

# Escolas LCB Brasil unem forças!

Com a intenção de mostrarmos a união entre as escolas, lançamos a Primeira Edição Brasil

Foto de júri de avaliação Curso Superior de Pâtisserie - Arquivo LCB

A Gazeta Le Cordon Bleu Brasil será mensal e trará informações relevantes da gastronomia a todos os nossos estudantes, com a participação de chefs e colaboradores das duas Escolas.

São poucos meses de diferença entre a inauguração do Instituto Le Cordon Bleu São Paulo, em maio de 2018 e o Instituto Le Cordon Bleu Rio de Janeiro, em setembro de 2018. Devido a pequena distância entre ambas, considerando a ponte aérea RJ e SP, e as ferramentas de videoconferências, cada vez mais utilizadas no mundo corporativo atual, que integramos as escolas para um objetivo comum: atingir o mais alto nível de excelência e oferecer ensino de qualidade a todos os estudantes dos Institutos. “Sob nova supervisão, além da mais nova aquisição, a gerente acadêmica do RJ, Cris Leite, é que pretendemos unir forças”, comenta **Patrick Martin**, diretor executivo do LCB SP.

As áreas acadêmicas, de vendas e técnica estão trabalhando em sintonia e unificando processos para incorporar o que cada um tem de melhor a oferecer e com isso, obviamente, todo mundo sai ganhando. Há pouco tempo tivemos uma situação que um chef de São Paulo precisou ir ao Rio substituir um outro colega e vice-versa. Esta troca é muito importante para os estudantes, pois não há uma única forma de preparar uma receita e cada chef possui a sua forma de ensinar. Agora na pandemia, os estudantes do Rio estão tendo a oportunidade de assistirem as aulas online junto com os estudantes de São Paulo, nos grupos Brasil, criados especialmente para eles pela administração internacional.

## “É momento de nos cuidarmos na segurança de nossas casas”

Quem poderia imaginar que após exato um ano estaríamos novamente em isolamento social, com o intuito de conter o avanço do Corona Vírus? Desta vez parece que já aprendemos a lidar com a nova rotina, mas, o inimigo oculto ainda continua a nos surpreender.

Alguns aprenderam a cozinhar e lidar com as tarefas da casa, outros aprenderam a dividir os espaços, nos quais, mesas de almoço transformaram-se em escritórios, outros a serem professores de seus filhos, e ainda a dar conta das demandas profissionais.

Certamente o mundo nunca mais será como antes. Abraços apertados e beijos faziam parte da cultura brasileira e imagino como a falta deste contato humano afeta a vida de vocês, mas, devemos lembrar que estamos enfrentando uma longa batalha e nosso inimigo ainda não deu trégua, portanto, solicito a todos continuem se cuidando, na proteção de suas casas, pois, a saúde é nosso bem mais precioso. Assim como eu, tenho a certeza de que cada um de vocês deseja que as coisas melhorem rápido, mas o momento ainda é de incertezas, e enquanto isso, quero que saibam que estamos juntos, trabalhando para oferecer a vocês o que há de melhor. Sintam-se abraçados!



Patrick Martin, diretor Técnico das Escolas de São Paulo e Rio de Janeiro e Diretor Executivo do LCB SP

## Frutos do mar



A busca cada vez crescente por alimentos alternativos saudáveis e com baixo impacto ambiental movimentam as indústrias, que apostam neste setor.

Leia mais em P3



Enquanto estivermos na fase mais restritiva, os estudantes terão oportunidade de terem aulas extras online, apenas para adquirirem mais conhecimento na área.

## Porque ninguém nunca viu a cabeça do bacalhau?

Por Marina Queiroz – LCB São Paulo

O bacalhau é um peixe com uma história milenar. Há registros de que os Vikings, que faziam longas viagens pelos oceanos, já pescavam o bacalhau no século IX, que era encontrado em abundância nos mares do Norte.

