



PAINEL DAS MANIFESTAÇÕES DA

GASTRONOMIA ANCESTRAL

DO RIO DE JANEIRO



PAINEL DAS MANIFESTAÇÕES DA

GASTRONOMIA ANCESTRAL

DO RIO DE JANEIRO

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Painel das manifestações da gastronomia ancestral no Rio de Janeiro / Kátia Alessandra Mendes da Silva...[et al.] ; organização Renata Borchetta Fernandes Fonseca. -- Rio de Janeiro : Solares Ação e Cidadania, 2024.

Outros autores: Mariluce da Silva Coelho, Letycia Cristina de Jesus Soares, Sarah Regina Soares Machado de Lima, Dayana de Andrade Esteves, Ana Victória Berriel da Cruz Lagoa.

Bibliografia.

ISBN 978-65-980480-6-8

1. Alimentos - Aspectos sociais 2. Ancestralidade
3. Cultura indígena - Literatura infantojuvenil
4. Gastronomia - Brasil I. Silva, Kátia Alessandra Mendes da. II. Coelho, Mariluce da Silva.
III. Soares, Letycia Cristina de Jesus. IV. Lima, Sarah Regina Soares Machado de. V. Esteves, Dayana de Andrade. VI. Lagoa, Ana Victória Berriel da Cruz.
VII. Fonseca, Renata Borchetta Fernandes.

25-247315

CDD-641.0130981

Índices para catálogo sistemático:

1. Gastronomia : Brasil 641.0130981

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415



NOME DO PROJETO:

Painel das Manifestações da
Gastronomia Ancestral no Rio de
Janeiro.

PERÍODO DE REALIZAÇÃO:

Novembro de 2023 a dezembro de
2024.

COORDENADORA ACADÊMICA DO PROJETO:

Profa. Dra. Renata Borchetta Fernandes
Fonseca.

PESQUISADORES:

Profa. Kátia Alessandra Mendes da Silva
Profa. Mariluce da Silva Coelho
Nutricionista Letycia Cristina de Jesus
Soares
Discente Sarah Regina Soares Machado
de Lima

BOLSISTAS DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA - UNIRIO:

Dayana de Andrade Esteves
Ana Victória Berriel da Cruz Lagoa

PREFÁCIO

A SOLARES – Ação Social e Cidadania, na figura de seu Diretor Presidente em exercício, tem o prazer de prefaciara esta obra que é uma versão concisa da produção elaborada do Projeto Painel das Manifestações da Gastronomia Ancestral no Rio de Janeiro, que teve na região Metropolitana e municípios que compõem o Estado do Rio de Janeiro coletas de dados enriquecedores com a contribuição dos pesquisadores da Escola de Nutrição da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, em parceria com a SOLARES - Ação Social e Cidadania. Esse projeto tem por finalidade o estudo e levantamento de dados referente à preservação da cultura ancestral na culinária brasileira com influência indígena, portuguesa e africana, com análises objetivas na busca de reafirmação do valor cultural e culinário ancestral na história do Brasil.

A obra reúne uma seleção dos melhores produtos dos levantamentos realizados, em que seus autores, sob a coordenação da professora doutora Renata Borchetta Fernandes Fonseca, refletem cientificamente sobre assuntos históricos de grande impacto social, envolvendo os desafios de se manter costumes, tradições e memórias, resultantes da miscigenação de povos de etnia portuguesa, indígena e africana, que formaram a culinária brasileira.

O levantamento demonstra que a influência para formação da culinária étnica brasileira presente no Estado do Rio de Janeiro, pode ser identificada nas comunidades representadas pelas favelas cariocas, assim como em restaurantes de média e alta classe. A culinária ancestral se indifere de camadas socioeconômicas, visto que esse trabalho mostra a mistura de linguagens até referenciada em um simples alimento com a mandioca, podendo ser chamada também pelo aipim, que em tempos atuais está na maioria das mesas brasileiras atravessando as etnias originárias no Brasil.

O levantamento promove um resgate descritivo, mas principalmente analítico e reflexivo, sobre a percepção que todo brasileiro é necessário resgatar e colocar como o próprio patrimônio a comida do seu dia a dia, que traz a identidade de povos, recheada de lutas, sobrevivência, preservação de costumes, liberdade de expressão e muitos outros fatores étnicos que requer atenção sociocultural e histórica.

O livro coordenado pela professora Renata Borchetta representa uma importante contribuição à literatura especializada sobre a temática culinária ancestral no Estado do Rio de Janeiro com recorte necessário, de riqueza ímpar, uma grandiosa oportunidade para o leitor conhecer a sua própria história, deslumbrar e visualizar o que tem à mesa com uma nova ótica, permeada de sabores e saberes.

Resta-me, portanto, parabenizar a equipe por este importante trabalho.

Luis Felipe Diniz Martins

Diretor Presidente
Solares – Ação Social e Cidadania

SUMÁRIO

Introdução

11

Capítulo 1 – Os Povos Originários e a Alimentação: Explorando as Raízes Históricas

13

Renata Borchetta Fernandes Fonseca, Kátia Alessandra Mendes da Silva, Sarah Regina Soares Machado de Lima, Letycia Cristina de Jesus Soares e Mariluce da Silva Coelho

Capítulo 2: A Influência Portuguesa na Alimentação dos Brasileiros

39

Renata Borchetta Fernandes Fonseca, Kátia Alessandra Mendes da Silva, Sarah Regina Soares Machado de Lima e Ana Victória Berriel da Cruz Lagoa.

Capítulo 3: A Herança Alimentar Brasileira que Veio da África

55

Renata Borchetta Fernandes Fonseca, Kátia Alessandra Mendes da Silva, Sarah Regina Soares Machado de Lima e Dayana de Andrade Esteves.

Capítulo 4: Pannel das Manifestações da Gastronomia Ancestral no Estado do Rio de Janeiro

67

Renata Borchetta Fernandes Fonseca, Kátia Alessandra Mendes da Silva e Sarah Regina Soares Machado de Lima.

Autores do Livro

81

Anexos

87

INTRODUÇÃO

O Projeto PaineL das Manifestações da Gastronomia Ancestral no Rio de Janeiro teve seu estudo de campo iniciado em março de 2024, e seguiu até setembro do mesmo ano, em parceria com a Solares – Ação Social e Cidadania. Esse estudo trata de uma coleta de dados no Estado do Rio de Janeiro, considerando áreas mais alcançáveis, com foco na identificação de estabelecimentos que cultivam e preservam a culinária ancestral no ângulo da influência portuguesa, indígena e africana. A coletânea de artigos traz a historicidade destes três povos de forte contribuição na cultura e culinária do Brasil, além de levantar assuntos sobre a mistura desses povos, que gerou a miscigenação na própria constituição dos alimentos existentes no Brasil e que vieram da Europa. Para que os portugueses se alimentassem em terras brasileiras, foi necessário que se adequassem na utilização de iguarias existentes, substituindo as da sua terra natal, surgindo as transformações dos pratos e valorizando as iguarias do Brasil.

Nesse contexto de mistura de tradições gastronômicas, que atravessa a questão econômica e social, ao qual perpassou o Brasil com a exploração do trabalho indígena e africano, foi trazido o que temos hoje, ou seja, em cada canto do Brasil, uma mistura de sabores, que caracteriza cada região.

Em relação ao Rio de Janeiro esse estudo traz aspectos importantes, do Cearense que é especialista em bolinho de bacalhau ao vatapá paraense, abordagens com pessoas empreendedoras de outras regiões do Brasil, como da Bahia, Ceará, Amazônia, Minas Gerais, que tentam a vida no Rio de Janeiro, através da experiência que possuem da culinária ancestral, carregada de memórias de mães, avós e/ou familiares mais distantes, costumes passados de geração a geração, abrem restaurantes e participam de feiras populares. As aldeias indígenas apresentam as dificuldades do plantio e colheita, questões permeadas de perda de identidade e direito à terra.

Todo estudo voltado à preservação dos costumes e cultura de um povo precisa ser visto como patrimônio imaterial de importância incomparável levando às próximas gerações, o respeito à história dos povos africanos, indígenas e portugueses exaltados no decorrer desse trabalho, que servem de guia para cada indivíduo entender a sua própria história de origem.

CAPÍTULO 1

Os Povos Originários e a Alimentação: Explorando as Raízes Históricas



Renata Borchetta Fernandes Fonseca
Kátia Alessandra Mendes da Silva
Sarah Regina Soares Machado de Lima
Letycia Cristina de Jesus Soares
Mariluce da Silva Coelho

A história da culinária dos povos originários do Brasil é tão antiga quanto a terra em que eles vivem. Há milhares de anos, desde que o homem começou a ocupar este vasto território, seus hábitos alimentares são um reflexo direto da relação respeitosa que mantêm com a natureza. A caça, a pesca, a colheita e a agricultura de subsistência foram os pilares da alimentação dos primeiros habitantes destas terras com uma biodiversidade abundante. É preciso recordar o passado para entendermos o que vivemos no presente, isso se dá em todos os aspectos e na alimentação não é diferente. Sabemos que os povos originários, primeiros habitantes do Brasil, tinham costumes, culturas e hábitos característicos de seus povos, o que influenciava a alimentação. Diante da colonização e seus efeitos, podemos destacar aqueles sobre a alimentação e a evolução da culinária até a que conhecemos atualmente. Assim, a influência da alimentação indígena é de extrema importância para caracterizar a formação dos hábitos alimentares brasileiros.

Assim sendo, a contribuição indígena, no que tange a culinária é resultado de milênios de interação harmoniosa com a natureza, refletindo a diversidade cultural e ambiental do país. É uma temática de extrema importância para a sociedade atual, no que relaciona o respeito e a valorização desta cultura, e atribui uma identidade a um povo através de suas tradições, aproximando toda a população na construção de uma sociedade livre de todo e quaisquer preconceitos para as gerações futuras. Dessa forma, entendemos que, animais e plantas nativas eram tradicionalmente empregadas na alimentação indígena, que incluíam atividades como a caça e a pesca.

Este capítulo abrange uma análise multidisciplinar, explorando aspectos históricos, antropológicos, socioculturais e culinários da alimentação indígena e sua influência na gastronomia contemporânea brasileira.

ASPECTOS HISTÓRICOS

Ao explorar as raízes históricas da culinária indígena, fazemos uma viagem fascinante pelos caminhos que este povo percorreu ao longo dos séculos. Os seus hábitos alimentares não só refletem uma profunda compreensão do ecossistema local, mas também revelam uma riqueza de conhecimentos tradicionais que foram transmitidos de geração em geração, enraizados na essência da cultura indígena.

A presença dos povos indígenas nas terras que hoje compõem o Brasil remonta a milhares de anos, com uma variedade de grupos étnicos distribuídos por todo o território. Conforme retratado por Darcy Ribeiro (1995), os grupos indígenas encontrados no litoral pelos portugueses eram principalmente da etnia tupi que, havendo se instalado uns séculos antes, ainda estavam desalojando antigos ocupantes oriundos de outras matrizes culturais.

De acordo com registros do século XVI, apesar das várias generalizações, os povos indígenas somavam, talvez, 1 milhão de indígenas, divididos em dezenas de grupos tribais, cada um deles compreendendo um conglomerado de várias aldeias que poderiam somar de trezentos a 2 mil habitantes (Fernandes, 1970). Desta forma, a presença da aldeia era temporária e todo contingente era dividido entre seis a dez casas, sendo que cada uma delas poderia variar de tamanho e comprimento, de acordo com as necessidades materiais e culturais de cada aldeia.

Os povos indígenas pertencem a várias etnias diferentes e apresentam diferenças de comportamento e cultura, mas elementos comuns os consolidavam como um todo. A cultura indígena se fundamenta numa organização social baseada no coletivismo, religiões politeístas amparadas em elementos da natureza, ausência da escrita, nenhum tipo de organização estatal ou hierarquia política que distinga seus integrantes. Entretanto, alguns guerreiros e chefes espirituais eram valorizados pelas suas habilidades (Cunha, 2012).

A alimentação dos povos indígenas era baseada na caça, pesca, coleta e agricultura de subsistência, adaptada às condições ambientais de cada região. Assim se dava seu principal sustento, ou seja, retiravam da natureza

somente aquilo que era necessário para a manutenção da vida (Cunha, 2012). Assim, a divisão do trabalho se baseava no gênero e na idade. Idosos e crianças não trabalhavam, exceto espantando pássaros e outros animais das plantações. As meninas adolescentes ajudavam no cuidado das crianças mais novas. Homens adultos fabricavam utensílios de caça, pesca e guerra, também fabricavam canoas, guerreavam, caçavam e preparavam a terra para o cultivo. Já as mulheres adultas eram as responsáveis pelas atividades agrícolas e coleta, pela fabricação de utensílios domésticos e preparação de alimentos e ainda pelo cuidado com as crianças. Muitas vezes, diferentes etnias mantinham contato entre si em busca da manutenção de alguns laços culturais ou em razão da proximidade da língua falada (Abreu, 1988).

ASPECTOS ANTROPOLÓGICOS

A diversidade cultural dos povos indígenas reflete-se em suas artes, na religiosidade e nas práticas alimentares, com diferentes tribos desenvolvendo técnicas únicas de preparo e uso de ingredientes locais. Existia uma importante simbologia por trás dos adornos e pinturas corporais, que dependendo de seu padrão podiam ser utilizadas para identificar sexo, idade, aldeia e posição social do indígena, estabelecendo uma espécie de identidade cultural entre eles, como materiais extraídos da natureza, por exemplo: a tintura de urucum, colares de peças naturais, botoques e adornos feitos com base na arte plumária (Luciano, 2006).

Os objetos produzidos pelos indígenas, apesar do evidente valor estético, para eles, eram considerados itens de uso cotidiano ou de ritual, bem como itens para troca entre povos vizinhos. A produção de cestaria e a cerâmica eram praticadas principalmente pelas mulheres da tribo, confeccionando cestos para diversos fins e ainda o uso da argila para obtenção de vasilhas, potes, objetos para rituais, adornos, dentre outros (Abreu, 1988). Assim, podemos exemplificar, através da produção de alguns indígenas, da Aldeia Mata Verde Bonita, localizada em Maricá, no Rio de Janeiro. Eles produzem bijuterias a partir de frutos ou sementes desses frutos, colhidos pelos mesmos.

A religião indígena, baseada num conjunto sobre seres espirituais, era variada, que não habitavam o mundo material, como a reencarnação dos seus antepassados e a compreensão dos fenômenos naturais, como divindades. Acreditava-se também nas presenças espirituais encarnadas por animais e ainda na existência de pessoas que poderiam estabelecer contato com o espiritual, tais pessoas eram chamadas xamãs ou pajés, podendo ser tanto homens como mulheres (Eliade, 1972).

Os pajés eram responsáveis pela preservação e difusão do conhecimento da tribo, além da utilização da sabedoria aprendida com os espíritos para aconselhamento e realização de rituais. Os rituais podiam acontecer em festividades, como agradecimento ou pedido, para curas medicinais, e poderiam até envolver música e dança, como: nos ritos de guerra, nas festas de plantação e colheita e nos ritos de iniciação. Nos rituais, era comum o pajé utilizar-se da inalação de grande quantidade de fumaça de tabaco para que, em transe narcótico, pudesse fazer contato com os espíritos (Farias,

2011; Barcellos, 2012).

Um dos costumes indígenas que mais causam espanto são os rituais que envolviam a prática da antropofagia¹, onde os mesmos se alimentavam de seus inimigos capturados como forma de absorver sua força e habilidades. A prática antropofágica constituía o momento culminante do processo cultural Tupi, que encontrava na guerra e na execução ritual dos prisioneiros a meta e o motivo fundamental da própria identidade cultural (Agnolin, 1998).

Contudo, os rituais alimentares desempenham um papel central na vida social e espiritual das comunidades indígenas, conectando-se à sua cosmologia e tradições ancestrais. Através da comida, os indígenas estabelecem laços de unidade e pertencimento, celebram as suas crenças e honram seus antepassados. Os festivais sazonais, as cerimônias religiosas e os rituais de passagem são marcados por festas elaboradas e oferendas simbólicas, que reforçam os laços de comunidade e fortalecem os laços entre os membros do grupo.

