Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

SUSHI ART

YAKI WAY

Veganismo e culinária oriental

RECEITAS

CAJU XADREZ

VAGEM GREEN BEAN

BIFUM À SINGAPURA VEGANO

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM SABOR NORDESTINO

CLUBE DE

REVISTAS



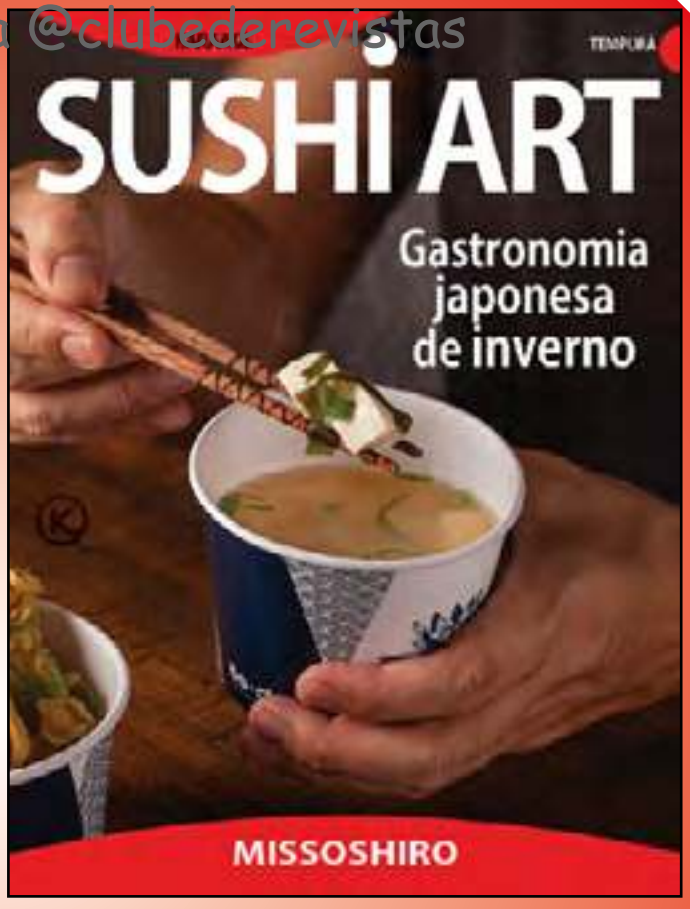
Entre em nosso grupo no Telegram t.me/clubederevistas

Clique aqui!

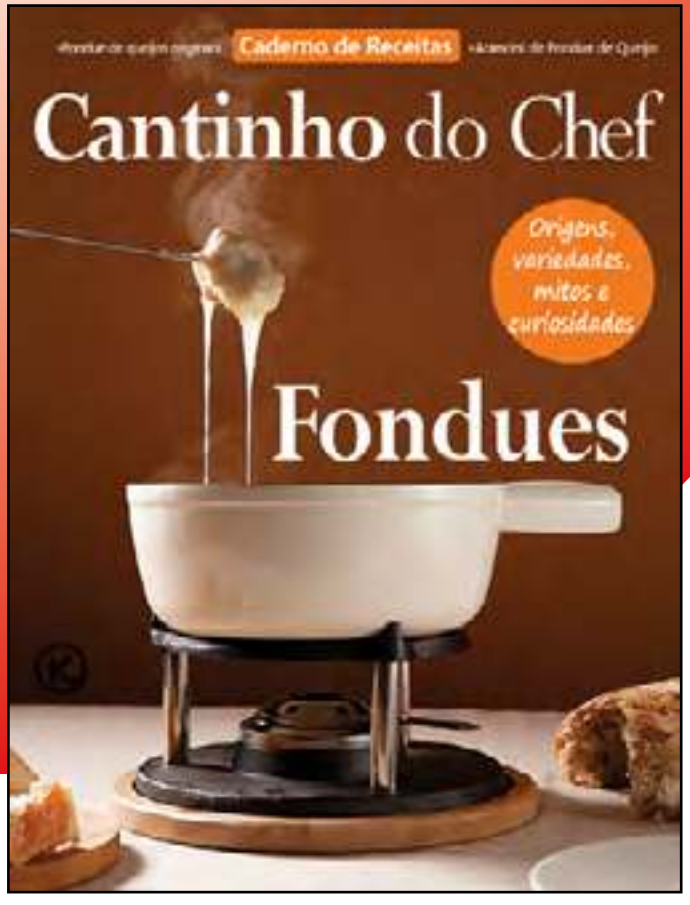
Tenha acesso as principais revistas do Brasil de forma gratuita!

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas









BAIXE JÁ!
na sua banca virtual

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



BAIXE JÁ!

na sua banca virtual

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



VEGANISMO E CULINÁRIA ORIENTAL

A mistura da culinária oriental com a cozinha vegana tem raízes profundas na história e na cultura do Japão, especialmente influenciada pelo budismo. A introdução do budismo no Japão, por volta do século VI, trouxe consigo a prática de uma alimentação baseada em princípios de não-violência e compaixão. Os monges budistas, seguindo a filosofia de evitar o sofrimento de seres vivos, adotaram uma dieta vegetariana e, muitas vezes, vegana. Essa prática deu origem à Shojin Ryori, a culinária budista japonesa, que é inteiramente baseada em vegetais. A combinação da culinária oriental com a cozinha vegana é um exemplo de como a tradição e a inovação podem se unir para criar algo único e delicioso, tema desta edição. Desde as práticas antigas dos monges budistas até as modernas inovações culinárias, essa mistura continua a encantar e a nutrir pessoas ao redor do mundo. E seu público cresce a cada dia, o que podemos ver com o exemplo do Yaki Way, de Fortaleza, no Ceará, restaurante que foi criado no nordeste brasileiro, possuindo também as influências da cozinha regional em seu menu. Boa leitura!
Redação Sushi Art

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



SUSHI ART

KLUB EDITORIAL LTDA. ME
Av. Nova Cantareira, 5027 - Tremembé,
São Paulo, SP - CEP 02341-002

PUBLISHER, DESIGNER E DIREÇÃO DE ARTE:
Silvio Reschiliani

JORNALISTA RESPONSÁVEL E EDITORA:
Ieda Maria Cerqueira
Registro no Sindicato dos Jornalistas de SP - Mtb 18401
WHATSAPP: +55 11 99588-7493
ieda@klubeditorial.com.br

REDES SOCIAIS: @klubeditorial

CONSULTORA PEDAGÓGICA E MARKETING:
Jussara Irajah H.

