

NO DECASTRO

Flores, o seu terceiro restaurante na capital, o *chef* encontrou uma casa e o sítio perfeito para voltar ao início.





MIGUEL CASTRO E SILVA

UMA TAL DE CASTRONOMIA

Chegou tarde à profissão, mas lamentar o tempo perdido não faz o seu género. Perdeu-se um músico e um cientista, mas ganhou-se a dobrar no campo da renovação da cozinha portuguesa.

TEXTO DE JOÃO MESTRE | FOTOGRAFIA DE FERNANDO MARQUES

Há 22 anos, estava tudo por explorar.» Diante de si, Miguel Castro e Silva tinha todo um mar de possibilidades, uma grande oportunidade para quem trazia grandes ideias na algibeira. Mas também uma dificuldade acrescida – afinal, tudo estava realmente por explorar. «As pessoas olhavam com desconfiança para muitas coisas», continua o *chef* de 53 anos. Fosse pelo facto de usar ervas aromáticas, pelo cuidado no empratamento – «havia a cultura do farta-brutos, a travessa de *inox* cheia de batata, arroz e não sei que mais» – ou por não servir os pratos que toda a gente estava habituada

a encontrar nos restaurantes do seu Porto natal. Mas isso não o demoveu da ambição de criar uma nova cozinha portuguesa. Até porque remar contra a maré era algo a que já estava habituado.

Miguel estudara Biologia, em Kiel, no Norte da Alemanha. Deixou o curso a meio para se dedicar à música. Começou pelo piano, trabalhou como técnico de estúdio (para a posteridade ficou a participação no primeiro disco de António Variações) e tentou a sorte no mundo do espetáculo como baixista. Passou depois pela indústria do têxtil, até que, aos 31 anos, decidiu fazer aquilo de que gostava mesmo. «Cozinhar era uma paixão antiga», admite.

Era ele o cozinheiro de serviço nos tempos da universidade, o que o livrava das responsabilidades de limpeza do apartamento que partilhava com amigos, e quando se mudou para Munique, motivado pela música, fazia biscoitos num restaurante para ajudar a pagar as contas. No regresso a Portugal, a sua casa era uma animação, cozinhou para os amigos, «nunca sabia quantas pessoas iam aparecer para jantar», e já então preparava menus de prova com vinhos, em jeito de brincadeira, com o amigo Dirk Niepoort, hoje um dos grandes produtores do Douro.

As coisas mudaram muito desde que Miguel optou pela cozinha. Hoje, é uma opção de

carreira tão válida e digna como tantas outras, mas no Portugal do início dos anos 1990 tudo era diferente. «Foi algo que caiu um bocado de choque na sociedade do Porto. Ser cozinheiro era assim uma coisa... socialmente não tolerável, digamos.» Estava tudo por explorar, portanto: não só o trabalho fundador de uma nova cozinha portuguesa como a dignificação da profissão, responsabilidade que faz questão de dividir com Vítor Sobral e Joaquim Figueiredo, e, num momento posterior, Fausto Airoldi e Augusto Gemelli.

Na cozinha da Quinta do Vales, o seu primeiro restaurante, na Maia, pôs no prato as ideias que trazia em mente: «Pegar nas raízes da cozinha portuguesa e revê-la. Repensar os pratos, não lhes tirando as características aromáticas e de sabor, mas introduzindo um certo equilíbrio.» Afinal, trata-se de culinária de substância, pensada para quem precisava de energia para o trabalho no campo. «Tive de

para o serviço *à la carte* de um restaurante. De caminho, trouxe a lume outras valências interessantes: «Como aquilo cozinha num ambiente fechado, usando outros aromáticos consigo reduzir a presença do sal e fazer uma cozinha mais equilibrada, mais saudável.» Sabor, equilíbrio, leveza – a tríade elementar da cozinha de Miguel Castro e Silva repete-se, quase como um *mantra*. É aqui que entra em campo a formação científica: «Uma coisa é tratar uma gordura a 180 graus; outra é tratar um produto com gorduras a temperaturas baixas, em que não há incorporação da gordura na proteína, por isso consegue-se também um produto caloricamente mais equilibrado. Para não falar na textura.» Falemos de textura, sim: o pernil de borrego desfia-se com o garfo, as iscas do cachaco de bacalhau desfazem-se na boca como sonhos acabados de fazer, os filetes de polvo, de tão tenros, praticamente dispensam o uso de faca.

