



Ministério da Cultura apresenta:



Livrinho do Espetáculo

**A história do João, da Vó Alzira e as
receitinhas mágicas do caderno!**



Lei Rouanet



JEQUITIBA

Produção

Realização

MINISTÉRIO DA
CULTURA





A HISTÓRIA DO JOÃO, DA VÓ ALZIRA E AS RECEITINHAS MÁGICAS DO CADERNO!





Sobre este livrinho

UM PEDACINHO DA PEÇA PARA LEVAR PRA CASA!

Oi! Que bom que você chegou até aqui!

Este livrinho nasceu junto com a peça de teatro Memórias de um Pequeno Chef. Ele conta a história do João e da Vó Alzira, e traz as receitinhas mágicas que moravam na lembrança da vovó, antes de morarem no papel!

Depois de ver a peça, cada criança ganha este livrinho de presente para levar para casa. Você também pode baixar a versão digital no site do espetáculo, para ler a história de novo ou cozinhar as receitas com a sua família.

Assim como o caderno da Vó Alzira, este livrinho não fala só de ingredientes. Ele é um convite para lembrar, e para cozinhar com quem a gente ama!

*"A comida boa agrada.
A comida verdadeira fica."*





O espetáculo

DE ONDE VEM ESSE CHEIRINHO?



Tudo começa num quartinho simples. João acorda sentindo um cheiro conhecido no ar: bolo de fubá, pão de queijo, bolinho de chuva... É o cheiro da cozinha da vovó!

A vovó já não está mais aqui. E parece que as receitas dela sumiram junto com ela...

Em cima da mesa, João encontra um caderno bem velho. Ele abre esperando ver as receitas escritas, mas encontra as páginas em branco! Vó Alzira nunca precisou de medidas certinhas: ela cozinhava "até ficar bonito".

Pensando bem na vovó, João descobre uma coisa incrível: o caderno guarda algo mais importante que farinha e açúcar. Ele guarda um jeitinho especial de prestar atenção, no cheiro, na textura, no tempo, e principalmente nas pessoas para quem a gente cozinha!

Juntos, vovó e neto relembram, tentam de novo e até erram a mão no sal algumas vezes... até que João descobre um ingrediente que nenhum mercado vende. E decide abrir um restaurante para servir esse ingrediente especial.

Quem conta essa história?

OS PERSONAGENS



João

Curioso, criativo, um pouquinho desastrado e cheio de sentimento! Ele guarda uma lembrança bem forte da vovó e quer reencontrar os sabores da sua infância, nem que precise aprender a cozinhar do começo.

VÓ ALZIRA

A avó do João! Afetuosa, divertida, sábia e cheia de carinho. Ela aparece nas lembranças e na imaginação de João, sempre pronta pra responder uma receita com "um pouquinho disso" e "até ficar bonito".





Um bilheteinho de VÔ ALZIRA

Quer a receita, meu bem? Lá vó te dá!
Mas a farinha, o açúcar e essas coisinhas
todas você encontra em qualquer mercado.
Ligora, o ingrediente secreto... ah, esse não
tem pra vender!
É feito de lembranças, risadinhas, abraços
apertados e um tantinho de saudade.
Esse você só encontra quando presta
atenção nas pessoas que ama.
Então, meu pequeno cozinheiro, vá lá fazer
sua receita com carinho.

Beijos,
Vô Alzira





O caderno de Vó Alzira

CINCO RECEITINHAS PARA LEMBRAR



Estas são as receitas que o João conseguiu recuperar, um pouquinho de memória, um pouquinho de imaginação, e inteirinhas de carinho!

Cozinhe com alguém pertinho de você: essa é a parte que nenhuma receita consegue substituir.

Peça sempre a ajuda de um adulto nas partes de cortar e usar o fogão!

Receita nº 1

ESPETINHO ARCO-ÍRIS DE FRUTAS

Ingredientes



Morango



Banana



Manga



Uva



Kiwi



Melão



Palitos de madeira sem ponta ou canudos reutilizáveis

Como fazer

1. Um adulto higieniza e corta as frutas.
2. As crianças organizam as frutas por cores.
3. Cada criança monta seu espetinho criando uma sequência de cores.
4. No final, todos juntam os espetinhos para formar um grande arco-íris de frutas.

Desafio:

Quem consegue montar o espetinho com mais cores?