IMAGENS: Freepik, Pixabay

DISTRIBUIÇÃO EM BANCAS DIGITAIS:
EDICASE ASSESSORIA - www.edicase.com.br

CONSULTOR CONTÁBIL: Jairo Pereira
jairo0702@gmail.com

CONSULTOR JURÍDICO: Eric Hirai

Nº 72, Ano 6, setembro/24, R$ 14,90 - **ISSN 2526-642X**
© Todos os direitos reservados. A SUSHI ART é uma publicação mensal da Klub Editorial Ltda ME. CNPJ 19.037.586/0001-97. Registro no Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia (IBICT), em Brasília, sob o número 2526-642X do International Standard Serial Number.

NOSSAS PUBLICAÇÕES:
ARTE KLUB,CANTINHO DO CHEF, IDEIAS E REVOLUÇÕES, SPAÇO PETS, SPORTS 365, SUSHI ART, THYANNA, UNIVERSO BEBÊ E CRIANÇA, VIAGENS E DESTINOS.

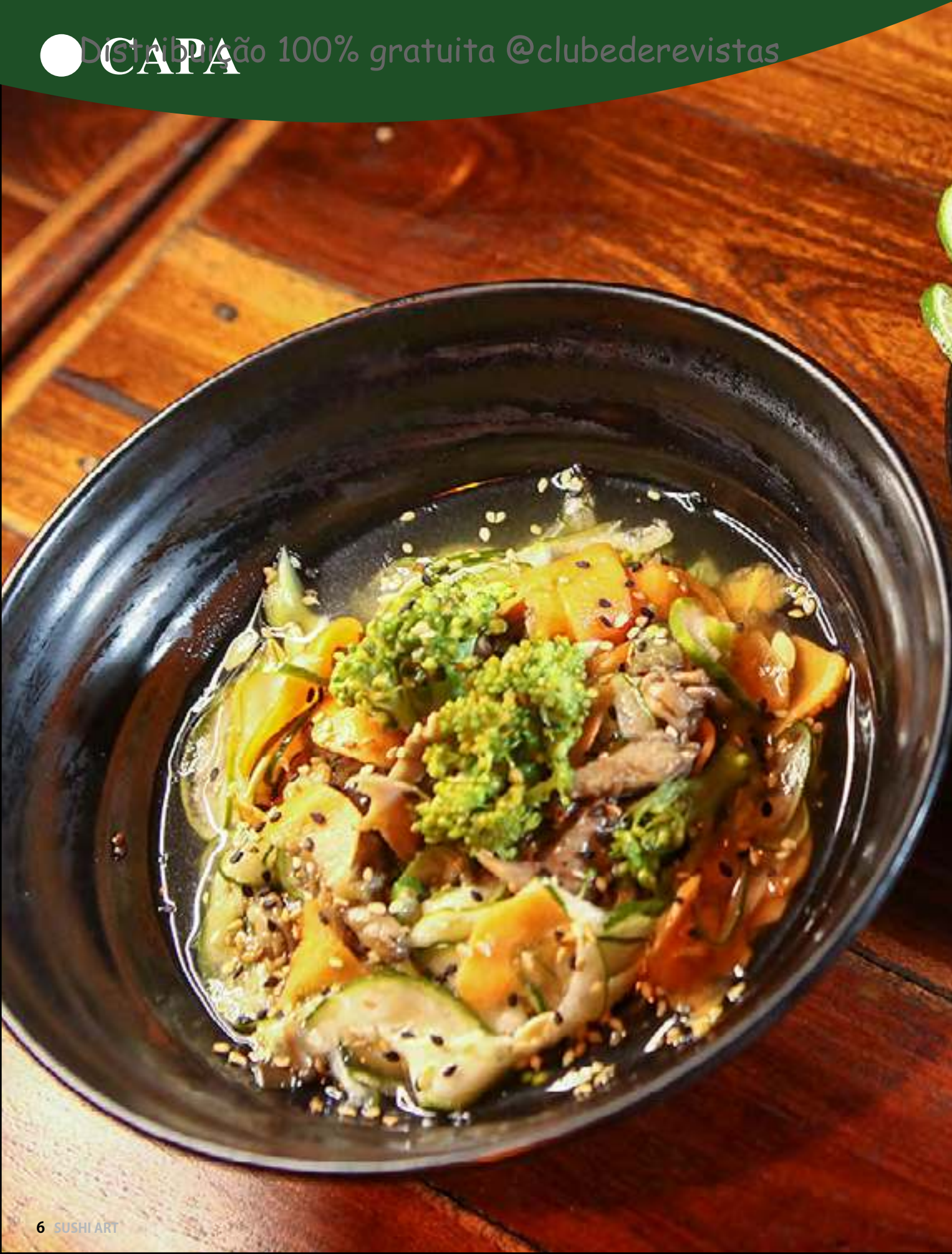
REVISTAS KLUB EDITORIAL

Apoie o jornalismo profissional, contra as fake news! Assine já!

