

# BONAPETIT.

A melhor Revista de Gastronomia

INTELIGÊNCIA  
ARTIFICIAL

# IANA

# GASTRONOMIA

*no desenvolvimento de novos alimentos e bebidas*

 **PLUS**

**Novas  
tendências  
gastronômicas**

## Seu Negócio

Entenda como seu negócio pode ser  
saudável seguindo alguns cuidados!

# BONAPETIT.

A melhor Revista de Gastronomia

## DIRETOR TÉCNICO E COMERCIAL

Rodrigo G. Ferreira

## DIAGRAMAÇÃO E LAYOUT

Equipe Editorial Bonapetit

## TEXTO E ORTOGRAFIA

Equipe Editorial Bonapetit

## EDIÇÃO IMAGENS E FOTOGRAFIA

Equipe Editorial Bonapetit



## CONTATO PARA REVISTA

[grupo.bonapetit@gmail.com](mailto:grupo.bonapetit@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](http://www.revistabonapetit.com.br)

# Nota Editorial

Estamos cada vez mais buscando inovar a revista Bonapetit, cada detalhe e todas as participações de nossos parceiros são fundamentais para este avanço.



Então queremos agradecer imensamente todos que fizeram parte desta edição e claro, aqueles que de alguma forma fazem a revista acontecer diariamente.

## Inovação Gastronômica

A inovação desempenha um papel fundamental na gastronomia, impulsionando a evolução e a criação de novas experiências culinárias. Quero aqui neste breve espaço destacar algumas tendencias que podemos discuti-las nas próximas edições, e também em nossas lives e canais da revista.

RODRIGO FERREIRA  
Owner Revista Digital



## Perdidos



## Seu Negócio



## Inteligência Artificial



## Prêmio Raiz

# Novas Tendências Gastronômicas

por: Rodrigo G. Ferreira



A gastronomia é um campo em constante evolução, impulsionado pela criatividade, inovação e busca por novas experiências culinárias. Quero aqui destacar alguns dos avanços recentes na gastronomia:

**Fusão de sabores e culturas:** A gastronomia contemporânea tem sido marcada pela fusão de diferentes sabores e influências culinárias de várias partes do mundo. Chefs têm explorado combinações únicas de ingredientes, técnicas e tradições culinárias para criar pratos inovadores e surpreendentes.

**Técnicas culinárias modernas:** Novas técnicas culinárias têm sido desenvolvidas e aprimoradas, permitindo aos chefs explorar novas possibilidades na preparação de alimentos. Isso inclui técnicas como cozimento sous vide, espumas, esferificação, desidratação, fumaça líquida, entre outras. Essas técnicas permitem criar texturas, sabores e apresentações únicas.

**Ingredientes e produtos locais:** Há um interesse crescente em ingredientes e produtos locais, frescos e sazonais. Os chefs estão valorizando a sustentabilidade, a procedência dos alimentos e a conexão com os produtores locais. Isso resulta em pratos que ressaltam a qualidade dos ingredientes e a cultura gastronômica de determinada região.

**Ênfase na saúde e bem-estar:** Cada vez mais pessoas estão buscando uma alimentação saudável e equilibrada. Os chefs têm respondido a essa demanda, oferecendo opções mais saudáveis e nutritivas em seus cardápios. Ingredientes funcionais, alimentos orgânicos, opções vegetarianas e veganas estão se tornando mais comuns nos restaurantes.

**Utilização de tecnologia:** A tecnologia desempenha um papel cada vez mais importante na gastronomia. Ela é usada para otimizar processos de produção, melhorar a gestão de estoques, criar experiências imersivas, realizar análises de dados e até mesmo desenvolver novas receitas por meio da inteligência artificial.

**Exploração de novos sabores e ingredientes:** Os chefs estão constantemente em busca de novos sabores e ingredientes exóticos. Isso envolve explorar ingredientes pouco conhecidos, resgatar ingredientes tradicionais de culturas antigas e experimentar novas combinações de sabores. A busca pela autenticidade e pela descoberta de novas experiências sensoriais impulsiona a gastronomia contemporânea.

Esses avanços na gastronomia refletem a crescente importância da criatividade, da inovação e da conexão com o público. Os chefs estão constantemente desafiando os limites e buscando formas de surpreender e encantar os comensais, proporcionando experiências gastronômicas únicas e memoráveis.



INOVAR E CRESCER

# WEB - TELAS LANDING PAGE

# & REDES SOCIAIS

Desenvolvimento de identidade de marca: Criação de uma identidade visual única e consistente para a marca, incluindo design de logotipo, paleta de cores, tipografia e elementos visuais que reflitam a personalidade da marca.



Serviço de marketing digital criativo que se destaca da concorrência e busca capturar a atenção do público-alvo por meio de abordagens inovadoras, conteúdo envolvente e design criativo.



Campanhas de mídia social criativas: Criação de campanhas inovadoras e criativas para plataformas de mídia social, com o objetivo de aumentar o engajamento, atrair seguidores e promover a conscientização da marca. Isso pode envolver a criação de conteúdo exclusivo, o uso de narrativas envolventes e o desenvolvimento de conceitos criativos.

Conheça nossos planos



[www.netchefs.com.br](http://www.netchefs.com.br)

ITÁLIA AQUI

# Como os tais italianos vieram parar aqui?

Por Ana Claudia Morale - Chef de Gastronomia



## CIAO AMICI!

Só é possível começar uma coluna chamada Itália aqui definindo, afinal, como é que os tais italianos vieram parar aqui. Pois bem, o processo de imigração italiana para o Brasil se deu entre 1870 e 1910. A primeira dessas datas se refere ao processo de unificação italiana e ao alastramento da segunda revolução industrial. Trabalhadores rurais e urbanos se viram substituídos por máquinas, ficaram sem emprego, e vieram tentar a sorte do lado de cá do Atlântico.

Enquanto isso, aqui no Brasil estávamos enfrentando outras questões, como uma industrialização tardia que precisava de gente para trabalhar nas fábricas, um projeto de branqueamento que queria construir um Brasil branco, moderno, e alinhado com a Europa, e também os anos finais da escravidão,

ricos em questões sociais e debates políticos acalorados.

A onda de migração italiana para o Brasil encontraria um freio nas décadas de 1920, 1930 e 1940 por causa do fascismo de Benito Mussolini. Com o fim da segunda guerra mundial, a situação mudou de figura. Abandonando uma Itália – e até mesmo um continente – recentemente assolada por duas guerras mundiais e governos totalitários, meus avós vieram, como outros antes deles, tentar a sorte no novo mundo. Minha nonna e meu nonno passaram por São Paulo, Minas Gerais, Goiás, e acabaram se instalando em Brasília anos depois, em meio à construção da cidade. Com os horrores da guerra ainda na memória e seis filhos para criar, eles fizeram o que sabiam fazer melhor: cozinham.

Mas a presença italiana no Brasil não é só cozinha. Além do paladar e das receitas, os imigrantes trouxeram consigo sua língua, costumes, valores, ideias, e uma enorme bagagem cultural que veio ao encontro das diversas tradições brasileiras já existentes.

## MINHA HISTÓRIA COMEÇA AQUI!

Minha história com a cozinha pega carona não somente na minha nonna, mas nessa rede de pessoas, ideias, língua e culturas que se cruzaram. Aos seis anos de idade, entrei na cozinha e nunca mais saí dela. Minha avó sempre esteve lá também, carregando consigo marcas da falta de comida e das dificuldades da guerra. A sua receita contra os imprevistos era simples: fartura e preparar-se para o futuro. Em casa, plantávamos diversas hortaliças e frutas. Cozinhava-se em larga escala, às vezes sem saber se haveria convidados para o jantar. Não havia problema, ficava tudo na geladeira para as refeições seguintes.

E foi assim, misturando a cozinha italiana tradicional e o jeitinho brasileiro que, aos 12 anos, comecei a fazer serviços para os aniversários dos primos, com pedidos de doces e bolos. De lá para cá, participei de e ministrei cursos, abri meu próprio negócio, obtive uma certificação internacional, recebi prêmios e, enfim, vivi uma vida na e para a cozinha.

Nossa coluna trata de gastronomia, mas não poderia escrevê-la sem contar a vocês um pouco sobre como cheguei aqui. Mês a mês, trataremos de pratos italianos, suas histórias e datas comemorativas. Vamos também trazer receitas e causos da nonna. E em palavras eu tento transformar esse universo tão maravilhoso e palatável em letras que possam agregar conhecimento e sabor a cada leitor ou leitora.

Bom apetite e grazie mille!



**ANA CLAUDIA**

Profissional da gastronomia  
membro da FIC e colunista  
da Revista Bonapetit

**@ANACLAUDIAMORALE**

# THE Monochrome

## E D I T I O N



# Cristiano Felix



Chef em Portugal



O Chef Cristiano Felix Nasceu no interior de Alagoas, em Limoeiro de Anadias, uma cidade pequena, numa família humilde e aprendi desde cedo que, só conseguiria conquistar o mundo com muito trabalho.

Sempre acreditou no trabalho, mas comenta que não encontro oportunidades em sua cidade natal, então aos dezoito anos (2007) foi para São Paulo e lá aprendeu de forma bem "difícil", começando como Auxiliar de Serviços Gerais na rede Noah, só com ensino médio, mas possuía em si, vontade e um sonho de ser chefe de Gastronomia.

E foi com essa determinação que se destacou e cresceu ao longo dos treze anos nessa rede, sendo promovido para Auxiliar de Cozinha, Cozinheiro, Subchefe e finalmente Chefe de Cozinha.

Logo após, conquistou espaço como Chefe de Cozinha em Resorts no Interior de São Paulo e no Paraná.

Atualmente atuando em Lisboa, capital de Portugal trabalhando como Chefe de Cozinha em um restaurante renomado "A Casa do Bacalhau".

