

NINA
HORTA

.....

NÃO É
SOPA

Credo,
que livro bom!
Bom mesmo.
Leia puladinho para
não se cansar.
Não saberia fazê-lo
outra vez.

*A Silvio Horta, pela crítica e paciência.
A Arthur Guimarães, pelos horizontes que
abriu.*

*A Sofia Carolhosa e Josimar Melo, que
acreditaram em mim e me introduziram no
jornal.*

*A Maria Emilia Bender, a verdadeira mãe do
livro, hábil parteira; sem ela, nada feito.
A Sérgio Dávila e Teté Ribeiro, amigos da
Folha.*

Sumário

Cuidado, não é um livro de receitas. É de pessoas, lugares, manias, modas, costumes.

Com algumas receitas representativas tiradas de vários lugares. Principalmente de um velho caderno meu que Maria Emilia achou em Paraty.

Apresentação

OPINIÕES

Comida de alma

Comedores solitários e suas batatas

Na Santa Croce sem o *Baedeker*

Simplez prazeres

Cozinhar é um modo de se ligar

Etiqueta vai, etiqueta vem

Mingau, nossa papinha

Comida perversa
Café da manhã
Ai, que implicância!
Cozinhas
A Encantada

MESTRAS

Martha Kardos
Meeta Ravindra

INGREDIENTES

O gênio da abobrinha
Limões, cuscuz e marzipã
O ovo
Cozinhando com uísque

ESCRITORES E LIVROS

Elizabeth David
“Hot Ziggetty!”
Elizabeth Bishop
Lillian Hellman e Paul Prudhomme
Gertrude, Toklas, Woolf
Missionários da cozinha francesa
Portugal
Acqua toffana
Retorno a Brideshead
Frutas Brasil frutas
Paloma
Papillotes
Madame de Sévigné

REMINISCÊNCIAS

Banzo
Fins dos anos 1940
1950 e 1960
Nouvelle cuisine — 1970, 1980

FILMES

As galinhas de Hitchcock
A época da inocência
Como água para chocolate
Madame Bovary
Tampopo

JEJUNS E FESTAS

Páscoa, pão e chocolate
Convida-se para um velório
Sexta-Feira Santa
Spa
Pessach
Tutto crudo
Natais

PATRÕES, EMPREGADOS

As tias
Valdirene
Maria José
Zeny

PARATY

Regime de fim de ano
Mês de férias
O que diria Bocuse?
Laura

O gambá
Maio
O bar da Almerinda
Piquenique

ON THE ROAD

A Grande Maçã
A chegada
Daniel Boulud
Afif Mateen
Dodos muito doidos
Londres
Chá das cinco

BRASIL, MEU BRASIL BRASILEIRO

Patriotismo
Pequi, umbu e feijão-de-corda
Rio de Janeiro
Restaurante brasileiro
Dos cadernos das avós
Frio e quente
Carta de leitora

SOPAS

Mafalda, a burguesinha argentina
Origens do cozido

Agradecimentos
Bibliografia
Índice das receitas

Apresentação

Este é um livro para quem gosta de lembrar de gostos e de cheiros. Como bombom de cereja e cheiro de folha de tomate pisada.

Comecei a escrever sobre comida na década de 1980, no jornal *Folha de S.Paulo*. Foi a *Folha* a primeira a me dar a oportunidade de escapar do formato rígido da coluna de culinária, ao me deixar falar sobre o que quisesse. Com isso, abriu também as portas para todos os outros cronistas de comida presos nas grades da receita comentada.

Pude escrever sobre o último livro, um filme, a empregada nova, o torresmo, tudo muito fugaz e rápido, como convém a essa parte do jornal, e do único jeito que sei fazer. Não levantei bandeira séria, mas espero que, pelo menos, esteja clara e patente a implicância solene contra todo tipo de esnobismo associado à comida.

Para uma mulher que trabalha é uma dificuldade conhecer o Brasil, pesquisar, frequentar universidades e suas bibliotecas. E quase não existem (*Não existiam.*) livros brasileiros sobre comida. Daí que se acaba sabendo mais sobre a comida inglesa do que a de sua própria terra. O que é no mínimo estranho.

A maioria das matérias da *Folha* não era acompanhada de receitas. Isso depois de muito esforço e briga com os editores. Queria simplesmente reforçar um princípio, lutando contra um mal que

aflige todos os que lidam com comida, cozinheiros, principalmente. A obrigação da receita.

Já perceberam? Num programa de entrevistas aparecem médicos que não simulam uma operação de fígado, economistas que não fazem contas, cantores que não dão palhinha. E pintores que só pintam se o fazem com os pés, com a boca ou possuídos por alguma alma do outro mundo.

Mas cozinheiro, não. Na TV, rádio, revistas, tem de estar atento, frigideira na mão, flambando bananas. Um horror. E não pode ir além das chinelas. Nada de perguntas sobre o último escândalo político, sobre o livro que está lendo nas horas vagas. Tem de se ater às receitas e, se possível, demonstrá-las.

Na verdade, há muita gente que gosta de comer, de viajar e comer, de ler sobre comida, de falar sobre comida e que não tem nem compromisso nem obrigação de cozinhar bem. Gente que não fez um curso técnico, que não é chef, nem doceiro, que não sabe cortar cebolas a jato nem moldar flor de tomate.

É o meu caso. Quase morro de constrangimento quando sou colocada ao lado de grandes mestres que passaram a vida preparando-se para o métier. Faço parte dos interessados e curiosos, não me confundam, por favor.

Aprendi a cozinhar entre os livros e o fogão. Aliás, cada dia mais longe do fogão e mais perto dos livros. O que é mau, pois corta o entendimento verdadeiro do que acontece dentro da panela. Como deveria ser boa e produtiva a sabedoria compartilhada de mãe para filha, de geração em geração, sabedoria nutrida pela repetição e que no processo de se repetir se transformava em tradição...

Onde estarão as receitas de antanho, repetidas num sem-fim, perpetuadas através dos tempos como histórias infantis em que não se pode mudar uma vírgula? Onde aquele compromisso com o passado?

A paz de criança dormindo, o conforto do conhecido, do maduro? Saíram de moda.

Estamos na era do único, do original, do jamais visto, da criatividade sem limites, do capítulo inédito, da patente, do processo, dos direitos autorais.

Considero a receita inédita uma utopia. Reparem que a maioria das técnicas vem de longe. Os únicos sobressaltos são um Colombo, um ingrediente novo, uma nova norma de saúde. Desde que me conheço por gente, a única coisa que brilhou no azul do firmamento foi o peito de pato servido como bife sangrento. O resto é variação sobre o mesmo tema, gordura a mais, gordura a menos, um país que entra na moda, um jeito bonito de apresentar um prato.

É claro que com isso não nego a mudança. Mas é coisa rara. É tão difícil inventar uma novidade!

Para o encontro Mesa 95, passei dias e dias criando uma receita. A inédita, a jamais vista. Imaginei um salmão recheado com miolo de pão, enrolado em folhas de couve, assado e colocado sobre um vatapá levíssimo, rodeado por quartos de limão siciliano e laranjas sanguíneas. Era *fusion food*, multicultural e bom. Descansando em paz sobre os louros da invenção, folheei distraidamente um livro de cozinha baiana. Pois o invento estava lá, fotografado de corpo inteiro. O peixe não era salmão e não havia laranjas. O resto... um plágio só.

Há alguns anos, inventei outra novidade. Fiz um frango ensopado, sem gordura, com caldo grosso pontilhado de castanhas portuguesas inteiras e servido com fatias de manga crua e arroz branco, muito solto.

Foi inventar e topar com o frango em todos os lugares onde existem frangos e castanhas e mangas. Às vezes o frango se transformava em d'angola, a castanha em pinhão e a manga háden em coração-de-boi, mas reconheço sempre, malandra, a minha patente...