No entanto, neste tempo, devido a raridade do sal, os peixes eram secos ao vento e levados aos navios, pois os Vikings já haviam desenvolvido parte da técnica de conservação do alimento.

“As tripas e a cabeça, que também passam pelo processo de salga, são muito apreciadas por outros países”

O sal surge como componente de secagem por volta do ano 1000 d.C. pelos Bascos, nas costas da Espanha. À época, esta nova técnica foi uma verdadeira revolução para a alimentação, pois garantia a qualidade, o paladar e os nutrientes do alimento.

O que muitos não imaginam é que o bacalhau não é propriamente um peixe e sim o nome dado ao processo que alguns peixes específicos recebem após sua salga e secagem. São eles: *Gadus morhua*, *Gadus macrocephalus*, *Ling*, *Saithe* e *Zarbo*.

O hábito de comer bacalhau no Brasil é herança da família real, quando esteve por aqui, por volta de 1808. Antigamente, o bacalhau possuía um preço mais acessível, no entanto, com a escassez de alimentos durante a Segunda Guerra Mundial, o preço aumentou muito, ficando um produto restrito às maiores celebrações cristãs: a Páscoa e o Natal. A identidade portuguesa está diretamente relacionada com a presença do bacalhau. Este é um dos alimentos de maior importância da história e da mesa do português. O seu consumo advém da história cristã, que restringia o consumo de carne e outros alimentos de origem animal em momentos de purificação e obediência, principalmente durante o período da Quaresma. Mas por que não vemos a cabeça do bacalhau? Não conhecemos a cabeça do bacalhau, pois, quando o mesmo é pescado nos chamados “navios-fábrica” é congelado imediatamente após a captura. Duas horas após a pesca, o bacalhau é descarregado nas fábricas situadas nos cais dos portos. Lá nos portos é feita então a retirada da cabeça e das tripas, sendo o Japão o país que mais consome estes produtos, nada usuais no Brasil.



Imagem – Cabeça de bacalhau secando na Noruega

## A receita dos tradicionais “bolinhos” de bacalhau

Por chef Yann Kamps, LCB RJ

Receita típica portuguesa, os bolinhos, ou melhor os “pastéis de bacalhau”, são uma verdadeira tentação ao paladar e aos sentidos.



### Ingredientes:

400 g de bacalhau demolhado  
400 g de batata monalisa  
10 g de salsa finamente picada  
½ unidade de clara de ovo  
02 colheres de café de fermento em pó  
Q.B. de pimenta do reino preta em pó  
2 litros de óleo de milho para fritar

1. Cozinhar as batatas com a casca. Escorrer a água, descascá-las e passar por espremedor.
2. Escaldar o bacalhau (sempre em fogo muito baixo, sem ferver), escorrer, limpar e desfiar em um pano de prato limpo ou em batedeira com a raquete.
3. Misturar a batata espremida, o bacalhau desfiado, a salsa picada, o fermento em pó e a pimenta do reino preta moída.
4. Incorporar a clara batida aos poucos (verificar a necessidade de acrescentar toda a clara), ligando bem a massa.
5. Modelar os bolinhos e levar à geladeira até que fiquem bem firmes e gelados.
6. Reservar resfriado e fritar em óleo quente, sem mexê-los até que se forme uma casca dourada e crocante.



Imagem Ovos de Páscoa – Arquivo pessoal

## DE ONDE VEM A TRADIÇÃO DE COELHOS E OVOS NA PÁSCOA?

“A simbologia do coelho e dos ovos na Páscoa pode parecer estranha, mas tem uma razão iniciada na Antiguidade”

O coelho representa abundância e fertilidade, por se tratar de um animal que se reproduz rapidamente e com grandes ninhadas.

A simbologia do ovo vem da narrativa da Deusa Ostara, cuja tradição, entre os germânicos era a entrega de ovos pintados às crianças.

