

TENDÊNCIAS DA RESTAURAÇÃO



uma iniciativa edições do gosto

Desde 2021, as Edições do Gosto publicam as "Tendências da Restauração".

Trata-se de uma compilação de previsões para o ano seguinte, que se baseiam no vasto trabalho da organização junto da comunidade.

Como uma entidade de referência na produção de projetos gastronômicos, as Edições do Gosto criaram esta iniciativa com o intuito de se anteciparem e debaterem as dinâmicas e os movimentos do setor.



HISTÓRICO DAS “TENDÊNCIAS DA RESTAURAÇÃO”



Mundo Vegetal 2.0
Saúde mental das equipas
Tecnologia sem contacto
O restaurante é onde quisermos
Gastronomia colaborativa
Small is beautiful
Encurtar distâncias
Casual, casual, casual
Mais céu aberto
Comida e arte
Cozinha africana



Cozinha interventiva
Mulheres no comando
It's show time
O rio à mesa
"Gourmet Low Cost" 2.0
Transparência é exigência
Gratificação à la carte
Um restaurante, várias nações
Formação "Al Dente"
Veganização das receitas



No to "No Shows"
Snack attack
Êxodo urbano
Cozinhar o todo
Restauração regenerativa
Cogumelos ao poder
Natural(mente) vinho
Abertos todo o dia
Menos álcool



Uma só saúde no prato
A revolta das tascas
Desperdício ao serviço da criatividade
Restaurante inclusivo
Cruzamentos culinários
Toca a fermentar
Vinhos tintos frescos
Algas à mesa
Pastelaria sem culpa

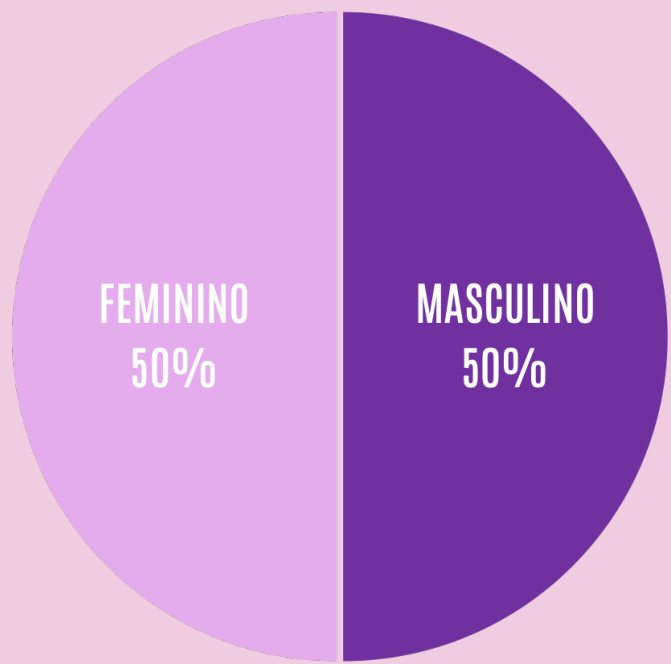
A iniciativa contou com a especial coloração de um painel de **100 contribuidores** que através das suas valiosas opiniões ajudaram a construir a lista de tendências.

O nosso agradecimento a:

