

22-06-2023

# BANQUETE VEGANO

## Cyleide Lourenço

[Cozinheira conversadeira. Trabalhadora autônoma]

Gravando... Tiana, minha sobrinha que me grava e me traduz, depois que se formou tem estado pouco comigo. Suas amigas da faculdade, frequentes aqui em casa nos almoços de domingo, só vieram umas duas vezes e eu senti do alto (ou do baixo?) da minha velhez um ar de despedida. Tiana até concordou comigo, pois ela sentiu a mesma coisa do alto de sua mohez. Até me falou que as pessoas que ela via diariamente, trocava confidências, alegrias, tristezas e que lhe faziam sentir balançada numa rede de afetos, lhe fazem muita falta... Mas, como ela é espevitada, inteligente e entrona já começou a fazer novas amizades.

No primeiro emprego, que ela rapidamente conseguiu, já criou seus novos círculos de amigos. Amigos são assim, é como você jogar pedrinhas na água e os círculos que se formam aumentam. Não faltam festas, encontros, passeios. Ainda mais agora que ela ganha um dinheirinho bem maior do que o dinheirão que ela ganhava antes nos estágios e nas bolsas de estudo. Ela me disse que na ONG que ela está trabalhando, o acolhimento que ela faz das pessoas humildes e empobrecidas a torna mais viva e altiva pra sair na rua e jogar pedrinhas nas águas das amizades. Quando ela falou isso eu até brinquei: isso é porque sua verdadeira escola foi aqui em casa. Quer pessoa mais humilde e empobrecida do que eu? Ela desconversou e disse que queria trazer umas amigas veganas aqui em casa e perguntou se eu faria uma comida vegana pra elas. Na hora não lembrei o que era isso, pensei até que eram exiladas. Fiquei com vergonha de perguntar pra Tiana de que país eram – Vegânia? Vegália? Mas aí lembrei de um desses programas de chef e aí falei: é aquele negócio de vegetariano? Até brinquei com ela e disse que eu fui uma vez no Leme cozinhar pra uma freguesa e na esquina tinha um restaurante Vegano. Achei que era o nome do dono. Ah! Tiana tudo bem, comida vegetariana tudo bem, é mole. Pode trazer, falei. Ela fez cara de nojo e disse: Tia, não é vegetariano, é vegano!! Confesso que me enrolei toda. Eu já tinha dito que podia fazer, mas como, se eu já não sabia do que se tratava o assunto? Fiquei em silêncio e ainda bem que ela me salvou. Tia, vegetariano é quem não come carne. Vegano é quem não come nenhum produto de origem animal! Continuei em dúvida, mas fiquei na minha. Eu precisava aprender mais.

Tiana sentiu minha ignorância e continuou: Tia, não pode ter nenhum tipo de produto derivado de animal, entendeu? Eu não tinha entendido mas fiquei calada, ela continuou: Não pode ovo, nem leite, nem mel, nem queijo, nem iogurte, nem salsicha, nem salaminho, nem presunto, nem mortadela, nem banha, nem manteiga, nem gelatina, nem marshmallow, nem molho inglês, nem figo... Aí eu parei: figado? Ela me pareceu irritada: Tia, eu falei figo – F-I-G-O, captou? Não pude me conter e tasquei: e por acaso figo é de origem animal? Rapidamente, parecendo que estava num duelo, ela sacou sua explicação: o figo é uma fruta que depende da polinização de vespas e a comunidade vegana considera isso como uma exploração do trabalho animal, além delas deixarem rastros de sua estrutura biológica nesse alimento proibido. Não satisfeita ela foi logo me explicando o que era polinização: é a transferência de grãos de pólen das anteras de uma flor para o estigma (parte do aparelho reprodutor feminino) da mesma flor ou de uma outra flor da mesma espécie. Eu não entendi nada e achei aquela resposta muito estranha vindo da Tiana, que sempre teve dificuldade em biologia e química. Depois que passou nosso diálogo fui conferir no Google e não deu outra, ela falou igualzinho ao que estava lá. É muito danadinha essa minha sobrinha!! Mas, pra terminar a conversa eu disse a ela que agora que eu tinha entendido bem (?) esse negócio eu ia preparar um almoço vegano para suas amigas. Foi aí que senti que ela relaxou e me deu um beijo, desses que a gente recebe quando sabe que ama e é amada. Então, com a veganice na cabeça, nem consultei meus guias culinários, até porque eles são da pré-história dessas invencionices masterchefianas. Como ela calculou em 8 pessoas, pensei em fazer 3 pratos diferentes.

O primeiro, como entrada, verduras caramelizadas com açúcar de rapadura (usei brócolis, couve-flor, rúcula, talos de agrião, de espinafre e de beterraba e temperinhos diversos). Depois, como prato principal, berinjela recheada com palmito, azeitonas e aspargos, acompanhada de arroz arbóreo, lascas de manga e creme de mamão com melancia. Finalmente, como sobremesa, doce de feijão com açúcar mascavo e gotas chviscosas de uvas cristalizadas. Como bebida, suco de laranja da terra com gotas de limão e detalhe de alho na borda dos copos. O modo de fazer fui inventando na hora, nem lembro mais. As meninas e o menino, amigas de Tiana adoraram e todas, sem exceção me pediram a receita. Eu fingi que não entendi a pergunta e, cá entre nós, eu gostei, mas só pra comer uma vez a cada 10 ou 20 anos.... ■■■

OBS. Os textos expressam a opinião de seus autores, não necessariamente coincidente com a dos coordenadores do Blog e dos participantes do Fórum Intersindical. A cada reunião ordinária, os textos da Coluna Opinião do mês são debatidos, suscitando divergências e provocando reflexões, na perspectiva de uma arena democrática, criativa e coletiva de encontros de ideias em prol da saúde dos trabalhadores.