



# Menu de Fato!



# Apresentação

O Menu de Fato! é resultado da “Mostra gastronômica: Comida de Fato!”, que durante os meses de setembro e outubro de 2020, convidou 4 personalidades para prepararem a dobradinha - a Comida de Fato do bairro Estreito e região.

O projeto “Sou Estreito”, em parceria com a Organização FloripAmanhã e Grupo de Pesquisa Patrimônio, Gastronomia e Cultura do IFSC, e com o apoio do Supermercado Imperatriz apresentou mais um prato regional fortalecendo, ainda mais Florianópolis como Cidade Unesco da Gastronomia, posição importante na Rede Mundial de Cidades Criativas!

Sustentado na história do bairro Estreito e região, a dobradinha, mais especificamente a “tripa” bovina – o “fato”, coloca à mesa o reconhecimento deste produto como pertencente à culinária local que, inclusive, nomina os moradores tradicionais do Estreito e região, que são conhecidos como “tripeiros”.

Inaugurado em 1842, o matadouro municipal existente no bairro, em decorrência da dificuldade de transportar o gado para a Ilha de Santa Catarina pelo mar, dissecava os principais cortes que iam para a ilha, e os restos (caso das tripas) eram distribuídos gratuitamente aos habitantes mais pobres do bairro – que passaram a ser chamados desta forma. Antes depreciativa, esta expressão atualmente é motivo de orgulho.

O termo “tripeiro” regionaliza, marca o morador que vive em um lugar que tem história e um patrimônio cultural que o diferencia da toda a região.

Quatro personalidades, tendo a dobradinha como ingrediente principal, mostraram suas habilidades e competências para mostrar, ao seu modo, o que é uma “Comida de Fato!”

D. Terezinha Egnácio - partícipe da Velha Guarda da Colônia e moradora tradicional desse bairro.

Chefe Narbal - nome importante na cozinha regional e um apaixonado por boas histórias.

Chefe Daniel de Castro - especializado em eventos gastronômicos.

Prof. Silvana Müller - pesquisadora da gastronomia como patrimônio cultural de localidades.

Com uma entrada com foco na cozinha do bairro, servindo dois pratos contemporâneos e finalizando com um prato temperado de história, esse é o nosso “Menu de Fato!”

Aprecie sem moderação!

Equipe Sou Estreito.

# Institucional



O projeto Sou Estreito tem como objetivo conectar todos os moradores e empresas do Estreito para gerar negócios e bem estar.

Um estimulador na geração de novos negócios para a região.

A diversidade empreendedora do bairro pode promover oportunidades inovadoras através da identificação das suas vocações e aproximando os negócios de forma nunca antes realizada.

Para isso é preciso resgatar o sentido de pertencimento naquilo que o Estreito tem de mais importante: SUA GENTE!

Nossas ações aproximam pessoas, negócios, histórias, culturas e buscam o crescimento do coletivo unindo todos em torno do mesmo sentimento: o amor ao Estreito e região.

Tudo para que “estreitem” suas relações e não “larguem” o bairro.

## MISSÃO

Resgatar o sentimento de pertencimento dos habitantes do bairro Estreito e região.

## VISÃO

Promover o potencial social, cultural, humano e econômico da região até 2023.

## VALORES

- Valorizar as vocações locais
- Respeito aos valores humanos
- Sustentabilidade econômica
- Colaborativismo



# D. Terezinha Egnácio

## Dobradinha dos Tripeiros\*



Dona Terezinha Costa Egnacio, conhecida como Terezinha do Landico é “tripeira” de coração e tem orgulho de mostrar seu amor à tradição do bom samba e da boa gastronomia. Há mais de 60 anos no Estreito, vivendo os primeiros anos na Rua do Fato aprendeu, com as senhoras que se avizinhavam, a ter a dobradinha como referência culinária. Entregue à cultura de nossa Velha

Guarda ostenta, ‘toda proza’, a bandeira da “Unidos da Coloninha” (@coloninhaoficial).