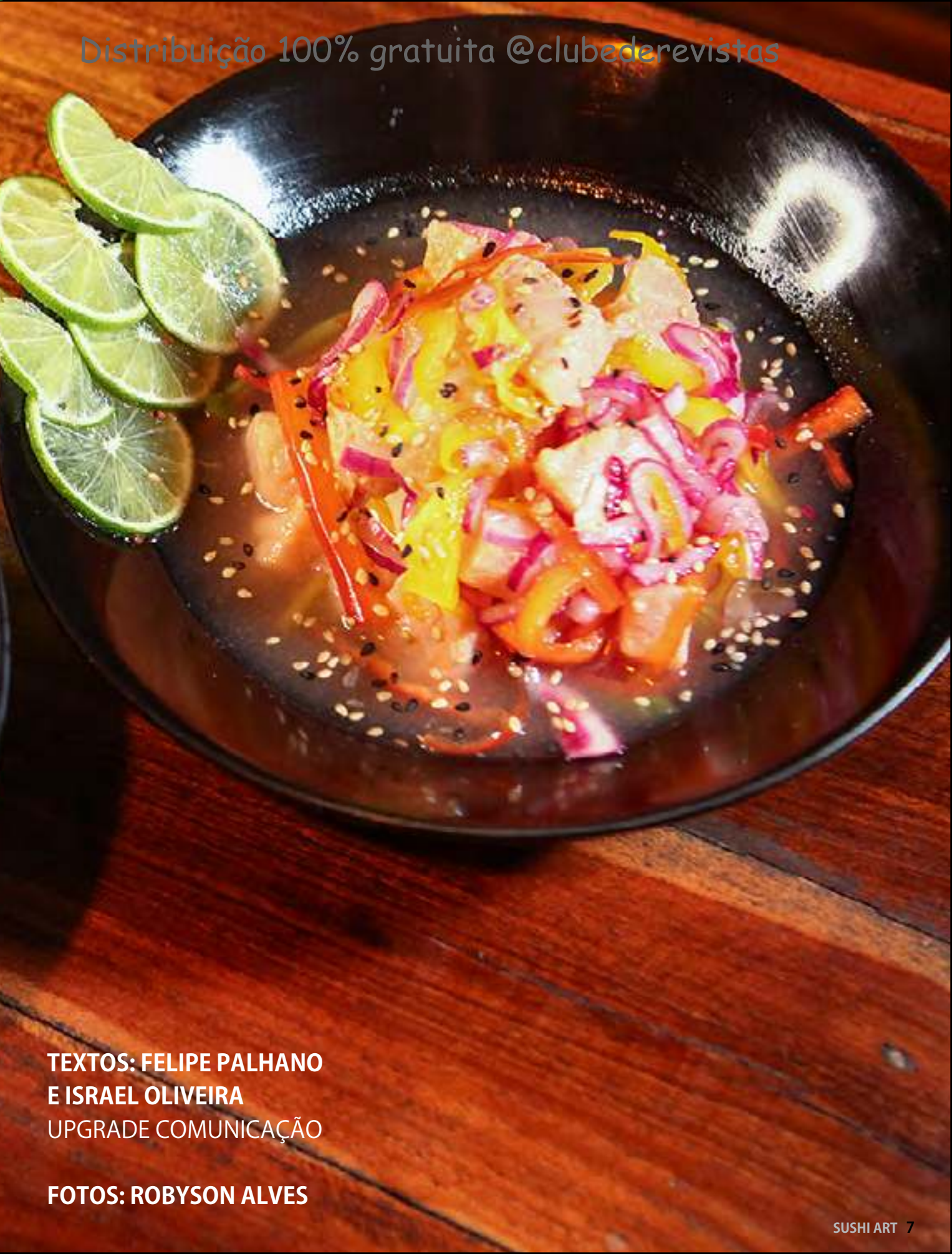
chave pix
CNPJ 19.037.586/0001-97

12 edições digitais R$ 49,90
SUSHI ART por 1 ano
+ brindes surpresas

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



TEXTOS: FELIPE PALHANO
E ISRAEL OLIVEIRA
UPGRADE COMUNICAÇÃO

FOTOS: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

CULINÁRIA ORIENTAL ALIADA À COZINHA **VEGANA** TEM ATRAÍDO UM NÚMERO CADA VEZ **MAIOR** DE CONSUMIDORES

O veganismo tem ganhado cada vez mais espaço na culinária oriental no Brasil, refletindo uma tendência global de busca por opções alimentares mais saudáveis e sustentáveis. A culinária oriental, especialmente a japonesa, tem se adaptado para atender a essa demanda crescente por pratos veganos.

No Brasil, restaurantes e redes de delivery têm inovado ao oferecer pratos tradicionais da culinária oriental em versões veganas. Esses pratos são elaborados com ingredientes que substituem os produtos de origem animal, mantendo o sabor e a autenticidade da culinária japonesa.

A adaptação da culinária oriental ao veganismo no Brasil é um reflexo da mudança de hábitos alimentares e da busca por uma alimentação mais consciente. Com isso, os consumidores têm à disposição uma variedade de pratos saborosos e nutritivos, que respeitam os princípios do veganismo e celebram a riqueza da gastronomia oriental.

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



Empresário Eder Coelho, com chef Wanderson Samuel: Restaurante Yaki Way investe na capacitação de funcionários com workshops e treinamentos com especialistas da culinária oriental.

FOTO: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

SEGUNDA SEM CARNE E OPÇÕES INOVADORAS NO CARDÁPIO DO YAKI WAY, NO CEARÁ

Restaurante encanta os cearenses e turistas com pratos orientais autênticos, opções veganas e influências da cozinha regional nordestina.

