

## GASTRONOMIA BRASILEIRA: OLHARES PARA ORIGEM E CONTEXTO HISTÓRICO

Ana Maria Ruiz Tomazoni

**N**a última década não se ouve mais o termo 'culinária', que cedeu lugar ao vocábulo gastronomia, muito mais abrangente? Existem os que usam as palavras como sinônimas. **Culinária** é a arte de cozinhar (CULINÁRIA, s/d) e **gastronomia** (GASTRO = Estômago) + (NOMO = Lei) é o estudo ou observância das leis do estômago e Gastronomia diz respeito a conhecimentos e práticas relacionados à culinária, é a arte de cozinhar e preparar os alimentos de modo a realçar suas qualidades, bem como a arte de escolher e apreciar os melhores pratos (GASTRONOMIA, s/d).

Pode-se perceber que a gastronomia ganhou um significado diferenciado na arte de preparar alimentos, valorizado os nativos, os locais, sustentáveis, cultural, regional, preparados seguindo normas gastronômicas (técnicas nacionais e internacionais), aproveitando todo o alimento e absorvendo deles o máximo prazer, com todos os sentidos (TOMAZONI, 2017).

### **A Gastronomia Brasileira e suas raízes: indígenas, europeus e africanos**

A Gastronomia brasileira, dizendo a culinária do Brasil é fruto de uma mistura de ingredientes europeus (inicialmente os portugueses),

indígenas e africanos. Muitos componentes das receitas e técnicas de preparo são de origem indígena, tendo sofrido modificações por parte dos portugueses e dos escravos oriundos da África (TOMAZONI, 2017).

### **Contribuição Indígena**

Os indígenas que habitavam o Brasil em 1500, segundo CASCUDO (1983) viviam da caça, da pesca, da agricultura de milho, amendoim, feijão, abóbora, batata-doce e principalmente mandioca. Esta agricultura era praticada de forma bem rudimentar, pois utilizavam a técnica da coivara (derrubada de mata e queimada para limpar o solo para o plantio). Eles domesticavam animais de pequeno porte como, por exemplo, porco do mato e capivara. Não conheciam o cavalo, o boi e a galinha. Na Carta de Caminha é relatado que os índios se espantaram ao entrar em contato pela primeira vez com uma galinha. As nações indígenas que habitavam as terras brasileiras caçavam, pescavam e alimentavam-se de forma semelhante. Consumiam répteis, mariscos insetos, cotias, raízes, tubérculos (mandioca) e frutas silvestres. O cultivo da mandioca dominava as terras baixas da Amazônia e selva úmida, seguindo o sul do Brasil até as florestas da América Central. Dominava o litoral Brasileiro acompanhando a migração dos povos indígenas. A mandioca base alimentar de todas as nações fornecia os beijus, a tapioca, a carimã e a farinha que acompanhava todas as coisas comestíveis: da carne a fruta.

À culinária indígena, segundo CASCUDO (1983), foi acrescentada com técnicas de preparo dos portugueses, a inclusão de novas matérias-

primas, formas de preparo, hábitos e horários alimentares além das contribuições africanas que resultaram nos pirões, farofas, xinxins, caldos, cozidos, bolos, biscoitos e vários outros componentes que farão única a cozinha brasileira.

A alimentação indígena tinha como alicerce a mandioca, na forma de farinha e de beijus, mas também de frutas, pescado, caça, milho, batata e pirões e, com a chegada dos portugueses, do inhame trazido da África.

As principais formas de preparo da carne eram assá-la em uma panela de barro sobre três pedras (trempe), em um forno subterrâneo (biaribi), espetá-la em gravetos pontudos e colocá-la para assar ao fogo — de onde teria vindo o churrasco do Rio Grande do Sul - colocá-la sobre uma armação de madeira até ficar seca para que, assim pudesse ser conservada (moquém) ou algumas vezes cozê-la.

A pesca, de peixes, moluscos e crustáceos, era realizada com arco a pequenas distâncias, sem haver uma espécie mais apreciada que outras. Os maiores eram assados ou moqueados e os menores, cozido sendo o caldo utilizado para fazer pirão.