O colorido de sua casa, o sorriso de seu rosto e o tempero de sua comida expressam o carisma e a paixão de toda uma comunidade que, com muita perseverança, ajudou a construir um dos bairros mais importantes da região.

## Ingredientes

\* Serve até 15 pratos.

2 kg de dobradinha (Fato!) bovino cortado em tiras  
500 g de feijão branco  
2 tomates sem casca e picado  
50 g extrato de tomate  
20 g colorau  
2 cebolas picadas  
200 g de lingüiça calabresa em cubos médios  
200 g bacon picado  
½ cabeça de alho picada  
2 folhas de louro  
20 g colorau  
50 ml azeite de Oliva  
50 g Azeitonas sem caroço  
Pimenta preta moída  
Cebolinha verde a gosto  
Sal a gosto

## Modo de preparo

Em uma panela de pressão, coloque água e sal e o fato e cozinhe por 1 hora ou até o fato ficar macio.

À parte, pré-cozinhe o feijão branco com água e com as folhas de louro, na pressão por 15 minutos. Reserve a água do cozimento. Não deixe o feijão desmanchar

Em uma panela grande junte todos os ingredientes: feijão pré-cozido, fato pré-cozido, bacon picado, calabresa picada, cebola picada, tomates picados, extrato de tomate, colorau, alho picado, colorau, azeitona, azeite de oliva e cebolinha verde.

Deixe cozinhar em fogo baixo por mais 1 hora para pegar gosto.



Esse nome foi dado ao prato pela Professora Silvana Müller, com base em entrevistas com D. Tereza.



# Chefe Narbal Corrêa

## Dobradinha do Chefe Narbal



o Chef Narbal Corrêa, é pescador profissional, pesquisador em arqueologia subaquática e conhecedor de muitas histórias de nossa gente! Vencedor de diversos concursos gastronômicos, recebeu do Clube dos Gourmets de Florianópolis o “Plat D’Or” de 2014. Foi idealizador e proprietário de restaurantes referências como o Recanto dos Brunidores que em sua gestão foi o mais bem avaliado da cidade em 2012, pelo TripAdvisor. Atualmente está à frente, junto com a filha Victória, do Restaurante Rei do Mar e Puro Oyster Bar em parceria com o Chef Pedro Soares. Autor do livro: “A cozinha do Bom Pescador”; está lançando uma nova obra, assinada com Amilcar D’Avila de Mello e prefácio de Eduardo Bueno, o livro: “E vem do Mar – Breve História dos Alimentos e da Culinária na Ilha de Santa Catarina”.

## Ingredientes

\* Serve até 8 pratos.

1kg de dobradinha - Fato!  
2 xícaras de farinha de mandioca  
Sumo de 3 limões  
1 cebola média descascada  
8 cravos da índia  
300g de feijão branco  
2 bastões de cenoura de 10 cm X 1 cm X 1 cm  
100g de bacon  
1 cebola média cortada em cubos de 4 mm  
4 dentes de alho cortados em cubos de 2 mm  
1/2 pimentão verde sem sementes cortado em cubos de 4 mm  
6 tomates sem casca, sem sementes e cortados em cubos de 4 mm  
1 colher de sobremesa de colorau  
1/2 pimenta dedo de moça sem sementes cortados em cubos de 2 mm  
100 g de morcilha de sangue  
50g de azeitonas verdes  
15 ovos de codorna cozidos, descascados e cortados ao meio  
1/2 maço de salsa bem picado  
1 ovo batido  
Farinha de trigo q.b. (até que baste)  
Farinha de rosca q.b. (até que baste)  
Sal q.b. (até que baste)  
Decoração  
Pimentas coloridas cortadas em rodela finas  
Ramos e folhas de salsa

