

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, COMUNICAÇÃO, LETRAS E ARTES
CURSO DE JORNALISMO

BARBARA VITÓRIA BARBOSA FERREIRA

ENTRE QUITANDAS E LEMBRANÇAS:
A CULINÁRIA MINEIRA COMO FIO CONDUTOR DE MEMÓRIAS AFETIVAS

SÃO PAULO
2024

BARBARA VITÓRIA BARBOSA FERREIRA

ENTRE QUITANDAS E LEMBRANÇAS:

A CULINÁRIA MINEIRA COMO FIO CONDUTOR DE MEMÓRIAS AFETIVAS

Trabalho de Conclusão de Curso de
Jornalismo da Faculdade de
Filosofia, Comunicação, Letras e
Artes da Pontifícia Universidade
Católica de São Paulo.

Orientador: Prof. Dr. José Salvador
Faro

SÃO PAULO

2024

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, COMUNICAÇÃO, LETRAS E ARTES
CURSO DE JORNALISMO

ENTRE QUITANDAS E LEMBRANÇAS:
A CULINÁRIA MINEIRA COMO FIO CONDUTOR DE MEMÓRIAS AFETIVAS

Banca Examinadora:

Prof. Dr.

Prof. Dr.

Prof. Dr.

SÃO PAULO
2024

DEDICATÓRIA

Aos meus pais, Maria Antônia e Adão Aparecido,
pelo apoio durante todas as fases da minha vida.
À minha irmã, Isadora, por estar sempre ao meu lado.
Àqueles que me acompanham e celebram comigo,
mesmo que indiretamente, a conclusão desta graduação.
Eu amo vocês com todo o meu coração.

AGRADECIMENTOS

Concluir o curso de jornalismo não é um feito meu, mas de todos aqueles que me acompanharam e me incentivaram durante e até antes desses 4 anos.

Agradeço primeiramente aos meus pais, principalmente à minha mãe que sempre me apoiou nas ideias, me permitiu sonhar e me aconselhou nas minhas tomadas de decisões. Para além de toda a trajetória acadêmica, agradeço a ela sempre, e reforço, sempre, por me mostrar a capacidade que eu tenho e o poder de utilizá-la ao meu favor.

Agradeço à minha irmã, Isadora, que sempre tornou tudo mais leve. Obrigada por sorrir, chorar, brigar e debater comigo. Espero fazer da minha trajetória uma inspiração para ela que, hoje com 12 anos, é capaz de entender nossa realidade e o poder da educação para transformá-la.

Agradeço aos amigos que fiz na Faculdade: Marina, Michelle, Luan, Henrique, Dayres e tantos outros que comigo passaram por bons e maus momentos, me mostrando diferentes pontos de vista e realidades. Eu pude me encaixar, consciente de que minha personalidade não é só mais uma.

Agradeço ao meu grande amigo, Vagner Marques, que soube me mostrar os caminhos da educação e o poder que ela tem de nos tirar da inércia. Obrigada por percorrer a cidade com minha mãe e eu para arrecadarmos todo o valor da minha matrícula para concorrer a bolsa nesta universidade. Não hesitou em afirmar que daria certo no final das contas. Sem essa ajuda, não teria ingressado no curso que mudou minha perspectiva, muito menos conseguido conquistar a bolsa 100% dos meus estudos.

Agradeço imensamente ao meu orientador, José Salvador Faro, que me aconselhou e me ajudou durante toda a orientação, concordando e discordando; me ajudando a chegar no trabalho final, fruto de muita leitura, conversas e risadas.

Agradeço aos meus entrevistados pela disponibilidade que demonstraram diante deste meu projeto. Solícitos, me receberam em suas casas e trouxeram à tona

a simplicidade e leveza que eu queria demonstrar desde o início neste livro-reportagem.

Por fim, agradeço a todos que me mostraram que alcançar não é impossível. Espero que este trabalho de conclusão de curso incentive alguém a buscar e exhibir suas raízes, sabendo que tudo é jornalismo e comunicação.

Sempre dei valor à importância desse momento. Agora, a ponto de se tornar uma boa lembrança, deixo essa parte de mim na PUC-SP, com o objetivo de inspirar, incentivar e fazer conhecer o início do meu caminho; o início da minha história.

EPÍGRAFE

Às vezes você só percebe a importância de um momento quando ele se torna apenas uma lembrança.

RESUMO

Desde os primórdios as pessoas se unem para compartilhar o momento da alimentação, que vai desde o preparo até a limpeza final dos restos deste evento diário e essencial da vida. As pessoas buscam e escolhem os alimentos, preparam e elaboram os elementos da alimentação da forma mais adequada para a mastigação e ingestão, e depois se acomodam e desfrutam dos sabores, cheiros, temperos embalados por conversas mais amenas e agradáveis. Assim se deu com a culinária mineira que vem se aperfeiçoando nesta área, buscando em suas raízes os melhores e mais saborosos produtos da sua terra. Este trabalho tem o propósito de registrar a história da culinária mineira, seus segredos e aperfeiçoamento até alcançar a fama de melhor culinária do Brasil. Conclui-se que o melhor da vida é preparar a mesa, escolher os pratos e os talheres, e servir em sorrisos de amor.

Palavras-chave: culinária mineira; alimentação; receitas; sentar à mesa.

ABSTRACT

Since the beginning of time, people have come together to share the moment of eating, which ranges from preparation to the final cleaning of the remains of this daily and essential event in life. People search for and choose food, prepare and prepare the elements of the food in the most appropriate way for chewing and ingestion, and then sit down and enjoy the flavors, smells, and seasonings, accompanied by pleasant and pleasant conversations. This is what happened with Minas Gerais cuisine, which has been perfecting itself in this area since its beginnings, seeking in its roots the best and most delicious products of its land. This work aims to record the history of Minas Gerais cuisine, its secrets and improvements until it achieved the fame of the best cuisine in Brazil. It is concluded that the best thing in life is to set the table, choose the plates and cutlery, and serve with smiles of love.

Keywords: Minas Gerais cuisine; food; recipes; sitting at the table.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	1
2. ENTRADA: UMA INTRODUÇÃO A CULINÁRIA MINEIRA	1
2.1 Você é o que você come	3
2.2 A Culinária e a Identidade Cultural	4
2.3 Sabor de Brasil	5
2.4 Minas Gerais, A Terra do Ouro	8
2.5 Cheiro De Infância	9
2.6 Amor em Pedacos	11
2.7 A Gastronomia Mineira Cosmopolita	12
2.8 Gastronomia Mineira Provinciana	14
2.9 Fartura	14
3. PRATO PRINCIPAL: MEMÓRIAS AFETIVAS DE PRATOS MINEIROS - CIDADES INTERIORANAS, ONDE A TRADIÇÃO VIVE E RESPIRA	15
Minas Novas, MG	15
Capelinha, MG	15
Ribeirão da Folha, MG	16
4. MEMÓRIAS SABOROSAS	17
5. SOBREMESA: CONTRIBUIÇÕES DA CULINÁRIA MINEIRA AO TECIDO CULTURAL BRASILEIRO	29
6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31

1. INTRODUÇÃO

Com características únicas, a gastronomia mineira é sinônimo de afeto e hospitalidade. Ao chegar no estado de Minas Gerais, nos deparamos com uma cultura que não se limita a tradições e costumes, tendo como principal característica pratos típicos, resultantes de diversas técnicas e ingredientes. A culinária mineira é um misto de essências de gente, elementos e práticas, construindo uma multiplicidade e, portanto, identidades.

O sabor é vivência. A cozinha mineira começa nas criações e depois no vasculhar entre os quintais, com o objetivo de encontrar os alimentos proveitosos para um prato. Os ingredientes simples montam pratos gigantes em palato.

Os fogões à lenha aquecem as pesadas panelas, feitas de barro, que preparam a comida à espera do visitante, aquele que não apenas visita o local, mas desfruta de um caldo cultural. À mesa, pessoas postas para degustar o que foi preparado com o intuito de nutrir o corpo, a alma e o espírito, alimentando as lembranças que um dia foram dádivas.

2. ENTRADA: UMA INTRODUÇÃO A CULINÁRIA MINEIRA

Ao longo dos séculos, a comida mineira carregou as raízes dos alimentos plantados por povos de cada região do estado. Podendo ser interpretada de formas diferentes por pessoas distintas, a comida é um elemento material que possibilita o reconhecimento e identificação cultural e imaterial, à medida que sua subjetividade define o que um grupo de pessoas é e como tal grupo difere-se do restante da sociedade.

A identificação cultural é um conjunto de elementos que formam o reconhecimento identitário de um povo, fazendo com que esse conjunto de pessoas se reconheça como agrupamento simbólico.

Alguns sociólogos, como o britânico-jamaicano Stuart Hall, se concentram na ideia de relação entre a identidade cultural e noção de identidade pessoal, argumentando que nossa formação individual é moldada pelas influências culturais que recebemos desde o nascimento.