CASTRO E SILVA REVIU O RECEITUÁRIO PORTUGUÊS À LUZ DAS TÉCNICAS DA COZINHA MODERNA. A TRÍADE «SABOR, EQUILÍBRIO, LEVEZA» PARECE SER A SUA REGRA DE OURO.

trabalhá-la de modo a poder ser consumida de forma saudável – rica, intensa nos sabores, mas muito equilibrada.» A fasquia da sofisticação foi crescendo de projeto para projeto. Seguiu-se o Restaurante do Miguel, na Foz, onde começou a dar nas vistas, e, em 2001, o Bull & Bear, que se tornou um dos grandes do Porto, então listado pelo *Financial Times* londrino como um dos 25 melhores restaurantes da Europa.

Com a descoberta da técnica da baixa temperatura – de que foi pioneiro em Portugal – encontrou também uma forma de fazer aquilo que procurava. «A cozinha portuguesa é uma cozinha de tempo», explica, «daqueles assados que ficam quatro, cinco horas no forno». A técnica permitiu-lhe transportar esse importante aspeto da culinária tradicional

De volta à história: em 2009, o Porto ficou para trás, devido a divergências com os sócios. Miguel foi para Lisboa, para estrear o Largo, no Chiado, e, enquanto o espaço desenhado por Miguel Cândia Martins não ficava pronto, aceitou o convite para abrir, com amigos, o informal DeCastro Elias. Aí percebeu que já tinha o seu «clube de fãs» na capital, que lhe pediam este e aquele prato do Bull & Bear. Afinal, estava em casa. Hoje, regressar em definitivo ao Porto está tão longe do horizonte como há cinco anos – embora, em 2012, tenha aberto um DeCastro em Gaia, no edifício Porto Cruz, a convite da Gran Cruz. Em meados do ano passado, juntou-se à reinvenção do Mercado da Ribeira, no Cais do Sodré, nem seis meses após ter juntado mais uma morada lisboeta ao «porte-

fólio», o DeCastro Flores, à beira da praça que lhe dá nome. Mas este último é especial: é só seu, um projeto de família, que a sua mulher, Graça, ajudou a decorar e onde o genro, Gonçalo Ribeiro, parte da sua brigada desde o dia um do Largo, segura o barco enquanto Miguel está a dar atenção aos restantes cinco espaços a seu cargo. «Sentia uma certa necessidade de ter um sítio meu, onde pudesse fazer experiências, receber amigos. A minha mulher e eu tropeçámos neste espaço, apaixonámo-nos pelo sítio, a praça é deliciosa.» Conclui-se sem grande margem de erro que é aqui que se sente em casa. «Tinha uma certa saudade de voltar à cozinha que praticava no início, um pouco mais inocente.» Um sítio onde tudo o que faz é português e onde a revisitação dos pratos que fizeram o seu percurso é prática constante. Mas não se pense que ficará por aqui.

Miguel Castro e Silva é um homem irrequieto, com uma certa propensão para ir suando sistematicamente a fasquia. Além de ter em mãos a criação de uma gama de pratos pré-cozinhados em vácuo, está em vias de comprar um «brinquedo» novo e não esconde o entusiasmo. Trata-se de uma autoclave, uma câmara de pressão para esterilização, ferramenta essencial para outro projeto: o desenvolvimento de uma linha de conservas, que incluirá várias preparações de bacalhau e uma cavala com molho de tomate. Isto além dos vinhos que ao longo dos últimos 10 anos tem vindo a criar com vários produtores nacionais, o mais recente dos quais em parceria com a Quinta de Chocapalha (Lisboa), acabado de chegar ao mercado. Para todos esses produtos e mais alguns, abriu, em frente ao DeCastro Flores, uma pequena loja *gourmet* de conveniência na qual dá resposta aos clientes que lhe perguntavam onde podiam comprar os seus vinhos. E já fala de fazer um vinho na Bairrada, a região que lhe falta na «coleção», com o seu amigo Luís Pato.