### **Contribuição Africana**

Os africanos vieram das ilhas do Golfo da Guiné – de Angola, de Moçambique, da Costa do Marfim, da Costa da Malagueta, da Serra Leoa, de Gâmbia, da Nigéria, da Libéria, do Congo, de Cabinda, de Bissau. Pertenciam a culturas diversas, algumas de tradição milenar. Foram caçados, aprisionados, acorrentados e jogados nos porões imundos dos navios que buscavam braços fortes para o trabalho nos novos domínios

portugueses. O preço pago aos seus captores não era contado em dinheiro, podia ser em cachaça, fumo, armas de fogo, facas, navalha, tecidos. Antes do embarque, eram marcados com ferro com brasa no ombro, no peito ou na coxa, para serem reconhecidos como escravos. Quase sem alimentos e sem qualquer com a higiene, além de maus tratos, muitos não sobreviviam à travessia até o Brasil (ROMIO, 2000).

Na alimentação brasileira a contribuição africana afirmou-se pela introdução do azeite de dendê e da pimenta malagueta tão característica da cozinha baiana; a utilização do quiabo, uso da banana e a maneira de preparar a galinha e o peixe. As comidas indígenas e portuguesas foram modificadas pelo uso de condimentos que davam cor e sabor à comida, e pela técnica culinária dos negros: a farofa, o quibebe e o vatapá (CASCUDO, 1983).

Alguns alimentos que os africanos trouxeram na bagagem: o coco, a banana, o café, a pimenta malagueta e o azeite-de-dendê. Sobre este, dizia Cascudo (1983), que o azeite-de-dendê veio com o negro, assim como o arroz ao asiático e o doce ao árabe. No Nordeste, são também populares o inhame, o quiabo, o gengibre, o amendoim, a melancia e o jiló.

Na Bahia (Salvador e Recôncavo Baiano) surge a Cozinha Afro-Brasileira, herança dos negros para a culinária com seus xinxins, acarajés, moquecas, vatapás trazendo a comida dos santos para a mesa dos habitantes daquele lugar.

## **Contribuição Portuguesa**

O português influenciou decididamente a gastronomia brasileira quando inicialmente utiliza os produtos encontrados e produzidos no

Brasil, e quando atribuí a estes produtos valor de troca (CASCUDO, 1983). Possuíam conhecimento na produção e confecção de alimentos devido aos contatos que faziam com o Oceano Atlântico e o Oceano Índico com seus entrepostos, feitorias e ilhas. Eles trouxeram para o Brasil, galinhas, ovos, vacas, bois, touros, ovelhas, cabras, carneiros, porcos, pombos, patos, gansos e o cachorro protetor natural das casas. Junto aos produtos trazem novas técnicas que são incorporadas pelas cozinheiras africanas e, também, as festas tradicionais com os seus cantos: Entrudo, Quaresma, São João, Natal. Plantam outros verdes, montam currais tentando recriar a paisagem que conheciam: cana-de-açúcar, trigo, laranja, limão, arroz, melancia, coco, gengibre, pepino, salsa, coentro, cenoura, cebola, alho, as hortaliças e muitos outros verdes.

O português utiliza o sal e o açúcar oferecendo novos sabores as populações que aqui estavam modificando o paladar existente. As portuguesas se apropriam das iguarias locais modificando-as e acrescentando ingredientes para o consumo da população que chegava: o beiju torna-se mais fino e é molhado no leite e o mingau de carimã recebe como adoçante o mel ou o açúcar. E acrescenta à carimã os ovos, o leite de vaca criando o primeiro bolo, a sobremesa, desconhecida dos índios e dos africanos e dando os primeiros passos para a criação de uma cozinha brasileira (CASCUDO, 1983)

## **Evolução da Gastronomia – Marcas da Regionalidade**

A alimentação cotidiana na África por volta do século XVI incluía arroz, feijão (feijão-fradinho), milhetos, sorgo e cuscuz. A carne era em



sua maior parte da caça abundante de antílopes, gazelas, búfalos, aves, hipopótamos e elefantes. Pescavam pouco, de arpão, rede e arco. Criavam gado ovino, bovino e caprino, mas a carne dos animais de criação era em geral destinada ao sacrifício e trocas; serviam como reserva monetária. Preparavam os alimentos, assando, tostando ou cozendo-os e para temperar a comida tinham apreço pelas pimentas, mas também utilizavam molhos de óleos vegetais, como o azeite de dendê que acompanhavam a maioria dos alimentos (CASCUDO, 1983).

