

# ACTIVA

lazer //

## Anna Lins: Conheça a única 'sushi woman' portuguesa

A primeira mulher a fazer sushi em Portugal alcança um novo estatuto na cozinha da Go Natural. Agora, como Chef Executiva, Anna Lins deseja que a marca se torne um “destino obrigatório”.

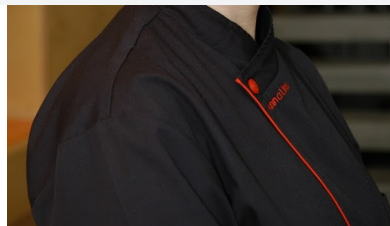
| 10/10/2015 21:32



### Política de Cookies IMPRESA

O Grupo Impresa publicou uma nova [política de cookies](#). Para saber o que são cookies e como são usados nos nossos sites, por favor, leia a [política de cookies](#). Se quiser desativar os cookies neste dispositivo, por favor, veja a nossa página de informação sobre "[Como gerir os cookies](#)". Optando pela desativação, algumas partes do nosso site poderão não funcionar corretamente. Ao fechar esta mensagem, e exceto se tiver desativado as cookies, concorda com o seu uso neste dispositivo, de acordo com a [política de cookies](#).

FECHAR



// 1 / 10

Com um percurso focado na cozinha Japonesa, asiática e dietética, **Anna Lins** frequentou o Curso Superior de Cozinha e Produção Alimentar, passou por restaurantes como Midori, Sushi Bar da Bica do Sapato, QB Essence, desenvolveu um projeto com o Chef Paulo Morais e leciona as disciplinas de Cozinha Asiática e Cozinha Dietética na Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril.

"Adorava que no futuro a marca fosse vista como muito mais do que comida de conveniência, que passe a ser um destino obrigatório, uma referência alimentar necessária, que possa ajudar e moldar as escolhas alimentares corretas de gerações futuras", confessa Anna Lins, a nova Chef Executiva da cadeira de comida de conveniência saudável **Go Natural**.

Recentemente, fez parte do grupo de 19 pessoas, em Portugal que **recebeu uma certificação ao nível do sushi, sendo a única mulher**. "A certificação em sushi, dada por uma entidade japonesa, é importantíssima para mim pois consolida o meu crescimento na cozinha japonesa e termina um ciclo que começou há 16 anos quando me foi dito pelo meu primeiro cliente (japonês): 'Anna, **as mulheres não fazem sushi**'", e acrescenta "**Não tem sido fácil combater esse estereótipo**, mas estou feliz por ter sido a primeira portuguesa a fazer sushi (profissionalmente) e a primeira a ser certificada".

Há cerca de 11 anos, teve o seu primeiro contacto com a cozinha da Go Natural quando participou na elaboração da primeira ementa da Sushi da marca. O contacto manteve-se, voltou a colaborar no controlo de qualidade do Sushi e, mais recentemente, desenvolveu algumas receitas para os menus de verão.

"Se pensarmos que em média fazemos 50% a 70% das nossas refeições fora de casa, o conceito de comida de conveniência saudável tem de ser uma escolha consciente e a maneira mais acertada de gerirmos o nosso dia a dia", começa por explicar Anna. "Por isso, deve ser alcançada uma simplicidade de sabores difícil de atingir sem os recursos certos que transportem a comida de conveniência para o lado saudável."

"Só se consegue isso utilizando ingredientes de qualidade. Gosto muito da inovação e capacidade da Go Natural para se aventurar sem medo em novos produtos e conceitos".

#### Política de Cookies IMPRESA

O Grupo Impresa publicou uma nova [política de cookies](#). Para saber o que são cookies e como são usados nos nossos sites, por favor, leia a [política de cookies](#). Se quiser desativar os cookies neste dispositivo, por favor, veja a nossa página de informação sobre "[Como gerir os cookies](#)". Optando pela desativação, algumas partes do nosso site poderão não funcionar corretamente. Ao fechar esta mensagem, e exceto se tiver desativado as cookies, concorda com o seu uso neste dispositivo, de acordo com a [política de cookies](#).

FECHAR

duas grandes experiências profissionais que tenho, - a de ser Chete de Cozinha com a de dar aulas de cozinha dietética". E, para si, uma coisa parece mais que certa: "Para quem não passa 10h por dia enfiado numa cozinha, e quer manter uma alimentação equilibrada e saudável, o mais simples é colocar-se nas mãos da Go Natural e relaxar!". E pode aguardar, também, pelo novo e irreverente projeto ao qual a chef se uniu que transportará a cozinha japonesa para outros conceitos.

As novidades chegarão em breve!

---

COMENTÁRIOS  5

### Política de Cookies IMPRESA

O Grupo Impresa publicou uma nova [política de cookies](#). Para saber o que são cookies e como são usados nos nossos sites, por favor, leia a [política de cookies](#). Se quiser desativar os cookies neste dispositivo, por favor, veja a nossa página de informação sobre "[Como gerir os cookies](#)". Optando pela desativação, algumas partes do nosso site poderão não funcionar corretamente. Ao fechar esta mensagem, e exceto se tiver desativado as cookies, concorda com o seu uso neste dispositivo, de acordo com a [política de cookies](#).

FECHAR