

Revista MAIS

Domingo, 1 de Março de 2015

Zona VIP | Reportagem: Mais do que uma receita de vida

Luísa e Mafalda Freitas partilham, além do sangue, uma paixão pela culinária. Depois de terem ganho o 2º FN Kitchen Cup criaram o 'Work&Shop' e com este projecto querem abrir o mundo da cozinha aos leigos na matéria e não só.

Ana Luísa Correia

FOTOS JOANA SOUSA/ASPRESS



"Somos pessoas normais com alguns conhecimentos na área e queremos partilhar com os outros". Afinal, "a comida traz emoções, apaixona e aproxima as pessoas"

As cores são vivas e os aromas variados. No Mercado dos Lavradores, Luísa e Mafalda Freitas sentem-se como peixes dentro de água à procura daquele ingrediente que faria a diferença no jantar dessa noite. Para a conversa com a MAIS, as irmãs vestiram-se a rigor, fazendo questão de usar os aventais personalizados para o projecto criado há alguns meses, o Work&Shop. O cenário não poderia ser melhor. "Queremos levar a cozinha às pessoas", dizem. Ali, no Mercado, onde se encontram produtos variados, frescos, tão típicos da nossa Região, Luísa e Mafalda misturam-se com a 'paisagem' e até são fotografadas por turistas curiosos que visitam o espaço.

Mas a verdade é que, se há uns anos, dissessem a Luísa ou a Mafalda que um dia a Culinária seria uma parte importante das suas vidas, nenhuma acreditaria. Quando eram crianças e adolescentes não havia o hábito de irem para a cozinha e ajudar a confeccionar refeições, até porque a mãe não gostava de cozinhar e era algo que fazia sem prazer.

Mesmo assim, Mafalda, a irmã mais velha, sempre gostou de cozinhar e lembra-se de, em pequena, fazer os chamados bolos de frigideira. Já em miúda consumia o que podia sobre as artes da culinária, mas no final dos anos 80 e princípio dos anos 90 não havia a oferta que há hoje. "Era o Manuel Luís Goucha, a Maria de Lourdes Modesto e a revista dos Segredos da Cozinha...", recorda e admite que, desde bem cedo, os segmentos sobre culinária despertavam mais a sua atenção do que os desenhos animados. Foi assim que, logo que teve a oportunidade de começar a cozinhar, nem hesitou.

E foi sobretudo quando foram para a Universidade (primeiro Mafalda, licenciada em Relações Internacionais, e anos mais tarde Luísa, afinal têm 9 anos de diferença) que começaram a se dedicar a sério à cozinha. "Até então, alguém fazia ou aparecia feito", confessa Luísa. "Quando fui para a faculdade comecei a ganhar gosto pela Culinária, mas mesmo assim nunca pensei que um dia seria algo muito a sério. Gostava de cozinhar em casa, informalmente, para mim e para os meus amigos". Durante o curso, o gosto crescente pelas inúmeras possibilidades do mundo da culinária e o facto de ter uma amiga que estava na Escola de Hotelaria do Estoril, fez com que tivesse algumas dúvidas sobre a carreira a seguir, mas lá acabou por se manter na área do Marketing e Publicidade. Depois da licenciatura e de regresso à Madeira e à casa dos pais, rapidamente assumiu o mesmo lugar que a irmã mais velha tinha já assumira anos antes: a de 'cozinheira' da casa.

E foi assim que Luísa e Mafalda (entretanto casada e já mãe de dois rapazes) usaram o dia-a-dia para crescerem no mundo da culinária. Sem medos de experimentar sabores, testar receitas e inventar outras, juntar ingredientes mais ou menos inusitados, assumiram lugar de destaque e tornaram-se as cozinheiras da família. Mas a história não se fica por aqui.

