

O CALDO DE NITEMAR

Um chef paulista em Londres

Dr. Raul Emrich Melo

Quando um paciente asmático (para os leigos, com “bronquite”) ficou sabendo da minha participação em um congresso na Inglaterra, me contou sobre um amigo que estava ganhando a vida na Europa, era *chef* de um pitoresco restaurante em Londres e fazia um delicioso caldo, que eu não podia deixar de experimentar. Programei um encontro e conheci o simpático Nitemar em uma agradável tarde de verão. Era quente para um prato de inverno, mas valeu a pena.

Quando a temperatura está em queda, é natural que procuremos uma refeição que esquite nossos ossos (e nosso espírito). A especialidade desse paulista de Santo André, o chef Nitemar Ferreira, é uma excelente dica. Ele nos brinda com uma receita peculiar, feita com vinho, cebolas e mistura de ervas da Provence, típica do sul da França. Aliás, foi com grandes chefs franceses, que Nitemar, com a cara e a coragem, fez seu aprendizado não formal em restaurantes como o Bouchon Lyonnais. Tanto que, apesar de estar em Londres, se sente mais à vontade com a língua francesa.

Almoçar na praça Clóvis Beviláqua, em São Paulo, nos fins de semana e depois subir até o alto de um prédio de 20 andares onde o tio era zelador foi uma experiência que permaneceu na memória de Nitemar. De lá de cima, a visão típica da cidade: o mar de prédios, um retrato comum gravado na retina dos paulistanos que habitam terras estrangeiras. A distância do Brasil, nesses casos, pode trazer uma certa melancolia, mas Nitemar não se queixa: “Londres me acolheu e aqui aprendi o que sei”. Além disso, “embrenhei na tradicional cozinha francesa, com seus caldos maravilhosos”.

Após assumir restaurantes badalados como o do Hotel Hilton, no coração da capital britânica, Nitemar aceitou recentemente o convite para comandar a cozinha do Basil, no sul da grande Londres (restaurante de cozinha sueca e internacional em Bromley, a 10 minutos de trem da Victoria Station) pois conta com um privilégio para lá de especial: estar livre aos domingos e assim poder curtir a família que acaba de chegar.

E por falar em família, é comum ouvirmos dos nossos pais e avós comentários sobre os efeitos benéficos das sopas e caldos. É uma automática associação com saúde. Mas de onde vem essa imagem?

Desde os primeiros relatos da medicina ocidental, que começaram na Grécia de Hipócrates, há referências sobre o possível efeito terapêutico desses líquidos apetitosos. Na Idade Média, por exemplo, o renomado médico judeu Maimônides já orientava a nossa conhecida canja de galinha para o tratamento de doenças respiratórias. Mas foi na *Encyclopédie* de Diderot e D’Alembert, de 1751 – o compêndio máximo das informações da época – que os caldos e as sopas foram alçados ao nível supremo da função médica, ao serem chamados de restaurativos (em francês, *restaurant*).

Caldos que cozinhavam por horas e horas constavam do cardápio da chamada Casa de Saúde (*Maison de Santé*), a primeira do gênero, inaugurada em Paris alguns anos depois, no final do século XVIII, logo antes da revolução francesa. Pois essa foi uma grande revolução, só que na área da restauração. Pela primeira vez um estabelecimento fornecia alimentos especialmente preparados segundo recomendações médicas. Caldos restaurativos (ou seja, os *restaurants*) para tratar bronquite e fraqueza no peito, vejam só, eram apresentados com preço fixo, em mesa individual e atendimento diferenciado. Nada daquela gritaria ouvida em estalagens com mesa única e preço volúvel, conforme a cara do freguês.

Desnecessário dizer que, em poucos anos, tabernas copiaram a forma de atender das Casas de Saúde (agora também chamadas de *restaurants*) que, por sua vez, ampliaram o cardápio para seduzir não só as pessoas debilitadas. Nascia o restaurante, como conhecemos hoje, e esse modelo se espalhou pelo mundo. De Paris para Londres, Nova York e São Paulo. Atualmente não precisamos ter “bronquite” para curtir um friozinho gostoso, um bom vinho e um caldo restaurativo com o sabor da mistura anglo-franco-paulistana. Tanto melhor. Tintim e *bon appétit!*

Dr. Raul Melo

Caldo do Nitemar

- 3 cebolas grandes
- 1/2 litro vinho tinto
- 1/2 litro de água com 2 cubos de caldo de carne (acrescentar um pouco mais de água após alguns minutos de fervura, conforme consistência do caldo)
- pão francês, tipo bengala, de preferência amanhecido
- herbes de provence (tomilho, manjeriço, erva-doce e alecrim)
- queijo tipo emmental (ralado)
- 100 g de manteiga sem sal derretida.

Modo de preparo:

Fatiar as cebolas em espessura média, colocar em uma panela média e levar ao fogo brando, tampada, até dourar bem (ou seja, extrair toda água). Mexer sempre. Após crescer o vinho tinto, reduzir 1/5, isto ainda em fogo brando e com panela tampada. Para finalizar, o caldo de carne, reduzir pouco mais, e pronto!

Modo de preparo das torradas:

Cortar o pão em cubos pequenos, colocar em uma forma, espalhar a manteiga derretida, misturar bem para umedecer todos os cubos, espalhar as ervas sobre o pão e levar ao forno para dourar.

Montagem da sopa:

A sopa - bem quente - deve ser colocada numa tigela pequena. Sobre a sopa, colocar cubos de torradas e sobre, estes, o queijo ralado.

Gratinar e servir

