

# Revista da Hora

Domingo, 25 de fevereiro de 2018

Julia Fraga, 26 anos, é dona do Ambar, que oferece o prato típico às segundas-feiras

Parte integrante do Jornal Agora São Paulo - Não pode ser vendida separadamente - Ano 19 - nº 986 - Ribbens Cavalari/FolhaPress

## Tudo junto e misturado

*Receita com feijão, farinha e torresmo, o virado à paulista é a cara da miscigenação de São Paulo e foi declarado patrimônio cultural imaterial do Estado; veja onde comer*

# Delícia típica

**Virado à paulista se torna patrimônio cultural de São Paulo por ser símbolo da mistura de raças que caracteriza o Estado; veja opções de onde comer**

**KARINA MATIAS**

Toda segunda-feira, seja em um boteco simples do interior ou em um restaurante tradicional da capital, o virado à paulista é o prato preferido dos moradores do Estado. A mistura do caldo de feijão com a farinha e o toucinho é originária das expedições dos Bandeirantes no século 17 e, depois, foi enriquecida com outros ingredientes, como a bistecca de porco, a banana à milanesa e a couve. A delícia teve seu valor cultural e histórico reconhecido no início do mês pelo Condephaat (Conselho de Defesa do Patrimônio Histórico, Arqueológico, Artístico e Turístico do Governo do Estado de São Paulo), que a declarou patrimônio cultural imaterial do Estado.

Para historiadores, o título é mais do que merecido. "É um prato que é a cara de São Paulo, porque, na sua composição, há ingredientes típicos de várias correntes migratórias que caracterizam a formação de São Paulo, como a indígena, a portuguesa e a africana", diz o professor Maurício Waldman, autor da pesquisa usada pelo Condephaat em sua decisão favorável ao prato.

A **Revista da Hora** conta a história do virado, ensina a prepará-lo e dá dicas de onde saborear essa delícia tipicamente paulista.

**(Colaborou Lara Pires)**



capa

Ronny Santos/Folhapress

Luis Carlos Sbeghem (à esq.) e o seu pai, José Carlos Sbeghem, são donos do Salada Record, na República (centro)



## Prato é servido todos os dias no Salada Record

Nos anos 1970, era comum os garçons do restaurante Salada Record, na República (centro), ouvirem os clientes pedindo, ao longo da semana: "Hoje não tem virado à paulista?" Como na maioria dos estabelecimentos do Estado de São Paulo, o prato ali só era servido às segundas-feiras. De olho nessa demanda, os donos resolveram inovar. "Começamos a fazer todo dia e foi um sucesso", afirma José Carlos Sbeghem, dono do restaurante, que comemora 60 anos de existência agora em 2018.

Desde então, é possível degustar a delícia a qualquer hora do dia ou da noite. O prato típico é vendido a R\$ 29,50 (para uma pessoa) ou R\$ 55 (para duas pessoas).

É possível também trocar a tradicional bisteca de porco por filé de frango (R\$ 33,50), churrasco (R\$ 33,50), filé-mignon (R\$ 37,90) ou picanha (R\$ 41).

**Salada Record** (av. São João, 719, República, tel. (11) 3223-1881).

■ De seg. a sáb., das 7h à 0h. O virado é servido todos os dias, após as 10h.



■ Virado à paulista é o prato principal do restaurante, que completa 60 anos

Rivaldo Gomes - 21 jan. 2014/Folhapress



Virado para duas pessoas  
servido no restaurante  
Guanabara

## No Guanabara, comida está no menu há 108 anos e vende mais do que feijoada

No Bar e Restaurante Guanabara, na República (centro), o virado à paulista é uma tradição de 108 anos. A comida é servida no estabelecimento desde a sua inauguração, em 1910. Há 22 anos, o responsável pela preparação do prato é o cozinheiro Gilberto Santos Lacerda, 43 anos. "O segredo do virado é deixar o feijão bem cozidinho e, só então, juntá-lo ao refogado de bacon, linguiça e cebola. E depois, pôr a farinha de milho", revela (leia a receita na página 18).

