

HISTÓRIAS DE SUCESSO



FRIDA & MINA

Texto: Laura Nogueira, Graduada em Nutrição (FSP/USP)

Revisão: Aline Martins de Carvalho, Doutora em Nutrição em Saúde Pública (FSP/USP)

Um muro amarelo destaca-se na esquina da Rua Arthur de Azevedo com a Rua Joaquim Antunes, em Pinheiros, seja pelo cheiro, pela cor ou pela multidão que geralmente o contorna. O público é classificado de duas formas: os que já compraram e estão degustando deliciosamente seus sorvetes e os que aguardam na fila para pedir o doce gelado. Trata-se da sorveteria Frida & Mina, considerada uma das melhores da cidade de São Paulo por diversos críticos gastronômicos. O sorvete dignamente artesanal, feito com ingredientes naturais e preferencialmente orgânicos, dita a fama do lugar tanto por atender ao perfil de um novo público, que busca alternativas ao consumo de ultraprocessados, quanto pelo sabor.

A “Frida”, como é informalmente chamada pelos proprietários, o casal Thomas Zander e Fernanda Bastos, abriu as portas em agosto de 2013 e consolidou-se como um ponto de encontro e não apenas um local de passagem para os clientes. Os bancos em torno das árvores da calçada, o bicicletário e a ciclovia da frente são propostas de ocupação da rua pela população e de promoção de tempo de

qualidade para os clientes, como lugar de estadia e interação social em meio à apreciação do sorvete. Fernanda menciona que “na cidade de São Paulo, uma urbanização humana, como a sugerida pela Frida, caracteriza-se até mesmo como um ato político”.

Com o empreendedorismo na sorveteria, Thomas e Fernanda exemplificam uma história de sucesso, mas também com suas vidas pessoais



Sorvete da Frida e Mina, ao fundo placa decorativa do estabelecimento

em relação à alimentação: além de empreendedores os dois são pai e mãe, e ambos cozinham. Despertaram para uma alimentação mais saudável após o nascimento da primeira filha, Leila. A introdução alimentar de Leila acompanhou as idas do casal à feira de orgânicos no Parque da Água Branca e



Thomas Zander e Fernanda Bastos, proprietários da Frida e Mina

a diminuição do consumo de alimentos industrializados. À mercê das suas crenças, relacionavam-se vínculos familiares, comida e saúde.

Para a criação da Frida e do sorvete artesanal nela vendido, a leitura do livro “Em defesa da comida”, de Michael Pollan, foi uma das inspirações. O livro relata a importância de preparar de maneira caseira e/ou artesanal os alimentos que se quer consumir, para evitar o consumo excessivo de ultraprocessados e também estimular o compartilhamento das experiências gastronômicas entre as pessoas que irão preparar e comer o alimento, assim explica-se, então, o incentivo da Frida ao compartilhamento, entre família e amigos, do sorvete artesanal.

Fernanda destacou que não defendem que o sorvete possa ser considerado saudável, devido à quantidade de açúcar que é utilizada para a sua produção. Por essa convicção, também não entraram na tendência de “sorvetes detox”. Enxergam que não é a eles que cabe dissertar sobre saúde, afinal, não são profissionais da área. Não obstante, asseguram um sorvete de qualidade para um momento especial do dia entre amigos e família.

À corrente de pensamento que trata como inviável financeiramente o trabalho com produtos orgânicos, a Frida & Mina entra com a proposta de utilizá-los sempre que estão disponíveis, não pelo preço, mas sim pela sazonalidade da matéria-prima. A explicação é que o gasto com o produto por vezes de maior valor acumulado do fornecedor orgânico local compensa-se ao fim com a variação de sabores do sorvete (o alto custo do morango orgânico para o sabor de “morango com vinagre balsâmico” balanceia-se com o custo baixo de “caramelo com flor de sal” ou “açúcar mascavo com nozes pecã”). Obviamente, por ser uma sorveteria e não um restaurante que fornece distintos pratos, esse balanceamento é possível.

Uma recente conquista da sorveteria em relação à diminuição sustentável do lixo foi a mudança dos copinhos de sorvete, com substituição de um copo de papel para copos de uma tipagem não comestível de mandioca, fonte 100% renovável. No processo de produção desses copos, utiliza-se 80% a menos de água, em comparação ao copo de papel. Além disso, o copo pode ser utilizado para compostagem ou então decomposto no aterro em 90 dias. O consumo de copos, em geral, já não é alto porque as casquinhas caseiras, conhecidas como responsáveis pelo cheiro doce da esquina de Pinheiros, são optadas em grande escala. Mas ainda assim a iniciativa dos proprietários é louvável, pois gera pouco lixo não biodegradável e promove um produto ecologicamente correto.

Visite a sorveteria Frida e Mina e conheça mais dessa História de Sucesso!