Explorar os mistérios antropológicos da alimentação indígena é entrar num mundo de profundo significado e simbolismo ancestral. Cada prato, cada ingrediente, carrega uma história milenar, um vínculo indissolúvel com a história e a identidade desses povos que tanto contribuíram para a formação do Brasil contemporâneo.

Podemos refletir, sobre o quanto a destruição produzida pela colonização europeia, afetou os povos originários, não apenas fisicamente, através das guerras e escravidão, mas também culturalmente, diante da intensa miscigenação. A cultura e os conhecimentos desse povo acabaram influenciando a língua, a culinária, o folclore e o uso de objetos, como por exemplo, redes de descanso. Porém, as consequências da colonização foram tamanhas e, apenas alguns territórios indígenas ainda existem e conseguem manter parte da sua cultura original. Assim, ressaltamos a forte influência indígena no processo de formação do Brasil, contudo, a sociedade ainda

1 - Antropofagia: o ato de comer carne humana. É um termo que foi estabelecido durante o século XVI, durante a colonização portuguesa. Os colonos observaram alguns povos indígenas e nomearam essa prática peculiar de antropofagia.

ASPECTOS SOCIOCULTURAIS

insiste em não reconhecer tal papel.

A influência dos povos originários na culinária brasileira vai além dos ingredientes e técnicas de preparo. Ela se insere em um contexto sociocultural mais amplo, marcado por séculos de interações e intercâmbios entre diferentes grupos étnicos e culturais. Os indígenas foram os primeiros habitantes do país e é importante ressaltar que, antes do início da colonização, já se praticava, no que diz respeito à forma de economia alimentar, a atividade coletora, ou seja, coletavam plantas, animais da terra, do mar ou dos rios (Abreu, 1988). Com isso, fica clara a grande diversidade de frutos, leguminosas, verduras e caças presentes neste país e que eram consumidos pelos índios, perpetuando-se até os dias de hoje. Podemos citar como exemplo, o consumo de mandioca, também conhecida como macaxeira ou aipim, além de outras raízes, e ainda milho, carnes de caça, peixes, frutas silvestres, palmito, castanhas, “cocos” de palmeiras e algumas folhas (Casculo, 1967).

A diversidade étnica e geográfica do Brasil se reflete na multiplicidade de dietas e práticas alimentares dos povos indígenas. Destaca-se como o primeiro depoimento sobre a alimentação indígena, a carta de Pero Vaz de Caminha, o escrivão da frota de Pedro Álvares Cabral, relatando o comportamento dos nativos:

“[...] deram-lhes ali de comer: pão e peixe cozido, mel e fogos passados. Não quiseram comer quase nada daquilo; se alguma coisa provaram, logo a lançavam fora” (Caminha, 1963, pg 3).

Cada grupo étnico possui suas próprias técnicas de preparo, ingredientes tradicionais e tabus alimentares, transmitidos oralmente de geração em geração. Os indígenas viviam do que a natureza oferecia. As frutas, encontradas em abundância pela natureza, eram muito consumidas e entre as mais apreciadas, pode-se mencionar a mangaba, o ingá, o araçá, a jabuticaba, a guabiraba, o mamão, o maracujá, a sapucaia, o jenipapo e o pequi. Vale destacar que, algumas frutas além de consumidas como alimento, tinham outras utilizações, como por exemplo: o jenipapo, comia-se a polpa e as sementes, e a casca era utilizada para pintar o corpo de preto, já do pequi retiravam da amêndoa um óleo rico em carotenos e com a sapucaia,

era feita uma das delícias indígenas ao assarem a castanha (Gaspar, 2009). Entre todos os alimentos consumidos pelos indígenas, um dos mais difundidos, certamente, é a mandioca. As mulheres as colhiam e secavam ao fogo no moquém, tomando-as ainda frescas, as ralavam à força em pontas de pedras miúdas fixadas e arrançadas em uma peça chata de madeira e as reduziam a farinha alva como a neve. Assim, a farinha é somente uma das formas de preparação alimentar dessa raiz, que também é conhecida como macaxeira ou aipim. Podemos citar, também, pratos como caldos, bolos, beijus, pirão, paçocas, cauim (vinho indígena), entre outros (Léry, 1889).

Entretanto, os índios não viviam apenas de vegetais, pois como já dito, a caça e a pesca também eram importantes atividades de subsistência. Os antigos tupis eram considerados exímios caçadores e pescadores e possuíam significativo equipamento para tais atividades, como o arco e a flecha. Desta forma, os homens caçavam e pescavam, capturando animais como: porco-do-mato, paca, veado, macaco, javali, capivara, cotia, tatu, gato-do-mato, anta e até mesmo cobra cascavel e as mulheres realizavam as atividades coletoras e os trabalhos agrícolas. Além disso, os homens caçavam e as mulheres cozinhavam. Portanto, podemos compreender que pela necessidade de equipamento para a realização destas atividades, as mulheres indígenas foram as inventoras da cerâmica, das vasilhas, das panelas de barro, dos pratos, etc (Abreu, 1988).

Dentre os inúmeros peixes consumidos, de água salgada e de água doce, podemos citar a pescada, o mandubi, o mapará, o acará, o surubim, o tucunaré, as raias, o pirarucu, o peixe-boi, o pacu, entre outros. Crustáceos e moluscos também eram apreciados. Assim, os menores eram cozidos, enquanto os maiores eram assados ou moqueados, enfim, um processo no qual a carne era colocada numa espécie de grade feita com varas verdes e apoiada em esteios e forquilhas para ser assada ou apenas para fins de conservação (Melatti, 2007).

Em relação aos temperos utilizados, os principais eram o sal e a pimenta, esta última em seus vários tipos e teor de ardência. O sal era obtido através da evaporação da água do mar, para as etnias que moravam em áreas litorâneas ou por meio de queima dos troncos de palmeiras até sua transformação em cinzas. Eram aproveitadas, também, as ervas silvestres, além de limão (Fernandes, 2004). Quando necessário, utilizava-se mel de abelha como adoçante natural, que existia em abundância nas matas brasileiras (Cascudo, 1967).

A colonização europeia introduziu novos ingredientes e técnicas culinárias às culturas indígenas, resultando em processos de sincretismo alimentar e hibridização cultural. Assim, a influência indígena na alimentação brasileira teve como pressuposto a escassez de ingredientes trazidos pelos europeus que chegavam ao Brasil em suas expedições. Alimentos que podiam ter qualidade duvidosa ou até mesmo estragados, por este motivo, já se praticava a alimentação dos povos originários (Pinho, 2014). Entretanto, a preservação das tradições alimentares indígenas enfrenta desafios decorrentes da urbanização, da perda de territórios e da influência da globalização na dieta contemporânea.

Atualmente, muitos saberes ancestrais são ignorados e desprezados, pela modernidade e crescente urbanização dos territórios, a preservação das tradições alimentares indígenas enfrenta desafios significativos. O avanço e a modernização agrícola, a perda de territórios tradicionais e a erosão cultural, representam ameaças reais para a sobrevivência destas práticas ancestrais. É urgente reconhecer e valorizar o patrimônio dos povos originários na construção da identidade nacional brasileira, na promoção de políticas de preservação e no respeito à diversidade cultural.

Assim, navegar pelas águas socioculturais da cultura alimentar dos povos originários é reconhecer a sua grande importância na construção da sociedade brasileira. Suas tradições, seus saberes e seus sabores são um patrimônio inestimável que merece ser protegido e celebrado por gerações

ASPECTOS CULINÁRIOS

futuras.

Diversas tribos indígenas contribuíram para a gastronomia brasileira com receitas tradicionais, algumas das quais são amplamente apreciadas na atualidade. A culinária indígena é caracterizada pelo uso de ingredientes nativos da flora e fauna brasileiras, como mandioca, milho, peixes de água doce, frutas tropicais e ervas. Métodos de preparação como defumação, moagem com pilão de pedra e cozimento em folhas são comuns em muitas culturas indígenas.

A cozinha brasileira sofreu uma série de influências, inúmeras modificações e adaptações. Assim como os ingredientes, a forma brasileira de preparar os alimentos e consumi-los também foi influenciada pelos indígenas. Os utensílios utilizados pelos índios, como pilão e colheres de pau, panelas de barro, palhas de milho e folhas de bananeiras, também são empregados pelos brasileiros na sua cozinha (Ribeiro, 2013).

Desde o início, a culinária indígena tem sido um testemunho vivo da resiliência e da sabedoria dos povos originários do Brasil. Cada grupo étnico desenvolveu técnicas únicas para obter alimentos da terra e da água para garantir sua sobrevivência. Da floresta Amazônica até os Pampas, as comunidades indígenas moldaram seus hábitos alimentares com base nos recursos disponíveis em seus territórios. Aqui estão alguns territórios indígenas e suas contribuições culinárias:

Territórios Indígenas, Receitas e Ingredientes:

1. Territórios Amazônicos:

- Tucupi: É o caldo extraído da mandioca brava, ralada e espremida com o tipiti, ferramenta de origem indígena. Este caldo descansa, para que o amido se separe do líquido. Em seguida este líquido amarelado, segue para a fase final e importante da produção do Tucupi, que é a remoção por completa da substância venenosa presente, que é o ácido cianídrico. Ele precisa ser fervido, em alguns casos são necessários, entre três a sete dias deste processo e somente depois poderá ser utilizado na culinária. Pode ser aromatizado com jambu e servido com camarão seco.

- Ingredientes: Mandioca brava, jambu, camarão seco.

2. Territórios do Cerrado:

- Pequi com Arroz: Arroz cozido com pequi, fruto típico do Cerrado, que confere sabor e aroma característicos.
- Ingredientes: Pequi, arroz, temperos locais.

3. Territórios do Pantanal:

- Pirão de Peixe: Preparado com caldo de peixe, farinha de mandioca e temperos, é uma iguaria comum na região do Pantanal.
- Ingredientes: Peixe de água doce, farinha de mandioca, temperos.

4. Territórios do Nordeste:

- Maniçoba: Prato típico do Pará, é um cozido feito com folhas de mandioca maceradas, carnes diversas e temperos regionais.
- Ingredientes: Folhas de mandioca, carnes variadas, temperos.

Podemos citar ainda o uso da polpa do buriti no preparo de refrescos e outros alimentos, o uso da mandioca na produção dos mais variados alimentos como tapioca, farinhas, cauim (vinho indígena), o uso do refresco de guaraná, a preparação da paçoca, a preparação feita com carne assada e farinha de mandioca esmagado numa espécie de pilão. O hábito de comer camarão, lagosta e caranguejo com molho seco de pimenta, o modo de preparo dos peixes, preparados no moquém (utensílio para cozinhar peixe), e atualmente, tendo grande variedade de ingredientes, seja no tipo de molho, tempero ou carne utilizada. O caruru, um prato à base de vegetais como o quiabo, mostarda ou taioba, que acompanha os mais diferentes tipos de carne e preparações como mingau, pirão, beiju, pimenta (amarela e vermelha), chimarrão (Recine, 2002).

Territórios Indígenas do Norte do Brasil, Receitas e Ingredientes:

1. Territórios Yanomami:

- Beiju de Mandioca:
- Ingredientes: Mandioca (raiz), água.
- Preparo: A mandioca é descascada, ralada e espremida para extrair o líquido. A massa resultante é peneirada e disposta em uma chapa quente, formando discos finos que são assados até ficarem crocantes.

2. Territórios Tikuna:

- Tacacá:

- Ingredientes: Tucupi (caldo de mandioca brava), jambu, camarão seco, goma de tapioca, chicória, pimenta.

- Preparo: O tucupi é fervido junto com a chicória e temperado com pimenta e jambu, uma erva que causa uma sensação de formigamento na boca. O caldo é servido quente sobre uma porção de goma de tapioca, adicionando camarão seco para finalizar.

3. Territórios Kayapó:

- Pirarucu Assado na Folha de Bananeira:

- Ingredientes: Pirarucu (peixe de água doce), folha de bananeira, limão, temperos locais.

- Preparo: O peixe é limpo e temperado com suco de limão e ervas. Em seguida, é envolvido em folhas de bananeira e assado em fogo baixo até ficar macio e suculento.

4. Territórios Mundurucu:

- Maniçoba:

- Ingredientes: Folhas de mandioca, carnes diversas (como carne de porco, charque e linguiça), temperos regionais.

- Preparo: As folhas de mandioca são maceradas, cozidas e misturadas com as carnes e os temperos. O prato é cozido lentamente por várias horas, resultando em um guisado rico em sabor e textura.

5. Territórios Waiãpi:

- Carne de Caça com Farinha de Mandioca:

- Ingredientes: Carne de caça (como veado, capivara ou porco do mato), farinha de mandioca, temperos locais.

- Preparo: A carne é limpa, cortada em pedaços e temperada com ervas e especiarias. Em seguida, é grelhada ou cozida em fogo aberto e servida com farinha de mandioca.

Essas são apenas algumas das muitas receitas tradicionais das tribos indígenas do Norte do Brasil, cada uma reflete a riqueza cultural e a relação íntima desses povos com os recursos naturais de suas terras.

Territórios Indígenas do Nordeste do Brasil, Receitas e Ingredientes:

1. Territórios Pataxó:

- Moqueca de Peixe:

- Ingredientes: Peixe fresco (como robalo, badejo ou pargo), leite de coco, azeite de dendê, pimentão, tomate, cebola, coentro, limão.

- Preparo: O peixe é temperado com limão e sal e deixado marinando. Em uma panela de barro, são adicionados os temperos, o leite de coco e o azeite de dendê, seguido pelo peixe e os vegetais. Tudo é cozido em fogo baixo até que o peixe esteja macio e os sabores se misturem.

2. Territórios Tuxá:

- Bolo de Milho:

- Ingredientes: Milho verde, açúcar, ovos, leite de coco, erva-doce.

- Preparo: O milho é debulhado e batido no liquidificador com os demais ingredientes até obter uma massa homogênea. Em seguida, é assado em forno pré-aquecido até dourar.

3. Territórios Kariri-Xocó:

- Buchada de Bode:

- Ingredientes: Bucha do estômago de bode, miúdos (como fígado, coração e rins), temperos (como alho, cebola, pimentão, cheiro-verde), arroz.

- Preparo: A bucha do estômago é lavada e cozida para remover o excesso de gordura e odor. Os miúdos são temperados e cozidos junto com a bucha, até que fiquem macios. O arroz é cozido à parte e servido como acompanhamento.

4. Territórios Fulni-ô:

- Canjica:

- Ingredientes: Milho branco, leite de coco, açúcar, canela em pau, cravo-da-índia.

- Preparo: O milho é cozido em água até ficar macio. Em seguida, é adicionado o leite de coco, o açúcar e os temperos, e tudo é cozido até engrossar e adquirir uma consistência cremosa.

5. Territórios Xucuru:

- Carne de Sol:

- Ingredientes: Carne bovina (como coxão mole ou contrafilé), sal grosso.

- Preparo: A carne é salgada e deixada secar ao sol por alguns dias, até adquirir uma textura firme. Em seguida, é grelhada ou assada lentamente até ficar macia e suculenta.

Estas receitas representam apenas uma pequena amostra da rica tradição culinária das tribos indígenas do Nordeste do Brasil, cada uma carregando

consigo sabores únicos e histórias ancestrais.

Territórios Indígenas do Centro-Oeste do Brasil, Receitas e Ingredientes:

1. Territórios Terena:

- Pacu Assado na Folha de Bananeira:

- Ingredientes: Pacu (peixe de água doce), limão, sal, pimenta, folhas de bananeira.

- Preparo: O peixe é limpo e temperado com limão, sal e pimenta. Em seguida, é envolvido em folhas de bananeira e assado lentamente sobre as brasas, adquirindo um sabor defumado característico.

2. Territórios Bororo:

- Arroz com Guariroba:

- Ingredientes: Guariroba (palmito típico do cerrado), arroz, cebola, alho, óleo, sal.

- Preparo: O guariroba é cozido e cortado em pedaços. Em uma panela, é refogada cebola e alho, e adiciona-se o guariroba e o arroz previamente lavado. Tudo é cozido até que o arroz esteja macio.

3. Territórios Kaiapó:

- Peixe no Tucupi:

- Ingredientes: Peixe fresco (como surubim, pintado ou dourado), tucupi, jambu, pimenta de cheiro, alho, sal.