Da Rota das Estrelas ao FN Kitchen Cup Mafalda diz a brincar que Luísa tem 'um rastejar de cobra', mas não no mau sentido. A irmã mais nova vai levando a sua vida de forma muito discreta e à calada e depois surpreende tudo e todos. Foi isso que aconteceu no princípio do ano passado, quando participou no concurso 'À descoberta do talento' promovido na edição de 2014 do festival gastronómico 'Rota das Estrelas'.

Luísa conta que na altura estava um pouco desanimada, porque não encontrava trabalho na sua área de formação, até que viu no Facebook que seria promovido esse concurso. Ainda pensou muito antes de se decidir candidatar. "Pensei que não iria fazer, porque tinha vergonha e receio de ir para lá e fazer porcaria", revela. Mas depois decidiu arriscar. Afinal, mesmo que alguma coisa corresse mal, ninguém iria saber porque só a final é que aconteceria em público. Assim fez e a eliminatória correu tão bem que foi seleccionada para a final que teve lugar no Mercado dos Lavradores. Aí, teve de avisar a família, diz com um sorriso.

A experiência foi fantástica e o facto de ter ficado no 3º lugar não tirou brilho aquela que foi uma oportunidade de ouro. A maior recompensa viria logo depois, com o Chef Benoit Sinthon a oferecer a Luísa uma experiência na cozinha do 'Il Gallo d'Oro'. A jovem ainda

hesitou, muito por força da imagem que tinha das cozinhas de restaurantes. "Acha que seria como aquilo que se vê na televisão, que as cozinhas são uma confusão, com muita gritaria... Achava que não era para mim, mas estava em casa sem fazer nada, então decidi ir experimentar." Não poderia ter tomado melhor decisão. "Adorei!", diz. A experiência foi tão boa que Luísa decidiu mudar de rumo. "Nunca mais procurei trabalho na minha área".

E foi assim que o 'Rota das Estrelas' impulsionou as irmãs a participar na segunda edição do concurso FN Kitchen Cup. Uma vez mais a iniciativa foi de Luísa, na sua forma muito sinuosa e discreta de agir. "Um dia ela liga-me e diz: 'Olha há aqui um concurso e tal, queres vir?'. Eu disse que ela concorresse, mas ela logo explicou-me: 'É team...!...' ", conta Mafalda. A conversa telefónica a meio da tarde ficou assim, com Mafalda a pensar no assunto, até que à noite, Luísa bate à porta da irmã mais velha com um saco de compras. "Temos de dar uma receita até amanhã", anunciou.

E assim foi, lá criaram um prato com os elementos que a organização tinha definido como obrigatórios, e às três da manhã decidiram o nome da equipa. "Foi o pior nome que podíamos ter pensado", brincam. Mas depois de várias horas a criar um prato, a imaginação já não dava para mais. Saiu 'MAFLUP', a conjugação dos dois nomes e do irmão do meio (Pedro, que pouco ou nada cozinha) que foi escolhido como elemento suplente. Estava assim formada a equipa e gostassem ou não do nome, a verdade é que a equipa constituída por Mafalda e Luísa lá foi vencendo as eliminatórias até que acabou por ganhar o 2º FN Kitchen Cup em Junho de 2014. O prémio foi um estágio na cozinha do Hotel Restaurante Mühle, na cidade de Binzen (Alemanha), realizado no final de Outubro.

Entretanto Luísa enveredou a 100% na arte da Culinária (a publicidade ficou-se, para já, pela criação da imagem para o projecto conjunto) e começou a trabalhar na cozinha de restaurantes, mas sem nunca dispensar a partilha pela paixão da cozinha com a irmã mais velha, criaram o 'Work&Shop', um projecto a duas que pretende ser uma porta aberta para o mundo de aromas e sabores da culinária, porque sentiam que o percurso que tinham iniciado não podia parar por ali, depois do regresso da Alemanha.

