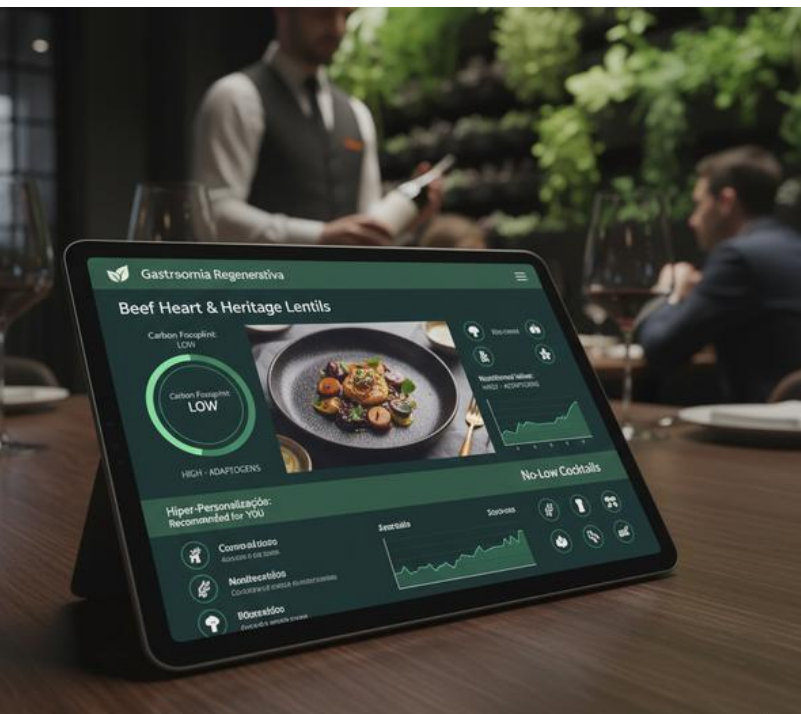
Em 2025, usamos a IA para legendas de Instagram. Em 2026, ela será seu copiloto operacional.

- **Gestão Preditiva:** O avanço real está nos sistemas que preveem o movimento da semana com 95% de precisão, ajustando o mise en place e as compras automaticamente para zerar o desperdício.
- **Hiper-personalização:** O cliente de 2026 espera que o restaurante saiba suas restrições e preferências antes mesmo dele sentar. Menus digitais dinâmicos que se adaptam ao perfil biométrico ou histórico do cliente serão o novo padrão do luxo.

2. Da Sustentabilidade à Gastronomia Regenerativa

Dizer que seu restaurante "não usa canudo de plástico" será irrelevante em 2026. O foco mudou para a origem que cura.

- **Agricultura Regenerativa:** O chef assume o papel de ativista do solo. Ingredientes que ajudam a restaurar ecossistemas (como certas algas, leguminosas e grãos ancestrais) ganham protagonismo.
- **Upcycling de Luxo:** O desperdício zero evolui. Cascas de café viram farinhas finas, e espinhas de peixe são transformadas em caldos clarificados de altíssimo valor agregado. O "lixo" é, agora, a maior margem de lucro.



IMPACTO SENSORIAL

3. O Retorno ao "Heritage" e o Maximalismo de Sabor

Após anos de minimalismo e pratos "instagramáveis" porém sem alma, o consumidor de 2026 busca o impacto sensorial.

- Nostalgia Autêntica: Não é apenas comida afetiva; é a busca por técnicas esquecidas (fermentação em barro, cura ao relento, fogo de chão urbano).
- Maximalismo: Camadas complexas de sabor, texturas contrastantes e apresentações teatrais. O cliente quer uma experiência que o delivery jamais conseguirá replicar.

4. Saúde Funcional: O Eixo Intestino-Cérebro

A comida como remédio atinge o ápice. Em 2026, os menus de degustação incluirão ingredientes adaptógenos e foco total na saúde intestinal.