Na capital do Ceará, no movimentado bairro do Benfica, em Fortaleza, conhecido por suas festas, bares e restaurantes, o Yaki Way se destaca como um destino gastronômico que une tradição e modernidade. Desde sua abertura em 5 de dezembro de 2012, há mais de uma década, o restaurante tem conquistado os paladares de residentes e turistas, oferecendo uma experiência única que combina a culinária oriental com toques contemporâneos.

O cardápio do Yaki Way celebra a diversidade e a riqueza da culinária oriental. O ambiente e localização do restaurante é outro grande atrativo. Com uma decoração que combina elementos tradicionais japoneses com toques modernos, o restaurante proporciona uma atmosfera aconchegante e sofisticada, incluindo um novo terceiro andar ao ar livre. Os clientes são recebidos por uma equipe atenciosa e bem treinada, que se esforça para tornar a experiência gastronômica ainda mais especial.

Uma das especialidades da casa é o Yakisoba, que deu origem ao nome do restaurante. “Há 12 anos, comecei a experimentar Yakisoba por influência de uma amiga. Depois que comecei a experimentar, procurei em outros restaurantes e provei diversos tipos. Nesse contexto, tive a ideia de um Yakisoba regional, com a

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



Refrigerante de gengibre

FOTO: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

cara do Ceará, com Carne de Sol. Na época, trabalhava como representante de uma marca de surf, vivia nas praias e queria montar meu próprio negócio, para ficar mais caseiro e ver mais o dinheiro. Trabalhei na Lacta, Nestlé, Microsoft, Bayer, Nivea, Royal Canin, conheci o estado inteiro, viajei muito. Então resolvi arriscar, comecei a vender esse Yakisoba e lancei o Yaki Way", conta Eder Coelho, empresário do restaurante, que mantém uma promoção especial na segunda-feira, a "Segunda sem Carne", com pratos veganos em promoção.

"Devido a esse sonho de montar o restaurante, eu liguei para um grande amigo, o chef Alexandre Cordeiro, que na época era chefe de cozinha do Othon Palace Hotel, na Beira-Mar de Fortaleza. Ele me ensinou tudo, fiz uma consultoria e sou muito grato. Fui no Sebrae também. Mas sempre realizamos consultorias de grandes chefs com toda equipe do Yaki Way para nos atualizarmos e oferecermos conhecimento e oportunidades aos funcionários ", explica o empresário Eder Coelho, que sempre lança novidades no cardápio do seu restaurante. O chef Samuel aproveitou uma dessas oportunidades. "Eu era cliente do Yaki, morava aqui pertinho. Entrei como garçom, mas já sempre demonstrei muito interesse pela cozinha. No decorrer do movimento, eu sempre estava para ajudar e fui aprendendo aos poucos. O meu patrão trouxe alguns consultores, para realizarem workshops. Fui aprendendo tudo e hoje estou no time da cozinha do restaurante. Desde criança foi meu sonho", afirma Samuel para a SUSHI ART.

O Yaki Way oferece os tradicionais Yakisoba, Chop Suey, sushis variados e clássicos da culinária oriental como Imperial (batata frita com legumes e molho) em seu menu vegano. Além do Tempurá vegetariano, o Nassu no Missô, uma berinjela empanada, vem surpreendendo o público com o sabor agridoce do tempero oriental. Uma das novidades lançadas recentemente é o Green Bean, uma vagem apimentada do menu vegano que Eder conheceu em restaurante na Califórnia.
A frequência no restaurante só aumenta a cada ano. "Quando a gente começou a vir pra cá, era bem menor, não tinha o andar de cima que tem agora",

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



Caju xadrez

FOTO: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

afirma João Melo, estudante de Ciências Sociais da Universidade Federal do Ceará, que fica no mesmo bairro do Yaki Way. "Venho com minha família e amigos também estudantes da UFC. Eu acho que eles gostam muito pela qualidade, as peças de Sushi não são pequenas e o preço é bom. Completamos sempre a cartela de fidelidade e ganhamos as promoções também", explica o estudante.

As opções veganas fazem sucesso nas vendas do restaurante Yaki Way. "Tem muita opção de comida vegana em Fortaleza, mas oriental, quase nada. A influência do veganismo no Yaki Way veio da relação de outro local do corredor gastronômico do Benfica, o Mandir, um restaurante vegano, de uma família Hare Krishna. Eles começaram a frequentar o Yaki Way e dar ideias de pratos", conta Eder. Na época o empresário participou de uma feira de gastronomia vegana de Fortaleza, o Navegano, onde vendeu tudo que tinha no primeiro dia de feira, em poucas horas. "Dessa experiência no Navegano pude comprovar que a combinação de culinária oriental com cozinha vegana seria um sucesso".

A presença de diversas opções de menu vegano, além de pratos diferentes como o Sushi Dog e o Burger Sushi, também contribuem para o sucesso do Yaki Way. "Quem vai para a balada no Benfica gosta de jantar aqui antes, com um bom combinado de Sushi, nossos pratos quentes da culinária chinesa ou para descobrir qual novidade estamos inventando", completa Eder.

Ao longo dos anos, o Yaki Way tem sido reconhecido como um dos melhores restaurantes de Fortaleza, batendo recordes de vendas online. Mas o sucesso não faz com que o restaurante se acomode. Sempre buscando inovar e surpreender seus clientes, o Yaki Way continua a explorar novas tendências e a aprimorar suas receitas com pesquisas, viagens nacionais e internacionais, além de cursos.

Com um compromisso constante com a qualidade, o Yaki Way segue encantando os moradores e visitantes do bairro Benfica, em Fortaleza. Usando insumos sempre frescos e de qualidade, o restaurante continua a ser uma referência gastronômica na região.

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

Confira as receitas trazidas com exclusividade para a revista Sushi Art.