Para ele, *“o conceito fechado de diáspora se apoia sobre uma concepção binária de diferença. Está fundado sobre a construção de uma fronteira de exclusão e depende da construção de um 'outro' e de uma oposição rígida entre o de dentro e o de fora. Porém as configurações sincretizadas da identidade cultural requerem a noção derridiana de *différance*, uma diferença que não funciona através dos binarismos, fronteiras veladas que separam finalmente, mas são também places de passage (lugares de passagem) e significados que são posicionais e relacionais, sempre em deslize ao longo de um espectro sem começo nem fim”* (HALL, Stuart. Da Diáspora: Identidades e mediações culturais. Belo Horizonte: UFMG, 2008 p. 32-3.).

Já, outros, como Émile Durkheim, exploram a identificação cultural como fonte de coesão social, unindo as pessoas por meio de valores compartilhados e uma sensação de pertencimento a uma comunidade específica.

A ideia de identidade cultural levanta questões sobre a diversidade cultural e os desafios éticos associados à preservação e promoção das culturas minoritárias em um mundo cada vez mais globalizado.

O que é diversidade cultural? Primeiramente, deveríamos falar de identidade étnico-cultural, pois, ao falarmos de identidade de uma cultura, temos que localizá-la num determinado tempo e espaço e no interior de um grupo étnico. Por sua vez, essa identidade estaria articulada a uma identidade nacional, determinada também historicamente. O filósofo Roland Corbusier dizia, há alguns anos, que a identidade nacional brasileira começou a existir a partir do modernismo, isto é, no início deste século. Antes, existia apenas com uma identidade “transplantada”.

Afirmar uma identidade étnico-cultural é afirmar uma certa originalidade, uma diferença, e, ao mesmo tempo, uma semelhança; [...]. Na identidade existe uma relação de igualdade que cimenta um grupo, igualdade válida para todos os que a ele pertencem. Identidade Cultural e Itinerário Educativo - Identidade Cultural e Educação para todos, Moacir Gadotti.

A maneira como vivemos em sociedade configura uma série de costumes que compõem nossa vida em comunidade. A diversidade cultural constrói identidades individuais e a partir dessas características é possível identificar aspectos que diferem as culturas singulares.

O conceito de identidade cultural é complexo e se refere à maneira como os indivíduos ou grupos se identificam e se relacionam com sua cultura, incluindo suas tradições, valores, crenças, língua, costumes e história compartilhada.

A identificação desempenha um papel fundamental na forma como as pessoas se percebem e são percebidas pelos outros, influenciando suas atitudes, comportamentos e interações sociais. Torna-se parâmetro capaz de fornecer um senso de pertencimento e conexão com outros indivíduos que compartilham a mesma cultura. Por sua vez, é dinâmica e fluida, sendo moldada e transformada constantemente ao longo do tempo através de interações com outras culturas, migrações, mudanças sociais, herança étnica, religião, nacionalidade, geografia, ambiente, experiências pessoais e, principalmente, alimentação.

2.1 Você é o que você come

Alimentar-se é um ato primitivo, pautado como uma atividade individual e possui a finalidade intrínseca da sobrevivência. Porém, com a evolução e noção de sociedade, essa ação tornou-se uma atividade coletiva, passando a ter um contexto familiar e social.

Antes vista apenas como um ato orgânico, a alimentação significa hoje o reconhecimento e a conveniência entre as pessoas. O que, como e com quem comemos definem nosso pertencimento social, passando a representar nossos valores, tradições e relações, ao passo que está sujeita a mudanças e adaptações ao longo do tempo em resposta a contextos históricos e sociais.

Uma comunidade pode moldar uma gastronomia única, baseada em suas especificidades. A culinária tende a refletir não apenas os sabores e técnicas de um determinado grupo, mas, também, incorpora elementos históricos, geográficos, sociais e culturais que configuraram a sua alimentação ao longo do tempo. Passa a ser uma culinária representativa da herança histórica, fazendo uso de ingredientes locais, cultura, tradição, identidade nacional e regional, intercâmbio cultural e identidade pessoal e social.

2.2 A Culinária e a Identidade Cultural

A comida é uma forma de expressão cultural que transmite conhecimento, emoções e conexões comunitárias. Por meio dos cinco sentidos (tato, visão, olfato, paladar e audição) o contato com a comida permite que os indivíduos se reconheçam e se identifiquem, fortalecendo os laços de preservação e transmissão dessa cultura de geração para geração. Cada prato carrega consigo uma história, uma origem, influência e adaptação, visto que a identificação social tem como um dos pilares a alimentação materna, isto é, a transmissão de valores, práticas e heranças familiares e regionais, que são transmitidas por meio da preparação e consumo de alimentos.

A maneira como os alimentos são cultivados, preparados e consumidos reflete não apenas os recursos naturais disponíveis de determinada região, mas também as

crenças, valores e práticas culturais de seu povo. A culinária é um meio poderoso de intercâmbio simbólico e de diálogo: à medida que as pessoas migram e se estabelecem em novos lugares, trazem consigo suas tradições culinárias, que se misturam e se fundem com as culturas locais, criando sabores e pratos únicos, exercendo papel fundamental em celebrações, rituais religiosos e eventos sociais.

À medida que as sociedades evoluem, as práticas alimentares e as preferências culinárias também mudam. A globalização, as migrações e os avanços tecnológicos têm impacto direto na disponibilidade de ingredientes, nas técnicas de preparo e no consumo dos alimentos, levando a uma constante transformação e reinvenção da culinária e da identidade cultural.

Alimentação é uma necessidade básica, mas também uma herança histórica e geográfica, fator determinante de identidade, pertencimento, intercâmbio e expressão cultural. Através dos alimentos, as pessoas podem contar histórias sobre suas vidas, valores, crenças e tradições.

Cozinhar é muito mais do que o ato em si. É conectar-se com pessoas desconhecidas e seus diferentes estilos de vida (Em: Nossa Comida tem História - José Newton Coelho Meneses)

2.3 Sabor de Brasil

A elaboração e o desenvolvimento de uma cozinha perpassam por um processo histórico-cultural que contextualiza e particulariza sua existência. No Brasil, com a chegada de povos de outros continentes, especificamente portugueses e africanos, somados ao compartilhamento de hábitos e ingredientes dos povos indígenas, resultaram na formação da base da gastronomia brasileira que conhecemos hoje.

É importante ter como ponto fundamental entender que o Brasil é um país muito complexo, de dimensão continental geograficamente muito denso e com uma diversidade cultural muito rica. Portanto, nosso ponto de partida de pensar aspectos da gastronomia do nosso país não deve descartar a profunda contribuição das etnias indígenas. Também somado ao processo contributivo dos diversos das Áfricas que

vieram no processo da escravidão. Soma-se a isso as tradições europeias, com destaque à colonização portuguesa, a interiorização da metrópole no século XVIII, a chegada de franceses no século XIX e de outros grupos europeus, sobretudo do centro da Europa, porém, no final do século XIX, grupos do leste da Europa.

“No início do século XX, vamos ter um processo de migração de povos orientais, que serão muito contributivos na nossa cultura e no processo de apresentar uma solidez e diversidade culinária. Temos os japoneses, chineses, posteriormente sul-coreanos. E na segunda metade do século XX, latino-americanos e africanos [...] Todos esses povos se fundem e mesclam as características nas regiões em que se estabelecem e vão fazer um caldeirão cultural, gastronômico e linguístico único no Brasil” (Vagner Marques, Doutor em História Social pela PUC-SP).

Gilberto Freyre, sociólogo e antropólogo brasileiro, dedicou uma parte de seus estudos à compreensão das influências culturais e sociais na formação da identidade brasileira, incluindo a gastronomia. Freyre argumentava que a cozinha brasileira é resultado de um complexo processo de miscigenação cultural que envolveu elementos indígenas, africanos e europeus.

Segundo o sociólogo, as comidas nativas do Brasil, em especial aquelas de origem indígena, desempenharam um papel fundamental na constituição da alimentação brasileira. Ele enfatizou que os povos indígenas, com seu profundo conhecimento das plantas, raízes, frutas e animais nativos, contribuíram de maneira decisiva para a dieta dos colonizadores e dos escravizados africanos.

Os nativos que já habitavam o Brasil antes da chegada dos colonizadores europeus dependiam da agricultura doméstica, da caça e da pesca para obter sustento. Ingredientes como a mandioca, o milho, o palmito e o açaí eram alimentos que faziam parte da dieta indígena da época. Freyre ressalta a importância das técnicas de preparo e dos utensílios indígenas que foram mesclados com as influências culturais trazidas pelos de fora.