- Preparo: O peixe é limpo e temperado com alho, sal e pimenta. Em uma panela, é adicionado o tucupi, o jambu e os temperos, e o peixe é cozido até ficar macio e absorver os sabores.

4. Territórios Xavante:

- Mingau de Milho Verde:

- Ingredientes: Milho verde, leite, açúcar, canela em pau.

- Preparo: O milho é debulhado e batido no liquidificador com leite. Em uma panela, a mistura é cozida com açúcar e canela em pau até engrossar e adquirir uma consistência cremosa.

5. Territórios Kayapó:

- Feijão Tropeiro com Farinha de Mandioca:

- Ingredientes: Feijão cozido, farinha de mandioca, bacon, linguiça, ovos, cebola, alho, cheiro-verde.

- Preparo: O bacon e a linguiça são fritos até dourarem, e em seguida

adiciona-se cebola, alho e ovos mexidos. Acrescenta-se o feijão cozido e a farinha de mandioca, misturando bem. Finaliza-se com cheiro-verde picado. Estas receitas representam apenas uma pequena amostra da diversidade culinária das tribos indígenas do Centro-Oeste do Brasil, demonstrando o uso criativo de ingredientes locais e técnicas tradicionais de preparo.

Territórios Indígenas do Sudeste do Brasil, Receitas e Ingredientes:

1. Territórios Guarani:

- Curau de Milho Verde:

- Ingredientes: Milho verde, leite, açúcar, canela em pau.

- Preparo: O milho é debulhado e batido no liquidificador com leite. Em uma panela, a mistura é cozida com açúcar e canela em pau até engrossar, formando um creme doce.

2. Territórios Tupiniquim:

- Moqueca Capixaba:

- Ingredientes: Peixe fresco (como robalo, badejo ou dourado), tomate, cebola, coentro, azeite de dendê, leite de coco, pimentão, limão.

- Preparo: O peixe é temperado com limão e sal. Em uma panela de barro, são adicionados os temperos, o leite de coco e o azeite de dendê, seguido pelo peixe e os vegetais. Tudo é cozido em fogo baixo até que o peixe esteja macio e os sabores se misturem.

3. Territórios Kaingang:

- Broa de Milho:

- Ingredientes: Farinha de milho, água, sal.

- Preparo: A farinha de milho é misturada com água e sal até formar uma massa. Pequenas porções são moldadas em formato de broa e assadas em forno até ficarem douradas e crocantes por fora e macias por dentro.

4. Territórios Guarani-Nhandeva:

- Frango Caipira com Angu:

- Ingredientes: Frango caipira, fubá de milho, água, sal, temperos (como cebola, alho, salsa).

- Preparo: O frango é cortado em pedaços e refogado com os temperos até dourar. O fubá de milho é cozido em água com sal até formar um angu consistente. O frango é servido sobre o angu, acompanhado de molho de tomate.

5. Territórios Caiapó:

- Canjiquinha com Carne de Porco:
 - Ingredientes: Canjiquinha, carne de porco (como costelinha ou paleta), cebola, alho, tomate, pimentão, cheiro-verde.
 - Preparo: A canjiquinha é cozida em água até ficar macia. A carne de porco é refogada com temperos até dourar. Em seguida, é adicionada a canjiquinha cozida e tudo é cozido junto até os sabores se combinarem.
- Estas receitas representam apenas uma pequena amostra da rica tradição culinária das tribos indígenas do Sudeste do Brasil, cada uma carregando consigo sabores únicos e histórias ancestrais.

Territórios Indígenas do Sul do Brasil, Receitas e Ingredientes:

1. Territórios Kaingang:

- Churrasco de Pinhão:
- Ingredientes: Pinhão (sementes de araucária), sal grosso.
- Preparo: As sementes de pinhão são cozidas em água com sal até ficarem macias. Em seguida, são assadas em fogo de chão ou churrasqueira, sendo servidas como petisco ou acompanhamento.

2. Territórios Guarani:

- Caldo de Galinha com Massa:
- Ingredientes: Massa recheada com carne, caldo de galinha, legumes (como cenoura, batata, abobrinha), temperos (como cebola, alho, salsa).
- Preparo: O caldo de galinha é preparado com os legumes e os temperos. Quando os legumes estiverem macios, as massas recheadas são adicionadas e cozidas até ficarem al dente. A sopa é servida quente.

3. Territórios Xokleng:

- Tilápia Assada na Folha de Bananeira:
- Ingredientes: Tilápia (peixe de água doce), limão, sal, pimenta, folhas de bananeira.
- Preparo: O peixe é limpo e temperado com limão, sal e pimenta. Em seguida, é envolvido em folhas de bananeira e assado lentamente sobre as brasas, adquirindo um sabor defumado característico.

4. Territórios Guarani Mbyá:

- Puchero Guarani:
- Ingredientes: Carne bovina (como músculo), mandioca, milho verde,

abóbora, batata, repolho, temperos (como cebola, alho, louro).

- Preparo: A carne é cozida em água com os temperos até ficar macia. Em seguida, são adicionados os legumes e a mandioca, e tudo é cozido até que os sabores se combinem e os vegetais estejam macios.

5. Territórios Kaingang:

- Arroz Carreteiro:

- Ingredientes: Arroz, carne bovina (como charque), cebola, alho, tomate, pimentão, cheiro-verde.

- Preparo: O charque é refogado com cebola, alho e tomate até dourar.

Em seguida, é adicionado o arroz e água suficiente para cozinhá-lo. Quando o arroz estiver quase pronto, são adicionados pimentão e cheiro-verde picados.

Estas receitas representam apenas uma pequena amostra da diversidade culinária das tribos indígenas do Sul do Brasil, demonstrando o uso criativo

INFLUÊNCIA NA GASTRONOMIA CONTEMPORÂNEA

de ingredientes locais e técnicas tradicionais de preparo.

A gastronomia contemporânea brasileira é fortemente influenciada pelos saberes e sabores indígenas, que contribuem para a diversidade e originalidade da culinária nacional. Ingredientes como a mandioca, o tucupi, o açaí e o cupuaçu são amplamente utilizados na cozinha brasileira contemporânea, tanto em pratos tradicionais quanto em criações gastronômicas inovadoras.

Pode-se afirmar que, a culinária brasileira foi e continua sendo influenciada pela cultura alimentar indígena e que a valorização e preservação dessas tradições são fundamentais para a promoção da diversidade cultural e a construção de uma sociedade mais inclusiva e sustentável. A contribuição dos costumes indígenas na alimentação atual é, sem dúvida, imensa e revela a riqueza e a diversidade da cultura alimentar dos povos indígenas brasileiros, destacando sua influência na gastronomia atual.

Já no primeiro século de exploração no Brasil, a culinária era caracterizada pela incorporação da biodiversidade local, tanto nas plantas de cultivo como no uso de recursos da flora e fauna silvestres (Recine, 2002). Através da evolução histórica da alimentação percebe-se que gastronomia e hábitos são aspectos importantes que nos auxiliam a refletir sobre os méritos da culinária e sua evolução ao longo do tempo. Justamente a partir do estudo da gastronomia brasileira, intensamente composta por gostos do mundo aliados aos hábitos dos nativos frente aos ingredientes locais, é possível conhecer não apenas a arte de cozinhar e o prazer de comer, mas também a própria cultura de um país.

A alimentação indígena é um tesouro cultural que reflete a rica diversidade biológica e cultural do Brasil. Ao compreender e valorizar os saberes e sabores indígenas, contribuímos para a preservação da identidade cultural desses povos e para a construção de uma gastronomia brasileira autêntica e inclusiva. Tendo como pressuposto a importância da alimentação indígena como parte integrante do patrimônio cultural brasileiro, pode-se constatar que, a formação do hábito alimentar brasileiro se deu por meio de contribuições e adaptações na culinária local. A formação dos hábitos

alimentares dos brasileiros aconteceu diante da mistura de artes culinárias, técnicas e ingredientes, mas que não podemos descartar a importância da inserção de novos alimentos, sabores ou técnicas de preparo, proporcionando o surgimento de novos pratos exclusivamente brasileiros como a feijoada, o sarapatel e o vatapá.

As primeiras cozinheiras eram as cunhãs, que eram as mulheres indígenas, que introduziram pratos típicos de sua culinária, que foram absorvidos na culinária brasileira, como a farinha de mandioca, o pirão, o mingau, o beiju e o polvilho doce. Em cada região do país foram então se desenvolvendo receitas típicas de acordo com o alimento que era encontrado em abundância em cada lugar. Assim, o hábito de se comer determinadas preparações passou a fazer parte dos costumes locais (Gaspar, 2009). De acordo com Cascudo (1967), o ovo da galinha, era ignorado pelos índios, como também não conheciam o consumo de carne bovina (Recine, 2002). A mandioca constituía a principal base da alimentação nativa (Chagas, 2006). A farinha de mandioca reinava e foi o alimento principal durante vários séculos, sendo utilizada em suas diversas formas, desde seca, como farofa, pirão, mingau ou papa. Desta forma o pirão, aparece para servir a carne ou o peixe, preparado com a farinha de mandioca. Também dessa farinha (de mandioca), vem os bijus e da goma as tapiocas. Para os indígenas, as frutas mais sumosas eram comidas, e não espremidas, exceto quando era para a finalidade de produzir vinhos, que eram feitos à base de jenipapo, ananás e caju. Outro alimento que fazia parte da alimentação indígena era o milho, porém numa escala bem inferior, não como um alimento, mas como uma gulodice, um aperitivo, roendo as espigas assadas (Cascudo, 1967).

O fogo era um elemento de imensa importância para os povos originários, pois, além de protegerem-se contra maus espíritos, as tribos utilizavam-no para preparar alimentos com seus métodos de cocção, como as pedras de fogo, o biaribi e o moquém. Para a cultura indígena, o alimento frio era sinônimo de alimento estragado (Loureiro, 2001; Cascudo, 2011).

O principal método de cocção dos alimentos era o moquém, que consistia na montagem de uma grelha de madeira em formato quadrangular ou triangular, utilizada para defumar carnes e peixes. Outro método amplamente empregado envolvia o uso de pedras de fogo, aquecidas e colocadas dentro de potes de cerâmica que, por sua vez, eram posicionados sobre pedras quentes em contato direto com o fogo, permitindo a cocção dos alimentos. Além disso, utilizava-se o biaribi, que envolvia a abertura

de um buraco na terra, posteriormente coberto com folhas. Os alimentos eram depositados sobre essas folhas, o buraco era coberto com terra, e uma fogueira era acesa por cima, assando a comida que seria compartilhada pela aldeia (Gaspar, 2013; Cascudo, 2011).

Para fazer os assados as cunhãs embrulhavam em folhas a carne de caça, peixes, crustáceos e moluscos, entre outros, estes muito mais assados que cozidos. Com todos estes ingredientes nasce a cozinha brasileira. A carne malpassada era especialidade e legitimamente indígena que a cunhã preparava. O indígena ignorava a fritura, não fritava peixe ou carne e sim assava ou cozinhava (Cascudo, 1967).

Quando os europeus chegaram ao Brasil, já havia algumas espécies de feijões conhecidas pelos indígenas do litoral (Ribeiro, 2009), mas que não eram aproveitadas de maneira significativa em seu sistema alimentar (Flandrin, 1998). Aos olhos da cunhã, o feijão apareceu como um reforço alimentar; os filhos já desmamados eram habituados a comer o caldo do feijão e a mastigá-lo com qualquer carne. Ele era a refeição, a força, o sustento para dar energia necessária para o trabalho humano. Os indígenas não cozinhavam os alimentos misturados: feijão: só feijão; milho: só milho. Para acompanhar a carne eram cozidos cada qual em sua vasilha (Cascudo, 1968). Dessa forma, é indígena o feijão com farinha.

Embora haja registros da existência de algumas espécies de arroz no período pré-colonial, tratava-se de um tipo de arroz selvagem, coletado pelos índios tupis, que não lhe davam muita importância (Ribeiro, 2009). A introdução do cultivo do arroz deu-se, num primeiro momento, no norte do país, no Pará, em Pernambuco e, principalmente, no Maranhão. Posteriormente, expandiu-se para o restante do país, até o Rio Grande do Sul.

As frutas mais apreciadas e populares seguem sendo aquelas que o indígena indicou no séc. XVI: caju, abacaxi, goiaba, cajá, maracujá, mamão. Mesmo cada região do Brasil tendo desenvolvido uma cultura alimentar peculiar e característica devido a colonização posterior e local, dois alimentos são marcantes e estão presentes na alimentação de todos os brasileiros, de norte ao sul: o arroz e o feijão. De fácil produção e preparo, o feijão era consumido no Brasil pelos índios com pouco caldo e geralmente misturado a farinha, pimenta e carne de caça. Já o arroz, originário da Ásia, foi trazido pelos portugueses (Cascudo, 1967).

Há quase cinco séculos a farinha continua mantendo o prestígio no crédito popular. Essa permanência constituía a imagem da suficiência. Do cardápio indígena herdamos também a paçoca, a moqueca e o caruru (Cunha, 2012). Não sabemos de todas as iguarias brasileiras e nativas no séc. XVI e que foram sendo modificadas e acrescidas para o nosso paladar contemporâneo. Atualmente, interesses em hábitos alimentares saudáveis, que nada mais são do que o resgate cultural alimentar, vem sendo a busca de grande parte da população. Os alimentos tradicionais, as práticas e receitas, os saberes, os fazeres e os sabores simbolizam formas de resistência cultural contra a padronização de nossa alimentação. Assim, considerar o sentido de promover a alimentação adequada e saudável, envolve mais que uma escolha de alimentos adequados, relacionando-se com a defesa da biodiversidade de espécies, o reconhecimento da herança cultural e o valor histórico do alimento, além do estímulo à cozinha típica regional, contribuindo, assim, para o resgate das tradições e o prazer da alimentação (Brasil, 2015).

O Guia Alimentar da População Brasileira (Brasil, 2014), documento elaborado pelo Ministério da Saúde, dá caminhos para a implementação da alimentação adequada e saudável em todos os ambientes, um direito humano básico. Entre as recomendações do Guia está a atenção aos aspectos sociais da comida, como alimentar-se sempre que possível em companhia de outras pessoas e exercitar e partilhar habilidades culinárias, ou seja, incluindo e aproveitando todo o potencial da alimentação.

Propor a historicidade da alimentação brasileira é mais do que esquematizar nossa cozinha nacional, é buscar raízes para fortalecer os costumes tradicionais diante dos desafios do cotidiano em tempos de consumo. Assim, é importante valorizar hábitos alimentares saudáveis, mas lembrar do passado como forma de entender o presente, significa compreender muito do que somos hoje, tendo-o como base para planejar nosso futuro enquanto indivíduos, sociedade e nação.

REFERÊNCIAS

ABREU, J. C. Capítulos de história colonial, 1500-1800. Belo Horizonte: Itatiaia/ São Paulo: Editora Universidade de São Paulo, 1988. Disponível em: http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select_action=&co_obra=2074 Acesso em: 13 de outubro de 2020.

AGNOLIN, A. O apetite da antropologia. O sabor antropofágico do saber antropológico: alteridade e identidade no caso Tupinambá, São Paulo, tese, FFLCH-USP, 1998. Acesso em: 22 de outubro de 2020.

BARCELLOS, L. Práticas educativo-religiosas dos POTIGUARA da Paraíba. João Pessoa: Editora da UFPB, 2012. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/324955638_ETNOGEOGRAFIA_POTIGUARA_DA_PARAIBA_REFLEXOES SOBRE_O_ENSINO_DE_GEOGRAFIA_EM_ESCOLAS_INDIGENAS Acesso em: 22 de outubro de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Alimentos regionais brasileiros / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 484 p. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/alimentos_regionais_brasileiros_2ed.pdf Acesso em: 10 de janeiro de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar da População Brasileira. 2014. CAMINHA, Pero Vaz de. Carta a El Rei D. Manuel. Dominus: São Paulo, 1963. Disponível em: http://objdigital.bn.br/Acervo_Digital/livros_eletronicos/carta.pdf Acesso em: 15 de novembro de 2019.