Sim, em 22 anos Miguel Castro e Silva fez muita coisa. Mas continua a sonhar e a cozinhar com o entusiasmo de quem tem ainda tudo para fazer. **e**

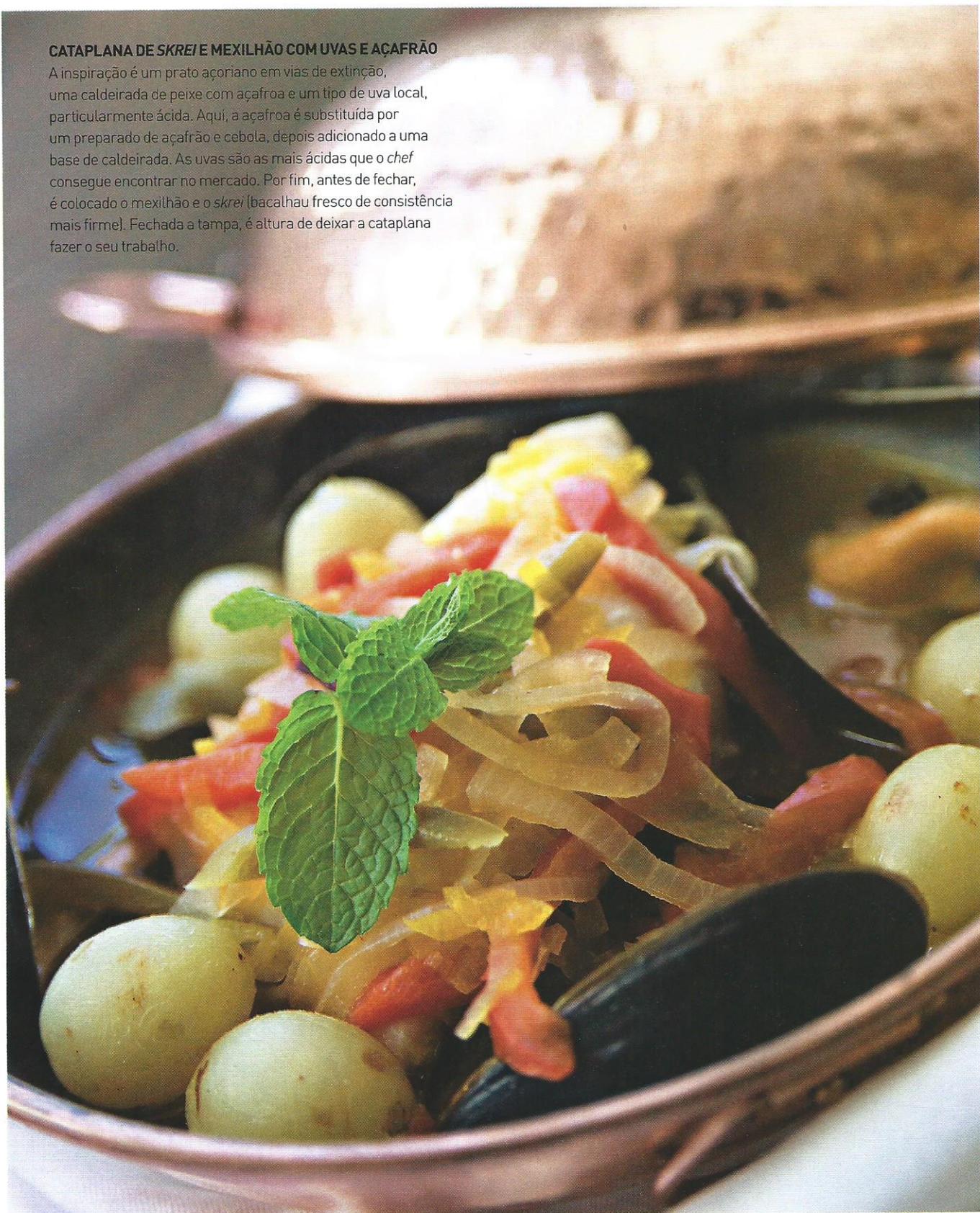
OVOS ROTOS COM TROMPETAS

As batatas são pré-cozidas numa infusão de tomilho e só depois fritas. Tal como manda a receita original, os ovos, adicionados sem ser batidos, são desfeitos ao lume, junto com as batatas. Em vez do habitual presunto, Miguel Castro e Silva junta-lhe cogumelos selvagens (trompetas negras) salteados.



