



DE BANDEJA

O conceito "fast food" normalmente está associado a alimentação menos rica em nutrientes e de pouca variedade. As grandes redes internacionais têm se esforçado muito nos últimos anos para reverter esta imagem, por meio da reformulação de seus cardápios e da oferta de opções que sejam percebidas pelo público como "mais saudáveis". No entanto, a mudança de hábitos e preferências de consumo, assim como a conscientização das pessoas com relação a importância da qualidade da alimentação, motivou o surgimento de diversos novos modelos de negócios e marcas ao redor do mundo, que entregam o conceito de saudabilidade sem abrir mão de importantes atributos do fast food como: rapidez, padrão e acessibilidade.

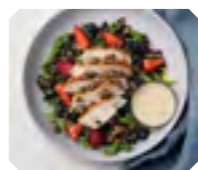
Nesta edição de agosto trazemos, "De Bandeja", alguns exemplos de redes de alimentação saudável, de diferentes lugares do mundo, que são excelentes referências para quem se identifica ou tem interesse pelo tema.

THRIVE



A melhor coisa sobre essa rede australiana de fast-food saudável é a variedade. Além de seguirem a risca o conceito de saudabilidade, através da composição de suas receitas e ingredientes, oferecem opções veganas, vegetarianas, sem glúten e para outros gostos ou restrições alimentares. O menu atende bem o café da manhã, almoço, jantar ou lanche. Atualmente são mais de 10 lojas em toda a Austrália, com grande cobertura de Delivery.

EVERYTABLE



A rede californiana disponibiliza alimentos saudáveis para todos os gostos, com precificações diferentes por região de forma a garantir a acessibilidade ao público. A comida é famosa não apenas pela rapidez e acessibilidade mas também pelo sabor de seus pratos e qualidade de seus ingredientes frescos e sazonais.

LEON



A rede Leon, localizada no Reino Unido, adota o conceito saudável através da releitura de pratos típicos do fast-food como hamburgueres e batatas fritas e pratos típicos ingleses. Possuem mais de 50 restaurantes em todo o país.

sweetgreen



A rede americana originada em NY, possui mais de 70 unidades, e tem sido a opção preferida no almoço dos executivos preocupados com a saúde. Através do conceito "do campo para a mesa", oferecem opções de saladas e pratos famosos como a tigela de taco de peixe e uma versão crua vegana de pad thai.

freshii



A rede originada no Canadá, já está presente nos EUA, Europa, Ásia, Austrália, América do Sul e Emirados Árabes Unidos. Oferecem desde saladas e tigelas a burritos e um excelente menu de café da manhã. São famosos também pelo seu iogurte congelado probiótico com variações de coberturas saudáveis.

oliver's



Antes de essa rede de fast-food australiana entrar em cena, as opções para alimentação nas estradas do país eram limitadas ao McDonalds, KFC ou Subway. Os restaurantes da rede já são encontrados ao longo da costa leste, servindo opções excelentes de saladas, wraps e os famosos feijões verdes no lugar de batatas fritas.

GRFS (GLOSSÁRIO REDE FOOD SERVICE) INCREMENTE SEU VOCABULÁRIO:

O Glossário desta edição é sobre um tema que gera muita dúvida nas pessoas e está diretamente relacionado a forma como nos alimentamos ou vendemos os alimentos.
Bom apetite!

PRODUTOS DIET: São aqueles destinados a dietas com restrição de nutrientes (ex: açúcares; gorduras; proteínas e sódio). São alimentos para fins especiais, ou seja, formulados especialmente para grupos da população que apresentam condições fisiológicas específicas, apresentando na sua composição quantidades insignificantes ou são totalmente isentos de algum nutriente.

PRODUTOS LIGHT: São aqueles que apresentam a quantidade de algum nutriente ou de seu valor energético reduzido, quando comparado a um alimento convencional. Para que seja considerado light, são definidos os teores de cada nutriente e/ou valor energético do alimento. Por exemplo, iogurte com redução de 30% de gordura é considerado light.

PRODUTOS ZERO: São aqueles isentos de algum nutriente, comparados com a versão tradicional. Para existir a alegação de, por exemplo, "zero açúcar", o produto pode apresentar no máximo 0,5 gramas de açúcar em 100 gramas do alimento pronto para o consumo.

LACTOSE: É o nome do açúcar natural encontrado no leite e seus derivados, responsável pelo seu sabor levemente adocicado. É formada por alguns carboidratos e considerada uma das mais comuns fontes de energia. Algumas pessoas podem ser sensíveis ou intolerantes a Lactose.

GLÚTEN: É um composto de proteínas que pode ser encontrada nos cereais como trigo, centeio ou cevada e promove a elasticidade, a plasticidade e a adesividade da massa, conferindo maciez e boa textura ao alimento. Algumas pessoas podem ser sensíveis ou intolerantes ao Glúten.