Dos imigrantes, chegados ao Brasil do século XIX ao início do século XX, como alemães, italianos, espanhóis, sírio-libaneses, japoneses, foram os alemães e italianos que deixam maiores influências na culinária nacional. Os alemães não muito numerosos, vindos de diferentes regiões da Alemanha e limitados ao Sul e Sudeste do país, apenas reforçam o consumo de gêneros já utilizados pelos portugueses como a cerveja, a carne salgada, sobretudo de porco, e as batatas. Ao mesmo tempo em que mantêm o consumo de alguns gêneros como as salsichas, a mortadela, o toucinho e a cerveja, mostram-se adaptativos substituindo o que lhes falta da terra natal por matérias-primas locais. As comidas típicas da Alemanha não se difundem pelo país. Os italianos por sua vez, em maior número e mais espalhados pelo território nacional conseguem impor as massas de farinha de trigo e os molhos. O macarrão italiano tornou-se alimento complementar, ao lado da farofa, do feijão, do arroz e das carnes. Além do macarrão, outras massas italianas foram trazidas como a pizza, o ravioli e a lasanha e outras comidas que não massas como os risotos e a polenta.

Divulgaram também o sorvete como doce e sobremesa. (CASCUDO,1983).

## **Região Nordeste**

Segundo Pombo (2006) a Região Nordeste, com seus nove estados, foi entrada dos colonizadores portugueses, que dominaram estas terras e marcaram a culinária local com seus costumes e juntando-se à culinária indígena existente e apropriando-se da culinária africana organizou os ingredientes principais para a culinária desta região. À completude desta receita, se junta o mar com todos os seus recursos, e agregando aos produtos pescados e colhidos novos sabores como coco, azeite de dendê; e o sertão com a carne seca, o feijão verde, o bode, a galinha originando pratos de uma cultura de resistência. São referências gastronômicas: o acarajé, o vatapá, o caruru, a carne seca, o biju de farinha de mandioca, queijo coalho, manteiga de garrafa, baião-de-dois, as fritadas, mariscadas, caldeiradas, paçocas, galinha de cabidela preparadas ou não com inúmeras pimentas e o rústico ‘azeite de dendê’ caracterizando uma culinária rica em referências e sabores. Munguzá é uma iguaria doce muito consumida na região Nordeste.

A culinária nordestina é fortemente influenciada pelas suas condições geográficas e econômicas ao longo da história, assim como pela antiga mistura das culturas portuguesa, indígena e africana, iniciada ainda no século XVI. As comidas quase sempre têm como ingredientes produtos vegetais, muitas vezes cultivados pelos índios desde muito antes da colonização portuguesa, carnes de gado bovino e caprino, peixes e

frutos do mar, variando bastante de região para região, de acordo com suas características peculiares.

Pratos característicos da Região Nordeste incluem o beiju ou tapioca, o sarapatel, a buchada de bode, a moqueca, o baião de dois (com diversas variedades, geralmente incluindo também carne seca, queijo coalho, manteiga da terra ou nata), o acarajé (uma iguaria oriunda da África Ocidental), o mugunzá (feito de feijão e milho, sendo doce em algumas áreas e, em outras, salgado, com linguiça), o vatapá, o caruru, o arrumadinho e o escondidinho. Muitos pratos têm forte influência africana.

Outras comidas tradicionais são a farofa, a paçoca, a canjica, a pamonha, a carne de sol, a rapadura, o queijo coalho, o sequilho, o alfenim, a panelada, a maria-isabel, o carneiro cozido e a galinha à cabidela. Um bolo originário de Pernambuco, mas que posteriormente espalhou-se pelo país é o bolo de rolo, feito com farinha de trigo e recheio de goiabada. No Maranhão, desenvolveu-se o cuxá com base em uma erva africana, a vinagreira, recebe ainda o caruru e a língua-de-vaca, outra erva (POMBO, 2006).

