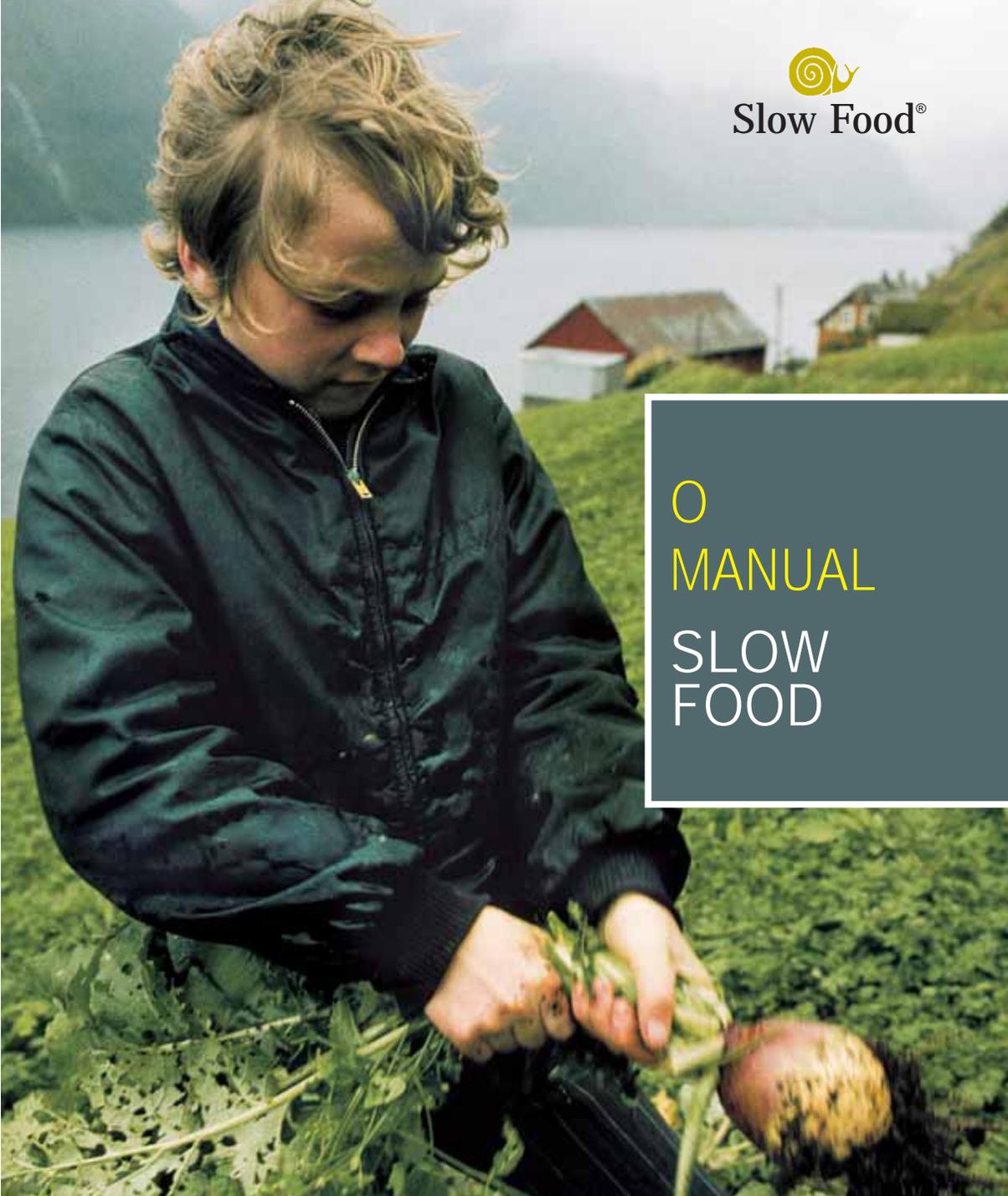




Slow Food®

O  
MANUAL  
SLOW  
FOOD



# Índice

A FILOSOFIA	2
Missão	4
Manifesto Slow Food	6
A ASSOCIAÇÃO	8
Os associados	10
A estrutura	11
EDUCAÇÃO DO GOSTO	12
O Slow Food nas Escolas	14
A Universidade de Ciências Gastronómicas	16
Publicações	18
A FUNDAÇÃO PARA A BIODIVERSIDADE	20
A Arca do Gosto	22
As Fortalezas	24
O Prémio Slow Food	25
Terra Madre	26
APROXIMANDO PRODUTORES E CONSUMIDORES	28
Salone del Gusto	30
Cheese, as Formas do Leite	32
Slow Fish	33
Eventos Pelo mundo Fora	34
AO ESTILO <i>SLOW</i>	36
Perguntas Frequentes	38
História do Slow Food	42
Quem é quem	44
Contacte-nos	45
Benefícios dos associados	46

A  
Filosofia



*"É inútil forçar os ritmos  
da vida. A arte de viver  
consiste em aprender a dar  
o devido tempo às coisas."*

*Carlo Petrini,  
fundador do Slow Food*

Quer se esteja de pé num churrasco, ajoelhado num tapete *tatami* ou sentado num restaurante elegante, comer é fundamental para viver. Melhorar a qualidade da nossa alimentação e 'arranjar' tempo para a saborear, é uma forma simples de tornar o nosso quotidiano mais prazenteiro. Esta é a filosofia do Slow Food.

Desempenhando a alimentação um papel central na vida quotidiana, esta tem uma profunda influência no que nos rodeia - a paisagem, a biodiversidade da terra e as suas tradições. Para um verdadeiro gastrónomo é impossível ignorar as fortes relações entre prato e planeta.

Fundado em 1986 em Itália, o Slow Food tornou-se uma organização internacional sem fins lucrativos em 1989 e é actualmente composto por cerca de 1 000 'Convivia' ou células locais do movimento, cuja força reside na sua vasta rede de 80 000 associados.

A sede internacional do Slow Food é em Bra, Itália. O Slow Food opera tanto localmente, como junto de instituições internacionais como a FAO - Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação. Estabelece laços de amizade com governos em todo o mundo, prestando consultoria para o Ministério da Agricultura italiano, trabalhando com o presidente da câmara de Noruega e colaborando com o governo Brasileiro.

# Missão

Através dos seus conhecimentos gastronómicos relacionados com a política, a agricultura e o ambiente, o Slow Food tornou-se uma voz activa na agricultura e na ecologia. O Slow Food conjuga o prazer e a alimentação com consciência e responsabilidade. As actividades da associação visam defender a biodiversidade na cadeia de distribuição alimentar, difundir a educação do gosto, e aproximar os produtores de consumidores de alimentos excepcionais através de eventos e iniciativas.





### Defesa da Biodiversidade

O Slow Food acredita que o prazer de saborear boa comida e vinhos excelentes deve ser combinado com esforços para preservar os inumeráveis queijos tradicionais, cereais, vegetais, frutas e raças animais que estão a desaparecer devido ao predomínio de refeições rápidas e do agronegócio. Através da Arca do Gosto, dos projectos das Fortalezas (apoiados pela Fundação Slow Food para a Biodiversidade), do Prémio Slow Food para a Biodiversidade e do Terra Madre, o Slow Food procura salvaguardar o nosso inestimável património gastronómico.



### Educação do Gosto

Num mundo onde os prazeres do gosto nem sempre se aprendem durante refeições alegres em volta duma mesa animada, devemos fazer um esforço consciente por explorar, questionar e experimentar. Este é o objectivo das iniciativas de educação do gosto do Slow Food. As actividades dos Convívios apresentam novos produtos aos associados enquanto que os Laboratórios do Gosto proporcionam degustações guiadas por especialistas de gastronomia. Os consumidores mais jovens beneficiam do Slow Food nas Escolas, e os verdadeiros gastrónomos são treinados na Universidade de Ciências Gastronómicas.



### Aproximando Produtores e Consumidores

O Slow Food organiza feiras, eventos e mercados para divulgar produtos de excelente qualidade gastronómica. O enorme sucesso da feira internacional de produtos alimentares Salone del Gusto, com a sua infinidade de produtos à espera de serem provados e comprados, ajuda os produtores enquanto oferece ao público um delicioso mundo de descobertas. Outros eventos incluem Urban Harvest, Cheese, Slow Fish, Deutscher Käsemarkt e Aux Origines du Goût.



