

ANTÓNIO ALEXANDRE



Chef quer mais inovação dos futuros candidatos

PÁG. 8

CORREIO da manhã

www.correio.pt

FESTA

Final juntou público gourmet no Hotel Marriott, em Lisboa

PÁGS. 4 E 5

ESTE SUPLEMENTO É PARTE INTEGRANTE DA EDIÇÃO N.º 12 972 DO CORREIO DA MANHÃ E NÃO PODE SER VENDIDO SEPARADAMENTE

RECEITA VENCEDORA

PUDIM

DO ABADE DE PRISCOS

MIGUEL OLIVEIRA

CONVENCEU O JÚRI

GALA NACIONAL

■ PRÉMIOS

Concorrente ganhador levou prémios no valor de 6 mil euros

■ BACALHAU

O nobre peixe teve direito a uma categoria própria

■ VINHOS

Para cada receita foi seleccionado um vinho adequado do Dão



DIREITOS RESERVADOS

PUB



UMA INICIATIVA:



A melhor receita de Portugal pode ser a sua

APOLO: VINHOS DO DÃO WINES
CARACTER E ELEGÂNCIA
CHARACTER AND ELEGANCE

PATROCÍNIO CATEGORIA: BACALHAU Riberalves
Prémio Nacional de 2011 de 25 anos

FINAL

Receitas
chegam a
toda a gente

■ Das centenas de propostas recebidas, o júri selecionou as 48 mais interessantes, aquelas que representam o nosso património gastronómico. Estas mesmas receitas estão a ser publicadas diariamente no seu 'Correio da Manhã' e, em breve, serão editadas em fascículos, distribuídos com este jornal. Esteja atento



MIGUEL OLIVEIRA ■ VENCEDOR ABSOLUTO

“Estou a viver um sonho”

■ O concorrente convenceu o júri e dezenas de convidados na gala no Hotel Marriott

Depois de passar meses a fazer vários pudins do Abade de Priscos por dia e depois de ter vencido a 3ª edição do concurso A Mesa dos Portugueses, Miguel Oliveira sonha com a possibilidade de criar uma marca própria para o seu pudim. “Gostaria de desenvolver uma marca para o pudim, mas tenho por hábito olhar para o céu sempre com a preocupação de sentir bem os pés na terra”, diz o concorrente do Porto, agora a viver em Braga.

Os jurados entenderam que o pudim de Miguel Oliveira estava tecnicamente perfeito. É um feito, visto que este não é um pudim fácil de executar. Como dizia o próprio Abade de

Priscos, “fazer o pudim é fácil; acertar no ponto correto é que é difícil”. E Miguel conseguiu fazer isso.

O seu engenho na cozinha resulta de muita paixão, pesquisa e trabalho. A obsessão pela cozinha é tal que o vencedor do concurso chega a alugar um apartamento em Lisboa para trabalhar na cozinha de um conhecido chef português. Vai querer continuar a aprender com os profissionais, mas a verdade é que está a viver um momento muito feliz da sua vida. “Honestamente, nunca pensei chegar até aqui, nem nunca pensei que alguém me convidasse para fazer showcooking. Sou realista, mas a verdade é que estou a viver um sonho.” ■



Miguel Oliveira concorre desde a primeira edição do concurso

VENCEDOR LEVOU PRÉMIOS NO VALOR DE 6000 €

● Miguel Oliveira terá gasto muito dinheiro em ovos, açúcar e gás para fazer dezenas de pudins do Abade de Priscos, mas, no final, enquanto vencedor da 3ª edição do concurso A Mesa dos Portugueses, arrecadou prémios no valor de 6000€.

“A INVESTIGAÇÃO É MUITO IMPORTANTE”

● Ainda a gozar as alegrias da vitória, Miguel Oliveira já está a investigar os pratos para levar à próxima edição do concurso A Mesa dos Portugueses. “Parece um detalhe, mas a investigação é muito importante.”