Continua em P3

Mas, a simbologia do ovo não vem só daí, pois o hábito de presentear-lo era algo bastante comum entre os povos da Europa Oriental, povos do mediterrâneo e entre os Orientais. Colorir e enfeitar ovos era um costume bastante antigo no Oriente. Os ovos eram pintados ao final do inverno e início da primavera, que representavam uma maior chance de sobrevivência. Por este motivo, muitos ovos eram pintados com imagens que representavam algum tipo de planta ou elemento natural. Atravessando a antiguidade, o costume manteve-se entre diversos povos pagãos da Europa Oriental. Das tradições da Europa Oriental, o hábito de presentear com ovos passou aos demais países. Antes da tradição de se presentear com ovos de chocolate na Páscoa, os ovos com sentido de fertilidade e abundância já eram fabricados em diversos materiais, tais como ouro cravejado de pedras preciosas, porcelana, madeira e outros metais, recheados com pequenas surpresas, nos quais eram presenteados aos súditos preferidos dos reis. O Czar Alexandre III encomendou ao joalheiro Fabergé um ovo de pedras e metais preciosos como presente de Páscoa para sua esposa Maria Fedorova.

Sua esposa ficou tão impressionada com o presente que o Czar nomeou Fabergé o fornecedor oficial de ovos para a corte. Os ovos tinham como característica possuir sempre uma surpresa dentro, assim como as bonecas russas "matrioskas".

Os países que seguem a tradição de pintar ovos são principalmente os países da Europa do Leste - da Rússia à Grécia - que pintam os ovos principalmente na cor vermelha. Na Alemanha esta tradição também é muito importante, sendo a cor verde a mais utilizada na pintura dos ovos.

Com a descoberta das Américas e o contato com o fruto do cacau e após a sua divulgação no Velho Mundo, *pâtissiers* franceses tiveram a ideia de recheiar casca de ovos com o chocolate, que eram posteriormente pintados.

### “O exagero criativo dos brasileiros”

Foi-se o tempo em que ovo de Páscoa era uma casquinha de chocolate, recheado com bombons sortidos, embrulhados em papel chumbo colorido. Como tudo no Brasil, há que se ter cuidado com a criatividade e os exageros.

Com o avanço tecnológico no fim do século XIX estes ovos foram substituídos por feitos integralmente de chocolate. Os ovos podem ser preparados com diversos tipos de chocolate: amargo, meio amargo, ao leite, *blend* e branco. Os de melhor qualidade, os considerados mais gourmets, possuem como gordura em sua composição a manteiga de cacau e hoje já encontramos diversos comércios que preparam seu próprio chocolate e fazem verdadeiras obras de arte em forma de ovo. Infelizmente, a maioria dos ovos vendidos em supermercados, no entanto, possuem adição de gordura vegetal hidrogenada em sua formulação, mais barata e fácil de ser trabalhada, porém, que reduz amplamente a qualidade (textura) e o sabor dos mesmos.

De repente vimos os bombons serem substituídos por objetos diversos, depois foi a vez das cascas recheadas, que deixaram de ser delicadas para parecerem bombons gigantes e nos últimos anos, meia casca vivou um “tanque” para abrigar brigadeiros...

## A vez do pão da Páscoa

### A Colomba Pascoal, o pão em forma de pomba que vem ganhando cada vez mais adeptos.



Colomba da Casa Santa Luzia - Venanzi/Divulgação

Apesar de muitas pessoas acharem que a Colomba Pascoal é apenas uma versão parecida com o panetone, a proporção dos ingredientes é diferente e para quem conhece de pão, uma pequena mudança faz toda a diferença. Na versão pascoalina a massa doce fermentada recebe mais manteiga e açúcar, que a deixa mais úmida.

Além disso, a Colomba recebe uma glaçagem de açúcar no topo, que traz crocância em contraste com a massa macia. Ainda bem menos popular que seu primo também italiano, a Colomba começa agora a ser aposta de venda de padarias de alta qualidade que trabalham com massas de fermentação natural e bons ingredientes.

