



Especialistas em Alimentação

nº 40 | FEVEREIRO 2021



Mensagem da administração

2021 começou, e irá ser um ano de muitos Desafios para a Equipa ITAU. Continuaremos a precisar do **empenho** e **dedicação** de Todos para ultrapassarmos os imprevistos e dificuldades que esta pandemia nos traz. E só o conseguiremos se continuarmos a trabalhar em Equipa, apoiando-nos uns aos outros, ajudando os nossos Clientes nas situações mais duras que estão a passar, envolvendo-nos com as suas equipas nas soluções. Estes tempos também nos permitem analisar o que na realidade é importante e fundamental e o que é acessório e dispensável. E, por isso, estamos a trabalhar na retaguarda para corrigir alguns desses pontos para que, quando pudermos regressar em pleno, estejamos mais preparados para o futuro. Não devemos desistir de acreditar na frase **VAI FICAR TUDO BEM**, que partilhámos em Abril e Maio do ano passado. Mas para que ela se concretize, **todos** nos devemos responsabilizar por isso

Um Bom Ano de 2021 e PROTEJAM-SE.



Mobilidade Elétrica

Em 2020, o ITAU manteve o seu compromisso em prol de um mundo mais sustentável. Entre as muitas medidas implementadas durante o ano, realçamos o aumento da nossa frota automóvel para transporte de refeições, com mais uma viatura 100% elétrica e amiga do ambiente.



Este é um projeto que o ITAU tem implementado há 3 anos. Confira o início desta iniciativa no vídeo que partilhámos na nossa rede social: <https://lnkd.in/eBmTPX8>

Juntos a fazer de 2021 um ano mais verde!



Formação da ETPM ministrada por colaboradores do ITAU

Estava tudo pronto para recebermos nas nossas unidades a 3ª Mobilidade dos alunos da Escola Técnico-Profissional da Moita (ETPM), mas a pandemia não permitiu que assim fosse. Todavia, de forma virtual, conseguimos garantir a continuidade da formação e contamos com 3 profissionais da nossa equipa para partilhar os seus conhecimentos, fruto da experiência de longos anos. Assim, vimos desta forma fazer um agradecimento especial aos nossos colegas que, durante umas horas, foram também formadores nas áreas de Cozinha, Pastelaria e Serviços de Catering: Marco Mascarenhas (Hospital Lusíadas Lisboa), Isabel Santos (Alfrapark) e Bruno Alves (Siemens Alfragide), respetivamente.



Prémio Sustentabilidade Alimentar - entrevista ao ITAU

O ITAU foi vencedor do prémio de Sustentabilidade Alimentar da 10.ª edição dos Food & Nutrition Awards (2020) com o projeto ITAU + SUSTENTÁVEL. Estivemos à conversa com o Jornal Económico e partilhámos o que nos motivava, alguns resultados dos projetos que temos em curso, a importância deste reconhecimento e o nosso compromisso para o futuro. Veja toda a entrevista em: <https://jornaleconomico.sapo.pt/noticias/sustentabilidade-a-partilha-de-boas-praticas-tem-um-grande-impacto-686302>



Rubrica Human to Human

Conheça a Teresa Túbal, trabalha no ITAU há 37 anos, começou como datilógrafa, profissão já extinta, e passou grande parte do seu percurso no Secretariado da Administração. A sua atividade nesta função é inesgotável, tendo uma relação estreita com a contabilidade, fornecedores, gestão de frota e atividade operacional. Colega muito querida de todos e sempre pronta a ajudar o seu próximo, dona de uma força de viver imensa, apenas comparável com o empenho e profissionalismo que dedica a cada dia de trabalho. Obrigado Teresa, por fazer parte da história do ITAU, ao longo de todos estes anos. Veja aqui toda a entrevista: <https://youtu.be/JMoFjRgH7BI>



Ficha Técnica

ITAU - Informação trimestral | Propriedade ITAU | Reprodução interdita salvo autorização dada por escrito