## Manifesto do Slow Food

*O Slow Food Internacional  
começou oficialmente quando  
delegados de 15 países  
assinaram o Manifesto  
do Slow Food, redigido pelo  
sócio fundador Folco Portinari  
em 9 de Novembro de 1989.*

O nosso século, que se iniciou e se tem desenvolvido sob a insígnia da civilização industrial, inventou primeiro a máquina e depois fez dela o seu modelo de vida.

Somos escravizados pela rapidez e sucumbimos todos ao mesmo vírus insidioso: Fast Life, que destrói os nossos hábitos, penetra na privacidade dos nossos lares e nos obriga a comer Fast Foods.

Para ser digno desse nome, o Homo Sapiens devia libertar-se da velocidade antes que ela o reduza a uma espécie em vias de extinção.

Um firme empenho na defesa da tranquilidade é a única forma de opor a loucura universal da Fast Life.

Que nos sejam garantidas doses apropriadas de prazer sensual e que o prazer lento e duradouro nos preserve do contágio da multidão que confunde frenesim com eficiência.



A nossa defesa devia começar à mesa com o Slow Food. Redescubramos os sabores e aromas da cozinha regional e eliminemos os efeitos degradantes do Fast Food.

Em nome da produtividade, a Fast Life mudou a nossa forma de ser e ameaça o nosso meio ambiente. Portanto, o Slow Food é, neste momento, a única alternativa verdadeiramente progressiva.

A verdadeira cultura está em desenvolver o gosto em vez de o atrofiar. Que forma melhor para o fazer do que um intercâmbio internacional de experiências, conhecimentos e projectos?

O Slow Food garante um futuro melhor.

O Slow Food é uma ideia que necessita de vários apoiantes qualificados que possam contribuir para criar um movimento internacional, com o pequeno caracol como o seu símbolo.

Os  
Convivia





'Convivium' é uma palavra Latina que significa 'um festim, entretenimento, um banquete', e o Slow Food usa este nome muito adequado para designar as suas células locais. Os Convivia são representantes locais da filosofia do Slow Food e os cerca de 1 000 Convivia espalhados pelo mundo formam a rede do movimento.

*"Provavelmente, somos demasiado poucos a achar que o partilhar do pão, o partilhar do sal, o molhar do pão na mesma travessa, significa mais do que o satisfazer de uma necessidade."*

*Yuan Mei,  
poeta Chinês*

Os Convivia constroem relações com os produtores, batem-se pela protecção dos produtos tradicionais, organizam degustações e seminários, incentivam chefes a usarem produtos locais, nomeiam produtores para participarem em eventos internacionais e trabalham para trazer a educação do gosto às escolas. Mas, mais importante, eles cultivam a apreciação pelo prazer e a qualidade na vida quotidiana.

# Os Associados

*“Sê a diferença que queres ver no mundo.”*

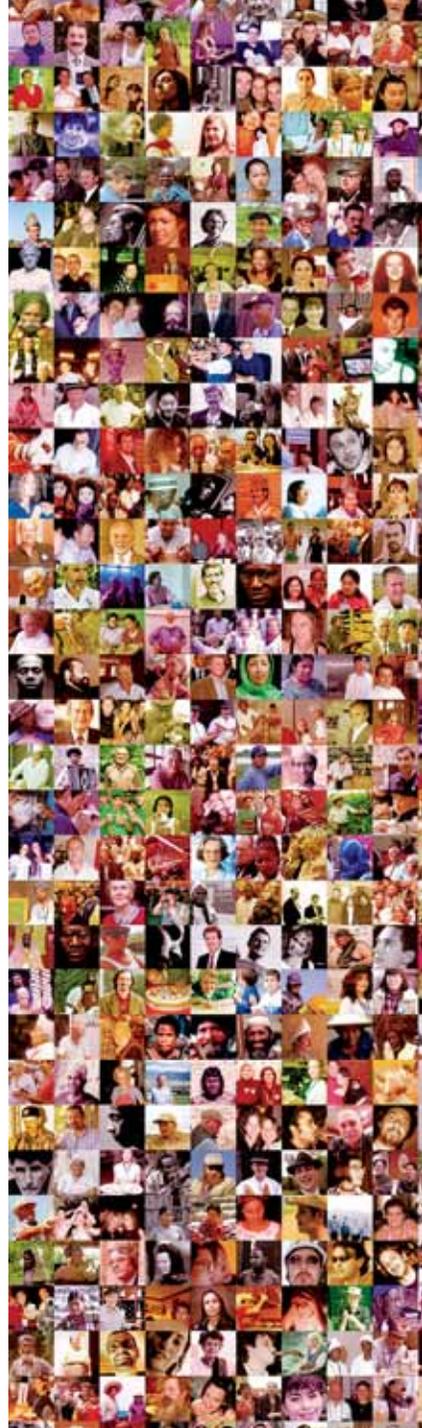
*Mahatma Gandhi*

O Slow Food é uma associação democrática aberta a todos, e a diversidade dos seus associados é uma das suas maiores forças. Qualquer pessoa se pode associar ao Slow Food: basta preencher o formulário de adesão que se encontra disponível na página 47, contactar o líder do Convívium local ou inscrever-se através do *site* internacional ([www.slowfood.com](http://www.slowfood.com)). A inscrição é anual e renovável, e o prazo de validade encontra-se impresso no verso de cada cartão.

Os associados integram uma associação internacional grande e diversificada, assim como uma associação local menor, o Convívium. Os associados são também apoiantes dos projectos da Arca e das Fortalezas em defesa da biodiversidade: uma parte da quota associativa (cinco euros) é destinada à Fundação Slow Food para a Biodiversidade.

Todos os associados têm a oportunidade de integrar a Delegação do Convívium ou de abrir um novo Convívium. Todos podem desempenhar um papel activo na determinação da índole do seu Convívium e organizar eventos, ou simplesmente participar nas actividades que despertem mais o seu interesse local, nacional ou internacionalmente.

Os associados recebem a revista trimestral *Slow*, *newsletters* nacionais, descontos em todo o *merchandise* do Slow Food, e têm o direito a participar em todos os eventos organizados pelo Slow Food. Para obter informação mais detalhada sobre os tipos de inscrição e os seus benefícios, veja na página 46.



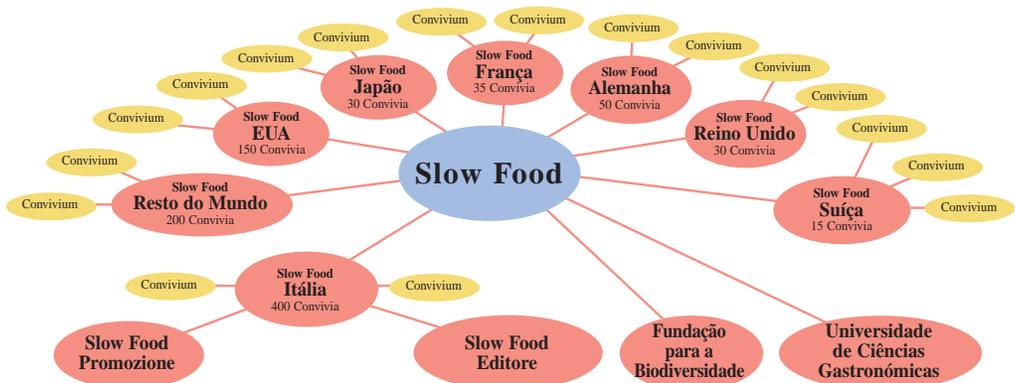
# A Estrutura

O que começou como uma reunião espontânea de amigos para apreciarem juntos a cozinha simples do Piemonte e os seus vinhos, cresceu e tornou-se uma associação internacional com milhares de associados e uma estrutura flexível baseada na representação democrática. Os Convívios formam a base do movimento internacional, que é dirigido por uma Delegação Executiva Internacional, eleita no Congresso Internacional do Slow Food, de quatro em quatro anos.

O Comité Executivo Internacional é composto por um Presidente, dois Vice Presidentes (nomeados pelo Presidente), um Comité Presidencial de seis elementos e um Conselho Internacional com representantes de todos os países com pelo menos 500 associados Slow Food.

Adicionalmente ao Comité Executivo Internacional, vários países dispõem de Associações Nacionais dirigidas por Comités Executivos Nacionais. Neste grupo incluem-se a Itália, a Suíça, a Alemanha, os EUA, a França, o Japão e o Reino Unido. As Associações Nacionais coordenam os eventos em todo o país e disponibilizam aos associados dos seus países serviços mais especializados, muitas vezes funcionando em delegações nacionais dirigidas pelo Director Executivo.

Para obter informação mais detalhada sobre a estrutura do Slow Food, visite o *site* [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com).