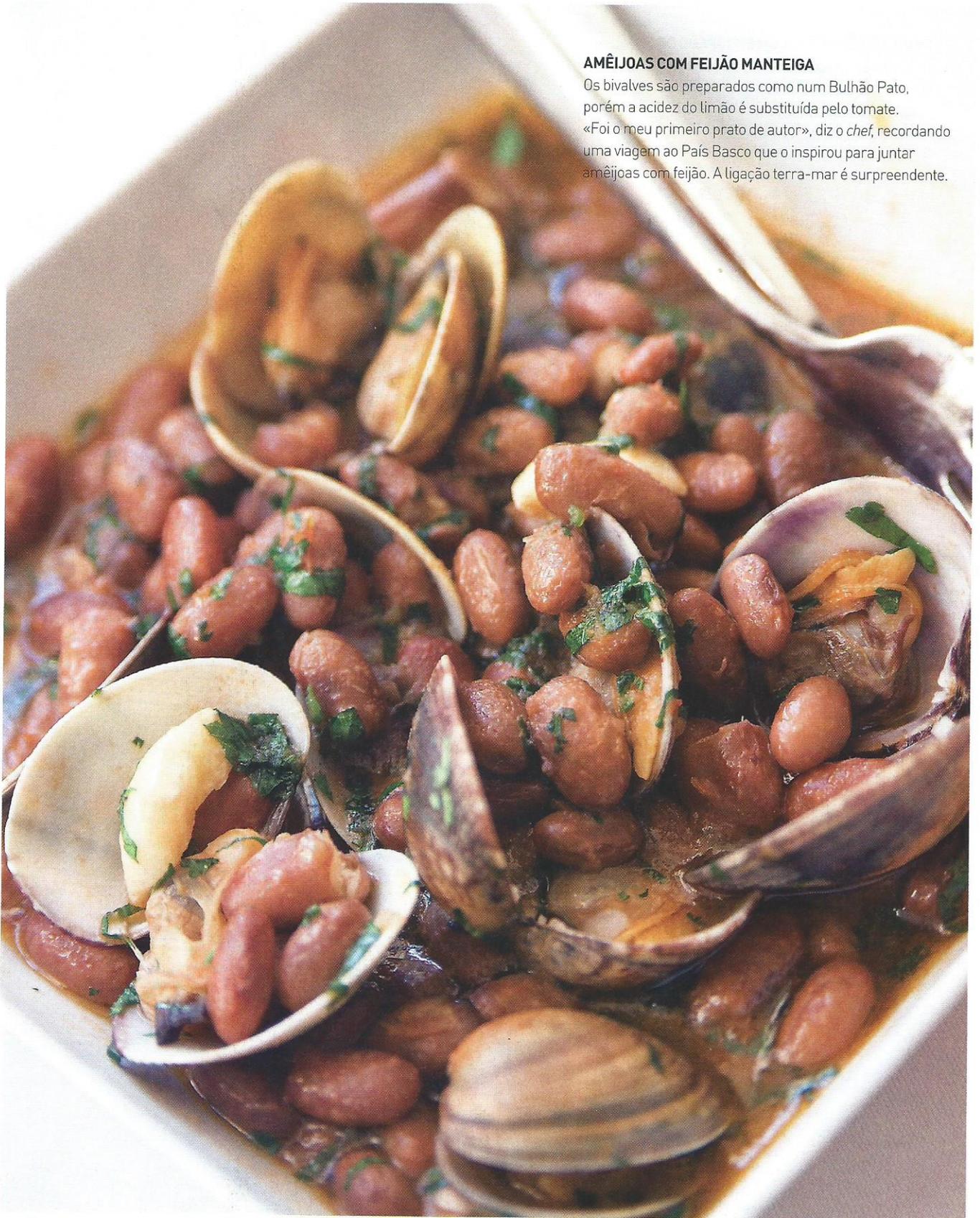
CATAPLANA DE SKREI E MEXILHÃO COM UVAS E AÇAFRÃO

A inspiração é um prato açoriano em vias de extinção, uma caldeirada de peixe com açafroa e um tipo de uva local, particularmente ácida. Aqui, a açafroa é substituída por um preparado de açafrão e cebola, depois adicionado a uma base de caldeirada. As uvas são as mais ácidas que o *chef* consegue encontrar no mercado. Por fim, antes de fechar, é colocado o mexilhão e o *skrei* (bacalhau fresco de consistência mais firme). Fechada a tampa, é altura de deixar a cataplana fazer o seu trabalho.