ENTRE CENTENAS DE RE

SOPA DA PANELA E EMPADINHAS DE FRANGO

VANDA FIGUEIREDO



Ingredientes

Frango do campo (1 com 1,5 kg), Linguiça alentejana (1/2), Toucinho alentejano salgado (1 tira), Cebola inteira (1), Salsa (1 raminho), Sal (pitada) Farinha de trigo sem fermento (1 chávena), Azeite (1 chávena), Leite (1 chávena), Banha de porco (1 c. de sopa), Pão alentejano duro (400 g) Batatas (2), Hortelã (q.b.)

Confeção

Corte o frango em pedaços grandes e coloque-os numa panela com a cebola descascada inteira, um raminho de salsa atada, a linguiça com uns golpes, o pedaço de toucinho e sal. Leve ao lume até os enchidos ficarem cozidos. Retire tudo para um pírex, reserve um pouco de caldo (uma chávena pequena). Ao restante caldo na panela junte as batatas descascadas e cortadas em quartos e deixe cozinhar. Desfie o frango, corte a linguiça e o toucinho em fatias. Reserve. Corte o pão duro aos cubos numa taça e coloque umas folhinhas de hortelã. Deita-se por cima o caldo quente e serve-se acompanhado com as batatas e um pouco de frango e enchidos. Para as empadas, desfaça a cebola cozida e a salsa com um garfo e coloca-se num tachinho onde se junta um pouco de caldo, parte do frango desfiado (metade) duas ou três rodellas de linguiça cozida picada e um pouco de toucinho. Junta-se um pouco de vinagre e vai lume até ferver cerca de 5 a 10 min. Reserve e deixa-se arrefecer. Entretanto, faz-se a massa. Numa taça coloca-se a farinha

com um buraco ao meio. Junte ao leite morno uma pitada de sal. Junte o azeite e a banha. Amasse e deixe repousar e arrefecer a massa.

Estende-se a massa, forra-se as forminhas, recheia-se com a carne, coloca-se uma tampa de massa, unem-se os bordos e pincela-se com gema de ovo. Vão ao forno a 180° durante 20 min., até a massa estar cozida. Servem-se quentinhas ou frias, como lanche ou acompanhamento da sopa.

VINHO

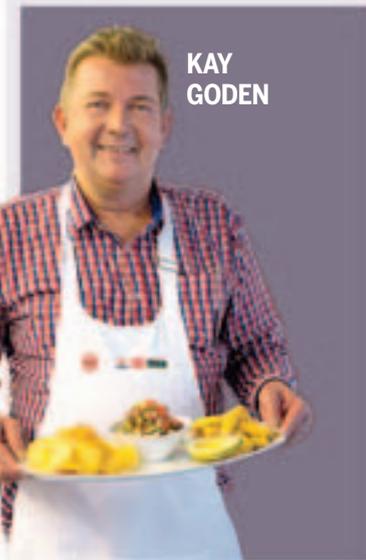
Quinta dos Carvalhais Colheita tinto 2010

Esta receita alentejana é um autêntico 'dois em um', com a sopa de carnes de um lado e as empadinhas do outro. Nada como um tinto leve, elegante e mentolado para acompanhar.



CHOCO FRITO COM SALADA MONTANHEIRA

KAY GODEN



Ingredientes

Choco fresco (2 kg) Limão (2) Sal marinho (q.b) Pimenta moída (q.b) Óleo (1 litro) Farinha de milho (150 g) Batata (500 g) Pimento verde (1 grande) Pimento vermelho (1 médio) Pepino (1 grande) Tomate tradicional maduro (3) Cebola roxa (1 média) Chalota (1/2) Alhos (6 dentes)

CEITAS SÓ CINCO CHEGARAM À GRANDE FINAL

Salsa (1 ramo)
Coentros (1 ramo)
Azeite virgem extra (25 cl)
Vinagre (1 colher de sopa)
Vinho branco (50 cl)
Louro (2 folhas)
Malagueta (1)
Cebolinho (1 molho médio)

Preparação

Limpe o choco, remova o interior e retire a pele. Da cabeça aproveitam-se os tentáculos, que servirão para decorar o prato. Lave bem o choco e corte-o em tiras finas e médias. Ponha as tiras em água a ferver durante 15 min. num tacho com água a tapar. Escorra, reserve e deixe arrefecer um pouco.