- Proteínas de Nova Geração: Menos imitação de carne e mais valorização de proteínas vegetais inteiras (lentilhas heritage, cogumelos exóticos) e proteínas híbridas (mescla de carne cultivada e vegetal).
- Bebidas No-Low: A harmonização com coquetéis sem álcool ou funcionais (com probióticos e botânicos) será tão lucrativa e respeitada quanto a carta de vinhos.

DICAS DE OURO PARA O EMPREENDEDOR (OQUE UDAR AGORA):

1. Invista em Dados, não em Intuição: Se você ainda não tem um software que integra estoque, vendas e feedback de clientes, você está operando no escuro.
2. Cure sua Equipe: O maior avanço de 2026 é a saúde mental da brigada. Restaurantes que oferecem jornadas equilibradas e ambientes saudáveis atraem os melhores talentos, o que reflete diretamente na qualidade do serviço.
3. Seja um Curador Cultural: Não venda apenas comida. Venda a história do produtor, a origem da técnica e o impacto ambiental do prato. O storytelling é o tempero que justifica o preço.

O Veredito: 2026 premiará o chef que for metade cientista de dados e metade guardião das tradições. A eficiência será invisível; a experiência será inesquecível.

AUTHENTIC CHEF Dennis Pessoa



O chef Dennis Pessoa carrega em sua trajetória uma herança culinária profundamente marcada pelas lembranças afetivas da cozinha de sua avó um espaço onde o amor e a partilha se encontravam à mesa. Desde a infância, Dennis observava com encantamento o ritual quase sagrado das celebrações familiares, nas quais sua avó preparava, com devoção, os pratos preferidos de cada pessoa. Para muitos, a combinação de feijão branco com dobradinha, bacalhoada e arroz com lentilha poderia parecer uma mistura improvável; para ele, era a tradução perfeita de amor em forma de alimento.



Naquela cozinha simples, mas repleta de significados, nasceu sua compreensão sobre a verdadeira essência da gastronomia. Dennis aprendeu que cozinhar vai muito além da técnica é um gesto de generosidade, uma forma de expressar carinho e de transformar ingredientes em memórias. É nutrir não apenas o corpo, mas também a alma.

Com mais de 25 anos de carreira, o chef construiu uma trajetória sólida e inspiradora, levando para cada prato a sensibilidade e o propósito que herdou de sua infância. Em suas criações, busca perpetuar o valor do afeto, equilibrando tradição e inovação, simplicidade e sofisticação.

Mais do que um chef, Dennis Pessoa é um contador de histórias através do sabor. Cada receita que assina é uma homenagem à avó que o ensinou a servir com o coração e um convite para redescobrir a beleza de se conectar com o outro por meio da comida. Afinal, como ele mesmo defende, "a melhor receita é aquela que leva amor como ingrediente principal."





por David Cruz
colunista Bonapetit



COMIDA DE RUA E BOTECOS NO RIO DE JANEIRO

História de resistência e identidade popular

A cultura alimentar do Rio de Janeiro é indissociável da vida nas ruas. Mais do que práticas cotidianas de alimentação, a comida de rua e os botecos cariocas representam formas de resistência, sociabilidade, economia informal e construção de identidade. Do tabuleiro da baiana ao balcão do bar da esquina, esses espaços e sabores narram a história da cidade muito além dos salões da alta gastronomia. Este artigo explora as origens, transformações e significados desses dois pilares da vida carioca.

1. Raízes históricas da comida de rua no Rio de Janeiro

A comida de rua carioca tem origens nos séculos XVIII e XIX, com destaque para a atuação de mulheres negras — escravizadas, libertas ou forras — que vendiam quitutes para garantir o sustento em um cenário de desigualdade. Produtos como mingaus, cocadas, bolos, pamonhas e angu compunham o cenário urbano. Essas vendedoras, em muitos casos, também atuavam como guardadoras de tradições religiosas afro-brasileiras, comercializando pratos que eram também oferendas.

A partir do século XX, com as reformas urbanas lideradas por Pereira Passos, houve uma tentativa de higienizar a cidade e eliminar a presença dessas figuras da paisagem urbana. Ainda assim, a resiliência das comidas de rua permaneceu viva, especialmente nos subúrbios, nas feiras e, mais tarde, nas praias da zona sul.