**"Aprendo com a vida diariamente, mas o mais importante é sempre acreditar o quanto somos capazes, eu era apenas um rapaz do interior de Alagoas, com muitos sonhos, e com muito trabalho e dedicação o sonho se concretizou."**



[chef.cristiano](https://www.instagram.com/chef.cristiano)

**siga-me nas redes**

[Chef Cristiano Felix](#)



**"Nunca desista de seus sonhos, é através das dificuldades e oportunidades que a vida oferece que escrevemos nas páginas do livro da vida, valorizando e sendo grato a cada conquista."**



Mineiro de Belo Horizonte, apaixonado pela gastronomia mineira, embaixador do centro estudantil João Calvino, professor gastronômico, consultor.

Foi responsável pela cozinha de delegação futebolística no Hotel Ouro Minas, participante de tv local, assador Minas Tchê BH, um dos chefes mineiros a fazer uma obra de arte de chocolate feita em um heliponto no palácio do governador para Casa Cor, parceria com Soletto Alimentos, molhos Colonial, finalizador de pratos.

O Chef Fabiano é pessoa dinâmica, alegre e correta, que luta com unhas e dentes pela cozinha mineira, um profissional que sempre sai do normal em criatividade, sem medo de arriscar, chefe de cozinha na Cervejaria Capa Preta BH.

Sempre com pés firmes no chão naquilo que faz, onde na gastronômica existe muita disputa, porém existe espaço para todos, chef Fabiano diz que o importante é ter confiança no seu trabalho.



### **PARTICIPANTE DE GRANDE EVENTOS**

**Circuito Maria Fumaça, churrascada do Porcão, Dinner In The Sky Brasil, Arte que Acontece da Ester Constantino, Trem Bao de Minas, Confort Food**



**fabianoalbernaz**



A ÁRVORE DEU  
GERMINADOS E FERMENTADOS



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

# Luciana Chagas

## Ancestralidade e vegetais à mesa

"Necessidades e hábitos ancestrais, desenvolveram a base da cultura culinária. Através de processos onde a valorização dos alimentos e suas finalidades nutricionais eram prioridade, quatro sabores básicos e um fundamental foram construídos.

Salgado, doce, amargo, azedo e o quinto, umami.  
Realçador de todos os outros sabores!

Mais facilmente encontrado em queijos, carnes, peixes, cogumelos, tomates e alho poró.

Porém também é possível encontrar este quinto sabor em uma alimentação vegana e de forma acessível."

A chef Lu Chagas defende que é possível ter uma alimentação potente em nutrientes, probióticos, propriedades curativas, texturas diversas, sabores incríveis e com saciedade.

**"Através de técnicas simples, porém pouco divulgadas apesar de ancestrais, é possível".**

A chef também cita dois pontos que destacam estas técnicas simples:

A germinação de grãos e sementes.

Três exemplos são o girassol para leites, queijos, pastas, base para massas doces ou salgadas, alpiste para leite e o coco seco para leite, iogurte, creme de leite e até chantilly.

Também a fermentação de vegetais, legumes e frutas como banana e tomate, que surpreendem em sabor e textura!"

Foi nessa busca que se envolveu na produção de queijos vegetais fermentados.

**"No queijo fermentado de castanha de caju, o umami é muito presente. Desenvolvido através da técnica de fermentação selvagem, utilizando apenas castanha de caju, água e sal, foi possível chegar a esse produto final saboroso, nutritivo e probiótico. Preservando a finalidade genial do fruto que a terra nos presenteia!"**



**Poder  
da  
Criatividade**

Chef Lu compreendeu que a essência do alimento precisa ser preservada e somente processo e tempo fazem isso de forma verdadeira.

Acreditando na valorização de alimentos, está nascendo a árvore de u, uma marca que pretende conseguir distribuir produtos veganos, artesanais, com técnicas de germinação e fermentação.

Em parceria com a Lá fábrica pizzaria, assinei uma linha de pizza vegana artesanal com o queijo fermentado cremoso de castanha de caju

Lú Chagas é Chef vegana, iniciou suas atividades em 2017, no extinto e saudoso Caminho do Mar, Restaurante vegano, artesanal com pratos de culinária quente e alimentação viva. Atuou também em outros restaurantes veganos no Rio de Janeiro, criando cardápios e sabores.

Aprofundou no estudo das técnicas de fermentação com o professor biólogo e nutrólogo Bruno Aguiar do curso Fermentaí



[www.chefjoselima.com.br](http://www.chefjoselima.com.br)

**José de Lima**, mais popularmente conhecido como Chefe Lima, Alquimista, Chefe de Cozinha, Amante da Culinária Italiana e Proprietário do Laborescafufu Cozinha Buffet Pastificio e Eventos; Uma Cozinha Especializada Na Produção de Massas Frescas e Recheadas, Para Festas e Eventos , Assim Também Como Consumo Residencial.

### Serviços oferecidos

O Chefe oferece um serviço de Buffet especializado para Festas e Eventos, trazendo ao seu grande dia todo sabor e requinte que ele necessita para ficar marcado na memória e paladar de todos. Com um serviço de alta qualidade e atendimento personalizado, a equipe de cozinheiros irá garantir o sucesso do seu evento.

### Nossas especialidades

O nosso Pastificio consiste em proporcionar uma produção culinária Italiana rica em tradição ; através de condimentos e ervas de ótima qualidade que contribui não apenas para saciar a o paladar das pessoas, mais sim para o bom funcionamento do corpo; sendo assim exclusivas para cada celebração. Rica em sabores e com cores e aromas sem igual, a proposta culinária vai conquistar todos comensais, tendo como agregado de valor a eficiência, agilidade e excelência em todos detalhes.

### Área de atuação

O Chefe Lima e o Laborescafufu estão ao seu dispor na cidade de Salvador, estado da Bahia, esperando você entrar em contato e solicitar seu orçamento. Deixe seu sonho em boas mãos, e faça do seu evento um momento memorável!





# Chef **GABRIEL HODSI**



**GabrielHodsi**

Chef de cozinha e sócio da Empresa Monalisa consultoria que oferece:

- **Planejamento estratégico do conceito e personalidade da marca.**
- **Cardápio que inclui a elaboração do mesmo com custos e fichas técnicas,**
- **Visitas e avaliações de fornecedores e otimização do processo de preparo dos pratos.**



**(41) 99567-4770**



**Gabriel Hodsi**

O chef Gabriel começou muito cedo no ramo da gastronomia com apenas 17 anos se viu em um mundo cheio de possibilidades e fracassos, começando como a maioria que ingressa nesse ramo.

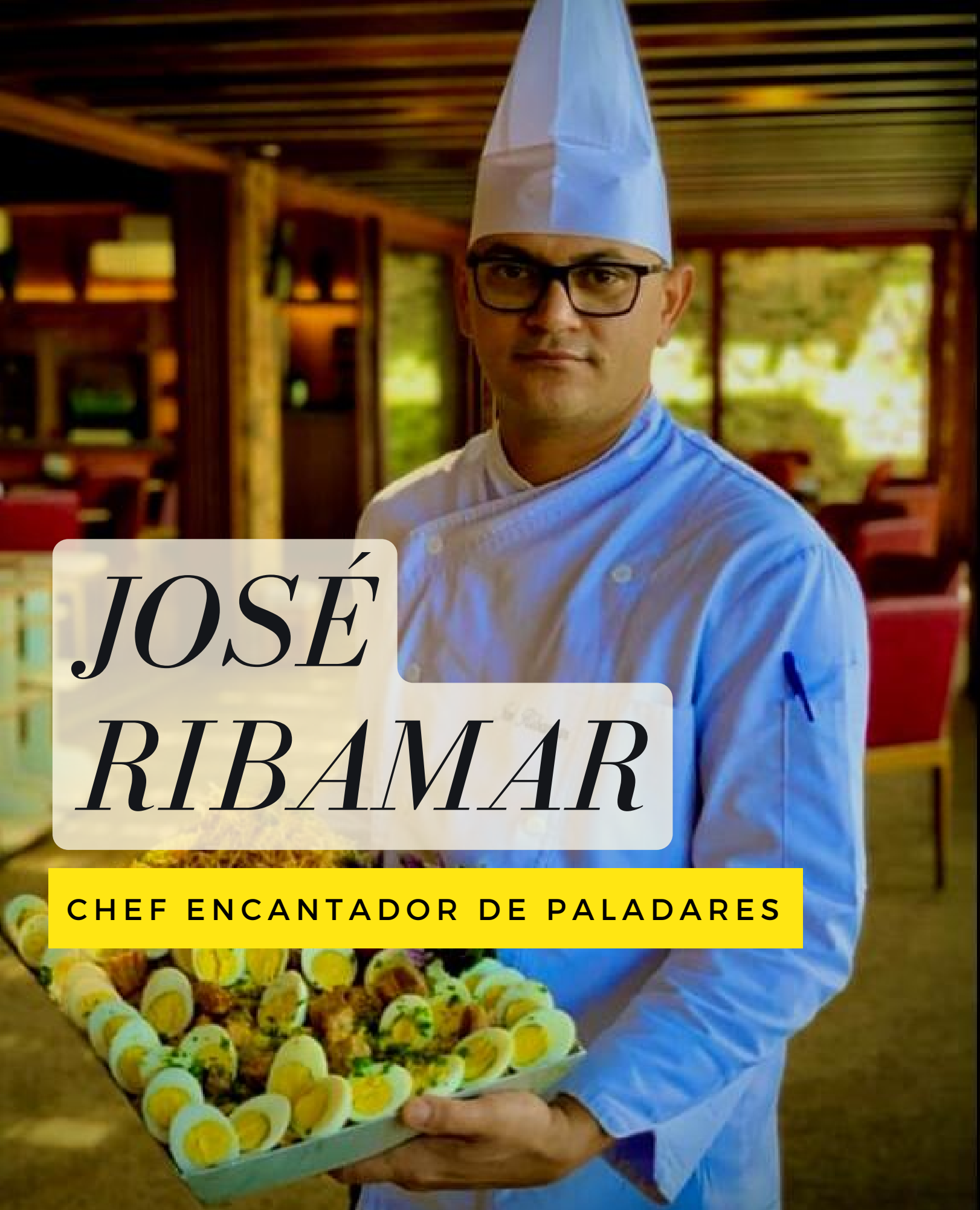
Ao longo de seus 11 anos foi chefe de alguns restaurantes.