# Educação do Gosto





*“Toda a gente devia ter direito a uma alimentação saudável e acessível economicamente. Que revolução poderia ser mais deliciosa do que começar a empregar os nossos melhores recursos em ensinar isto às crianças?”*

*Alice Waters,  
vice presidente do Slow Food*

Com uma abordagem fresca e inovadora, baseada em despertar e treinar os nossos sentidos, o Slow Food encara as degustações como uma experiência educativa que alarga consciências. O Slow Food organiza programas educativos a todos os níveis e para todos os públicos: crianças, professores, associados e qualquer pessoa que queira participar num evento do Slow Food.

As actividades dos Convivia variam desde visitas a pomares de maçãs na Tasmânia, até passeios por vinhas e campos em França. Passando pela degustação de novos produtos, fazendo cursos e visitando explorações, os membros dos Convivia refinam os seus conhecimentos de sabores e expandem a aprendizagem e a estima pela produção. Trabalhando junto das escolas e dos produtores locais e organizando simpósios com autores e especialistas, os Convivia trazem a educação do gosto e temas pertinentes para debate a um público mais alargado.

Laboratórios do Gosto, a imagem de marca dos eventos internacionais e locais do Slow Food, possibilitam aos participantes a prova de produtos enquanto estes estão a ser descritos e debatidos pelos produtores e especialistas. Um laboratório pode concentrar-se num produto específico como, por exemplo o mel, ou fazer uma degustação comparada de produtos diferentes obtidos de uma forma semelhante, como a *mozzarella* fresca e o *caciocavallo*, dois queijos de pasta *filata* muito diferentes. Há também um grande cuidado em combinar os produtos com uma bebida adequada, quer sejam as combinações tradicionais (caça com vinho tinto) ou inovadoras (cerveja e chocolate).

# O Slow Food nas Escolas

O gosto tem de ser aprendido e tem de ser ensinado, em qualquer idade. No Congresso do Slow Food Internacional em 2003, os mais de 600 delegados decidiram que cada Convívium devia criar uma horta numa escola.

Os Convívios do Slow Food em todo o mundo trabalham com as escolas no sentido de aproximarem as crianças das hortas e possibilitarem a sua educação do gosto.

## Landquart, Suíça

Em 2003, o Convívium de Bündner Herrschaft lançou o projecto Plantati para possibilitar às crianças a participação em todas as fases do cultivo orgânico de batatas, desde o semear no final de Abril até à colheita em Agosto. Após a colheita, os alunos aprenderam a cozinhar diferentes pratos com as batatas por eles plantadas.

## Cidade do Cabo, África do Sul

O Convívium da Cidade do Cabo patrocina um curso de culinária na Escola Secundária de Grassdale. Neste âmbito coordenaram a doação de equipamento e uniformes, contrataram chefes profissionais para ensinarem os alunos e organizaram estágios remunerados num restaurante local, onde os aspirantes a chefes podem ganhar experiência efectiva nesta área.





### St. Louis, EUA

Desde o início de 2004 que o Slow Food Missouri tem trabalhado com o Centro de Arte Contemporânea que acolhe um programa de ocupação de tempos livres destinado a proporcionar o contacto dos alunos de uma escola primária do centro da cidade com alimentos de produção local, sendo também um dos objectivos ensiná-los a cozinhar os mesmos. O programa de oito semanas tem contado com a ajuda de cozinheiros e agricultores, e o sucesso tem sido tal que os alimentos cultivados pelos alunos deverão chegar à sua cantina em breve.

### Hong Kong, China

O Slow Food Hong Kong trabalha em conjunto com o Departamento de Educação da Universidade de Hong Kong para organizar, no Verão, cursos de culinária e alimentação destinados aos mais pequenos. Lançou em 2004, os cursos semanais que ensinam às crianças a base da alimentação Asiática, onde estas aprendem desde enrolar o *sushi* a embrulhar os crepes primavera, e organiza passeios para visitar explorações e cozinhas.

### Edimburgo, Reino Unido

O Slow Food Edimburgo trabalha com chefes e os Convivia em toda a Escócia no desenvolvimento dum programa destinado a dar a conhecer os prazeres da boa comida a crianças entre os 10 e os 11 anos. Estas trabalham em pequenos grupos na cozinha, observando os ingredientes crus e ajudando a preparar uma refeição simples, que posteriormente provam e discutem com os adultos, à volta de uma mesa animada. Uma experiência única para a maioria das crianças, que foram criadas numa cultura 'Fast Food'.

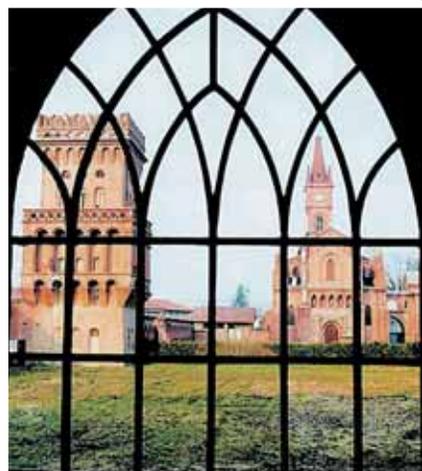
# A Universidade de Ciências Gastronómicas



A Universidade de Ciências Gastronómicas é uma instituição acadêmica dedicada exclusivamente ao estudo e a pesquisas gastronómicas. Não existem aulas de culinária na universidade. Os alunos estudam a gastronomia mediante um currículo interdisciplinar constituído por história, literatura, ciência e economia, que também inclui uma extensa pesquisa de campo.

Recebendo em 2004, os primeiros 70 alunos provenientes de 13 países, a Universidade, devidamente homologada, oferece um bacharelato de três anos, uma pós graduação de dois anos e um mestrado de um ano. O corpo docente é constituído por professores e especialistas de gastronomia de todo o mundo. Os dois *Campus* estão localizados na Agência de Pollenzo, uma propriedade restaurada dos Savoia na região do Piemonte e no Palácio Ducal de Colorno nos arredores de Parma, em Itália.

Para obter mais informação sobre a Universidade de Ciências Gastronómicas, visite o *site* [www.unisg.it](http://www.unisg.it).





# Publicações

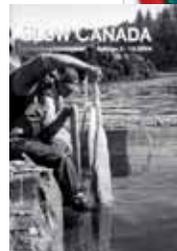
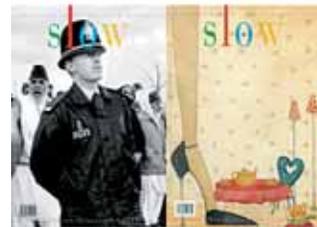
*“A alimentação é  
o que temos em comum,  
é uma experiência universal.”*

*James Beard,  
gastrónomo Americano*

Para partilhar a filosofia, o Slow Food criou uma editora, a Slow Food Editore, um *site* internacional, [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com) e *newsletters* nacionais.

## Slow Food Editore

A primeira experiência de edição do Slow Food remonta a 1986, quando colaborou na fundação de *Gambero Rosso*, o suplemento de gastronomia e vinhos de um jornal Romano. Em 1987, esta parceria publicou a primeira edição de *Vini d'Italia* (Vinhos Italianos), ainda hoje o guia de vinhos italianos de referência, disponível em Italiano, Inglês e Alemão. Seguiram-se outras publicações sobre gastronomia e vinhos e, em 1990, fundou-se a Slow Food Editore. A empresa conta actualmente com um portfólio de mais de 100 publicações de entre as quais, guias de vinho e restaurantes, guias turísticos, livros de receitas, folhetos e manuais. A Slow Food Editore também publica a revista trimestral, *Slow*, uma publicação premiada com artigos de opinião em gastronomia, tendências de consumo, enologia, cultura, biodiversidade e sustentabilidade.



## A revista *Slow*

Distribuída aos associados de todo o mundo, a *Slow* tem uma abordagem multicultural ao explorar as raízes históricas e culturais das nossas identidades gastronómicas. Constitui um meio para a internacionalidade do movimento, e as suas páginas estão repletas de contributos chegados dos quatro cantos do mundo. É também um veículo para a troca de ideias, informação e experiências. Nela podem-se encontrar artigos sobre o Slow Food e a 'slow life', o convívio, a tolerância e tradições únicas. É uma investigação da história e cultura gastronómicas, com reportagens sobre técnicas e rituais relacionados com a produção, distribuição e consumo alimentares. Os temas são abordados dos pontos de vista científicos, sociológicos, jornalísticos e filosóficos sendo sempre ilustrados com imagens elucidativas.