## Cozinha Sertaneja 15

Os produtos utilizados na Cozinha Sertaneja são: **Carne-de-Sol** que é a base da alimentação de todo sertanejo, o **Charque**, carne que tem um tempo de conservação muito superior a carne- do- sol e a **Manteiga de Garrafa**, manteiga regional confeccionada no Nordeste e obtida através do batimento do creme de leite (POMBO, 2006).





## **Região Sudeste**

Cascudo (1983) escreve que a região Sudeste é formada pelos estados: Minas Gerais, Espírito Santo, Rio de Janeiro e São Paulo. Apresenta características específicas em sua culinária quanto à utilização dos ingredientes, (feijão – tropeiro mineiro e virado paulista) confecção das receitas (moqueca capixaba x moqueca baiana) recebendo as mesmas influências dos portugueses, índios e africanos.

## **Cozinha Mineira**

Cascudo (1983) coloca que em 1674, Fernão Dias Paes abre os caminhos para os metais preciosos, ouro e diamante seguindo o sertão das Gerais.

Criam-se galinhas e porcos e plantam-se milho, mandioca e vegetais, institui-se a ‘horta – de – couve’ uma área cercada com taquara para impedir que as galinhas ciscassem. Plantava-se também: mostarda, taioba, almeirão, cebolinha, serralha, tomate, tomatinho, quiabo e jiló. Moranga, abóbora, melancia, pepino e o maxixe eram plantados juntos com o milho. Misturavam-se os costumes portugueses (carne de porco e couve), indígenas (mandioca e milho) africanos (angu e quiabo).

## **Cozinha Capixaba**

Pombo (2006) coloca a que a cozinha capixaba é baseada em peixes e frutos do mar, que produzem a tradicional Moqueca Capixaba, a Torta Capixaba, a Muma de Siri, a Moqueca Salgada, o Peroá Frito e a

Moqueca de Banana da Terra. Os pratos são preparados a partir da tintura de urucum, que associada a pequena quantidade de azeite refoga o tomate picado bem maduro, cebola branca cortadinha e coentro picado. Recebe influências a partir do século XIX dos italianos e no século XX dos migrantes nordestinos e nortistas, e estas culinárias começam a fazer parte da culinária capixaba.

### **Cozinha Paulista**

A culinária paulista, sob o ponto de vista Cascudo (1983) é originária inicialmente dos índios e dos ‘portugueses de Piratininga’. Ao que vão cozinhando, os paulistas acrescentam os peixes moqueados envoltos em folhas para serem assados; caças secas no moquém, a mandioca e a sua derivação mais importante – a farinha provinda das roças indígenas.

A farinha de milho socada no pilão com a carne seca produzindo as paçocas e servindo de alimento para as viagens pelo interior das matas. Palmitos, taioba, cambuquira, abóbora, amendoim, feijão, pimentas, pinhões, mamões, abacates jambo, iças, pitangas. Bichos-de-taquara faziam parte do cardápio colonial paulista. Nas viagens pelo interior do país plantavam milho, feijão, abóbora, criavam porcos e galinhas, base da alimentação que garantia a subsistência dos desbravadores e fixando as roças pelo interior. A partir do século XIX com a vinda dos imigrantes italianos, japoneses, alemães, chineses, coreanos, árabes amplia-se o cardápio paulista tornando a cidade de São Paulo um dos maiores centros gastronômicos do mundo e além da inserção de novos alimentos ao

cardápio dos habitantes da cidade. A cozinha trivial e familiar paulistana consiste em arroz branco e feijão cariocinha. Na presença da mistura que pode ser a carne ou ovo, batata frita e uma salada de alface e tomate (FISBERG, 2002).

## **Cozinha Carioca**

O Rio de Janeiro, para Cascudo (1983), recebeu influências dos europeus principalmente portugueses, misturando-se aos africanos e índios, dando origem e compondo a população que conhecemos atualmente. Com a vinda da Família Real para o Brasil em 1808, D. João VI torna-se Rei do Reino Unido do Brasil, Portugal e Algarves, um fato histórico que foi da maior importância para os rumos da Nação Brasileira. A cidade não possuía estrutura para receber a Família Real e medidas foram tomadas para resolver tal situação. A abertura dos portos a “todas as nações amigas” e a promulgação de leis que incentivavam a emigração para o Brasil de povos de várias nacionalidades, o que ocorreu depois da Independência em 1822, promoveu certo desenvolvimento para a Capital da Metrópole.