Natural de Belém (PA), a administradora Telma Duarte, 46 anos, comeu pela primeira vez o típico prato paulista, na última segunda-feira. "Já moro em São Paulo há bastante tempo, mas nunca tinha experimentado. Com a divulgação de que virou patrimônio do Estado de São Paulo, quis vir para provar. Achei divino, maravilhoso. O tutu de feijão é uma delícia", disse.

No Guanabara, o virado individual é vendido por R\$ 51, mas as porções são bem generosas e, dependendo da fome do cliente,

podem servir até duas pessoas.

As amigas Cristina Sumagawa, 51 anos, e Sheila Silva, 44 anos, são fãs antigas da receita e dividiram o prato para uma pessoa, pedindo um ovo a mais (R\$ 4). "Como virado em casa desde criança, pois a minha mãe costuma fazer", revela Sheila.

O restaurante serve a comida sempre às segundas e aos sábados, no horário do almoço. "Na segunda, 50% do movimento é de venda do virado. E, no sábado, ele já está saindo mais do que a feijoada", revela o maître Antonio Alves Cavalcante, 57 anos.

Para acompanhar, além da cerveja, ele revela que muitos clientes pedem um aperitivo antes, que pode ser cachaça ou pinga. "Também pedem muita caipirinha", diz.

**Bar e Restaurante Guanabara** (av. São João, 128, República, tel. (11) 3228-0958).

■ De seg. a sex., das 10h às 22h; sáb., das 10h às 16h. O virado é servido às segundas e aos sábados, durante o almoço (até as 16h).

capa

# Receita é mestiça e nasceu das viagens bandeirantes pelo Estado no século 17

Os primeiros registros históricos sobre a existência do virado à paulista datam de 1602, quando a comida era consumida pelos bandeirantes em suas expedições de conquista de territórios pelo Estado. "Já desde o seu início é um prato mestiço, caracterizado pela mistura do caldo de feijão, de tradição portuguesa, com a farinha de milho ou de mandioca, tipicamente indígena", explica o professor Maurício Waldman, autor da pesquisa que serviu como base para a comida ser reconhecida como patrimônio cultural do Estado.

Esses dois elementos, o feijão e a farinha, mais o toucinho, caracterizam, segundo destaca ele, o núcleo principal do virado, que se mantém até hoje batizado de tutu.

Há algumas versões que dizem que o prato surgiu porque o feijão e a farinha eram levados no lombo das mulas nas viagens dos bandeirantes, e o balanço do galope acabava misturando os dois ingredientes. "Essa explicação é um pouco controversa e não se sabe se é verdadeira. Mas, de fato, o nome 'virado' vem dessa ideia de mistura, de mexido", explica Waldman. Os outros ingredientes foram sendo incorporados

posteriormente ao prato. "O arroz tem origem africana, a banana frita é uma influência italiana. O prato reflete a formação mestiça de São Paulo." Sobre a carne de porco, ele explica que ela era muito comum no Estado, que concentrava manadas de porcos selvagens.

E por que a segunda-feira virou o dia desse prato? O professor Wagner Romão, do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da **Unicamp (Universidade Estadual de Campinas)**, explica que até

**“ Não se sabe com certeza por que o virado entrou na segunda, mas os antigos dizem que se tratava do reaproveitamento das refeições do domingo ”**

Wagner Romão, professor da **Unicamp**

o final do século 19 era uma comida de todo dia. "O cardápio paulista se diversifica, e os restaurantes adotam uma agenda semanal de pratos feitos. Não se sabe com certeza por que o virado entrou na segunda, mas os antigos dizem que se tratava do reaproveitamento das refeições do domingo." O chef Maurício Lopes, professor de gastronomia da Anhembi Morumbi, destaca que o prato representa o período colonial. "É importante esse resgate histórico."