## “Investimento em pescados e frutos do mar alternativos será a aposta do futuro”

### Peixes e frutos do mar à base de plantas devem ser a próxima grande novidade em proteínas alternativas.

Inovação baseada em vegetais é uma das maiores e mais estimulantes áreas de crescimento da indústria de alimentos como substituto da carne.



Em breve poderemos ver peixes e frutos do mar à base de plantas nos cardápios e prateleiras? Disponível em: <<https://www.newfoodmagazine.com/>>

O crescente aumento do interesse dos consumidores por produtos alternativos à carne, seja por preocupações com a saúde, a ética e o meio-ambiente, tem influenciado a indústria a buscar alternativas mais saudáveis e conscientes. Os consumidores estão preocupados com a sobrepesca, a poluição marinha e o impacto ambiental da indústria pesqueira sobre a biodiversidade. Eles também estão cada vez mais atentos com as implicações para a saúde, da contaminação por microplásticos em peixes e crustáceos e com os níveis crescentes de mercúrio em algumas espécies de peixes. Em um cenário de aumento da demanda e preços globais, isso está criando o cenário perfeito contra a qual os substitutos de peixes e crustáceos estão idealmente posicionados para capitalizar como uma opção a preços competitivos, mais saudável e mais sustentável. No entanto, temos que lembrar que antes de mais nada o fator decisivo para o consumidor escolher um produto, substituto ao original, está no sabor. Se não tiver gosto bom, o consumidor não volta a comprar o produto. A experiência alimentar certa é a parte vital para a criação de um produto de sucesso.

## Em Entrevista – Bate-Papo na cozinha



Criamos uma seção para que todos possam conhecer mais a fundo os membros das Escolas Le Cordon Bleu Brasil.

Este mês escolhemos duas mulheres de personalidade, a diretora acadêmica Marina Queiroz, de São Paulo, e a Gerente acadêmica, Cris Leite do Rio de Janeiro.



**Marina Queiroz – Diretora Acadêmica LCB SP**

1. Conte como a gastronomia entrou em sua vida:

MQ: A cozinha sempre esteve presente em minha vida. Minha avó paterna era culinária de mão cheia no interior de SP, além da minha bisavó materna ter publicado um livro de culinária em 1910. Meus pais viviam inventando pratos sofisticados e adoravam receber os amigos em casa. Eu sempre tive muito dom artístico, por isso minha primeira escolha foi estudar artes plásticas. Ao final do curso não sabia que caminho seguir, pois, ironicamente, não queria ser professora. Um amigo visionário me sugeriu estudar gastronomia, segundo ele seria a profissão do futuro – isso em 1997!

2. E como foi entrar nesta área? Você sentiu alguma dificuldade?

MQ: Nossa, me lembro que quando falei que ia estudar gastronomia, meu pai, que é médico, ficou bem assustado – risos. Naquele tempo a profissão não era nada glamurosa, havia preconceito de ambos os lados. Fui algumas vezes hostilizada por ser mulher e aparentar ter muito menos idade que na real. A cozinha era um ambiente majoritariamente masculino, com homens estereotipados de brutos ou com pouca instrução, mas, fiz tantos amigos queridos e aprendi tanto nos meus estágios que só tenho a agradecer.

3. E sua carreira, como se desenvolveu?

MQ: Comecei trabalhando no site de culinária do Panelinha, no ano 2000, no qual era editora e chef de cozinha. Lá no site tive a oportunidade de fazer televisão e dar aulas numa cozinha experimental. E contra todos os meus princípios, até então, me apaixonei por ministrar aulas. Resovi investir na área docente. Fiz uma especialização em docência e mestrado em hospitalidade. Passei por diversas escolas de gastronomia em SP até que em 2006 fui contratada pela Anhembi Morumbi. Lá foram 13 anos, como docente, além de ter passado pela coordenação acadêmica e operacional.

