

OLIVEIRA; Cláudia Diana de <sup>1</sup>, SPINOSA; Wilma Aparecida<sup>2</sup>, BENIS; Carina Moro<sup>3</sup>, RESSUTTE; Jessica<sup>4</sup>

### RESUMO

Uma alimentação saudável deve ser baseada em práticas alimentares que assumam a significação social e cultural dos alimentos como fundamento básico conceitual. É muito importante resgatar estas práticas bem como estimular a produção e o consumo de alimentos saudáveis regionais (como legumes, verduras e frutas), sempre levando em consideração os aspectos comportamentais e afetivos relacionados às práticas alimentares. O alimento tem significações culturais diversas que precisam ser estimuladas. ("Alimentação saudável | Biblioteca Virtual em Saúde MS"). Considerando esta necessidade, surgiram os restaurantes orgânicos. Este tipo de estabelecimento oferece produtos naturais, provenientes da agricultura ecológica certificada, livre de conservantes e químicos. No entanto, podemos afirmar que os clientes mais valorizam é que o restaurante tenha uma filosofia natural e sustentável de forma integral. Uma tendência que ajuda a ganhar clientes no presente e a dar um passo mais à frente no futuro da restauração. Os restaurantes orgânicos, são um estilo de vida dedicado ao prazer e à cultura, através de diversos produtos que a natureza nos oferece todos os dias. Cuidar do corpo e do planeta, é a premissa, e para que realmente funcione, o ideal é que isto se evidencie em todos os cantos do restaurante, desde a comida, à decoração, processos de produção, equipamentos etc. Basicamente, os clientes que escolhem este tipo de restaurantes, querem ter a certeza de que os alimentos provêm de um ambiente artesanal e que não serão enganados com receitas que são uma mistura do ecológico com o industrial. Para os clientes eco, um grande sinal de que a comida é de proximidade, é que os cardápios mudem de acordo com a sazonalidade. Neste sentido, a ideia é que na cozinha sejam preparadas receitas baseadas em produtos de qualidade, de alto valor nutricional e que os alimentos provenientes de animais sejam cuidados com respeito. Outro fator relevante, é que o restaurante seja criativo e tenha uma oferta variada, para que a experiência gastronômica seja tão memorável quanto num restaurante convencional. Cozinhar com produtos orgânicos demonstra uma garantia de qualidade e de sabores puros e intensos. Ter uma produção própria (horta, vinho e cerveja artesanal), processos sustentáveis, técnicas de reciclagem, participar em eventos de responsabilidade social e evidentemente estar num ambiente natural, é fundamental para que possa destacar da concorrência, pois representa uma imagem de coerência total com a filosofia que defende. As tendências de restaurantes mostram que a comida orgânica está ficando cada vez mais popular, pesquisas com consumidores mostram que 41% das pessoas estão procurando mais por comida orgânica e que metade dos adultos escolheriam sempre comida orgânica ao invés da convencional se pudessem, pois a comida orgânica é mais apetitosa que a convencional. Além de todos os benefícios que a alimentação orgânica oferece, vale ressaltar o quanto os restaurantes contribuem com a economia local e com o crescimento dos pequenos produtores, fomentando o desenvolvimento de uma gastronomia sustentável e favorecendo uma economia criativa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentos naturais, sustentabilidade, ecogastronomia

<sup>1</sup> Universidade Estadual de Londrina, claudia.gastronomia@uel.br

<sup>2</sup> Universidade Estadual de Londrina, Wilma.spinosa@uel.br

<sup>3</sup> Universidade Estadual de Londrina, carina.moro.benis@uel.br

<sup>4</sup> Universidade Estadual de Londrina, jessicaressutte@gmail.com