



FAVAS CONTADAS

Liana Sabo

Fotos: Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

Crianças na cozinha

Nada mais saudável e até lúdico que crianças na cozinha. Para que elas tenham uma relação feliz e leve com a comida, é preciso descomplicar os processos de elaboração dos alimentos. Quem afirma é a chef Marcela Ferro, formada em gastronomia pela Unieuro, que há mais de 10 anos dá aulas para crianças na escola Seriös (902 Sul). Lá, ela procura introduzir o aluno no mundo da alimentação, transmitindo o conhecimento dos fundamentos da cozinha e trabalhando com as características sensoriais da nutrição na aceitação da comida.

Como aroma, sabores, texturas e cores que são

passados naturalmente à medida que as crianças aprendem a desenvolver os sentidos executando uma receita, por exemplo. “A reflexão a respeito da origem, das características e da quantidade de cada alimento estimula e fornece argumentos para as futuras escolhas alimentares da criança”, afirma Marcela.



Pertencente a uma família dedicada toda ela ao magistério, a chef optou por outra profissão, mas não conseguiu escapar do destino familiar. “Eu ainda cursava gastronomia quando minha irmã sugeriu que desenvolvesse um projeto de aulas para criança. Foi o que fiz, mesmo sem ter curso de

pedagogia, e, durante um ano, ofereci minha proposta para muitos estabelecimentos de ensino, mas nenhum se interessou. Tempos depois, recebi chamado do Seriös, que estava começando um ensino em tempo integral com aulas interativas com várias possibilidades de criação”, lembra Marcela.

Os alunos Guilherme Teixeira, Lara Gelsi, Emmanuelle Lyra e Augusto Ferreira fizeram uma omelete na aula de gastronomia

Mão na massa

Casada com o também chef Victor André, que comanda as cozinhas do Brasil 21, Marcela dispõe de um ateliê culinário montado na casa dos pais, no Setor de Mansões Dom Bosco, onde cria receitas fáceis para executar com a petizada, inclusive o filho Henrique, 2 anos, que já tem seus gostos. Até crianças com menos idade podem participar da experiência, como Fennis Marques, de um ano e um mês, que, no último domingo,

meteu a mão na tigela de massa sempre sorrindo. Mais alegre, o menino ficou quando pode comer o waffle recheado de queijo acompanhado de frutas.

Já na escola de 400 alunos, a gastronomia faz parte do módulo ACT, que significa Arte, Cultura e Tecnologia, na qual as aulas tem 45 minutos até o 5º ano e uma hora e meia do 6º ao 9º ano, uma vez por semana, no horário entre 8h15 e 16h. Todos participam das atividades, que incluem práticas de plantio na horta. Na turma do 4º ano, Lara

Gelsi e Guilherme Teixeira, ambos com 9 anos, e Augusto Ferreira, 10, como também Emmanuelle Lyra, que está no 5º ano, prepararam sozinhos uma receita de omelete, desde quebrar os ovos dentro de um bowl, bater e misturar até picar o tomate com faca. Eles sabem acender o fogão elétrico e cozinhar em fogo brando a mistura na frigideira. São obrigatórios o uso de avental e a lavagem dos utensílios usados depois que terminou a aula, daí vem a melhor parte: a degustação do quitute.

A chef Marcela destaca que a criança deve testar as texturas e os sabores