E, então, quem é o dono de uma receita? É propriedade pública? Como dar crédito aos inventores, se é que os há? Como roubar receitas se elas não têm dono? Quem inventou o quê? Quando?

Quem não gostaria de dar crédito a todas as receitas do mundo? Mas as dificuldades... O certo seria identificar a fonte, se tirada de um livro. Pegue-se uma receita qualquer, ao léu. Para transcrevê-la e dar o crédito ficaria mais ou menos assim: *Orange kiss me cake* [ou “Bolo de laranja beijinho”], do *Martha's Vineyard Cookbook*, de Louise Tate King e Jean Stewart Wexler, ilustrado por Grambs Miller, editado pela The Globe Pequot Press, Chester, 1984.

Perde-se o ímpeto de fazer um releis bolo de laranja com um nome desses. Pode-se acalmar a consciência apelidando-o de “Bolo Tate e Jean”, o que não refrescaria nada para ninguém.

E o que é um bom livro de receitas? Pode ser aquele que só sugere e que leva as pessoas para a beira do fogão. Mas, com mais frequência, é aquele que demora anos para ser escrito, padronizado, testado. Leva em conta a altitude, o fogão, a panela, o ingrediente, os minutos, os segundos. Não poupa espaço e se estende em linguagem fluente mas enxuta, alertando para os fracassos, adiantando remendos, explicando aspectos, consistências.

E um bom livro de receitas também é coisa rara. Aqui, nesta coletânea, elas aparecem ao deus-dará, de todos e de ninguém, tiradas dos livros que li e critiquei, dos cadernos das avós, das tias, das amigas, dos clientes. São roubadas, copiadas, adaptadas e às vezes até inventadas. E os que contribuíram, não se aflijam. Nessa seara onde todos são ladrões, temos os cem anos de perdão garantidos.

Os agradecimentos estão no final, antes da bibliografia. (Depois desses, muitos livros bons surgiram.) A bibliografia é importante, é especialíssima. Ler livros de cozinha, lá isso eu sei e quis compartilhar com os leitores.

Nada de compromissos com os melhores livros do mundo. São alguns dos muitos que conheci e que melhor me serviram e mais prazer ainda me dão. Espero que se divirtam tanto quanto eu, lembrando sempre das palavras de um cronista de cozinha ao ver a seriedade com que seus colegas tratavam as listas de in e out, as modas, os restaurantes e suas estrelas. “Pelo amor de Deus, não se esqueçam de que não estamos discutindo o destino do mundo livre. É só o kiwi, minha gente!”

Nina Horta, 1994

A apresentação está muito grande para tempos de Twitter!

OPINIÕES

Comida de alma

Comida de alma é aquela que consola, que escorre garganta abaixo quase sem precisar ser mastigada, na hora de dor, de depressão, de tristeza pequena. Não é, com certeza, um leitão pururuca, nem um menu *nouvelle* seguido à risca. Dá segurança, enche o estômago, conforta a alma, lembra a infância e o costume. É a canja de mãe judia, panaceia sagrada a resolver os problemas de náusea existencial. O macarrão cabelo de anjo cozido mole e passado na manteiga. O caldo de galinha gelatinoso, tomado às colheradas. São as sopas. O leite quente com canela, o arroz-doce, os ovos nevados, a banana cozida na casca, as gelatinas, o pudim de leite.

Nora Ephron, autora de *A difícil arte de amar*, com o casamento acabado, grávida, enjoada, traída, vota pelo consolo da batata: “Nada como um bom purê quando se está deprimido. Nada como ir para a cama com um prato fundo de purê de batata já saturado de manteiga e metodicamente ir adicionando mais uma fatia fina de manteiga a cada garfada”.

Comida de alma tem de ser neutra. Sorvete é comida de alma? Não é. Tem um pique gelado que a tristeza não suporta. A temperatura deve estar entre ambiente e morna. Chocolate vale? Não, nem pensar. É sexy, sedutor, pressupõe prazer e culpa.

Tudo tem de ser especial na comida de alma. A tia Léonie de Proust comia seus ovos com creme em pratos rasos, com desenhos e legendas. Punha os óculos e decifrava contente: “Ali Babá e os quarenta ladrões” ou “Aladim e a lâmpada maravilhosa”.

Não acreditem quando dizem que Proust é chato. É maravilhoso. E há nele um tratado de comer bem.

O mingau de aveia ou fubá pode ser em prato fundo, o quadrado de manteiga se derretendo por cima. O leite em boa caneca grossa, o chá em xícara inglesa florida e, para casos extremos, a mamadeira, é claro. A comida, de preferência, deve ser bebida aos goles ou tomada de colher. A faca é quase sempre supérflua.

À la recherche.



Um livro português trata do assunto, mostrando que a preocupação com comidas de alma vem de longe. É *O cozinheiro indispensável* (Porto, 1844), que traz um subtítulo enigmático: *Guia prático dos enfermos pobres, dos doentes ricos e dos convalescentes remediados*. Dá receitas como o caldo confortativo, uma papinha pastosa, de se comer com lágrimas nos olhos.

A leitora Martha Harriss deixou recado na secretária eletrônica depois de ter lido qualquer coisa que escrevi sobre sagu. O sagu também é detonador de lembranças, de mingaus, de cálices cheios de pérolas transparentes, de convalescenças preguiçosas. É comida de criança, sem desafios.

E na classe dos angustiados, dos que querem comida de alma, há os obsessivos do sagu. A Martha leu o texto e só viu brilhar o sagu. Ela própria era um manual de como cozinhar sagu, mas não bastava. Queria mais. Informações difíceis de encontrar. Os restaurantes não têm, só servem musses de kiwi e tiramisu. Os cadernos das avós calam a perversão do sagu. Só um antigo livro de trato familiar com as colônias de além-mar conta que o sagu chegou de longe, via

Companhia das Índias. Era feito do núcleo da medula de certas plantas nativas da Malásia. Incomum, exótico, apareceu em grandes mesas. Fez sucesso como remédio. Quarenta gramas de sagu misturados com duas xícaras de água e temperados com vinho branco curavam a tuberculose. Em 1920, o avô da Martha Harriss aconselhava o sagu para deter a cólera e fortalecer os convalescentes, por ser de fácil digestão e refrescante.

Os pacotinhos que compramos no supermercado são sagu de mandioca; em 1895, *O doceiro nacional* aconselhava que se batessem bem gemas com açúcar e se fosse acrescentando vinho tinto. Depois se juntasse um pouco de sagu, passas, amêndoas peladas e socadas ou meio coco ralado. Que tudo isso fosse levado à panela e fervido até que o sagu cozinhasse. Despejava-se, então, em pequenos cálices, e polvilhavam-se canela e açúcar.

Martha, experimentamos sagu com vinho, acompanhado de creme inglês bem gelado, e seu avô tinha toda a razão. Que delícia, que frescura, que delicadeza. Faz lembrar outro tempo, mais puro, mais seguro. Fizemos uma calda com quatro xícaras de água, uma xícara de açúcar, canela e cravo. Juntamos uma xícara de sagu. Fomos colocando vinho aos poucos, à medida que a calda engrossava. Servimos com creme inglês. De outra vez substituímos o vinho por uma xícara de morangos amassados e não pusemos nem canela nem cravo. Ficou melhor ainda.

Martha leitora, graças a você, o sagu foi redescoberto e é comida de alma com certeza.