Tempurá

FOTO: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas





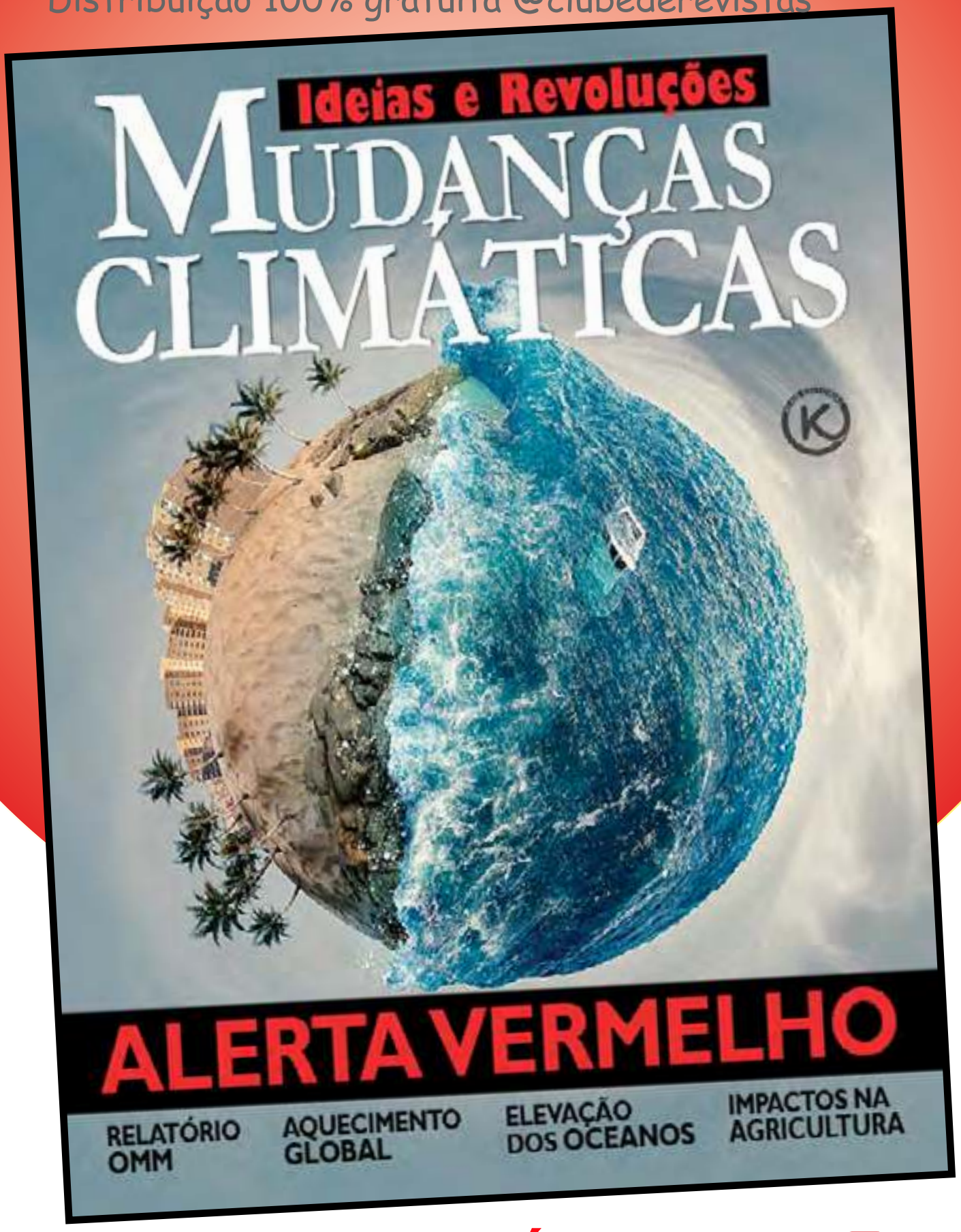




BAIXE JÁ!

na sua banca virtual

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



BAIXE JÁ!

na sua banca virtual

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

VAGEM GREEN BEAN

INGREDIENTES

- 200g vagem fresca limpa e cortada as pontas
- 3 colheres de sopa de óleo vegetal
- 2 dentes de alho picado
- 2 pedaços de gengibre
- 1 cebola cortada em tiras
- 2 pimentas-dedo-de-moça (com ou sem sementes)
- 2 colheres de sopa molho soja-shoyo
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) missô
- 1 colher (sopa) óleo de gergelim

MODO DE PREPARO

1. Cozinhe as vagens por cerca de 5 minutos com água e uma colher (chá) de sal, após isso retire e deixe secar por 5 minutos.
2. Em uma frigideira ou tacho, em fogo médio, aqueça o óleo, em seguida o alho, a pimenta, o gengibre e a cebola.
3. Acrescente a vagem, aumente o fogo e mexa.
4. Acrescente o molho de soja e um fio de óleo de gergelim.
5. Refogue por 2 minutos, até que o molho esteja espesso.

FOTOS: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

NASU NO MISSÔ



Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



INGREDIENTES

- 1 Berinjela inteira
- 100g molho Su (vinagre de arroz)
- 100g de açúcar
- 100g de trigo
- 200ml de água gelada
- 120g de maisena
- 50ml de shoyo
- 5ml de óleo de gergelim
- 1 colher de sopa de fermento
- Cebolinha para finalização

MODO DE PREPARO

1 Corte a berinjela em 4, tire o miolo cortando na diagonal, o segredo é fazer uns cortes transversais na casca para que ela derreta total.

2 Separe o trigo e jogue a berinjela em cubos até cobrir todas.

3 Em uma tigela, misture 200 ml de água gelada, a maisena, o fermento e jogue os cubos cortados.

4 Aqueça o óleo vegetal a aproximadamente 170°C a 180°C e coloque a berinjela uma a uma.

5 Após fritar, reserve para escorrer um pouco do óleo, acrescente o molho caramelizado do missô, finalize com a cebolinha e sirva.