Vieram para cá os franceses e muitos eram padeiros, confeitheiros e cozinheiros que trabalhavam nos hotéis ou nas casas aristocráticas inserindo no cardápio nacional técnicas e nomes da culinária francesa. O pão francês é originário deste período, reflexo das muitas padarias que eram inauguradas. O surgimento das confeitarias traz os rissoles, coxinhas

de galinha, sobremesas elaboradas como pavês, sorvetes e refrescos de frutas. Os doces tradicionais retornam ao espaço doméstico.

## **Região Centro Oeste**

Já a Cozinha do Centro-Oeste, segundo Cascudo (1983), é basicamente de origem indígena, mas também, teve influência de Mineiros e Paulistas que no final no século XVIII, buscavam ouro nos sertões goianos. Em Goiás o prato mais conhecido é a GALINHADA (arroz com galinha) prato típico também no Sudeste e em Goiás é feito com pequi ou guariroba - *Syagrus oleracea* (Mart.) Becc. Palmeira usada na arborização (espécie de palmito amargo comestível). O pequi é uma fruta aromática e de coloração amarela, típica do cerrado goiano que se servido inteiro deve ser raspado e não mordido, pois no seu interior, possui centenas de espinhos difíceis de serem retirados. Outros pratos muito comuns são: Empadão Goiano, Peixe na Telha, Arroz com Suã, Angu, Pamonha, Curau e Pirão.

No Mato Grosso e no Mato Grosso do Sul influenciados pela culinária pantaneira é basicamente feita com peixes do pantanal. Os pratos mais tradicionais são: Mojica, Ventrecha, Filé de Piraputanga frito. Os pratos geralmente são acompanhados de farofa de banana, arroz e pirão.

O Pintado a Urucum é um prato muito pedido e, ao contrário do que o nome sugere, não leva urucum (sementes de coloração avermelhada, usada pelos índios para pintar o corpo e, como tempero e corante de

alimentos) no tempero. Seu nome vem de uma receita inventada pelo cozinheiro de uma mineradora que operava na exploração de ferro na Serra do Urucum, em Corumbá. O peixe é feito à dorê, com creme de leite e leite de coco ou molho de tomate e gratinado com muçarela.

## **Região Norte**

A região Norte é formada pelos estados do: Amazonas, Pará, Roraima, Rondônia, Amapá, Acre e Tocantins.

A mandioca, segundo Slow Food Brasil (2017) oferece todos os subprodutos: farinha, beiju e a bebida. Tanto a raiz como a folha fornecem os ingredientes para os pratos importantes consumidos nesta região. O índio descobriu uma maneira de consumir o líquido que retirado da espremedura da raiz brava eliminado o ácido cianídrico, é ingrediente importante do Tacacá e do Pato ao tucupi. Das folhas são elaboradas as maniçobas. Das mandiocas raladas obtemos as farinhas, as farofas e os beijus. Encontramos vários tipos de farinha: Farinha d'água que fica de molho no rio e é mais hidratada que as outras farinhas brasileiras; a uarini que é mais amarelada; a suruí que tem como características ser branca e fina.

As frutas amazônicas são ingredientes importantes e interessantes que agregam sabor e perfume aos pratos salgados, doces, licores, vinhos e sorvetes; alguns desses frutos são: açaí, bacuri, buriti, cupuaçu, castanha-do-pará, guaraná, banana pacova.

A variedade e quantidades de peixes que habitam as águas doces e salgadas são ingredientes principais para os pratos à base de peixe em

torno de 1,2 mil espécies, dentre eles podemos citar: tambaqui, pirarucu, gurijuba (filé de murijuba), surubim ou cachara, filhote (quando fica adulto chama-se piraíba e não possui a mesma apreciação como ingrediente), corvina, etc.

As pimentas são partes integrantes de todos os pratos acrescentando cores, sabores e formas à culinária. Muito utilizadas pelos índios como substituição do sal, podemos citar: a de cheiro, cumari, cumari-do-pará, murici, mata-frade, malagueta.

