

GASTRONOMIA

JOÃO MOTA/DIVULGAÇÃO

TEMPORADA DE BACALHAU



BACALHAU
CONFITADO NO
AZEITE COM TOMATE,
BATATA, CEBOLA E
TAPENADE DE AZEITONA
PRATO DO RESTAURANTE OMILIA

FESTIVAL REÚNE **20** RESTAURANTES COM PRATOS QUE DESTACAM O PEIXE DA NORUEGA

PÁGINAS 22 A 25

EM BUSCA DO SABOR INCONFUNDÍVEL



BH RECEBE PELA PRIMEIRA VEZ O FESTIVAL BACALHAU DA NORUEGA, QUE, A PARTIR DESTA QUINTA-FEIRA, PROMOVE CIRCUITO PARA COMER DIFERENTES PRATOS COM O PEIXE SALGADO E SECO

.....
LAURA TORRES*
.....

Símbolo de tradição e história, o bacalhau desempenha um papel importante na culinária de várias nações em todo o mundo. Com origem nas águas do Atlântico Norte, esse peixe foi descoberto há séculos, tornando-se uma fonte essencial de comida e uma mercadoria valiosa durante as navegações. Ao longo dos anos, pratos tradicionais que se tornaram parte da gastronomia local de diferentes países incorporaram o alimento, desenvolvendo técnicas e modos de preparo que valorizam esse ingrediente.



TÚLIO SANTOS/EM/DA PRESS



PARA SAIR DO TRADICIONAL, JULIANA MYRRHA, DO FORNO DA LEVINDO, TEVE A IDEIA DE FAZER PIZZA DE BACALHAU, COM OS MESMOS INGREDIENTES DE UMA BACALHOADA

De 25 de julho a 11 de agosto, o Festival Bacalhau da Noruega chega pela primeira vez a Belo Horizonte com o objetivo de aumentar o conhecimento sobre a origem do peixe entre os consumidores e reforçar a importância do produto nos restaurantes e nas escolhas dos seus pratos, apresentando a qualidade dos peixes salgados e secos do país nórdico.

De acordo com Randi Bolstad, diretora-executiva e representante do Conselho Norueguês da Pesca no Brasil, o consumidor da capital mineira aprecia bastante o bacalhau *Gadus morhua*, considerado o mais nobre bacalhau do mundo, devido à sua versatilidade, rendimento, saudabilidade e procedência, assim como o saithe salgado e seco da Noruega (*Pollachius virens*), que tem o sabor acentuado e também passa pelo mesmo processo de cura, com a mesma qualidade. Sua carne desfia com facilidade quando cozido, mostrando-se ideal para bolinhos, saladas, caldos, pirões e recheios.

Ambos são reconhecidos pela marca “Seafood from Norway”, usada globalmente, símbolo da qualidade dos produtos exportados pela Noruega para o mundo todo. “Nosso objetivo é fortalecer essa informação, além de falar sobre a cura especial no processamento do peixe, mostrando o rendimento de até 30% de volume após o processo de dessalga, e a versatilidade de cortes e do preparo”, diz Randi.

Este é o terceiro ano em que o Conselho realiza o festival em parceria com o Sindicato de Bares e Restaurantes do Rio de Janeiro (Sindrio). A primeira edição foi em 2022, no Rio de Janeiro.

“Como foi um projeto que fez sucesso entre os restaurantes, repetimos em 2023, incluindo também a cidade de São Paulo, e agora, em 2024, BH. A cidade foi escolhida por ser uma capital muito focada na gastronomia e que consome bastante bacalhau, além de Minas Gerais possuir fortes tradições pelas festas católicas, uma vez que esse tipo de peixe é consumido pela sua cultura, principalmente durante reuniões familiares e em ocasiões especiais, como a Páscoa e o Natal”, relata.

A representante do Conselho Norueguês da Pesca no Brasil reforça: “A expectativa é aumentar o conhecimento sobre a origem, a qualidade e a sustentabilidade dos peixes salgados e secos da Noruega, já que

“A cidade foi escolhida por ser uma capital muito focada na gastronomia e que consome bastante bacalhau, além de Minas Gerais possuir fortes tradições pelas festas católicas, uma vez que esse tipo de peixe é consumido pela sua cultura”

RANDI BOLSTAD

Representante do Conselho Norueguês da Pesca no Brasil

muitos consumidores têm dúvidas do que realmente é o bacalhau norueguês, um produto saudável, sem aditivos, apenas sal e a cura especial, e cuja pesca é sustentável”, completa.

