

CRIATIVIDADE ATRAVÉS DAS CORES E SABORES DO BRASIL

Alessandra Fiorito Bellizia

O Brasil é um país de grande extensão territorial, mais de 8 milhões de Km², de climas variados e vasto recursos naturais, além de ser formado por povos de origens e culturas distintas. Isso tudo nos presenteia com uma riqueza enorme de possibilidades à serem exploradas na gastronomia.

Os imigrantes de todo o mundo que se espalharam pelo Brasil trouxeram na bagagem seus costumes e temperos e assim foi se formando a nossa cultura gastronômica adaptada com os ingredientes nativos.

Temos uma imensa variedade de frutas, tubérculos, hortaliças e leguminosas brasileiras o que contribui para a diversidade da nossa cultura alimentar nutritiva, tanto em sabor como em texturas, aromas e cores.

O tradicional arroz com feijão, a feijoada, o “queijo minas” e a caipirinha são as referências gastronômicas brasileiras pela sua forma peculiar de preparo, mas a nossa gastronomia vai muito além desses pratos.

Cada região tem sua particularidade de preparações com ingredientes típicos devido as diferenças climáticas, solo, relevo e proximidade ou distância do mar.

A influência indígena, africana e portuguesa está muito presente na culinária brasileira, além da italiana, alemã, libanesa e japonesa, entre outras. A memória afetiva é muito forte pois resgata a herança cultural de todos os povos que fazem parte da formação da nossa história.

Os cinco sabores básicos sentidos pela língua

Você conhece os cinco sabores básicos sentidos pela língua? O doce, o salgado, o azedo, o amargo e o *umami*. E ainda está sendo estudado o sexto sentido chamado de *kokume*.

A percepção dos gostos amargo, doce, salgado e azedo é feita pelas papilas gustativas, receptoras sensoriais da língua.

O *umami* trata-se de uma sensação agradável que dá água na boca, reveste a língua e deixa um gosto duradouro. Ele realça os outros sabores

O *kokume* ainda está sendo estudado e é difícil descrever, mas com ele a comida parece ser mais substanciosa e satisfazer o apetite.

Por muitos anos tive restaurante *self service* e a minha maior preocupação, além de oferecer uma comida fresca, saborosa e nutritiva, era como criar uma disposição atraente na montagem do prato ou do buffet. Já ouviu a expressão: “primeiro se come com os olhos”?

Pois é, fazia parte da minha rotina fazer um desenho com a disposição do buffet e ia formatando o cardápio levando em consideração a variedade de preparações conforme a forma de preparo (assado, frito, cozido, grelhado), a textura (com creme, com molho, mais ralo, mais



aveludado, mais sequinho), o corte (palito, cubo, fatiado, ralado, maior, menor), as cores (amarelo, laranja, verde, branco, marrom) e por aí vai.

No caso do buffet é muito importante oferecer variedade para atrair e despertar mais apetite ao comensal e as saladas são um prato cheio para encantar os clientes nesse quesito.

Também era frequente fazer festivais de comida temática de países ou estados brasileiros. É uma festa que permite viajar pelas culturas e descobrir o que há de melhor na gastronomia do Brasil e do mundo. E a criatividade era o ponto forte nesses eventos.

Os alimentos que consumimos existem em uma variedade enorme de cores lindas. De frutas e vegetais frescos à temperos exóticos, não faltam combinações de cores para você criar no seu prato. Mas com tantas opções, por onde começar?

A psicologia das cores na gastronomia é algo de muita relevância. Existem diversos estudos que apontam quais são as melhores opções na hora de planejar o layout do seu restaurante. A escolha das cores na decoração do ambiente pode trazer engajamento ou não dos clientes.

As cores têm o poder de despertar fome, desejo, calma, agilidade, sensação de aconchego ou pressa.

A harmonia das cores é resultante da mistura atrativa das cores em conjunto ou justapostas. Os tons podem ser quentes, frios ou delicados e podem fazer com que seus clientes se sintam seguros, confortáveis e mais

tranquilos quando estão dentro do seu espaço ou despertam a vontade de ir embora logo.

É importante entender qual é o público alvo e seu estilo e preferência. Os jovens tendem mais para as cores vibrantes, enquanto que os mais maduros preferem os tons neutros. Vamos entender quais são as cores mais indicadas para restaurante e o que cada uma pode despertar nos clientes.

No caso dos *fast foods*, como a rotatividade tem que ser bem dinâmica e ter alto giro, pois costuma ter baixo preço e alta circulação, é indicado usar cores fortes e quentes como o vermelho e o amarelo ou sua variação que é o laranja. Essas cores geralmente ficam gravadas na mente do cliente que já associa à este tipo de operação.