Observamos na região Norte a Culinária do Amazonas e Culinária do Pará, com muitas influências indígenas e portuguesas, citamos os pratos mais conhecidos: A maniçoba, o pato no tucupi, picadinho de jacaré, pirarucu de casaca, os pratos com peixes, como tambaqui, pirarucu, jaraqui, "filhote" (piraíba ainda pequena), pescada amarela, bijupirá, tucunaré, bodó, entre outros, acompanhados geralmente de arroz branco, farinha d'água e pirão de peixe e o tacacá.

Entre os doces e as miudezas, destacam-se: o açaí, doces de colher feitos com frutas, bolo de macaxeira, biscoito de castanha-do-pará, mingaus como munguzá, biju, pudins, sorvetes de frutas de frutas regionais, como os sorvetes da rede Cairu.

## **Região Sul**

A região Sul é formada pelos estados do Paraná, Santa Catarina e o Rio Grande do Sul.

A culinária da região Sul, conforme Cascudo (1983), caracteriza-se por uma cozinha de origem alemã, italiana, espanhola, açoriana, holandesas, suíça e polonesa quando dá chegada dessas etnias para a

formação dos Estados do Paraná, Santa Catarina e o Rio Grande do Sul. Encontraram nesta região um clima propício para o consumo do cardápio de origem e cultivo da uva para os seus vinhos. O território paranaense enquanto comarca da Província de São Paulo era habitada por portugueses, espanhóis, índios e africanos e vivia da criação e o comércio de gado e exploração da erva-mate e a agricultura. Tinham como base da alimentação com algumas ressalvas, o milho, o feijão, a mandioca, a batata, o trigo, o charque, o arroz, a carne de porco e do boi. No litoral o peixe e a mandioca eram muito consumidos.

A carne de sol nordestina chega ao Rio Grande do Sul pelas mãos do cearense José Pinto Martins, e recebe o nome de charque e transforma-se no principal ingrediente do arroz de carreteiro, parceiro para o festejado churrasco.

Em Santa Catarina além da carne na brasa temos os peixes, moluscos e crustáceos fazendo parte do cardápio sendo a tainha a campeã em popularidade. O interior é de forte influência alemã, e no litoral a presença portuguesa, onde é grande a utilização de peixes marinhos, camarões e ostras.

A comida tradicional do estado do Paraná é o barreado, carne cozida em panelas de barro, por vezes colocadas debaixo da terra para cozinarem sob o calor de lenha ou carvão, e comida com farinha de mandioca. O pinheiro de araucária produz o pinhão, alimento muito presente na cozinha paranaense. É consumido de várias formas: cozido, assado, e pode ser saboreado com sal, açúcar, mel ou melado. No estado são comuns festas tradicionais que envolvem um preparo específico da comida, como o Boi no Rolete, Carneiro no Buraco e o Leitão Maturado.

## Referências

CASCUDO, Luís da Câmara. **História da Alimentação no Brasil**. Vol. 2. 2ª ed. Belo Horizonte: Itatiaia; São Paulo: Edusp, 1983

CULINÁRIA. Dicionário Michaelis. s/d. Disponível em: <<https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/culin%C3%A1ria/>>. Acesso em: 02 de set. de 2021.

FISBERG, Mauro. **Um, Dois, Feijão Com Arroz: A Alimentação No Brasil De Norte A Sul**. São Paulo - Editora: Atheneu (1 janeiro 2002)

GASTRONOMIA. Dicionário Michaelis. s/d. Disponível em: <<https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/gastronomia/>>. Acesso em: 02 de set. de 2021.

POMBO, Nívia. **Cardápio Brasil: Nossa História**. Ano 3, nº 29, São Paulo: Editora Vera Cruz, 2006.

SLOW FOOD. **Arca Do Gosto No Brasil: Alimentos, Conhecimentos e História do Patrimônio Gastronômico**. São Paulo: Slow food, 2017.

ROMIO, Eda. **500 Anos de Sabor - Brasil 1500-2000**. São Paulo: Er Comunicações, 2000

TOMAZONI, Ana Maria Ruiz. **Educar com Alimentos**. São Paulo: Oficina do Livro, 2017.