



## ENTREVISTA

No mestrado de Ciências Gastronómicas de que é coordenadora passaram alguns dos melhores chefs. Doutorada em Química, refere que o futuro passa pela comida vegana, com ovos e carne iguais aos reais. Mas há *fast-food* bem pensada para agradar. Por **Markus Almeida** Fotos **Marisa Cardoso**

## PAULINA MATA

# “McDonald’s é um prazer um pouco primário mas eu gosto”

**A** meio da licenciatura em Química decidiu que queria estudar cozinha, mas da escola de hotelaria de Lisboa disseram-lhe que era muito velha – tinha 24 anos. Paulina Mata é cientista, professora e coordenadora do único mestrado em Ciências Gastronómicas de língua portuguesa – e nunca parou de pensar sobre comida e de tentar saber mais. A coautora do programa *A Cozinha é um Laboratório*, que chegou a ter um espaço na RTP, é uma das figuras incontornáveis da gastronomia portuguesa. Num restaurante em Lisboa perguntámos-lhe se já era *foodie* antes de haver *foodies*. A resposta: “Fui toda a vida.”

**As redes sociais são um ponto de encontro para pessoas com interesses em comum. Antes da Internet, como se relacionava com a comunidade de gastrónomos?**

Não conhecia muita gente... Só quando descobri um fórum de discussão americano, talvez há 20 anos, é que percebi que havia mais pessoas como eu, sempre com um livro de cozinha na mão e que só pensavam em comida. Comecei a comprar livros americanos, depois estive um ano em Inglaterra, num pós-doutoramento, e acabei por acompanhar

**E**  
**“O Bill Gates investiu numa startup que faz hambúrgueres sem carne que são iguais aos outros”**

**Livro e TV**

Teve uma rubrica chamada *A Cozinha é um Laboratório* no programa AB Ciência da RTP, em 2008. O livro homónimo foi publicado no ano seguinte

muito do que se passa por lá. Por exemplo, agora há lá uma coisa com a qual ando entusiasmadíssima e que vai mudar tanto nos próximos dez anos – vai ser outro mundo, que é esta mudança de hábitos alimentares. E cá também se nota porque Lisboa já tem 30 restaurantes veganos.

**Ao vir para cá contei três ou quatro restaurantes só numa rua...**

Sim, mas é algo que passa ao lado da maioria das pessoas. Em Inglaterra não, porque a competição entre cadeias de supermercados é tal que se um lança um produto, o outro vai logo atrás. A Marks & Spencer lançou 60 refeições veganas, a que chamam *plant based* [à base de plantas] porque não querem indicar que aquilo é para pessoas veganas.

**Porque os veganos sabem o que isso quer dizer, mas os outros pensarão que é comida saudável?**

Enquanto cá se associa o vegano a uma dieta saudável, em Inglaterra não. É mais uma questão ética relacionada com o ambiente. E tentam reproduzir tudo. É a área mais criativa da culinária porque não podemos continuar a comer carne como comemos. O planeta não aguenta. Isto vai ter de mudar. Fazem-se coisas tão espantosas que até Bill Ga-

tes, que é vegano, já investiu nisto.

**Tais como?**

Ele investiu numa *startup* [Beyond Meat] que faz hambúrgueres sem carne que são iguais aos outros. É impossível pensar que isto seja só uma moda. Já há ovos que, na verdade, não o são, mas com os quais se conseguem fazer receitas de ovos mexidos... E há queijos de caju fermentado que são bastante bons.

**Porque é que se fazem tantas imitações veganas do que já existe?**

Comer é muito complexo e nós temos os nossos rituais, a que estamos habituados, a nossa memória de sabores em que encontramos conforto.

**O que lhe interessa na comida?**

Não é gostar de comer muito, mas antes gostar muito de comer. O mais importante é diversificar os conhecimentos, ter uma experiência. Se me falam de algo ou se vejo num livro algo que me interessa, tenho de provar aquilo, seja o que for. Uma vez fui a Copenhaga jantar ao Noma. Precisava de perceber o que era aquilo. Há pessoas com problemas em comer sozinhas. Eu não. Eu teria odiado ir ao The Fat Duck [em Inglaterra, com três estrelas Michelin] com mais do que uma pessoa. Não vou a um **D**





⌚  
Parece que Paulina Mata, 63 anos, segura um bife do lombo - mas na verdade é o bife seitan do restaurante Veganapati, em Lisboa





▣ restaurante destes para conversar. Aliás, costumo dizer que chega eu e a comida, três já é demais.

### Quando criou o mestrado de Ciências Gastronómicas, da Universidade Nova de Lisboa e do Instituto Superior de Agronomia?