GELATINA ROSADA DE DORA

6 a 8 claras batidas até ficarem bem duras; 1 copo de caldo de laranja; 4 colheres de gelatina em pó, branca; 2 colheres (chá) de gelatina vermelha (1 pacotinho de gelatina em pó equivale a 6 folhas)

CREME: 1 litro de leite; 3 gemas; 6 a 8 colheres bem cheias de açúcar; a ponta de 1 palitinho sujo de vanilina em pó (encontra-se a vanilina em casas de festas)

Deixar por algum tempo a gelatina de molho no caldo de laranja, depois levá-la ao fogo brando, em banho-maria, para derreter. Misturar, morna, com a clara, em vasilha úmida, de cristal. Levar à geladeira.

Para fazer o creme, bater as gemas com o açúcar, bem batidas. Ferver o leite, ir misturando às gemas, já fora do fogo. Voltar ao fogo. Quando for abrir fervura, tirar do fogo e ficar passando de uma vasilha para outra para esfriar rápido. Fica uma gemada com a consistência de um mingau ralo. Quando a gelatina estiver gelada e dura, despejar a gemada por cima. Ela vai se esparramar um pouco para os lados, mas é assim mesmo. Pode desenformar, mas fica mais bonita em vasilha de cristal.



GELEIA DE GALINHA

James Beard, conhecido autor americano de vários e ótimos livros de comida, um dos pioneiros a aliar boa prosa e receitas, adorava adoecer para comer desta geleia às colheradas.

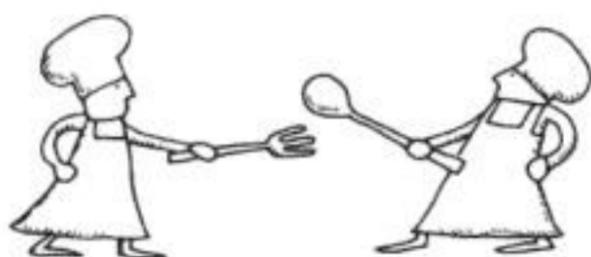
Colocar 2,5 kg de carcaça e pescoço de galinha em 5 litros de água com 1 cebola espetada com 2 cravos, 1 galho de salsa, 1 pedaço de aipo e algumas pimentas-do-reino. Deixar cozinhar em fogo brando. Depois salgar a gosto (sal marinho, kasher ou sal grosso). Juntar 2 kg de moela, amarradas num pano fino, depois de bem lavadas. Acrescentar mais 1 litro de água e deixar cozinhar mais 2 horas. Tirar as moelas. Juntar 1 galinha e deixar neste caldo até bem cozida. Servir como caldo clarificado ou usar a geleia em molhos, legumes, ou servir às colheradas aos muito tristes.



FRANGO COM QUIABO DE DONA DULCE

Limpar 1 frango. Limpar cerca de 15 quiabos tirando as duas pontas. Enxugar um a um com pano bem seco e cortar em rodela finas. Separar.

Colocar em uma panela um pouco de óleo e deixar esquentar muito bem. Depois de quente, colocar o frango cortado nas juntas, em pedaços grandes. Mexer pouco, mas deixar que doure de um lado e depois do outro. Polvilhar por cima um pouco de urucum. Ir colocando, aos poucos, cerca de 2 copos de água. Salgar. Quando cozido, tirar a gordura que puder com uma colher e colocar o quiabo, tomando cuidado para não amolecer muito; tem de ficar al dente. Na hora de servir, polvilhar salsa picada.



MACARRÃO CABELO DE ANJO

Cozinhar o cabelo de anjo até passar um pouco do ponto. Escorrer e rapidamente colocar 1 boa colher de manteiga salgada ou quantas colheres você e ele aguentarem. Comer às colheradas.



NHOQUE ROMANO ASSADO

Receita muito antiga, modernamente explicada por
Marcella Hazan.

1 litro de leite; 1 xícara cheia de semolina (de preferência importada); 1 xícara de queijo parmesão ralado; 2 colheres (chá) de sal; 2 gemas; 7 colheres de manteiga

Aqueça o leite numa panela grossa sobre fogo médio até ferver. Abaixar o fogo e junte a semolina aos poucos, em fio de chuva fino, batendo bem com a colher de pau, sem parar. Continue até que fique bem grossa, quase soltando dos lados da panela. Tire do fogo.

Junte à mistura de semolina $\frac{2}{3}$ do queijo ralado, o sal, as 2 gemas e 2 colheres de manteiga. Misture bem para não coagular o ovo, até que fique tudo muito bem ligado.

Umedeça uma superfície de mármore ou fórmica com água fria e despeje sobre ela a mistura de semolina, usando uma espátula de metal para alisar a massa até deixá-la com cerca de 1 cm de espessura. Passe a espátula na água fria de vez em quando. Deixe esfriar.

Aqueça o forno. Corte os nhoques com cortador redondo, molhando-o de vez em quando na água. O nhoque pode ter uns 4 cm de circunferência.

Unte com manteiga uma vasilha refratária rasa que vá do forno à mesa. Arrume os nhoques de modo que se sobreponham como telhas de um telhado. Polvilhe por cima o restante do parmesão e da manteiga em pedacinhos. Coloque na prateleira mais alta do forno e asse por 15 minutos, até dourar.

Isso só é possível em fornos que tenham um grill. Os fabricantes não fazem mais o grill, peça tão importante para pratos gratinados. Reclame quando for comprar seu forno novo.

Deixe esfriar uns minutos antes de servir, para sentir o gosto dos nhoques e para não queimar a língua.

Esses nhoques congelam muito bem. Congelá-los crus em assadeira e colocá-los em saco. Na hora de assar, basta sobrepô-los na vasilha, como manda a receita, e esperar que degelem um pouco.



ARROZ-DOCE DE MARIA HELENA

1/2 litro de leite; 1/2 litro de creme de leite; 200 g de arroz; 100 g de manteiga; 150 g de açúcar; casca ralada de 1 limão; 6 ovos, gemas e claras separadas; 1 pitada

de sal; manteiga e migalhas de pão fresco para untar a fôrma

Deixar o arroz lavado e escorrido de molho, na mistura de leite e creme para inchar um pouco, uns 45 minutos. Quando estiver macio, colocar a manteiga, o açúcar, a pitada de sal e a casca de limão, só o verde, com cuidado para não deixar nada da parte branca, que amarga.

Colocar para cozinhar em fogo brando até o arroz inchar ao máximo. Tirar do fogo, deixar amornar, juntar as gemas de ovos bem batidas, misturando rapidamente. Untar uma vasilha refratária com manteiga e migalhas de pão fresco.

Bater as claras em neve, misturar ao arroz e colocar na vasilha sem atrapalhar muito as migalhas de pão. Levar ao forno médio e deixar ficar por cerca de 1 hora. Fica tostado, firme, com aparência de bolo. Um forno muito forte quebrará o pudim e sua aparência ficará horrível.

Comedores solitários e suas batatas

Pode parecer paranoia, fragilidade, mas quem come sozinho num restaurante é ou se sente, sempre, o mais rejeitado dos mortais. Estão nos olhando, e o pior, estão nos vendo. Fica-se à mercê dos outros, dos tipos felizes, acasalados, e dos grupos barulhentos que riem à toa. Sozinhos, no comedouro, somos mal-amados, suspeitos, fugitivos.

Na hora da escolha do prato há um momento breve de solidariedade e comunhão e a possibilidade de esconder a cara atrás do menu. Que ele seja imenso, de preferência. Mas vai-se o maître, vai-se o cardápio e sobra só o livro ou o jornal. A maioria esmagadora

dos enfeitados lê. *(Hoje escrevem e conversam no celular.)* Os solitários de mesa de restaurante são leitores, intelectuais obsessivos, e em nenhum banco de escola alguém jamais se concentrou tanto, cego e surdo para o resto do mundo, o horizonte confinado.

Uma solução viável é comer em restaurante ou lanchonete que tenha balcão e ficar de costas para a plebe acompanhada, virados para a cozinha, borrarheiras sem eira nem beira. E há o que observar, sem medo de ser observado. Nem se fale num balcão de sushi, que é a glória suprema do comedor solitário.