Para quem se preocupa com a saúde, o ingrediente também é uma ótima escolha por ser rico em vitamina A, ômega 3, cálcio, ferro e tem baixíssimo teor de gordura – cerca de 96% das calorias de cada porção de bacalhau provêm da proteína.

TRADIÇÃO ANTIGA

A consultora e coordenadora de treinamentos do Conselho Norueguês de Pesca, Giselle Martins, também fala sobre o diferencial do peixe apresentado.

“O bacalhau salgado e seco já era feito no tempo dos vikings, é uma tradição muito antiga da Noruega. Tanto o bacalhau quanto o saithe, o outro peixe que vai estar no festival, têm um selo de origem do país. Todos os frutos do mar que têm esse selo são completamente produzidos, pescados, salgados e embalados lá. Por trás do selo vem todo um conhecimento dos produtos do mar do Norte e garante a rastreabilidade do produto, onde foi pescado, qual foi a fábrica, o que permite que a gente tenha o controle do processo”, explica.

Giselle acrescenta que, como o peixe salgado e seco é feito da forma tradicional, possui o sabor e a textura diferenciados. “É bem legal para o consumidor saber que não leva corante, conservante, nada disso, é um processo bem natural”, conta.

Na gastronomia, o uso é o mais variado possível. Os restaurantes recebem o bacalhau e fazem o corte de acordo com o seu interesse, podendo aproveitar o peixe inteiro para fazer um churrasco na grelha ou cortar em partes mais finas, como os filés e o desfiado, que podem ser usados em caldos, bolinhos, escondidinhos, alguns tipos de saladas ou até mesmo pratos com massas.

Martins acrescenta: “Por exemplo, como o saithe tem o sabor bem acentuado, ele pode ser utilizado para cozinhar com outros ingredientes que vão trazer o sabor de bacalhau. Embora não seja o bacalhau autêntico, é muito bom para o rendimento da comida”.

LEIA MAIS NA PÁGINA 24



JOÃO MOTTA/DIVULGAÇÃO

O CHEF PORTUGUÊS CRISTÓVÃO LARUÇA APRESENTA UM CLÁSSICO DA GASTRONOMIA DO SEU PAÍS NO RESTAURANTE CARAVELA: O BACALHAU À LAGAREIRO



HISTÓRIA À MESA

CAROLINA FIGUEIRA

>>> CAROLINAFIGUEIRAC@GMAIL.COM

“Contrariando expectativas, percebemos que a nossa preferência não se inclinava de forma unânime ao que é supostamente natural”

Sabemos realmente do que gostamos de comer?

Perplexa. Não encontro outra palavra que capte melhor a essência do que senti ao experienciar esse momento. Foi, sem sombra de dúvida, um marco transformador e o caminho pelo qual a vida e as minhas escolhas me trouxeram até aqui. Esta história se tornou meu clichê, que eu gosto de contar para me lembrar, mas também para dar de bandeja aos leitores a resposta do porquê eu insisto me dedicar aos estudos do gosto alimentar.

Era uma tarde de outono típica francesa, daquelas cheias de poesia. Eu estava a caminho de um evento do IEHCA, um instituto europeu de pesquisas sobre história e cultura da alimentação sediado na cidade de Tours, na França. O tema? Comida feita em casa – fait à la maison, como dizem. A recepção desse evento aconteceu no salão principal de um imponente prédio da prefeitura da cidade. Lugar suntuoso. Chegamos lá e

havia um almoço para nos receber. Mas não era qualquer almoço. Havia diversas preparações espalhadas em rechauds pelo salão. A parte inusitada era: para cada tipo de preparo, havia duas amostras – uma “feita em casa” e outra industrializada. E tinha mais: não era dito aos comensais qual era qual, e você recebia um papel para anotar suas impressões e apostas.