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

TEMPURÁ



INGREDIENTES

- 200g de trigo
- 100g de maisena
- 1 colher de sopa de fermento
- 1 colher de chá de tempero de legumes
- 200ml de água gelada
- 1/2 cenoura cortada em tiras
- 2 folhas de repolho cortado em tiras
- 2 folhas de acelga
- Tarê, cebolinha e gergelim torrado para finalizar

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

MODO DE PREPARO

1 Misture o trigo, maisena, água gelada e fermento.

2 Em seguida, coloque os legumes e misture.

3 Em um tacho aquecido, coloque o óleo vegetal e jogue os legumes na massa.

4 Acomode em um papel toalha para tirar o excesso de óleo.

5 Finalize com fios de tarê, a cebolinha e o gergelim torrado.



Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

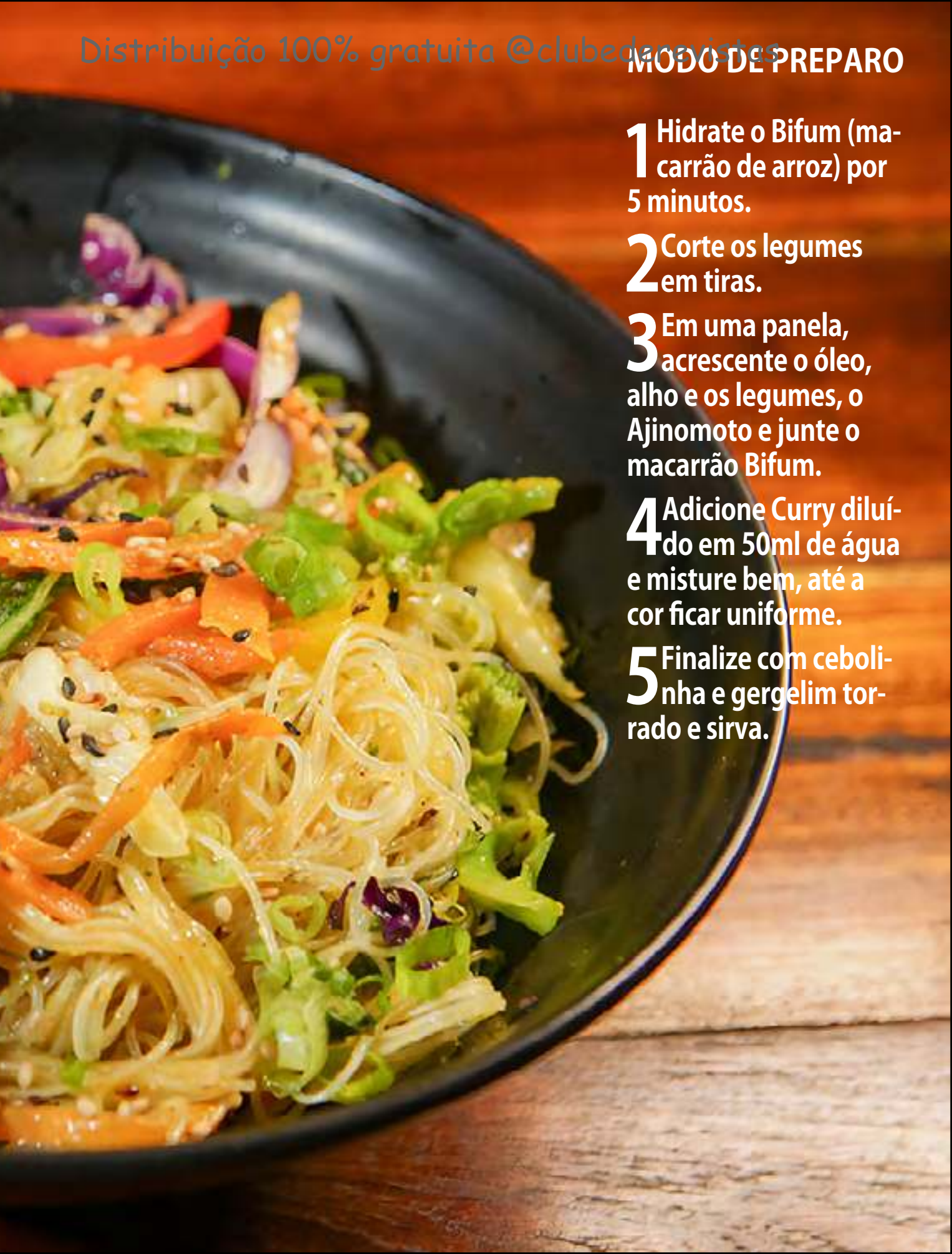
BIFUM À SINGAPURA VEGANO



INGREDIENTES

- 100g de macarrão Bifum
- 1 colher (sopa) de tempero de legumes
- 1 colher (sopa) curry
- 20g de repolho/ 20g de cebola/ 20g de brócolis
- 20g de pimentões (verde/vermelho/amarelo)
- 1 dente de alho picado
- 20g de cenoura
- 200ml de água
- 5g de Ajinomoto
- 2 colheres de sopa de óleo vegetal
- Finalize a cebolinha e o gergelim torrado

Distribuição 100% gratuita @clubedasvistas



MODO DE PREPARO

1. Hidrate o Bifum (macarrão de arroz) por 5 minutos.
2. Corte os legumes em tiras.
3. Em uma panela, acrescente o óleo, alho e os legumes, o Ajinomoto e junte o macarrão Bifum.
4. Adicione Curry diluído em 50ml de água e misture bem, até a cor ficar uniforme.
5. Finalize com cebolinha e gergelim torrado e sirva.