2. Praia, improviso e símbolos populares

A partir da década de 1950, a praia torna-se um dos principais palcos da comida de rua carioca. Surgem figuras icônicas como o vendedor de milho verde, o de empadas, o do queijo coalho na brasa e o do famoso combo de biscoito Globo com mate gelado — que hoje é símbolo da cultura popular urbana.

A alimentação nas praias do Rio reforça características como: imediatismo e acessibilidade; improvisação e criatividade; relação direta com o calor e o lazer; convivência democrática.

3. Os botecos: da colônia à boemia carioca

Os botecos cariocas surgem inspirados nas tascas portuguesas, no final do século XIX. Inicialmente locais de comércio de bebidas e comidas rápidas, tornaram-se espaços fundamentais de convivência popular, sobretudo para a classe trabalhadora urbana.

Na década de 1930, o termo “pé-sujo” passa a designar os bares simples, com chão sujo, mobiliário rústico e comida de qualidade duvidosa — ainda que, para muitos, fossem verdadeiros refúgios de sabor e afeto.

Características marcantes dos botecos cariocas:

- Petiscos como bolinho de bacalhau, caldinho de feijão, fígado com jiló, torresmo e linguíça acebolada
- Presença de samba, conversa política e poesia
- Cultura da cerveja gelada e do chopp tirado na pressão
- Democratização do espaço: todas as classes sociais se encontram

4. Entre o patrimônio e a gourmetização

Tanto a comida de rua quanto os botecos passaram por um processo de reconhecimento cultural e patrimonial, com diversas iniciativas voltadas à sua valorização.

Ao mesmo tempo, houve a ascensão de uma certa gourmetização: petiscos repaginados por chefs da alta gastronomia; ambientes que mimetizam o “rústico” com preços elevados; descaracterização de pratos e perda do vínculo com o território.

Por outro lado, há também o fortalecimento de movimentos de resistência gastronômica, protagonizados por cozinheiras negras, faveladas, LGBTQIAPN+ e periféricas, que mantêm viva a tradição alimentar popular em feiras, festivais e cozinhas comunitárias.



Conclusão

A comida de rua e os botecos do Rio de Janeiro são mais do que práticas alimentares: são expressões vivas da cultura popular, da resistência negra, da criatividade urbana e da memória afetiva da cidade. Mesmo diante das tentativas de apagamento e elitização, esses espaços permanecem essenciais na experiência do carioca — onde se come, mas também se vive, se conversa, se celebra e se resiste.



Referências bibliográficas

- ABREU, Regina. *Comida de Rua: Patrimônio Cultural dos Brasileiros*. Rio de Janeiro: IPHAN, 2012.
- FREIRE, Leticia Vidor de Sousa; SILVA, Ana Maria Mauad. *Mesa, Comida e Sociedade: perspectivas transdisciplinares*. Rio de Janeiro: Mauad X, 2013.
- LIMA, Nuno. “Botecos: o patrimônio boêmio do Rio de Janeiro.” *Revista Memória e Patrimônio*, v. 4, n. 1, 2018.
- LODY, Raul. *Alimentação e Cultura: Sabores, símbolos e práticas*. São Paulo: Senac, 2004.
- MARQUES, Mariana. “Comida de rua e resistência cultural nas favelas cariocas”. *Revista Estudos Urbanos*, v. 12, n. 2, 2021.
- VIEIRA, Lúcia Maria Paschoal Guimarães. *Rio de Janeiro: Cidade Negra*. Rio de Janeiro: Pallas, 2007.



Testemunho inspirador de reinvenção e paixão pela culinária



Reconhecida por ter liderado a cozinha de um prestigiado restaurante mediterrâneo em Lisboa, a Chef Cris Santos inicia agora uma nova e inspiradora fase da sua trajetória profissional. Ao optar por uma carreira a solo, a chef reúne técnica, sensibilidade e uma rica bagagem cultural para apresentar uma fusão de experiências e sabores capaz de encantar os mais diversos paladares.