Eu estava ali com meus colegas de metrô. Cada um de uma parte do mundo. Tinha vietnamita, taiwanês, venezuelano. De tudo, um pouco. Um dos meus colegas era cozinheiro de um renomado restaurante três estrelas Michelin, na França. Colei nele. Pensei, esse vai acertar “na mosca”.

Foi uma tarde divertida, repleta de tiros certos: essa lasanha é industrializada, com certeza! Ao final, veio o tão aguardado momento: revelar o que havíamos provado naquela tarde. Para a surpresa geral da nação,

quase todos haviam errado grosseiramente. Passamos longe. Saí de lá inquieta. Como pode não sabermos, pelo gosto, o que estamos comendo? Os meus pares eram todos da área de gastronomia, estávamos há anos mergulhados no mundo da alimentação.

O evento seguiu apontando que a comida “feita em casa” era o grande valor que estávamos atribuindo aos alimentos. Mas alguma coisa não se encaixava bem em meus pensamentos: valorizamos comida “feita em casa”, mas não sabemos reconhecer-la às cegas?

Aposto que você, leitor, pode estar pensando: ah, mas eu saberia! Era o que eu pensava. Este experimento revelou, com uma clareza surpreendente, que o paladar, esse sentido tantas vezes elevado a juiz supremo do bom gosto, pode ser enganosamente impreciso. Contrariando expectativas, percebemos que a nossa preferência não se inclinava

de forma unânime ao que é supostamente natural, ao fait à la maison. Esse almoço desenhado para confrontar, sem aviso prévio, o gosto das preparações “feitas em casa” com a precisão industrial dos alimentos processados, uma proposta engenhosamente simples, mudou a rota das minhas compreensões sobre gosto e alimentação. A maneira como expressamos nosso gosto alimentar, nesse contexto, não é mero detalhe, mas, sim, peça fundamental na construção de nossa identidade coletiva.

Esta primeira coluna é um convite a todos, os que gostam ou não de comida “feita em casa”, a refletir, não apenas sobre o que consideramos “bom” para comer, mas sobre como esse julgamento se entrelaça com as narrativas que compõem nossa alimentação. Afinal, a comida que a gente gosta pode se revelar em lugares improváveis, por vezes, inimagináveis.



JOÃO MOTA/INVOLUÇÃO

O BACALHAU NORUEGUÊS

Gadus Morhua e o Pollachius virens, dois peixes salgados e secos noruegueses, encontrados no Círculo Polar Ártico. O clima frio e as águas geladas da Noruega são ambientes favoráveis para o desenvolvimento dos peixes. Ambos são frutos de uma tradição secular de secagem, que conserva todos os nutrientes e apura o paladar da carne. O uso dos peixes na gastronomia varia de acordo com a receita desejada. Saiba mais sobre as diferenças entre eles para fazer a sua escolha.

GADUS MORHUA BACALHAU AUTÊNTICO

- É considerado o mais nobre bacalhau do mundo
- Sabor suave e cor branca
- Gera postas altas e grossas, que se soltam em pétalas após o cozimento
- Pode ser grelhado, assado, cozido ou consumido cru em sushis

POLLACHIUS VIRENS SAITHE

- Tem um bom custo-benefício, sendo ideal para refeições do dia a dia
- Sabor forte e cor escura
- A carne desfia com facilidade
- Utilizado para fazer bolinhos, saladas, caldos, pirões e recheios

DA NORUEGA PARA MINAS

O BACALHAU DA CHEF AGNES FARKASVOLGYI GANHA SOTAQUE MINEIRO QUANDO SE JUNTA A MANDIOCA AMARELA, TOUCINHO, BANANA, PIMENTÃO E COUVE

RECEITA MINEIRA

Tendo isso em mente, 20 restaurantes da capital terão no cardápio, a partir de quinta-feira, um prato especial utilizando o ingrediente de origem milenar. Entre eles, A Casa da Agnes, comandada pela chef Agnes Farkasvolgyi, que servirá um bacalhau com toque mineiro. O prato será composto pelo lombo do Gadus morhua, mandioca amarela, toucinho, banana, pimentão e couve.