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

O ITAU, incorporado na Trivalor, **pretende consciencializar para a sustentabilidade e apoiar os compromissos para o desenvolvimento de uma sociedade comprometida com as gerações futuras, ambientalmente responsável, economicamente viável e socialmente justa.**

São 17 os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), emanados da resolução das Nações Unidas, intitulada “Transformar o nosso mundo: Agenda 2030 de Desenvolvimento Sustentável”. Estes ODS estão a definir a agenda de desenvolvimento da sociedade, ao mesmo tempo que oferecem a oportunidade das empresas demonstrarem como contribuem para a execução da agenda de desenvolvimento sustentável, minimizando os impactos negativos e maximizando os impactos positivos para as pessoas e o planeta.

O ITAU tem vindo a adotar compromissos para a sustentabilidade, incentivando ações e projetos alinhados com os ODS onde exerce uma maior influência: ODS 2, ODS 3, ODS 4, ODS 8, ODS 12, ODS 13 e ODS 14.

Por isso decidimos, a partir deste ano, noticiar as nossas atividades, indicando o ODS que está na base, esperando assim tornar a nossa comunicação mais eficaz.

Vacinação contra a Covid-19

A COVID-19 foi reconhecida, no dia 11 de março de 2020, como uma pandemia pela OMS - Organização Mundial de Saúde. Como forma de travar o seu avanço, foi detetada a urgência e importância de desenvolver vacinas seguras e eficazes para esta doença. Dessa forma, as vacinas propostas por várias farmacêuticas foram alvo de ensaios clínicos, conforme os procedimentos habituais, e de uma avaliação rigorosa por parte da Agência Europeia de Medicamentos.

À semelhança de qualquer outro fármaco que encontramos no mercado, não se pode excluir a possibilidade de ocorrência de efeitos adversos. No entanto, são poucas as notificações dos mesmos e, quando acontecem, são maioritariamente ligeiros e de curta duração.

O objetivo principal da vacinação é a criação de uma proteção individual, com o intuito de alcançar mais rapidamente a imunidade de grupo. No entanto, e apesar de todos os avanços, sabe-se que mesmo após a sua administração, é imperativo manter as medidas de proteção para a contenção da transmissão do vírus.

A vacinação contra a COVID-19 é fortemente recomendada pelas autoridades de saúde e será um passo na direção certa para combater esta pandemia e regressar à normalidade que tanto ansiamos.

Por isso... **Vaccine-se, sem medos.**



itau | alimentamos gerações

www.itau.pt

1º Encontro Online a Sul



Num ano tão atípico e duro para todos, a todos os níveis, quisemos reunir os nossos Responsáveis de Unidade para aquele que foi o 1º Encontro *Online* de Quadros do ITAU Sul. O mote do encontro foi reforçar a mensagem de que, apesar da chamada “nova realidade”, garantimos às nossas equipas, clientes e parceiros que seguimos juntos. Se palavras-chave houvesse que resumissem este encontro seriam **Reconhecimento e Agradecimento** pelo trabalho, empenho, dedicação e resiliência de todos os nossos colaboradores que, mesmo nos momentos mais difíceis, marcaram presença para que nenhuma refeição ficasse por servir nos nossos clientes.

Foi uma tarde realmente mágica que, em tempos de distanciamento, nos uniu à distância de um clique e, juntos, brindámos a um ITAU mais unido e a um ano novo mais feliz.

Rubricas Semanais



<https://www.linkedin.com/company/220007> ou www.itau.pt

Ano Internacional das Frutas e Vegetais

O Diretor-Geral da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO), lançou o Ano Internacional das Frutas e Legumes 2021 com um apelo para melhorar a produção alimentar saudável e sustentável, através da inovação e tecnologia, e para reduzir as perdas e desperdícios alimentares.

As frutas e vegetais são excelentes fontes de fibras alimentares, vitaminas, minerais e fitoquímicos diversos. A FAO e a Organização Mundial de Saúde recomendam que cada adulto consuma diariamente, pelo menos, 400 gramas de fruta e legumes para prevenir doenças crónicas, tais como cancro, diabetes, doenças cardiovasculares e obesidade, bem como para combater deficiências de micronutrientes.