Pode ser até uma tenda de Baked Potato, longe das mesinhas do shopping. Um simples balcão de Baked Potato, um lugar que se pode frequentar a vida inteira sem jamais ser reconhecido pelas garçonetes que mudam de emprego todas as semanas, ou fazem rodízios por

milhares de batatas assadas, e nunca aparecem de novo. Onde serão recrutadas essas personagens aventureiras que, quando mal aprenderam a lidar com a batata, a manteiga e a salsinha, somem de vez?

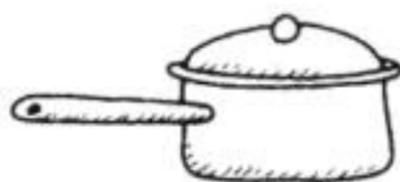
No balcão, na posição privilegiada de observador, pode-se até aprender a lidar com os recheios. São bandejas de pasta de queijo, alguns mais suaves como o requeijão, ou mais fortes como o gorgonzola, o camembert e o provolone. Para quem prefere sem queijo, tem bacon, cogumelo, iogurte, creme azedo, manteiga com salsinha.

A batata sai do forno com a casca crocante e até um pouco queimada. É aberta com a faca, mas apertada com a mão para que a polpa se rompa por inteiro. Uma boa colherada de manteiga e duas rasas de recheio. O cálculo tem de ser perfeito, porque não há nada de mais desagradável do que o recheio acabar antes da batata e vice-versa. Existe um suspense sobre o tamanho da batata que o destino vai lhe reservar. A enorme, descomunal, ou apenas grandota?

Quando a menina espeta a bandeirinha no seu prato, desliza no balcão a toalha de papel, o guardanapo, a caixinha de papelão, é hora de ensimesmar-se. Comendo sozinho, um pouco mais feliz, você só tem você. Parece exagero, mas não é. Quem é que já viu um comedor solitário, risonho, solto, olhando para os lados, receptivo? Pareceria um caso de miolo mole.

Em casa, no forno comum, ou num forninho elétrico, as batatas também ficam ótimas. O segredo é limpar com uma escova e um pano e atravessar cada uma delas, no sentido do comprimento, com um espeto de alumínio feito em qualquer serralheiro. Assam, assim, por dentro e por fora ao mesmo tempo. Meia hora bastaria, mas a perfeição só é alcançada em uma hora. Os portugueses abrem a batata com um murro e fazem as batatas ao murro. É só proteger a mão com

um pano e... zás... um soco com jeito. E o melhor de tudo para o solitário de balcão é a casca queimadinha, comida no fim, pura e seca.



Você entende de batatas? Sabe o nome das diferentes espécies? Quais as melhores para assar, fritar, fazer salada? Hum... Duvido.

Ouvi falar que nos Estados Unidos, pelo menos em alguns estados, há uma lei que obriga os vendedores a colocarem o nome e a origem do produto que estão vendendo, o que facilita a escolha e educa os compradores.

Mas, aqui, só vejo sacas de bordas viradas nos supermercados, montes de batatas desabando nas gôndolas, ou saquinhos prontos num anonimato de Greta Garbo. E, se bem me lembro, desde que me conheço por gente, as batatas são inglesas e vendidas como holandesas, de tamanco e tudo.

A solução é começarmos a experimentar sozinhos, botar o nome que nos vier à cabeça, ir cozinhando e tomando nota. Compra-se uma batata bem grande, casca suja de terra, grossa. Assa-se, frita-se, escreve-se o resultado ao lado: “batata Maria João” etc. etc. Deixa-se um espaço para o dia em que nos contarem o nome, a procedência, a época da colheita etc. Com esse método classificatório pessoal, podemos ir nos livrando de mitos e descobrir por nós mesmos que tipo de batata gostamos em cada caso, e qual o melhor modo de cozinhá-la.

Andrea, minha sócia, foi jantar no Robuchon, em Paris, e pediu direto o purê de batata que ajudou o restaurante na escalada da fama e das estrelas. Ficou meio ressabiada, porque achou o purê visguento, como se o tivessem passado no processador. Mais tarde descobrimos

que o Robuchon gosta mesmo é de batatas cerosas no seu purê. Tem gosto para tudo. Vamos à escolha sem preconceitos, que só atrapalham.



PURÊ DE BATATAS

As regras básicas para um purê gostoso, seja qual for a batata, são as seguintes:

Cozinhar 1 kg de batatas com as cascas, escorrê-las imediatamente e secá-las por uns dois minutos numa frigideira, sacudindo-a para a frente e para trás, sobre fogo baixo.

Descascá-las, quando der, sem queimar a mão. Passar por espremedor e levar de novo à frigideira para secar mais um pouco. Aquecer 1 copo de leite e 100 g de manteiga, com sal a gosto e pimenta-do-reino. Ir despejando sobre a batata amassada, batendo com colher de pau. Servir imediatamente; se não for possível, cobrir com mais um pouco de manteiga dissolvida no leite para não formar crosta e, na hora de servir, aquecer, batendo e incorporando esse leite.

Outro tipo de purê é feito como o primeiro, só que com bom azeite extravirgem, substituindo a manteiga. Dá um purê mais forte, mais personalizado... Para 1 kg de batatas, vão 4 colheres de azeite extravirgem, 4 colheres de leite, sal marinho e pimenta-do-reino.



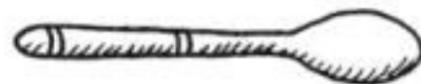
SALADA DE BATATAS

Vamos adaptar umas receitas de Arabella Boxer, que escreveu *Mediterranean Cookbook* e que também vive à cata de sua batata ideal.

700 g de batatas; 6 colheres de azeite extravirgem; 1 1/2 colher de vinagre de vinho branco; 1/2 cebola roxa em rodela finas; sal marinho e pimenta-do-reino a gosto; 3 colheres de salsinha picada

Cozinhe as batatas com casca. Escorra bem e deixe esfriar um pouco. Quando ainda quentes, corte-as em fatias grossas, retirando toda a casca ou não, como preferir. Coloque as batatas numa tigela e despeje sobre elas 3 colheres de azeite. Deixe absorvendo por alguns minutos, junte o restante do azeite, o vinagre, a cebola, o sal e a pimenta. Mexa muito bem para que as batatas fiquem impregnadas, junte a salsinha e sirva quente.

Para variar, se você tem um resto de vinho branco seco, regue da primeira vez com vinho em vez de azeite e dispense o vinagre.



Um belo jantar pode ser feito num piscar de olhos com batatas assadas ou cozidas, pequenas ou grandes, com casca ou não. Na mesa, uma tigela com batatas e potes à volta, com: coalhada, cebolinha fresca picada, queijo de minas ralado, sementes de papoula e tudo o mais que você ache que combina com batatas. Não vale o que mais combina, que é manteiga, pois a ideia é não engordar. (Não vai ser

ótimo quando descobrirem que manteiga não engorda, que faz um bem danado à saúde?)



Para imitar as *baked potatoes*, dê uma gorjeta ao batateiro, escolha as enormes, e deixe as batatas assarem no forno por 1 hora. Abra ao meio e recheie com 1 colher de manteiga (que pode ser temperada com cebolinha, salsinha) e 2 colheres de queijo. Quais? Requeijão, provolone ralado, gorgonzola ou camembert amassados com um pouquinho de creme de leite. Ótimo, ótimo.

Na Santa Croce sem o *Baedeker*

Acabei de ler *A Room with a View* (em filme, *Uma janela para o amor*), de E. M. Forster. A inglesinha Lucy, quando quer conhecer a aventura, os mistérios de Florença e a igreja de Santa Croce, é aconselhada a jogar fora o seu guia *Baedeker*. “Este guia só toca a superfície das coisas. Não dá a menor ideia do que seja a verdadeira Itália, que só pode ser descoberta ao vivo... Passe o *Baedeker* para cá. Não vá carregá-lo. Vamos andar ao léu.”