“Uso o bacalhau há muito tempo. Tenho um bufê e o bacalhau é um dos peixes que as pessoas mais gostam de colocar em jantares e almoços bacanas de casamento. Estou acostumada a trabalhar com ele e vou trabalhar nesse festival agora com um bacalhau que tem um sotaque mineirês, vamos dizer assim. Apesar de o bacalhau estar vindo da Noruega, gostaria que o resto do prato fosse todo com produtos nossos. Então, a ideia veio dessa história da gente trabalhar com o que a gente tem”, diz.

Para a chef, o segredo para ter um bom prato

com o bacalhau é o uso de ingredientes de qualidade sempre. “Dessalga correta, tempo e temperatura de cocção também influenciam demais”, conta.

Enquanto isso, no Forno da Levindo, a chef Juliana Myrrha, com quase 17 anos de restaurante, achou mais interessante fazer uma pizza de bacalhau, diferenciando-se dos outros pratos. “A gente achou mais legal participar do evento com uma pizza e não com um prato, que seria uma coisa mais natural de se fazer, mais comum. Resolvemos inventar uma moda e, provavelmente, a pizza vai continuar no cardápio porque ela ficou muito boa!”

Com o bacalhau desfiado e dessalgado, eles fazem a pizza como se fosse uma bacalhoada. “Usamos os ingredientes confitados, confit de tomate, cereja, azeitona preta portuguesa e o bacalhau, com muita salsinha, muçarela e ovo cozido, que remetem à pizza portuguesa”, comenta.

*Estagiária sob supervisão da subeditora Celina Aquino



TRADIÇÃO PORTUGUESA, COM CERTEZA

Pescado nas águas frias da Noruega, o bacalhau é um dos símbolos da gastronomia de Portugal, que trouxe o hábito para o Brasil

O chef português Cristóvão Laruça tem uma relação com o bacalhau que vem de berço. “Minha relação com o peixe começou desde pequeno, em casa. Portugal é famoso mundialmente pelo consumo e pelas receitas que o utilizam, então a gente lida com ele diariamente. Não dá para falar de cozinha portuguesa sem falar do bacalhau, isso é uma coisa que acompanha a gente com a mãe cozinhando, as avós. Temos um ditado que diz que o bacalhau não é carne, nem é peixe, bacalhau é bacalhau! Tem um peso muito grande na nossa história e na nossa cultura alimentar”.

Para Cristóvão, o principal para se ter em mente quando se fala desse tipo de peixe é a correta reidratação e a retirada adequada do excesso de sal, com uma temperatura controlada, a água sempre gelada: “Normalmente a gente usa uma métrica de 24 horas para cada centímetro de lombo para fazer a retirada do sal. Partindo desse princípio, nós temos já a matéria-prima pronta para fazer qualquer tipo de receita”, ensina.

O chef participa do festival com os seus três restaurantes. No Caravela, optou por fazer um dos clássicos da cozinha portuguesa: bacalhau à lagareiro. O lombo vai ao forno para ser confitado, em baixa temperatura, no azeite. Para acompanhar, batatas ao murro, vinagrete de salsa e cebola, cebola caramelizada e azeitonas desidratadas.

Para o Fazenda Cervejeira, a ideia foi fazer um arroz de bacalhau, com o lombo de bacalhau em lascas, desfiado, arroz e batata palha. “É um prato fácil de compartilhar, bastante farto, lembra a fazenda, a comida no centro da mesa, para compartilhar com outras pessoas”, diz. Já no Turi, por ser um restaurante que só tem brasa na lenha para cozinhar, Laruça optou pelo lombo de bacalhau grelhado acompanhado por purê de batatas e finalizado com chimichurri.

No La Palma, a chef Naiara Faria conta que já trabalhava com o peixe desde o início da casa, há aproximadamente 11 anos. “Acho que o bacalhau é um peixe que o brasileiro aceita bem, gosta muito. O mineiro, o brasileiro no geral, traz essa descendência portuguesa. A gente gosta muito de lombo de bacalhau, arroz de bacalhau, o próprio bolinho. Sempre trabalho com esse peixe porque ele atende aos paladares de quase todo mundo”, conta.