Em 2009, mas no primeiro ano era pós-graduação. Hoje aceitamos inscrições por módulos. Em junho vamos ter Gastronomia Molecular II. É a história do Adriã, do Blumenthal – vemos filmes, analisamos as receitas e temos aulas práticas com azoto líquido, espumas...

### Mas não é um curso de cozinha.

De todo. São aulas de ciência relacionadas com a cozinha. Há várias pessoas a ir ao módulo de hidrocolóides, que são aquelas técnicas de esferificações, história da alimentação, gastronomia e produtos tradicionais portugueses, fermentações...

### Perguntei-lhe há pouco pela comunidade de *foodies* antes da Internet. Mas lia o que a crítica escrevia por cá?

Lia tudo o que o José Quitério [no *Expresso*] e o David Lopes Ramos [Público] escreviam. E comprava uma revista brasileira por causa das críticas que lia como se fossem literatura e que usava para aprender sobre um mundo diferente.

### Não era pela comida?

A comida serve para tudo. Quer di-

zer, eu também gosto de ir ao McDonald's. Aliás, das grandes experiências gastronómicas que eu tive, uma foi a primeira vez que comi no McDonald's, há 40 e tal anos, em Londres. Um BigMac, um batido de morango, batatas fritas... "Mas o que é isto?", pensei. Eu adoro aquilo. Vou mais vezes ao McDonald's do que a um restaurante de topo [Risos].

### Porquê?

É um prazer um pouco primário mas eu gosto daquilo, como com prazer. Tenho uma ligação emocional. Descobrir aquilo em Londres foi descobrir uma tribo a que pertencia.

### O que torna o McDonald's tão popular?

Porque é fácil gostar daquilo. É bem feito e muito bem pensado. Cada produto demora muitos anos a desenvolver. É uma comida que vai à procura de gostos um pouco primários. Aquilo tem o sal, tem a carne, o cremoso dos molhos, açúcar, gordura. Tudo é muito bem estudado.

### Os alegados efeitos prejudiciais da comida do McDonald's são apenas preconceitos?

Não posso falar disso com muita propriedade porque não sei exatamente o que é que está lá dentro, mas já fiz uma visita ao McDonald's e o que vi lá foi carne que compravam em Portugal, pão que mandavam fazer já não sei onde... Eu não sei se as coisas que se dizem têm

1 No mestrado teve como alunos Mário Rolando (Padaria na Esquina), Diogo Amorim (Gleba) ou André Magalhães (Taberna da Rua das Flores)

F  
*"A primeira vez que fui ao McDonald's foi uma das grandes experiências gastronómicas que já tive"*

F  
*"Há pessoas com problemas em comer sozinhas. Eu costumo dizer que chega eu e a comida, três já é demais"*



### Insetos

"Tenho poucas dúvidas de que vamos comer insetos enquanto substitutos de proteína", admite Paulina, que já os provou. "O grilo tem um sabor mais forte"

fundamento, mas eu não vejo problemas. Pode ser o facto de se ter mais gordura ou mais sal numa refeição daquelas do que se tem normalmente. Claro que não é saudável comer todos os dias como também não é saudável comer cozido à portuguesa todos os dias...

### O que pensa sobre a popularidade dos programas *Masterchef*?

Não vejo. Não acho que sejam suficientemente interessantes. Mas de vez em quando espreitava o *Masterchef* da Austrália, porque esse era de facto excelente. Aprendia-se muito.

### Como vê o momento atual da gastronomia portuguesa?

Nunca esteve melhor. Fazem-se coisas muito boas e há mais gente a fazê-las – não apenas os *chefs* que aparecem na imprensa – e para vários bolsos porque nem toda a gente pode pagar €150 por uma refeição. Houve uma evolução enorme nos últimos 10 ou 15 anos.

### O que procura quando vai a um restaurante?

Na comida sente-se tudo, até a personalidade das pessoas. Há cozinheiros com restaurantes que não tenho grande interesse em frequentar... Se calhar não quero dar o meu dinheiro a grupos grandes que transformaram a comida num negócio. Prefiro ir a sítios onde sintam que há paixão.

### Não deixam de ser um negócio...

Claro, mas o negócio pode ser sempre feito de forma diferente. Assim como eu comprar pão que é feito numa fábrica e distribuído por aí é diferente de ir a estas padarias novas que estão a surgir. Também é um negócio, quando vou lá pago o pão, mas é diferente.

### Também a arquitetura evoluiu. Hoje as cozinhas abertas estão muito na moda...

Não gosto. Acho que tira a magia. Já me aconteceu ir a um estrela Michelin e no fim da refeição ver a equipa a limpar as paredes e o fogão, enquanto ali estou. A experiência que eu quero não inclui ver limpar cozinhas. ▣