CARNEIRO, L. (2015). "Dossiê - Gastronomia: Cultura, identidade e patrimônio". Revista Iberoamericana de Turismo, 5(1), 1-11.

CASCUDO, L. C. História da Alimentação no Brasil. Editora Nacional, Brasil; 1967. Disponível em: <https://bdor.sibi.ufrj.br/bitstream/doc/370/1/323%20PDF%20-%20OCR%20-%20RED.pdf> Acesso em: 15 de novembro de 2019.

CASCUDO, L.C. História da Alimentação no Brasil. 4 ed, São Paulo: Global, 2011.

CHAGAS, C. “Estilo Brasileiro de Comer”, Dia Mundial da Alimentação-Agricultura e Diálogo Intercultural. 2006.

CUNHA, M. C. Índios no Brasil: história, direitos e cidadania, 1ª edição, São Paulo: Claro Enigma, 2012 Disponível em: <https://www.companhiadasletras.com.br/trechos/35025.pdf> Acesso em: 01 de novembro de 2020.

ELIADE, M. Mito e realidade. São Paulo: Editora Perspectiva, 1972. Disponível em: <https://filosoficabiblioteca.files.wordpress.com/2020/04/eliade-mircea-mito-e-realidade-1.pdf> Acesso em: 01 de novembro de 2020.

FARIAS, E. S. MEMÓRIA TABAJARA: Manifestações de fé e identidade ética. 2011. 172 páginas. Dissertação (Mestrado em Ciências das Religiões), UFPB. João Pessoa, PB. Disponível em: <https://www.estantevirtual.com.br/livros/eliane-farias-lusival-barcellos/memoria-tabajara-manifestacao-de-fe-e-identidade-etnica/483872566> Acesso em: 01 de novembro de 2020.

FERNANDES, C. Viagem Gastronômica Através do Brasil. Editora SENAC, São Paulo; 2004. Disponível em: <https://www.orelhadelivro.com.br/livros/67143/viagem-gastronomica-atraves-do-brasil/> Acesso em: 28 de outubro de 2020.
FERNANDES, F.A função social da guerra na sociedade tupinambá, São Paulo, Livraria Pioneira, 1970. Acesso em: 02 de outubro de 2020.

FLANDRIN, JEAN-LOUIS & MONTANARI, MASSIMO. HISTÓRIA DA ALIMENTAÇÃO. Estação Liberdade.1998

GASPAR, L. Índios do Brasil: alimentação e culinária. Pesquisa Escolar Online, Fundação Joaquim Nabuco, Recife, 2009. Disponível em: http://basilio.fundaj.gov.br/pesquisaescolar/index.php?option=com_content&view=article&id=953:indios-do-brasil-alimentacao-e-culinaria&catid=44:letra-i Acesso em: 13 de outubro de 2020

JORDÃO, L. S. Antropofagia no Brasil: comer carne humana era comum nas tribos indígenas. Disponível em: <https://socientifica.com.br/antropofagia-no-brasil/>. Acesso em: 12 set. 2024.

LEAL, M. C. (2018). “Brasil: uma história – A sociedade e os seus atores”. Editora Unicamp.

LÉRY, J. História de uma viagem feita à terra do Brasil; 1889. p.194-207.

Disponível em: <http://fortalezas.org/midias/arquivos/1713.pdf> Acesso em: 18 de outubro de 2019.

LUCIANO, G. S. O índio brasileiro: o que você precisa saber sobre os povos indígenas no Brasil de hoje. Brasília: MEC/SECAD; LACED/Museu Nacional, 2006. (Coleção Educação Para Todos. Série Vias dos Saberes n. 1). Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/pdf/indio_brasileiro.pdf Acesso em: 3 de setembro de 2019.

LOUREIRO, A.J.S. A Alimentação Indígena. In: FERNANDES, Caloca. Viagem Gastronômica através do Brasil. São Paulo: Editora Senac São Paulo: Editora Estúdio Sonia Robatto, 2001.

MELATTI, J. C. Índios do Brasil. Editora da Universidade de São Paulo; 2007. Disponível em: <https://www.edusp.com.br/livros/indios-do-brasil/> Acesso em: 13 de novembro de 2019.

MONTEIRO, J. A. (2010). "Comida e sociedade: uma história da alimentação". Editora Unicamp.

PINHO, P. F. Minha história do Brasil. Editora KRB, São Paulo; 2014. Acesso em: 13 de setembro de 2019

RECINE, E.; RADAELLI, P. Alimentação e cultura. Ministério da Saúde. Secretária de Políticas de Saúde - SPS. Departamento de Atenção Básica - DAB. Area Técnica Alimentação e Nutrição - ATAN., Universidade de Brasília - UnB. Faculdade de Ciências da Saúde. Departamento de Nutrição. 2002. Disponível em: https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao_cultura.pdf Acesso em: 22 de setembro de 2019.

RIBEIRO, B. O Índio na história do Brasil. 12ª edição, São Paulo: Global, 2009, p. 30. Disponível em: <https://www.livrosgratis.com.br/ler-livro-online-76384/indios-no-brasil-1-colecao-cadernos-da-tv-escola> Acesso em: 13 de novembro de 2019

RIBEIRO, B. G. O Índio na Cultura Brasileira. Coleção Biblioteca Básica Brasileira, Rio de Janeiro: Fundação Darcy Ribeiro, 2013. Disponível em: http://etnolinguistica.wdfiles.com/local--files/biblio%3Aribeiro-2013/ribeiro_2013_indio_cultura_brasileira.pdf Acesso em: 19 de dezembro de 2019.

RIBEIRO, D. O povo brasileiro: A formação e o sentido do Brasil. São Paulo: Companhia de Letras, 1995. Disponível em: <http://www.afoiceeomartelo.com.br/posfsa/autores/Ribeiro,%20Darcy/Darcy%20Ribeiro%20-%20O%20POVO%20BRASILEIRO.pdf> Acesso em: 13 de novembro de 2019

SÁ, A. A. de, & BARBOSA, A. M. (2013). "A contribuição indígena para a alimentação brasileira". *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(3), 791-798.

SILVA, G. S. DE S. Formação da Cultura Alimentar Brasileira a Partir da Miscigenação Entre Indígenas e Portugueses. Trabalho de Conclusão de Curso de graduação, apresentado a Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, 2021.

TOLEDO, A. "História da alimentação no Brasil". Senac São Paulo. 2016.

A alimentação é essencial ao ser humano, diante da necessidade de se adquirir os nutrientes necessários a sobrevivência, a partir do consumo de alimentos. Entretanto, tudo o que é ingerido, é transformado pela química-orgânica, que aproveita e distribui os nutrientes de forma que sejam úteis ao nosso organismo. Nesse sentido, os alimentos são utilizados pelo nosso organismo como substrato para o fornecimento de energia, vitaminas, minerais e nutrientes, como por exemplo: os aminoácidos que não são produzidos pelo nosso corpo, possibilitando assim funções metabólicas, crescimento de tecidos, entre outras atividades. No entanto, a alimentação não é só um ato biológico, mas um ato social e cultural, que representa escolhas, símbolos e visões de mundo (Abbud, 2018).

O Brasil é fortemente marcado por sua culinária, hábitos e ainda pratos e preparações regionais. Por este motivo, se faz necessário resgatar as raízes da culinária brasileira, ressaltando sua riqueza de alimentos, que compõe nossa gastronomia local, além de tantos outros aspectos no ato de alimentar-se, que vão além de questões nutricionais. Cozinhar é um ato de afeto e a comida carrega consigo memória, além de ser um ato político.

Nesse sentido, a comida possui também valor simbólico, sendo considerada como um marcador da identidade de um povo. A comida brasileira abriga simbologia, além de ter sido formada por uma variedade de outras culturas e povos. A identidade gastronômica brasileira foi se construindo a partir de diversos movimentos migratórios. Sendo assim, ressalta-se mais uma vez, a importância do resgate das raízes da comida brasileira, tendo em vista que, cada alimento carrega em si uma gama de sabores, cores e odores, destacando costumes que foram introduzidos e passaram a compor a cultura local. Segundo Santos, 2005, p.12:

“o alimento constitui uma categoria histórica, pois os padrões de permanência e mudanças dos hábitos e práticas alimentares têm referências na própria dinâmica social. Os alimentos não são somente alimentos. Alimentar-se é um ato nutricional, comer é um ato social, pois constitui atitudes ligadas aos usos, costumes, protocolos, condutas e situações.”

Existem muitas formas de reconhecer a identidade cultural de um povo, como pela língua, festas, e principalmente, a comida. A gastronomia é um patrimônio cultural, tendo em vista ser constituída por um conjunto de práticas desenvolvidas e aperfeiçoadas ao longo dos anos e que são

capazes de representar uma cultura. Quando se pensa em Brasil, facilmente sua cultura alimentar é lembrada. São citados pratos e bebidas típicas como a feijoada, o pão de queijo, o brigadeiro, o açaí e a caipirinha. É nesse sentido que, a comida possui seu valor simbólico, para além de seu valor nutricional, não sendo apenas uma substância alimentar, mas representando modos e jeito de se viver e pensar, representando aquele que o consome, ou seja, em muitos casos, uma tradição (Sonati et al, 2009).

Assim, a forte influência da culinária portuguesa contribuiu para que hoje nossa comida seja tão rica nutricionalmente e culturalmente. A gastronomia brasileira é uma cozinha extremamente diversificada e complexa, tendo em vista que possui a origem baseada nos processos migratórios brasileiros, como já dito, o que contribuiu para que hoje seja fruto de um processo dessa miscigenação cultural. Sendo assim, podemos compreender que, o conceito de cozinha se traduz nas formas culturalmente estabelecidas de se alimentar, sendo parte de um sistema alimentar. Uma cozinha possui formas, elementos, produtos e técnicas próprias e que variam de acordo com a cultura a que se está inserida. (Maciel, 2004).

A cozinha é um marcador de identidade, e quando falamos em cozinha brasileira, é impossível não nos remetermos a uma variedade imensa de sabores, ingredientes, texturas, aromas e formas de preparo. A comida brasileira abriga simbologia e é formada por uma variedade de culturas e povos. Sua identidade foi se construindo a partir dos diversos movimentos imigratórios, pois cada povo que aqui chegava trazia consigo além de seus costumes, a sua comida. Dentre os povos aqui chegados, destacamos os portugueses como contribuidores para a formação de nossa culinária (Santos, 2019).

Já a colonização portuguesa inseriu uma série de hábitos e costumes, que envolveram a língua, religião, festas, comemorações e culinária. Iniciou-se então, um processo de troca, como por exemplo: hortaliças, em que foi introduzido no país espécies como cebolas, cenouras, inhames, alfaces, repolhos, espinafres, alhos, mostardas, além de uma variedade de árvores frutíferas, como: laranjeiras, limoeiros, cidreiras, figueiras, entre outros (Madeira; Reifschneider; Giordano, 2008). Ainda nesse contexto de trocas, mesmo com as dificuldades relacionadas ao transporte e as questões microbiológicas e higiênico-sanitárias da época, uma série de animais também foram trazidos, como: bois, vacas, porcos, ovelhas, carneiros e galinhas (Araújo et al, 2005). Desta forma, a incorporação de novas espécies e hábitos, uma série de mudanças no padrão alimentar da época ocorreram, inclusive repercutindo até os dias atuais.

Para além das influências indígenas, portuguesa e africana, fruto de nossa colonização inicial, a gastronomia brasileira também é fortemente marcada por interferências alemãs, italianas, espanholas, japonesas, árabes e suíças, tendo em vista que, o país possui uma dimensão continental não somente em relação ao seu espaço geográfico, mas também ao número de imigrantes que aqui estiveram, e ainda estão mantendo a inserção e a apropriação das culturas e costumes trazidos (Sonati et al, 2009). É importante ressaltar que, a culinária brasileira também é influenciada por outras questões, que vão além da colonização, entre elas estão: clima, fauna, solo, disposição geográfica, entre outras questões que contribuem para a regionalização.

É nesse sentido, que podemos dizer que a culinária brasileira é resultado de uma mescla de heranças, que compõe a identidade nacional, constituída de uma mistura de processos migratórios e aspectos regionais, que representam coletivamente o que é ser brasileiro. Porém, mesmo o Brasil sendo fortemente marcado por sua culinária, muitas práticas alimentares podem levar a descentralização das identidades e tradições nacionais, aonde se gera perda de fragmentos de costumes de um determinado povo, ou seja, enfraquece a percepção de que a culinária carrega diversos simbolismos históricos, que foram construídos ao longo do tempo, o que gera uma perda dos valores nacionais, memórias e identidades coletivas (Barbosa, 2012).

Sendo assim, se faz necessário cumprir o dever cidadão de reforçar e promover a homogeneização entre culturas, e ainda resgatar as raízes da comida brasileira, ou seja, sua ancestralidade, tendo em vista que cada alimento carrega uma gama de sabores, cores e odores, deve-se resgatar, também, a simbologia, como a religiosidade, por trás do alimento.

CONTRIBUIÇÕES PORTUGUESAS PARA A CULINÁRIA BRASILEIRA

Segundo dados históricos (Rêgo, 2021), os portugueses “encontraram” o Brasil no dia 22 de abril de 1500, comandados por Pedro Álvares Cabral em uma expedição que buscava, sobretudo, especiarias, como cravo, canela, pimentas, entre outras. Havia preços mais vantajosos, para que dessa forma, os comerciantes conseguissem mais lucro, pois comprariam as mercadorias diretamente da fonte, não havendo a necessidade do pagamento de impostos ou taxas. Também procuravam ouro e pedras preciosas, além de buscarem disseminar o cristianismo (Lesnau, 2004). Entretanto, poderíamos sugerir que, os portugueses estavam perdidos e que os povos originários os resgataram, auxiliando-os ao aportar no Brasil, um “Porto Seguro”.

Nas primeiras décadas, essa imigração portuguesa para o Brasil foi considerada pouco significativa, tendo em vista que o foco da Coroa Portuguesa eram as expansões comerciais na Ásia e África. Assim, os primeiros colonos portugueses depararam-se com os indígenas que viviam no litoral brasileiro, no entanto, alguns colonos eram respeitados, outros acolhidos e outros até mesmo comidos pelos indígenas, prática do canibalismo, comum entre eles. Todavia, especulações da França e de outros países começaram a ter interesse e se aproximar do litoral brasileiro a procura do pau-brasil, tal fato obrigou a Coroa Portuguesa a iniciar, de fato, o processo de colonização brasileira. Assim, a partir de 1530, inúmeros portugueses passaram a se estabelecer no país e se apropriaram de fato do território e da força de trabalho indígena, que se mostrou pouco hostil a invasão (Madeira; Reifschneider; Giordano, 2008).

Os portugueses trouxeram consigo uma série de hábitos e costumes, como: sua língua, religião, festas, comemorações e sua comida. Até então a comida brasileira era fortemente marcada por frutas nativas, carnes de caças e, principalmente, a mandioca. Iniciou-se então, um árduo processo de troca de hortaliças, introduzindo no país, espécies como: cebolas, cenouras, inhames, alfaces, repolhos, espinafres, alhos, mostardas, além de uma variedade de árvores frutíferas como: laranjeiras, limoeiros, cidreiras, figueiras, entre outros (Madeira; Reifschneider; Giordano, 2008). E apesar das dificuldades relacionadas ao transporte e as questões microbiológicas e higiênico-sanitárias, também foram trazidos uma série de animais, como:

bois, vacas, porcos, ovelhas, carneiros e galinhas (Araújo et al, 2005). Assim, a incorporação de novas espécies e hábitos ocasionou uma série de mudanças no padrão alimentar da época, que repercutem até os dias atuais.

Para Câmara Cascudo (2011), a cozinha brasileira possui como base a confluência de três tradições culturais, sendo elas a indígena, a africana e a portuguesa, tendo esta última um maior destaque para o referido autor. Logo, a cozinha tradicional portuguesa aparece como o ponto de partida, pois seria o local do qual saíram ingredientes, técnicas e receitas que hoje constituem a cultura alimentar brasileira (Corção, 2012).

Nesse sentido, a culinária portuguesa possui grande protagonismo no processo histórico de formação da cultura alimentar brasileira, que hoje é conhecida por sua riqueza de cores, sabores e aromas. Sendo assim, quanto aos ingredientes trazidos pelos portugueses, destacam-se dois grupos: aqueles totalmente desconhecidos pelas populações brasileiras e aqueles já conhecidos, porém, pouco valorizados (Algranti e Asfora, 2014).