Junte agora vinho branco, sumo de um limão, louro, quatro dentes de alho laminados, a malagueta picada, pimenta moída e sal q.b. Deixe marinar durante 2 a 3 horas. Retire as tiras da marinada e deixe-as secar. Passe por farinha de milho e frite-as em óleo a 180°, até ficarem douradas.

Para a salada, asse o pimento verde na chapa do fogão até ficar todo preto. Coloque-o num saco de plástico por 10 minutos. Passe por água, limpe a pele e as sementes. Corte as tiras e pique em bocadinhos pequenos.

Tire a casca ao pepino e corte-o aos bocadinhos pequenos. Pique da mesma forma o pimento vermelho, o tomate, a cebola e a chalota. Pique a salsa, os coentros e o cebolinho. Junte os orégãos, o azeite e o vinagre. Envolve tudo muito bem, deixe repousar no frigorífico por três horas. Corte as batatas finamente numa mandolina e cubra-as de água com um pouco de sal. Reserve no congelador durante meia hora. Depois de as secar, frite-as em óleo a 180° (poucas de cada vez).

Sirva o choco frito quente garnecido com quartos de limão.

VINHO

Titular Dom Divino branco 2013

É um vinho bastante frutado e floral, firme e elegante, que tira o melhor partido da sua viva acidez para equilibrar a componente de fritura (choco, batatas) deste prato.



BACALHAU GRATINADO

BÁRBARA CARDOSO



Ingredientes

Bacalhau (2 postas)
Batata cortada em palitos finos (400 g)
Cenouras (2)
Cebola picada (1)
Dentes de alho (2)
Azeite (q.b.)
Mistura de 5 pimentas (q.b.)
Sal (q.b.)
Molho bechamel caseiro (q.b.)
Queijo ralado (150 g)

Para o molho bechamel caseiro
Farinha (4 colheres de sopa)
Manteiga (q.b.)
Azeite (q.b.)
Leite meio gordo morno (q.b.)

Preparação

Limpe o bacalhau de espinhas e peles e desfie-o. Frite as batatas. Num tacho largo aqueça o azeite, junte a cebola, os dentes de alho picados e as folhas de louro. Deixe refogar um pouco e junte a cenoura ralada e continue a refogar, mexendo de vez em quando. Junte o bacalhau, a pimenta e a noz-moscada. Deixe refogar por mais 5 minutos.

Adicione o molho bechamel, mexendo sempre, e deixe cozinhar por 3 minutos. Apague o lume e envolva bem as batatas fritas neste preparado. Coloque tudo num tabuleiro de ir ao forno e polvilhe com o queijo ralado. Leve a gratinar a 180° entre 15 a 20 minutos. Sirva com uma salada de alface e tomate. Para o bechamel: Num tacho largo leve

a manteiga ao lume até derreter, juntamente com umas gotinhas de azeite, para não queimar. Junte a farinha e mexa muito bem, até obter uma espécie de bola. Deixe cozinhar durante 1 a 2 minutos, mexendo sempre. Adicione, aos poucos, o leite morno, mexendo sempre. Se necessário use uma varinha mágica para desfazer os grumos. Quando tiver a consistência desejada, adicione o sumo de limão, tempere de sal e pimenta a gosto. Se preferir um molho mais líquido adicione mais leite quente. Junte as natas e misture bem.

VINHO

Titular Encruza-do branco 2013

Com molho bechamel e queijo ralado, só mesmo um vinho branco para acompanhar este bacalhau. Um Encruzado bem limonado, com notas minerais, é uma escolha perfeita.