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

YAKISOBA

INGREDIENTES

- 150g de macarrão (massa chinesa)
- 200g de repolho verde e roxo
- 200g de brócolis
- 200g de pimentões (verde/vermelho/amarelo)
- 20g de cebola - 20g de cenoura
- 20g de acelga
- 2 colheres de sopa de óleo vegetal
- 1 colher de sopa de amido de milho
- 50 ml de água
- 1 dente de alho (picado)
- 8 colheres de sopa de Shoyo
- 1 colher de sopa de molho inglês
- 200ml de água
- 1 colher de sopa de Açúcar
- 120g de carne
- 120g de frango
- Finalize com cebolinha e gergelim torrado



Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



MODO DE PREPARO

1 Cozinhe o macarrão (massa chinesa) al dente e reserve.

2 Em um tacho ou frigideira, adicione óleo, alho, cebola, a carne e o frango; na sequência coloque os repolhos, pimentões, brócolis e acelga.

3 Adicione Shoyu, água, o açúcar e o molho inglês; após ferva e coloque o amido de milho e acrescente o macarrão.

4 Finalize com cebolinha e gergelim torrado.

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas



Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

CEVICHE

INGREDIENTES

- 200g de salmão
- Meia cebola roxa
- Meio pimentão (verde/ vermelho/amarelo
- Pimenta sriracha a gosto
- 1 limão inteiro
- 1/2 tangerina
- 1 colher de chá de hondashi
- 1 fio de óleo de gergelim
- Para finalizar Cebolinha e gergelim torrado

MODO DE PREPARO

1 Marinada: junte em uma tigela o salmão, o limão, a pimenta, o hondashi, os pimentões e a cebola roxa em tiras finas.

2 Adicione à marinada o suco de tangerina sem caroço e finalize com gergelim torrado e cebolinha a gosto.

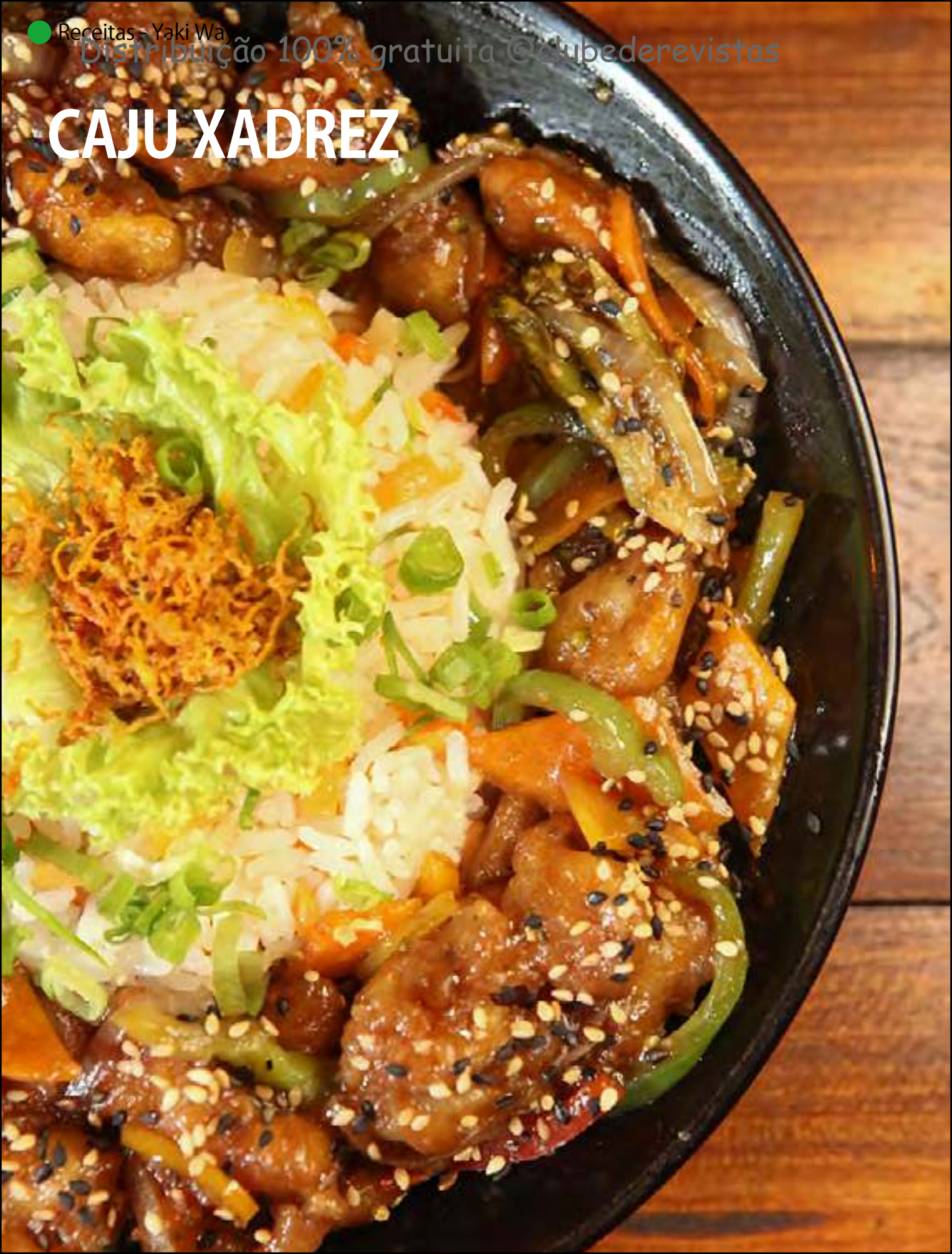


Equipe Yaki Way

FOTOS: ROBYSON ALVES

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas

CAJU XADREZ



Distribuição 100% gratuita @clubedasrevistas

INGREDIENTES

- 3 colheres de sopa de óleo vegetal
- 150g de caju (desidratado no sal por 2h ou mais para não deixar ácido)
- 1 dente de alho
- 8 colheres de sopa de Shoyo
- 1 colher de sopa de molho inglês
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 200ml de água
- 1 colher de tempero de legumes
- 1 colher de sopa de catchup
- Finalize com fio de óleo de gergelim e cebolinha

