

# Todos têm potencial para impactar positivamente o planeta

Quando eu era jovem, tinha três sonhos. Um deles era ingressar nas forças armadas, o segundo era me tornar caminhoneiro – uma aspiração comum para muitos jovens no nordeste do Brasil, onde cresci. E o terceiro sonho era transformar meu amor pela culinária em uma carreira. Escolher esse caminho me levou a me desafiar, crescer como chef e perseguir outra paixão: viajar.

Minha mãe também foi uma grande influência – uma cozinheira fantástica que colocava amor em cada refeição que fazia. Como uma criança curiosa, eu adorava observá-la trabalhar, fascinado pelos ingredientes que ela adicionava à panela para criar pratos incríveis como quiabada com arroz e feijão ou a tradicional macarronada (uma versão brasileira do espaguete à bolonhesa), sempre repletos de sabores de alho, cebola e cominho.

Eu estava determinado a construir uma carreira culinária e comecei minha jornada em São Paulo, trabalhando em restaurantes italianos. Em 2016, ingressei na Sodexo, empresa em que adoro trabalhar. Foi aqui que tive a oportunidade de cozinhar ao lado de chefs talentosos e aperfeiçoar minhas habilidades em diferentes unidades ao longo dos oito anos que estou aqui.

## A competição da Sodexo me deu minha primeira experiência de viagem internacional

Eu sempre tive o desejo de viajar e a Sodexo pôde me oferecer a chance de fazer isso no ano passado, quando fiz minha primeira viagem internacional, para Paris, para participar da final do Cook for Change. Eu havia vencido a rodada regional da competição – que desafia chefs a cozinhar comida sustentável à base de plantas – com um prato de polenta com queijo de castanha de caju, sagu ao vinho e lentilhas caramelizadas com infusão de hortelã.

Trabalhar sem a proteína animal, manteiga ou leite é desafiador. Criar pratos saborosos que tenham boa aparência e agradem ao paladar requer criatividade e dedicação. Mas para alguém como eu, que gosta de se desafiar constantemente e experimentar coisas novas, foi a oportunidade ideal. Sou competitivo e acredito que precisamos evoluir e nos reinventar continuamente.

A viagem a Paris para a final foi um sonho – uma experiência incrível que reuniu chefs da Sodexo do mundo inteiro. Eu sempre quis visitar outros países para explorar sua culinária e cultura. A França é um país lindo, e foi impossível não tirar uma foto em cada rua. Fiquei encantado com a culinária francesa, o pão é incrível e pude experimentar iguarias como ostras e escargot pela primeira vez.

Além disso, todos os finalistas passaram um tempo na Escola Lenôtre da Sodexo, onde chefs premiados são treinados.

## Despertando o amor pela culinária sustentável

A competição Cook for Change me tirou da minha zona de conforto e mudou a forma como cozinho. Antes da competição, eu sabia pouco sobre alimentação sustentável, na prática. Essa experiência me fez perceber muitas outras possibilidades na cozinha e o impacto ambiental que os alimentos têm, e também mudou minha mentalidade. Agora estou sempre procurando incorporar ingredientes acessíveis e versáteis como polenta, lentilhas, espinafre e ervas nos meus pratos. Sou apaixonado no aproveitamento integral de todos os elementos dos ingredientes também – as folhas, a casca, as sementes – tudo pode ser usado na sua totalidade e de diferentes maneiras.

Transmitir essa mensagem também é importante para mim, por isso, converso com colegas sobre o impacto das escolhas alimentares no meio ambiente, desde o desperdício até o uso excessivo de fertilizantes. É possível criar pratos deliciosos e sustentáveis. A criatividade é a chave – o céu é o limite!

Toda a experiência em Paris me deu muita motivação – não apenas na minha culinária, mas também buscando aprender novas habilidades em outras áreas. Estou planejando aprender inglês e me tornar um instrutor. Meu objetivo é compartilhar o conhecimento que adquiri, para que eu possa inspirar outros chefs a desenvolver receitas sustentáveis e alcançar reconhecimento.

Quero mostrar que todos têm potencial. Com dedicação, podemos alcançar grandes resultados e impactar positivamente o planeta.