

Sexta-Feira, 03 de Abril de 2026

## Pão de queijo, rosca e bolo de fubá cremoso: casal de MG tem delivery com receitas que atravessam gerações

Da Redação - Bruna Barbosa

A receita do pão de queijo tradicional de Minas Gerais vendido pela “Uai Quitandinha Mineira”, em Cuiabá, está na família de Fabiana Fidelis de Souza Soares, de 60 anos, há pelo menos cem anos, passando de geração para geração. O bolo de fubá cremoso, um dos queridinhos dos clientes, foi ensinado por um vizinho de Uberlândia (MG), onde ela nasceu. São dois exemplos que mostram como os produtos feitos por ela carregam parte da história da mineira que se tornou “cuiabana de coração”.

Mais informação e encomendas pelo perfil [Uai Quitandinha Mineira](#) no Instagram ou Whatsapp: [\(65\) 99665-8810](#). Cada uma das receitas, que são como relíquias familiares, são feitas por Fabiana e pelo marido, Fernando Cesar Soares, de 63, na cozinha da casa da família, no bairro Santa Rosa, em Cuiabá. Mineiro de Uberlândia, como a esposa, ele conta que os quitutes são conhecidos como “quitandas” em Minas Gerais.

O nome “Uai Quitandinha Mineira”, nasceu de uma junção de “quitanda” com o nome do Palácio Quitandinha, em Petrópolis (RJ). No cardápio de produtos da marca, também estão receitas da família de Fernando, como o “pão de minuto”, que era feito pela mãe dele.

“Isso tudo, pão de minuto, rosca, pão de queijo e bolo, sempre teve na minha casa, desde criança”, conta Fernando.

“Todos os produtos são receita de família. Um dia minha sogra falou que a receita de rosca tem mais de 100 anos. O bolo de fubá cremoso foi o primeiro bolo que fiz na minha vida, eu tinha 10 anos. Aprendi com um vizinho, era um senhor viúvo, que tinha dois filhos que eram meus amigos. Ele fazia esse bolo e eu gostei. Me ensinou e eu fiz a vida inteira”, completa a esposa.

Com a base tradicional, Fabiana começou a fazer algumas adaptações para pessoas com restrições alimentares à medida em que pedidos dos clientes chegavam. O pão de minuto, por exemplo, ganhou versões com farinha integral ou sem açúcar, mas que garantem a mesma maciez do pãozinho. Ela também costuma preparar produtos seguros para pessoas com alergia a ovos.

“As pessoas com restrições alimentares têm muita dificuldade, porque às vezes têm vontade de comer uma coisa saborosa e não encontram. Temos a rosquinha sem açúcar e temos uma bolachinha de amendoim, que também é sem açúcar, deliciosa e serve até de pré-treino”, explica.

image not found or type unknown



Fabiana e Fernando nasceram em Uberlândia (MG), mas vivem em Cuiabá há 40 anos. (Foto:

Olhar Conceito)

### Quitandinha Mineira nasceu durante a pandemia

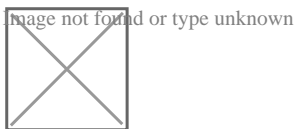
Fabiana nunca deixou de fazer as receitas de família durante os 40 anos vivendo em Cuiabá. Durante um período da infância dos três filhos, ela produzia os quitutes mineiros para abastecer a mesa de café da manhã do antigo Hotel Las Vegas, em frente ao Aeroporto de Cuiabá. Ela e Fernando já tinham uma marmoraria na cidade, que fechou as portas há menos de um mês, mas trabalhar na cozinha de casa era algo que a permitia passar mais tempo com as crianças.

“Minhas crianças eram pequenas e durante muitos anos trabalhei com isso dentro de casa, porque não queria deixá-las para trabalhar fora. Quando eles ficaram maiores, fui trabalhar na empresa, fiquei muitos anos lá. No início da pandemia ficamos com a empresa fechada, sem saber o que fazer e eu sempre fui muito ativa, de não gostar de ficar parada. Naquele momento de desespero, meu filho falou: Mãe, por que você não faz pão de queijo para vender?”.

No momento em que ouviu a sugestão do filho, Fabiana lembra que chegou a duvidar se alguém se interessaria por comprar pão de queijo caseiro durante a pandemia da covid-19. Ele rebateu que ela estava enganada e, convencida, a mineira fez as primeiras fornadas.

“Decidi começar e os amigos deles [dos filhos] começaram a pedir pão de queijo, pão de minuto e rosca. Todo mundo começou a pedir, como eu estava em casa o dia todo, comecei a fazer. Cresceu muito no Instagram, porque eles compravam e me marcavam. Tenho uma filha que é publicitária e deu ideia de criarmos uma marca, virou ‘Uai Quitandinha Mineira’ e, desde então, nunca mais parei”.

Ainda mantendo o sotaque arrastado de Minas Gerais, Fabiana ainda se lembra da sensação de descobrir que poderia trabalhar com alguém que gosta, rentável e dentro de casa, quando os primeiros clientes fiéis começaram a se manifestar. Os mesmos acompanham a Uai Quitandinha Mineira até hoje, quatro anos depois.



Fabiana começou a produzir "quitandas" mineiras durante a pandemia da covid-19, em 2020. (Foto: Olhar Conceito)

“Tem o pessoal que liga todo dia para encomendar e tenho clientes fixos desde que comecei. Tenho clientes que toda sexta-feira preciso entregar uma quantidade, às vezes é o tradicional, às vezes aumenta... Hoje mesmo, às 6h, uma cliente já ligou pedindo para dobrar o pedido, porque ela iria para o Festival de Inverno. Isso acontece com muita frequência”.

Fernando lembra que não demorou para que os clientes se multiplicassem durante a pandemia. “Foi uma bola de neve, começou a crescer e os pedidos foram aumentando. Se não tivesse qualidade, logo perderia o embalo, mas como tem qualidade, isso se manteve”.

“Não tinha lugar para comprar o lanche, não tinha um restaurante aberto... Como os amigos dos nossos filhos começaram a comprar e divulgar. Mas não imaginava essa proporção”, completa Fabiana.

Quando o casal pôde reabrir a marmoraria, a Quitandinha Mineira já estava tão estabelecida na memória afetiva dos clientes, que Fabiana não voltou ao escritório. Nos meses que se seguiram, por conta da instabilidade econômica gerada pela pandemia, eles viram projetos e orçamentos sendo adiados.

Nesse período, o dinheiro da venda dos quitutes começou a representar parte considerável do orçamento familiar e pagou as despesas de casa. “Posso te dizer que o mês de julho de 2020 foi uma loucura, vendemos muito, graças a Deus. Isso foi dando um gás para gente continuar. Com certeza, ajudou muito nas despesas”, conta a mineira.

Fonte: [Olharconceito.com.br](http://Olharconceito.com.br)