Quanto a inserção dos ingredientes totalmente desconhecidos, destacam-se: o trigo, os ovos de galinha, o azeite de oliva e algumas frutas. O cultivo do trigo se espalhou, rapidamente, pelo país e se destinava, principalmente, a manufatura da farinha branca, sendo o pão branco destinado ao consumo da elite. Já quanto aos ovos de galinha, em um primeiro momento, seu consumo gerou certo estranhamento para os indígenas, que consideram estes sem sabor, tendo em vista que muitos preferiam ovos de jacaré. No entanto, tendo os portugueses insistindo no consumo de ovos de galinha, esse acabou se tornando um hábito e se inserindo a cultura alimentar local e que permanece até hoje. Assim, a utilização habitual se tornou tão comum, que os ovos de galinha passaram a compor receitas locais. Outro elemento que acabou sendo inserido foi o sal, pois para o indígena, o consumo de sal era restrito, por ser considerado um “elemento causador de males”. Logo, consumido principalmente pelos portugueses, e posteriormente pelos mestiços, era considerado um artigo de luxo, mas aos poucos, este foi sendo introduzido a cozinha brasileira e estabelecendo o consumo do que era chamado “comida de sal”, nomenclatura que perdura até os dias atuais (Algranti e Asfora, 2014).

Já quanto ao segundo grupo, ou seja, aqueles já conhecidos, porém pouco valorizados, se destacam o arroz branco, o porco europeu, peixes como o bacalhau e a sardinha e vinhos de uva. Aparentemente os indígenas não

possuíam conhecimento a respeito do arroz branco, apenas das espécies locais, porém no final do século XVIII o consumo de arroz passa a ser muito mais frequente no Brasil, sobretudo acompanhando cozidos. Quanto as carnes, as espécies de peixes trazidas pelos portugueses (bacalhau e sardinha), juntamente a outras espécies como: bovinos, caprinos e ovinos, e ainda o porco do mato, tornaram-se elementos centrais na dieta do brasileiro na época (Algranti e Asfora, 2014).

Para muitos autores, uma das principais contribuições portuguesas para a dieta brasileira diz respeito aos vegetais. O hábito de fazer hortas foi inserido na cultura local, sendo essa uma herança da idade média. Dentre as principais espécies inseridas, podemos citar: couves, alfaces, rábanos/rabanetes, abóbora, pepino, nabo, agrião, berinjela, cenoura, chicória, chuchu, cenoura, acelga e espinafre. Algumas plantas aromáticas eram conhecidas como “cheiros” em Portugal, expressão que acabou sendo apropriada pelos brasileiros. Dentre os cheiros trazidos, pode-se citar hortelã, coentro, manjerição, alecrim, alfavaca, cebolinha, louro, erva-doce e os tradicionais alho e cebola, que se constituem hoje como um dos principais componentes do cardápio brasileiro (Algranti e Asfora, 2014).

Outra grande contribuição portuguesa, diz respeito a introdução da cana de açúcar no país e a consequente criação da doçaria brasileira. A primeira muda de cana chegou ao Brasil em meados de 1532. Seu cultivo começou na capitania de São Vicente, que hoje podemos situar essa capitania com limites que se estendiam da margem do rio São Francisco do Sul à ilha de Santo Amaro (Guarujá/SP), e o primeiro engenho de açúcar também foi construído lá. No entanto, foi no Nordeste, especificamente nas capitanias da Bahia e de Pernambuco, que os engenhos se multiplicaram (Machado, 2006). Pode-se apontar que, a integração da doçaria portuguesa com os ingredientes nativos do Brasil, como diversos frutos, além da farinha de mandioca e o milho, e ainda aqueles ingredientes que passaram a ser introduzidos no país, deram início a confecção dos doces típicos brasileiros. O doce sempre possuiu espaço especial nas cozinhas portuguesas, atuando, sobretudo, como um instrumento de união, festejo e amizade. Logo, era muito comum o consumo de doces em ocasiões especiais como festas e comemorações religiosas, procissões, autos-de-fé, em entradas reais e outras ocasiões especiais. Seu consumo era tão popular que, as mulheres que vendiam em portas de igrejas eram identificadas de acordo com o doce que comercializavam, tais como as cuscuzadeiras ou as alfoeiras (confeiteiras) (Lesnau, 2004). Um ponto que auxiliou muito na expansão da

doçaria portuguesa foi a precoce comercialização do açúcar em Portugal, que teve início em meados do século XVI, enquanto em outros países esse hábito só se tornou comum a partir do século XVII (Machado, 2006).

Há registros de que o primeiro doce português degustado no Brasil foi o farfêns da beira, ou seja, um bolo feito com recheio, que foi oferecido aos indígenas como presente. O consumo de doces se popularizou e muitos doces portugueses foram “adotados” e passaram a ser consumidos localmente, como rabanadas, bolos, pão-de-ló, cremes de ovos, entre outros. Até os dias atuais o doce tem presença cativa no cardápio do brasileiro, estando muito relacionado a comemorações (Lesnau, 2004).

INFLUÊNCIAS PORTUGUESAS NA CULTURA ALIMENTAR BRASILEIRA

A cultura alimentar brasileira se constitui a partir da miscigenação entre diferentes povos, consequência de um processo histórico fortemente marcado por movimentos migratórios, que contribuíram para a formação dos hábitos alimentares da população. Nesse sentido, quanto a um produto nativo, destaca-se a mandioca, que com suas variações deu origem a farinha de mandioca, a tapioca, o mingau, o pirão, o tucupí e o tacacá, e tantas outras preparações que compõe o cardápio do brasileiro (Werneck, 2022).

Em relação as influências portuguesas, destaca-se a introdução da cana de açúcar no país, que permitiu a expansão da doçaria brasileira, em que destacam-se: o quindim, uma adaptação das brisas de lis, um doce típico português feito à base de amêndoas, que foi substituída por coco no Brasil; a baba de moça, que originalmente era o doce de ovos português; o pudim brasileiro, que foi inspirado no Pudim do Abade de Priscos, que leva, além de água, açúcar e gemas de ovos, toucinho de porco; o bolo-de-roló, muito consumido em Pernambuco, foi inspirado no colchão de noiva, que seria uma espécie de pão-de-ló enrolado com recheio de nozes, que ao chegar ao Brasil foi adaptado e ao invés de nozes, passou-se a ser recheado com goiaba, uma fruta encontrada em abundância no nordeste (Costa, 2016).

Vale salientar que, muitos dos ingredientes e preparações trazidas por esses e outros imigrantes sofreram adaptações para que dessa forma pudessem constituir o cardápio diário dos brasileiros. Dentre alguns dos ingredientes e preparações emblemáticos e que bem representam a miscigenação cultural brasileira, tem-se o hábito de comer pão, trazido pelos portugueses. O “pão francês”, como é popularmente conhecido no Brasil, se trata da adaptação da baguete francesa, que originalmente é crocante, com pouco miolo, dourada e sem gordura. No entanto, foi adaptada ao paladar nacional, que é levemente mais macia e com mais miolo, podendo também ser coberta com queijo parmesão ralado, gergelim e ervas (Canella-Rawls, 2003).

Não obstante, é importante ressaltar que muitas mudanças vêm ocorrendo na forma de se alimentar dos brasileiros nos últimos anos, em que é cada vez mais comum a alimentação fora de casa e a opção por preparações mais rápidas e de fácil acesso, em decorrência das preparações típicas

regionais mais elaboradas. Essas mudanças vêm acompanhadas de um aumento progressivo nos níveis de insegurança alimentar e nutricional a nível global. Sendo assim, e levando em consideração o aumento nos níveis de insegurança alimentar nos últimos anos, se faz de extrema necessidade a realização de um resgate das raízes da comida brasileira, tendo em vista a importância de se garantir o fortalecimento da cultura alimentar do nosso país, resgatando nossa gastronomia.

Podemos justificar e valorizar esse resgate, pois mais do que um ato nutricional, alimentar-se é um ato social, relacionado a costumes, crenças e condutas. Nesse sentido, o que se come é tão importante quanto onde se come, como se come, quanto se come e com quem se come (Sonati et al, 2009). Os processos de migração e imigração influenciaram, e seguem influenciando, fortemente nos processos de formação de gastronomias locais. Essa miscigenação revela uma troca de culturas, hábitos, elementos regionais e ingredientes gastronômicos, que passam a compor a cultura alimentar de determinado local (Freire, 2003; Cascudo, 2011).

Sendo assim, pode-se definir a gastronomia brasileira como uma mistura de raças, etnias, crenças e hábitos diversos, também conhecidas como “melting pot brasileiro” (Mendes; Perrotta; Quinzani, 2013). Desta forma, muitos pratos e preparações que hoje fazem parte da culinária regional brasileira são herança de nossos antepassados e foram inseridos em nossa cultura através dos movimentos migratórios.

No entanto, uma série de transformações vêm ocorrendo no padrão de consumo alimentar brasileiro nos últimos anos. Conforme diminui o espaço-tempo entre as regiões do Globo terrestre, pode-se observar a formação de uma cultura global e o enfraquecimento de certos aspectos culturais nacionais e locais. Logo, a globalização pode apagar traços da cultura nacional e gerando uma nova forma de se ver o mundo, uma identidade cultural mundial (Costa, 2021). Entretanto, a globalização e os movimentos migratórios também trazem hábitos alimentares e ingredientes, que acabam sendo difundidos na cultura local e que nesse caso, contribuíram para a formação da cultura alimentar brasileira e a difusão da globalização alimentar, não perdendo sua identidade.

Assim, podemos reforçar o poder educativo e cultural que a gastronomia possui socialmente. A comida é transdisciplinar, ou seja, está relacionada a dimensões sociais, políticas, culturais e espirituais, fortalecendo dessa forma

a identidade cultural de uma população. Logo, vale a pena ressaltar o quão importante é a recuperação da gastronomia local, a valorização e respeito às raízes da comida brasileira, das contribuições para a formação da mesma e, sobretudo, é urgente destacar a quão rica nutricionalmente e culturalmente é a nossa culinária.

A gastronomia brasileira é uma cozinha extremamente diversificada e complexa, diante do processo de miscigenação cultural, levando em consideração os processos histórico-culturais a quais o Brasil foi submetido, dando início ao que conhecemos hoje como cultura alimentar brasileira. Logo, devemos contribuir para a valorização da comida brasileira, de resgatar as raízes e as influências que a mesma possui, para que dessa forma possamos reconhecer e enaltecer como é rica e cheia de significados nossa gastronomia.

REFERÊNCIAS

ABBUD, Karina. Nutrientes e suas Funções: equilíbrio é fundamental quando se trata de alimentação saudável. 2018. Disponível em: <<https://alimentacaoemfoco.org.br/nutrientes-e-suas-funcoes/>>. Acesso em: jan. 2022.

ALGRANTI, Leila Mezan & ASFORA, Wanessa. Luis da Câmara Cascudo e a ementa portuguesa: a contribuição de Portugal na construção do pensamento sobre a cozinha brasileira. Imprensa da Universidade de Coimbra Annablume Editora, 2014.

ARAÚJO, Wilma Maria Coelho et al. Da alimentação à gastronomia. Brasília: Unb, 2005.

BARBOSA, Talita Prado. Antropologia e gastronomia: a identidade de ser brasileiro a partir da alimentação. In: III Seminário de Pós-Graduação em Sociologia da UFSCar, São Carlos, Brasil, dez. 2012.

CANELLA-RAWLS, Sandra. Pão: arte e ciência. São Paulo: Editora Senac, 2003.
CASCUDO, Luiz da Câmara. História da Alimentação no Brasil. 4 ed, São Paulo: Global, 2011.

CORÇÃO, M. A influência do gosto da cozinha portuguesa na História da alimentação no Brasil de Câmara Cascudo. Est. Hist., Rio de Janeiro, vol. 25, nº 50, p. 408-425, julho-dezembro de 2012.

COSTA, Everton Garcia da. As consequências da globalização. Uma revisão sociológica do conceito. Simbiótica, 2021, vol. 8, núm. 1, Jan-Mai, ISSN: 2316-1620

COSTA, Renata Goulart de Carvalho. Doces Brasileiros Inspirados em Doces Portugueses. 2016. Disponível em: <<https://www.mundolusiada.com.br/gastronomia/doces-brasileiros-inspirados-em-doces-portugueses/>>. Acesso em: 11 jan. 2023

FREIRE, Gilberto. Casa-grande & senzala - Formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal. Fundação Gilberto Freyre, 48ª edição. Recife-Pernambuco-Brasi: Global Editora, 2003.

LESNAU, Marcilene Carmen da Silva. Influência Portuguesa na Doçaria Brasileira. Monografia do curso em Gastronomia e Segurança Alimentar – Universidade de Brasília. Centro de excelência em Turismo. Brasília, 2004.

LOPES, Isabella Cervo. A influência indígena, portuguesa e africana na formação dos hábitos alimentares brasileiros. 2023. 42f. Trabalho de Conclusão de Curso - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2023.

MACHADO, Fulvio de Barros Pinheiro. Brasil, a doce terra. Disponível em: <<https://www.udop.com.br/noticia/2006/08/10/brasil-a-doce-terra.html>>. Acesso em: 30 de junho de 2022.

MACIEL, Maria Eunice. Uma cozinha a brasileira. Estudos Históricos, Rio de Janeiro, N° 33, janeiro - junho de 2004, p. 25-39.

MADEIRA, N.R.; REIFSCHNEIDER, F. J. B; GIORDANO, L. B. Contribuição portuguesa à produção e ao consumo de hortaliças no Brasil: uma revisão histórica. Hortic. bras. v. 26, n. 4, p. 428-432, out.-dez. 2008.

MENDES, B. C.; Perrota, R. C. C.; Quinzani, S. S. P. A Miscigenação na Gastronomia do Brasil. Artigo apresentado no Congresso Mesa Tendência do SENAC e Revista Prazeres da Mesa, 2013.

RÊGO, André Heráclio do. O Descobrimento do Brasil e Outros Ensaio. São Paulo: Publicações BBM, 2021.

SANTOS, Carlos Roberto Antunes dos. A alimentação e seu lugar na História: os tempos da memória gustativa. In: História: Questões & Debates, Curitiba, UFPR, n. 42, 2005, p.12

SANTOS, Daiana Marques dos. Gastronomia brasileira – Indaial: UNIASSELVI, 2019. 229 p.; il. ISBN 978-85-515-0381-2 1. Culinária brasileira. - Brasil. II. Centro Universitário Leonardo Da Vinci.

SONATI, J. G.; VILARTA, Roberto; SILVA, Cleiliane de Cassia. Influências Culinárias e Diversidade Cultural da Identidade Brasileira: Imigração, Regionalização e suas Comidas - In Qualidade de Vida e Cultura Alimentar.

- Orgs. MENDES, Roberto Teixeira; VILARTA, Roberto; GUTIERREZ, Gustavo

Luís, Qualidade de Vida e Cultura Alimentar. - Orgs. MENDES, Roberto Teixeira; VILARTA, Roberto; GUTIERREZ, Gustavo Luis.”, 11/2009, ed. 1, IPES EDITORA, Vol. 1, pp. 11, pp.137-147, 2009.

WERNECK, Elizabeth. Comidas indígenas que fazem muito sucesso no Brasil. Um blog para falar sobre viagens e outros assuntos, 2022. Disponível em: <<https://elizabethwerneck.com/culinaria-comidas-indigenas/>>. Acesso em: 11 jan. 2023.

CAPÍTULO 3

A Herança Alimentar Brasileira Que Veio Da África



**Renata Borchetta Fernandes Fonseca
Kátia Alessandra Mendes da Silva
Sarah Regina Soares Machado de Lima
Dayana de Andrade Esteves**

É possível através da alimentação revelar as origens, a civilidade, os comportamentos e as culturas de um povo, apresentando a complexidade dos padrões de comportamentos, crenças, instituições, valores espirituais e/ou materiais característicos de uma sociedade (Araújo, 2005). A diáspora africana foi um processo marcado por violências singulares, a exemplo da instituição da falácia racial (cor da pele, conformação craniana, entre outros) para definição de estruturas hierárquicas e a desumanização do povo retirado de África.