4. E o que significa para você trabalhar no LCB?

MQ: Imagino que como para qualquer pessoa da área, significa chegar ao topo. Certamente o Le Cordon Bleu é a melhor Escola de Gastronomia do Brasil e de maior renome no mundo. Passei por um processo seletivo bastante criterioso. No começo não foi nada fácil, tive que me adaptar à uma nova cultura organizacional. Fui contratada em 2019 para montar a área acadêmica, que até então não existia, mas, sempre gostei de desafios e hoje posso dizer que adoro a Escola e o meu trabalho.

5. Como você vê a integração entre as Escolas na sua área?

MQ: Estou muito feliz com esta oportunidade. Conheci a Cris Leite quando trabalhávamos na mesma rede (Laureate). Sempre fui muito exigente comigo e com o meu trabalho e sei da capacidade de entrega da Cris e isso me anima muito. Estamos alinhando as áreas. Ela chegou agora, ainda precisa se ambientar, mas tem sido uma satisfação ajudá-la. Formamos uma boa dupla, trabalhamos em harmonia e com admiração recíproca.



**Cris Leite – Gerente Acadêmica LCB RJ**

1. Conte como a gastronomia entrou em sua vida:

CL: Desde cedo acreditei que o melhor para minha vida seria ter uma profissão que eu amasse; o talento precisa de paixão para ser completo. Eu sempre amei cozinhar, minha mãe cozinha muito bem e sempre me incentivou. Fiz meu primeiro curso de culinária aos nove anos e praticava as receitas aprendidas na semana, no almoço de domingo para a família. Quando decidi fazer o curso de gastronomia tive a certeza que estava no caminho certo. A cozinha me formou e me realizou.

2. E como foi entrar nesta área? Você sentiu alguma dificuldade?

CL: Quando entrei em uma cozinha profissional pela primeira vez senti que ali era o meu lugar. Foi mágico e especial. Não foi fácil, não é fácil. Trabalhar com gastronomia requer resistência física e mental, são horas em pé, muito estudo para conciliar técnica e criatividade, aprimoramento constante, com muita dedicação o tempo todo. Dois ingredientes fundamentais e indispensáveis me ajudaram muito: foco e disciplina.

3. E sua carreira, como se desenvolveu?

CL: Logo que comecei o curso de gastronomia na Estácio de Sá (2005), sabia que meu caminho seria o ensino. Trabalhei em restaurante, hotel, casa de eventos, fui consultora gastronômica, colunista no Jornal Extra – RJ, mas as aulas estavam sempre presentes na minha vida. Com a docência mantive viva minha paixão pela cozinha. A missão de passar adiante meus conhecimentos me fascinava, além da enorme gratificação de participar da formação de profissionais de cozinha. Depois fui docente no Senac Rio e, em 2015, ingressei no IBMR – Laureate para dar aulas. No ano seguinte assumi a coordenação acadêmica do curso. Essa etapa foi muito importante e gratificante para minha carreira. Coordenar, planejar e pensar o curso por completo me proporcionou muita satisfação, aprendizado e experiência acadêmica.

4. E o que significa para você trabalhar no LCB?

CL: Trabalhar na maior Escola de Gastronomia do mundo é o sonho de todo profissional de gastronomia. Sei da enorme responsabilidade dessa missão e me sinto pronta para o desafio. Estou conhecendo a Escola, a metodologia e os estudantes, tudo novo e absolutamente fascinante.

5. Como você vê a integração entre as Escolas na sua área?

CL: O Le Cordon Bleu Brasil se solidificará com a integração das equipes de São Paulo e Rio de Janeiro. Vamos unir nossas experiências profissionais na execução das premissas da Escola. Tenho certeza de que terei o apoio da Marina Queiroz, profissional exemplar que conheço e admiro há alguns anos. Estou chegando e conto com o “tempero” de todos.