Com a vinda dos africanos para o país, uma variedade de técnicas de preparo e ingredientes chegaram à Terra de Santa Cruz, como o quiabo, a pimenta, o dendê (azeite de dendê) e o leite de coco. Esses alimentos tiveram uma influência marcante, especialmente nas regiões nordeste e norte do Brasil.

Ao mesmo tempo, os colonizadores trouxeram consigo seus próprios alimentos também. O arroz, o feijão, o trigo, o porco, o bacalhau e diversos tipos de pratos doces foram trazidos pelos portugueses. Essa fusão resultou em uma culinária que ele via como um reflexo da própria sociedade brasileira: diversificada, mestiça e rica em nuances.

A região norte do Brasil, coberta pela Floresta Amazônica, apresenta uma culinária fortemente influenciada pelos povos indígenas que habitaram (e continuam habitando) a área.

No Nordeste, a culinária reflete a herança indígena e africana, com forte uso de ingredientes como mandioca, milho, feijão e frutos do mar. O "acarajé", bolinho de feijão-fradinho frito em azeite de dendê e recheado com vatapá (um creme feito de pão, camarão, leite de coco e temperos), exemplifica a influência africana. A "carne de sol", a "moqueca" e o "bobó de camarão" são outros pratos que representam bem a gastronomia da região.

A culinária do Sul do Brasil foi fortemente influenciada pelos imigrantes europeus, especialmente alemães, italianos e poloneses, além das tradições indígenas e tropeiras. O churrasco gaúcho, com carnes assadas em espeto, é uma das contribuições mais famosas, refletindo a tradição dos bugres, povos originários dos pampas.

Os colonos alemães e italianos introduziram pratos como o chucrute (conserva de repolho fermentado) e a polenta (sopa à base de farinha de milho), enquanto a imigração polonesa contribuiu com pratos como o "pierogi" (prato típico da Polônia que consiste em bolinhos de massa recheados e cozidos em forma de meia-lua, semelhantes a pasteis).

A culinária do Centro-Oeste foi moldada pela diversidade de sua geografia, incluindo o Pantanal e o Cerrado. A influência indígena é evidente no uso de mandioca e peixes de rio, enquanto a colonização contribuiu com técnicas de criação de gado e o consumo de carnes.

A culinária do Sudeste é a mais diversificada, refletindo a influência de imigrantes europeus, principalmente portugueses, italianos e espanhóis, além de africanos e indígenas.

“No primeiro momento, temos um Brasil pré-cabralino, o país antes da chegada de Cabral. Depois um Brasil Colonial e posteriormente o Império, quando Dom João VI se estabelece nessa terra e abre os portos para que os grupos estrangeiros se estabeleçam aqui. Assim, uma brasilidade vai se lapidando em volta de outros grupos e forjando sua própria identidade numa polissemia da diversidade” (Vagner Marques, Doutor em História Social pela PUC-SP).

2.4 Minas Gerais, A Terra do Ouro

No estado de Minas Gerais, pertencente à região Sudeste, o estilo de culinária que conhecemos atualmente se consolidou na época do ciclo do ouro, no período colonial do Brasil, cuja extração e importação desse metal era a principal atividade econômica do país.

Os viajantes estrangeiros que percorreram o Brasil em meados de 1809, deixaram relatos valiosos, tanto na forma escrita quanto na arte da pintura, que retratavam os costumes dos habitantes dessa terra, deixando registros significativos da região das minas gerais e enaltecendo as singularidades do povo mineiro, atribuindo-lhes um certo perfil harmônico em termos de cultura e costumes.

A notícia das minas enriquecedoras propagou-se rapidamente por todos os cantos do país, enchendo os olhos de todos aqueles que tinham o desejo de enriquecer. No auge desse ciclo, no século 18, milhares de pessoas se deslocaram para esses estados, principalmente para Minas Gerais, com o intuito de encontrar fontes de enriquecimento.

Bandeirantes de São Paulo, tropeiros do Rio Grande do Sul, trabalhadores braçais do Norte e do Nordeste, representantes da coroa no Rio de Janeiro e a população pobre em geral, todos foram atraídos pelas minas de ouro. Esses grandes deslocamentos internos fizeram com que carregassem seus hábitos, costumes e

necessidades alimentares de um canto a outro, possibilitando uma miscigenação de ingredientes e técnicas de gastronomia.

Apesar da variedade de conhecimentos gastronômicos, a falta de alimentos na região prolongou-se por um período, somado aos altos impostos e taxas frente às extrações das minas, a população se via em meio a uma crise financeira e alimentar. Com isso, os governantes apoiaram a ideia de que os lavradores continuassem com suas plantações de mandioca, feijão e milho, a fim de abastecer os habitantes. Leite, carnes de porco e boi, plantas e temperos também foram trazidos pelos migrantes e passaram a fazer parte das práticas alimentares dos povos.

As receitas culinárias trazidas por toda essa gente sofreram adaptações de acordo com as limitações e os ingredientes disponíveis, que passaram a constituir a base da culinária mineira. A versatilidade e criatividade de ingredientes possibilitou a diversidade da criação dos pratos mineiros, que são referência nos dias de hoje. Além disso, a localização do estado de Minas Gerais fez-se estratégica no quesito variedade, visando sua proximidade dos estados de Goiás, São Paulo, Bahia, Rio de Janeiro e Espírito Santo, possibilitando, posteriormente, uma versatilidade de formas e de ingredientes para o preparo dos alimentos.

Após o século XIX, o entrosamento enriqueceu ainda mais os sabores e técnicas culinárias adotadas pelos mineiros.

2.5 Cheiro De Infância

A culinária mineira, fruto de herança indígena, africana e de várias outras, é conhecida por sua rica diversidade de componentes. Ela alimenta a alma e fortalece os laços comunitários. Cada prato tradicional carrega consigo uma narrativa cultural, uma história de como e por quê foi criado, e muitas vezes está associado a celebrações, festividades e rituais.

A identificação cultural com a culinária mineira é evidente não apenas nos pratos em si, mas também na maneira como são preparados e compartilhados. A comida em Minas Gerais é frequentemente associada a um estilo de vida mais

tranquilo e acolhedor, onde as refeições são momentos de convívio familiar e social. Os mineiros têm um orgulho especial por sua culinária e a utilizam como uma forma de se conectar com suas raízes e reforçar sua identidade.

“Eu lembro que as minhas avós faziam muita quitanda. Lembro que minhas avós tinham umas latas enormes, parecendo latas de tinta. Então ali a gente fazia pamonha, fazia curau... não era uma comida gourmet, era arroz, feijão, quiabo, o frango com polenta. O frango com quiabo é a relação mais forte que eu tenho com a minha família. Era comida de domingo! Todo domingo a gente se reunia. Essa relação que eu tenho até hoje com a comida mineira, quando eu sinto um cheiro de comida, isso me remete a minha família. A culinária é o que une, em qualquer país. No caso da comida mineira, todo mundo que pensa em Minas pensa na comida. Eu e meus irmãos fomos criados em uma família que sempre se reunia ao redor da mesa. A mesa é o local de estreitar ainda mais as relações. É uma mesa de fartura mesmo nos momentos de necessidade”, afirma Rozana Maris S. Faro, graduada em História e Geografia, mineira de nascimento e apaixonada por viagem e culinária

A culinária mineira desempenha um papel importante na construção da imagem cultural da região. Pratos como o tutu de feijão, o pão de queijo e a famosa carne de porco são destacados em eventos gastronômicos e festivais culturais, tanto dentro quanto fora do Brasil. Esses pratos se tornaram embaixadores da culinária mineira, ajudando a promover a identidade cultural da região em âmbito nacional e internacional.

Essa gastronomia representa uma rica tapeçaria cultural composta de Brasil e de outros países, entrelaçada com diversas influências e resultante da mistura local e estrangeira.

Os registros dos séculos XVII e XVIII definiram uma imagem que associa a hospitalidade mineira ao hábito de servir alimentos. Sendo assim, a comida remete, àqueles que habitam e habitaram a terra, suas melhores lembranças de infância, momentos únicos com pessoas queridas e, ainda, a ideia de ter uma receita como símbolo de herança familiar. Cada prato conta uma história, cada refeição é uma festa e cada garfada é uma jornada pelo tempo.

Na região do Triângulo Mineiro, a necessidade de produção agrícola diversificada e pratos substanciais foram essenciais para a configuração dos pratos

regionais, como o "frango com pequi", o "arroz com guariroba" e o "tutu de feijão". Além disso, assim como o sotaque, os hábitos alimentares tendem a mudar, mesmo que genuinamente, de um local para outro.

As origens de certos padrões comportamentais relacionados à cozinha e de construções simbólicas associadas a ela, podem estar ligadas à dificuldade de obter produtos vindos do exterior — disponíveis nas capitais e regiões litorâneas — resultando no desenvolvimento de uma dieta única, baseada em uma produção doméstica e no valor dado aos recursos locais. As famílias passam, de geração em geração, seus segredos culinários, cultivando com carinho os ingredientes que compõem os pratos herança.

