



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

RESUMO EXPANDIDO

EIXO TEMÁTICO: GASTRONOMIA LOCAL, ETNOECOLOGIA ALIMENTAR E
DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO

TÍTULO DO TRABALHO: ATRAVÉS DA GASTRONOMIA: UMA EXPERIÊNCIA DO CURSO
DE COZINHA BÁSICA DA ACM UNIDADE RESTINGA OLÍMPICA

ORIO, Regina Luísa Rodrigues ¹; GEWEHR, Bruna²;

1 Associação Cristã de Moços Unidade Vila Restinga Olímpica, reo.luisa@gmail.com

2 Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre - UFCSPA, brunage@ufcspa.edu.br

Resumo

Este relato de experiência aborda a edição 2025 do Curso de Cozinha Básica promovido pela Associação Cristã de Moços – Unidade Restinga Olímpica (ACM), em Porto Alegre/RS. A metodologia envolveu consultas a documentos da instituição e observação participativa da autora, que atuou como professora colaboradora. O relato apresenta o curso e os impactos observados.

Palavras-chave: Gastronomia social. Restinga. Cozinha básica.

1. Introdução

Esse é um relato de experiência sobre o Curso de Cozinha Básica edição 2025, da Associação Cristã de Moços Unidade Restinga Olímpica - ACM. Localizado no Bairro Restinga, Porto Alegre/RS desde 2001 atua em educação e assistência social, com foco em crianças e adolescentes do bairro. O curso de cozinha básica faz parte da história da instituição e impacta a vida das famílias e da comunidade pela criação de oportunidades através das perspectivas da gastronomia. A partir desse contexto, o objetivo deste relato é apresentar a experiência do curso, discutindo seu impacto e relevância social para a comunidade local.

2. Desenvolvimento

Os procedimentos metodológicos utilizados para construção deste relato, foram: consulta à documentos da instituição, e observação participativa da autora principal que fez parte dessa edição do curso como professora colaboradora.

Em 2005, a Cozinha Escola foi inaugurada e desde então, 28 edições do curso já ocorreram com o objetivo de capacitar jovens e adultos. No ano de 2025, o curso foi retomado com o nome “Curso de Cozinha Básica” com objetivo de “ofertar aprendizado teórico e prático sobre consumo, cocção, boas



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

práticas de saúde, aproveitamento e descarte de alimentos com foco na qualificação profissional, economia doméstica, geração de renda e empregabilidade”. O curso foi oferecido de forma gratuita, possibilitando acesso ao público diverso. Os encontros aconteceram duas vezes por semana, com carga horária de 4 horas durante 3 meses. A construção do conteúdo se deu pela troca entre educadora e escuta de participantes, os quais, a cada módulo, puderam trazer suas colaborações. O curso foi dividido em módulos de cozinha: padaria, pratos quentes e guarnições e confeitaria. Além disso, também houveram aulas teóricas com a nutricionista da unidade, nas quais informações de boas práticas na manipulação dos alimentos e outros aspectos da alimentação foram discutidos.

A metodologia das aulas dos módulos de cozinha foi composta por breve exposição inicial das receitas, execução prática e, ao final, degustação e conversa sobre os preparos. Foi relatado que os alunos traziam suas contribuições, a partir de suas vivências, memórias afetivas, ou técnicas de execução de cada preparo. Essas trocas foram essenciais para o sentimento de pertencimento dos alunos com os conteúdos trabalhados, implicando a relevância de utilizar metodologia participativa nas aulas de cozinha.

Figura 1 - Preparos das aulas do Curso de Cozinha Básica 2025



Fonte: fotografia de Regina Luísa Rodrigues Orio

Além disso, a abordagem inclusiva permitiu que os alunos pudessem contribuir com técnicas diferentes de cozinhar a partir de suas trajetórias de vida, contestando técnicas gastronômicas e se apropriando do conteúdo de forma colaborativa. Essa proximidade com os contextos reais dos alunos tornou o ambiente acolhedor e despertou possibilidades de atuação dos egressos na área gastronômica. Além disso, os alunos passaram a ter outras interações com a alimentação, uma delas, a apresentação do prato (empratamento), durante o curso mudaram a forma de emprar os preparos, desmistificando uma ideia de que apenas pratos de restaurantes chiques e inacessíveis podem ser montados. Passaram a se sentir parte



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

daquele processo, discutindo as formas do preparo, se questionando o que poderiam fazer diferente, apreciando de forma distinta a refeição, observando as cores, sabores, texturas, afetos e memórias.

3. Considerações finais

É possível observar a importância da proposta desse curso, que possibilita gratuitamente o compartilhamento de técnicas gastronômicas, conhecimentos sobre ingredientes, preparos e construções de sabores a um público diverso e periférico que tradicionalmente está marginalizado da chamada “alta gastronomia”. A desconstrução da ideia de gastronomia construída ao longo do curso, tornando as técnicas e saberes acessíveis aos alunos desse perfil corroboram com a teoria da gastronomia social que vislumbra a potência da gastronomia na transformação social. Os alunos saem confiantes acerca dos aspectos que transpassam a gastronomia, revelando como ela pode ser acessível.

Além disso, o impacto do curso pode ser observado também nas famílias dos alunos, os quais compartilhavam a cada aula as receitas que faziam para ou com a família. Ao final do curso, os alunos relataram que passaram a encarar a cozinha com um novo olhar, seja como uma fonte de renda, ou como uma melhoria na qualidade da alimentação que irão consumir e oferecer para sua família. Por fim, foi possível observar que a proposta de trabalhar em grupo, também despertou o senso comunitário, fortalecendo as relações e as trocas.