Possibilitando assim adquirir novas técnicas, procedimentos e novas visões de como esse mundo gastronômico tem suas leis e peculiaridades.

Com o passar do tempo foi cada vez mais se adaptando ao mercado e se especializando como um excelente

cozinheiro e também entendendo como esse ecossistema funciona e como deve ser gerenciado, e potencializado de acordo com a tendência que a gastronomia imputa ao mercado brasileiro.

Hoje atuando como chefe cozinha e sócio da empresa Monalisa consultoria gastronômica, oferece um serviço personalizado e acessível com pacotes que possam encaixar na realidade da sua empresa.



# JOSÉ RIBAMAR

CHEF ENCANTADOR DE PALADARES

 [chef\\_jose\\_ribamar](#)

Jose Ribamar, mais conhecido como Riba, nos bastidores das principais cozinhas do estado de SP, começou a se aventurar entre as panelas por volta dos seus 13 anos em sua casa.

O gosto em descobrir novos sabores e sentir novos aromas, o levou a embarcar profissionalmente no mundo gastronômico.

Nesta jornada de 19 anos e ao longo deste período, executou diversas preparações, sendo elas, um simples prato a um sofisticado banquete.

*"MINHA ARTE É ENCANTAR  
O PALADAR DE TODOS COM  
MINHAS PREPARAÇÕES,  
MONTAGENS E CRIAÇÕES."*

Hoje o chef está atuando como chefe de cozinha em um resort de grande porte do grupo santa clara ecoresort na cidade de dourado são paulo

## FALANDO SOBRE PALADARES

**Fusão de sabores:** A combinação de ingredientes de diferentes culturas culinárias tem sido uma tendência crescente. Os chefs estão explorando a criação de pratos que misturam elementos de diferentes tradições gastronômicas, resultando em sabores únicos e surpreendentes.

**Ingredientes exóticos:** Com a globalização e o acesso a uma variedade maior de ingredientes, os chefs têm experimentado com produtos incomuns e exóticos. Isso inclui ingredientes como frutas e vegetais tropicais, ervas raras, especiarias diferentes e proteínas alternativas.





PRÊMIO  
**Raiz**  
GASTRONOMIA BRASILEIRA

**Você está preparado?**

 [www.revistabonapetit.com.br/raiz](http://www.revistabonapetit.com.br/raiz)

**Competição gastronômica entre Chefs de Cozinha e cozinheiros, com abrangência nacional, estruturado em fases de Inscrição, Instrução, Eliminação, Julgamento, Etapa Final e Premiação.**

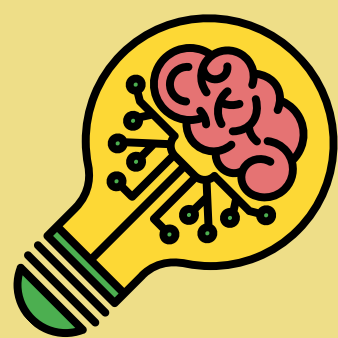


# Inteligencia Artificial na gastronomia

A inteligência artificial (IA) tem desempenhado um papel cada vez mais importante na gastronomia. Ela pode ser aplicada em várias áreas, desde a criação de receitas e menus personalizados até a otimização de processos de produção e até mesmo no desenvolvimento de novos sabores e combinações.

**1. Criação de receitas:** A IA pode analisar grandes quantidades de dados sobre ingredientes, técnicas de culinária, combinações de sabores e preferências dos consumidores para desenvolver novas receitas. Ela pode levar em consideração restrições dietéticas, alergias alimentares e preferências individuais para criar receitas personalizadas.

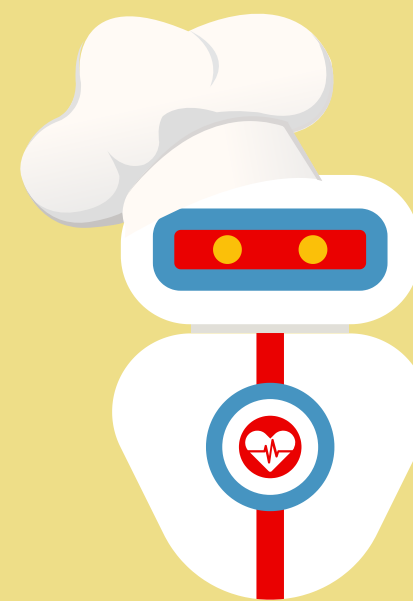
**2. Recomendação de alimentos:** Com base nas preferências dos consumidores e nas informações sobre seu perfil nutricional, a IA pode recomendar alimentos específicos que atendam às suas necessidades e preferências. Isso pode ajudar as pessoas a fazerem escolhas mais saudáveis ou descobrirem novos alimentos e sabores.



**3. Otimização de processos:** A IA pode ser usada para otimizar processos de produção em cozinhas e restaurantes. Ela pode ajudar a melhorar a eficiência do fluxo de trabalho, o gerenciamento de estoques, o planejamento de produção e a previsão de demanda. Isso pode levar a uma redução de desperdício de alimentos, custos operacionais mais baixos e uma melhor experiência para os clientes.

**4. Análise de dados e feedback dos clientes:** A IA pode ser usada para analisar grandes quantidades de dados de vendas, feedback dos clientes e avaliações de alimentos para identificar padrões, tendências e preferências do consumidor. Essas informações podem ajudar restaurantes e empresas de alimentos a tomar decisões informadas sobre o desenvolvimento de novos produtos, marketing e melhorias no serviço.

**5. Experiências gastronômicas imersivas:** A IA também tem sido aplicada para criar experiências gastronômicas imersivas e interativas. Por exemplo, restaurantes podem usar IA e realidade virtual para fornecer aos clientes uma experiência única, combinando elementos visuais, auditivos e gustativos para criar refeições multisensoriais.



Embora a IA tenha trazido benefícios significativos para a gastronomia, é importante ressaltar que a criatividade e a intuição humana ainda desempenham um papel crucial na culinária. A IA pode ser vista como uma ferramenta poderosa para ajudar chefs, cozinheiros e profissionais da gastronomia a expandir suas habilidades e oferecer experiências culinárias ainda mais inovadoras.



# UMA HISTÓRIA DE SUPERAÇÃO E BATALHA

**O fracasso do empreendimento é só uma forma de nós mostrar que algo precisa ser mudado para que o próximo seja um sucesso. Desistir é uma palavra que pessoas de sucesso desconhecem.**



## Coisas novas, gastronomia

A minha história na Gastronomia começou em um povoado chamado Pedra Alta no município de Araci, na época eu com meus 13 anos já tinha uma paixão pela cozinha e por estar misturando ingredientes para tentar algo novo.

Fui batizada com o nome de Priscila Silva Crespo, meu pai era o Sargento Cressppo (em memória), sempre tive uma boa vida, disso não posso reclamar, nunca me faltou nada, possuía tudo do bom e do melhor, mas cresci sem saber o que é amor, cumplicidade e saber o que é carinho de uma mãe (pois mesmo me oferecendo de tudo, faltava o principal que era amor, e quando eu fazia algo errado, nunca conversávamos, já se estabelecia a agressão verbais e físicas.

Sempre tive dependência emocional pelos meus pais e isso acabou me prejudicando, pois sempre que tentava viver fora, meu pai e minha genitora pedia ajuda, assim largava tudo e corria ajudar. Foi assim durante 37 anos da minha vida.



Tive meu primeiro filho aos 21 anos e como sempre tive suporte financeiro e jamais faltou nada para nós (me arrependo muito de ter vivido tanto tempo dependente deles, pois isso destruiu minha confiança em mim mesma, pois eles falavam que eu nunca seria nada na vida. Aos 25 anos acabei casando e com alguns meses de casamento começaram as agressões verbais e até físicas do meu ex marido, acabei engravidando e as coisas pioraram pois eu estava com início de depressão e a gravidez acabou me fazendo ficar bem doente ao ponto de viver mais no hospital do que em casa, hoje minha caçula

tem 12 anos e o primogênito 18 anos e sempre tivemos uma vida boa pois meu pai nunca nos deixou faltar nada, em 2020 eu perdi meu pai que foi assassinado de forma fria e desde então minha vida saiu dos trilhos, foi então que passei a sofrer violência psicológica, chegou ao ponto de violência física e ameaças então fui colocada para fora da casa do meu pai.

Em Agosto de 2022 resolvi voltar para a cidade onde morei em 2019, decido mudar meu nome, hoje me chamo Kaali Cressppo e em setembro desse ano irei completar 39 anos. Aqui na cidade de Serrinha/Ba através do cram tenho todo suporte para superar os traumas sofridos, fui bem acolhida por uma equipe de psicóloga, psiquiatra e advogada tudo oferecido pela prefeitura, e mesmo em meio a grandes dificuldade de lutar contra depressão, ansiedade e pânico, venho buscando e batalho para da um futuro digno para meus filhos e para alcançar um futuro próximo.

Me tornei uma grande chef e todos os obstáculos foram ultrapassados e vencidos.

Enfrento muitas dificuldades para finalizar o curso de Gastronomia, às vezes penso em desistir, mas lembro que falta tão pouco e que em breve estarei formada!

Atualmente venho tentando alguns patrocínios com algumas empresas e espero conseguir algo para poder me organizar e recomeçar minha vida, e assim em breve, abrir minha loja física **Azeitona Docce** e trazer sabores inovadores para todos aqueles que são apaixonados pela Gastronomia.



