

Sem comer nada de origem animal há dez anos, o chef Daniel Biron inaugurou o Teva, um bar de vegetais no Rio de Janeiro



AGRADECIMENTO HOTEL YOOX RIO DE JANEIRO - YOOX.COM/RJ/DEJANEIRO

DELICIOSO, SIM. ANIMAL, NÃO

Foi-se o tempo em que a dieta vegetariana era associada a comida insossa e de nicho. Impulsionada pela maior preocupação com a origem dos alimentos, ela agora ganha restaurantes da moda, empórios exclusivos e até o mercado pet

POR
Luiza Terpins

FOTOS
Felipe Gombossy



AGRADECIMENTO PETZ SÃO BERNARDO - PETZ.COM.BR

Quem passa à noite pelo número 110 da avenida Henrique Dumont, em Ipanema, se depara com uma cena comum na zona sul do Rio de Janeiro: restaurante descolado, música boa e pessoas arrumadas. Porém, neste caso, você não encontra os clássicos das mesas cariocas, como torneadores e camarões. No menu do Teva, elaborado pelo chef Daniel Biron, 40 anos, não há nada de origem animal.

“Somos diferentes do que as pessoas esperam de um restaurante deste tipo, com cartaz de meditação e nome indiano. Além disso, investimos em drinks elaborados”, diz o chef. Sem consumir nada de origem animal há dez anos, Daniel já

trabalhou em Paris, Nova York e, agora, aposta no crescimento desse mercado no Brasil servindo receitas sofisticadas no Teva, apelidado por ele como bar de vegetais. “Estamos longe de outros países, mas [a culinária vegetariana] tem avançado bastante”, diz.

Não comer carne nas refeições é um comportamento que ganha cada vez mais adeptos. Existem os veganos, que não consomem nada de origem animal (não apenas na alimentação), e os vegetarianos, que evitam animais apenas na hora de comer. Segundo uma pesquisa publicada em 2012 pelo IBGE, 16 milhões de brasileiros dizem ser vegetarianos, mas para o secre-

tário executivo da Sociedade Vegetariana Brasileira (SVB), Guilherme Carvalho, não é necessário um estudo para identificar o crescimento desse número. “Todos os dias recebemos mensagens pedindo informações sobre alimentação. Isso não acontecia antes”, afirma. Documentários como *Cowspiracy* (2014) e *Food matters* (2008), além da recente Operação Carne Fraca, que trouxe à tona a qualidade da carne produzida em frigoríficos do país, levaram o tema ao grande público.

“O perfil dos interessados também mudou. Não dá para rotular. Tem naturebas, executivos e gente que não se imaginava sem carne, conta Carvalho.



AGRADECIMENTO POUSSADA MAR À VISTA TRANCOSOMARAVISTA.COM

“As pessoas não entendiam o que era ser vegetariano e achavam nossa comida sem graça”

MÁRCIA CARDOSO,
FUNDADORA DO RESTAURANTE VEGETARIANO MOINHO DE PEDRA, CRIADO EM 1994

ACIMA
Victor, Thais e o cachorro Frodo na loja Petz, que vende os produtos veganos de sua empresa; e Tatiana e Márcia Cardoso, do restaurante paulistano Moimho de Pedra, no novo Jasmin Manga, em Trancoso

Foi assim com a estudante de engenharia Isabela Pennini, 22, de Belo Horizonte. Ela não negava um churrasco com os amigos até que, em 2015, engordou 7 quilos após passar três meses nos Estados Unidos. “Para emagrecer, comecei a fazer exercícios e a experimentar alimentos que nem passavam pela minha cabeça, como abobrinha e berinjela”, lembra. Quando aderiu à alimentação vegetariana do bandeirão da faculdade, sentiu a diferença. “Eu ia para a aula mais leve”, conta. Com o novo hábito, ganhou também outros questionamentos. “Eu ignorava a violência animal e o impacto da indústria. Depois de pesquisar

sobre isso, a questão deixou de ser apenas o meu bem-estar.”

MUNDO VEGGIE

As preocupações de Isabela mostram uma tendência mundial. “As pessoas estão mais interessadas em investigar a origem daquilo que consomem e o impacto que podem causar no meio ambiente e na sociedade. O que estamos vendo é uma consequência do acesso mais fácil à informação”, diz Rodolfo Chapchap, head de planejamento da Box 1824, empresa que pesquisa tendências.