## Modo de preparo

Coloque o fato em um recipiente grande com a farinha e o sumo dos limões. Cubra tudo com água, misture bem e deixe de molho por 40 minutos. Após esse tempo, drene e lave bem o Fato para remover toda a farinha. Corte o Fato em dois quadrados de medidas de 10x10cm e as sobras corte em pedaços de 4 cm por 1 cm. Em uma panela com água fervendo, coloque a cebola com 8 cravos espetados e 1 colher de sopa de sal. Escalde o Fato por 5 minutos. Cozinhe o feijão branco por 40 minutos em água. Enquanto o feijão cozinha, prepare os “charutos de fato”. Corte 2 bastões de bacon de 10 cm X 1 cm X 1 cm. Tempere os quadrados de fato com sal e azeite. Enrole 1 pedaço de bacon e 1 pedaço de cenoura no fato. Prenda com palitos. Assim teremos 2 “charutos”. Corte a ponta dos palitos (para não furar o saco) e coloque os 2 “charutos” em saco plástico embalando em vácuo. Leve o saco com os “charutos” a um termocirculador a 58° por 4 horas.

### Refogado, fato e feijão

Em uma frigideira, coloque 2 colheres (sopa) de óleo de soja e frite o bacon restante previamente cortado em cubos de 5 mm. Quando o bacon começar a dourar, junte a cebola e o alho picados, mantendo por 3 minutos em fogo alto. Acrescente o pimentão, tomates, colorau e a pimenta dedo de moça. Cozinhe por 10 minutos e misture as tiras de fato, cozinhando por 1 hora, sem deixar queimar. Caso necessário regue com água. Passado esse tempo, junte o feijão previamente cozido e escorrido. Coloque 1 litro de água e 1 colher (sopa) de sal, cozinhando por mais 1 hora. Frite os cubos da morcilha em óleo de soja até dourar. Neste ponto junte os ovos de codorna, azeitona, morcilha e salsa ao feijão com fato

### “Charutos” de fato

Retire os “charutos” de fato do saco plástico que foi cozido em termocirculador e empane passando na farinha de trigo, ovo e farinha de rosca. Fritar até dourar. Escorrer e cortar em diagonal. (Atenção para cortar os charutos na quantidade de pratos à servir).

### Finalização

Provar o sal do feijão com fato. Caso necessário corrigir. Distribua o feijão em 4 pratos fundos. No centro coloque meio “charuto” de fato. Decore o Prato com folhas ou ramos de salsa e pimentas coloridas. Bom Apetite!

# Chefe Daniel de Castro

## Trippa Alla Fiorentina



O Chef Daniel de Castro, é personal chef e de eventos; trabalhou na Espanha com o chef Fran Lopez num restaurante estrelado Michelin; representou nossa cidade no Simpósio Internacional de Gastronomia em Pukhet – Tailândia.

Formado em Técnico em Gastronomia pelo IFSC em 2017, assumiu a gastronomia como seu negócio, tanto é que em breve abre sua casa de eventos na região continental.

## Ingredientes

\* Serve de 4 a 5 pratos.

1kg de dobradinha (Fato!)  
3 cebolas  
2 cenouras médias  
4 talos de salsão  
1 pimenta dedo-de-moça picada  
1 linguiça blumenau  
5 colheres de sopa de azeite de oliva  
1 tablete de manteiga  
1 colher de sopa de folhas de tomilho fresco  
2 folhas de louro  
1 colher de chá de folhas de alecrim picado  
Manjeriço fresco  
3 latas de tomate pelado  
1/2 taça de vinho tinto  
1 baguete ou pão italiano (preferência com a casca mais dura)  
Sal a gosto  
Pimenta do reino a gosto  
Salsinha picada  
Parmesão ralado

## Modo de preparo

- 1- Limpe muito bem o fato, tirando o máximo possível da gordura aderida. Corte em tiras de cerca de 0,5 cm de largura por 2 a 3cm de comprimento
- 2- Pique a cebola, cenoura e salsão e pimenta em *brunoise* (cubos de 0,3cm) Caso queira um molho mais rústico os pedaços podem ser maiores e caso queira um molho mais aveludado e liso corte o menor possível ou rale.
- 3- Esmague o tomate pelado até que fique em pedaços pequenos e reserve com o molho (caso tenha acesso a tomates italianos frescos e maduros pode-se substituir o tomate enlatado)
- 4- Em uma panela em fogo alto acrescente o azeite de oliva e os vegetais picados, frite por cerca de 6 minutos mexendo esporadicamente ou até que comecem a amolecer. Coloque cerca de 1 colher de chá de sal e pimenta moída a gosto
- 5- Adicione as ervas picadas e as folhas de louro e frite por mais 2 minutos ou até que comecem a dourar
- 6- Acrescente o fato cortado e frite por mais 5 minutos
- 7- Adicione o vinho tinto e reduza até quase evaporar
- 8- Acrescente o tomate esmagado e seu molho (caso não cubra completamente os ingredientes acrescente um mais água
- 9- Cozinhe em fogo médio (uma fervura branda) destampado por cerca de 1 hora mexendo a cada 10 minutos para não queimar o fundo ou até que o fato esteja macio. Caso o molho comece a secar demais acrescente um pouco de água.