BORREGO DE LEITE COM ARROZ DE FORNO

PAULO ABREU



Ingredientes

1 borrego de leite (5 kg)
Azeite (1 l)
Cebola (1 kg)
Alhos (200 g)
Salsa (1 molho)
Hortelã (1 molho)
Vinho Verde branco (1 l)
Arroz extra longo (2 kg)
Sal (q.b.)
Louro (q.b.)
Caldo das carnes

Preparação

Pique o borrego com a ponta de uma faca e tempere com a papa do tempero triturado (cebola, alho, louro, salsa, hortelã, azeite, vinho verde e sal) 24 horas antes de ir ao forno.

Aqueça o forno a lenha, descasque as batatas para assar e coloque-as na assadeira. Na arroseira coloque o arroz, um raminho de salsa, meia cebola em gomos finos e um golpe de azeite. Mexa e coloque o caldo das carnes cozidas a ferver. Limpe o forno depois de quente. Disponha as batatas na assadeira com um pouco do tempero do borrego. Asse a carne em cima de uma grelha de paus de louro para que a gordura caia em cima das batatas e do arroz.

VINHO

Quinta dos Carvalhais Reserva tinto 2009

A carne tenra e doce do borrego exige um tinto de grande polimento e sofisticação. Este vinho de perfil levemente floral e sabor sedoso e elegante é uma excelente companhia para o prato.



PUDIM DO ABADE DE PRISCOS

MIGUEL OLIVEIRA



Ingredientes

Ovos caseiros (15)
Açúcar (680 g)
Água (500 ml)
Vinho do Porto (50 ml)
Toucinho de porco bísaro (30 g)
Casca de limão (2)
Pau de canela (2)

Preparação

Coloque um tacho ao lume e faça uma calda em ponto fio com o açúcar, a água, o toucinho em lascas finas, as cascas de limão viradas e os paus de canela. Quando a calda estiver pronta passe-a por um coador fino e reserve. Noutro recipiente coloque as gemas peneiradas e ligeiramente batidas, juntando-lhes depois o vinho do Porto. Misture tudo com a calda de açúcar arrefecida. Com o restante açúcar faça uma calda em ponto caramelo, barre a forma com esta e deite aqui o preparado, que será posto a cozer durante 45 minutos em banho-maria. Desenforme quando estiver frio, emprate e decore com lúcia-lima, groselhas, mirtilos e framboesas.

VINHO

Adro da Sé Reserva tinto 2011

A gordura do toucinho que caracteriza esta receita clássica sugere uma harmonia mais 'radical' e aceita muito bem um vinho tinto envolvente e suave como este.



O VINHO ESCOLHIDO CORRETAMENTE REALÇA MUITO O SABOR DO PRATO

● Nesta edição do concurso A Mesa dos Portugueses tivemos a preocupação de sugerir os vinhos mais corretos para cada prato. Esta é uma matéria onde há muito para fazer, nos restaurantes e nas nossas casas. E quando conseguimos a ligação perfeita, o prato e o vinho ganham outras dimensões. Ganham outros sabores.



GALA ■ DEZENAS DE CONVIDADOS AVALIARAM E VOTARAM NO PRATO TECNICAMENTE PERFEITO



■ Armando Esteves Pereira, diretor-adjunto do 'Correio da Manhã', e José Cordeiro, presidente do júri do concurso, assistem ao espetáculo de Cuca Roseta



■ Arlindo Cunha, atento à ligação dos vinhos do Dão com os pratos dos cinco concorrentes



■ Paulo Lapão é diretor de Marketing da Repsol Gás e acompanha o concurso desde a primeira edição



■ Sara Tavares é técnica de Marketing da Teka, empresa líder em Portugal na área de equipamentos diversos para cozinha



■ Andreia Vale apresentou a gala e anunciou o vencedor da noite

■ Celestino San Roman Rodriguez – administrador delegado da Repsol Gás, empresa sempre atenta a tudo o que diz respeito ao património gastronómico