**[azeitonadocce](#)**



**(75) 983373799**

# A arte de preservar seu negócio saudável

Texto por:  
**Chef Eduardo Augusto**  
**COLUNISTA**

**BONAPETIT.**  
A melhor Revista de Gastronomia

Você é daqueles empresários que trabalha muito e ganha pouco, ou praticamente nada ?? Vive em função do seu restaurante ou Food service, deixa de ir a reuniões de família, viagens, comemorações entre outros eventos presentes no cotidiano da cultura brasileira, e mesmo pagando esse alto preço, o seu negócio não dá lucro ou não decola. Saiba que 8 em cada 10 empresários, sejam eles grandes ou micro, sofrem com esse problema. É uma situação tão recorrente que já passou a ser comum, virou meme em determinadas situações, é uma situação lamentável que passou a ser tolerada, em muitos dos casos se tornou a sina do empreendedor. Saiba que está realidade pode ser coisa do passado, e vou te dizer ainda mais, assim como existe lucro em negócio de alimentação, existe vida para donos de restaurante, a realidade vem mudando com o passar do tempo, mas pena que poucos perceberam essa nova realidade.

Em um passado não muito distante o dono de restaurante era basicamente um dos casos a seguir, um cara que seguia uma tradição de gerações da família e assumia um negócio familiar, ou aquela pessoa que dedicou anos da sua vida trabalhando em uma empresa e no ato do desligamento recebe uma valor considerável e resolve investir boa parte ou todo o seu capital em um negócio e por fim, um funcionário da área do salão ou da cozinha que consegue de alguma forma adquirir um negócio, após a aquisição do seu negócio, a pessoa se tornava aquele ou aquela que morava atrás de um balcão com um lápis atrás da orelha ou uma caneta no bolso da camisa e sempre era visto com cara de quem estava prestes a ter um surto psicótico. Pois bem, com a chegada da tecnologia e o início da era da informação, houve uma verdadeira revolução na gestão dos negócios Food service, muitas práticas se tornaram obsoletas assim como o mercado começou a eliminar pessoas despreparadas, não sei se você reparou, em nenhuma

das situações a cima, o empresário investiu em se preparar para gerir o seu negócio, algo que hoje não cabe mais, fato que ficou muito evidenciado no período de pandemia, onde muitos estabelecimentos tidos como tradicionais, pois já estavam a muitos anos no mercado porém, a filosofia utilizada para a gestão, mostrou frágil e ressaltou quão grande volume de estabelecimentos operavam na corda bamba e a chegada da pandemia deu o empurrão que faltava. Enquanto tudo isso acontecia, eu um jovem cozinheiro voraz por conhecimento, me graduei em Gastronomia e durante o período de realização de estágios, reavivou em minha memória um programa que assistia a muitos anos atrás chamado Kitchen's Nightmare onde o Chef Gordon Ramsay transformava realidades de restaurantes a beira da falência prestando consultoria, e entre um estágio e outro surgiu então uma oportunidade de fazer uma consultoria, nascia ali o meu segundo amor dentro da profissão, o primeiro era cozinhar o segundo era realizar consultorias, com a conclusão da graduação veio a oportunidade de me pós graduar em gestão da segurança dos alimentos por uma entidade muito conceituada na área de gastronomia o que me rendeu uma bolsa de estudos para fazer um MBA em Gastronomia e Gestão de alimentos e bebidas em uma outra grande instituição de ensino, o que em conjunto com uma sequência de mais de 10 serviços de consultoria prestados, que totalizou mais de 5000 mil horas trabalhadas, fez com que todo esse conhecimento adquirido, juntamente com inúmeros treinamentos de desenvolvimento pessoal, vendas e empreendedorismo que já havia realizado, me fizesse enxergar que nos dias atuais 3 problemas são as principais causas do derretimento do lucro e causa de grande parte das falências e vou abordar eles para o case de se por acaso você estar cometendo algum desses erros corrija imediatamente, são eles:

# Refleta agora

## 1º



Equipe de trabalho despreparada: 9 em cada 10 pessoas que me procuram para contratar uma consultoria atribuem a equipe seus problemas financeiros, e realmente na maioria das vezes eles contribuem muito com práticas de trabalho nocivas ou displicente, alegando não ganhar o que merece ou colocando a experiência de trabalho como avalista para tal postura. Vamos lá atualmente experiência não é mais sinônimo de eficiência, vivemos na era do resultado, equipes que atuam como um time trazem resultados fantásticos e conseqüentemente transformam o restaurante em uma máquina de gerar lucro de forma sólida e constante, então se a equipe de trabalho é um problema comece o processo de profissionalização dela hoje mesmo.

## 3º



Um corpo sem um cérebro: não existe um time sem um líder, é realmente triste ver como as pessoas estão expostas ao mal exemplo dado por programas de tv que pintam a figura do chef de cozinha como um cara tirano que se resume a humilhações e ofensas, em contra partida poucos foram os profissionais que se atentaram na mudança de perfil do líder moderno, ele não é mais o Coach durão e motivador que tem como linha de trabalho extrair a maior quantidade de suco possível de uma laranja (equipe de trabalho) e muito menos o paizão que trata a equipe como uma família, ressaltando que toda família tem o filho mimado, o cunhado folgado, a tia fofoqueiro, o tio malandro, a vó mandona, ou seja, a receita clássica para o caos em qualquer ambiente de trabalho, hoje a principal virtude de um líder é engajar a equipe, através do seu exemplo e transbordando o seu propósito de servir com excelência e humanidade. Cheguei a ver casos absurdos de pessoas que pelo fato de ser dono do estabelecimento se julgava capacitado para liderar, e pior ainda em chefiar uma cozinha, sendo que a sua referência de trabalho se limitava a cozinha da sua casa e a vídeos do YouTube, por isso peço, encontre um líder verdadeiro para o seu time.

## 2º



O gestor auto suficiente: outro erro recorrente é o empresário ou gestor que se julga capaz de administrar sem qualquer tipo de treinamento ou capacitação, conforme já afirmei, experiência não é sinônimo de eficiência, hoje os estagiários erram menos que os efetivos, o fato de ter dinheiro ou propriedade sobre um estabelecimento não capacita ninguém para gerir um negócio, não é vergonha sentar em um banco de escola para aprender, vergonha maior é se afundar em dívidas e decepcionar todos aqueles que dependem do seu empenho para cuidar de suas famílias, quando seu negócio fecha muitas outras famílias, além da sua, são afetadas, ser gestor é uma posição que exige um grande senso de autocrítica e de busca por excelência. Invista em você, invista no seu negócio, se capacite, contrate um profissional que seja capaz de te orientar, acompanhe a evolução do mercado e você vai ver como seus números sofrerão uma mudança radical para melhor.

Para finalizar gostaria de compartilhar que hoje se faz necessário que o empresário enxergue o seu estabelecimento como uma empresa não como um comércio, trabalhe para implantar uma gestão profissional, adote o uso de ferramentas que são comprovadamente eficazes para melhoria dos resultados, caso necessário procure um profissional gabaritado da sua confiança para te ajudar e orientar, espero que minhas palavras façam uma diferença positiva na sua vida e nos seus negócios, grande abraço até breve.

**Tem mais dúvidas me chame no direct do Instagram**

# A INDISPENSÁVEL GASTRONOMIA DA VIDA



Jardín del Mar

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

Uma jovem, babá, natural do interior do Acre, com o sonho na mochila de melhor qualidade de vida e rumo ao Sul do Brasil, mais precisamente Florianópolis SC, Ilha da Magia. Essa era a chef **Maria do Nascimento Garcia**. Quando chegou e respirou os primeiros ares da Ilha, sentiu que seria bem-vinda. Trabalhava para uma família como babá e além de ficar responsável por cuidar das crianças, era ela quem fazia as refeições da casa. Sempre gostou de inovar e por isso, lia revistas e assistia programas de culinária, reproduzia as receitas constantemente com um toque especial ou algum diferencial. Após muitos testes culinários com a “família cobaia”, sua então patroa perguntou se eu tinha interesse em fazer faculdade de Gastronomia.