Robson Ventura/Folhapress



O engenheiro Fabiano Guedes gosta do virado servido no Ponto Chic

## Chef de cozinha aposta na tradição, em bar-restaurante no edifício Copan

Apesar de ser um prato bem popular, é possível também encontrar versões do virado à paulista preparadas por chefs. Uma das mais famosas é a servida no Bar da Dona Onça, da chef Janaína Rueda. Instalado há dez anos no edifício Copan, no centro da capital, o estabelecimento é conhecido pela proposta de apostar em pratos caseiros, com uma interpretação gastronômica. Desde 2014, o virado à paulista foi incluído no cardápio das segundas-feiras.

Janaína segue os ingredientes típicos da receita paulista: tutu de feijão, bisteca de porco, couve, torresmo, linguiça, ovo frito e arroz.

O prato faz tanto sucesso que quem chega tarde nos almoços de segunda para degustar a delícia corre o risco de ficar sem.

O contador e comerciante Carlos Henrique Ros Salas de Lima, 31 anos, costumava comer

semanalmente o virado no restaurante. "É um prato bem servido, para já começar a semana com energia", destaca.

Recentemente, porém, Lima conta que começou a fazer dieta e teve de diminuir a frequência com que comia o virado. Mas não deixa de saborear a comida típica, vez ou outra.

"Eu gosto muito de como ele é servido lá no Bar da Dona Onça. Gosto da textura do ovo, com a gema mole, da banana à milanesa, da couve e da carne de porco. É tudo muito bem preparado", conclui ele.

**Bar da Dona Onça** (Edifício Copan - av. Ipiranga, 200, República, tel. (11) 3257-2016).

■ De seg. a qua., das 12h às 23h30; de qui. a sáb., das 12h às 0h30; dom., das 12h às 17h. Virado só às segundas, no almoço (até as 16h).

## No Ponto Chic, virado é servido há cinco décadas e agrada aos clientes

Nem só de bauru vive o Ponto Chic. O tradicional restaurante situado no Largo do Paissandu (centro) desde 1922, conhecido por ter dado origem ao famoso lanche, também faz sucesso com outros pratos típicos, com destaque para o virado à paulista. "A comida faz parte do nosso cardápio há 50 anos", destaca o dono, Rodrigo Alves, 39 anos.

Para comemorar o reconhecimento do prato como patrimônio cultural do Estado de São Paulo, do dia 9 de fevereiro até ontem, o virado passou a ser oferecido todos os dias na casa. "Foi um verdadeiro sucesso. Vendemos, em média, 120 pratos por dia nas nossas três lojas", afirma Marcio Landino, diretor operacional da rede. Além do restaurante no centro, há unidades nos bairros Paraíso e Perdizes. "Não é um prato que você acha em shopping. É uma comida de estabelecimentos mais tradicionais,

mesmo", complementa Alves.

O engenheiro civil Fabiano Guedes, 47 anos, aproveitou uma sexta-feira para degustar a delícia. No local, a porção individual é vendida por R\$ 58,18. "Vi que estava disponível no cardápio e resolvi pedir. Adoro o virado à paulista, especialmente o tutu de feijão, que é muito saboroso", comenta Guedes.

A partir desta semana, o prato volta a ser servido apenas às segundas.

**Ponto Chic** (lgo. do Paissandu, 27, República, tel. (11) 2341-6644; lgo. Padre Péricles, 139, Perdizes, tel. (11) 3826-0500; e pça. Oswaldo Cruz, 26, Paraíso, tel. (11) 3289-1480).

■ De seg. a sáb., das 11h às 20h (Paissandu); todos os dias, das 11h às 2h (lgo. do Padre Péricles e pça. Oswaldo Cruz). Virado só às segundas, a qualquer hora.

Mauro Holanda/Divulgação



Virado à paulista da chef Janaina Rueda, servido no Bar da Dona Onça

## Na Freguesia do Ó, restaurante tem self-service e marmitta com prato típico

No Toca Restaurante, na Freguesia do Ó (zona norte), toda segunda-feira é possível comprar por R\$ 16 uma marmitta de virado à paulista. "Vendo, em média, 30 por dia. E também faço entregas", diz Bertolino Pedro dos Santos Neto, 35 anos, dono do local, que funciona no esquema self-service.