## As *Newsletters* Nacionais

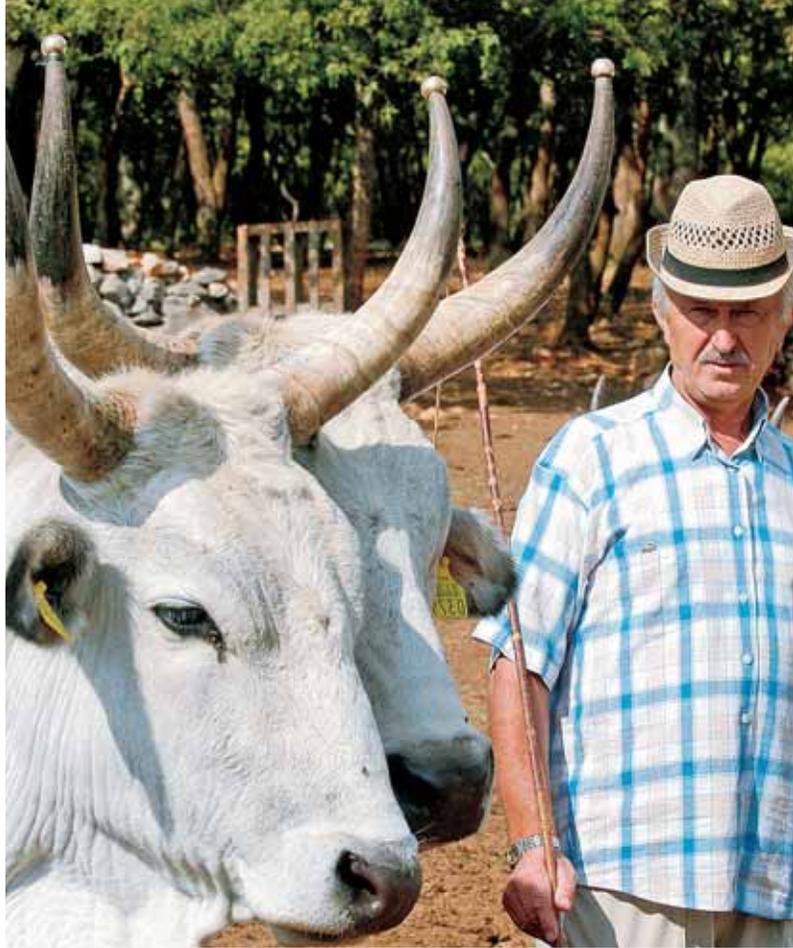
A verdadeira expressão da identidade local do Slow Food, as *newsletters* nacionais, trimestrais, são a forma de comunicação mais directa para os países onde o Slow Food detém uma forte rede de Convivia. Todos os associados podem contribuir com crónicas sobre produtos regionais, projectos de Fortalezas, iniciativas de educação, eventos do Convívium ou outros acontecimentos 'slow'. Em 2004, dez países produziram *newsletters* nacionais, que se encontram disponíveis para serem descarregadas no *site* internacional.

## O *Web Site*

Desde 2001 que o *site*, em língua Inglesa [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com), tem sido a voz 'virtual' do movimento internacional Slow Food. O *site* está em constante evolução, reflectindo as actividades do movimento, à medida que estas vão evoluindo. Inserido no *site* encontra-se o Slowweb, um jornal diário online, dinâmico, com notícias e artigos da autoria de uma variedade de especialistas e *connoisseurs* reconhecidos, desde Matthew Fort, editor gastronómico para o jornal britânico *The Guardian*, até à ambientalista indiana Vandana Shiva.

O *site* é também uma forma cómoda de obter informação e de adquirir bilhetes para os grandes eventos do Slow Food. Os Convivia podem ainda publicar as suas notícias no *site* internacional, que dispõe de *links* para as dezenas de *sites* das associações nacionais e locais do Slow Food.

A  
Fundação  
para a  
Biodiversidade





## Slow Food Foundation for Biodiversity

*"A variedade é  
a alma do prazer."*

*Aphra Behn  
(The Rover, 1677)*



Actualmente, a nossa alimentação baseia-se em poucas espécies - menos de 30 plantas são responsáveis pela alimentação de 95% da população no mundo. No século passado, extinguiram-se 250 000 espécies vegetais. Desde o início do século XX, a América perdeu 93% dos seus produtos agrícolas e a Europa quase 85%.

A Fundação Slow Food para a Biodiversidade é a organização sem fins lucrativos por detrás dos projectos de eco-gastronomia do Slow Food. Fundada em 2003, pela parceria entre o movimento Slow Food e a Região da Toscana, tem como missão organizar e financiar projectos na defesa da biodiversidade na agricultura e do imenso património de tradições gastronómicas. Cinco euros da quota associativa de todos os associados revertem a favor da Fundação para a Biodiversidade.

As contribuições financeiras directas da Fundação são especialmente destinadas aos países menos desenvolvidos, onde a preservação da biodiversidade, para além de melhoria da qualidade de vida, significa mesmo salvar vidas, comunidades e culturas. Os fundos são usados no apoio aos projectos para a biodiversidade do Slow Food, dos quais se distinguem a Arca do Gosto e as Fortalezas.

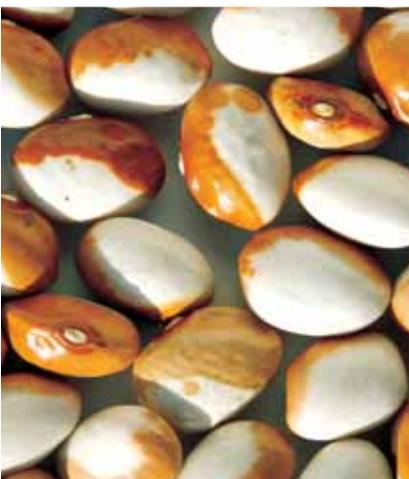
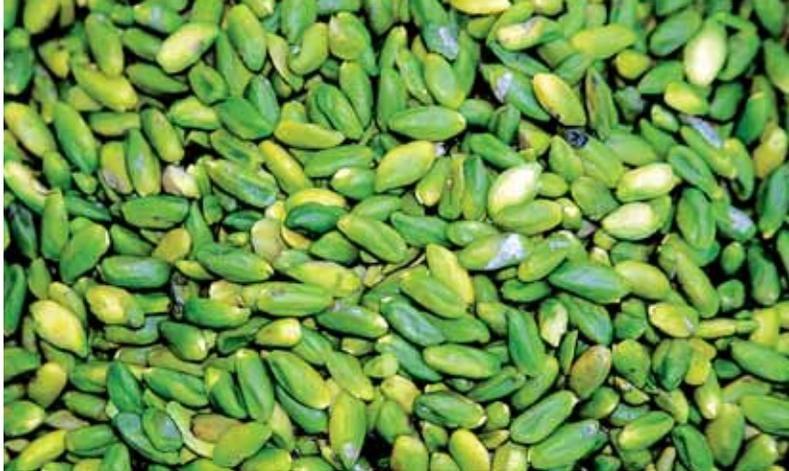
Para fazer um donativo ou obter informação mais detalhada sobre a Fundação para a Biodiversidade, a Arca do Gosto ou as Fortalezas, visite [www.slowfoodfoundation.com](http://www.slowfoodfoundation.com).

# A Arca do Gosto

A Arca do Gosto tem como objectivo redescobrir e catalogar sabores esquecidos, documentando produtos gastronómicos excelentes, que estão em risco de desaparecer. Desde o início da iniciativa em 1996, mais de 750 produtos de dezenas de países foram integrados na Arca, coisas tão variadas como milho argentino Capia, mel de milho siciliano dos Monti Iblei ou pão finlandês Kalakukko.

Através da Arca, estes produtos estão documentados e reconhecidos, e esta constitui um recurso para todos os interessados em recuperar raças autóctones e aprender a verdadeira riqueza de alimentos que a terra oferece. A Comissão da Arca de cada país – composta por investigadores, cientistas e especialistas gastronómicos – é responsável pela selecção dos produtos a inserir na Arca. A Comissão Internacional da Arca, composta por representantes das comissões nacionais, estabelece directrizes para as comissões nacionais e avalia as candidaturas a produtos da Arca de países onde ainda não existe uma comissão da mesma.