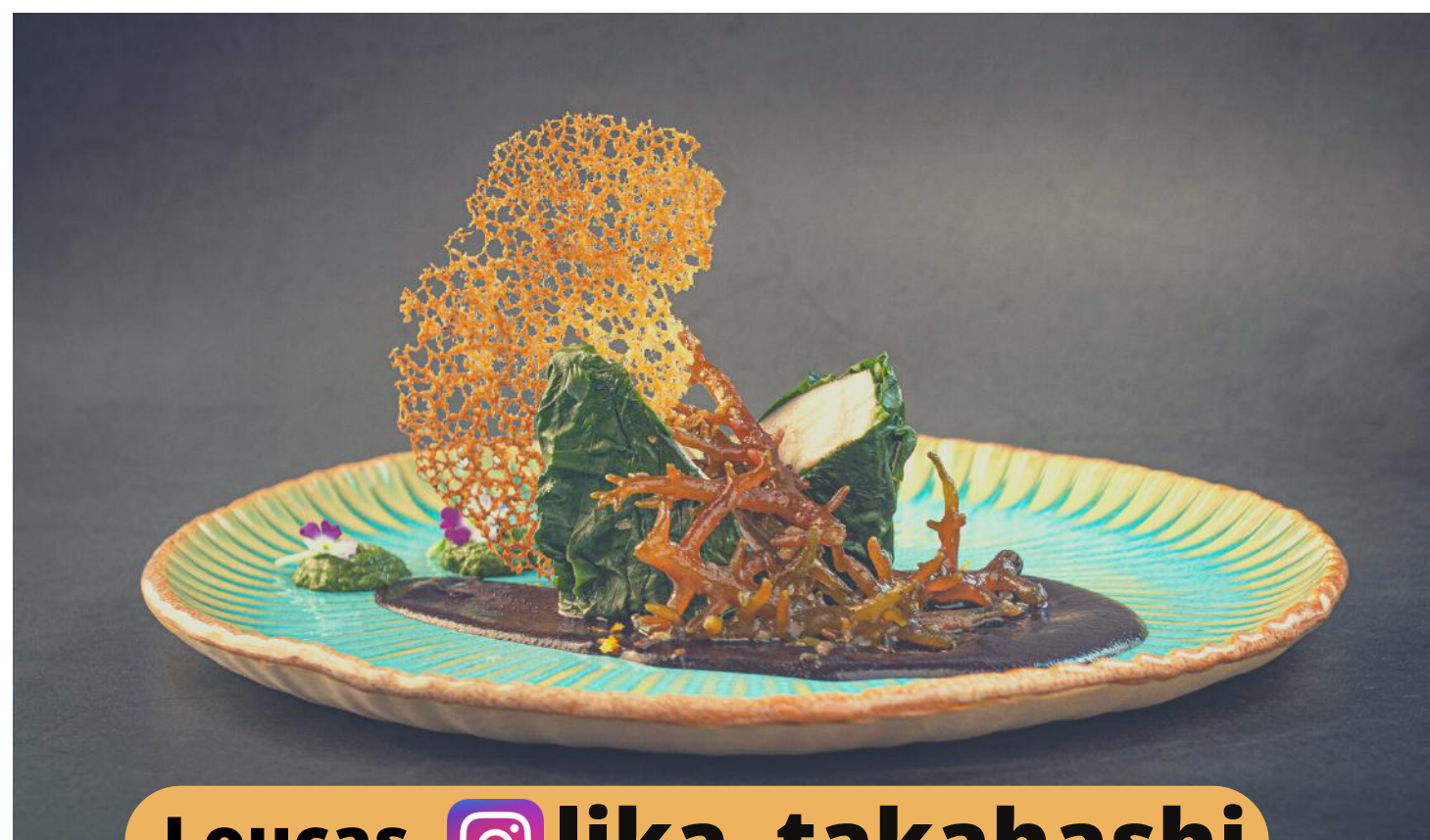
Nunca tinha ouvido falar a respeito! Depois que sua patroa explicou sobre o curso, pensou que era exatamente isso que queria fazer.. Matrícula feita e logo foi procurar trabalhar com restaurante, e a cada aula, cada cozinha que trabalhava, após cada receita realizada, artigo ou livro lido, mais tinha certeza que era nessa área que queria trabalhar. Focou muito durante a graduação e com ela finalizada se especializou em Gestão da Qualidade na Gastronomia. Tanto o bacharelado quanto a especialização lhe trouxeram a certeza de que para uma experiência gastronômica incrível, não bastava apenas pensar na apresentação do prato ou a melhor técnica a ser utilizada na cozinha, mas também na procedência de cada insumo.

**"Entender que é primordial saber a qualidade do solo onde os legumes e as verduras são plantados, da água onde os pescados são retirados, de onde vem cada item utilizado na receita e como cada produção é armazenada é compreender que a Gastronomia é arte, uma expressão da Natureza"**, diz a chef.

Falando em arte e sua expressão, é impossível falar em comida sem trazer ao cerne da discussão a cultura de cada região, por isso a Gastronomia pode ser considerada um patrimônio imaterial de onde está inserida. A chef nunca deixou de estudar, testar e ousar na culinária, sempre apresentando um toque das suas raízes nortista.

Depois de algum tempo, foi convidada para ser professora de cozinha oriental na faculdade Estácio e no SENAC SC, em um curso de Graduação, onde hoje além de docente faz parte de um grupo de estudos em parceria com a EPAGRI e Senac SC que tem o objetivo pesquisar a aplicabilidade da macroalga *kappaphycus alvarezii* na gastronomia, que pode estimular a demanda para produtores de algas, explorar a cadeia produtiva e incrementar a renda de quem já está trabalhando nas fazendas marinhas ou queira investir nessa atividade econômica. Trabalhou também como chef de cozinha e prestou consultoria para alguns restaurantes conceituados do Estado de Santa Catarina e fora dele. Foi ganhadora do prêmio Enchefs, onde na Etapa Municipal apresentou o prato “Memórias ao Avesso” com corvina envolto por folha de taioba, cozida no vapor, velouté de açaí juçara, salada morna de macroalga rodófito, tuille rendada de mandioca e purê de taioba com macroalga. Inspirado nas memórias gustativas da infância, onde comíamos açaí salgado com peixe ou carne seca ao sol.

Hoje é chef executiva no Restaurante Jardín Del Mar, localizado no Bairro Cacupé no norte da Ilha de Florianópolis, que conta com vista para o mar, área externa com panorama exuberante, diferentes ambientes e toque moderno, sofisticado e com comida deliciosa. Os pratos além de requintados, valorizam o aspecto nutritivo, a qualidade, o sabor e a técnica de elaboração de cada alimento.



Louças  [like takahashi](https://www.instagram.com/like_takahashi)



Diante de tudo isso, é inevitável dizer que a Gastronomia se tornou parte indispensável da minha vida. Ela me possibilitou inúmeras oportunidades que vão além de um trabalho.

Tenho uma família incrível, um marido que apoia todos os meus projetos e duas filhas extraordinárias que desde pequenas já entendem e respeitam a arte da gastronomia, porque é dela e por ela que posso garantir um futuro melhor para todos nós. Transformar ingredientes em refeições, expressando a arte e a cultura é muito mais que um trabalho, é um estilo de vida.

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

# Inovar faz parte da nossa cultura.

A Casa Gabriel Rodrigues é uma empresa familiar que cultiva oliveiras e produz premiados azeites de oliva extravirgens na Fazenda Passo do Jacaré, em São Gabriel, Rio Grande do Sul.

Com visão inovadora, desenvolvem outros produtos provenientes da olivicultura e da fazenda. Produtos com a mesma qualidade dos azeites, que levam saúde e bem estar aos consumidores.

 [@casagabrielrodrigues](https://www.instagram.com/casagabrielrodrigues)





# Chef MARCELO ARAKAKI



O chef Marcelo Arakaki, natural de Curitiba está no mundo gastronômico desde 2008, quando se formou cozinheiro no Senac.

Logo depois de formado, foi para Minas Gerais e começou sua trajetória gastronômica passando por vários restaurantes famosos, trabalhando com vários chefs renomados da capital, como o já extinto Atlântico, Vecchio Sogno e Haus Munchen.

Também trabalhou no museu Inhotim, localizado em Brumadinho. Após estas fantásticas experiências, passou a fazer consultorias, eventos e trabalhos como personal chef.

Voltou para Curitiba no ano de 2017, onde continuou trabalhos em restaurantes e fazendo consultorias.

**"Minha paixão pela cozinha fez com que eu aprendesse a trabalhar em várias vertentes, como massas frescas, longa fermentação, molhos, carnes, comidas típicas, industrial, eventos, etc"** diz o chef.

O chef também está concluindo a graduação de gestão empresarial, que diz, ser importante para coordenar várias equipes é necessário conhecimento prático, mas também técnico e teórico, para gerir tantas equipes e tantas pessoas, nessa profissão que é incrível e desafiadora!



Hoje trabalha na empresa Its Cool, chefiando restaurantes em colégios de ponta do Paraná e Santa Catarina, onde coordena várias equipes na execução dos cardápios, no aprimoramento de receitas, fazendo as crianças e jovens aprenderem a se alimentar de um modo mais saudável, com menos industrializados e condimentos químicos. Também fazem receitas específicas para crianças com restrições (lactose, glúten, etc..).

# COBERTURAS E CRIATIVIDADE



**POR TATIANA FONTE**  
**COLUNISTA**

Tatiana Fonte, 35 anos, começa sua história na confeitaria aos 8 anos, quando aprende a fazer ovos de Páscoa. E não faltavam incentivos naquela época. Sua mãe, Inês do Rosário Fonte sempre serviu como inspiração. Se dedicava a fazer bolos decorados para seus filhos e sempre que podia estava ali ajudando e presenciando nesses momentos com sua mãe.

Aos 23 anos decidiu ingressar em um curso de gastronomia. Fez seu primeiro estágio em um ateliê de bolos de Moema, em São Paulo, a Maria bolo e surge uma nova paixão, desenhar doces e bolos.

Fez alguns cursos de designer de doces e daí por diante foi criando seus próprios doces e bolos decorados.

Trabalhou em ateliês renomados como Kakaw Life, Mariana Junqueira e Lu Chocolates e hoje lidera como Chef de Confeitaria em um ateliê gracioso, na região de Moema chamado Art Gula.

Dedicada ao seu trabalho, busca a perfeição em cada detalhe de seus bolos e doces. Somado a isso, os melhores sabores e aromas para cada nova criação.



**A Confeitaria ArtGula não conta somente com doces incríveis e saborosíssimos. Servem café da manhã, Brunch, além de uma gama enorme de salgados congelados ou fritos na hora.**



**"A confeitaria nos permite ultrapassar nossos limites de criação diariamente."**

 [\*\*art.gula\*\*](https://www.instagram.com/art.gula)  [\*\*tatianafontecakes\*\*](https://www.instagram.com/tatianafontecakes)



# GASTRONOMIA TAMBÉM É TRADIÇÃO

O Paulo Henrique Squarcini, possui 26 anos, nascido em Rolândia no norte do Paraná.

Sua história na gastronomia começou desde cedo onde seus pais abriram um restaurante, quando ele tinha 6 anos de idade. Conforme crescia ao longo do tempo sua paixão pela cozinha aumentou, e foi ajudando seus pais na cozinha que adquiriu suas primeiras experiências gastronômicas.

Aos 19 anos entrou na faculdade de gastronomia na Unopar de Londrina onde cursou por dois anos até a consolidar sua formação.

Em seguida foi para Foz do Iguaçu trabalhar em um grande resort onde aprendeu muito e ganhou bastante experiência. Em 2020 voltou para Rolândia e continuou ajudando seus pais no restaurante que ainda possuem, e também fazia alguns bicos em eventos na cidade de Londrina.

Em 2021 teve a oportunidade de cozinhar no evento da Stock Car em São Paulo.