2.6 Amor em Pedacos

A palavra hospitalidade vem do latim "hospitium", que significa o ato de receber e hospedar o estrangeiro. Segundo o dicionário DICIO (Dicionário Online de Português):

- Ação ou efeito de hospedar, de receber ou acolher alguém como hóspede; hospedagem.

Segundo arquivos do Professor Luiz Octávio de Lima Camargo - Universidade Anhembi Morumbi e Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo - estudioso da área do lazer -, a hospitalidade é um modo privilegiado de encontro interpessoal marcado pela atitude de acolhimento em relação ao outro. Também pode ser compreendida como um ritual de passagem com marcações precisas e leis claras, embora não formalmente escritas, cujo propósito é converter o desconhecido em hóspede. De forma mais simples, busca restituir o calor humano que muitas vezes se perde nas relações do dia a dia.

O dever triplo de dar, receber e retribuir é a base da dádiva, que encontra suas origens na obra de Marcel Mauss, "Sociologia e Antropologia", cuja primeira edição data de 1950.

A hospitalidade é a qualidade de ser acolhedor e receptivo com as pessoas, geralmente associada à prática de receber e tratar bem os convidados, visitantes ou estranhos. Envolve gestos de cordialidade, empatia, gentileza e cuidado com os outros, garantindo que eles se sintam confortáveis e bem-vindos.

A hospitalidade mineira é caracterizada por um espírito acolhedor e caloroso típico dos mineiros. Os habitantes deste estado são conhecidos por sua simpatia, simplicidade e disposição em receber e acolher pessoas em suas casas ou em qualquer lugar que estejam.

Ao chegar numa casa típica mineira, somos recebidos com um café e pratos tradicionais: pães, bolos, pães de queijo, requeijão de corte, queijo, bolachinhas e muito mais. Essa ação faz parte da recepção, realizada com esmero, pelos anfitriões para com os visitantes.

Ao passo que existe a tradição de acolher bem as pessoas, valorizando as relações humanas e o bem-estar, a cozinha mineira tornou-se símbolo de hospitalidade. Caracterizada por sua simplicidade, sabor marcante e uso generoso de ingredientes típicos da região, as refeições costumam ser fartas e feitas com cuidado e dedicação, demonstrando carinho e atenção aos convidados.

Oferecer comidas tradicionais e receitas caseiras faz parte do costume de receber os visitantes e fazê-los se sentir em casa. Feijão tropeiro, pão de queijo, frango com quiabo, tutu de feijão, arroz com pequi, costelinha com *ora-pro-nóbis* e muitos outros pratos são referência no que diz respeito à culinária mineira raiz.

2.7 A Gastronomia Mineira Cosmopolita

A culinária cosmopolita do estado de Minas Gerais reflete uma fusão entre as tradições culinárias locais do estado mesclada a influências globais. Enquanto preserva os sabores autênticos e as técnicas tradicionais de sua cozinha, incorpora elementos e ingredientes de diversas partes do mundo, resultando em pratos inovadores e diversificados.

Com a urbanização na formação do estado, houve uma maior interação entre culturas e diversificação nos hábitos alimentares. Nas cidades, a gastronomia mineira não apenas encontrou espaço para se manter presente, mas também se reinventou. Restaurantes, bares e cafeterias foram palcos para a experimentação e a fusão de ingredientes e técnicas.

O crescimento econômico proporcionou acesso a uma variedade maior de ingredientes e produtos, além de estimular o surgimento de empreendimentos gastronômicos de alta qualidade. Isso permitiu que chefs e cozinheiros explorassem novas abordagens culinárias, mantendo, ao mesmo tempo, a essência e os sabores característicos da culinária mineira.

Um aspecto chave dessa evolução é a abertura para novas técnicas culinárias e ingredientes exóticos, proporcionando uma experiência gastronômica mais ampla e sofisticada. Além disso, a globalização e a interconectividade cultural têm contribuído para a disseminação de influências culinárias estrangeiras em Minas Gerais, levando a uma maior diversificação e experimentação à culinária local. Ingredientes como especiarias internacionais e frutas exóticas são incorporadas de maneira harmoniosa aos pratos tradicionais, criando uma fusão única de sabores e culturas.

Essa gastronomia também se destaca pela sua capacidade de se adaptar às tendências globais. As demandas da sociedade frente a pratos que alimentam um gosto universal tornam as metrópoles de Minas Gerais confortáveis para os estrangeiros. Redes de *Fast Foods* são cada vez mais comuns e, hoje, fazem parte da cultura, hábito e zona de reconhecimento dos consumidores de fora. Sobre essa questão, Vagner Marques, professor de História Social Vagner Marques afirma:

“O modo como interpretamos a globalização vai ser problematizado na interface da sociedade industrial ocidental burguesa em consequência da revolução industrial. [...] Percebemos a forma como determinados alimentos são conservados e preparados; a relação entre alimentação e religião, tradições próprias, e outros hábitos que permeiam essa ação [...]. Hoje, as pessoas passam a ter uma correlação de entretenimento e alimentação que altera a forma como elas comem e substituem hábitos [...]. O processo de globalização tem por intuito homogeneizar aquilo que é polissêmico; equiparar as subjetividades. Isso tem a ver com o modelo de sociedade em que vivemos, visto que o capitalismo tem como objetivo conglomerar os diferentes setores da sociedade. Do

ponto de vista da gastronomia, a comida se aproxima das diferentes formas de comer é configurada pelo sistema e globalização”.

2.8 Gastronomia Mineira Provinciana

Embora reflita uma evolução significativa e uma abertura para influências externas, as províncias de Minas Gerais continuam celebrando sua riqueza de sabores, ingredientes locais e modos de preparo tradicionais. Em termos de pratos típicos, a cozinha mineira destaca clássicos que permanecem como pilares da culinária local e são amplamente apreciados tanto por moradores quanto por visitantes.

Pequenos municípios têm suas próprias receitas e tradições que os distinguem de outras áreas. Algumas receitas são transmitidas de geração em geração e podem ter ingredientes específicos ou variações de técnica exclusivas daquela localidade.

2.9 Fartura

Toda a cultura de Minas Gerais é interligada por relações à base da gastronomia. Eventos comemorativos tendem a ser sinônimo de comida boa: aniversários, batizados e festas comemorativas são celebradas com amor e barriga cheia. A Folia de Reis, por exemplo, é uma festa tradicional, cujo intuito é celebrar a viagem e a visita dos Reis Magos ao Menino Jesus.

A festa é uma tradição cultural e religiosa popular no Brasil, especialmente nas regiões sudeste e centro-oeste. É uma celebração que mistura elementos do catolicismo com práticas folclóricas, e acontece entre o Natal e o Dia de Reis (6 de janeiro). A celebração é conduzida por grupos de foliões, que são músicos, cantores e dançarinos vestidos com trajes coloridos. Eles visitam casas levando cantos e danças que narram a viagem dos Reis Magos.

Em Minas, a celebração é relacionada à boa comida para os visitantes que cantam de casa em casa. Arroz de suã, galinhada, feijão-tropeiro, tutu de feijão, carne

de panela, farofa, couve refogada, pão de queijo, torresmo, doce de leite, ambrosia, queijadinha, café, cachaça, bolo de fubá e canjiquinha são alguns dos pratos típicos mais populares oferecidos para os viajantes.

3. PRATO PRINCIPAL: MEMÓRIAS AFETIVAS DE PRATOS MINEIROS - CIDADES INTERIORANAS, ONDE A TRADIÇÃO VIVE E RESPIRA

Minas Novas, MG

Minas Novas é um município localizado no Vale do Jequitinhonha, uma região de Minas Gerais, marcada por um mix de heranças culturais. Possui um centro histórico com casarões e igrejas coloniais que refletem a arquitetura e o patrimônio cultural do município.

Além do patrimônio histórico, o município é conhecido por suas festas populares, como a Festa do Rosário, que ocorre anualmente em homenagem à Nossa Senhora do Rosário.

Como outras regiões mineiras, esse território é destaque na rica tradição gastronômica mineira. Os pratos típicos da região incluem versões locais de pratos mineiros tradicionais. Os doces são uma parte importante da culinária de Minas Novas, com destaque para o doce de leite, os doces de frutas locais e outros doces caseiros feitos com receitas tradicionais.

No geral, a cultura gastronômica de Minas Novas é fortemente influenciada pelas tradições rurais da região, com práticas culinárias que valorizam o uso de produtos da terra e métodos de preparação que remetem à vida no campo.

Capelinha, MG

Capelinha, situada na mesma região, é marcada pela simplicidade e pelo uso de ingredientes frescos e naturais, muitos dos quais são produzidos na própria cidade.