O título desta crônica é “Na Santa Croce sem o *Baedeker*” e é um conselho que vem a calhar. Guerra à floresta de livros, folhetos, recortes que vão tomando conta da vida. O cozinheiro que sabe cozinhar, cozinha *au pif*, pelo nariz, pelo cheiro. Só. Sem precisar de uma única palavra escrita. Perplexo diante do coelho e da alcachofra, mas morto de fome, é capaz de fazer em poucas horas todo o complicado percurso do homem das cavernas à nouvelle cuisine.

No processo de desmatamento de informação, de poda de receitas, percebo algumas coisas com mais perspectiva. O ano de 1984, lá fora, redescobriu o carpaccio, e 1989 consagrou o vinagre balsâmico. Nas mesas dos melhores restaurantes começava-se a refeição com um pires de ótimo azeite de oliva e um fio de vinagre para se comer com pão. Para mim faltam o sal e o alho, mas não estavam na moda em 1989. E mais saladas de chicória, rúcula, mostarda, nacos de melancia doce salpicados de pignoli torrados e molho de vinagre balsâmico. (Fica boa essa mistura de doce-amargo, macio-duro.) Ou um patê de fígado, sem formato, cercado de fatias mornas de peras cozidas sobre rodela de cebola roxa e escarola temperadas com vinagre balsâmico.

Cogumelos shiitake marinados e grelhados sobre uma salada verde brilhante, regada de vinagre balsâmico. Morangos de sobremesa, regados com... Você já sabe.

Já o ano de 1990 se enterneceu com o angu que nos criou. Codornas, galinhas, ossibuchi, linguças, feijões sobre polentas macias ou acompanhados por retângulos de polenta frita, casca dura por fora, miolo mole por dentro. E as mães italianas riem à socapa e limpam as costas das mãos no avental, gesto ancestral.

Na fogueira de recortes e guias, salva-se da destruição a receita de polenta de micro-ondas. Não empelota, não espirra, não é preciso mexer; em resumo, não tem os defeitos, mas também não tem o charme da polenta antiga.



POLENTA FIRME DE MICRO-ONDAS

Para 8 pessoas, como acompanhamento.

4 xícaras de água; 1 1/4 de xícara de fubá; 2 colheres (chá) de sal ou sal a gosto; 4 colheres de manteiga sem sal; 1 pitada de pimenta-do-reino moída na hora

Misture a água, o fubá e o sal num recipiente com capacidade para 2 litros. Cozinhe a descoberto, em potência máxima, por 12 minutos, mexendo uma vez, aos 6 minutos. Nesta altura, estará pronto o angu mineiro. Ao retirar do forno de micro-ondas para mexer, aos 6 minutos, o angu estará empelotado. É assim mesmo. Mexa bem que ele desempelotará sozinho até os 12 minutos. Às vezes, conforme o fubá, o

angu ficará pronto em menos tempo. Isso vai depender de prática e experimentação.

Retire do forno, junte 3 colheres de manteiga e pimenta-do-reino. Deixe descansar por 3 minutos. A polenta está pronta. É só esfriar.

Se quiser fazer polenta frita, unte uma assadeira retangular com a metade da manteiga restante. Despeje a polenta na fôrma e pincele de leve, por cima, com o restante da manteiga. Deixe esfriar. Tampe e deixe na geladeira. Para servir, corte a polenta em pedaços e frite em óleo.



OSSIBUCHI IN ROSSO

Não me perguntem de onde tirei esta receita. É deliciosa e agradeço a quem a inventou.

6 ossibuchi de vitela ou boi; 1/3 de xícara de azeite de oliva; 1/4 de xícara de manteiga; 1 xícara de farinha de trigo, no fundo de um prato; sal e pimenta-do-reino moída na hora; 1 1/2 xícara de vinho tinto; 2 colheres de casca ralada de limão, bem fininha, sem a pele branca; 5 colheres de salsinha picada

Os ossibuchi devem ser cozidos numa panela grande o bastante para acomodá-los, numa única camada, cada pedaço achatado no fundo da panela. Se não tiver uma panela grande, use duas menores. O acompanhamento ideal para este prato é a polenta da página ao lado.

Ponha o azeite e a manteiga numa panela grande, em fogo médio. Passe os pedaços em farinha de trigo dos dois lados. Quando a espuma

da manteiga baixar, coloque os ossos na panela. Podem ficar juntinhos, mas não devem se sobrepor.

Doure a carne dos dois lados. Tempere generosamente com sal e pimenta e vire os pedaços, uma vez. Junte o vinho tinto e tampe bem a panela. Abaixee o fogo de modo que os sucos da panela nunca fervam e só estourem em bolhas delicadas. A carne deve cozinhar devagar, até ficar bem macia, de 2 a 2h30.

Depois de 10 a 15 minutos, quando o líquido da panela diminuir, junte $\frac{1}{3}$ de xícara de água quente. Verifique a panela de vez em quando e junte mais água quando necessário.

A carne estará pronta quando começar a sair do osso, no ponto de ser cortada com um garfo. Quando pronta, transfira os pedaços para uma travessa.

Ponha na panela a casca do limão e a salsinha e mude para fogo médio. Cozinhe por 1 minuto, mexendo com colher de pau e raspando o fundo da panela para aproveitar os resíduos. Deixe reduzir o líquido se for excessivo.

Ponha os pedaços de volta na panela e vire-os no molho. Sirva-os com o molho por cima. Acompanhe-os com polenta ou com purê de batata.

Simplem prazeres

Na Inglaterra, cunharam o termo *foodie* para quem lida com comida, conversa sobre comida, vai à feira e ao supermercado com prazer, lê todos os cadernos “Comida” que aparecem nos jornais, assina revistas especializadas e, quando pode, assiste aos programas culinários de TV e, quando não pode, grava para ver depois. Viaja quilômetros para experimentar uma broa de fubá, visita o Ceasa uma vez por mês e não resiste ao lançamento de um novo livro cheio de receitas.

Os *foodies*, que são yuppies da comida, estão sempre por dentro da última moda. Comem peixes trançados em tiras (como aqueles trabalhos manuais de tecelagem que fazíamos no jardim de infância). Pedem nos restaurantes entradas de tofu com endívias, ou algas, flores de abobrinha recheada e ninhos de alho-poró fritos. Sorvete de manjerição para ajudar a digestão, lombos assados de rena (nos festivais), patês sobre fatias de maçã umedecidas de calvados. Panquecas como trouxinhas, amarradas com um laço de cebolinha francesa sobre um coulis de camomila.

Vem daí o maior perigo na vida de um *foodie*. (Ah, como eu gostaria de achar uma tradução à altura para essa palavra! *Até hoje nada é bom o suficiente.*) Ele ou ela podem se tornar esnobes, e esnobismo em matéria de comida é um contrassenso, uma aberração. Comida é comida, ligada à vida, à

sobrevivência, e regras fixas e preconceitos não valem nesse jogo. Não vem que não tem.

Engraçado é que sempre chega a hora em que o maníaco toma consciência de suas frescuras. Bate-lhe o que chamo de “Síndrome Hellmann’s”, um desejo de desapertar o cinto, respirar fundo, desabotoar o colarinho, atolar num pote de maionese e nadar em coca-cola gelada. Os dentes rangem com a fome implacável de uma sardinha com azeite e cebola e um bom pão. Quer voltar à infância e sentir no ar o cheiro de doce, de circo, de pirulito, parque de diversões, amendoim torrado, cachorro-quente, balões de gás, simples prazeres.