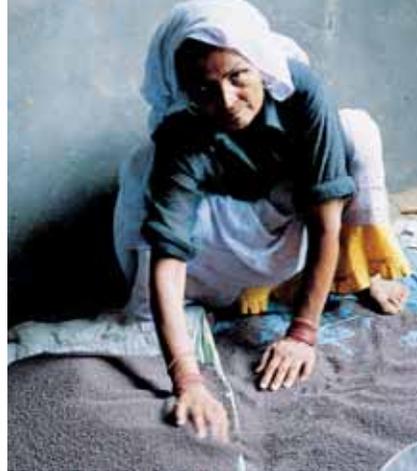


# As Fortalezas

As Fortalezas são pequenos projectos dedicados a auxiliar grupos de produtores artesanais. O conceito foi desenvolvido pelo Slow Food em 1999, para serem a força operativa da Arca do Gosto, possibilitando a presença no mercado de produtos tradicionais diferentes. Desde o trigo nativo Red Fife do Canada, ao óleo de Argana de Marrocos à lagosta de Oosterschelde da Holanda, as Fortalezas do Slow Food estão a trabalhar no globo para promover produtos, desenvolver mercados, salvaguardar patrimónios e educar consumidores.

As estratégias das Fortalezas variam consoante os projectos e os produtos. Estas estratégias vão desde aproximar produtores, coordenar a promoção e estabelecer guias de autenticidade, a um investimento directo em equipamento para os produtores. As Fortalezas do Slow Food podem trabalhar de modos diferentes, mas os objectivos permanecem constantes: promover os produtos artesanais; estabelecer padrões de produção com os produtores que assegurem a qualidade do produto e, acima de tudo, garantir a viabilidade futura para os produtos tradicionais.





## O Prémio Slow Food

O Prémio Slow Food para a Defesa da Biodiversidade identificou e reconheceu a pesquisa, o ensino, a produção e a promoção que beneficie a biodiversidade no contexto alimentar. Os nomeados foram seleccionados por um júri internacional constituído por mais de 500 jornalistas e especialistas em agricultura, alimentação e comunicação.

Os premiados são tão diferentes quanto Nancy Jones, que abriu uma leitaria na Mauritânia para proporcionar uma alternativa ao leite em pó importado para consumo urbano e para ajudar o povo nómada a continuar o seu estilo de vida vendendo leite de camela; Donald Bixby, o ex-director executivo do *American Livestock Breeds Conservancy*, uma organização sem fins lucrativos que criou um banco de sêmen de raças autóctones de animais de grande porte.

O Terra Madre, o encontro mundial entre as comunidades do alimento do Slow Food, surgiu desta rede de produtores e activistas extraordinários criada pelo Prémio.

# Encontro mundial entre as comunidades do alimento



*“O facto de nada menos que 5 000 produtores se tenham reunido aqui hoje sob a insígnia do ‘Slow Food’, é um pequeno mas significativo desafio às forças reunidas da globalização, da industrialização da agricultura e da homogeneização da alimentação – que parecem ter, de algum modo, invadido quase todos os aspectos do nosso quotidiano nos dias que correm.”*

*Sua Alteza Real, o Príncipe de Gales  
23 de Outubro de 2004*

O Terra Madre decorreu pela primeira vez em Outubro de 2004 em Turim, Itália, a conferência pioneira do Slow Food de comunidades do alimento, juntando milhares de agricultores e produtores de mais de 120 nações. Foi uma reunião a uma escala sem precedentes, unindo aqueles que procuram semear, criar, colher, distribuir e promover alimentos em modalidades que respeitem o ambiente, defendam a dignidade humana e protejam a saúde dos consumidores.





Durante quatro dias, delegados participaram em *workshops* e debates estruturados em torno dos temas centrais da sustentabilidade, da biodiversidade e do desenvolvimento comunitário e local. Juntos, diversos produtores exploraram questões importantes e compartilharam soluções para desafios comuns à produção de forma sustentável. O Terra Madre ofereceu a oportunidade de um produtor de damasco da Califórnia conversar com uma horticultora peruana, de um pescador italiano de trocar ideias com um colega espanhol de pesca costeira, e de um produtor de trigo canadiano e outro etíope de compartilharem refeições, debates e amizade. Foi a celebração do pequeno produtor, com o apoio de todos, desde Frei Betto, subsecretário do presidente Lula do Brasil, a Sua Alteza Real o Príncipe de Gales.

O Terra Madre foi fruto do ímpeto pela criação de novas redes internacionais de produção e distribuição de produtos artesanais, talhando um nicho num mundo dominado pela agricultura industrial. A experiência do primeiro Terra Madre incitou agricultores, produtores e distribuidores a organizarem reuniões em menor escala, criarem *Web sites* para trocarem informações e cooperarem internacionalmente no marketing e promoção. A próxima edição do Terra Madre está agendada para 2006, e vai focalizar-se no fortalecimento dos laços entre chefes e produtores, seleccionando e juntando comunidades de cada tipo de todo o mundo, para discutirem temas de interesse mútuo.

Para mais informação sobre o Terra Madre, visite [www.terramadre2004.org](http://www.terramadre2004.org)

Aproximando  
Produtores  
e  
Consumidores





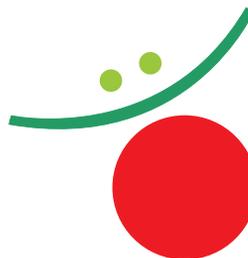
*"Para os produtores, o Slow Food é uma imagem de marca e também um guarda-chuva debaixo do qual nos podemos resguardar da crescente burocracia - oferece-nos, aos pequenos produtores, um incentivo para não nos deixarmos arrastar pela via comercial."*

*Peter Gott,  
Exploração de Sillfield, Inglaterra*

O Slow Food organiza eventos para exaltar e promover os produtores que cultivam produtos deliciosos duma forma amiga do ambiente. Os Convivia e eventos internacionais possibilitam o fortalecimento das relações entre produtores e consumidores, um passo fundamental para a criação de um futuro mais saboroso.



# Salone del Gusto



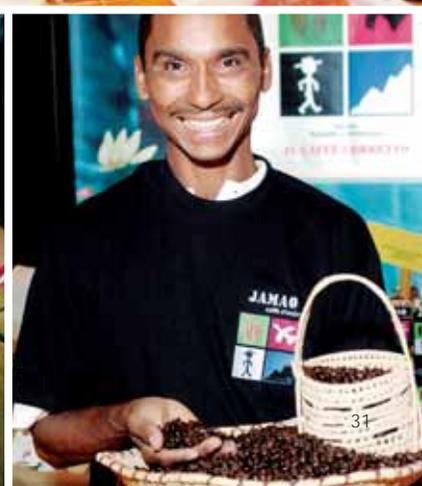
SALONE DEL GUSTO®

Em Outubro de todos os anos pares, o Salone del Gusto recebe mais de 130 000 visitantes em Turim, Itália. Durante os cinco dias de duração do evento, estes podem visitar um enorme mercado repleto de ruas de doces, cereais, enchidos, queijos, compotas, cervejas, champanhes e todas as iguarias imagináveis provenientes de dezenas de países. Podem igualmente contar com uma Enoteca onde se abrem diariamente milhares de garrafas para degustação. Podem ainda, participar em centenas de Laboratórios do Gosto, no Slow Tour, excursões culinárias pelo Piemonte, e no Teatro do Gosto, onde chefes famosos cozinham perante uma plateia maravilhada.



O Salone del Gusto possibilita aos produtores conscienciosos relacionarem-se directamente com um público cada vez mais interessado em produtos de qualidade, sendo também o local ideal para iniciar a educação do gosto e informar o público acerca das ameaças à biodiversidade.

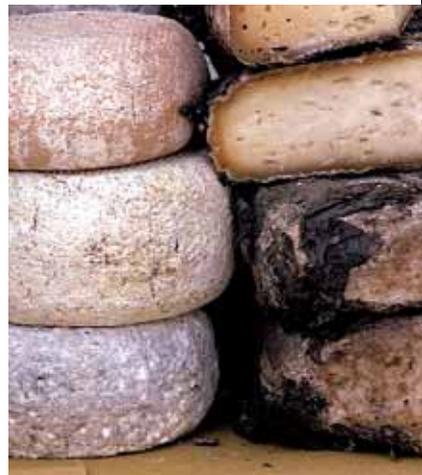
Para obter mais informação, visite [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com).



# Cheese, as Formas do Leite

Desde *toma* com notas ácidas do pasto da montanha até tiras enroladas de *mozzarella* de búfala, as formas do leite são tão numerosas e variadas que o Slow Food resolveu dedicar ao queijo um dos seus mais ilustres festivais. Cheese, as Formas do Leite, decorre de dois em dois anos em Bra, Itália, um centro histórico de cura e venda de queijo.