O PEIXE LEVA SABOR PARA O ARROZ GRATINADO DO LA PALMA, COMANDADO POR NAIARA FARIA, QUE O CONSIDERA UM CORINGA PARA AGRADAR DIFERENTES PALADARES

IMPORTA A QUALIDADE

Para o prato ser bom, a qualidade dos produtos é de extrema importância, além da técnica da cocção e da harmonia do prato com os outros ingredientes. “O lombo do Gadus morhua, dependendo do cozimento, por exemplo, quando você baixa a temperatura, dá uma succulência incrível. Também gosto muito de trabalhar com o saithe com arroz. Ele é confitado e depois misturado no arroz para soltar, dar um caldinho que dá mais sabor ainda para a comida.”

Naiara conta de onde surgiu a ideia para a criação do prato: “A gente gosta muito de trabalhar com o arroz pela capacidade dele ser usado de várias maneiras. Adicionamos o bacalhau no meio e, para dar um toque, decidimos gratinar, colocar o ovinho estrelado e uma cebola crispy que combina muito com o peixe.”

Além de ser um presente ao paladar, um festival como esse conecta as pessoas com o ingrediente. Com o peixe sendo parte da cultura afetiva do país, uma herança de Portugal, a consultora do Conselho Norueguês de Pesca, Giselle Martins, comenta: “Para os brasileiros, bacalhau é sinônimo de festa, reunião de família e amigos queridos. Queremos preservar e passar para as gerações esse costume saudável e delicioso.” ■

SERVIÇO

FESTIVAL BACALHAU DA NORUEGA

● Data: de 25 de julho a 11 de agosto

● Informações: www.festivalbacalhaudanoruega.sindrio.com.br

VEJA A LISTA DOS 20 RESTAURANTES E PRATOS PARTICIPANTES

A CASA DA AGNES

- Lombo de bacalhau com mandioca amarela, toucinho, banana, pimentão e couve

BABEL

- Lasanha de bacalhau com natas e tapenade de azeitonas com nozes

CABERNET BUTIQUIM

- Pastéis de bacalhau com cebola caramelizada e creme romesco

CAË

- Bacalhau confitado em lascas com linguiça caipira, alho-poró, pimentões, azeitonas pretas, ovos, batata palha e arroz branco

CARAVELA

- Lombo de bacalhau ao forno com batatinhas ao murro, cebola caramelizada, vinagrete de salsinha e farofa de azeitona

COZINHA SANTO ANTÔNIO

- Lombo de bacalhau, angu de milho crioulo, abóbora, couve e shot de feijão

D'ARTAGNAN

- Bacalhau em crosta, polenta cremosa, azeitonas pretas, alho-poró crocante e tomate confit

EL MAI

- Pastéis de bacalhau com tartar de azeitona preta e ceboleto

EMPÓRIO PARAÍSO CAFÉ SALUMERIA

- Lombo de bacalhau com mini batatas, cebolas confitadas em azeite extravirgem e ervas frescas

FAZENDA CERVEJEIRA

- Arroz de bacalhau

FORNO DA LEVINDO

- Pizza de bacalhau com molho de tomates da casa, muçarela, azeitona preta, tomate confitado, pimentões assados e cebola roxa caramelizada

LA PALMA

- Arroz de bacalhau gratinado com crispy de cebola e ovo estalado

NUÚU

- Lombo de bacalhau assado com batatas confitadas, cebola no azeite, molho de tomate, couve e azeitonas

ODOYÁ

- Arroz cremoso de limão com brócolis amanteigado, cebola brulée e bacalhau caramelizado ao molho oriental

O JARDIM

- Lombo de bacalhau grelhado, velouté de alho-poró, legumes salteados e gremolata

OMÍLIA

- Bacalhau confitado no azeite com tomates grape, batata, mini cebola e tapenade de azeitona preta

PER LUI

- Bolinho de bacalhau recheado com requeijão da casa e maionese de wasabi

RESTAURANTE DO PORTO

- Lombo de bacalhau grelhado no azeite, arroz com bacalhau desfiado, brócolis, tomate, cebola e batatas coradas

TABERNA BALTAZAR

- Lombo de bacalhau assado com batatas, cebola forno com azeite e brócolis

TURI

- Lombo de bacalhau na brasa com chimichurri