NOITE DE



■ O jantar de gala no Hotel Marriott Lisboa, onde foi escolhida a melhor receita portuguesa, serviu para se falar do bom momento que atravessa a gastronomia nacional



■ Sempre bem-disposta, Sofia Lufinha, diretora de Marketing do Pingo Doce



■ O diretor do Hotel Marriott, Elmar Derkitsh, aproveita para conhecer melhor a cozinha portuguesa

FESTA



■ A mesa de honra, com os organizadores, patrocinadores e convidados. Muito se conversou sobre a boa fase que atravessa a gastronomia portuguesa. Os pratos de cidadãos anónimos em concurso provavam a tese



■ Ricardo Alves, da Riberalves, naturalmente atento aos pratos que deram origem a uma categoria só para o nobre peixe dos mares do Norte



■ Luís Leitão, diretor de Vendas da Teka



■ Cada convidado só podia votar no prato que considerava ser o mais bem executado. A escolha não foi fácil



■ A alegria no rosto de Miguel Oliveira. Vitória muito suada



■ Enquanto a organização procedia à análise das votações, Cuca Roseta encantou os convidados com uma interpretação pessoal de alguns clássicos do fado



■ Os chefs Henrique Mouro e José Cordeiro conversam com Paulo Amado (ao centro), um dos responsáveis pela organização do concurso popular

REPSOL GÁS ■ A EMPRESA APOIA A CAPACIDADE CRIATIVA DOS JOVENS COZINHEIROS PORTUGUESES

Paulo Lapão é diretor de Marketing da Repsol Gás e tem acompanhado desde a primeira hora a evolução do concurso A Mesa dos Portugueses



“A REPSOL GÁS FAZ PARTE DO QUOTIDIANO DAS FAMÍLIAS”

Na altura de cozinhar quase nunca nos lembramos da qualidade do gás que usamos, mas, em rigor, sem ele, a maioria de nós não comia. De acordo com Paula Lapão, diretor de Marketing da Repsol Gás, o produto que a sua empresa fornece “é parte integrante do quotidiano de milhares de famílias portuguesas, sendo que, diariamente, é um produto fundamental no ato de cozinhar”.

A importância do mundo da gastronomia para a Repsol é tal que “nos últimos anos temos vindo a apoiar uma série de eventos que visam divulgar o que de melhor a gastronomia nacional tem para oferecer, dado ser este o segmento de comunicação que melhor potencia a divulgação dos nossos produtos”. E, de facto, nos grandes

A Repsol Gás está presente nos grandes eventos gastronómicos

eventos nacionais a Repsol Gás está sempre presente. No concurso A Mesa dos Portugueses desde a primeira edição, mas também no Festival Nacional de Gastronomia de Santarém e no apoio à equipa nacional de culinária, que tem representado o País com muito sucesso no estrangeiro. O apoio aos

eventos nacionais a Repsol Gás está sempre presente. No concurso A Mesa dos Portugueses desde a primeira edição, mas também no Festival Nacional de Gastronomia de Santarém e no apoio à equipa nacional de culinária, que tem representado o País com muito sucesso no estrangeiro. O apoio aos

eventos nacionais a Repsol Gás está sempre presente. No concurso A Mesa dos Portugueses desde a primeira edição, mas também no Festival Nacional de Gastronomia de Santarém e no apoio à equipa nacional de culinária, que tem representado o País com muito sucesso no estrangeiro. O apoio aos

A BILHA QUE É UMA PEÇA DE DESIGN

● É tradição na Repsol acompanhar as mais recentes inovações no que se refere à construção de novos modelos de bilhas de gás. A K6 é uma peça criada pela empresa Comanor e veio a facilitar o transporte do gás, reduzindo para metade o peso de uma das velhas e desajeitadas garrafas de gás.

Tão bonita é a garrafa que pode estar à vista numa sala requintada. Em segurança, claro.