Atualmente, Cris Santos é presença constante e marcante nas feiras gastronômicas da cidade, onde celebra com orgulho as suas raízes e conquista o público com pratos tipicamente brasileiros, repletos de cor, textura e emoção. Em paralelo ao seu trabalho como Personal Chef, concretizou um antigo sonho: a abertura da sua própria cozinha, um espaço dedicado exclusivamente a levar aos lares da região de Lisboa o conforto, a versatilidade e a autenticidade das sopas artesanais.

Mais do que um projeto gastronômico, a iniciativa nasce do desejo de partilhar a cultura brasileira de forma acessível e quotidiana, criando uma nova e afetiva ligação com a comunidade lisboeta que a acolheu. Cada receita carrega não apenas sabor, mas também memória, cuidado e proximidade.

Neste momento, a Chef Cris Santos vive uma fase de perfeita harmonia entre o seu vasto know-how profissional e a sua essência pessoal. Transformou anos de experiência em uma carreira independente que lhe permite ser autêntica, impactar positivamente a vida das pessoas através da comida e, acima de tudo, sentir-se verdadeiramente feliz e realizada com o seu percurso.

A proposta gastronômica reflete essa filosofia: uma experiência pensada para se adaptar aos diferentes estilos de vida e necessidades. Do menu fazem parte caldos leves e reconfortantes, cremes ricos e substanciais, além de opções vegetariananas, veganas, sem glúten e low carb, garantindo inclusão, qualidade e prazer à mesa. Tudo isso envolvido pela alma do Brasil, em sabores que levam calor, alegria e afeto ao dia a dia.

A trajetória da Chef Cris Santos é um testemunho inspirador de reinvenção, coragem e paixão pela culinária. Mais do que uma mudança de estilo ou de formato, a sua história revela a força de alinhar a arte gastronômica com a verdadeira essência pessoal levando da sofisticação mediterrânea ao aconchego brasileiro, diretamente para a mesa de quem procura sabor, cuidado e significado.



Chef REJANE
WERLANG



salmão defumado

Para realizar esta receita, é necessário um defumador.



> Ingredientes:

- 1 filé de salmão de aproximadamente 1k 300g, sal grosso, açúcar demerara,
- pimenta rosa,
- sementes de coentro e raspas de 1 limão.
- Em média utilizo 1k de sal grosso para 500g de demerara. Quanto as sementes, 5 colheres de sopa de cada.



werlangrejane

> Modo de Preparo:

Misturar o sal, açúcar e as sementes em uma vasilha. Coloque o salmão sem as espinhas em uma refratária longa o suficiente para que o peixe não fique dobrado.

Despeje delicadamente a mistura sal, açúcar e sementes sobre toda a superfície do peixe. Cubra a refratária com filme e conserve na geladeira por 36 horas.

Após este período lave o salmão para retirar o sal, o açúcar, as sementes e seque com papel toalha todo o filé.

Colocar o filé de salmão no defumador com as raspas de limão por cima. O peixe deve ficar no defumador durante 28h sobre a grelha, uma vez que o processo de defumação terminar, retire o peixe e embrulhe em um pano de prato limpo e deixe na geladeira por 48h.

Bon appétit.

Chef RODRIGO VINCETIN

DISCIPLINA E UMA RIGOROSA VISÃO

O chef Rodrigo Vicentin é um profissional formado em alta gastronomia, com uma trajetória sólida construída em algumas das cozinhas mais respeitadas do Brasil e do cenário internacional. Ao longo de sua carreira, passou por casas de grande prestígio, como Palácio Tangará, Ça Va e El Mercado Ibérico, além de experiências em redes hoteleiras de 5 e 6 estrelas e restaurantes consagrados, onde consolidou técnica apurada, disciplina rigorosa e uma visão contemporânea da cozinha profissional e pós-moderna.