Em 2022 ele e sua família decidiram mudar de vida e se muda para o litoral (**quem não sonha em morar na praia né?**). Já possuía alguns conhecidos que moravam em Guaratuba e visitaram algumas vezes e decidiram que seria um ótimo lugar pra começar uma vida nova.

Mudaram então em março de 2022 e logo em seguida o chef já começou a trabalhar no Hotel e Restaurante Cabana Suíça onde está como chef atualmente.

**"Daqui por diante eu só penso em me dedicar ao máximo a gastronomia, estudar muito, ganhar novas experiências, e quem sabe ir pra fora do país e aprender sobre outras culturas."**

Chef *Paulo Squarcini*



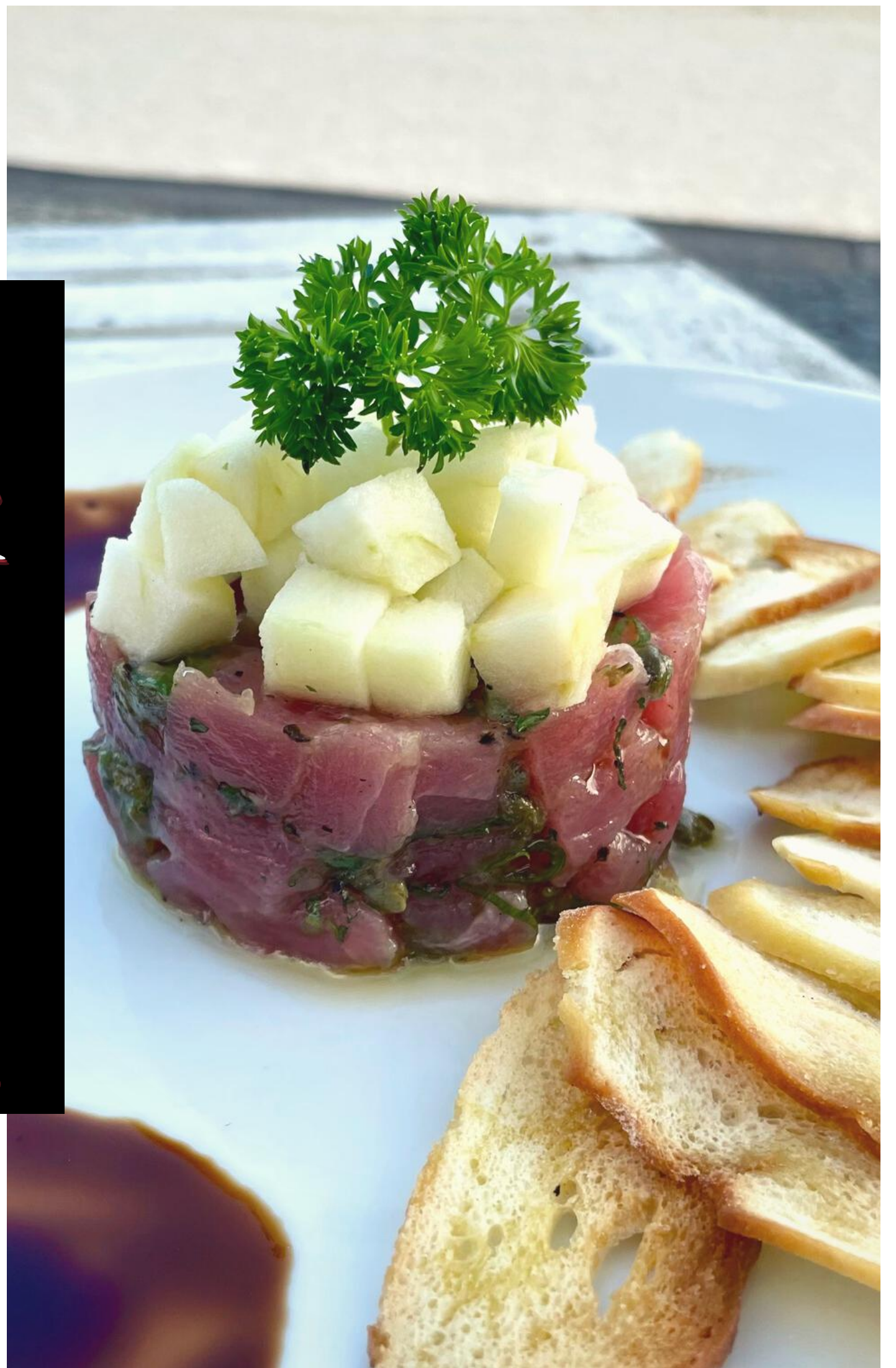
**Campeão do Concurso Prato Típico de Guaratuba**



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



Vinicius Brito



# ACREDITE NO SEU POTENCIAL

Formado em Gastronomia pela Estácio de Sá em 2019, o Chef Vinicius Brito acumula mais de 10 anos de experiências culinárias profissionais em variados cargos e diversas culturas gastronômicas.

Chef Vinicius iniciou sua carreira na área da gastronomia em 2008, exercendo o cargo de sushiman durante três anos, primeiramente no restaurante San Sushi e, logo após, no Fronteira Leblon. Em junho de 2011, o Chef exerceu a função de cozinheiro pela primeira vez, cargo na qual, posteriormente, executou em diversos restaurantes durante sua carreira, com destaque no renomado Michelin Cipriani, localizado no Copacabana Palace.

Antes de ser Chef de Cozinha, Vinicius também trabalhou como Sous Chef, o segundo em comando em uma cozinha profissional nos restaurantes Ino e Rosti-Grill, até que, finalmente, iniciou sua carreira como Chef, primeiramente no Artfusa Delivery, fundado pelo próprio Vinicius e, depois de um tempo, no San Isakaya, até iniciar no refinado quiosque Barthô Praia, em São Conrado, na qual Vinicius trabalha como Chef na atualidade.



[\*\*chefviniciusbrito\*\*](https://www.instagram.com/chefviniciusbrito)



[\*\*mktviniciusb@gmail.com\*\*](mailto:mktviniciusb@gmail.com)



inspiração, confiança e muita dedicação

**CORES AROMAS E SABORES** que conta com cinco segmentos diferentes mas todos relacionados na área de A&B e também eventos, estou me lançando como personal chef, como prestadora de serviços para congelamento sendo assistida por uma nutricionista, e também na comercialização da venda de coffee break para eventos corporativos



A chef Soraya Heloisa Salvador é natural de Londrina estado no Paraná, possui várias paixões relacionadas a sua vida acadêmica e profissionais, almeja realizar diversas coisas ainda em sua vida profissional e pessoal, e comenta: **"obvio que viemos a esse palco que é a vida para representar o melhor que pudermos com relação a todas as áreas de nossas vidas."** Ela se considera uma privilegiada com relação a vida acadêmica, pois, estudou tudo o que ama. apaixonada pelas áreas que tem conhecimento e graças a Deus com grande esforço se formou na aviação em 1998, e também em turismo e hotelaria no ano 2003, cursou em 2005 uma pós graduação em cerimonial protocolo e eventos, e atualmente na gastronomia.

Desde menina a chef comenta que se interessava por livros de culinária mas somente aos doze anos teve início essencialmente ao mundo em que **AS CORES AROMAS E SABORES**, começaram essencialmente a fazer parte de sua vida, foi entre batatas e cebolas que descobriu o prazeroso mundo de sabores, e nunca mais parou de cozinhar. Mas o marco gastronômico em sua vida foi com 12 anos quando chegou em sua casa um fogão vindo de outro planeta ao seu ver, enorme maravilhoso pois era um fogão de inox com seis bocas uma grelha e dois fornos com acendedor elétrico, imagina na década de oitenta surgir um fogão nesse formato "foi estupendo" e logo então, se interessou pela cozinha. "Essencialmente eu disse a mim mesma eu não me chamo Soraya Heloisa se eu não cozinhar nesse fogão maravilhoso e assim ocorreu, mas havia um obstáculo em minha vida eu não sabia cozinhar mas era imprescindível para mim realizar aquele desejo"

correu para a sua mãe, mas ela não era dada a essas prendas e nunca gostou de cozinhar e não tinha paciência de ensinar também, mas como tudo na vida tem um porquê e uma solução eu tinha sua avó Ana (in memoriam) que observou aquele fato e lhe auxiliou, **"ela me disse: filha eu vou te ensinar a cozinhar e assim o fez com paciência dedicação e me passou seu conhecimento culinário"**. Sendo sua avó de berço humilde mas possuía suas peculiaridades, a cozinha dela tinha origem mineira, e passo a passo, colocou a chef em contato com seus segredos culinários, era sua avó que cozinhava diariamente para todos eles, o menu diário era o trivial mineiro, ou seja, arroz, feijão com pele ou mais pertences, tutu de feijão, uma couve assustada bem fininha, costelinha de porco na panela de ferro, uma bistequinha de porco grelhada, angu, sopa de mandioca com calabresa, feijoada, e nos finais de ano não faltava um porco a pururuca, era muito muito bom degustar aquelas iguarias, ou seja, de comer de joelhos.