A primeira edição do Cheese decorreu em 1997, e tem-se tornado tão popular que mais de 100 000 visitantes - quase o triplo do número de habitantes da cidade - passam por Bra durante os três dias do evento de Setembro. Cheese possibilita alertar a opinião pública para questões importantes como as batalhas legais que enfrentam os produtores de queijos de leite cru, ou o desaparecimento da tradição da transumância, para além de apresentar centenas de queijos provenientes de todo o mundo.



## O Slow Food e o Queijo de Leite Cru

A pasteurização do leite mata os microorganismos potencialmente perigosos que podem resultar do armazenamento a temperaturas impróprias ou do uso de leite mugido de animais doentes. No entanto, quando o queijo é feito com cautela em pequena escala, a pasteurização é um passo desnecessário que mata a microflora benéfica que contribui para o seu sabor característico. Não é por acaso que muitos dos grandes queijos no mundo são queijos de leite cru, do Parmigiano Reggiano ao Roquefort e Emmentaler.

Em 2000, o Slow Food recolheu 20 000 assinaturas para o seu Manifesto em Defesa do Queijo de Leite Cru (disponível em [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com)), para proteger os direitos dos queijeiros nos países onde leis higiénicas demasiado zelosas dificultam cada vez mais a produção de queijo de leite cru. Em todas as Fortalezas de queijo do Slow Food, este é produzido a partir de leite cru, e o Slow Food nos EUA, na Irlanda, no Reino Unido e na Austrália está particularmente focalizado na protecção dos direitos dos produtores de fazerem os seus queijos.



## Slow Fish



As reservas mundiais de peixes grandes do oceano reduziram-se em 90% desde a II Guerra Mundial, enquanto o consumo de peixe não revela nenhum sinal de queda. A pesca industrial intensiva está a destruir um recurso alimentar tradicional e a tornar o peixe menos seguro para consumo.

Foi neste contexto que o Slow Food organizou a primeira edição do Slow Fish, a feira de pescado sustentável, em 2004. O objectivo do evento é sugerir soluções para a crise nos nossos oceanos que nos permitam, no entanto, usufruir responsabilmente das dádivas do mar. O Slow Fish é um evento bienal que decorre na cidade portuária italiana de Génova e conta com um mercado de peixe, educação do gosto destinada às crianças, Laboratórios do Gosto, Encontros à Mesa e um Teatro do Gosto.

## Slow Food e a Pesca

É difícil simplificar os muitos factores que influenciam a saúde das populações marinhas. Estes variam desde a poluição dos oceanos até as mudanças climáticas do planeta. O peixe é a única fonte de proteínas primárias do mundo desenvolvido, que é principalmente selvagem, e tornou-se recentemente uma das mais problemáticas. Como é que o Slow Food pode promover o consumo dum produto cujo uso devíamos reduzir? O Slow Fish levou o movimento a lidar com esta problemática. Durante a primeira edição do Slow Fish, esboçou-se um manifesto que faz três sugestões para o consumo responsável e em harmonia com a óptica do prazer. As Fortalezas do Slow Food apoiam a pesca costeira artesanal e métodos de pesca, transformação e conservação ancestrais, que são sustentáveis e que resultam em produtos excelentes constituintes de uma identidade cultural. O Slow Food incentiva o consumo do peixe pertencente à base da cadeia alimentar - o peixe mais pequeno e espinhoso que foi, desde sempre, a base da cozinha da Costa Mediterrânica. Consumindo estes peixes, menos conhecidos mas muito saborosos, alivia-se a pressão sobre escolhas de espécies mais populares. Por último, ajudamos a proteger as reservas de peixe selvagem privilegiando técnicas de aquacultura tradicional de espécies de baixo impacto, como a criação de ostras, e sistemas de viveiros de pouca renovação de água, que resultam em produtos mais saborosos do que os correspondentes industriais.

# Eventos Pelo Mundo Fora



Adicionalmente aos eventos internacionais os Convívia, frequentemente em colaboração com as delegações nacionais, organizam centenas de eventos nacionais e regionais, entre os quais:

## Aux Origines du Goût, Montpellier, França

Uma celebração bienal de *terroir*, expondo produtos e vinhos de todo o mundo e os projectos das Fortalezas Internacionais, particularmente representativas de gosto e cultura locais. Oferece um grande Mercado do Gosto, dezenas de Laboratórios do Gosto, demonstrações de cozinha étnica e uma Enoteca com centenas de garrafas para degustar.

## Deutscher Käsemarkt, Nieheim, Alemanha

Durante três dias em Setembro, em Nieheim, uma vila de 7 000 habitantes no Nordrhein-Westfalen, acolhe 100 produtores de queijo alemães e 50 000 visitantes no 'Deutscher Käsemarkt', ou Mercado de Queijo Alemão. Os visitantes participam em Laboratórios do Gosto e jantam em restaurantes locais com menus à base de queijo.

## Barossa Slow, Barossa Valley, Austrália

Um evento bienal de três dias celebra o património gastronómico desta região, mundialmente conhecida pelos seus vinhos, que tem raízes profundas na cozinha dos colonizadores da Europa Ocidental. O evento é também constituído por passeios pelas vinhas e explorações do Vale e jantares com as famílias locais.



### Urban Harvest, Nova Iorque, EUA

O Slow Food EUA e o French Culinary Institute unem-se para trazer a colheita até Manhattan. Verdadeira mistura entre cidade e campo, o Urban Harvest celebra a estação 'colhendo' em áreas metropolitanas e rurais. De degustações de maçãs a uma gruta de queijo onde os participantes provam queijo de leite cru *farmstead* do Nordeste, o Urban Harvest possibilita ao cidadão urbano provar os sabores do campo. Haverá maneira melhor de celebrar o Outono na cidade?

### Slow Food Ireland Weekend, Irlanda

Neste fim de semana de gastronomia, bebida e cultura irlandesas, anualmente os visitantes deliciam-se com o salmão selvagem fumado e o bife de Kerry, visitam produtores artesanais de chouriços de sangue e de queijo de leite cru, acompanhados por historiadores, jornalistas e chefes irlandeses. Um mercado de produtores e Laboratórios do Gosto completam o programa das festividades.

### Slow Food on Film, Bra, Itália

Este Festival Internacional de Cinema, projectado para criar uma nova consciência crítica relativamente à cultura alimentar, oferece incentivos à produção e distribuição de curtas-metragens e pequenos documentários tendo como tema a alimentação e a memória gastronómica como um património a salvar. O festival decorre na Primavera dos anos pares.

Ao estilo  
*Slow*



O Slow Food é a intersecção da ética com o prazer, da ecologia com a gastronomia. Uma posição contra a homogeneização do gosto, do poder desenfreado das multinacionais, da agricultura industrial e do frenesim da vida apressada. O Slow Food restitui dignidade cultural à gastronomia e aos ritmos lentos do convívio à mesa.

*“Os prazeres da mesa destinam-se a todos os homens, de todas as terras, de todas as épocas e de todas as classes. Eles podem coexistir com todos os outros prazeres humanos e são os que perduram no tempo para nos consolar quando ultrapassarmos os outros.”*

*Anthelme Brillat-Savarin,  
gastrónomo Francês*



O Slow Food recebe com igual à vontade os chefes japoneses e os pescadores das ilhas chilenas, *sommeliers* das maiores casas francesas e produtoras de queijo siberianas. É um universo de pessoas que compartilham conhecimentos e experiências. Foi a humanidade que elevou o simples prazer de comer a um acto político. O Slow Food reconhece que por detrás de cada prato estão escolhas feitas nos campos, ou nas embarcações, em vinhas, em escolas e em parlamentos.

# Perguntas Frequentes

Porquê o nome Slow Food?

O contraste com o fast food é uma mais valia. O Slow Food é uma referência a uma vida sem pressas, começando na mesa.

Porquê o caracol como símbolo?

O caracol foi escolhido porque se movimenta lentamente e vai comendo calmamente durante o seu ciclo de vida.

Porque surgiu o Slow Food em Bra na Itália?

Bra, cidade natal do fundador Carlo Petrini, localiza-se numa famosa zona de vinhos, trufas brancas, queijos e carne de vaca. A gastronomia tem feito, tradicionalmente, parte integrante da socialização na península italiana. Esta cidade oferece o berço perfeito para o movimento Slow Food.

O que são as *Città Slow* (Cidades Slow)?