Os africanos escravizados trazidos ao Brasil durante o período colonial, não poderiam abandonar sua cultura e seus costumes de África, pois apesar das condições humanas inexistentes, das quais foram trazidos, ao longo da travessia pelo atlântico, eles forneceram, além do trabalho braçal, suas técnicas, tecnologias e desenvolveram a inventividade frente a ausência dos alimentos habituais, delineando um novo habitus de cozinhar, e que apesar de todas as investidas violentas de apagamento e de descrédito da sua cultura, permanecem e se apresentam cada vez mais latente no século XXI. Assim, ao falarmos sobre alimentação no Brasil, abordamos uma mistura de ingredientes étnicos-culturais forjados na fusão das três raças - indígenas, portuguesa e africana (Querino, 2011). Sendo a alimentação, portanto não determinada apenas por fatores geoclimáticos, mas também pela dieta alimentar com seus elementos psicossociológicos, que a marcam e definem, resultando em um código de valores e símbolos próprios de cada povo (Tempass, 2008; Sociedade Amigos Da Biblioteca Nacional, 2015).

O intercâmbio de alimentos, ingredientes e receitas, as maneiras de comer, historicamente, se destacam pelas migrações humanas, sendo consideradas uma das maiores causas das diversidades ocorridas nas cozinhas, especialmente no Brasil, e ainda, que apareçam influências da colonização portuguesa em nossos hábitos alimentares, como o uso do azeite de oliva, mas também com características e étnicas, com tempero de sincretismo religioso, e tudo isso, cozido em fogo alto pelas estratégias de colonização e pela divisão de classes (Sociedade Amigos Da Biblioteca Nacional, 2015).

Um período em que as migrações humanas aconteceram de forma intensa foi o dos primeiros grandes impérios coloniais no período moderno. Eles foram um estímulo à transmissão de hábitos alimentares, difundindo plantas de cultivo, legumes e animais e colaborando para aprimorar o paladar de diferentes populações. A cultura também pode ser compreendida a partir do conceito antropológico, como aquela que abarca toda a produção humana,

sendo material ou não, e também seus efeitos simbólicos e imaginários (Resende, 2024).

Desta forma, a miscigenação de raças e cultura se faz herança ao modelo de colonização portuguesa, fator determinante da formação da sociedade brasileira e de seus hábitos alimentares, ainda que de forma forçada tanto para os silvícolas quanto para os africanos. Assim, falar de alimentação é destacar ingredientes e receitas, ou seja, toda e qualquer forma de misturá-los ou transformá-los, decorrente da contribuição que cada cultura desempenhou neste processo, por ser a culinária permeável.

Podemos destacar que, a mão-de-obra escravizada contribuiu na construção da economia através do plantio e colheita da cana de açúcar, do algodão branco, portanto sendo colhido por mãos negras (Ben Jor, 1976), e ainda do café, que mesmo usado moído ou pilado, e sendo vendido ou trocado, continuavam de pé executando o trabalho que lhes era imposto (Lopes, 2003), mas sua contribuição relacionada a alimentação, inicia-se a partir da sua entrada na vida e na casa do colonizador. E é assim que, uma mesa de cultos religiosos sai dos terreiros de candomblé para a mesa dos engenhos de todo o Brasil (Marino, 2000).

Desde a longa e penosa viagem ao Brasil, alimentos como milho fresco ou assado, aipim, feijão, farinha de mandioca ou de milho e às vezes peixe salgado, era o que os escravizados recebiam como farnel. Bebiam água e, raras vezes, um pouco de aguardente, em uma tentativa de acostumá-los com os alimentos que lhes seriam impostos mais tarde, na nova terra. Um elemento marcante na alimentação dos escravizados foi o milho, embora fosse mais aceito como fruta do que como mantimento, pois preferiam o milho de sua terra natal. Mesmo assim, foi com a espécie brasileira que eles criaram o angu, um mingau mais consistente que o pirão, preparado com água e fubá ou ainda farinha de mandioca ou inhame, mexidos durante o cozimento até adquirirem a consistência desejada. Sendo uma preparação tradicional nas culinárias da Costa Ocidental do continente africano (Resende, 2024).

As palavras angu e fubá, inclusive, foram introduzidas em nosso vocabulário pelos africanos (Romio, 2000), que segundo Soares e Gomes (2001) angu deriva da palavra zungu, cuja etimologia: nzu (edifício, morada, casa) + angu = zungu. Por muito tempo zungu era entendida como pequenas casas onde se podia comer angu, e que acabaram por se transformarem em locais de

encontro e culto, abrigando insubmissos e procurados, também recebendo escravos de ganho para pernoite, quando estes tinham algum dinheiro para alugar um quarto, e sendo ainda locais onde negros - africanos e brasileiros - podiam expressar suas culturas e também fortalecer tal grupo frente à escravidão. Essas casas mais especificamente na cidade do Rio de Janeiro, foram perseguidas e proibidas conforme fundamenta o Código de Posturas do Rio de Janeiro² (Jornal do Commercio, 1834).

A condição de servil, em geral, diante da vontade do colonizador português abastado, destinava os escravos comprados para as atividades agrícolas, porém o colonizador comerciante, capitalista, buscava ensinar os ofícios mecânicos, mantendo sempre um africano ou africana (esta última, em preferência) para o serviço culinário. Esta organização foi que propiciou influências, modificações e arranjos das refeições à moda do Reino, especialmente com o uso das carnes de mariscos, peixes, aves e animais domésticos, e o acréscimo de outros ingredientes trazidos ao Brasil, como: azeite de dendê, quiabo, erva-doce, açafraão, gergelim, gengibre amarelo, amendoim africano, melancia, coco e a rainha das frutas, a banana, que vem a ser a mais usual herança da alimentação da África. Dentre os ingredientes e receitas mais importantes que herdamos foram, leite de coco (da América Central), pimenta, cuscuz e a galinhada (Marino, 2000; Romio, 2000).

Como exemplos dessas modificações, a obra de Querino (2011) nos informa que, as iguarias, ou seja, comidas nas quais os portugueses utilizavam o azeite de oliva ou azeite doce, o africano adicionava, com maestria o azeite de dendê ou de cheiro. A frigideira que era preparada com bacalhau pisado, azeite doce, banha e ovos batidos, foi aprimorada pelo africano, melhorando-a consideravelmente ao adicionar o leite de coco, o que a tornou, incontestavelmente, muito mais saborosa. Ainda de acordo com Querino (2011), que acrescenta outra substituição, destacando a troca do bacalhau ou do peixe assado, pela amêndoa da castanha verde do cajueiro ou pelo broto, de onde surgem as palmas mais tenras do dendezeiro ou da carnaúba.

Assim afirma-se que foi o africano, o introdutor do camarão seco, da pimenta malagueta e do leite de coco nas preparações das comidas. O médico paulistano Dr. L. Pereira Barreto (1922), destacou a maneira dessas introduções na culinária baiana que, o leite de coco e o óleo de dendê,

2 - Consta no código do Posturas do Império, publicado em 1833: "VIII - São proibidas as casas conhecidas vulgarmente pelos nomes de casas de zungú e batuques. Os donos, ou chefes de taes casas são punidos com a pena de 8 dias de prisão e 30\$000 de multa, e nas reincidências com 30 dias de prisão, e 60\$000 de multa (Jornal do Commercio, 1834 ed. n.13: 2).

são dois condimentos potentes nesta arte culinária, não tendo no mundo potencial rival. O hábito de misturar a comida em uma mesma panela, também é herança alimentar dos africanos, o que proporcionou a saída do hábito de só assar, como técnica culinária para cozinhar.

Diante da criatividade das cozinheiras, aprimorou pelo cozimento todos os produtos já utilizados na alimentação, mas houve grande uso do fubá, da farinha, da rapadura, da goma e do polvilho. Uma herança baseada nos carboidratos, nos cozidos, nas massas e nos caldos (Leonardo, 2009). Além de toques particulares a pratos salgados, introduzindo azeite de dendê, camarão seco, a pimenta malagueta, o inhame e folhas para condimentos e molhos e incluíram ainda o feijão preto (Araújo, 2005).

Portanto, entre eles havia uma preferência por carne de caça, peixe, crustáceos e moluscos e raramente matavam cabras, porcos, ovelhas ou carneiros para eles próprios comerem, apenas para vender. Nesses casos, aproveitavam as vísceras para comer fritas, assadas ou cozidas no feijão ou no fubá, e também os ossos, com os quais preparavam o tutano para comer ou para fazer remédio, como por exemplo: contra o reumatismo. Desprezavam a língua e os miolos, como seu hábito alimentar cultural (Romio, 2000).

Entretanto, para desenvolver a doceria no Brasil, as quituteiras escravizadas passaram a fazer parte da vida da colônia, agraciando com sabores às casas dos senhores, atividade essa que evoluiu a culinária, o que contrapõe o reducionismo do negro escravizado meramente a articulação braçal, proposto por Dória, quando ele afirma:

“Do mesmo modo que, a escravidão recalca e suprime a pessoa, ela impossibilita o que chamaríamos hoje de criatividade culinária. Ao escravo não era dado escolher coisa alguma, muito menos a sua alimentação, e se ele participava das cozinhas da casa-grande, era para satisfazer aos desejos dos seus senhores e suas das sinhás, que orientação das cozinhas domésticas.” (Machado, 2022:62)

Quando a literatura frisa a participação ativa de negras na elaboração da doçaria, esquece de acrescentar que, o açúcar não é um componente das dietas africanas, de modo que, mais do que influência negra, o que temos em tal circunstância, é a mão de obra escrava operando maquinalmente

uma matriz-culinária cultural de origem européia” (Dória, 2014:70). Convém ainda trazer, mesmo que parcialmente, o relato do viajante inglês John Mawe, em visita a uma opulenta residência rural em Minas Gerais, quando dirigiu o seguinte elogio a senhora (sinhá) da casa, e que também contradiz o reducionismo proposto por Dória, em que:

“...Depois do jantar, cobriram a mesa de doces feitos com frutas; quando desejando fazer um elogio à dona da casa, falei sobre a excelência dos doces, e presumi, que as frutas fossem preservadas a sua orientação imediata, ela assegurou-me ao contrário, assegurando-me que sua negra era encarregada de todas as espécies de trabalho doméstico” (Machado, 2022:62).

Assim, receitas transformaram-se nas mãos negras das cozinheiras escravas, que incluíram caju, amendoim, abacaxi, mangaba, goiaba, maracujá, frutas da terra que substituíram, maçãs, peras, pêssegos, figos e marmelos (Araújo, 2005). Todos os doces e bolos portugueses encantavam os escravos, embora a grande maioria dessas sobremesas não chegasse até eles, sendo reservadas às mesas consideradas mais requintadas e ricas. Assim, os itens utilizados pelos escravizados para seu consumo era o melaço (mel da cana), a rapadura e o açúcar mascavo, conseguidos mais facilmente junto aos engenhos de açúcar (Romio, 2000).

A influência africana incidiu sobre preparar, temperar alimentos e integrar ingredientes à culinária brasileira (Araújo, 2005). Muitos alimentos usados pelos escravizados no Brasil passam a fazer parte do cardápio dos orixás, como por exemplo, o milho, que foi incluído no culto à Oxossi, o feijão a Oxum e a farinha de mandioca a lansã (Romio, 2000). Os sabores dos temperos e da culinária que embarcaram nas caravelas com os africanos contribuíram a favor da cultura de todas as regiões brasileiras, principalmente no Nordeste, que é rico em sua gastronomia, de influência afro-brasileira, ganhando aromas e sabores em doces, salgados e quitutes, cada um com o toque de criatividade do cozinheiro, que o deixa mais apetitoso (Yamaguchi, 2020).

Se faz pertinente aqui, refutar teóricos como Dória (2014:71), onde ele reafirma que:

“...um componente necessário para a culinária é a liberdade, a produção ampla de ingredientes, a escolha, experimentação e a formação do gosto. A culinária está ligada à abundância e

não à fome. Além disso, é incompatível a condição de “coisa” em que foram mantidos os negros pela escravidão, sendo discutível a ideia de que, a presença de negras escravas nas cozinhas das casas-grandes, tenha sido condição suficiente, para que elas dotassem o comer nacional, de elementos tão idílicos como os que Gilberto Freyre lhes atribuiu”.

A cozinha baiana, por sinal muito bem retratada por Querino (2011), é testemunho da continuidade territorial entre os extremos leste e oeste do Atlântico Sul, e ainda do estreito vínculo entre a costa africana e o Brasil. É perceptível que, o caráter religioso da cozinha baiana contribui, até hoje, para que essa cultura alimentar permaneça tão localizada e pouco alterada ao longo do tempo, onde cada orixá tem um prato “preferido”, o que é respeitado e faz com que esta cozinha permaneça vinculada ao mundo dos orixás (Dutra, 2004).

Querino (2011) ainda destaca pratos e bebidas para celebrar os santos: quiabo para Cosme e Damião, licor de jenipapo para Santo Antônio, pipoca para Abaluaiê (orixá da cura, da terra, do respeito aos mais velhos e protetor da saúde) ou Omulu (orixá da cura e das doenças, responsável por retirar as mazelas e enfermidades dos corpos das pessoas) e rabanada para o Menino Deus. Alves (2019) também faz referência a essa alimentação para o sagrado por meio cozinha de santo, sob a perspectiva de que, fundamento é entendido como arcabouço filosófico, energético e dogmático, que dá sentido e sustentação ao candomblé.

Querino (2011) ainda sinaliza as movimentações dos pratos das casas para os terreiros de candomblé e dos terreiros de candomblé para as casas, restaurantes, feiras e mercados, como são amplamente encontrados em todas as regiões do Brasil, no século XXI. A presença africana é visível nos rituais domésticos, nas ruas, nas quitandas, no mercado, e nos ofícios de fazer e vender comidas. Destacam-se assim, os mercados e as feiras como essência de histórias e resistência, pois revelam o povo e a sua cultura, ativando memórias ancestrais ao cotidiano.

As baianas de acarajé são um dos símbolos mais importantes e conhecidos da cultura do estado da Bahia. Elas são responsáveis pelo ofício tradicional de vender o acarajé, um bolinho feito de feijão fradinho e outros ingredientes. São na maioria mulheres, negras e com grande vínculo com as religiões de matrizes africanas. As baianas tornaram-se Patrimônio Imaterial dessa

região (Rios, 2022).

Das comidas puramente africanas temos: açaçá, acarajé, arroz de Hauçá, efó, caruru, xinxim, bobó de inhame, aluá, dengué, abará, massa, entre outras. Das preparações da cozinha baiana, do regime alimentar português, alterados pelos africanos estão: feijão de leite, moquecas (de peixe fresco, de xaréu, de ovos), escaldado de peixe fresco, empadas de camarões, arroz de forno, mocotó, sarapatel, galinha de molho pardo, feijoada, maniçoba, vatapá de galinha, entre outros. Quanto a doçaria estão a canjica de milho, milho verde, ambrosia, doce de caju, bolachinha de goma, bolo da Bahia e dentre os licores aparecem o de banana, jenipapo, araçá, imbu ou umbu, groselha e cacau.

Desta forma, podemos observar o quanto nossa população recebeu influências fundamentais para o hábito alimentar, e o quanto as mesmas são agentes de resistência em nosso cotidiano. Assim, um prato tipicamente brasileiro, conhecido como feijoada, que emprega tanto elementos, como técnicas de preparo variadas das nossas raízes ancestrais, misturando ingredientes em uma mesma panela, fazendo aproveitamento das partes menos nobres do porco e ainda, do uso do feijão, que era cultivado em solo brasileiro, antes mesmo da colonização. Entretanto, não só a feijoada é fortemente marcada por essa miscigenação racial e cultural, no Brasil. Por este motivo é que, precisamos valorizar a cozinha brasileira como um patrimônio cultural, resgatando nossas raízes, pois a herança alimentar e a mistura de hábitos formaram a deliciosa comida brasileira (Leonardo, 2009). Por fim, é prudente alertar para os perigos da história única, conforme nos sinaliza Adichie (2019), é preciso valorizar e reconhecer a história dos povos africanos, estes segundo Querino (2011), os verdadeiros colonizadores, conformadores de inúmeros patrimônios vivenciados por todos nós, brasileiros, incorporados aos nossos hábitos e costumes, dando singularidade a este país, que se reconhece como o que carrega a mais notável afrodescendência em suas raízes.