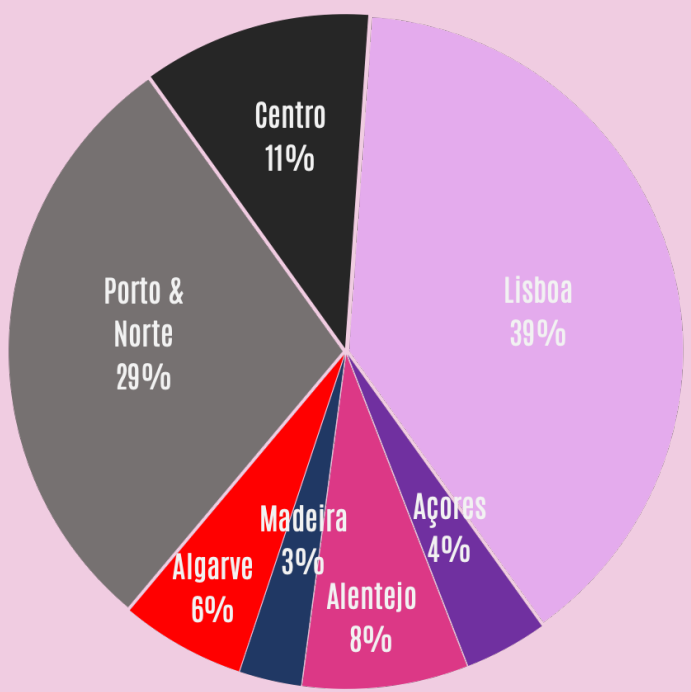
Adriana Freire **Alana Mostachio** Alexandra Vilar **Alexandre Silva** Ana Correia **Ana Leão** Ana Moura **André Cruz**
Andreia Moutinho Ângela Leal **Ângela Sousa** Angélica Salvador **António Gonçalves** António Queiróz **Arlei Lima**
Beatriz Matias **Bruno Azevedo** Bruno Rocha **Carla Sousa** Catarina Amado **Catarina Garcias** Catarina Nascimento
Cláudia Lima Carvalho **Cláudio Pontes** David de Brito **David F. Jesus** Diogo Novais Pereira **Elisabete Ferreira**
Eugénia Queiroz Filipe Ramalho **Filipe Rebocho** Francisca Gorjão Henriques **Gisele Reich** Gonçalo Garcia **Guida Cândido**
Henrique Mouro **Hugo Brito** Inês Azevedo **Inês Diniz** Inês Matos Andrade **Inês Pando** Joana Barrios **Joana Guimarães**
Joana Pratas João d'Eça Lima **João Faria** João Oliveira **João Sá** João Valente **José Gala** Jossara Martins
Lídia Brás **Liliana Abreu** Luís Mendonça **Luís Oliveira** Manuela Brandão **Marc Pinto** Maria João Pato
Mariana Morais Pinheiro Marlene Vieira **Marta Cortegano** Mauro Álison **Mauro Loureiro** Michele Marques **Miguel Pires**
Mónica Bessone **Mónica Gomes** Nelson Marques **Nuno Bergonse** Nuno Castro **Nuno Mendes** Olga Cavaleiro
Óscar Correia Óscar Geadas **Paulo Leite** Paulo Morais Vaz **Paulo Queirós** Paulo Russel-Pinto **Pedro Abril**
Pedro Escoto **Pedro Marques** Rafael Ventura **Rafaela Ferreira** Renato Cunha **Ricardo Augusto** Ricardo Liberato
Ricardo Silva Rita Cupido **Rita de La Blétière** Rita Soares **Rodrigo Castelo** Sara Roseira **Sónia Alcaso**
Tânia Durão **Teresa Castro Viana** Teresa Vivas **Tiago Lessa** Verónica Dias **Vítor Adão** Wilson Pires