Neste meio tempo

- 10- Em um processador de alimentos ou liquidificador moa a linguiça Blumenau sem a pele até que fique soltinha.
- 11- Leve ao forno a 160 graus por cerca de 20 minutos para que fique sequinha, escorra a gordura e deixe esfriar. Coloque sobre um papel toalha para remover mais a gordura
- 12- Passe manteiga em algumas fatias de pão e toste na frigideira ou leve ao forno a 180 graus até que fiquem dourados.
- 13- Sirva em um prato fundo, salpique a salsinha picada, o parmesão e a linguiça Blumenau crocante sobre o alimento.

Acrescente as fatias de pão e bom proveito!



# Silvana Müller

## Dobradinha Continental\*



Silvana Müller é pesquisadora da história e da gastronomia no Brasil com foco na identificação das origens e raízes dos nossos variados sabores e no diferenciação que os torna «patrimônio cultural gastronômico». É graduada pela Universidade de Caxias do Sul, mestre em Engenharia de Produção e doutora em Engenharia e Gestão do Conhecimento - UFSC. No doutorado desenvolveu uma metodologia de inventário gastronômico para o registro sistemático das cozinhas regionais e vem utilizando os resultados como material didático, objetivando a manutenção e preservação dos saberes e fazeres das técnicas artesanais de produção das comidas tradicionais. Sua experiência como chefe de cozinha em restaurantes e hotéis é vasta: já administrou e chefou, como proprietária, cinco restaurantes e uma pousada. Atualmente trabalha como professora e pesquisadora no IFSC.

## Ingredientes

\* Serve até 15 pessoas.

2 kg de Fato bovino (comprar o mais branco que conseguir)  
6 limões  
500 g de feijão branco  
4 tomates sem casca e picado  
2 cebolas picadas  
200 g de linguiça calabresa em meia lua  
200 g bacon picado  
200 g costelinha suína defumada  
½ cabeça de alho picada  
4 folhas de louro  
20 g colorau  
1 g cominho  
Sal a gosto  
Pimenta a gosto  
Cebolinha verde a gosto

## Modo de preparo

De véspera fazer o pré-preparo de feijão e do fato:

Lavar e deixar o feijão branco de molho na geladeira para usar no dia seguinte. Limpar o fato, retirando toda a gordura. Cortar em quadrados de tamanho médio. Colocar dentro de um recipiente e lavar bem. Em seguida espremer todo um limão grande em cima do fato lavado e deixar agir por 10 minutos. A seguir, lavar o fato e ferver em água por 10 minutos e desprezar a água da cocção. Colocar em água com o suco de um limão grande. Deixar na geladeira por 3 horas e trocar a água e deixando mais 3 horas. Trocar de água novamente colocando o sumo de mais um limão e deixando na geladeira até o dia seguinte.

No dia:

Cozinhar o feijão na pressão com a costelinha defumada e as folhas de louro, com dois litros de água, por 45 minutos e reservar com a água da cocção. Lavar e cozinhar o fato na pressão em água e sal por 1 hora ou até ficar macio. Desprezar a água da cocção. Em uma panela grande refogar primeiro o bacon até derreter a gordura, juntar a calabresa e fritar bem. Juntar a cebola e o alho até dourar. Juntar o tomate e o colorau, deixando desmanchar. Juntar o feijão com a costelinha e o caldo, fato, pimenta, azeitona e cebolinha verde. Deixar apurar por mais 1 hora para pegar gosto e engrossar. Servir com arroz branco.