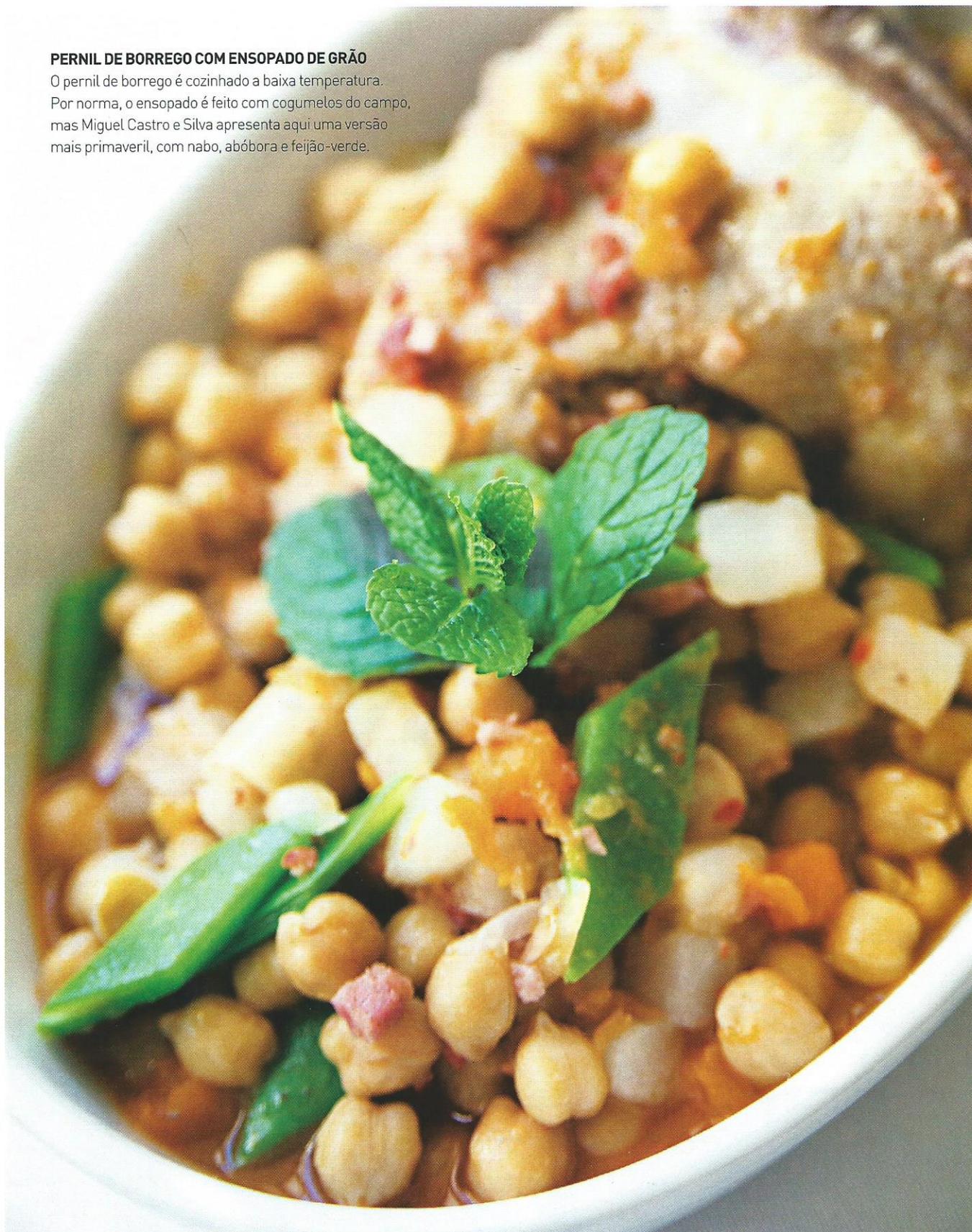
AMÊIJOAS COM FEIJÃO MANTEIGA

Os bivalves são preparados como num Bulhão Pato, porém a acidez do limão é substituída pelo tomate. «Foi o meu primeiro prato de autor», diz o *chef*, recordando uma viagem ao País Basco que o inspirou para juntar amêijoas com feijão. A ligação terra-mar é surpreendente.



PERNIL DE BORREGO COM ENSOPADO DE GRÃO

O pernil de borrego é cozinhado a baixa temperatura. Por norma, o ensopado é feito com cogumelos do campo, mas Miguel Castro e Silva apresenta aqui uma versão mais primaveril, com nabo, abóbora e feijão-verde.





DOS AÇORES,
Miguel trouxe uma
curiosa caldeirada
com uvas, que
surge na nova carta
numa cataplana.



DECASTRO FLORES

RUA MARCOS PORTUGAL, 1, LISBOA

TEL.: 215903077

DE TERÇA A DOMINGO, DAS 12H00 ÀS 15H00 E DAS
19H30 ÀS 23H00 (SEXTA E SÁBADO, ATÉ ÀS 23H30)

PREÇO MÉDIO: **30 EUROS**

LOJA DECASTRO

PRAÇA DAS FLORES, 46, LISBOA

DE TERÇA A DOMINGO, DAS 12H00 ÀS 23H00
(DOMINGO, ATÉ ÀS 17H00)