Simple prazeres que de fáceis não têm nada. Numa semana de pesquisa descobri que quase desapareceram as pequenas comidas de se comer em pé, na rua, coisas de tabuleiro, por assim dizer.

Fui primeiro ao Salão do Automóvel, grande concentração de gente. Boa decepção. Nos estandes de comida, reina a mais total melancolia chefiada por um grupo de um nome que esqueci. Só sei que não acreditam no que fazem. As máquinas não têm brilho, não esquentam o bastante para que as massas cozinhem, não fazem barulhos alegres e mágicos de engenhocas cuspiendo doces. Que graça pode ter uma panqueca grossa quase crua, com um molho ralo por cima? E máquinas que precisam de um murro na orelha para aquecerem um crepe? Que país é este onde até o algodão-doce está morrendo de tristeza? Onde estamos?

Fui também ao largo Treze, em Santo Amaro. Sem comentários. É evidente que as padarias não fazem mais seus pães nem seus doces, coxinhas e empadas. Há com certeza fábricas enormes devotadas exclusivamente a fazer o pior possível, o péssimo. Despejam no mercado, diariamente, milhares de ruindades sem feitio, coxas disformes de galinha sem galinha, empadas dos demônios, quibes dos infernos. E o pior é que as pessoas pagam por esse simulacro de

comida. E só falta se acostumarem a ela e perderem para sempre o paladar. O que tem a ver o pedreiro que passa por ali, todos os dias, recém-chegado do Norte, com aquela pizza gelada e engordurada e a Fanta quente? Por onde andam o pernil e o torresmo? Arroz-doce com canela? Espiga de milho assada?

Seria tão bom uma campanha contra a má qualidade da comida de rua. É preciso socorrer a rua, com a ajuda dos que ainda se lembram de um bom amendoim torrado na casca, de um algodão-doce, recapturar um gosto decente de infância. E aqueles que sabem cozinhar têm mais é que ir para a praça, concorrer com empadinha velha fazendo empadinha fresca, com a garapa suja fazendo garapa limpa. Podem apostar. Além de estarem fazendo um bem à população, ainda vão ganhar seu rico dinheirinho. Mas tem de ser coisa popular. Nada de comida de boutique que mal se abre já se fecha. Comida honesta e bem-feita.

O que vamos resgatar primeiro? A melancia ou o pastel de banana? A cocada de fita ou a pipoca?

Cozinhar é um modo de se ligar

Nas férias, assisti de perto, por falta de alternativa, a uma pequena reforma na cozinha. Os pintores pintaram o chão e as paredes com rolo, os pedreiros levantaram uma parede pequena. Fácilmo. Mal dá para acreditar. Qualquer ser humano, levemente jeitoso, faz uma reforma. Não vai ficar lá essas coisas, mas já é uma possibilidade.

Não é incrível como a maioria de nós não sabe o elementar das coisas do dia a dia? Cortar cabelo, passar uma camisa, lavar um terno, fazer um colete, plantar salsa, assar pão, limpar lulas, matar galinha, consertar o ferro — e vai por aí afora.

Até fritar um ovo anda saindo complicado. Cozinhar, então, nem se fale. Além do que, comer é perigoso, engorda e mata. Já não somos tão íntimos da comida. Ela vem de longe, anda distâncias sem fim e tem

uma vida secreta guardada a sete chaves. *(Isso está mudando. Há movimentos*

aproximando de nós.) Um *chicken nugget* não tem na memória o dia em que foi galinha botadeira, se é que o foi. Processado, micropulverizado, maquiado, não tem a menor afinidade com seu consumidor e vice-versa. Tanto aquele que come quanto o comido ficam totalmente afastados de sua realidade biológica. São duas substâncias inertes em contato de terceiro grau.

Cozinhar é um modo de se ligar, de se amarrar à vida com simplicidade. (Hoje em dia, de se linkar à vida.) E o bom é que cozinhar é preciso, mas cozinhar bem não é preciso, o que dá um certo grau de alívio e liberdade de movimentos. Aprender a cozinhar é uma questão de atitude, de peito. Mais ou menos como saltar de paraquedas.

A Globosat tinha um programa de culinária, o *Frugal Gourmet*. Um amigo copia os programas em videocassete e me empresta. Como convém a uma rica produção, Jeff Smith, o apresentador, um americano médio, corre o mundo, aprende assim na rama, e vai para o estúdio enfrentar o forno e o fogão em arena aberta. Pato de Pequim, roscas judaicas, tortilhas, sushis, por que não, por que não? Nada de comestível me é estranho, murmura ele, e vapt-vupt, acaba com as dificuldades dividindo com o telespectador a experiência de cozinhar. Erra, queima, faz pizzas triangulares, bolinhos que se abrem na gordura quente, frangos pálidos, lindos pães, batatas-doces no leite de coco. É uma viagem atabalhoada, por ingredientes vitais à nossa sobrevivência. No processo de erros e acertos, o programa amplia horizontes e capacidades e nos desperta para um consumo mais consciente, que é coisa séria, para se pensar.

Hoje, escolho três receitas ótimas.



QUIABO EM PICLES

É difícil achar alguém que goste de quiabos. Feitos em picles, são ótimos, sem baba, picantes.

2 kg de quiabos bem tenros (é preciso que sejam realmente tenros, pois os quiabos velhos ficam fibrosos); 3/4 de xícara de sal; 8 xícaras de vinagre branco; 1 xícara de água; 10 pimentas frescas, verdes ou vermelhas; 10 dentes de alho

Lave os quiabos. Veja se estão tenros e deixe os cabinhos para não soltarem gosma. Ponha em vidro, bem apertados. Em cada vidro, 1 pimenta e 1 dente de alho. Esquente o vinagre, a água e o sal, até ferverem. Se quiser junte mais tempero, sementes de mostarda e salsão. Despeje o vinagre quente sobre o quiabo. Feche o vidro. Deixe ficar por 8 semanas antes de usar. Dá cerca de 20 xícaras. Compre um bom vinagre, não muito ácido.

Bom para aperitivo com pão preto e um salaminho.



SUFLÊ DE MILHO

Levei anos para achar um suflê que saísse sempre certo.

Dei sorte com as regras deste. É chamar primeiro as pessoas e só então o suflê.

2 xícaras de milho cozido e ralado na hora; 1/2 xícara de leite; 2 colheres (chá) de açúcar; 4 gemas bem batidas; 1/2 colher (chá) de cremor de tártaro; 6 claras

Misture o milho, o leite e o açúcar. Junte as gemas batidas. Misture bem.

Polvilhe o cremor de tártaro sobre as claras e bata até que formem cristas, sem perder a umidade e o brilho. Junte 1/3 das claras ao milho e

mexa bem, sem exagero. Envolve o restante das claras, mas mexa com gestos largos. Não bata.

Ponha em vasilha alta de suflê, das médias, 7 cm de altura × 19 cm de largura, untada com manteiga e polvilhada de farinha de trigo. Despeje o suflê dentro. Leve ao forno preaquecido por 25 a 30 minutos. Teste para ver se está bom dando uma sacudidela na vasilha. Se tremer todo, ainda não está bom.

Esta fórmula serve para qualquer suflê, contanto que você tenha as 2 xícaras de qualquer coisa: batata-doce, chuchu — cruz-credo! (O cruz-credo é só para o chuchu. Não estrague seu suflê com chuchu. Castanha portuguesa é melhor.)



FIGOS DA PICHICA

Descasque 2 caixas de figos sem retirar a parte branca da fruta. Disponha cada figo num recipiente do tipo de uma tigela funda, um bem espremidinho ao lado do outro, sempre com o lado oposto do cabo olhando para baixo. Preencha a tigela com os figos até o fim e coloque no congelador. Se não houver tempo suficiente para esperar que a própria pele do figo forme uma espécie de cola que una todos em formato de bolo, derreta uma gelatina branca por cima para dar uma liga.

