



# gas tr ono mia

GASTRONOMIA

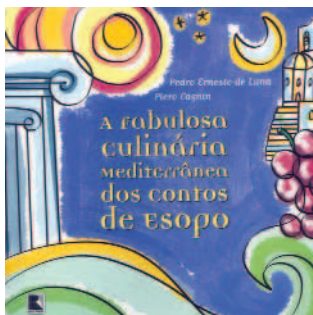
## A FABULOSA CULINÁRIA MEDITERRÂNEA DOS CONTOS DE ESOP

■ PEDRO ERNESTO DE LUNA

[São Paulo, SP]

O autor de “A Fabulosa Culinária Mediterrânea dos Contos de Esopo”, Pedro Ernesto de Luna, destaca, em palestra, a formação dos povos do Mediterrâneo, as inter-influências dos diversos povos na formação de suas respectivas culinárias e a formação dessas cozinhas em função dos climas e das culturas agrícolas, rurais e religiosas. No encontro, Luna fala ainda sobre a influência da cozinha Mediterrânea nas demais cozinhas ocidentais.

**Vagas limitadas. Informações na central de atendimento.**



**SESC Santo André:** dia **19**, 19h.  
Grátis.

## HISTÓRICO DOS VINHOS NO MEDITERRÂNEO: PASSADO E PRESENTE

■ PAULO FERRETTI

[São Paulo, SP]

Palestra sobre o papel do vinho na dieta mediterrânea e a sua marcante presença no convívio e sociabilização dos povos da região, com degustação de dois exemplares de vinhos. Atividade para maiores de 18 anos.

**Vagas limitadas. Inscrições antecipadas.**

**SESC Pinheiros:** dia **23**, 17h.  
R\$ 15,00; R\$ 10,00; R\$ 7,50



## VINHOS II

O jornalista, colaborador de revistas e sites especializados em vinhos, José Maria Santana apresenta o processo de decantação para degustação de vinhos. Atividade para maiores de 18 anos. Retirar senha com 30 minutos de antecedência, no local. **50 vagas.**

**SESC Pompéia:** dia **26**, 19h.  
Grátis.

## A INFLUÊNCIA DA CULTURA MEDITERRÂNEA NA GASTRONOMIA ATUAL

### ■ VÁRIOS CONVIDADOS

[São Paulo, SP]

Em formato de mesa-redonda, o encontro traz ao público informações sobre a base alimentar dos povos do Mediterrâneo. Convidados como o chef Laurent Suaudeau, o jornalista Josimar Melo e o historiador Ricardo Maranhão abordam o tema sob aspectos gastronômicos, culturais e históricos.

**Vagas limitadas.**

**SESC Avenida Paulista:** dia **19**, 18h30.

Grátis.

## sapores d'Amare – origens

### ■ ANGELA DI SESSA e LICENA MONTANARO

[São Paulo, SP]

Lançamento da primeira edição artesanal do livro de culinária “pugliesa” (Itália) “Sapores d'Amare – Origens”, de Angela Di Sessa e Licena Montanaro. O livro traz as imagens da cidade de Polignano a Mare (sul da Itália) ambientando as origens da culinária italo-paulistana.



**SESC Pompéia:** dia **23**, 19h.

Grátis.

## A DIETA DO MEDITERRÂNEO

### ■ MARÍLIA FREITAS DE TOLEDO

[São Paulo, SP]

Comer bem significa, de um lado, o equilíbrio dos alimentos e, de outro, as delícias do paladar exigente. A nutricionista Marília Freitas de Toledo conversa com o público sobre este conhecimento histórico da dieta, seus costumes e benefícios agregados ao sabor, à criatividade e ao prazer da boa mesa.

**SESC São Caetano:** dia **22**, 20h.

**SESC Santo André:** dia **25**, 18h30.

Grátis.

## MEDITERRÂNEO e SOCIEDADE: RITUAIS, MANEIRAS e HÁBITOS À MESA

### ■ WANESSA ASFORA

[São Paulo, SP]

As transformações das maneiras à mesa no mundo mediterrâneo — particularmente na Itália e na França —, exerceram extrema influência para a formação de nossos padrões contemporâneos. A historiadora e pesquisadora Wanessa Asfora trata de como as maneiras à mesa, os rituais e a composição dos utensílios, está relacionado com o contexto histórico-cultural de determinados tempos e espaços. **Vagas limitadas. Informações na central de atendimento.**

**SESC Pinheiros:** dia **25**, 15h.

Grátis.

## CULINÁRIA DO MEDITERRÂNEO

### ■ Azeite: sabor e saúde

Uma das bases da alimentação mediterrânea, o azeite, além de ser muito saboroso, tem propriedades benéficas à saúde e atua na prevenção de algumas doenças. Neste workshop com o chef Alessandro Nicola, os participantes poderão conhecer a importância do azeite na história, na economia e na cultura dos povos do mediterrâneo, bem como acompanhar e degustar preparações à base deste importante alimento.

**SESC São Caetano:** dia **23**, 15h. Grátis.

**Vagas limitadas. Inscrições antecipadas.**

### ■ Condimentos

O Chef Ozhan Zeyrek mostra a importância do azeite na culinária do Mediterrâneo, por meio de pastas e pratos de fácil preparo. **50 vagas.**

**SESC Pompéia:** dia **24**, 15h e 19h. Grátis.

**Retirada de convites com 30 min. de antecedência.**

### ■ Pães

A chef especializada em panificação Sandra Canella-Rawls, autora do livro “Pão — Arte e Ciência”, aborda a importância do pão na cultura do Mediterrâneo.

**SESC Pompéia:** dia **25**, 15h e 19h. Grátis.

**50 vagas. Retirada de convites com 30 min. de antecedência.**

**SESC Pinheiros:** dia **26**, 15h.

R\$ 15,00; R\$ 10,00; R\$ 7,50

**Vagas limitadas. Inscrições antecipadas.**

## pães DO MEDITERRÂNEO

A oficina aborda o preparo de um dos alimentos mais relevantes na dieta dos povos mediterrâneos, que passou a ser aromatizado com ervas, sementes, óleos vegetais e frutas pelos gregos.

**Vagas limitadas. Informações na central de atendimento.**



**SESC Interlagos:** dias **20 e 27**, 10h30.  
Grátis.