Um dos pratos mais emblemáticos de Capelinha é o feijão tropeiro, preparado com feijão, farinha de mandioca, linguiça, torresmo, ovos e temperos variados. Esse

prato é uma herança dos tropeiros que cruzavam a região em tempos passados, levando mercadorias e influências culturais.

Outro destaque é o pão de queijo, um ícone da culinária mineira. Em Capelinha, o pão de queijo é feito com queijo fresco da região, que confere um sabor único e especial. A cidade também é famosa por seus doces, como a goiabada e o pé de moleque, que são preparados artesanalmente e muitas vezes vendidos em feiras e mercados locais.

As cachaças da região são conhecidas por sua qualidade e sabor, resultantes do cuidado na produção e do uso de técnicas tradicionais.

As festas e eventos da cidade, como a Festa do Capelinhense Ausente, são ocasiões em que a culinária local é celebrada e compartilhada. Durante essas festividades, os moradores e visitantes têm a oportunidade de degustar uma ampla variedade de pratos típicos, fortalecendo os laços comunitários e preservando a identidade cultural da região.

A culinária de Capelinha é um reflexo da riqueza cultural e da história de seu povo, mantendo viva a tradição através de sabores autênticos.

Ribeirão da Folha, MG

Neste livro reportagem, focaremos na região de Ribeirão da Folha, um distrito localizado no município de Minas Novas, no norte de Minas Gerais. A região onde hoje se encontra esse distrito foi inicialmente explorada por bandeirantes em busca de ouro e pedras preciosas, a partir do século XVII. Essa exploração levou à formação de pequenos povoados ao longo dos rios e córregos da região. Ribeirão da Folha emergiu como um desses povoados.

O nome "Ribeirão da Folha" provavelmente deriva da presença de um riacho (ribeirão) próximo ao povoado, cujas margens poderiam estar cobertas de vegetação densa, como folhagens, dando origem ao termo "Folha".

A área onde hoje se encontra Ribeirão da Folha foi inicialmente habitada por indígenas da etnia botocudo. Com a chegada dos colonizadores portugueses, a região passou por um processo de ocupação e exploração.

Minas Novas, município ao qual Ribeirão da Folha pertence, teve sua origem ligada à exploração aurífera, no entanto, com o esgotamento das jazidas de ouro, a economia local passou por transformações. A agricultura e a pecuária tornaram-se atividades importantes na região, contribuindo para a fixação da população.

Ao longo dos anos, o distrito de Ribeirão da Folha, assim como muitas outras localidades no interior do Brasil, teve sua história marcada pela colonização e pela formação de comunidades rurais, passando por diversos momentos de crescimento e estagnação, influenciados por fatores como economia, política e migração.

Atualmente, o município mantém sua identidade rural, com uma população que se dedica principalmente à agricultura familiar e à criação de gado. A comunidade preserva suas tradições e cultura, sendo parte integrante da história e do patrimônio de Minas Novas e de Minas Gerais como um todo.

Assim como em outras partes de Minas Gerais, as festas e celebrações são importantes em Ribeirão da Folha. Festivais religiosos, como a Festa de São Sebastião, e eventos culturais, como festas juninas e festas de carnaval, fazem parte do calendário local, promovendo a interação comunitária, culinária e tradicional.

4. MEMÓRIAS SABOROSAS

A culinária mineira transcende a simples experiência gastronômica e se transforma em um fio condutor de memórias afetivas capaz de tecer a identidade e a história de muitos.

Sabores, aromas e texturas não apenas alimentam o corpo, mas nutrem a alma, evocando lembranças de infância. Cada pessoa que transborda conhecimento sobre culinária teve um ponto de partida; alguém que pudesse repassar afeto através de alimentos para que ela pudesse se tornar fonte de boas memórias posteriormente.

Aqueles que cozinham para diversas pessoas tiveram alguém como referência. Alguém que pudesse ensinar, repassar tradições e evidenciar, mesmo que de forma oculta, o afeto passado de geração em geração.

Ao explorar a culinária mineira, não estamos apenas descobrindo receitas, mas reavivando histórias e sentimentos que conferem um sentido de pertencimento e continuidade às nossas vidas.

O criador de boas memórias também tem sua boa memória.



Carne Pronta

Nascida e criada no município de Ribeirão da Folha, norte de Minas Gerais, Maria Antônia entendeu, desde pequena, que precisaria sair de onde estava para trabalhar. A mãe, conhecida por todos como Dorinha, criava os 9 filhos para o mundo, onde todos teriam que sair daquela gruta para conquistar algum bem.

Maria, a caçula entre as meninas da família, saiu aos 12 anos para trabalhar na capital, Belo Horizonte. Voltava a cada 6 meses para visitar os pais e rever os irmãos. “Minha mãe era uma dona de casa simples, sabe? Não costumava preparar comidas elaboradas, como tortas, sobremesas, etc. Ela cozinhava o trivial, aquilo que comeríamos no dia a dia. Comida de mãe é aquela coisa, né? Por mais simples que parecesse, todo mundo amava”.

Maria conta que a mãe cozinhava, pois tinha que alimentar nove crianças. “A gente não tinha muitas condições, mas ela sempre preparava tudo com muito bom grado”, relata a filha. “Preparava muita comida, porque cozinhar para os mineiros é sinônimo de agradar as pessoas. Em Minas Gerais, principalmente na roça, os donos das casas recebem as visitas e camaradas [nome popular para companheiros de trabalho braçal] com comida”.

Deixar a família para trabalhar na cidade parecia ser extremamente difícil, por isso Dorinha tentava amaciar a situação providenciando os pratos mais gostosos para quando os filhos voltassem.

“Nós trabalhávamos fora, voltávamos a cada 6 meses mais ou menos. A “renca” dos filhos crescidos chegava e mãe recebia a gente com uma janta super gostosa. [...] Na época de fartura (colheita), era melhor ainda. Ela fazia pão, balaio e balaio de biscoito, pamonhas, e muito mais. [...] Não esqueço da carne pronta que ela fazia, que, pra mim, é uma das melhores lembranças que tenho até hoje. É uma carne que, ali na região, não tem nome. É só uma parte do animal”.

A carne de lata, ou carne pronta (como é conhecida nessa área) é história, economia, técnica e tradição. Apesar de o hábito de consumo da carne de porco ter sido trazida pelos europeus, a técnica de conservação na gordura possui raízes indígenas. O navegador Martim Afonso de Souza trouxe os primeiros porcos para o litoral paulista em 1932 e, em pouco tempo, o animal tornou-se hábito de consumo em São Paulo, Bahia e Minas Gerais. Este é um jeito antigo de cozinhar, que surgiu por volta do século XX, antes da popularização dos refrigeradores no Brasil.

Durante o período de mineração, a carne de porco tornou-se elemento chave na alimentação de mineradores, escravizados e trabalhadores, sendo considerada a principal fonte de proteína da população de Minas Gerais. A proteína era acessível e com qualidade superior à carne de vaca. O preparo configurava-se no processo de cozimento em sua própria gordura e depois armazenamento submerso na mesma banha.

Maria conta que o animal era engordado lá mesmo. Numa tradição em que a comida é o bem mais valioso a ser oferecido, os mineiros tendem a deixar os melhores alimentos para quando há visitas. No caso, os pais de Maria engordavam os animais para receber os filhos da melhor forma possível.

“Essa carne é cortada em pedaços maiores e cozida no fogão a lenha por mais de 3 horas, só na água e sal. Ela vai soltando água, mas só fica boa quando sobra só carne e gordura. Quando pronta, é enlatada de forma bem fechada, podendo durar de 6 meses a 1 ano fora da geladeira. Não estraga”.

À medida que é necessário, a carne é retirada em porções solidificadas e utilizada em diversos pratos. “Quando minha mãe decidia fazer essa carne, juntava todos os filhos para picá-la numa travessa bem grandona. Ela sabia que a gente gostava e sempre dizia que depois de ficar na gordura, tinha que esquentar bastante para que os pedaços ficassem bem quentinhos por dentro. O dia de matar o porco e preparar as carnes era um evento que envolvia a família inteira”.

Maria conta que a mãe sempre ensinou a guardar as carnes assim, já que a família não possuía geladeira. Hoje, mesmo possuindo o eletrodoméstico, é costume da família continuar armazenando as carnes na gordura ou até mesmo no sal.

“Mãe tinha um carinho muito grande pra fazer as coisas pra receber os filhos: brevidade, frango caipira, doce de leite, variedade de doces de compota, etc. Pensa numa delícia. Mesmo que tudo fosse muito simples, a comida era muito gostosa.”

Se emociona: “Lembro de uma farofa de banana que ela fazia. Ia só banana picadinha, manteiga caseira, farinha de milho e açúcar. Pra finalizar ela salpicava o açúcar por cima”.