Duas horas antes de servir, desenforme os figos e despeje sobre eles doce de leite misturado no fogo com um pouco de leite já frio. Leve à geladeira. A escolha do doce depende de cada um — pode ser do argentino, ou aquele que você achar melhor. Você serve em fatias ou

cada pessoa pega algumas frutas inteiras que estarão geladinhas e cobertas pelo doce maravilhoso!

Etiqueta vai, etiqueta vem

O assunto é etiqueta. No livro *A fogueira das vaidades*, de Tom Wolfe, há uma situação insólita, difícil de ser resolvida segundo os manuais de boas maneiras.

Um repórter entrevista o rico sr. X no restaurante da melhor comida e do melhor serviço de Nova York. Pedem drinques, conversam e, de repente, o repórter vê a cabeça do sr. X cair para a frente, para o lado e, enfim, no seu colo. Tenta endireitá-la, mas a cara do entrevistado, velho e gordo, tomba sobre o prato de costeletas de cordeiro. O rosto estava cinza-pálido, melado de molho francês e pedacinhos de espinafre e aipo... O corpo atravessado na passagem, como uma enorme baleia-branca encalhada na praia... O velho era repulsivo... “Tornara-se um problema de etiqueta.”

Ninguém no restaurante sabe que atitude tomar diante do acontecimento novo. Se todos resolvessem ajudar iriam piorar o tráfego, que já estava péssimo por causa das mesas afastadas e dos garçons que precisavam parar por um segundo e pular o corpo como se “aquilo” fosse normal no Boue d’Argent. Ir embora da cena do drama? “Mas os pedidos já haviam sido feitos e a comida começava a chegar... E essa refeição estava custando uns 150 dólares por pessoa, somado o custo do vinho, e não era sopa arranjar lugar num restaurante como esse, para começo de conversa.”

E, então, sem um guia que pudesse orientá-los numa situação tão constrangedora, os nova-iorquinos que almoçavam no Boue d’Argent simplesmente desviaram a atenção para a chegada espalhafatosa de madame Tacaya, mulher de um ditador indonésio.



Há ocasiões menos trágicas para se exercitar os bons modos. Numa tarde dessas, uma senhora bem-arrumada dava aulas de etiqueta, na TV. À primeira vista o tópico escolhido, “como cuspir um caroço de azeitona”, parecia idiota.

De repente, funcionou como um soco no estômago, deu chance a um momento lúcido e medroso de reflexão. Como cuspir o caroço de azeitona? E por que não se cospem os caroços longe, com a língua dobrada, num barulho de apito? Por que não tentar acertar em cheio a terra do vaso de palmeirinha, num concurso amistoso, que animaria a reunião?

Um soco no estômago. É um assunto sobre o qual nenhum de nós se debruça. E quantos anos devem ter levado essas regras do “cuspir” e mais as outras para se aninharem num plano tão profundo que somos quase incapazes de desmascará-las, entendê-las? E andamos cegos por esses labirintos, essas redes, estruturas disfarçadas que nos dão de mão beijada o modo certo de se cuspir um caroço.

Aliás, coisa das mais complicadas, por incrível que pareça, e mal colocada em boca de cozinheira. Mais própria para antropólogos, como minha amiga Thekla Hartmann, que sabe de onde tudo brotou, entende de mitos, de estrelas, de tucunas, de bororos, de sapos e lagartos, do cru e do cozido, do mel e das cinzas, de peneiras e maneiras.

Mingau, nossa papinha

Cultivei durante anos uma implicância com micro-ondas. Um preconceito de botões, apitos, manuais ruins, tudo assombrado por uma história malvada de alguém que botou o gato para secar e ele explodiu junto com o forno.

Há uns dez anos ou pouco mais, os grandes cozinheiros franceses se renderam e começaram a promover a nova técnica, mas ainda fiquei com a pulga atrás da orelha desconfiando de alguma jogada de marketing.

Depois foi Barbara Kafka, uma americana sensata, que passou uns tempos em retiro tentando acabar com os preconceitos dela em relação ao forno, experimentando e testando comida do mundo inteiro. Adorou a experiência, divertiu-se muito, deu a mão à palmatória e escreveu um ótimo livro, aliás, dois: *Microwave Gourmet* e *Microwave Gourmet Healthstyle Cookbook*. O primeiro de comida comum, e o outro, light.

Quando estourou a Guerra do Golfo, e o governo avisou que faltaria gás, ganhei um micro-ondas e jurei só usá-lo para as coisas em que funciona melhor do que o forno tradicional. Por enquanto, por falta de tempo, não consegui mais que esquentar prato feito, assar frutas, reavivar biscoitos de polvilho, fazer brigadeiro, pipoca, polenta e mingau, o que já é muito, considerando a antiga rixa. Agora, o melhor, mesmo, é que coisas do passado, do fogão de lenha, passaram a ser possíveis por obra e graça das fricções, radiações, ondas, reflexos. O mingau de aveia é um exemplo. Quem tem paciência de fazer um bom mingau para o café da manhã, como nos grandes hotéis do

mundo inteiro? Ninguém. Nem os velhos reverterem às papas de infância, por pura preguiça. Os escoceses, pelo menos os escoceses dos livros, teimam que o mingau de aveia deve ser feito com água fresca de bica, servido em tigela de madeira e tomado com colher de osso. Mexe-se o mingau com um bordão, que é uma colher só com cabo, ou um cabo sem colher. Os muito machões, no inverno, cobrem o pratarraz de aveia cozida com uísque do ótimo, o que faz crescer cabelo no peito e nas ventas.

Nós, brasileiros, já fomos grandes tomadores de mingau, que tem uma cara bem nossa, cara de coisa negra ou portuguesa, ou, quem sabe, nossa mesmo? Mingaus ralinhos, mornos, de caneca, doces mas não muito, com uma pitada de sal para equilibrar.

O de fubá, com um quadrado de manteiga por cima e uns cubos de queijo de minas dentro, fazendo um fio comprido até a boca. O de aveia, mais encorpado, só um punhado de aveia e leite. Mas o *porridge*, o *gruel*, o verdadeiro mingau de aveia do qual Oliver Twist pediu repetição, é assim. Deixa-se a aveia escorregar pelos dedos da mão esquerda, aos poucos, sobre água fervente, mexendo sem parar com a direita. Assim, o mingau acabado fica com a aveia em diferentes pontos de cozimento. É servido quente, em prato de sopa, e mergulha-se cada colherada em tigela individual de leite frio ou creme de leite fresco, dando à boca o contraste do frio e do quente. Quem quiser pode adoçar com açúcar mascavo, ou rapadura ralada, ou mel.

Para o mingau de aveia de micro-ondas, é preciso uma tigela bonita e grande. Bonita, porque se vai comer diretamente dela; e grande, porque a mistura transborda.



MINGAU DE AVEIA DE MICRO-ONDAS

Misture numa vasilha com capacidade para 2 xícaras: 1/4 de xícara de aveia em flocos; 1 pitada de sal; 3/4 de xícara de água. Tampe com filme plástico. Cozinhe em potência máxima por 5 minutos. Em forno pequeno, 2 minutos tampado e 2 destampado. Tire do forno, deixe descansar por 1 minuto. Sirva quente acompanhado de creme de leite ou leite frio.



Em *Doces lembranças*, de Chloé Loureiro, há várias receitas de mingau da sua infância amazonense.



MINGAU DE MAISENA

1 xícara de leite de vaca; 1 pitada de sal; 1 colher de manteiga; 1 colher (chá) de maisena, bem cheia; 1 colher de açúcar

Misture tudo e leve ao fogo brando, mexendo sempre para não encaroçar, até engrossar. Sirva em xícara, polvilhado com canela.