Quando estava na universidade Soraya teve a oportunidade de ter uma micro empresa na Unopar campus Catuai Londrina, por três anos essa empresa atuava na área gastronômica pois era uma cantina alto padrão muito bem montada, contava com quadro de funcionários com seis atendentes dois cozinheiros que tinham mãos de fadas, e ela para gerir repor mercadorias. Posteriormente em 2004 entrou na pós graduação em cerimonial protocolo e eventos e por ter tido contado intrínseco e direto no atendimento ao público, teve a necessidade de defender sua tese da monografia na área de excelência no atendimento prestado pelos profissionais que interagem na prestação de serviço em A&B. E em 2018 prestou vestibular na Unopar em Londrina para o curso de gastronomia, e passou com louvor no vestibular e teve ótimas notas, com seis meses de antecedência planejou um estágio em São Paulo no Dalva e Dito e no Dom, cujo proprietário e nada mais nada menos que o master chef Alex Atala. Meu estágio ocorreu de janeiro a fevereiro de 2019, foi uma experiência incrível pois todo conhecimento teórico que tive na universidade pude colocar em prática no estágio dos restaurantes. **"Nesse momento de minha vida só tenho a agradecer a Deus por estar galgando novos horizontes e novas oportunidades profissionais e pessoais"** Esse ano de 2023 a Chef Soraya abriu sua empresa chamada **CORES AROMAS E SABORES**



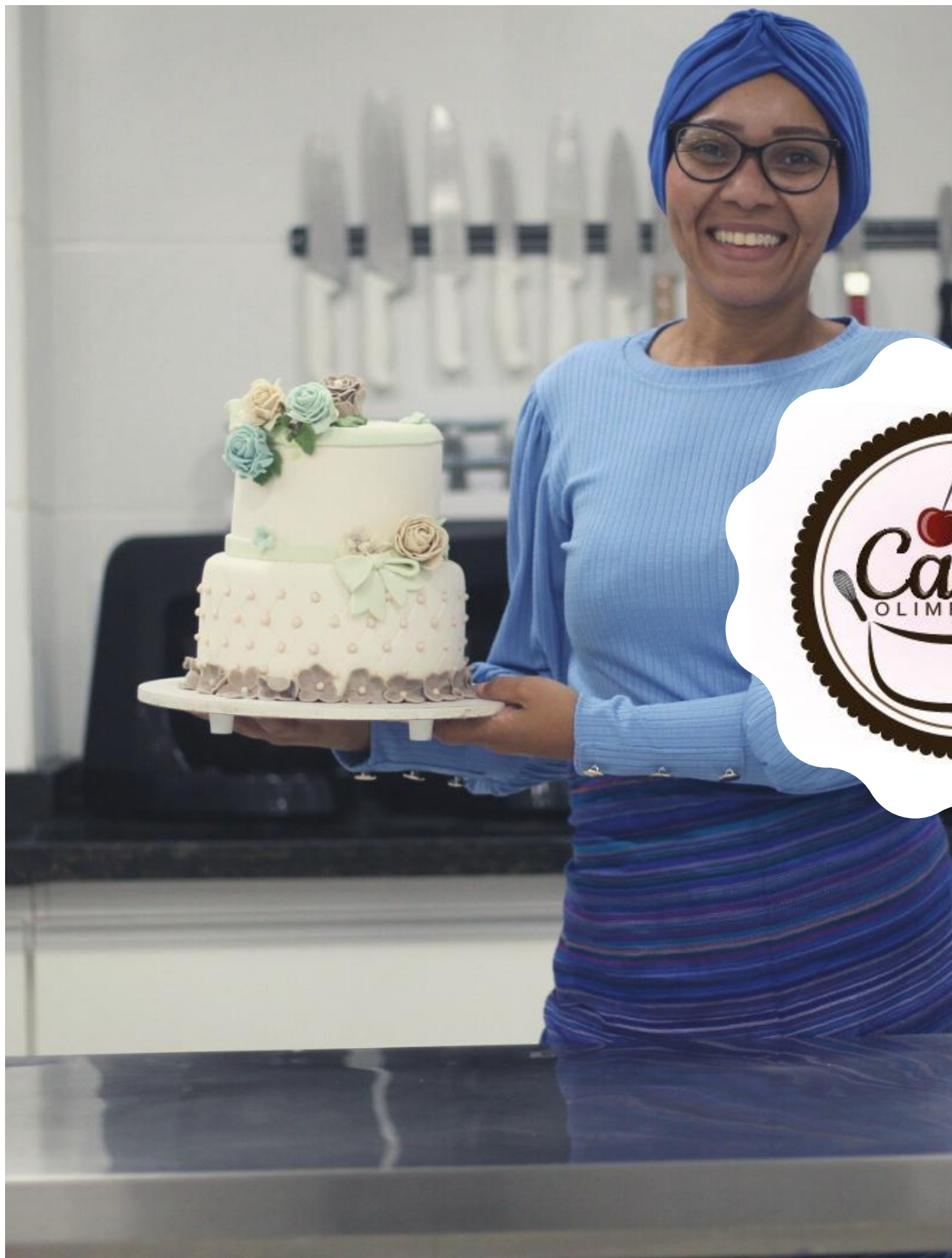
41 99126 2445

Chef  
Soraya Heloisa

*Seu alto desafio  
está para ser  
iniciado...*

PRÊMIO  
**Raiz**  
GASTRONOMIA BRASILEIRA

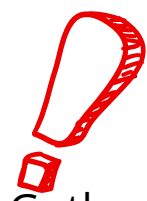
[WWW.REVISTABONAPETIT.COM.BR/RAIZ](http://WWW.REVISTABONAPETIT.COM.BR/RAIZ)



## A fantástica gastronomia que dá certo...

Ateliê Cake Olimpia sob o Comando de Chef Confeiteira **Vivian Kelly Alves Monção** vem preparando desde 2006 Bolos e Doces com ingredientes rigorosamente selecionados, oferecendo uma linha completa para Eventos Sociais, familiares e Corporativos, possuindo toda estrutura para oferecer deliciosos Bolos e Doces artesanais para todos os tipos de Ocasões.

### FAZ A GASTRONOMIA ACONTECER



Formada em Assessoria e Cerimonial por Adriana Guther, em Culinária pela Escola de Culinária e Gastronomia de Nicolau Rosa, a chef tras sua formação em Confeitaria pela Receitaria Escola Gourmet e Universidade Anhembí Morumbi. Formada em Gastronomia pelo Centro Universitário Unicesumar de Maringá com Pós graduação em Docência em Ensino Superior pela Universidade Anhanguera São Paulo.

Sua trajetória nem sempre foi fácil, mãe solo de uma casal e de uma filha de coração; quando iniciou sua jornada era dupla, trabalhava em um escritório e fazia Bolos e Doces para vender, nunca desistiu do seus sonhos, caminhou em sua jornada e dentre elas muitas conquistas como atuar como uma das Cake Designer do Ateliê Beca Milano responsável pelos Bolos do Programa Fabricas de Casamento, participante do Programa Credo que Delicia da GNT, onde foi notável sua dedicação e amor pela confeitaria lhe trazendo o reconhecimento que tanto almejava.

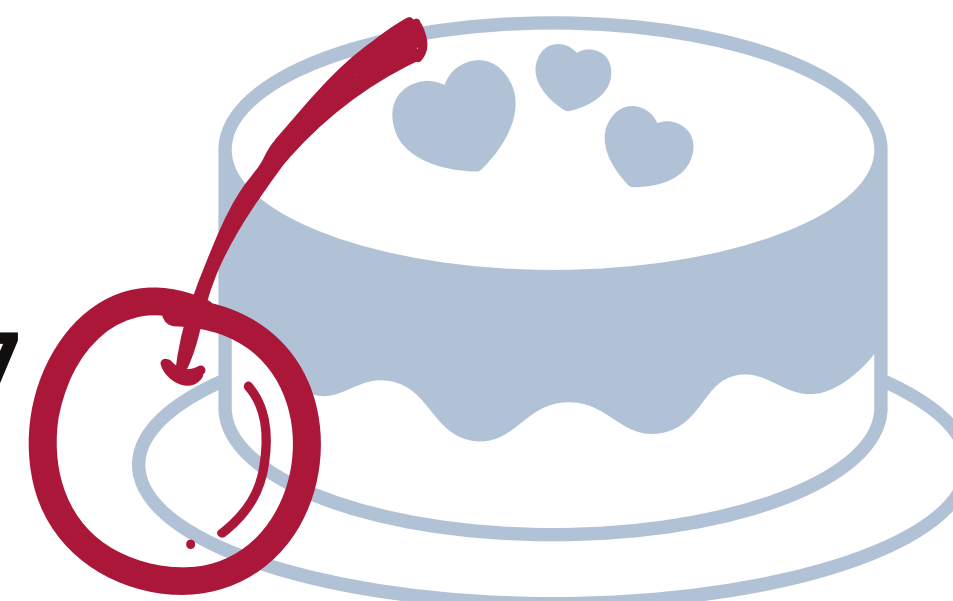
Atuando desde 2007 na área educacional hoje a Chef ministra aulas como Instrutora de Gastronomia nos Cursos de Confeitaria da Rede Instituto Gourmet Tucuruvi.

Seu trabalho não para por ai, ainda fazendo parte de um nicho de mercado diferenciado realizando um grande sonho da sua vida, Chef prepara uma linha de doces finos e personalizados para Eventos Corporativos, atualmente seus doces estão presentes em todos os Camarins dos Cantores de uma das Maiores melhores Casas de Show de São Paulo, um pedacinho do Nordeste chamado Centro de Tradições Nordestinas (popularmente conhecido como CTN).

A chef tras consigo suas raízes da Periferia da cidade de São Paulo Zona norte e mostra que há muito talento escondidos a serem explorados e que todo sonho é possível.

 **cake.olimpia**

 **11 966365957**



# Gastronomia um aprendizado sem fim

Falando em futuro, o plano é ter um restaurante mexicano, claro. Mas antes, ainda tem muita coisa para ser aprendida e para ser posta em prática.



Como uma boa história pra quem é do ramo de gastronomia, minha vida dentro da cozinha começou cedo com a minha mãe. Filha de professora, que hoje também trabalha na cozinha (**coincidência** que fala né), peguei o gosto pelas preparações culinárias em torno dos 10 anos de idade. Mamãe chegava em casa tarde, por conta das aulas e lá estava a comida pronta pra ela.

Depois de muitos anos, e opiniões de reprovação quanto a minha escolha, decidi levar a cozinha como formação, e atualmente são 10 anos de experiência. Experiência esta, que começou em Vitória -ES, cidade onde nasci. Passei por cervejaria, hamburgueria e por fim restaurante italiano, até decidir tomar o rumo dos mares e sair do Brasil para trabalhar embarcada.

