



**lab .maní**

um projeto GRUPO MANÍ-MANIOCA

# a inspiração |

O **lab**.maní nasce da vontade de fazer com que o Maní transcenda o âmbito da cozinha. Temos uma expertise, um savoir-faire, e queremos compartilhar este conhecimento, contribuindo para o desenvolvimento profissional e pessoal daqueles que querem se tornar cozinheiros ou empreender no ramo da alimentação.

# o projeto |

O **lab.maní** é um curso livre de cozinha com duração de **4 meses**. Na metade inicial, **7 trainees** passarão pela cozinha de produção, onde são preparadas todas as bases do Maní (caldos, molhos, reduções e guarnições). Aprenderão técnicas de corte, manipulação de carnes e frutos do mar, porcionamento e armazenamento, cozimento em baixa temperatura, limpeza e higienização da cozinha. Nesse período, terão a chance de se ambientar com as produções do restaurante e, sobretudo, ganhar ritmo e agilidade na rotina de trabalho.

Nos dois meses seguintes, os trainees ficarão na **cozinha de serviço** do Maní. Terão a chance de passar pelas praças fria e quente (chapa, guarnição, arroz), passe e confeitaria. Nessa etapa, o objetivo é entender como funciona uma cozinha de serviço. Aprenderão a se comunicar com os cozinheiros da praça, para que o serviço flua; a organizar o mis-en-place; a se movimentar na cozinha e a "trabalhar o ouvido" (ficar atento aos comandos do chef).

a quem se destina |

Qualquer pessoa pode se inscrever para participar do **lab.maní**. Não é necessário ser cozinheiro nem estudante de gastronomia. As únicas habilidades esperadas dos candidatos ao curso livre são **vontade** (de aprender), **assiduidade** (para se dedicar durante os 4 meses ao projeto) e **persistência** (para dominar todas as etapas do processo).

# como funciona |

A primeira turma começa no dia 4 de julho; e a seguinte, em setembro. Ou seja, um novo módulo tem início a cada dois meses.

Os trainees serão divididos em dois turnos (8h/16h ou 16h/0h), para poderem acompanhar a rotina real de trabalho e entender a dinâmica de funcionamento de um restaurante.

# o aprendizado |

Durante os dois primeiros meses, os trainees terão aulas semanais com temas como: higiene e manipulação dos alimentos; postura de trabalho; separação do lixo e compostagem; serviço do vinho e coquetelaria; serviço de salão; fermentados e iogurtes; e afiação de faca.

Também terão a oportunidade de participar de aulas organizadas pelos cozinheiros e profissionais de salão do Maní, em que cada um compartilha seu conhecimento sobre temas que dominam. Estão previstas ainda visitas aos produtores-parceiros do grupo.

# a inscrição |

Os candidatos deverão enviar para o e-mail `lab.mani@manimanioca.com.br` os seguintes arquivos:

- \* ficha de pré-inscrição
- \* carta de apresentação com 20 linhas, com informações sobre as experiências de vida e profissional e uma breve resposta à pergunta:  
"Por que quero participar do **lab.mani**?"
- \* currículo

Os pré-selecionados serão, então, entrevistados pessoalmente ou por skype (os que não forem de SP)



# o material |

Os trainees receberão 3 dólãs e uma apostila digital com todo o conteúdo que será abordado durante o curso livre. De uso pessoal, cada um deve ter sua própria faca e também dispor dos demais itens de vestuário (calça jeans, preta ou quadriculada; calçado antiderrapante próprio para cozinha, avental e lenço (mulheres) ou bandana (homens)).

a equipe |

coordenação e seleção GABRIELA FRANZOI

apoio e acompanhamento VINICIUS NAGAO

supervisão GIOVANA BAGGIO



À semelhança do polvo, que habilmente manipula  
seus tentáculos num ritmo harmonioso e  
ensaiado, também o cozinheiro tem de nadar com  
precisão e delicadeza na cozinha.