Workshops com o 'Work&Shop'

O 'Work&Shop' nasceu em Outubro último. Luísa e Mafalda quiseram começar a partilhar com outras pessoas a paixão pela cozinha, quiseram abrir a porta do mundo da culinária, daquilo que a cozinha permite em termos de experiências e emoções e mostrar que é possível 'crescer' nesta área. Daí o lema: 'Work, Shop, Live' (trabalhe, compre e viva), que é aliás aquilo que as duas irmãs continuam a fazer. Cada uma tem o seu trabalho e uma carreira, além da vida familiar e pessoal, mas fazem questão de continuar a se dedicar aquela que é uma paixão comum, e agora, com mais convicção, depois das experiências do último ano.

"Aquele conhecimento que nós tínhamos, estava parado, estava para nós. E o mundo é global, funciona com partilhas, por isso quisemos partilhar", diz Mafalda. Com algumas

parcerias começaram a promover workshops na área da culinária. Os primeiros cursos sobre o tema 'Cozinha Saudável' aconteceram em Outubro e Novembro últimos, no Hotel Galo Mar e com o apoio do Plano D. A parceria com o Plano D correu também, assim como a adesão das pessoas, que logo vieram novas datas e novos temas. No Plano D (Rua das Hortas) e com vários outros apoios já se realizaram um workshop sobre 'Detox' (Janeiro) e outro sobre 'Sopas Saudáveis' (Fevereiro) e estão já marcados outros dois: sobre 'Alimentos Germinados (7 de Março) e 'Doces Saudáveis' (21 de Março). Luísa e Mafalda á estiveram no Atelier Gatafunhos de Luísa Spínola (Armazém do Mercado') com participantes de palmo e meio na iniciativa 'Vem brincar aos cozinheiros' e na manhã do próximo dia 14 de Março, na Mania da Cozinha, vão ensinar um menu para a Páscoa. Todos os workshops promovidos têm atingido o número máximo de inscritos, e já tiveram participantes repetentes, o que são bons sinais, admitem. E é isso que querem que aconteça com os próximos, alguns já marcados e outros só pensados.

A variedade de temas abordados revela também o perfil das irmãs. "Não estamos presas a nenhuma corrente, nem a nenhuma escola...", dizem. A aposta não é a da cozinha gourmet ou das estrelas Michelin, mas sim a "da comida real", aquela que fazemos em casa, no dia-a-dia ou em ocasiões especiais, mas sempre de uma forma facilitadora, por acima de tudo, todos precisam de comer. Admitindo que a cozinha é algo que deve ser feito "com gosto", para que as pessoas ganhem também esse gosto, Luísa e Mafalda procuram ser facilitadoras. "Tentamos não dar barreiras para não afugentar as pessoas", afirmam. "Queremos tentar chegar às pessoas e que as pessoas sintam que não é difícil cozinhar". Optam muito por produtos regionais e tentam ser o mais honestas possível, não replicando receitas deste ou daquele chef mais conhecido.

A verdade é que aos poucos têm surgido mais contactos, com a publicidade feita 'boca em boca' ou através da página do facebook do Work&Shop' (<https://www.facebook.com/workeshop>) onde partilham receitas, experiências do dia a dia, dicas e datas de cursos. "Têm surgido imensos contactos", admitem. "Alguma amigas nossas do continente estão a tentar fazer com que se proporcione algo lá..." Quanto ao futuro, as possibilidades são muitas e os sonhos ainda mais. Luísa e Mafalda gostavam de viajar, aprender mais e usar esses novos conhecimentos, gostavam também de ter o seu espaço próprio, para cozinhar e dar a conhecer os seus cozinhados, para abrir a porta a workshops e outras iniciativas, porque acima de tudo têm uma paixão pela comida que querem transmitir. "Somos pessoas normais com alguns conhecimentos na área e queremos partilhar com os outros", dizem. Afinal, "a comida traz emoções, apaixonava e aproxima as pessoas" e é isso que Luísa e Mafalda querem: fazer com que mais pessoas se apaixonem pela culinária e pela vida. Em todas as receitas, uma pitada de paixão é sempre essencial.

<http://www.dnoticias.pt/impressa/revista/501114/501117-zona-vip-reportagem-mais-do-que-uma-receita-de-vida>