O Slow Food encoraja o crescimento do movimento das *Città Slow*, um grupo autónomo de vilas e cidades determinadas a melhorar a qualidade de vida dos seus habitantes, particularmente no que respeita à alimentação. As Cidades Slow aderem a uma série de directrizes para as tornar mais agradáveis para viver, como fechar o centro da cidade ao trânsito um dia por semana, adoptar políticas estruturais para conservar as características da cidade. As Cidades Slow procuram salvaguardar o património gastronómico, criando espaços e ocasiões para o contacto directo entre consumidores e produtores de qualidade. As



Cidades Slow brotaram um pouco por toda a parte desde a Noruega ao Brasil, contando com várias dezenas só em Itália. Para obter mais informações sobre as Cidades Slow, visite [www.cittaslow.net](http://www.cittaslow.net).

### Slow Food é sinónimo de biológico?

O Slow Food é a favor dos princípios nos quais se baseiam a agricultura biológica, como promover a agricultura que tem um menor impacto no meio ambiente e a redução do uso dos pesticidas no mundo. No entanto, o Slow Food defende que a agricultura biológica, quando praticada em larga escala, é muito similar ao convencional sistema de cultivo de monocultura e, conseqüentemente, a certificação biológica por si só não deve ser considerado um sinal de que o produto é produzido de forma sustentável. Apesar de muitas das Fortalezas praticarem técnicas biológicas, muito poucas estão certificadas devido aos elevados custos da certificação biológica. Para se tornarem uma Fortaleza, os produtos têm que ser concordantes com o conceito de agricultura sustentável e, para além disso, o Slow Food trabalha para garantir que estes sejam tradicionais, naturais, seguros, e - acima de tudo - de grande qualidade organoléptica. É um objectivo da Fundação para a Biodiversidade nos próximos anos promover (e financiar, onde possível) a certificação dos produtos das Fortalezas, porquanto esta certificação pode expandir mercados ou aumentar receitas.

### Qual é a posição do Slow Food em relação aos organismos geneticamente modificados?

Ainda que não se oponha à investigação nas universidades e entidades públicas, o Slow Food opõe-se à comercialização e cultivo de sementes de organismos geneticamente modificados (OGM). Conseguimos transplantar um gene de uma espécie para outra mas ainda não conseguimos prever ou conter os resultados, criando uma ameaça à nossa biodiversidade natural e agrícola. Outro problema do cultivo de OGM é a tendência a privar os agricultores da sua liberdade de escolha dos produtos a cultivar. Quando o pólen dos campos de OGM viaja quilómetros e poliniza os campos de cultivo convencional ou biológico, os agricultores involuntariamente investem capital e trabalho na colheita de culturas que não plantaram. O Slow Food defende que todos os produtos contendo ingredientes de OGM devam ser devidamente rotulados, permitindo aos consumidores fazerem uma escolha consciente do que apoiam e ingerem.

## Como é financiado o Slow Food?

A associação internacional obtém a maioria dos seus fundos das quotas associativas. As receitas do Salone del Gusto e de outros eventos internacionais garantem uma parte dos fundos, a venda de livros e *merchandise* também contribui para o financiamento do Slow Food. As sete Associações Nacionais do Slow Food recebem uma parte da quota associativa e obtêm fundos adicionais de outras fontes tais como patrocinadores e instituições. O Slow Food Itália é a Associação Nacional mais antiga, com uma angariação de fundos melhor organizada, incluindo a editora com fins lucrativos Slow Food Editore. Outra subsidiária do Slow Food Itália igualmente com fins lucrativos é o Slow Food Promozione, que organiza os grandes eventos do Slow Food, vende espaço publicitário nas publicações e procura patrocinadores que se coadunem com a filosofia do Slow Food. O Slow Food Editore e o Slow Food Promozione, tomando como base os estatutos, investem todo o lucro nas associações.

## O Slow Food tem directrizes quanto à angariação de fundos?

Sim. Na base das directrizes para angariação de fundos do Slow Food está o desejo de criar parcerias a longo prazo com os patrocinadores, baseadas num entendimento mútuo e filosofia partilhada. Os patrocinadores não podem desenvolver actividades que entrem em conflito com a filosofia do movimento, e o Slow Food reserva total autonomia no que respeita aos patrocinadores - estes não influenciam as escolhas ou actividades da associação. As directrizes para angariação de fundos encontram-se disponíveis na sua integra em [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com).

## Distribuição da quota associativa



### Para onde vai a minha quota associativa?

As quotas associativas são repartidas entre os Convivium e os vários departamentos da sede internacional do Slow Food, que proporcionam os benefícios dos associados. A um nível local, é usada para planear as actividades dos Convivium. A sede internacional usa os fundos para produzir a revista *Slow* e contribui para os projectos do Slow Food em defesa da biodiversidade. Após a constituição de uma Associação Nacional, a percentagem da quota dirigida ao Centro de Serviços dos Associados é encaminhada para a delegação nacional.

### Posso usar o logotipo do Slow Food nos meus produtos ou restaurante?

Não, o logotipo do Slow Food é uma imagem de marca registada e apenas pode ser utilizada quando relacionada com a associação nacional, internacional do Slow Food e em eventos dos Convivium. O regulamento completo da utilização dos logotipos do Slow Food está disponível em [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com).

### Onde posso encontrar publicações do Slow Food na minha língua?

Inglês: Em [www.slowfoodusa.org](http://www.slowfoodusa.org), [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com), [www.slowfoodireland.com](http://www.slowfoodireland.com) e através da Editora Londrina Grub Street

Italiano: Em [www.slowfood.it](http://www.slowfood.it)

Alemão: Em [www.hallwag-verlag.de](http://www.hallwag-verlag.de) e [www.rotpunktverlag.ch](http://www.rotpunktverlag.ch)

Holandês: Em [www.metsenschilt.com](http://www.metsenschilt.com) e [www.roulartabooks.be](http://www.roulartabooks.be) (Flamengo)

Françês: Em [www.souffledor.fr](http://www.souffledor.fr)

# Balises históricas do Slow Food



- 1986 **Bra, Serralunga d'Alba e Barolo, Itália** Os 62 sócios fundadores reúnem-se para inaugurar o Arcigola, o antecessor do Slow Food.
- 1989 **Paris, França** Constituição do Movimento internacional Slow Food e é assinado o Manifesto fundador pelos delegados de 15 países.
- 1990 **Bra, Itália** Criação da editora Slow Food Editore.  
**Veneza, Itália** Tem lugar o primeiro Congresso do Slow Food Internacional.
- 1992 **Königstein, Alemanha** Nasce o Slow Food Alemanha.
- 1993 **Zurique, Suíça** Nasce o Slow Food Suíça.
- 1994 **Palermo, Itália** O Congresso Nacional do Slow Food Itália decide investir no desenvolvimento internacional do Slow Food.
- 1996 **Bra, Itália** O Slow Food International é constituído e abre a Delegação do Slow Food International. Surge o primeiro número da *Slow* em Italiano, Inglês e Alemão.  
**Turim, Itália** Tem lugar o primeiro Salone del Gusto.  
**Turim, Itália** Nasce a Arca do Gosto.
- 1997 **Bra, Itália** Tem lugar a primeira edição de Cheese, as Formas do Leite.  
**Orvieto, Itália** Realiza-se o segundo Congresso do Slow Food Internacional.
- 1998 **Turim, Itália** Realiza-se o terceiro Congresso do Slow Food Internacional.
- 2000 **Nova Iorque, EUA** Nasce o Slow Food EUA com uma delegação nacional em Nova Iorque.  
**Bra, Itália** Surgem os projectos das Fortalezas.  
**Bolonha, Itália** Realiza-se o primeiro Prémio Slow Food em Defesa da Biodiversidade.