REFERÊNCIAS

ADICHIE, Chimamanda Ngozi. O perigo de uma história única. Companhia das letras. 2019.

ALVES, LOURENCE CRISTINE. Onje: saberes e práticas da cozinha de santo. 151p. Tese (Doutora em Alimentação Nutrição e Saúde). Programa de Pós-graduação em Alimentação Nutrição e Saúde) Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). 2019. Disponível em: <https://www.bdtd.uerj.br:8443/handle/1/19934>> Acesso em 19 nov. 2024.

ARAÚJO, Wilma Maria Coelho et al. Da alimentação à gastronomia. Brasília: Unb, 2005.

BARRETO, L. PEREIRA. A higiene da mesa. O Estado de São Paulo, 7 de setembro de 1922.

BEN JOR, JORGE. Zumbi. Letra da música (parcial). Álbum África Brasil. Jorge Ben. 1976.

DORIA, C. A. Formação da culinária brasileira: Escritos sobre a cozinha Inzoneira. Editora Fósforo, 2014.

DUTRA, Rogéria Campos de Almeida. Nação, Região, Cidadania: A Construção das Cozinhas Regionais no Projeto Nacional Brasileiro. Campos - Revista de Antropologia Social, [s.l.], v. 5, n. 1, p.93-110, 30 jun. 2004. Universidade Federal do Paraná.

JORNAL DO COMMERCIO, 1834. https://memoria.bn.gov.br/docreader/DocReader.aspx?bib=364568_02&pagfis=1871 (1930 A 1939) ACESSO EM NOVEMBRO, 2024.

LEONARDO, Maria. Antropologia da Alimentação. Revista Antropos, Brasília, v. 3, n. 2, p.1-6, dez. 2009.

LOPES, NEI. Jongo do irmão café. Letra parcial. 2003.

MACHADO, T. S. Um pé na cozinha: um olhar sócio-histórico para o trabalho de cozinheiras negras no Brasil. São Paulo: Fósforo. 2022. 397p.

MARINO, José Vicente. Cultura brasileira e o consumo de alimentos: O feijão com arroz. 2000. 113 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Administração, Fundação Getúlio Vargas, São Paulo, 2000.

QUERINO, Manuel. A arte culinária na Bahia. 3.ed. São Paulo: WMF Martins Fontes. 2011. 86p.

RESENDE, L. de M. Do zungu ao angu: provocações sobre a memória do angu no Largo da Prainha, Rio de Janeiro – Brasil. Disponível em: <<https://impactum-journals.uc.pt/diaita/article/download/14194/10043/66408>>. Acesso em: 19 nov. 2024.

RIOS, Jocelma A. et al. A história da baiana Rozete e o acarajé de ouro: preservando elementos histórico-culturais por meio de um jogo digital. Instituto Federal da Bahia, set. 2022.

ROMIO, Edna. 500 Anos de Sabor. São Paulo: ER Comunicações, 2000.

ROQUE, J. de F. M. A HERANÇA ALIMENTAR BRASILEIRA. Trabalho de Conclusão de Curso de graduação, apresentado à Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, 2018.

Sociedade Amigos Da Biblioteca Nacional. Alimentação decifrando o ato de comer. REVISTA DE HISTÓRIA DA BIBLIOTECA NACIONAL. Rio de Janeiro: Sabin, v. 10, n. 115, abr. 2015.

SOARES, Carlos Eugênio Líbano & Gomes, F. “Com o Pé sobre um Vulcão”: Africanos Minas, Identidades e a Repressão Antiafricana no Rio de Janeiro (1830-1840). Estudos Afro-Asiáticos, Ano 23, ne 2, 2001, pp. 335-378.

TEMPASS, Mártin César. Os grupos indígenas e os doces brasileiros. Espaço Ameríndio, Porto Alegre, v. 2, n. 2, p.98-114, jul. 2008.

YAMAGUCHI, Hudinilson Kendy de Lima; SALES, Tatiana dos Santos. Abará, Caruru e Vatapá: a influência da culinária africana na formação da identidade brasileira. Rev. Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade. V. 06, nº 03, set-dez., 2020.

CAPÍTULO 4

PAINEL DAS MANIFESTAÇÕES DA GASTRONOMIA ANCESTRAL NO ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Renata Borchetta Fernandes Fonseca
Kátia Alessandra Mendes da Silva
Sarah Regina Soares Machado de Lima

De etimologia latina *culinarius*, que deriva de *culina* cujo significado é cozinha, que de acordo com Mahias (1991); Diez-Garcia (2005); Kinouchi et al. (2008) apud Dias, Carvalho e Barcellos (2024) a culinária pode ser entendida como:

“um conjunto de regras e classificações que compõem um código cultural, tais como a seleção de ingredientes, frequência e uso dos alimentos, técnicas de preparo, uso de utensílios, modos de cozinhar e formas de apresentação e de servir”.

A partir dessa definição que precisamos rever os caminhos percorridos, reconhecer as contribuições, e os erros, sim dessa junção de etnias, ainda que a revela, sob diversos pretextos ora romantizados, ora minorizados.

Então, entende-se como *diáspora* ou *maafa* (Edwards, 2017), o movimento que forçosamente trouxe homens e mulheres de países, religiões e idades diferentes para o Brasil, crianças, naquele que indubitavelmente foi o maior, mais lucrativo e também mais perverso tipo de comercialização (de pessoas) e que culminou nessa diversidade de alimentos, preparações, técnicas, tecnologias, costumes que fazem desse país um lugar definitivamente plural e singular.

É sobre essa pluralidade e singularidade que devemos verter o debate e o reconhecimento dos povos silvícolas e negros escravizados, não como um acompanhamento ou guarnição do menu à la brasileira. Entretanto, os silvícolas nos deixaram a pamonha, e a canjica feita de milho, o beiju e o mingau preparados com farinha de mandioca ou com a tapioca, a paçoca (carne assada pisada com farinha em pilão), o mate, o caruru ou cariru, farinha de peixe (peixe seco esfarelado), além das caças (antas, porco do mato, zabelê, jacu, veados, capivaras, pacas), peixes, mariscos, batatas e cereais (Querino, 2011).

Querino (2011) ainda nos prestigia com suas observações na Roma Negra (Salvador), nome cunhado pela antóloga ialorixá Aninha, Obá Byi, fundadora do Ilê Axé Opô Afonjá, em 1910 como terreiro e território fundante dos hábitos de Xangô. Assim, a comida está na encruzilhada a fim de denunciar e anunciar os códigos das relações sociais do Brasil. Não cabe mais como afirma Costa (2021), a prevalência dos pratos europeus como referência e os dos indígenas e africanos como periféricos ou opções, dada a todo arcabouço cultural nesse país.

Entendemos que, somos sim, a mistura das três raças, mas essa junção ainda está ora em vias de pré-preparo, ora em vias de cozimento para o reconhecimento. E, nesse sentido, colocamo-nos ainda, na fase das escolhas, onde um pouco do foi vivenciado ao longo das visitas que foram realizadas nos diferentes estabelecimentos/territórios, buscando ainda que, de forma embrionária, conhecer, experimentar, compreender, aproximar e localizar, ainda que com muitas contrariedades, as culinárias indígena, portuguesa e africana no estado do Rio de Janeiro.

Esse levantamento das Manifestações da Gastronomia Ancestral no estado do Rio de Janeiro, contou com visitas nos restaurantes/territórios, uma observação não participante e ainda uma conversa sobre a comida ancestral diante dos povos de interesse neste trabalho. Nessa conversa, um roteiro foi utilizado com perguntas abertas e fechadas, e as anotações foram inseridas no aplicativo desenvolvido exclusivamente para o armazenamento das informações e observações colhidas. Essas visitas ocorreram entre os meses de março a setembro do ano de 2024, nos estabelecimentos gastronômicos portugueses e africanos, porém destaca-se que não foram encontrados estabelecimentos gastronômicos indígenas, o que nos levou a atividades nas aldeias indígenas Mata Verde Bonita e Céu Azul em Maricá, onde observamos um evento relativo ao dia 19/04/2024, com atividades culturais e gastronômicas e ainda, num dia de cotidiano normal, para que conversássemos sobre sua culinária e hábitos. Assim, como o contato feito na aldeia Paraty-Mirim, localizada no município de Paraty, que forneceram características peculiares em relação às demais aldeias, principalmente em conseguir manter o plantio e a colheita de alimentos, aonde são favorecidos pelo clima e terra fértil, diferente das aldeias de Maricá, que carecem de áreas favoráveis ao cultivo.

A partir destes contatos, foi realizada a tabulação dos dados, que sintetizou os gráficos a seguir, resultando nas seguintes considerações:

1.1 - Seguimento Gastronômico:

GRÁFICO 1 - SEGUIMENTO GASTRONÔMICO



As visitas foram realizadas ao longo dos meses de março a setembro do ano de 2024, cuja definição dos locais se deu por meio de buscas junto à internet, sobre circuitos e restaurantes gastronômicos voltados para as três raças, dentro do estado do Rio de Janeiro, além de indicações dos integrantes do grupo de pesquisa a partir das suas próprias experiências. Assim, foi criado um roteiro e uma ordem de visitação.

Como se observa no gráfico 1, poucos foram os locais indígenas visitados, ou seja, como já relatado, não foram encontrados restaurantes com a gastronomia indígena. Desta forma, foi importante fazer a visita nas aldeias indígenas, localizadas no município de Maricá/RJ e Paraty, evidenciando assim que, a aldeia não é propriamente um estabelecimento caracterizado como restaurante. A oferta de comidas somente ocorre em ocasiões festivas, como o dia do indígena. Convém ressaltar que, nas aldeias visitadas há etnia Guarani Mbya, mas sem seguimento gastronômico, mas com grandes desafios de manter a cultura gastronômica do seu povo ancestral. No entanto, os cenários para os empreendimentos gastronômicos portugueses e afro-brasileiros se destacaram, apresentando-se controversamente em maior número, até pela trajetória história social, cultural e econômica.

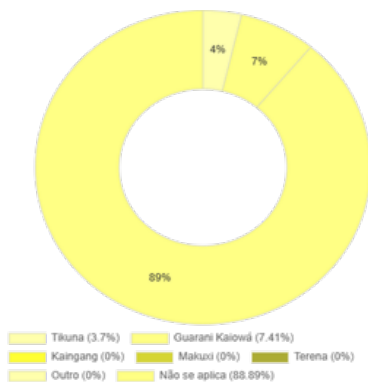
Foram visitados 39 locais, sendo estes: 13 (33,33%) restaurantes portugueses e 23 (58,97%) afro-brasileiros. Quanto aos tipos de estabelecimentos, os portugueses configuram-se exclusivamente em bares e restaurantes, já

no que tange os restaurantes afro-brasileiros, estes se apresentaram em diferentes configurações, desde barracas em feiras, festivais, quilombos urbanos, bares e restaurantes convencionais. Em ambos, o público foi muito diversificado em relação a classe social, porém com desejo único, o de experimentar a culinária tradicional, nestes casos, ancestrais.

Sendo assim, observou-se um baixo percentual, ou seja, 7,69% (3) dos estabelecimentos indígenas, que nesta pesquisa considerou o que foi apresentado no evento na aldeia Mata Verde Bonita, que realiza festas e eventos rotineiros, mas sem exaltação da culinária ancestral, somente com a inclusão de danças e artesanatos. O grupo entendeu que, há uma exclusão ou pouca inserção deste povo no quesito gastronomia, pois mesmo não havendo pontos comerciais, os ingredientes indígenas, como por exemplo, a mandioca, aparece fortemente em várias preparações, portuguesas e afro-brasileiras, no entanto, a prática de consumo do produto na aldeia não ocorre. Há relato pelos mesmos que o interesse pelo plantio é de todos da aldeia e vem buscando forças para retornar às práticas de subsistência, que esbarram em interesses políticos, empecilhos ao maior desenvolvimento agrícola.

1.2 - Etnia Indígena

GRÁFICO 2 - ETNIA INDÍGENA

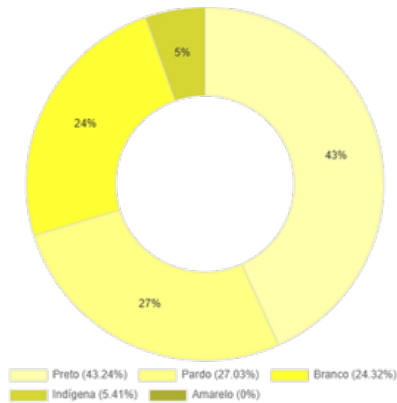


Os indígenas têm uma vasta diversidade de etnias. Durante as visitas na aldeia Mata Verde Bonita, localizada no município de Maricá/RJ, foram

relatadas algumas etnias, porém as identificadas/encontradas, foram: Tikuna 3,7% (1), Guarani Kaiowá 4,41% (2), os relatos são de que as aldeias se ajudam e possuem o costume da migração, ou seja, indígenas de Paraty, Rio das Ostras, Espírito Santo, Maranhão e outros estados e municípios se visitam e passam períodos longos em suas aldeias. Portanto, as etnias Kaingang, Makuxi e Terena não tiveram respondentes e com as demais não foi possível fazer a identificação da etnia, conforme o gráfico 2, que acabou perfazendo a maioria da população, ou seja, 88,89% (24).

1.3 - Etnia da Liderança da Casa:

GRÁFICO 3 - ETNIA DA LIDERANÇA DA CASA



A liderança de todos os estabelecimentos estava centralizada nas etnias originárias, ou seja, na aldeia a liderança era relativa ao indígena, com 5,4% (2), nos estabelecimentos portugueses, os indivíduos brancos estavam na liderança, com 24,32% (9) e nos estabelecimentos afro-brasileiros, compreendendo assim, pretos e pardos, totalizou-se 70,27% (26), conforme o gráfico 3. Podemos destacar que este fato, corrobora para a manutenção do saber fazer adquirido de geração em geração, caracterizando assim, a ancestralidade e a identidade de um povo. Não foram encontradas lideranças que não tivessem algum tipo de relação direta com os três povos.

1.4 - Motivação pela Criação da Casa

GRÁFICO 4 - MOTIVAÇÃO PELA CRIAÇÃO DA CASA



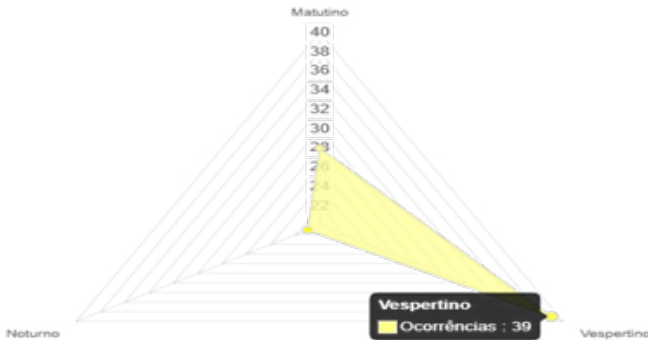
Identificou-se que, o principal condutor para a abertura ou continuação do estabelecimento gastronômico foi a ancestralidade, ou seja, foram motivados por seus membros familiares, aqueles que os antecederam (42,5%), porém tendo a comida como eixo central para manter suas histórias, costumes e identidade, técnicas e tecnologias. Seguido, pela continuidade do estabelecimento, por ter sido de seus pais (30,0%), o que também concretiza a valorização da ancestralidade. Entretanto, alguns ainda relataram ter tais estabelecimentos por interesse econômico (12,5%) ou por influência cultural (10,0%), de acordo com o gráfico 4.

Diante desta realidade, é possível afirmar que, o conhecimento gastronômico/culinário advindo de outros como avós/avôs, madrinhas, tios, ainda que pela oralidade, se perpetua na atualidade, trazendo consigo os mesmos modos de fazer, como forma de reviver e reverenciar aqueles que outrora contribuíram para este momento presente. Assim, podemos citar algumas casas visitadas, em destaque nesse perfil ancestral, como por exemplo: Alda Maria Doces Portugueses, onde existe ainda hoje, a mesa com tampo de mármore utilizada há cinco gerações; Adonis (Velho Adonis); Casa Omolokum; Dida Bar e Quilombo do Grotão (Niterói/RJ), que mantêm a compra dos ingredientes e as técnicas de preparo tal quais eram praticadas por seus antepassados.