Receita nº 2

SANDUÍCHE MONSTRINHO

Ingredientes



Pães pequenos



Queijo



Tomate



Alface



Cenoura ralada



Milho



Azeitonas

Como fazer

1. Cada criança recebe um pão.
2. O grupo coloca os ingredientes disponíveis.
3. Tomate e azeitona podem virar os olhos.
4. Cenoura pode virar o cabelo.
5. Alface pode ser o "cabelo verde" ou a "boca".
6. Cada criança dá um nome ao seu monstrinho..

Desafio:

Criar o monstrinho mais engraçado!



Receita nº 3

BARQUINHOS DE BANANA

Ingredientes

Bananas

Morangos

Uvas

Granola

Coco ralado

Palitos de picolé ou papel
para fazer as "velas"

Como fazer

1. Um adulto corta as bananas ao meio.
2. As crianças decoram as bananas com frutas e granola.
3. Colocam uma pequena "vela" feita de papel.
4. Todos colocam seus barquinhos em uma mesa.
5. O grupo inventa uma história sobre a Grande Regata das Frutas.

Desafio:

Criar o barco que vai viajar até a "Ilha da Alimentação Saudável!"



Receita nº 4

COPINHO ARCO-ÍRIS

Ingredientes

logurte natural

Morango

Banana

Manga

Uva

Kiwi

Granola

Como fazer

1. Cada criança recebe um copinho transparente.
2. Coloca uma camada de iogurte.
3. Acrescenta uma fruta.
4. Faz outra camada de iogurte.
5. Continua até formar várias cores.
6. Finaliza com granola.

Desafio:

Montar o copinho com o maior número de cores.



Receita Divertida

PIZZA ARCO-ÍRIS DA FAMÍLIA

Uma receita simples para a criança preparar junto com a família, criando uma pizza colorida e saudável!

Ingredientes



1 pão sírio ou disco de massa de pizza



3 colheres de molho de tomate



Queijo muçarela



Tomate-cereja



Milho



Cenoura ralada



Brócolis cozido



Pimentão amarelo ou vermelho



Azeitonas



Orégano



Receita Divertida

PIZZA ARCO-ÍRIS DA FAMÍLIA

Como fazer

1. Todo mundo participa: um adulto ajuda a organizar e cortar os ingredientes.
2. A criança espalha o molho de tomate sobre a massa.
3. Coloque o queijo por cima.
4. Agora começa a brincadeira: a família deve organizar os ingredientes formando um arco-íris.
5. Com os ingredientes, criem também uma carinha divertida: tomate para os olhos, cenoura para o cabelo e azeitonas para o sorriso.
6. Um adulto leva a pizza ao forno até o queijo derreter e a massa ficar douradinha.
7. Depois, todos podem experimentar a criação juntos.

Desafio:

Antes de comer, cada pessoa responde: "Qual foi a cor mais gostosa da nossa pizza?" E a criança pode dar um nome para a receita!



A última página do caderno

O INGREDIENTE QUE NÃO VENDE NO MERCADO

Depois de errar a mão no sal, e de esperar de pé na frente do fogão, João descobriu uma coisa importante: a receita nunca foi o mais importante!

Farinha, leite, ovos e açúcar, qualquer mercado vende.

O que faz uma comida ficar gostosa de verdade, daquelas que a gente lembra por muitos e muitos anos, é o que a gente coloca nela sem pesar na balança: atenção, tempo, risada e um pouquinho de saudade.

"Comida feita para quem a gente ama nunca é igual, porque a gente coloca um pouquinho da gente dentro dela."

Da próxima vez que você cozinhar uma dessas receitas, preste atenção no cheiro, na textura, no tempo, e em quem vai sentar à mesa com você. Esse é o ingrediente secreto da Vó Alzira!





Toda família tem uma comida que traz uma lembrança especial. Pense em uma pessoa da sua família que você ama e em uma comida que lembra momentos felizes vividos com ela. Depois, faça um desenho para representar essa lembrança.

DESENHE ESSE PRATO AQUI EMBAIXO:

Leve essa memória para casa

VERSÃO DIGITAL DESTE LIVRINHO



www.memoriaspequenocheff.com.br

Quer ler a história de novo ou cozinhar em casa com calma? Este livrinho também está disponível de graça para baixar no site do espetáculo!

Peça a um adulto para apontar a câmera do celular para o código, ou acessar o site do espetáculo.



Ministério da Cultura apresenta:



Produção

Realização



Lei Rouanet



JEQUITIBA

MINISTÉRIO DA
CULTURA

