

Arte culinária

A delicadeza da gastronomia japonesa

Não é difícil lembrar do Japão e logo vir à cabeça a sua gastronomia e arte. No Japão, a gastronomia e a arte se misturam. Sendo declarada Patrimônio Cultural da humanidade pela Unesco, a culinária japonesa chamada *washoku* encanta a todos. Suas principais características são o cuidado e a delicadeza. Considerar as quatro estações do ano é fundamental: os ingredientes e formas de apresentação seguem os ritmos da natureza, é uma tradição associada ao respeito, à sazonalidade, ao equilíbrio, ao primor, à beleza e ao significado. Essa filosofia é bem nítida, tanto na cozinha *Kaiseki Ryori* como na *Shojin Ryori*, que são, em sua essência, uma maneira de expressão artística por meio dos alimentos, que ultrapassa os tempos, que preserva tradições.

Na cozinha budista *Shojin Ryori*, a cozinha dos monges, não se usa



qualquer tipo de produto animal e nem mesmo sabores que possam despertar demasiadamente os sentidos, como alho e cebola. Cada parte dos ingredientes é aproveitada, nada é desperdiçado. A sutileza, simplicidade e devoção, tanto na forma de preparo quanto na vida, estão presentes. Todas as refeições são preparadas com atenção e gratidão, e aceitas com reverência. Hoje em dia, essa culinária atrai adeptos da gastronomia vegana.

A cozinha *Kaiseki*, que era originalmente uma refeição simples, servida para os monges zen budistas com chá, deu origem às tradicionais Cerimônias do Chá. Hoje em dia, tornou-se uma culinária sofisticada e elaborada, servida em restaurantes por todo o Japão, incluindo muitos

dos estrelados pelo *Guia Michelin*. São refeições servidas em várias etapas, lentamente, em pequenas porções, como em um menu degustação rico em ingredientes, texturas, louças e contrastes de sabores.

Uma ótima forma de experimentar a gastronomia e a cultura desse destino fascinante é se hospedar nos *Ryokans*, que preservam as tradições e rituais em seu modo de cozinhar, servir e decorar.



Por Dani Hispagnol, que conecta pessoas por meio dos alimentos e dirige a agência Gouté – Viagens e Vivências Gastronômicas.

+ info: ryokancollection.com

