

## Gastronomia&

# Rafa Costa e Silva, mestre do sabor

Proprietário de um dos melhores restaurantes do mundo, com uma estrela no Michelin, o Lasai, Rafael traz uma deliciosa receita de macarrão   carbonara

---

### Da Reda o

RMVALE

---

**R**afael Costa e Silva nasceu em 1979. Embora oriundo de uma família de advogados, desde muito cedo quis ter seu restaurante. O sonho o fez cursar Administra o de Empresas, se preparando para comandar o negócio além das panelas. Aos 22 anos, Rafael deixou o Brasil para estudar no Culinary Institute of America, de Nova York, e passou uma década em San Sebastián, na Espanha, onde se destacou na cozinha do renomado Mugaritz. Foi no restaurante que conheceu a texana Malena Cardiel, que tornou sua esposa e sócia em seu atual restaurante, Lasai, no Rio de Janeiro, considerado um dos 100 melhores restaurantes



do mundo. No espaço gastronômico são servidos menus degustação feitos por uma equipe de 13 cozinheiros. O restaurante tem duas hortas próprias que fornecem alimentos frescos, uma em Itanhangá e outra no Vale das Videiras, na Serra Fluminense. É esse cuidado que fez de Rafael um dos maiores chefs de sua geração e sua fama na alta gastronomia, utilizando ingredientes orgânicos e frescos. Em 2020 foi convidado pelo jurado e chef português José Avillez, que teve que retornar ao seu país de origem por conta da pandemia, para substituí-lo no programa “Mestre

do Sabor”, apresentado por Claude Troisgros na Rede Globo. Foi um sucesso imediato, que garantiu sua permanência fixa no casting para as demais temporadas. O Lasai possui uma estrela no Michelin e é o 24º na lista Best Restaurant Latin America e o 74º na Best Restaurant in the World. No Instagram Rafa Costa e Silva já tem quase 130 mil seguidores. Com a pandemia passou a entregar suas criações gastronômicas por meio do Lasai Empório em toda zona sul do Rio de Janeiro e com retirada no local. Para a **Metrópole Magazine**, uma receita de macarrão à carbonara.

Fotos: Divulgação



## Macarrão à carbonara



### INGREDIENTES

- 150 gramas do macarrão (da massa seca ou da massa industrializada)
- 2 ovos;
- Bacon ou linguiça fina ao seu gosto;
- Azeite para fritar;
- Queijo tipo parmesão ralado ao seu gosto;
- Pimenta e sal ao seu gosto.

### PREPARO

Faça a sua carbonara cozinhando primeiramente a massa por mais ou menos uns 8 minutos até ela ficar no tipo al dente. Em uma panela, adicione o azeite e coloque o bacon ou a linguiçinha para fritar. Assim que o macarrão estiver cozido, coloque-o junto com o bacon, temperando com sal e também com pimenta. Em seguida, faça uma mistura de queijo e ovos, acrescentando a massa. Quando tudo estiver misturado, veja se o sal está ao seu gosto e pronto! ■