Questionada sobre o porquê de não fazer a farofa, agora na fase adulta, Maria responde:

“Quando mãe tava com câncer, ela preparou a farofa, só que dessa vez ela não conseguiu comer. Foi aí que eu entendi que aqueles eram tempos que não voltavam mais”.



Nove crianças e o frango caipira

“Ô moça, senta e toma um cafezinho. Eu nem preparei quitanda porque não tive tempo ontem, mas senta e toma o café”.

Na casa da tia Dazinha, de 77 anos, somos recebidos assim. A senhora acolhe as visitas com um “*Deus te abençoe, ta boa?*”, e já puxa a cadeira que a visita se sente enquanto ela prepara o de comer.

A casa na zona rural é rodeada por plantações que alimentam a família. Na entrada, a horta com alface, cebolinha, mamão e limão. A criação de galinhas fica nos fundos da casa, junto com a área dos porcos; e adentrando a residência, o primeiro cômodo é o alimentar. Enorme, a cozinha foi pensada para comportar a família grande, hoje composta por 9 filhos e cerca de 18 netos.

“Eles fala que comida do fogão de lenha é boa, melhor do que esses trem de São Paulo”, afirma Dazinha colocando as lenhas no fogão para preparar o almoço. É 8:43 da manhã.

Dazinha é a irmã do meio de três. “Eu desde pequena [sei cozinhar]. Morava com a mãe de comadre Santa, né? Ela casou e o marido dela mexia com umas roças na grota. No dia que ela tava esperando visita, me falou para cozinhar. Ô moça, eu saí com balainho na cabeça, uma sainha de godê pretinha, uma blusinha vermelha e fui preparar a comida!”.

No meio da conversa, já com uma água no fogo, Dazinha pega uma cumbuca para preparar algum salgado que não precisa de receita. Polvilho, manteiga, sal, ovos colocados “*no olho*”, sem medida. Depois da massa homogênea e alguns formatos esféricos, os pães de queijo, sem queijo, vão para o forno.

Numa cozinha enorme, Dazinha só conversa indo de um lado pro outro para que a comida saia o mais depressa possível para a visita. Descascando o chuchu, ela afirma: “*Os meninos vem no final do ano, aí a casa fica cheia!*”

As festas de fim de ano são o momento em que todos conseguem se reunir novamente para matar a saudade (das pessoas e da comida). Os filhos, primos, pais, tios e avós se reencontram e a celebração é certa.

“Quando vem os meninos [os filhos de Dazinha], eles gostam que cozinha frango caipira. Aqui, a gente mata uns dois frangos na hora e prepara com um caldinho. Aí tem que ter arroz, tutu de feijão, alguma salada e o frango”.

O frango caipira é conhecido por ser criado de forma livre, sem o uso de rações industriais, o que confere à carne um sabor mais autêntico e uma textura mais firme. A criação de galinhas caipiras em quintais e pequenas propriedades rurais é uma prática antiga, remontando aos tempos coloniais.

A preparação do frango caipira varia de uma região para outra dentro de Minas Gerais, mas geralmente envolve o uso de ingredientes frescos e naturais. O prato é tradicionalmente preparado com frango cortado em pedaços e refogado com alho, cebola, pimentão e tomate, além de temperos como salsinha, cebolinha, urucum (colorau) e, ocasionalmente, pimenta. Muitas vezes, o prato é cozido lentamente, permitindo que os sabores se intensifiquem.

A carne geralmente é servida com acompanhamentos que complementam sua riqueza de sabores. Entre os mais comuns estão o arroz branco, feijão tropeiro, angu (polenta de milho), couve refogada e quiabo.

Mais do que uma refeição, o frango caipira representa uma conexão com as raízes e tradições mineiras. O preparo do prato muitas vezes envolve a família e é associado a celebrações.

Dazinha afirma que a comida mineira é boa quando é simples, pois o que importa é a bondade com a qual ela é servida. Não precisa de frescuras ou ingredientes refinados para que a refeição seja gostosa.

“Teve uma vez que eu fui numa ex cunhada minha [...] e quando eu cheguei lá, eles estava até almoçando. Tinha feijão, canjiquinha, pernil de porco, salada de alface, salada de tomate e só. Pois foi só eu chegar que eles foi largando o prato e mandou o rapazinho pegar um frango. Fez feijão, arroz, frango, macarrão, salada de alface, tomate e dizendo que a comida não tava boa. Eu não voltei mais. Nós era vizinha uma

da outra, podia ter me dado o que eles já estavam comendo. Eles não tinha que caçar preço comigo não”.

Caçar preço. Uma expressão que não possui definição nem na internet, mas que é utilizada pela maioria dos mineiros. Nesse caso, Dazinha afirma que não precisava de uma comida elaborada para recebê-la; não precisava de frescura. Quem oferece com humildade, oferece o melhor do coração, e era só isso que ela queria.



A Sopa e o bebê

Esse prato provavelmente não é uma tradição em todo o estado de Minas Gerais, mas é um costume na região de Ribeirão da Folha. O chá de bebê é conhecido em vários cantos, mas a sopa para visitar o recém-nascido é uma celebração particular.

Elidiane engravidou da segunda filha, Helena, em meados de 2021. Na época, no meio da pandemia da COVID-19, ela se virava numa casa distante de tudo, localizada na zona rural. Em junho de 2022, já completando a gestação, foi à cidade ter a menina.

“Eu fui pra Minas Novas na segunda-feira, pra ficar na casa da minha prima e mais próxima do hospital. Tive a Helena na quarta e, já no sábado, voltei pra casa pra fazer a sopa”, afirma a mãe.

Mas o que é essa sopa, afinal? Os moradores da região afirmam que antigamente, as mulheres da roça, que tinham acabado de realizar o parto, não comiam outras comidas a não ser a sopa de galinha gorda. Não existe uma explicação exata, mas entende-se como uma tradição entre as puérperas, visto que, na época, não tinham acesso ao hospital devido à distância.

Hoje, após o nascimento do bebê, todos os familiares se reúnem para conhecer o recém-nascido.

“Matam várias galinhas caipira e cozinham com muito caldo. Em um recipiente, colocam a farinha de milho e misturam com o caldo quente da galinha, para que a farinha vire um pirão e seja servido com a carne para todos da “festa”, complementa Elidiane.

A sopa é consumida com uma pinga queimada com folhas de arruda. Basicamente, a cachaça é colocada num recipiente com as folhas da planta e depois

ateado fogo no líquido. A bebida queima por causa do álcool, o fogo se apaga e a pinga é servida quente para os convidados.

A celebração é realizada como se fosse um chá de bebê, mas após o nascimento. Todos se reúnem para conhecer a criança, dar felicitações para a mãe e se mostrar disponíveis para ajudar nos cuidados com o recém-nascido. A sopa de galinha gorda surge como uma forma de marcar esse momento especial, unindo familiares, amigos e vizinhos em torno de uma refeição comunitária.

A tradição provavelmente tem raízes nas práticas culturais dos colonos portugueses e africanos, que trouxeram consigo o costume de celebrações comunitárias e a importância da partilha de alimentos.

A preparação da sopa de galinha gorda começa com a escolha de uma galinha bem alimentada, freqüentemente criada pela própria família ou por vizinhos. A galinha é escolhida por sua carne suculenta e saborosa, que confere um gosto especial à sopa.

Outros ingredientes típicos que complementam o preparo incluem legumes frescos, como cenoura, batata, mandioca, e temperos, como alho, cebola e cheiro-verde. Todos esses ingredientes são freqüentemente colhidos das hortas locais, refletindo a auto-suficiência da comunidade.

A preparação da sopa é uma atividade coletiva, onde cada membro da comunidade tem um papel. Enquanto alguns cuidam do abate e da limpeza da galinha, outros se encarregam de descascar e cortar os legumes.

Durante o preparo, há muita conversa, risadas e trocas de histórias, fortalecendo os laços familiares. Esse momento de confraternização é tão importante quanto a refeição em si. Uma vez pronta, a sopa de galinha gorda é servida a todos os presentes.

Segundo Elidiane, durante a celebração, o bebê recebe bênçãos dos convidados. Essa interação reforça a integração do novo membro na comunidade e simboliza a continuidade da vida e das tradições familiares.

Além de celebrar a chegada de um novo membro na família, a tradição também é um lembrete da importância da comunidade, da solidariedade e da preservação das tradições culturais em um mundo em constante mudança.



Quitanda

Com quase 60 anos, Maria da Penha é referência quando o assunto é doce, bolo e biscoito, as chamadas quitandas mineiras. “*Essa tem a mão boa*” é a frase que escutamos ao perguntar sobre ela aos moradores da região.

No bairro de Mangabeira, Maria, a mais velha de 9 filhos, mora com o marido e o neto.