Ali, o diferencial é o tutu de feijão, que tem mais caldo do que as versões tradicionais. Para compensar, o prato ganha uma porção de farinha, o que remete às suas origens — há informações de que o virado surgiu a partir da mistura involuntária dos dois ingredientes, quando a comida era transportada pelos bandeirantes no século 17.

A garçonete Luciene Araújo da Silva, 40 anos, trabalha há quase três anos no local e conta que essa comida é a sua

preferida. "É o dia que eu mais gosto do cardápio. Amo o virado", destaca.

No restaurante, também é possível montar a sua própria versão do prato. Os ingredientes típicos, como a bisteca de porco, o torresmo e a couve, são todos oferecidos no balcão do self-service, ao lado de outras opções, como filé de frango e saladas diversas. "As pessoas podem ficar à vontade para pegar o que mais gostam do prato típico e fazer as próprias combinações", diz Neto.

Para comer à vontade, o valor é R\$ 16,90. Há, ainda, a opção de pagar só pelo que consumir, sendo R\$ 30 o quilo.

**Toca Restaurante** (r. Bonifácio Cubas, 181, Freguesia do Ó, tel. (11) 3931-2405).

■ De seg. a sáb., das 11h às 15h; virado só às segundas-feiras.



Rivaldo Gomes/Folhapress



A garçonete Luciene Araújo da Silva, 40 anos, mostra a marmitta de virado à paulista



## Chope claro e leve é a pedida para acompanhar a mistura no bar Ambar

Que bebida combina com o virado à paulista? Para Julia Fraga, 26 anos, sócia-proprietária do bar Ambar, em Pinheiros, especializado em cervejas artesanais, um chope claro e leve é a opção mais indicada. "Como é um prato que tem muitos ingredientes, mistura doce e salgado e proporciona uma explosão de sabores na boca, o ideal é que a bebida não comprometa o paladar nem pese, afinal, o destaque tem de ser ele", indica. Para ela, uma cerveja do tipo pilsen (clara e, em geral, filtrada) é outra boa opção. Desde março do ano passado, quando o estabelecimento passou a abrir no almoço e a servir refeições, o virado à paulista ocupou o menu das segundas-feiras. "Vendemos, em média, 45 pratos por segunda", conta.

A delícia preparada na hora sai por R\$ 27 e segue à risca os ingredientes tradicionais,

em porções bem servidas. Não deixa nada a dever a restaurantes renomados. Julia diz que é fã do prato. "É muito bom, porque tudo que vai nele é gostoso."

Às segundas, a casa oferece "double chope" (compra um, leva outro) por R\$ 15.

**Ambar** (r. Cunha Gago, 129, Pinheiros, tel. (11) 3031-1274).

■ Seg., das 12h às 16h; ter. e qua., das 12h à 0h; qui. a sáb., das 12h à 1h; dom., das 12h às 18h. Virado só às segundas-feiras.

Julia Fraga é sócia-proprietária do Ambar, em Pinheiros

Rubens Cavallari/Folhapress



capa

Fernando Martinho/Divulgação

Virado servido no Nelito,  
na Vila Romana (zona oeste)

## Clima familiar e sabor caseiro são as marcas do Nelito, na Vila Romana

O restaurante Nelito, na Vila Romana (zona oeste), existe há três anos, mas as receitas dos pratos servidos ali são as mesmas da antiga proprietária, uma senhora chamada dona Maria, que comandou por 30 anos o boteco que funcionou antes naquele mesmo espaço.