Os vinhos do Dão têm uma capacidade impressionante de viver em garrafa, sejam eles brancos, tintos ou espumantes

BRANCOS E TINTOS DO DÃO SÃO FANTÁSTICOS À MESA

● A grande virtude da região do Dão é o carácter multifacetado dos seus vinhos, pelo que a escolha de brancos, tintos e espumantes destas terras frias para combinarem com dezenas de receitas do concurso A Mesa dos Portugueses “foi uma ideia feliz”, diz Arlindo Cunha, presidente da Comissão Vitivinícola do Dão. Com os rios de dinheiros vindos da União Europeia, as regiões do Alentejo e do Douro abafaram o Dão, mas, aos poucos, os enó-

filos mais experimentados começam a perceber que os vinhos minerais e aveludados destas terras de granito são extraordinários, misteriosos, desafiantes e longevos. Não são muitas as regiões que criam condições para bebermos vinhos brancos com idade e em grande estilo, tudo isso graças à casta magnífica que é o Encruzado. Já nos tintos, quando queremos sentir o que é a pureza de um Touriga Nacional, só no Dão isso é possível.

TEKA ■ OS PRODUTOS FEITOS EM AVEIRO INCORPORAM DESIGN E SOLUÇÕES TÉCNICAS MUITO AVANÇADAS

“CENTRO DE PESQUISA E INOVAÇÃO DA TEKA ESTÁ EM PORTUGAL”

A Teka é uma empresa alemã especializada na produção de vários eletrodomésticos de cozinha para os mercados doméstico e profissional, com 27 fábricas em todo o Mundo. Como será de esperar, o Centro de Pesquisa e Inovação do grupo está sediado na Alemanha, certo? Errado. Toda a área de inovação em fogões, micro-ondas, exaustores e companhia está sediada em Ílhavo, distrito de Aveiro. Mais. À semelhança do que acontece com outras indústrias alemãs sediadas em Portugal, o conselho de administração da empresa de eletrodomésticos confia nos nossos engenheiros. Ainda recentemente ocorreu a transferência de áreas de produção de Espanha para Portugal. Porquê? Bom, pelos vistos, porque os índices de produtividade são melhores cá do que do outro lado da fronteira.

Provavelmente não haverá uma única razão para explicar os níveis de produtividade superiores em Portugal, mas Andreia

Santos, responsável pela área de Higiene e Segurança no Trabalho, gosta de pensar que o facto de a mão de obra na fábrica de Ílhavo ser maioritariamente feminina (mais de 95 por cento) contribui em muito para este sucesso. “Há determinado tipo de tarefas rápidas na linha de montagem que implicam atenção permanente em vários domínios. E nessas alturas as mulheres têm melhores performances do que os homens.” Em

Espanha, ao que se sabe, as linhas de montagem dos exaustores eram predominantemente masculinas. Agora, a produção destes equipamentos será feita em Ílhavo.

E é impressionante ver – apesar de todas as facilidades tecnológicas da robótica – como as mulheres manuseiam equipamentos típicos da indústria pesada. Se há mulheres a gravar as insígnias da marca em fogões ou micro-ondas que parecem peças de design, há outras que se dedicam a desenrolar chapas de alumínio ou afins. E ainda falam mal da produtividade nacional. ■

Na fábrica de Ílhavo trabalham cerca de 400 mulheres



Sara Tavares, técnica de Marketing, numa das salas onde podemos ver equipamentos que são peças de design

FOTOS MANUEL AZEVEDO

Gavetas debaixo dos fornos mantêm os alimentos quentes



João Sousa é um dos engenheiros responsáveis do Centro de Pesquisa e Inovação, que trabalha em parceria nalguns projetos com a Universidade de Aveiro. Andreia Santos tem a seu cargo a área de Higiene e Segurança no Trabalho



Ricardo Alves é responsável pela maior fábrica de transformação de bacalhau do Mundo

O BACALHAU DEMOLHADO ULTRACONGELADO É MUITO BOM

● Um dos mitos sobre o bacalhau é que ele só é bom na variante seco. Sucedde que o bacalhau demolhado ultracongelado da Riberalves sofre o mesmo processo de cura do que um bacalhau tradicional (chega fresco, é salgado durante meses e seco em câmaras próprias), só que, no fim, os senhores da fábrica da Moita poupam-nos o trabalho de demolhagem, aqui em condições de segurança.