PERFIL DO PAINEL DE CONTRIBUIDORES

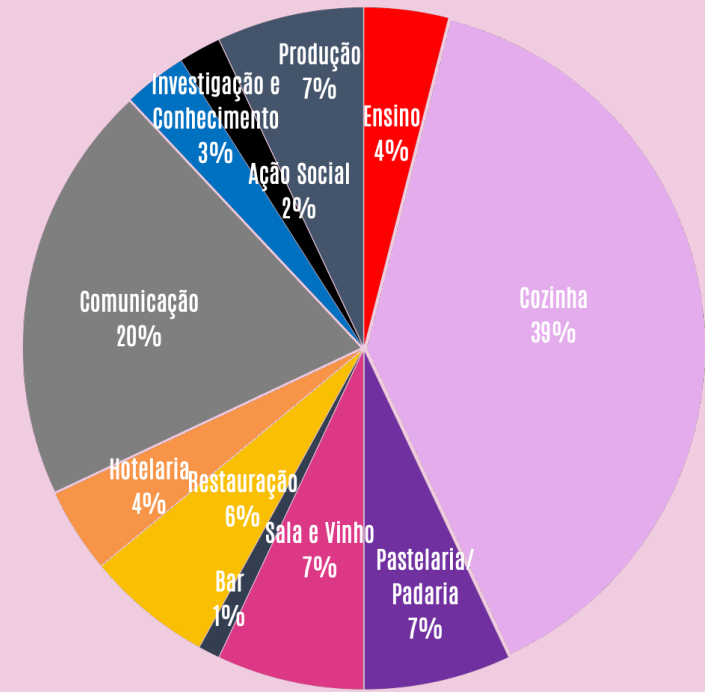
GÉNERO



REGIÃO



ÁREA PROFISSIONAL



An illustration of two hands, one above and one below, holding a single red tomato. The hands are rendered in a light, textured style, possibly representing a chef and a customer. The tomato is vibrant red with a green stem. The background is a soft, light purple.

DIRETAMENTE

DA QUINTA

A ligação dos restaurantes à terra é cada vez mais direta e os produtores são escolhidos a dedo. As quintas que seguem boas práticas e adotam uma agricultura regenerativa ganham protagonismo por garantirem ingredientes de máxima frescura e sabor, cultivados de forma sustentável e respeitadora da biodiversidade.

Ao encurtar o caminho entre o campo e a cozinha, os chefes asseguram um abastecimento contínuo, reduzem a pegada ambiental e valorizam o ciclo completo dos alimentos, da saúde do solo ao prato.

“Este tem que ser o caminho, mas o cliente tem que perceber a sua importância e valor.”

Nuno Mendes

edições do gosto

SOCIAL

DINING



O jantar deixa de ser apenas uma refeição e torna-se um evento social. Supper clubs, pop-ups, experiências de partilha de cozinhas e outros eventos gastronómicos oferecem momentos de convívio, troca de ideias e networking. Funcionam como espaço seguro de experimentação, permitindo testar conceitos, criar comunidade e reforçar a ligação com o público, enquanto proporcionam aos participantes uma fuga à rotina.

É a ideia de se ter uma experiência gastronómica única que conquista.

“Uma procura de novidades e de uma energia criativa capaz de surpreender.”

Luís Oliveira

edições do gosto



VOLTAMOS

JÁ

Depois de anos de crescimento acelerado e aberturas contínuas, 2026 aponta para um ano de abrandamento e reformulação no sector, e nem todos os negócios sobreviverão.

A saturação do mercado, a subida dos custos operacionais e um consumidor mais racional obrigarão restaurantes a encerrar temporariamente para repensar modelos de negócio, otimizar operações e ajustar estratégias, tornando urgente a sustentabilidade económica e a diferenciação de conceitos.

**“Naturalmente, o sistema
terá de respirar fundo.”**

João Sá



O PESCADO

ESQUECIDO

Os peixes das nossas águas, que outrora faziam parte do receituário mas acabaram afastados em favor de espécies consideradas mais nobres, voltam a ganhar protagonismo.

A alta-cozinha explora-os, revelando o seu potencial em sabor, textura e versatilidade. Ao fazê-lo, os chefes inovam nos menus, reduzem a pressão sobre os peixes mais populares e reforçam a ligação à pesca local, respondendo a consumidores mais exigentes quanto à origem, qualidade e autenticidade dos produtos.

“Não só pela necessidade de resgatar memórias, mas também porque é mais rentável.”

Alexandre Silva

edições do gosto

COCKTAILS



PRATOS

Os cocktails de autor marcam a cena, de bares a restaurantes, combinando-se cada vez mais com pequenos pratos igualmente trabalhados e pensados ao detalhe.