Uma referência fantástica vivenciada foi a visita a Pedra do Sal um complexo histórico com restaurantes com condução a preservação da religião de matriz africana, com a preparação dos pratos de culto a cada orixá regente no mês, é o caso do restaurante Omolokum, dirigido pela Leila Leão, atual participante do programa Comida de Santo do Cantor Diogo Nogueira³, seu estabelecimento recebe visitantes de muitos países, é conhecido pelo saber além do acolhimento com direito a apresentação de cada canto, enriquecido de imagens dentro do sincretismo religioso, assim como os Orixás que a rege.

1.5 - Horário de Funcionamento

GRÁFICO 5 - HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO



Dentre os restaurantes visitados, ficou evidente que, a sua grande maioria tem o horário de funcionamento durante o turno vespertino, indicando uma questão de segurança, todavia, boa parte dos restaurantes funcionam apenas durante a manhã ou tarde. Outra questão associada ao funcionamento foi por conta do restaurante ser dentro de quilombos, que trazem nas manifestações da religiosidade de matriz africana o culto a natureza com espaços bem arborizados e chão de terra. No entanto, também foram identificados quilombos urbanos, ou seja, localizados em espaço urbano com reuniões durante o dia e após as 18h apresentações com roda de capoeira e tendo o samba de roda como marca do encontro e confraternização de um povo que se identifica como povo afrodescendente.

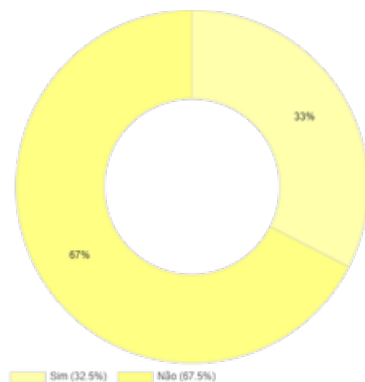
3 - Diogo Nogueira - Comida de Santo | Episódio: Oxóssi - YouTube - pode ser consultado no link, em cada episódio fala das comidas de santo na Linha do Candomblé.

Restaurantes de matriz africana percebe-se um número considerável, ocupando espaços desafiadores, como é o caso do Yayá Comidaria Pop Brasileira, localizado no bairro Leme, um espaço ímpar, que já na entrada percebe-se o cuidado na recepção em explicar o funcionamento do local. Vê-se talhas, copos e filtros de barro, a comida acompanha o Santo em cada aspecto de ingredientes, chamando seus clientes a uma imersão de sabores e música negra.

A cada visita realizada foi permeada de riqueza de detalhes e o sentimento que por mais que houvesse a miscigenação na constituição da culinária brasileira, há uma força pelo resgate de iguarias africanas e indígenas no Rio de Janeiro, convidando a todos a participarem dessa experiência.

1.6 - Há Confeção e/ou Exposição de Artesanatos da Cultura ancestral na Casa?

GRÁFICO 6 - CONFECÇÃO E/OU EXPOSIÇÃO DE ARTESANATOS DA CULTURA ANCESTRAL NA CASA

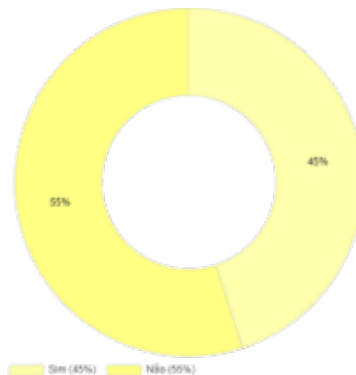


De acordo com o gráfico 6, e tendo em vista todos os locais visitados, 67% deles não tem nenhum tipo de confecção ou exposição de artesanato. Embora alguns deles tenham interesse por esse lado do resgate cultural, ainda não os possuem. As casas que apresentarem objetos para venda foram os de linha afrodescendentes e indígenas. Nas aldeias indígenas há confecção de cestos de palha, brincos, cordões e demais acessórios que exaltam a cultura de seu povo.

Na própria Feira da Glória, encontra-se a amazonense Amanda Marinho Pinheiro – empreendedora do Tucumã/ Espaço Amazônico, criada no Pará e atualmente moradora do Rio de Janeiro, é formada em psicologia, que deixou para dar vida ao seu sonho de trazer a culinária do seu povo para o Rio de Janeiro. Sua barraca traz produtos gastronômicos e culturais amazônicos, a ideia não é vender somente, mas compartilhar a riqueza cultural e fazer desse lugar um espaço para sentir e viver um pedaço da Amazônia no sudeste. A entrevista trouxe a informação que possui avós indígenas e afrodescendentes que ainda alcançaram a escravidão na infância. Sempre ouvia histórias dos seus avós e foram eles os maiores incentivadores para que buscasse seus sonhos. O prato que mais sai é o X-Caboquinho, que leva banana da terra, queijo e o fruto tucumã de história indígena, até na forma de extração desse fruto, que para chegar ao Rio de Janeiro passa por registro de autorização nos aeroportos. Referente ao artesanato, confecciona colares de sementes de açaí, camisas e bonés que identifica sua marca e demais guloseimas com iguarias da sua terra natal. Analisa-se que há muito a se aprender nesse Rio de Janeiro, que acolhe muitas histórias e conhecimentos plurais.

1.7 - Há Apresentação de Danças Ancestrais para Apresentação ao Público?

GRÁFICO 7 - DANÇAS ANCESTRAIS PARA APRESENTAÇÃO AO PÚBLICO



Da mesma maneira que o artesanato, os locais visitados, em sua maioria não possuem apresentações de danças ancestrais. Embora exista a vontade do resgate da cultura, o foco principal ainda é o resgate ancestral através da culinária.

Ao longo deste trabalho, todos os participantes autorizaram o uso de sua imagem e de informações pertinentes ao trabalho desenvolvido no estabelecimento através de redes sociais, e-book e site da Solares - Ação Social e Cidadania e da UNIRIO. Todos entrevistados participaram de todas as fases deste trabalho por considerarem essa pesquisa importante, principalmente para reafirmar a origem do seu povo, através da gastronomia ancestral auxiliando na preservação da cultura para todas gerações e povos. Assim, com base no Guia Alimentar da População Brasileira (Brasil, 2014), que é um documento elaborado pelo Ministério da Saúde, e dá caminhos para a implementação da alimentação adequada e saudável em todos os ambientes, um direito humano básico. E que entre as recomendações do Guia, dá atenção aos aspectos sociais da comida, como alimentar-se sempre que possível em companhia de outras pessoas e exercitar e partilhar habilidades culinárias, ou seja, incluindo e aproveitando todo o potencial da alimentação. Desta forma, não só essa, mas pesquisas que estimulem a preservação e história de um povo poderão contribuir para reafirmar e/ou construir políticas públicas para a manutenção da ancestralidade como patrimônio.

Para além das influências indígena, portuguesa e africana, fruto de nossa colonização inicial, a gastronomia brasileira também é fortemente marcada pela influência dos itens nativos e ainda pela riqueza de transformação/adaptação, que dão a percepção de nossa culinária numa dimensão gastronômica, inserindo e apropriando as culturas e costumes trazidos por estes povos sem perder a ancestralidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar da População Brasileira, 2014.

COSTA, RUTE RAMOS DA SILVA. A comida brasileira e o mito da democracia racial. Texto adaptado do capítulo “A feijoada da Comunidade Remanescente de Quilombo Machadinho/RJ: para pensar o mito da democracia racial” de Rute Ramos da Silva Costa, livro “Temporo de quilombo na escola: Experiências de extensão do projeto CulinAfro”, organizado por COSTA, Rute Ramos da Silva; DE CASTRO, Maria Luíza Lima; BRASIL, Alexandre.

DIAS, Manuela de Sá Pereira Colaço, CARVALHO, Maria Cláudia da Veiga Soares, Barcellos Daniela Menezes Neiva. A sociedade do saudável e as culinárias midiáticas. Curitiba: CRV. 2024.130p.

DIEZ-GARCIA, R. W. A. Antropologia aplicada às diferentes áreas da nutrição. In: CANESQUI, ANA MARIA, Diez-Garcia, R. W. A (org.). Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Fiocruz. 2005. 306p. Disponível em: <<https://repositorio.usp.br/item/001610946>>. Acesso em: 19 nov. 2024.

EDWARDS, Brent Hayes. Os usos da diáspora. Translatio. v.1., n.13, p.40-71. 2017.

KINOUCI, Osame et al. The non-equilibrium nature of culinary evolution. New Journal of Physics, v. 10, p. 1-8, 2008 - Tradução. Disponível em: <https://doi.org/10.1088/1367-2630/10/7/073020>. Acesso em: 19 nov. 2024.

MAHIAS, M. C. Cuisine. In: Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie. Paris:Puf. 1991.

QUERINO, Manuel. A arte culinária na Bahia. 3.ed. São Paulo: WMF Martins Fontes. 2011. 86p.

AUTORES DO LIVRO





Renata Borchetta Fernandes Fonseca

Coordenadora Acadêmica do Projeto Interinstitucional “Painel das manifestações da gastronomia ancestral no Rio de Janeiro (UNIRIO e Solares Ação Social e Cidadania).

Professora Associada I da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO. Possui graduação em Nutrição pela Universidade Federal Fluminense (1997), especialização em Gestão de Alimentação Coletiva com Enfoque em Qualidade pela Universidade Gama Filho (2001), mestrado em Nutrição Humana pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (2007) e doutorado em Ciências no Programa de Pós-Graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (2019). Coordenadora do projeto de pesquisa intitulado “A formação da cultura alimentar brasileira a partir da tríade: indígenas, portugueses e africanos e demais influências da colonização à gastronomia atual”. Possui experiência na área de Nutrição com ênfase em Alimentação Coletiva e Patrimônio Cultural Alimentar.

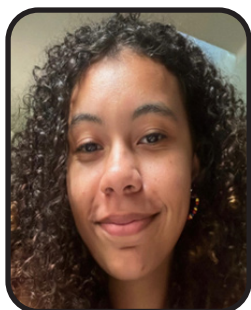


Kátia Alessandra Mendes da Silva

Pesquisadora-Extensionista do Projeto Interinstitucional “Painel das manifestações da gastronomia ancestral no Rio de Janeiro (UNIRIO e Solares Ação Social e Cidadania).

Nutricionista com atuação em Nutrição em Alimentação Coletiva. Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos. Pesquisadora Culinafro e Coordenadora da Linha Culinária Africana - CM-UFRJ/Macaé. Sommelière de Chá - Instituto Chá e Curadora do perfil @chá. com.k e @aliconutri. Docente de graduação e pós-graduação em cursos de Nutrição e Gastronomia. Coordenadora do MBA Gestão da Qualidade e Segurança do Alimento - Nutmed/RJ. Integrante da Câmara Técnica do Técnico em Nutrição e Dietética no CRN4. Servidora Pública na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio) Técnica em Nutrição e Dietética. Professora de técnicas

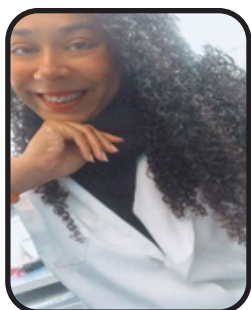
básicas para manipulação de frutas, hortaliças, cereais e leguminosas do curso de Auxiliar de Cozinha Fundação Darcy Vargas



Sarah Regina Soares Machado de Lima

Discente-Extensionista do Projeto Interinstitucional “Painel das manifestações da gastronomia ancestral no Rio de Janeiro (UNIRIO e Solares Ação Social e Cidadania).

Discente do sexto período do Curso de Graduação em Ciências Sociais, na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO).



Letycia Cristina de Jesus Soares

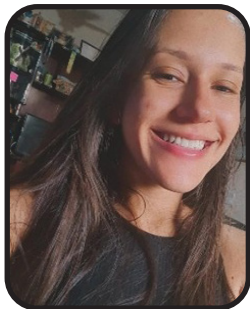
Possui graduação em Nutrição pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO, 2023). Foi bolsista de Iniciação Científica no projeto “A formação da cultura alimentar brasileira a partir da tríade: indígenas, portugueses e africanos e demais influências da colonização à gastronomia atual” (2022-2023).



Mariluce da Silva Coelho

Possui graduação em Zootecnia pela Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (1999). Especialista em: Ciências, Habilitação: Biologia -Universidade Salgado de Oliveira (2002), Processamento e Controle de Qualidade em Carne, Leite, Ovos e Pescado - Universidade Federal de Lavras (2003), Gestão Escolar: Orientação e Supervisão - Faculdade São Luiz (2023), Ensino em Tecnologias Educacionais – Instituto Federal de Minas Gerais (2024). Agricultora

Urbana de base Agroecológica, Educadora, Gestora pedagógica do Ponto de Cultura Chalé Agroecológico.



Ana Victória Berriel da Cruz Lagoa

Discente do Curso de Graduação em Nutrição, na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Bolsista de Iniciação Científica do projeto: “A formação da cultura alimentar brasileira a partir da tríade: indígenas, portugueses e africanos e demais influências da colonização à gastronomia atual”. Técnica em Hospedagem pelo CTUR e descendente indígena de 3ª geração.



Dayana de Andrade Esteves

Discente do Curso de Graduação em Nutrição, na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Bolsista de Iniciação Científica do projeto: “A formação da cultura alimentar brasileira a partir da tríade: indígenas, portugueses e africanos e demais influências da colonização à gastronomia atual”. Monitora da disciplina de Administração de Serviços de Alimentação II e voluntária do Projeto de Extensão: Ética na formação e na atuação do profissional nutricionista.

Painel das Manifestações da Gastronomia Ancestral no Rio de Janeiro

01. Questionário (Questionário)

Pergunta (1) Seguimento gastronômico:

- Opção (1) Indígena
- Opção (2) Afro-brasileiro
- Opção (3) Portugês

Pergunta (2) Etnia indígena

- Opção (1) Tikuna
- Opção (2) Guarani Kaiowá
- Opção (3) Kaingang
- Opção (4) Makuxi
- Opção (5) Terena
- Opção (6) Outro
- Opção (7) Não se aplica

Pergunta (3) Etnia da liderança da Casa:

- Opção (1) Preto
- Opção (2) Pardo
- Opção (3) Branco
- Opção (4) Indígena
- Opção (5) Amarelo

Pergunta (4) Motivação pela criação da Casa:

- Opção (1) Continuação do empreendimento dos pais
- Opção (2) Realização própria por influência dos ancestrais
- Opção (3) Somente interesse econômico
- Opção (4) Somente por influência cultural
- Opção (5) Outro

Pergunta (5) (Múltipla Escolha) Horário de funcionamento:

- Opção (1) Matutino
- Opção (2) Vespertino
- Opção (3) Noturno

Pergunta (6) Há confecção e/ou exposição de artesanatos da cultura ancestral na Casa?

Opção (1) Sim

Opção (2) Não

Pergunta (7) Há apresentação de danças ancestrais para apresentação ao público?

Opção (1) Sim

Opção (2) Não

Pergunta (8) Autoriza uso de imagem/fotografia e informações pertinentes ao trabalho desenvolvido no estabelecimento nas redes sociais, e-book e site da Solares - Ação Social e Cidadania e da Unirio?

Opção (1) Sim

Opção (2) Não

O2. Pesquisa de Satisfação (Pesquisa de Satisfação)

Pergunta (1) Considera essa pesquisa importante, principalmente para reafirmar a origem do seu povo?

Opção (1) Sim

Opção (2) Não

Pergunta (2) Acredita que a pesquisa sobre gastronomia ancestral auxilia na preservação da cultura para todas gerações e povos?

Opção (1) Sim

Opção (2) Não

Pergunta (3) Acredita que essa pesquisa possa contribuir para reafirmar e/ou construir políticas públicas de preservação do seu povo e da sua história?

Opção (1) Sim

Opção (2) Não

Pergunta (4) O que achou do formulário de perguntas:

Opção (1) Ótimo

Opção (2) Bom