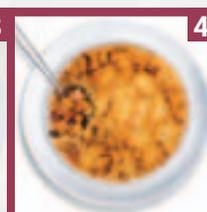
Em prova cega, ninguém consegue dizer que este bacalhau era seco e aquele demolhado e ultracongelado. É impossível. Quando compramos uma caixa desse bacalhau já dessalinizado, podemos consumir algumas postas e guardar as restantes no congelador, que o vidro natural (só água a muito baixa temperatura) protegerá o peixe dos indesejáveis cristais de gelo. É só vantagens.

PINGO DOCE ■ REFEIÇÕES PARA RESTAURANTES PRÓPRIOS E TAKE-AWAY TÊM TIDO BONS CRESCIMENTOS

Victor Esteves é chef executivo e João Neves é o responsável da área de Meal Solutions do Pingo Doce

PINGO DOCE FAZ CEIAS PARA A QUADRA FESTIVA

- 1. Bacalhau em crosta de grão
- 2. Polvo à lagareiro
- 3. Borrego assado
- 4. Crumble de maçã de Alcobaça



MARIANE ALVES

Para aqueles que não querem gastar tempo a preparar as ceias de Natal e da Passagem de Ano, o Pingo Doce criou menus festivos a partir de receitas clássicas. Pratos de bacalhau, peru ou polvo muito bem feitos que, ainda por cima, nos chegam com um serviço de loiça muito elegante.

O Pingo Doce oferece este serviço porque tem cozinhas com uma dimensão impressionante e um serviço de restauração que se impõe pela sua grandeza, pela criatividade e pelas normas de segurança.

A cozinha de maior dimensão

fica em Odivelas, com 6000 metros quadrados. É aqui que, com a supervisão de João Neves (o diretor da área de Meal Solutions do Pingo Doce), o chef Victor Esteves lidera a área criativa e produtiva.

Informe-se nas lojas para saber como funcionam as encomendas

O que impressiona nesta cozinha do Pingo Doce é o sistema de segurança no processamento dos alimentos frescos. Todos os pratos chegam com códigos que registam a participação de cada funcionário na

cadeia de processamento. Mais segurança, só se for numa cozinha da NASA. E nada disso compromete a intensidade de sabor dos cozinhados. ■

UM POUCO MAIS DE INOVAÇÃO SERIA ESTIMULANTE PARA TODOS

● Já a pensar na próxima edição de A Mesa dos Portugueses, o chef António Alexandre, membro do júri do concurso e anfitrião na gala do Hotel Marriott em Lisboa, defende que os concorrentes não devem ter medo de arriscar num ou noutro detalhe nas receitas tradicionais. "A introdução de um legume ou de uma textura diferente num dos componentes do prato não é nenhum atentado. É, aliás, um bom estímulo para quem se candidata e para quem avalia. Aprende-

mos todos. Nós, enquanto profissionais de cozinha e membros do júri, estamos cá para avaliar e dar sugestões aos candidatos." Por outro lado, o chef recomenda que todos os candidatos devem ter em conta que, se chegarem à final, terão de apresentar capacidades técnicas para confeccionarem para dezenas de pessoas. "Se apresentarem na fase inicial empratamentos com determinadas loiças, esses mesmas loiças deverão ser usadas na final."

O chef António Alexandre acompanhou ao detalhe a execução dos pratos dos cinco finalistas, resolvendo os problemas de quem não está habituado a cozinhar para dezenas de convidados



MARIANE ALVES