



# FAVAS CONTADAS

Liana Sabo • lianasabo.df@dabr.com.br

## Um lab na cozinha

Feitos a partir de uma técnica milenar, os alimentos fermentados são agora a bola da vez na alta gastronomia. De tão em voga, a oferta se chama fermentaria na casa especializada em produtos de fermentação. Além dos clássicos kefir, kombucha, missô, picles, vinagres e vinhos, é possível produzir uma infinidade de ingredientes fermentados, como faz o chef brasileiro Diego Badra (foto), de 37 anos, dublê de alquimista em sua Conca Cozinha Original, aberta há dois anos na 413 Norte, Bloco E, num espaço semi aberto, estilo varandão. O nome Conca remete ao apelido da avó, a jornalista Consuelo Badra.

Ricos em probióticos, esses alimentos fazem muito bem à saúde, mas além disso têm um ótimo paladar, constata Diego, que muda o cardápio todo o mês. “A maior descoberta que tive com a fermentação é a nova paleta de sabores que a técnica me apresentou”, confessa o chef, formado no Iesb. Para ele, a experiência que a casa propõe — sempre à noite, de terça a sábado —, é degustar ingredientes explorados em uma nova visão “longe do comum, do convencional, do industrial”, promete o cardápio.

Fotos: Paula Pratini/Divulgação



Moqueca de badejo



Cupim com canjiquinha de milho cremoso e salada quente de ora-pro-nobis

## Oito etapas

Este mês o menu começa com uma focaccia de tomate-cereja e cenoura fermentados, castanha de pequi e homus de mangaba, segue um snack de cordeiro sobre uma folha de arroz com garam massala e coalhada da casa com hortelã cultivada na própria horta. Aí vem o bao, pão de bafo com alho negro e feijão recheado com língua bovina defumada, cuja maciez e delicioso sabor faz lembrar a comida de mãe com kimchi de cebolinha, gergelim dos Kalungas e maionese de maracujá pérola.

Há um cardápio totalmente vegano, que inclui jaca verde no lugar do pernil suíno, servido na tortilha de milho, com pasta de amendoim fermentado, hoisin (molho agridoce e picante chinês feito numa releitura de tucupi e rapadura que substitui a soja original) e salada de coentro. Outro prato é só de abóbora em várias texturas, inclusive a crua. “Elegemos a abóbora como o vegetal de estudos e pesquisas em nossa cozinha/laboratório, na qual participa toda a equipe de sete pessoas que também elabora o menu”, explica Diego.