Já os tons neutros causam mais aconchego, o cliente se sente acolhido e não tem pressa de sair do ambiente. São para restaurantes mais sofisticados e com ticket médio mais elevado.

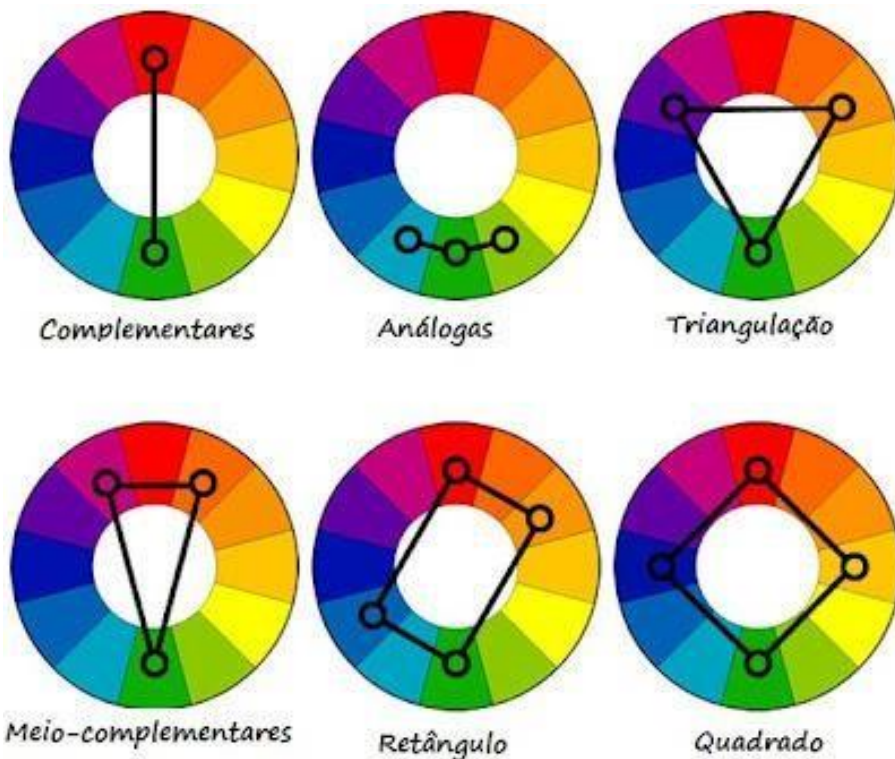
Círculo Cromático

O círculo cromático é composto por 12 cores sendo:

- 3 primárias (azul, vermelho e amarelo),
- 3 secundárias (verde, laranja e roxo/violeta),
- 3 terciárias (vermelho-arroxeadado, vermelho-alaranjado, amarelo-alaranjado, amarelo-esverdeado, azul-arroxeadado).



Figura 01: Círculo Cromático



Fonte: WIKIPEDIA, s/d

Acima temos demonstração técnica de como misturar as cores. Isso vale também para decorar um prato de forma a chamar a atenção pelo visual harmonioso.

A cor *amarela* é indicada para prender a atenção e estimular a fome, o *vermelho* é o mais usado nas redes de fastfoods pois remete à urgência e é de fácil fixação na memória, o *verde* é a cor da moda na era da sustentabilidade muito usado em restaurantes veganos e naturais. Já a cor *laranja* que é super vibrante e indicada para despertar o lado compulsivo

do consumidor, impulsiona as vendas. E o *azul ou roxo* são cores frias e não indicada para o universo gastronômico pois remetem às toxinas e faz perder o apetite.

Hoje vivemos na era digital e o delivery está mais em alta do que nunca. E depois da pandemia então nem se fala. É fundamental apresentar nos *Market Places* uma foto atraente pois ela será o gatilho principal para a decisão de compra. Após fechar meus restaurantes comecei à me dedicar à esse ramo de *foodstyling* e conhecer ainda mais esse universo de cores, texturas e sabores e sem dúvida é encantador.

Seguem fotos de comidas com ingredientes brasileiros aplicando as técnicas de cores citadas acima. Desfrutem!!

Figura 02: Caipirinha



Fonte: Alessandra, 2021



A CAIPIRINHA é o drinque oficial do Brasil, é patrimônio nacional. Sua matéria prima é a cachaça. Não sabemos ao certo sua origem, especula-se que tenha vindo de Minas Gerais ou São Paulo, terras caipiras. Porém há relatos de registros em Paraty, no Rio de Janeiro, sendo o mais antigo encontrado. Um documento de 1856, que por conta da epidemia de cólera naquela região, dizia o seguinte: “...por isso, tenho provido que a necessidade obrigou a dar essa ração de **aguardente temperada com água, açúcar e limão**, a fim de proibir que bebesses água simples.” (registro de ofícios da câmara municipal, pág. 139, apud qual a origem da caipirinha? – versão Paratiense, 2019).

