

Foi você que pediu um mestre de sushi em casa?

É fanático de peixe cru?

Catarina Figueira aconselha-o a pôr os seus filhos a fazer sushi

Da próxima vez que sentir uma vontade incontável de comer sushi, saiba que há mais opções para além de correr para o restaurante japonês mais próximo ou encomendar pelo telefone uma dose de sashimi e pedir que a levem a casa. Pode, por exemplo, pôr os seus filhos a tratar do assunto. Sim, leu bem. Crianças e comida crua têm tudo a ver. Tirando a cozedura do arroz, que requer o uso do fogão e alguma ciência porque não se resume a ferver o cereal em água quente salgada, tudo o resto pode muito bem ser feito por gente de palmo e meio. Os miúdos vão adorar meter as mãos na massa (perdão, arroz) e os pais vão agradecer este serviço personalizado e caseiro de sushi. A ideia partiu do restaurante

Origami, no Príncipe Real, que depois de criar os cursos intensivos de sushi para adultos decidiu baixar a fasquia etária e incluir os miúdos nesta experiência gastronómica. E acredite que em três horas eles vão aprender o suficiente para

É como moldar barro.

A única diferença é a matéria-prima, explica o professor

criar um manjar dos deuses. O pontapé de saída foi dado no Dia da Criança, com um *workshop* piloto, mas rapidamente Patricia Anjo, gerente do Origami, percebeu que pôr crianças a fazer sushi podia ser divertido e, mais importante que tudo, que o resultado final era comestível e enchia de orgulho os pequenos mestres. É que sem grandes truques culinários a

atrapalhar, a paciência e o jeitinho de mãos são meio caminho andado para que qualquer pessoa consiga fazer o prato japonês.

O curso intensivo para crianças começa por contextualizar o assunto. "Mas o que é isso do sushi?"; "Porque é que não se come de garfo e faca?"; "Também se podem enrolar nacos de costeleta de porco preto nas algas?"; "Feitas as apresentações, é dada a cada criança uma esteira, que passará a ser a sua mesa de trabalho. A matéria-prima já está devidamente organizada: o arroz,

o peixe cru, as frutas, os vegetais. "O truque é ter sempre as mãos humedecidas para ir moldando o arroz". Os miúdos apuram-se para seguir à risca as instruções de André, o *chef* de cozinha do Origami. "Começam por colocar o arroz no lado mais áspero da alga e com os dedos espalham-no por toda a superfície. A seguir escolhem os vossos três ingredientes preferidos e colocam-nos no meio da alga, numa mesma fila". É aqui que as interpretações da arte de criar sushi começam a divergir: "Posso pôr presunto?", pergunta uma das crianças.

Com paciência de chinês (de japonês, neste caso), é chegada a altura de enrolar tudo. Três voltas para a frente a calcar bem os rolinhos com a ajuda dos polegares, mais três para trás para lhes dar um formato quadrado, e começam a nascer as primeiras peças "osomaki". O mestre dá uma ajudinha a cortar cada um dos rolos de alga recheados porque a faca impõe respeito. Depois de se certificarem que a esteira está novamente imaculada como qualquer bancada de cozinha que se preze, os miúdos pegam no arroz e transformam-no em pequenos retângulos achatados. Parece que estão a moldar barro, o que difere é a matéria-prima. A cereja em cima do bolo é, neste caso, o peixe cru. "É como se estivessem a fazer festinhas no peixe", exemplifica o professor. Na hora da degustação, o sushi dos miúdos passa no teste com distinção.

O *workshop* de sushi para crianças pode ser frequentado no próprio restaurante, mas a equipa do Origami também se desloca ao domicílio para espalhar a palavra do sushi. Juntar o seu filho e um grupo de amiguinhos e proporcionar-lhes esta experiência pode também ser uma ideia engraçada para um aniversário. E com a vantagem de o problema da ementa ficar à partida resolvido.

Workshop de sushi para crianças (reservas mediante marcação): Restaurante Origami, Príncipe Real, 91 235 3646; 25€ por criança. M/4



Peixe cru enrolado? Os miúdos vão gostar de fazer rolinhos de arroz, você vai gostar de comer o que eles fizerem