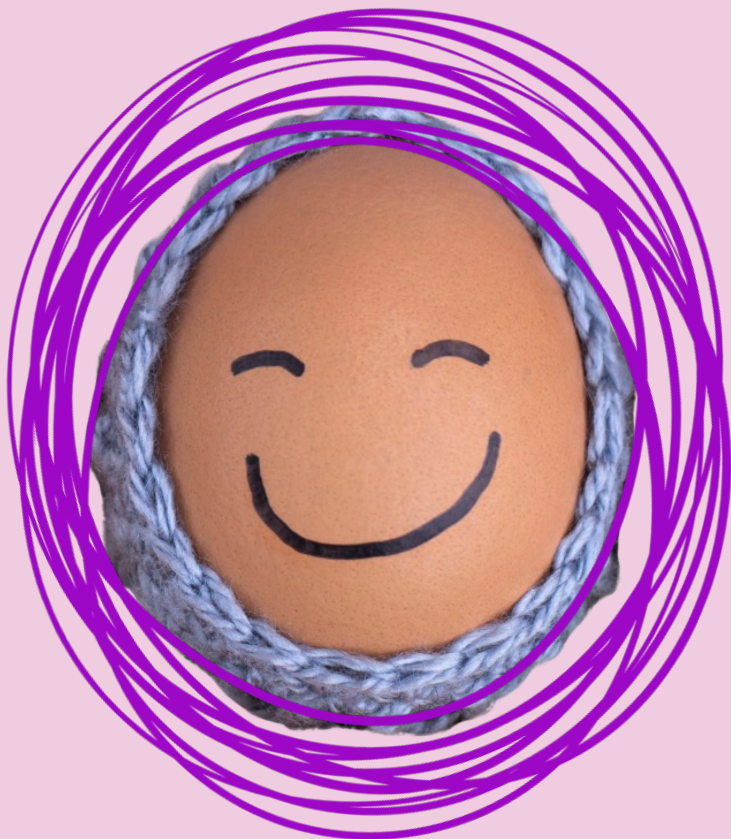
A tendência redefine não só o momento de jantar, como o próprio ato de sair à noite, respondendo a clientes que procuram experiências flexíveis e informais, em que provar e partilhar é central. Para bares e restaurantes, permite inovar, testar combinações e atrair um público que valoriza a novidade e a interação sem a formalidade de uma refeição completa.

“Todo o conceito da “noite” está a ser redesenhado. It’s a Brave new world!”

Ricardo Augusto

OVOS

COM BERÇO



A rastreabilidade e a ética na produção de ovos ganham cada vez mais relevância. Chefes e consumidores querem saber como as galinhas são criadas, o que comem e, sobretudo, quem é o produtor. A atenção crescente reflete a procura por produtos de qualidade, responsabilidade ambiental e bem-estar animal. Valoriza-se também o uso das raças autóctones – Amarela, Branca, Pedrês Portuguesa e Preta Lusitânica –, que garantem características únicas e reforçam a ligação com a tradição e o território.

“O bem-estar animal faz parte da ética de trabalho.”