De DNA italiano legítimo, Vicentin carrega na sua identidade gastronômica a valorização da tradição, do produto e do respeito às origens. Possui formação em gastronomia italiana e francesa, especialidades que se refletem em uma cozinha elegante e precisa, sem abrir mão do acolhimento. Seu trabalho harmoniza métodos clássicos, execução refinada e uma leitura atual dos sabores, resultando em pratos que dialogam com a memória e o presente.



Atualmente, está à frente do Celestino Gastrobar e da Tina Pizzeria, projetos ambiciosos localizados em Itaquera que representam a síntese de sua experiência e maturidade profissional. No comando das casas, Rodrigo Vicentin imprime personalidade, técnica e criatividade, contribuindo de forma significativa para a valorização da cena gastronômica da região.

Sua proposta autoral une sofisticação e acessibilidade, colocando em destaque ingredientes de qualidade, narrativas culinárias e experiências completas à mesa. Mais do que cozinhar, o chef constrói conexões, reafirmando a gastronomia como expressão cultural, identidade e prazer compartilhado.



CHEF João Ribeiro



João Ribeiro, 34 anos, é cozinheiro por vocação e por escolha consciente. A gastronomia esteve presente em sua vida muito antes de se tornar profissão, surgindo ainda na infância como uma curiosidade natural que, com o tempo, amadureceu e se transformou em um propósito de vida.

Antes de assumir plenamente a posição de cozinheiro, construiu uma trajetória diversa e enriquecedora, atuando como garçom, barman e chef de bar. Essas experiências foram determinantes para a sua formação profissional, proporcionando uma compreensão profunda sobre serviço, ritmo, hospitalidade e, sobretudo, sobre pessoas — elementos que até hoje influenciam diretamente a sua forma de cozinhar.

Em 2019, ingressou oficialmente no setor gastronômico e iniciou sua atuação como personal chef, atendendo famílias e eventos. No ano seguinte, em meio aos desafios impostos pela pandemia, buscou aprofundar seus conhecimentos técnicos ao concluir o curso Chef Mix pelo Instituto Gourmet Vila Maria. Esse período foi decisivo para consolidar a certeza de que a cozinha ia além de um talento: era, de fato, o seu caminho profissional.

Para o chef João Ribeiro, cozinhar é transformar a cultura brasileira em experiência, onde cada prato conta uma história, cuida de pessoas e constrói, aos poucos, uma carreira com propósito."



Em 2025, determinado a estruturar e fortalecer sua carreira, decidiu investir integralmente em sua formação e ingressou no Senac Campos do Jordão, onde realizou a capacitação profissional para cozinheiro. A experiência ampliou significativamente sua visão técnica e criativa, contribuindo para o amadurecimento de sua identidade culinária.

Seu principal campo de interesse e estudo é a culinária brasileira, na qual acredita como expressão máxima de cultura, identidade e memória. João valoriza os ingredientes, as histórias e as pessoas que constroem diariamente a cozinha do país, e tem como objetivo continuar se desenvolvendo para traduzir essa riqueza em seus pratos.

Atualmente, segue desenvolvendo seus projetos como personal chef e atua em um hotel em São Paulo, focado na construção e consolidação de uma carreira pautada pelo cuidado, pela narrativa gastronômica e pela entrega da melhor experiência possível a quem se senta à mesa.





Boas Festas

FIM DE ANO

As festas de fim de ano são o momento de honrar nossa trajetória, valorizando os laços que criamos e as lições que aprendemos em 2025.

Para 2026, o convite é trocar a pressa pela presença, o cansaço pelo autocuidado e a hesitação pela coragem. Mais do que uma mudança no calendário, que seja uma renovação da nossa forma de viver, construindo um futuro com mais afeto e propósito.

Boas Festas

"Pois o Espírito de Deus deve renovar a mente e o coração de vocês. Vocês devem se revestir da nova natureza, criada por Deus à sua semelhança, e que se mostra na vida verdadeira, correta e dedicada a ele."

Efésios 4:23-24

BONAPETIT.
A melhor Revista de Gastronomia