“Nem sempre minha mãe podia estar em casa pra cozinhar. [...]. A gente mexia com roça longe e ela saía de manhã pra cozinhar para os camadas e era distante de casa. Nós [filhos] ficávamos em casa só, então eu tentava fazer a comida pra aprender já que eu era a mais velha. Algumas vezes saía boa, outras vezes não. Nem sempre mãe tava presente para ensinar, mas a gente via como era e ia fazendo”.

Maria conta que naquele tempo era tudo muito simples. A família plantava os alimentos no sítio.

“A gente não comprava açúcar, não comprava feijão, não comprava canjiquinha. Era tudo feito lá na roça. Pra cozinhar o arroz, nós tínhamos que descascar no pilão, limpar e depois cozinhar pra comer”, afirma.

“Meu sonho era saber fazer o pé de moleque da minha mãe. Mãe saiu pra roça, eu era bem pequena ainda e fui inventar de fazer o pé de moleque. Na hora de colocar o doce pra secar na farinha, eu acabei queimando a mão de Toni Zé [irmão de Maria]. Era meu sonho fazer pé de moleque pra mãe ver que eu sabia fazer, mas queimei a mão dele e ela ficou brava”.

O nome “pé de moleque” tem algumas possíveis explicações. Uma delas é que o termo deriva da aparência irregular do doce, que se assemelha às pedras das ruas pavimentadas, chamadas “pé de moleque” no Brasil. Outra explicação é que o doce era oferecido a crianças que andavam descalças pelas ruas, muitas vezes chamadas de “moleques”.

Durante o período colonial, o país se tornou um dos maiores produtores de açúcar do mundo. A abundância de açúcar possibilitou a criação de diversos doces, incluindo o pé de moleque. A receita tradicionalmente envolve a mistura de amendoim torrado e açúcar caramelizado, que depois é deixada endurecer.

Vale destacar que apesar do período, os povos indígenas já utilizavam o amendoim em sua alimentação antes da chegada dos colonizadores europeus. Além disso, com a chegada dos africanos ao Brasil como escravizados, novas técnicas culinárias e o uso do açúcar se tornaram comuns. Os africanos trouxeram consigo o conhecimento de preparo de doces que incluía amendoim e açúcar.

Hoje em dia, existem várias versões do pé de moleque, algumas com adição de leite condensado, chocolate ou outras variações que enriquecem o sabor do doce. Entretanto, a versão tradicional com amendoim e açúcar continua sendo a mais popular, especialmente em Minas Gerais, onde o doce é símbolo de festas juninas e outras celebrações culturais.

“Mãe colocava no tacho o leite e a rapadura e esperava secar, engrossar aquele melaço. A gente esperava dar o ponto e sabia disso quando pegava um copo d'água e colocava um pouquinho dentro do copo pra ver se ele endurecia. Depois, torrava o amendoim, socava no pilão e virava o amendoim junto do melaço fora do fogo. Era só misturar, colocar na mesa, deixar esfriar e cortar em quadradinho”.

Maria tem 4 filhas: Dayane, Rayane, Rosiane e Cristiane. As meninas, agora adultas, adoram o pé de moleque e diversas outras quitandas que a mãe faz. É como se Maria quisesse repassar o sentimento que tinha quando cozinhava com seus irmãos ou assistia a chef da casa em frente as panelas.

“Naquela época a gente fazia quitanda: biscoito, bolo de fubá, e juntava todos os filhos pra fazer, porque no forno de lenha cada um tinha uma função. Tinha que fazer muito, porque a família era grande”.

E continua: “As minhas meninas amam minha pamonha. Elas adoram de verdade. Tem coisas que uma gosta e a outra não gosta, mas pamonha é uma comida que todas elas gostam juntas. É aquelas pamonhas que a gente coloca na forma e fica parecendo um bolo de milho. É só pegar a espiga de milho verde, descascar da

palha, cortar o milho e bater no liquidificador. Antigamente tinha que ralar, mas hoje eu já faço no liquidificador. Depois misturo o ovo, manteiga, leite, tempero direitinho e asso. Fica mesmo bom!"

As quatro filhas de Maria moram em Belo Horizonte e levam as quitandas para a capital depois da estadia na casa da mãe. O carinho percorre quilômetros, mas continua existindo desde o segundo que saiu de casa.



Caldo

“Eu comecei a cozinhar com minha mãe. Em casa tinha uma fôrnalha grande e eu pegava a gamela pra subir e conseguir mexer na fôrnalha. Eu até tenho uma queimadura na minha barriga porque queimei um dia com uma chaleira de água quente. A chaleira tava quente, eu tirei ela do fogo, coloquei na beira da fôrnalha e quando eu fui mexer na panela, ela encostou na minha barriga”.

Maria de Tony Russo, como é conhecida, era pequena quando aprendeu a cozinhar. Sendo a mais velha dos irmãos, foi aprendendo a lidar com a responsabilidade.

Aos 20 anos, foi para o Rio de Janeiro trabalhar como cozinheira em casa de família. “A gente vai aprendendo né. Eu trabalhava em casa de família e lá tinha que cozinhar. Depois de quase 4 anos lá, me casei e vim pra Minas. Tive 2 crianças e fui pra São Paulo quando tinha 30 anos. Fiquei lá por 7 meses trabalhando em restaurante, depois voltei pra Minas e to aqui até hoje”.

De estado em estado, de região em região, Maria carregou seus aprendizados para mostrar às pessoas de fora o que era comida raiz e tradicional referência no interior de Minas Gerais. Tendo sua mãe como parâmetro, Maria guardou a lembrança mais marcante em sua memória.

“Minha mãe preparava muita coisa que eu gostava demais! Se eu te contar o que ela fez que não sai da minha memória até hoje, você não acredita. Feijão, arroz bem cozidinho e um molho de cebola com torresmo. Isso, até hoje não sai da minha cabeça! Faz o arroz e o feijão normalmente. Pega a cebolinha e coloca um pouquinho da gordura do torresmo. Frita a cebola com um pouquinho de pimentinha verde e fica o trem mais gostoso do mundo com caldinho!”

De um leque de receitas, fica difícil escolher a favorita. “Minha mãe também fazia uma canjiquinha que só Deus. Eu não sei fazer como ela fazia, mas esse “cumê”

que ela fez nesse dia, nunca mais saiu da minha cabeça. Até hoje eu faço, mas nunca sai do jeitinho que ela fez daquela vez”.

Tendo 62 anos, Maria trabalha em uma escola municipal perto de casa. “Hoje eu cozinho pros meus netos e pro "mucado" de filho que eu tenho na escola. Lá, na merenda, a gente faz sopa de macarrão, feijão tropeiro, caldo de mandioca, polenta jardineira, arroz com inhame. E todo mundo gosta! O prato preferido das crianças é arroz, feijão e salada”.

Com as vivências e experiências, alguns pratos não saem da memória. As lembranças de Maria Francisca continuam frescas na mente, porque cada cheiro, sabor e afeto compuseram o cenário das suas melhores memórias.

A culinária mineira, com seus sabores autênticos e receitas passadas de geração em geração, transcende a simples arte de cozinhar, tornando-se um fio condutor de memórias afetivas que tecem a história e a identidade de Minas Gerais. Cada prato carrega em si a essência de encontros familiares, celebrações e momentos de aconchego.

Maria afirma que “*comida é com nós memo*”, evidenciando que a cozinha mineira é mais do que uma herança cultural; é um repositório de afetos, onde o passado e o presente se entrelaçam em sabores que evocam sentimentos, perpetuando tradições e criando lembranças para o futuro.

5. SOBREMESA: CONTRIBUIÇÕES DA CULINÁRIA MINEIRA AO TECIDO CULTURAL BRASILEIRO

A culinária mineira é uma miscelânea de tradições, povos, culturas e identidades. A culinária é tão geral como o nome do próprio estado, desse modo, nenhuma definição deve ser absoluta.

Pratos, cheiros, memórias, afetos e sabores. Aromas e um tecido social próprio de uma brasilidade única. A mistura define os encontros e desencontros de Áfricas, Américas, Ásias e Europas, povos originários, portugueses, africanos constituíram os Brasis de nosso Brasil.

Como sobremesa, ofertamos essas Minas que são Gerais, esses povos que são múltiplos, os atravessamentos que forjam a culinária mineira em sua excelência, desde os pratos de Minas Novas, Capelinha e Ribeirão da Folha, este como foco do nosso prato principal.

Em cada região, há afetos. Em cada preparo, há memórias. Em cada receita, há tradições, e o conjunto aqui apresentado contribui para que as Minas sejam tão gerais e tão única.

A carne, o frango cozido, a sopa e a quitanda, os caldos, os temperos e as mãos de mulheres e homens que fazem das Minas Gerais um lugar extraordinário.

Desenvolver esse trabalho é encontro com a ancestralidade, com avós, tias, primos; familiares que corroboram para que a comida mineira seja tão exemplar e saborosa.