Mauro Loureiro

MUNDO DOS VEGETAIS

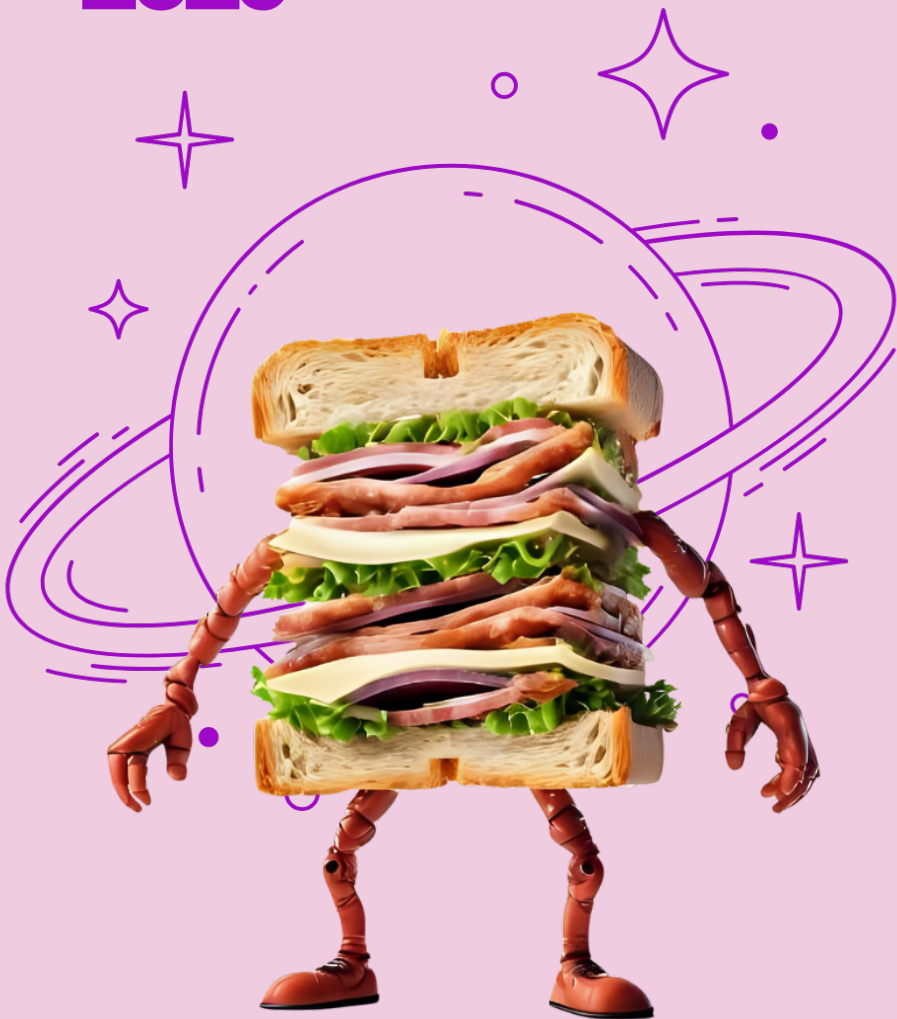


Não são novos os vegetais, mas é novo o olhar. Graças ao trabalho dos agricultores e à proximidade com os restaurantes, os chefes exploram a biodiversidade local e descobrem uma diversidade vegetal mais rica e pouco explorada.

Respeitando a sazonalidade e aplicando uma variedade de técnicas, cada ingrediente é valorizado em sabor e textura. O resultado são pratos em que os vegetais assumem protagonismo, mesmo quando acompanhados de proteínas animais.

“Os vegetais desafiam a criatividade de forma única.”

Mónica Bessone



A SANDES

CONTRA-ATACA

É o regresso ao essencial: o prazer de comer bem, sem complicações. As sandes deixam de ser apenas uma refeição rápida e afirmam-se como uma proposta gastronómica relevante. De snack mais simples evoluem para prato criativo, transformando-se em território de experimentação.

Bem compostas, feitas com produtos de qualidade e combinações de sabores surpreendentes, ganham espaço em menus e dão origem a novos negócios. São uma resposta inteligente à procura por comida de qualidade, acessível e sem formalidade.

“As sandes são democráticas por natureza.”

Arlei Lima

A EXPERIÊNCIA

IMERSIVA

Comer também pode ser entretenimento: ir a um restaurante deixa de se resumir a sentar e comer e passa a ser uma experiência completa. Crescem os projectos que envolvem todos os sentidos, combinando narrativa, interactividade e tecnologia.

Luz, som, projecções ou aromas criam ambientes imersivos, em que cada prato é parte de uma história. Os restaurantes usam esta abordagem para oferecer experiências mais envolventes e memoráveis, atraindo clientes que valorizam inovação e criatividade e que querem, acima de tudo, sentir-se parte do momento.

“A gastronomia torna-se entretenimento experiencial: não vende apenas comida, vende memórias.”

Sónia Alcaso

edições do gosto



CHEFES

GUARDIÕES DOS OCEANOS

Em 2026, os chefes vão valorizar o mar como nunca, assumindo um papel ativo na preservação marinha. Nos seus menus, oferecem o melhor do oceano com responsabilidade.

Atentos à preservação dos ecossistemas marinhos, promovem práticas de pesca sustentável em pratos que equilibram sabor e consciência ambiental. Na cozinha, inova-se sem que se ultrapassem os limites dos recursos do oceano. À mesa, responde-se a consumidores mais conscientes

“Os chefes são grandes influencers, podem e devem abrir caminho para o consumo sustentável.”

Adriana Freire

edições do gosto



**TENDÊNCIAS DA
RESTAURAÇÃO
2026**

edições do gosto

Rua Pereira Henriques, nº5, 18 I

1950-242 Lisboa

Tel. +351 934 777 301

eg@egosto.pt

www.egosto.pt