MINGAU DE FARINHA DE TAPIOCA

Coloque de molho, por mais ou menos 15 minutos, 1/2 xícara de farinha de tapioca, em um pouco de água. Ela tufa um pouco. Junte mais água ou leite. Coloque 1 colher (sobremesa) de manteiga e 1 colher (café) de sal. Adoce com açúcar e leve ao fogo, mexendo até ficar bem cozida. Sirva em taças, polvilhadas de canela.



MINGAU DAS SETE FARINHAS

250 g de farinha de trigo; 250 g de farinha de macaxeira; 250 g de farinha de banana; 250 g de fécula de batata; 200 g de maisena; 250 g de aveia; 1 colher (sobremesa) de erva-doce

Misture todas as farinhas dentro de uma panela de barro vidrado. Junte a erva-doce, cubra a boca da panela (que deve ficar bem tampada) com uma folha de papel. Coloque a panela em forno quente e, quando o papel ficar amarelado, a mistura está pronta. Guarde em latas bem fechadas, depois de fria.

Dessa farinha, retire 1 colher de sopa e dissolva em 1 copo de leite, levando ao fogo para engrossar. Coloque sal e açúcar a gosto. É um excelente fortificante para convalescentes.



Minha mãe faz um CHÁ DE FUBÁ para pessoas que tiveram qualquer distúrbio de estômago e que estão fracas, sem querer ver comida. Ela mistura 1 colher (chá) de fubá em uma panelinha de água, com 1 pitada de açúcar e 1 pitada de sal. Mexe, mexe, mexe muito, pois o fubá deve ficar muito bem cozido. O resultado é uma bebida quente, nem salgada nem doce, com uma textura granulada e suave, e que conserta qualquer pós-enjoo.

Comida perversa

Continua a mesma, hein?

Comida perversa é aquela que você come sabendo que é brega e que faz mal. É autodestrutiva e gostosa. Está fincada no imaginário, mata a profunda fome do vulgar de cada um.

É mais encontrada em botequins, padarias, nas lembranças de infância, em feiras, na rua.

Em primeiro lugar, disparado, está o pastel de feira, esse enigma. Qual a origem do pastel? Daqueles de feira mesmo, fritos, de carne moída, palmito e queijo... Existem pastéis iguais aos nossos em outros lugares do mundo? Foram os portugueses, libaneses, africanos, japoneses ou chineses que inventaram o pastel, ou é um sincretismo pastelar?

De carne soltinha com azeitona, pouca carne, para que, sacudido, faça um barulho de chocalho. De queijo, um enorme retângulo, com o queijo, objeto de desejo, lá, na última mordida, já começando a endurecer. O de palmito, bendito na sua umidade, e todos eles fritos na panela de mil frituras. Comer um pastel, encostada no carrinho de feira já cheio, tomando garapa gelada, de preferência com bobes e lenço amarrado na cabeça, é o máximo de perversidade e coragem a que se pode chegar. Mas há outras, há outras.

Nos botequins simplesinhos existe sempre uma esperança, nem que seja um ovo cozido pintado de vermelho. Torresmo de padaria, bem crocante, grande, embrulhado em papel pardo para viagem. Fatias de pernil com bastante molho, dentro de pão francês. Coxinhas de

galinha com osso, muito mais saborosas que as outras. Podem ser de camarão, quando são apelidadas de “Jesus está chamando”. Pão com mortadela respingada de limão. Chá-mate com leite, acompanhado por linguiça, e manjubinhas fritas, secas, torradas e já frias... *Chicken nuggets* com três molhos e batatas fritas com ketchup.

Nas memórias de infância, despontam perversidades doces: leite condensado direto da lata; bolacha maria molhada no café, retirada no momento certo para que não caia dentro da xícara; pão com manteiga e açúcar; brigadeiro às colheradas, direto da panela.

Há uma categoria de comidas perversas que nem às paredes confessamos. Taras individuais, indesculpáveis, segredos confidenciais só às geladeiras, na calada da noite. Sanduíches de feijão frio, restos gelados de pizza, gordura de picanha sem a picanha, bolo de Natal com queijo roquefort, macarrão com farofa.

E existem as perversidades caseiras, que estão aí para todo mundo ver e que não envergonham ninguém... Coquetel de camarão com muito creme e ketchup, frango com catupiry e, *last but not least*, docinhos de casamento em bandeja de filó, com um fondant de açúcar bem grosso. Resistir, quem há de?



Comidas perversas caseiras não precisam ser bregas. São aquelas das quais já comemos dois pedaços e perversamente continuamos a nos atolar...

*image
not
available*

Junte tudo e ponha 1/4 da massa para assar. Ao restante da massa, junte 250 g de creme de leite batido com 2 colheres de açúcar até ficar como chantilly. Ao tirar do forno, depois do teste do palito, ponha essa segunda mistura por cima da primeira, que foi ao forno, e leve ao freezer, por uma noite e um dia. No dia em que for servir, tire do freezer uns 10 minutos antes e decore com chocolate ralado. (Há os que preferem só uma leve camada de musse, levando para assar mais do que metade da massa. A sua experiência vai decidir.)



QUINDIM NILU

1 prato fundo de coco ralado fresco; 1 prato fundo de açúcar; 11 gemas; 1 ovo inteiro; 1 colher de manteiga sem sal; manteiga para untar e mais 1/2 xícara de açúcar

Misture todos os ingredientes com uma colher e deixe repousar durante 3 horas no mínimo. Coloque numa fôrma redonda com furo no meio previamente untada com manteiga. No fundo, sobre a manteiga, coloque 1/2 xícara (chá) de açúcar, espalhando uniformemente. Asse em banho-maria. Forno médio. Demora bastante para assar. Faça o teste do palito. Desenforme depois de frio.



MUSSE DE ATUM DAISY

*image
not
available*

Enquanto isso, o leite, esse traidor, derramou-se todo sobre o fogão e formou, num segundo, uma película fina em leves tons de bege queimado. Azar. Esse tanto que ficou no fundo tem de dar. E o coador? Aqui. Todo torcido e com cheiro de molhado. Vai o de papel mesmo.

Café de coador de papel nunca é igual ao de coador de pano. E daí? As laranjas estão na geladeira e as metades rolam para o chão, partidas pela faca amoladíssima. Caiu uma formiga no açúcar e a boca do açucareiro é pequena para pescá-la com a mão. Deixa pra lá que formiga faz bem para a vista. Quem terá inventado uma bobice dessas?

Se um dia um repórter me perguntasse qual foi o melhor café da minha vida, responderia sem piscar, com absoluta certeza, que foi qualquer café feito por outro alguém, que não eu. Café de hotel, por exemplo, tem coisa melhor? Até o de Quiririm da Serra, em Taubaté, com mamão caipira, café com leite e broa de milho. No México, a surpresa foi o pão, que é dos melhores do mundo. E as ciruelas são doces e as mangas, enormes. Guardei os caroços para plantar no sítio e a arrumadeira, de olho na gorjeta, para mostrar serviço, descobriu todos no último dia e jogou fora, a malandra. Não me esqueço das panquecas com bacon e mel em Anna, cidadezinha de Illinois, nos Estados Unidos, acompanhadas por meia preciosa banana, cortada no sentido do comprimento. E ovo quente anão, bem pequeno mesmo, com torradas finas como um dedo, lambuzadas de manteiga. No meio da mesa uma tigela grande cheia de cerejas, croissants ao forno e geleia de laranja-amarga.

Mas aqui e agora, o pão de fôrma mofou e o pãozinho francês está fresquíssimo, até gelado, no freezer.

Queria mesmo era tomar café com Pedro Nava. Com “queijo de minas para picar e deixar amolecendo dentro do café fervente. Pão alemão fofo e macio, cheiroso ao partir, como um trival. Pão de