Nos últimos cinco anos, no Brasil, a procura pelo termo “vegano” no Google

“As pessoas estão mais interessadas em investigar a origem daquilo que consomem”

RODOLFO CHAPCHAP,
HEAD DE PLANEJAMENTO DA BOX 1824

creceu 1.000%. Em Nova York, a busca por essa mesma palavra foi a mais realizada de 2016 quando associada ao termo “perto de mim”.

A tendência ainda aparece como menus especiais em restaurantes de alta gastronomia e como novos produtos nos supermercados. É o caso do restaurante paulistano Tuju, do chef Ivan Ralston, que desenvolveu opções vegetarianas criativas e saborosas - no menu de cinco etapas, por exemplo, um dos destaques é a sopa de cogumelo porcini selvagem. Já a marca de comida congelada Mr. Veggy começou fornecendo refeições para empresas em 2004 e, desde o ano passado, pode ser encontrada em grandes redes de supermercado. Com faturamento de R\$ 2 milhões em 2016, a empresa cresce cerca de 30% ao ano. Curitiba também ganhou seu primeiro empório vegano em 2013, o Veg Veg, para satisfazer a demanda dos vegetarianos da cidade.

Há dois meses, até a tropicalíssima Trancoso, no litoral sul da Bahia, ganhou seu primeiro restaurante vegetariano, o Jasmim Manga. Quem comanda é a chef paulistana Tatiana Cardoso, 47, que se mudou para a cidade em 2016. “O desafio tem sido difundir essa culinária. O pessoal daqui está acostumado a comer carnes e peixes, mas Trancoso precisava de uma alternativa mais natural.”

Para ajudar, Tatiana levou de São Paulo uma cozinheira do Moinho de Pedra, restaurante vegetariano que fundou em 1994 com a mãe, Márcia Cardoso, 75 - há 25 anos sem comer nada de origem animal.

“Naquela época, o cenário era outro. As pessoas não entendiam o que era ser vegetariano e achavam a comida sem graça”, lembra Márcia. Para provar o contrário, mandou a filha estudar esse tipo de culinária nos Estados Unidos e abriu o restaurante paulistano. “O movimento cresceu bastante, inclusive por quem ainda come carne em algumas refeições.”

Um estudo da Mintel, empresa de inteligência de mercado, mostra que esse é um dos reflexos do movimento. Há muita gente que, enquanto não vira a chave, se identifica como parte vegetariana ou parte vegana. São os chamados “flexitarianos”. Em muitos casos, a entrada nesse universo é pela campanha Segunda sem Carne, criada em 2003 nos Estados Unidos. A ideia é que os consumidores de carne abram mão de alimentos de origem animal às segundas-feiras. Presente em 35 países, o projeto é encabeçado no Reino Unido por Paul McCartney, vegetariano convicto desde os anos 70.

“Ainda existe o receio de tirar carne das refeições, mas qualquer alimentação sem orientação pode trazer uma deficiência de nutrientes”, explica a nutricionista Luna Azevedo. “A dieta vegetariana tem muitas opções acessíveis de substituição, como ovo, feijão e leguminosas. A vegana é que é mais complicada, leva muita linhaça, couve e gergelim.”

QUEM NÃO TEM CÃO...

Além do gastronômico, outros mercados apostam na tendência. Marcas como a Lush, de beleza, e a Insecta Shoes, de sapatos, não usam matéria-prima animal. E até marcas de ração animal entraram na onda, como é o caso da VegPet.

Vegetariano há seis anos, o engenheiro Victor Ramos, 30, queria proporcionar uma alimentação semelhante também para seus cachorros. “Era difícil encontrar ração sem ovos, leite ou vísceras de animais”, conta. Em 2014, encontrou uma opção balanceada, com respaldo veterinário, e comprou 240 quilos para vender para os amigos. Deu tão certo que, no ano seguinte, ele e a mulher, a bióloga Thais Lage, 34, abriram o e-commerce. Além dos alimentos, a dupla vende coleiras, brinquedos, roupas e produtos de higiene, todos *cruelty free* (não testado em animais).

“Começamos vendendo 1 tonelada de ração por mês, e hoje já são de 10 a 12. A expectativa é dobrar o faturamento este ano”, conta Victor, que atende clientes vegetarianos e não vegetarianos. “Ainda existem piadinhas e preconceito, sim, mas estamos avançando.”



A estudante Isabela Pennini mudou sua alimentação e sua forma de pensar