Figura 03: Quindim



Fonte: Alessandra, 2021



QUINDIM é um quitute da culinária portuguesa. As freiras do convento usavam as claras para engomar as roupas e com as gemas preparavam o doce *Brisas do Liz* que, em sua receita original, era feito com amêndoas. No Brasil a receita ganhou o nome de origem africana QUINDIM que significa “denço” com versão trocando as amêndoas pelo coco ralado. (Quindim nasceu em Portugal e ganhou nome africano, 2016).

Figura 04: Brigadeiro



Fonte: Acervo pessoal, 2021



O BRIGADEIRO foi um doce criado por Heloísa Nabuco, membro de uma família tradicional do Rio de Janeiro, para angariar fundos para a campanha do candidato à presidência da República, o Brigadeiro Eduardo Gomes. O doce logo ganhou fama e acabou ganhando popularidade apesar do candidato ser derrotado nas eleições. No Rio Grande do Sul, ao contrário de todo o resto do país, o nome do doce é conhecido por **negrinho**. O brigadeiro tem sua presença garantida em festas de aniversário ao lado de doces como cajuzinho e beijinho. (WIKIPÉDIA, s/d).

Figura 05: Pão de Queijo



Fonte: Acervo pessoal, 2021



O PÃO DE QUEIJO é uma iguaria popular dos brasileiros, principalmente na mesa dos mineiros. Trata-se de um pãozinho feito de polvilho e queijo, macio por dentro e crocante por fora. Surgiu no período do ciclo de Ouro em MG durante o século XVIII quando o polvilho era substituído da farinha de trigo, pela questão da qualidade. Daí adicionavam leite e ovos e sobras de queijo para dar sabor à receita. Hoje é exportado para vários países. (de onde o pão de queijo surgiu? Descubra aqui sua história, s/d)

Figura 06: Cural de Milho verde



Fonte: Alessandra, 2021



O CURAU DE MILHO VERDE teve sua origem da união de 2 receitas, o pudim europeu e uma bebida densa dos tupis utilizada nos rituais indígenas. É muito fácil de fazer e muito gostoso. No Nordeste é conhecido como Canjica Nordestina.

Referências:

WIKIPÉDIA. Círculo cromático. s/d. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/C%C3%ADrculo_crom%C3%A1tico>. Acesso em: 21 de agosto de 2021

QUAL A ORIGEM DA CAIPIRINHA? – VERSÃO PARATIENSE. Mapa Da Cachaça. 2019. Disponível em: <<https://www.mapadacachaca.com.br/artigos/qual-a-origem-da-caipirinha-versao-paratiense/>>. Acesso em: 22 de agosto de 2021

Quindim nasceu em Portugal e ganhou nome africano. **Gshow**. 08/11/2016. Disponível em: <<http://gshow.globo.com/Rede-Bahia/Aprovado/noticia/2016/11/quindim-nasceu-em-portugal-e-ganhou-nome-africano.html>>. Acesso em: 23 de agosto de 2021

WIKIPÉDIA. Brigadeiro (doce). s/d. Disponível em: <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Brigadeiro_\(doce\)#:~:text=O%20brigadeiro%20%C3%A9%20um%20doce,Sul%20pelo%20nome%20de%20negrinho.](https://pt.wikipedia.org/wiki/Brigadeiro_(doce)#:~:text=O%20brigadeiro%20%C3%A9%20um%20doce,Sul%20pelo%20nome%20de%20negrinho.)>. Acesso em: 23 de agosto de 2021

De onde o pão de queijo surgiu? Descubra aqui sua história. Delimassas alimentos. s/d. Disponível em: <<http://www.delimassaalimentos.com.br/blog/historia-do-pao-de-queijo/>>. Acesso em: 23 de agosto de 2021

ALESSANDRA. **Sextou com "Caipirinha"**. 3 set. 2021. Instagram: @alefiorito. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CTX6hQcr0n_/?utm_source=ig_web_copy_link>. Acesso em: 23 de setembro de 2021.

ALESSANDRA. **Você sabia que o Quindim é um quitute da culinária portuguesa?** 24 ago. 2021. Instagram: @alefiorito. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CS-SzX0BL0H/?utm_source=ig_web_button_share_sheet> Acesso em: 24 de agosto de 2021.



ALESSANDRA. **Se você gosta de um típico doce junino este post é pra você.** 29 jun. 2021. Instagram: @alefiorino. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CQtYI7dMO84/?utm_source=ig_web_copy_link>. Acesso em 23 de agosto de 2021.