- 2001 **Bra, Itália** É criado o *site* internacional, [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com).
- 2002 **Bruxelas, Bélgica** O Comissário Europeu Romano Prodi galardoa Carlo Petrini com o Prémio Siccó Mansholt 2002, pela contribuição do Slow Food para a agricultura sustentável.
- 2003 **Lastours, França** Nasce o Slow Food França com uma delegação nacional em Montpellier.  
**Nápoles, Itália** Realiza-se o quarto Congresso do Slow Food Internacional com a participação de mais de 600 delegados. O Slow Food decide concentrar-se em países em desenvolvimento.  
**Taormina, Itália** O Slow Food organiza um bufete de produtos típicos aos 28 ministros europeus da agricultura durante a sua reunião informal.  
**Montpellier, França** Realiza-se a primeira edição de Aux Origines du Goût.
- 2004 **Sendai, Japão** Nasce o Slow Food Japão com uma delegação nacional em Sendai.  
**Roma, Itália** A FAO (Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação) inicia a sua colaboração oficial com o Slow Food.  
**Génova, Itália** Tem lugar a primeira edição do Slow Fish.  
**Pollenzo, Itália** Abre a Universidade de Ciências Gastronómicas.  
**Turim, Itália** Ocorre a primeira edição de Terra Madre, encontro mundial entre as comunidades do alimento, que junta 5 000 produtores.  
**Londres, Reino Unido** A edição europeia da revista *Time* nomeia Carlo Petrini como um dos 29 'Heróis europeus' de 2004.
- 2005 **Reino Unido** Nasce a Slow Food Reino Unido.  
**Porto Alegre, Brasil** O Slow Food trabalha com o Ministério do Desenvolvimento Agrícola no sentido de apresentar um seminário durante o Fórum Social Mundial de 2005.

# Quem é Quem

## Conselheiros Internacionais

### Itália

Silvio Barbero  
Gino Bortoletto  
Roberto Burdese  
Alberto Capatti  
Carlo Casti  
Antonio Cherchi  
Gianfranco Mancini  
Giacomo Mojoli  
Mavi Negro  
Gaetano Pascale  
Nanni Ricci  
Piero Sardo  
Renato Sardo  
Cinzia Scaffidi

### EUA

Portia Belloc Lowndes  
Barbara Bowman  
Michael Dimock  
Garrett Oliver  
Nancy Piianaia  
Hans Jakob Werlen  
*A anunciar*

### Alemanha

Christopher Bodirsky  
Hans Werner Bunz  
Friederike Klatt  
Hans Georg Pestka

### Suíça

Luca Cavadini  
Philippe Guillemin  
Rafael Pérez

### Austrália

James Broadway  
Leonie Furber

### França

Didier Chabrol  
Jean Lhéritier

## Presidente

Carlo Petrini (Itália)

## Vice Presidentes

Giulio Colomba (Itália)  
Alice Waters (EUA)

## Delegação Presidencial

Michael Dimock (EUA)  
Friederike Klatt (Alemanha)  
Jean Lhéritier (França)  
Giacomo Mojoli (Itália)  
Rafael Pérez (Suíça)  
Renato Sardo (Itália)



## Holanda

Andrea van Gemst  
*A anunciar*

## Japão

Kazumi Oguro  
Hirotoshi Wako

## Reino Unido

Wendy Fogarty  
John Fleming

## Austria

Manfred Fliesser

## Canada

Sinclair Philip

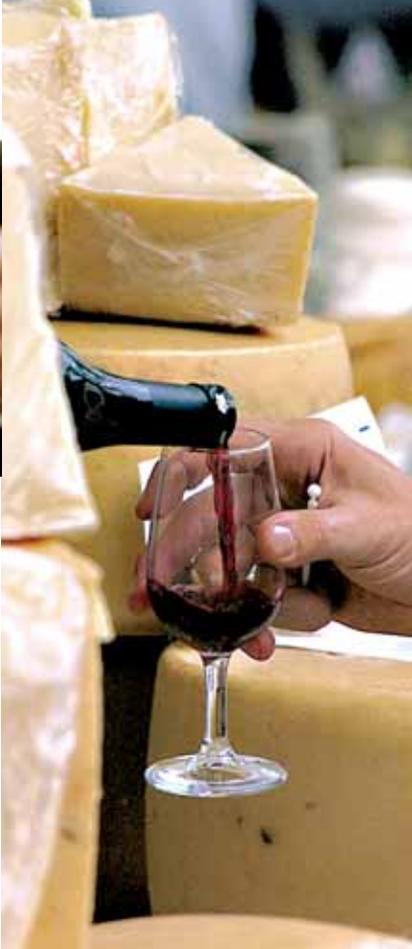
## Irlanda

Darina Allen

## Índia

Vandana Shiva

Durante o Congresso do Slow Food Internacional em Nápoles 2003, elegeram-se para um mandato de quatro anos a seguinte lista de indivíduos que integram o Comité Executivo do Slow Food. Poder-se-ão adicionar mais Conselheiros Internacionais com base no aumento dos associados. Para obter a lista actualizada, visite [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com).



## Contacte-nos

Slow Food

+39 0172 419 611

[www.slowfood.com](http://www.slowfood.com)

Via della MendicITÀ Istruita 8

12042 Bra (Cuneo)

Itália

Slow Food EUA

+1 718 260 8000

[www.slowfoodusa.org](http://www.slowfoodusa.org)

Slow Food Itália

+39 0172 419 611

[www.slowfood.it](http://www.slowfood.it)

Slow Food Alemanha

+49 (0) 4271951165

[www.slowfood.de](http://www.slowfood.de)

Slow Food Suíça

0800 562898

[www.slowfood.ch](http://www.slowfood.ch)

Slow Food França

+33 (0)1 455 19044

[www.slowfood.fr](http://www.slowfood.fr)

Slow Food Japão

+81 (0)22 727 2347

[slowfood@tfu-ac.net](mailto:slowfood@tfu-ac.net)

## Números Verdes

Reino Unido	0800 91 71 232
Irlanda	1800 55 39 30
Austrália	1800 00 96 84
Canada	1 8662 66 66 61
Holanda	0800 022 77 94
Bélgica	0800 79 329
Austria	0800 28 11 41
Espanha	9009 86 946

# Benefícios dos associados

A associação anual dá direito aos seguintes benefícios:

Um cartão pessoal de associado

*O Manual Slow Food* (aquando da inscrição inicial)

A revista trimestral *Slow*, disponível em Inglês, Italiano, Alemão, Francês, Espanhol e Japonês

*Newsletter* nacional, a sair trimestralmente (onde disponível)

Descontos em todas as publicações e *merchandise* do Slow Food

Direito de participação em todos os eventos organizados pelo

Slow Food (e descontos nos eventos internacionais)

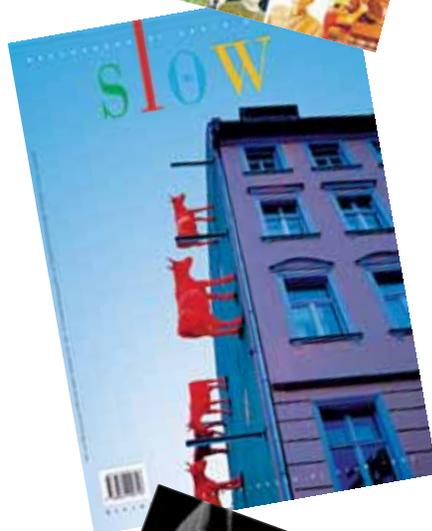
## Tipos de inscrição

Individual: Benefícios descritos acima

Familiar: Todos os benefícios de um associado individual e um cartão adicional para outro associado com a mesma morada

Jovem: Disponível para menores de 26 anos (18 na Suíça), incluindo todos os benefícios, excepto a revista *Slow* (em França e Suíça inclui também a *Slow*)

Básica: Disponível nos países menos desenvolvidos a um preço reduzido; não inclui a revista *Slow*





**Autor**

Sarah Weiner

**Co-editor**

Renato Sardo

**Tradução**

Loreta Sardo

**Revisão**

Virginia Kristensen  
Simona Malatesta  
Margarida Nogueira

**Designer gráfico**

Mauro Olococo, Cristina Capussotti

**Tipografia**

Centro Stampa srl, Bra

**Capa de**

Ted Spiegel, Corbis/Contrasto

**Fotografias de**

Fabio Artusi, Czerj Bacowie, Giovanni Bellingeri, Marco Bruzzo,  
Giuseppe Cucco, Paolo Di Croce, Carlo Fanti, Giuseppe Fassino,  
Andre Federov, Anya Fernald, Tino Gerbaldo,  
Jean-Claude Leberre, Marcello Marengo, Moyra Mauger,  
Maurizio Milanese, Serena Milano, Cristina Molinari,  
Alberto Peroli, Manfredo Pinzauti, Marco Sasia,  
Carmen Tedesco, Trace Foundation/Arquivo Slow Food

**Copyright © 2005****Slow Food**

Todos os direitos reservados  
2ª edição: Abril de 2005

*O Manual Slow Food* foi impresso em papel reciclado



**Slow Food<sup>®</sup>**

Slow Food, Via della MendicITÀ Istruita 8, Bra (Cuneo), ItÁlia  
Tel. +39 0172 419611 - [international@slowfood.com](mailto:international@slowfood.com) - [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com)