Assim, desafiamos os nossos profissionais de cozinha e pastelaria a apresentar uma receita com os alimentos “estrela” desta iniciativa, Frutas e Legumes - 12 meses|12 receitas, respeitando a sazonalidade e privilegiando a produção nacional. Conheça a sugestão para janeiro - um delicioso cheesecake de abóbora e laranja.



Costuma acompanhar as nossas notícias através do nosso site e redes sociais?

No âmbito dos nossos objetivos estratégicos, “+ sustentabilidade”, o ITAU preparou duas rubricas que poderá acompanhar semanalmente: “Dicas sustentáveis” e “Privilegie os produtos da época”.

Na primeira rubrica, “Dicas sustentáveis”, partilharemos consigo sugestões que poderá ter em atenção no seu quotidiano de forma a adotar um estilo de vida mais sustentável e um consumo mais consciente. Destas dicas sustentáveis surge a sugestão “Privilegie os produtos da época”, pela importância que tem consumir os alimentos dentro da sua temporada. Aqui, poderá encontrar informações muito úteis para o seu dia-a-dia e curiosidades sobre os variadíssimos produtos alimentares, desde hortícolas, a frutas e pescado, para que, todos os meses, possa fazer uma escolha de produtos mais acertada, saudável e sustentável! Fique atento! Acompanhe-nos em:



INTERNATIONAL YEAR OF
FRUITS AND VEGETABLES
2021

Receita Cheesecake de Abóbora e Laranja

Ingredientes:

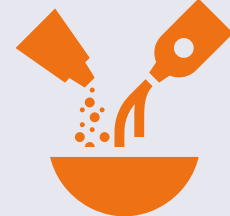
Para a base:

- 250g bolachas digestivas
- 85g manteiga
- sal

Para o creme:

- 420g puré de abóbora
- 4 ovos
- 3 gemas
- 160g açúcar amarelo
- canela em pó q.b.
- raspa de 1 laranja grande

- sal q.b.
- 680g queijo creme
- 230g queijo mascarpone



Preparação:

Base:

Pré-aquecer o forno a 180°C. Derreter a manteiga e deixar repousar. Triturar as bolachas com uma pitada de sal, num processador ou à mão, até obter migalhas finas. Juntar a manteiga até a mistura ficar com textura de “areia molhada”. Passar a mistura para uma forma de fundo amovível e calcar na base e 5cm no rebordo. Levar ao forno até as bordas da massa começarem a ganhar cor – 8 a 10 minutos. Deixar arrefecer.

Creme:

Remover todos os ingredientes do frigorífico de modo a que estejam à temperatura ambiente na altura da confeção (2-3horas). Cozer a abóbora, escorrer bem e triturar até obter um puré uniforme. Bater o açúcar com os ovos e as gemas até obter uma espuma uniforme. Juntar a canela, as raspas de laranja e continuar a bater. Juntar o puré de abóbora e continuar a bater até a mistura estar uniforme. Por fim, juntar o queijo creme e o mascarpone até ambos estarem incorporados e a mistura estar uniforme. Bater com a taça numa superfície sólida de modo a remover eventuais bolhas que se possam ter formado.

Montagem e confeção

Envolver a forma em papel de alumínio, de modo a torná-la estanque e verter o creme na forma. Colocar a forma num tabuleiro fundo e encher o tabuleiro com água até metade da altura da forma do cheesecake. Levar ao forno a 180°C, durante 85 a 100 minutos, até as bordas estarem firmes e o centro ainda abanar ligeiramente. Remover do forno ainda no banho-maria e deixar repousar 15 minutos. Remover do banho-maria e deixar arrefecer completamente antes de desmoldar – 2 a 3 horas. Colocar no frigorífico para que fique pronto a servir – frio e firme. Servir simples, com uma bola de gelado ou chantilly.