\*

A professora como pesquisadora, preparou duas receitas: A primeira com base na receita e nos modos de preparo da D. Terezinha (Tereza Egnácio), a qual chamou de Dobradinha dos Tripeiros.

A Segunda, que essa receita aqui, ela trouxe ingredientes e direcionamentos no preparo mais direcionados ao resgate identitário local, chamando de Dobradinha Continental.

# Parceiros



Entidade não governamental, sem fins econômicos, fundada em 17 de agosto de 2005 e qualificada como OSCIP – Organização da Sociedade Civil de Interesse Público desde novembro de 2009, além de deter o título de Utilidade Pública Municipal e também Estadual; Tem como missão: “Contribuir com estratégias para o desenvolvimento sustentável e construção da cidadania e bem-estar social”.

Sua atuação é focada na construção de uma cidade com maior qualidade de vida, mais justa, planejada, inovadora, criativa, inteligente e segura. Aqui, em especial, destaca-se a atuação para inserir Florianópolis na Rede Mundial de Cidades Criativas UNESCO(UCCN), no campo criativo da Gastronomia, chancela alcançada em 1 de dezembro de 2014. Desde então, a FloripAmanhã é o ponto focal do Programa Florianópolis Cidade Criativa UNESCO da Gastronomia, representando Florianópolis perante a Rede e a UNESCO.



O grupo de pesquisa do IFSC, intitulado Patrimônio, Gastronomia e Cultura é coordenado pelas professoras Silvana Müller e Anita Ronchetti. Visa auxiliar e impulsionar a preservação de saberes e fazeres tradicionais por meio da realização de inventários gastronômicos. Pretende por meios destes inventários identificar a prática das cozinhas locais, registrando o passo a passo dos modos de fazer. Tem como objetivo a manutenção da identidade local e o fortalecimento da mesma e com possibilidades de disseminação e utilização pelas novas gerações.

Professora Silvana Graudenz Müller: Possui graduação pela Universidade de Caxias do Sul, mestrado em Engenharia de Produção e doutorado em Engenharia e Gestão do Conhecimento, ambos pela UFSC. No doutorado desenvolveu uma metodologia de inventário gastronômico para o registro sistemático das cozinhas regionais e vem utilizando os resultados como material didático, objetivando a manutenção e preservação dos saberes e fazeres das técnicas artesanais de produção das comidas tradicionais. Tem experiência como chefe de cozinha em restaurantes e hotéis, já tendo administrado e chefiado como proprietária cinco restaurantes e uma pousada. Trabalha como professora e pesquisadora no IFSC.

Professora Anita de Gusmão Ronchetti: Mestre em Engenharia e Gestão do Conhecimento pela Universidade Federal de Santa Catarina, com tema Conhecimento Tradicional Gastronômico. Graduada em Gastronomia com aperfeiçoamento no Instituto Internacional de Artes Culinárias Mausi Sebbes/Argentina. Atua como professora e pesquisadora no IFSC.



## Apoiador



A mostra gastronômica: Comida de Fato! Tem como apoiador o maior supermercado do bairro, afinal quando se fala em cozinhar sempre vamos pensar no conforto e na segurança de onde comprar tudo o que se precisa. E o Imperatriz do Estreito é esse lugar, pelo menos para nossos cozinheiros e cozinheiras compraram ali seus ingredientes!

Inaugurada em novembro de 2013, a maior loja da rede está aqui, no Estreito com mais de 20 mil metros quadrados de área construída, ampla praça de alimentação (300 lugares), 300 vagas de estacionamento e 25 lojas de apoio, com um mix de produtos e serviços diferenciados.

Entendendo que a diversidade é alavanca criativa, o projeto “Sou Estreito” com apoio do Supermercado Imperatriz do Estreito; vem realizando a “Mostra Gastronômica: Comida de Fato”, resgatando e valorizando da cultura do bairro Estreito e região através da culinária.



Mostra gastronômica

# Comida de Fato!