ARROZ CHOP SUEY

- 180g de arroz branco já pronto
- 100g de cenoura
- 100g de pimentão vermelho/ 100g de pimentão verde/100g de pimentão amarelo
- 5g de Ajinomoto

EMPENAMENTO CAJU

- 100g de trigo
- 200ml de água gelada
- 200g de maisena
- 1 colher de sopa de fermento

MODO DE PREPARO

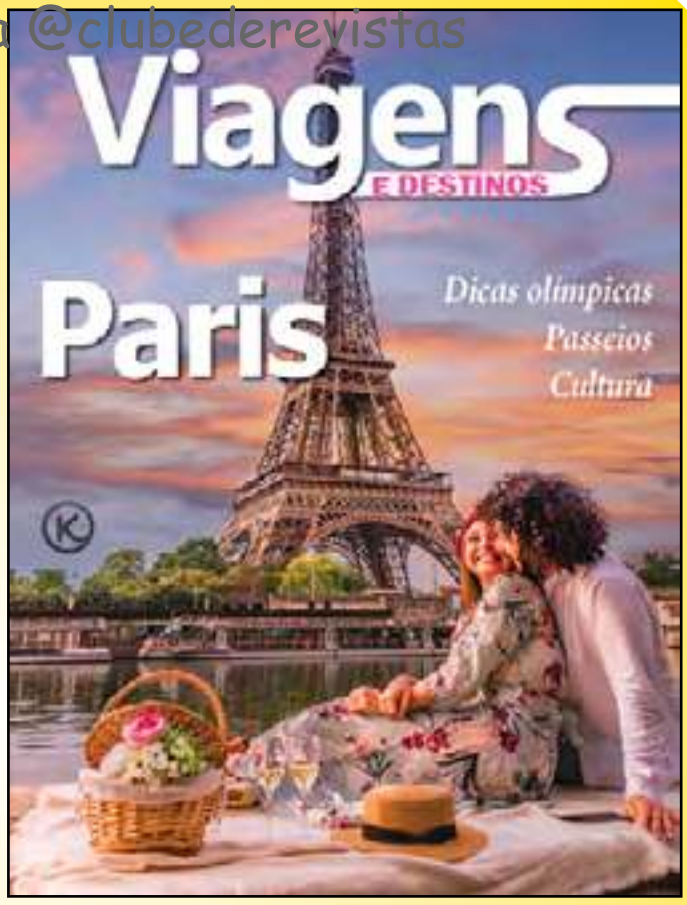
1. Desidrate o caju e em seguida lave-o bem.
2. Separe o trigo e jogue o caju.
3. Em outra tigela misture água com maisena e fermento. Tire o caju do trigo e misture nessa massa.
4. Refogue o arroz branco já pronto com cenoura, pimentões e Ajinomoto, separe o arroz chop suey em um prato.
5. Refogue os legumes, acrescente o molho e monte o prato e sirva finalizando com cebolinha e com um fio de óleo de gergelim.

MOLHO:

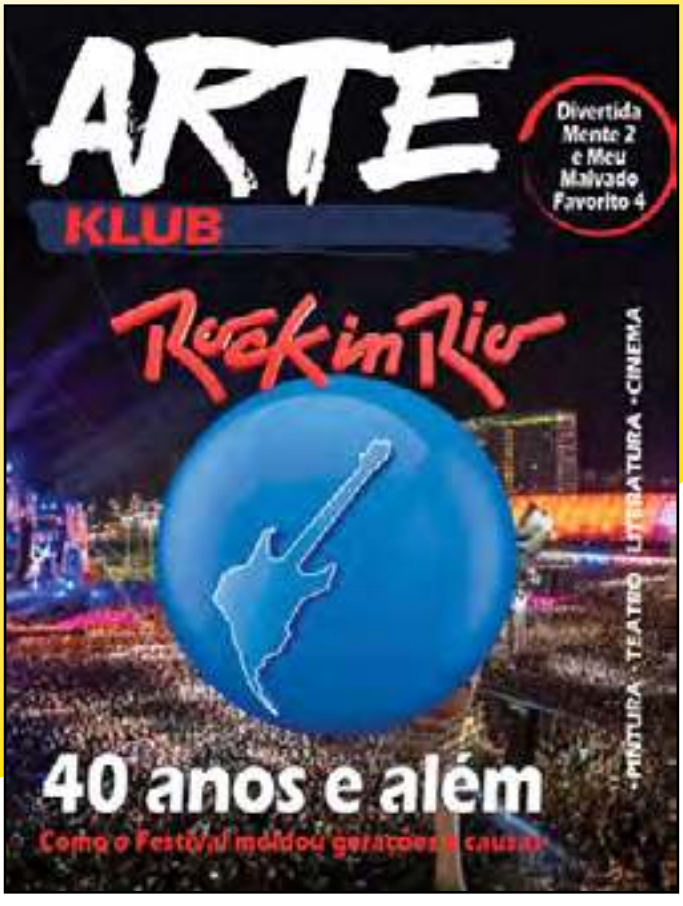
6. Coloque o óleo vegetal, o alho, o Shoyo, molho inglês, a água, o tempero de legumes, e o catchup e acrescente a maisena para engrossar.

Distribuição 100% gratuita @clubederevistas









BAIXE JÁ!
na sua banca virtual

CLUBE DE

REVISTAS



Entre em nosso grupo no Telegram t.me/clubederevistas

Clique aqui!

Tenha acesso as principais revistas do Brasil de forma gratuita!