Esse novo capítulo se iniciou em outubro de 2016, com uma empresa americana, onde fiquei por quatro anos. Ali tive meu primeiro contato com o mundo e suas distintas culturas, e com a maneira de se expressarem através da comida, que fez com que eu tivesse mais curiosidade a respeito do mundo gastronômico.



  
**rafascopelb**



Após esse tempo, ainda nos mares, fui convidada a ir para uma empresa mexicana, onde abririam seu primeiro navio, e fiquei dois anos por lá. Foi ali que aprendi muitas outras técnicas que coloco em prática até os dias de hoje, e descobri uma paixão pela culinária mexicana que não sabia que existia. Lá que tive a certeza que comida mexicana não se resumia a nachos e fajitas.

Atualmente moro em São Paulo e trabalho em um hotel 5 estrelas, e não pretendo voltar pros mares.





# CHEF PERDIDO NA **Marketing Digital** GASTRONOMIA SIDERAL

Agencia Iktus  
Rodrigo Ferreira



*O MARKETING DIGITAL FAZ PARTE DE SEU NEGÓCIO!*

O marketing digital desempenha um papel crucial na indústria gastronômica, permitindo que os estabelecimentos alcancem um público mais amplo, fortaleçam sua marca e atraiam mais clientes. Vou mencionar 4 estratégias fantásticas de marketing digital específicas para a gastronomia:

1. Website atrativo: Tenha um website bem projetado e responsivo que mostre seu menu, horário de funcionamento, informações de contato e qualquer outra informação relevante. O site deve refletir a identidade da sua marca e fornecer uma experiência agradável aos visitantes.

3. Presença nas mídias sociais: Crie perfis nas principais plataformas de mídia social, como Facebook, Instagram e Twitter, para se conectar com os clientes. Compartilhe fotos atrativas dos pratos, divulgue promoções especiais, interaja com os seguidores e responda a comentários e avaliações.

2. Otimização para mecanismos de busca (SEO): Utilize técnicas de SEO para melhorar a visibilidade do seu website nos resultados de busca orgânica. Pesquise as palavras-chave relevantes para o setor gastronômico e incorpore-as ao conteúdo do seu site, como descrições de pratos, histórias de ingredientes, entre outros.

4. Marketing de conteúdo: Crie conteúdo relevante e útil relacionado à gastronomia, como receitas, dicas culinárias, artigos sobre tendências alimentares, vídeos de preparação de pratos, entre outros. Isso ajudará a posicionar seu estabelecimento como uma autoridade no setor e atrairá pessoas interessadas em gastronomia.

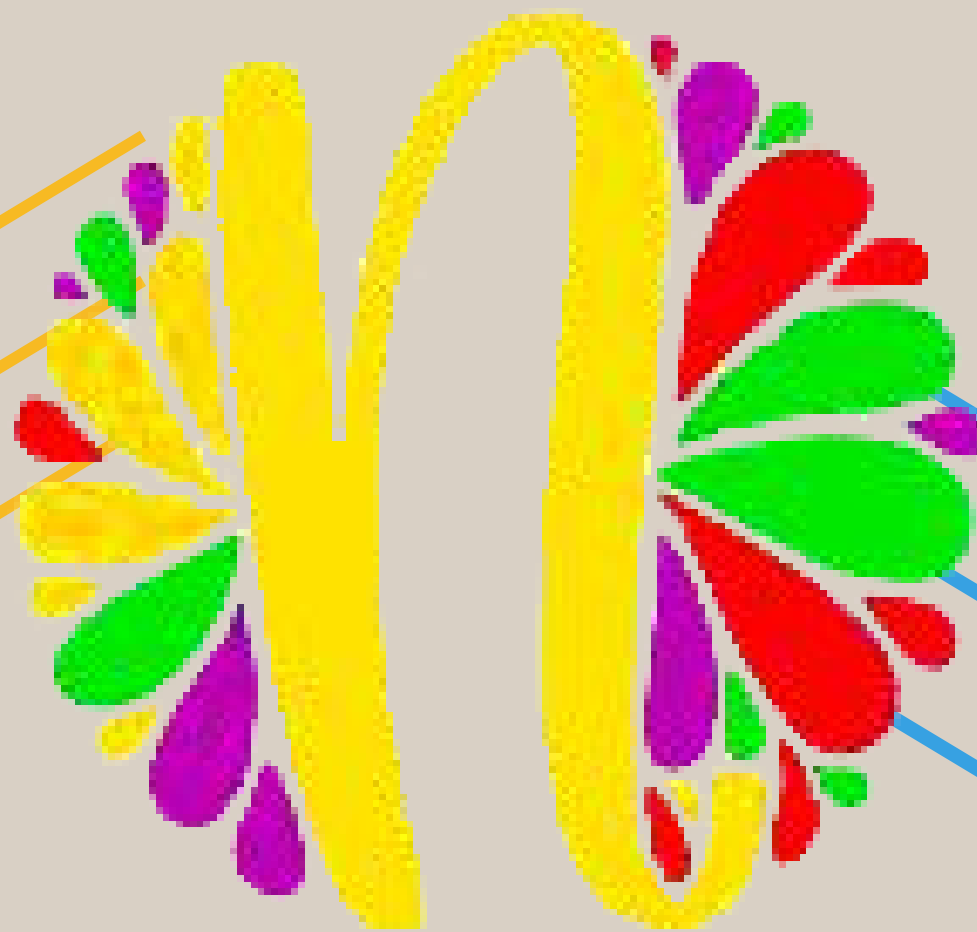


**Precisando melhorar  
seu marketing**  
**19-999750146**  
**Agencia Iktus**



19-999750146

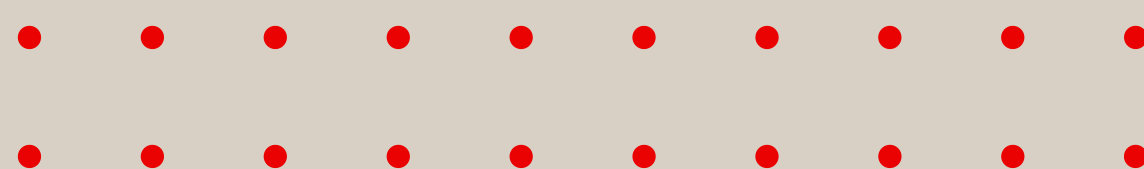
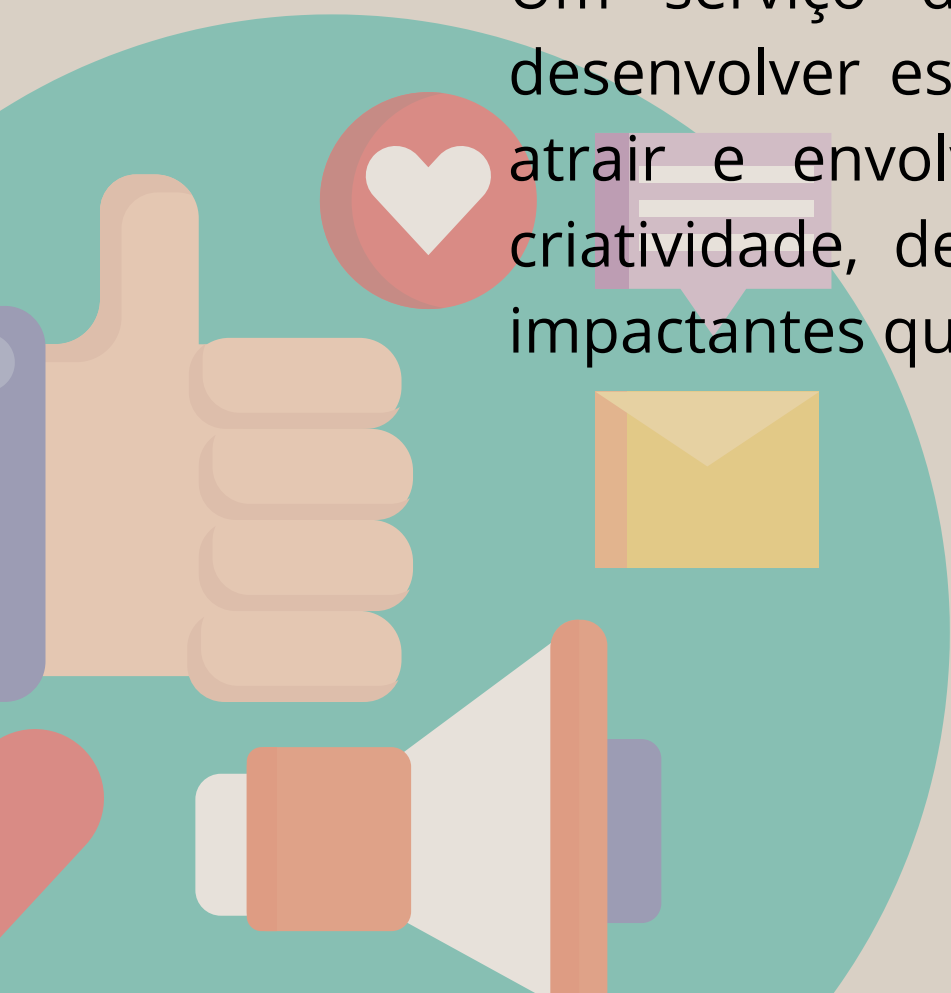
# SEU MARKETING DIGITAL CRIATIVO



# NETCHEFS

## Gastronomia e Tecnologia

Um serviço de marketing digital criativo se concentra em desenvolver estratégias inovadoras e conteúdo envolvente para atrair e envolver o público-alvo. Ele combina elementos de criatividade, design e narrativa para criar campanhas únicas e impactantes que se destacam no ambiente digital.





# BONAPETIT.

A melhor Revista de Gastronomia

[www.revistabonapetit.com.br](http://www.revistabonapetit.com.br)

**Em seu coração  
o homem planeja o seu caminho,  
mas o Senhor determina  
os seus passos.**

**Provérbios 16:9**