"Procuramos preservar esse espírito de fazer uma comida simples e trivial, mas muito bem-feita", destaca o dono Biô Barreira, 54 anos. Para conservar as origens, ele manteve as mesmas cozinheiras dos tempos de dona Maria: Cida Xavier e Rosalia Laranjeira. São elas as responsáveis pelo virado à paulista, de sabor caseiro, oferecido todas as segundas, por R\$ 32. A única alteração, segundo Barreira, é que o torresmo deixou de fazer parte do prato. "Como somos um negócio pequeno e que não pode ter desperdício, tiramos o torresmo. Como o virado tem muitos ingredientes, acabávamos jogando fora uma grande quantidade de torresmo." O público não reclamou, e a co-

mida é a mais vendida às segundas-feiras.

Barreira destaca que o prato também tem tudo a ver com o seu pai, o Nelito (1931-2010) que dá nome ao restaurante e é o grande homenageado do local. Há fotos dele espalhadas por todo o salão. "Quando viemos do interior, moramos um tempo aqui no bairro, e o meu pai era assíduo frequentador do bar."

Ele continua: "O virado é a cara dele, que gostava de todos os ingredientes". Barreira acrescenta que seu pai chegava a ficar irritado quando alguém falava mal da carne de porco. "Ele dizia que foi criado comendo essa carne. Só não gostava da alusão do porco ao Palmeiras, pois era corintiano roxo."

**Nelito** (r. Mário, 77, Vila Romana, tel. (11) 3871-9783).

■ De seg. a qui., das 12h às 15h30; sex., das 12h às 22h30; sáb., das 12h às 18h; dom., das 12h às 17h. Virado só às segundas-feiras.

## Na Mooca, virado à paulista do Vardema tem farofa de linguiça calabresa no tutu

Assim como tantos outros migrantes nordestinos, o potiguar Valdemar Ferreira Filho, 53 anos, veio para São Paulo há 30 anos em busca de melhores condições de vida. Trabalhou em metalúrgica, mas foi em bares, como na Cervejaria do Alemão e no Elídio Bar, ambos tradicionais da Mooca (zona leste), que ele encontrou a sua vocação e acalentou o sonho de ser dono do seu próprio boteco. Há 20 anos, ele conseguiu concretizar o desejo com o Bar do Vardema, que hoje está localizado em um espaço pequeno e aconchegante na esquina da rua Guaimbé com a Madre de Deus, na Mooca.

"Cheguei a ficar um tempo no Tucuruvi [zona norte], mas voltei para a Mooca. Aqui é o meu lugar", comenta ele.

No bar, é Filho mesmo quem muitas ve-

zes comanda a cozinha. Além dos petiscos, que já são bem conhecidos dos boêmios da região, ele também oferece refeições. Uma das principais é o virado à paulista, vendido todos os dias no estabelecimento, por R\$ 26,50. "Os fregueses pediam muito pelo prato. Falavam: 'Hoje está um friozinho, se tivesse um virado era uma boa'. Resolvi atendê-los", revela.

O prato preparado por ele tem alguns diferenciais. O primeiro é que possui um ingrediente a mais, além de todos os tradicionais: a mandioca. Outro destaque é o torresmo, frito só na hora de servir. "Para ele ficar crocante desse jeito, você deve fazer antes uma pré-fritura até que a carne fique molinha. Depois, deixe descansar por uns minutos e, então, só na hora de servir, coloque novamente para fritar no óleo bem quente. Ele estoura como se fosse pipoca", ensina. Há, ainda, outro ponto alto na delícia que ele prepara. Para garantir mais sabor ao tutu, ele junta o feijão a uma farofa preparada com calabresa acebolada e feita com farinha de mandioca.

**Bar do Vardema** (r. Guaimbé, 412, Mooca, tel. (11) 2605-9061).

■ De seg. a sáb., das 12h às 23h. O virado é servido todos os dias, a qualquer hora.

Valdemar Filho apresenta o prato servido no seu bar



Robson Ventura/Folhapress

capa

Rivaldo Gomes/Folhapress



Rosa Brito, ou dona Rosa, é a responsável pelo cardápio

## Na Academia da Gula, as vendas são garantidas pelo sabor delicado e a couve

O restaurante e bar Academia da Gula, na Vila Mariana (zona sul), acaba de comemorar 20 anos. Sob comando da dona Rosa Brito, 65 anos, uma portuguesa experiente na cozinha, o local tem a simpatia de um ambiente familiar e recebe um público fiel. Embora a especialidade da casa seja o bacalhau, o virado à paulista é servido desde a sua inauguração e não deixa a desejar.

O tutu é feito com a farinha de milho, não com a farinha de mandioca, e é um dos segredos da receita de dona Rosa. "Acho a farinha de milho muito mais saborosa", afirma ela. "A qualidade dos ingredientes é muito importante. Todos

têm de ser frescos, e o feijão precisa ser do dia. Tudo é feito na hora."

O prato custa R\$ 39,90 e é individual, mas bem servido. Quentinho, o tutu é apetitoso e tem o toque do bacon, mas sem pesar, com sabor delicado. Embora coadjuvante, a couve é extremamente saborosa, firme e não vai sobrar no prato. "Ela é feita refogada na manteiga e com sal", afirma Rosa.

**Academia da Gula** (r. Caravelas, 374, Vila Mariana, tel. (11) 5572-2571).

■ De seg. a sex., das 11h às 23h; sáb. e fer., das 11h às 17h30. O virado é servido apenas às segundas, no horário do almoço até as 18h.

# Receita do virado à paulista

Serve duas ou mais pessoas

## Tutu de feijão



### Ingredientes

- ½ kg de feijão carioca (já cozido, só com sal)
- 30 g de bacon
- 30 g de linguiça defumada
- ½ cebola
- 300 g de farinha de milho
- 3 dentes de alho
- Sal a gosto



### Modo de preparo

Corte o bacon, a linguiça e a cebola em pedaços pequenos. Refogue o bacon em sua própria gordura. Acrescente a linguiça, a cebola e o alho. Quando bem dourados, misture o feijão cozido nesse refogado. Em seguida, acrescente a farinha de milho aos poucos, mexendo sempre, para que ela não empelote. Tempere com sal

## Bisteca de porco



### Ingredientes

- 2 bistecas de porco
- Azeite a gosto
- 1 limão
- Sal a gosto



### Modo de preparo

Tempere as bistecas com o azeite, o limão e o sal. Deixe marinando na geladeira, de um dia para o outro, ou frite-as ou grelhe-as na hora

## Couve



### Ingredientes

- 50 g de couve
- 30 g de bacon
- 30 g de linguiça
- 30 g de cebola
- 2 dentes de alho
- 1 pitada de sal



### Modo de preparo

Prepare o refogado de bacon, linguiça e cebola como no tutu. Já bem dourado, acrescente a couve e refogue. Tempere com a pitada de sal

## Banana à milanesa



### Ingredientes

- 2 bananas-prata, bananas-nanicas ou bananas-maçã
- Óleo de soja (o quanto bastar)
- 2 ovos
- 150 g de farinha de trigo
- 150 g de farinha de rosca



### Modo de preparo

Em uma tigela, bata os ovos com um garfo. Coloque a farinha de trigo em um prato e a farinha de rosca em outro. Passe a banana na farinha de trigo, depois pelo ovo e, por último, na farinha de rosca. Frite as bananas em óleo quente até dourar e retire da frigideira

## Torresmo



### Ingredientes

- Cubos de carne da barriga do porco (a quantidade que desejar)
- Óleo de soja (o quanto bastar)



### Modo de preparo

Frite os cubos até amolecer. Retire do fogo e deixe descansar por 30 minutos. Com o óleo bem quente, frite-os novamente. Eles vão estourar, o que garantirá crocância

## Outros ingredientes



- 150 g de arroz
- 2 ovos
- Linguiça calabresa (a quantidade que desejar)



### Modo de preparo

Prepare como desejar o arroz e o ovo, que deve ser frito. A linguiça é assada e dividida em duas, para ser grelhada na chapa. Tudo pronto, coloque no prato e sirva

Fonte: Gilberto Santos Lacerda, cozinheiro do Bar e Restaurante Guanabara