Apresento aos leitores meu lugar no mundo, como filha de mineiros, de Ribeirão da Folha, região norte de Minas Gerais, nutri uma infância de afetos com receitas, memórias e sabores. Minha mãe, em toda minha infância ensinou-me as misturas, os temperos e o tempo vagaroso do preparo.

Em uma rotina tão acelerada na capital paulista, a cozinha de casa tornou-se um ambiente próprio de memórias em um processo de desaceleração da correria do cotidiano para apreciar o preparo, os temperos e os movimentos das mãos nos insumos.

Apreciar o preparo é o mesmo que ver um artista em sua obra prima. Zeloso, atento, cuidadoso e amante de sua obra. Os ingredientes são minuciosamente escolhidos, tratados e colocados em panelas de barro que fervem em uma sincronia. O tempo é respeitado, o movimento das mãos é ensaiado, enquanto as memórias tomam conta do cozimento.

Preparar a mesa, escolher os pratos e os talheres, e servir em sorrisos de amor. É essa a contribuição deste trabalho. Sentar à mesa em sorrisos de amor.

Que após a leitura desse livro-reportagem, cada leitor possa se reconectar com suas raízes e reviver as doces memórias que fazem da alimentação o mais singelo criador de momentos especiais.

6. REFERÊNCIAS

- ABDALA, Mônica C. **Receita de mineiridade: a cozinha e a construção da imagem do mineiro**. Horizontes Antropológicos. Volume 5. Páginas 216-217. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 1999.
- BOMFIM, Filomena M. A., GOUVÊA, Laura. V., VICENTE, Vanessa C. **A Culinária Mineira: signo da identidade cultural de Minas Gerais**. Razón e Palabra. Universidade de los Hemisféios. Ecuador. 2016.
- CASCUDO, Luís da Câmara (1898 -). **História da alimentação no Brasil**. Ed. Itatiaia. São Paulo. 1983.
- CORREIA, Bruno Celso Vilela. **Mais que uma oferenda: representações e resistências afro na cozinha brasileira (Recife 1926-1945)**. Universidade Federal de Pernambuco. Recife. 2016.
- EVERLING, Nara R. L., **Afetos, Memórias e Tradição: as histórias da comida de buteco na capital mineira**. Monografia. Prof. Orientador Me. Jonathan Fagundes da Silva. Comunicação Social – Jornalismo. UFV
- FRIEIRO, Eduardo (1892-). **Feijão, angu e couve: ensaio sobre a comida dos mineiros**. Ed. Itatiaia. Belo Horizonte. 1966.
- GADOTTI, Moacir. **Identidade Cultural e Itinerário Educativo - Identidade Cultural e Educação para todos**. São Paulo: Instituto Paulo Freire, 1992. Disponível em: <https://acervoapi.paulofreire.org/server/api/core/bitstreams/aff9c5f3-cf25-4ac1-8cec-a8227f1bbaec/content>. Acesso em: 22 jul. 2024.
- MONTANARI, M. **A cozinha, lugar da identidade e das trocas**. In: MONTANARI, M. (Org.). O mundo da cozinha. Tradução de V. P. S. São Paulo: SENAC, 2009.
- MORAIS, Luciana Patrícia de. **Culinária típica e identidade regional: a expressão dos processo de construção, reprodução e reinvenção da mineiridade em livros e restaurantes de comida mineira**. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte. 2004.
- QUEIROZ, Maria Isaura P. de, **Tempo Social**. Volume 1. Páginas 29-46. Departamento de Sociologia da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo. 1989.

SILVA, N. C. **Culinária e Alimentação em Gilberto Freyre: Raça, identidade e modernidade**. Latin American Research Review, v. 49, n. 3, p. 3–22, 2014.

SITES CONSULTADOS:

- CABECEIRA DO RIBEIRÃO DA FOLHA. 2010. Disponível em:
https://www.cedefes.org.br/projetos_realizados-88/. Acesso em: 27 jul. 2024.

- Comida e mineiridade no interior das Gerais: Araguari/Amanhece 1975-2000. Belo Horizonte:<https://repositório.ufu.br/bitstream/123456789/1/ComidaMineiridadeInterior.pdf>

- MENESES, J. N. C. Nossa Comida Tem História. Belo Horizonte: Editora Scriptum, 2020. Disponível em:
<https://sites.almg.gov.br/export/sites/sites/minas300/.content/arquivos/Nossa-comida-tem-historia.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2024.

- MINAS NOVAS. Disponível em:
<http://www.quilombosdojequitinhonha.com.br/minas-novas.html#:~:text=Munic%C3%ADpio%20criado%20com%20a%20denomina%C3%A7%C3%A3o,9%20de%20mar%C3%A7o%20de%201840>. Acesso em: 27 jul. 2024.

- MUSEU ACU DOC. Em Gilberto Freyre, cada comida é um sentimento. Disponível em: <https://museudoacucar.com.br/em-gilberto-freyre-cada-comida-e-um-sentimento/>. Acesso em: 17 set. 2024.

- OLIVEIRA, A. C.; SANTOS, M. M. C. No panorama conceitual da hospitalidade, a presença de novos aportes teóricos. Caxias do Sul: Universidade de Caxias do Sul, 2010. Disponível em:https://www.ucs.br/ucs/tplSeminTur2010/eventos/seminario_de_pesquisa_semintur/anais/gt01/arquivos/01/No%20panorama%20conceitual%20da%20hospitalidade.pdf. Acesso em: 22 jul. 2024.

MEMORIAL

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, COMUNICAÇÃO, LETRAS E ARTES
CURSO DE JORNALISMO**

BARBARA VITÓRIA BARBOSA FERREIRA

**ENTRE QUITANDAS E LEMBRANÇAS:
A CULINÁRIA MINEIRA COMO FIO CONDUTOR DE MEMÓRIAS AFETIVAS**

SÃO PAULO / 2024

Memorial Acadêmico referente ao processo de elaboração e produção do livro-reportagem “**Entre Quitandas e Lembranças: A culinária mineira como fio condutor de memórias afetivas**”, apresentado ao Curso de Jornalismo da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como requisito para obtenção do grau de Bacharel em Jornalismo, sob orientação do professor José Salvador Faro.

*O jornalismo não deve ser sempre a expressão
mais ou menos real das ideias recebidas;
ele não é somente o arquivo da opinião moderna:
a repercussão duma impressão geral;
ele é o motor dos espíritos,
descobre novas e fecundas relações sociais
entre os povos dum mesmo continente;
ele consagra e robustece a solidariedade moral
que liga os homens, a fraternidade que os prende.*

Eça de Queirós

OBJETIVO

O objetivo deste trabalho de conclusão de curso é explicar a relação entre a comida mineira e o afeto, apontando a gastronomia desse Estado como fio condutor de lembranças daqueles que cresceram em meio a esta cultura. O trabalho é contornado pela definição do que é a identidade de um povo e como a culinária é um dos pilares da identificação cultural. Logo em seguida, focamos na hospitalidade gerada pelo sabor da comida mineira originária, “de raiz”, capaz de deixar florescer o mais puro sentimento de lembrança e afeto.

A cozinha brasileira é formada pela mistura de diversas técnicas e ingredientes utilizados dos povos nativos, somados aos que vieram depois para habitar o país, configurando a base da nossa gastronomia como conhecemos hoje. O tema central desta pesquisa é a gastronomia do Estado de Minas Gerais, fruto de heranças indígenas, africanas e europeias, tendo como resultado o desenvolvimento de uma cultura acolhedora e hospitaleira.

Uma das intenções desta pesquisa foi impactar o leitor com os relatos de pessoas fortemente referenciadas nessa gastronomia: são mulheres moradoras do município de Ribeirão da Folha, que utilizam técnicas, sabores, receitas e dons culinários que admiram aqueles da comunidade. Mulheres que cozinham muito bem e relatam sua relação com a comida mineira, descrevendo pratos que trazem boas lembranças e proporcionam bonança à alma.

JUSTIFICATIVA

Sou nascida em São Paulo, porém de uma família mineira. Desde pequena viajo todos os anos para Minas Gerais para visitar os parentes e lá vivencio uma cultura completamente diferente do meu cotidiano. Somos recebidos da forma mais acolhedora possível, de forma que os visitantes se tornam parte da família dos hospedeiros.

Essa hospitalidade tem como principal pilar a culinária. Quando se adentra à casa de alguém a quitanda já é posta à mesa, como quem diz: “aqui você é bem-vindo; aceite o que de mais precioso posso ofertar: meu alimento”. A comida faz parte da identificação cultural e mais do que isso, simboliza o carinho de Minas Gerais.

Quando refleti sobre o que deveria tratar no meu trabalho de conclusão de curso, cheguei à conclusão de que queria falar sobre minhas origens; sobre de onde eu vim e como é a cultura nesse lugar, onde a comida é sinônimo de afeto e, conseqüentemente, boas lembranças. Queria expor o que sempre vivi de bom e como essas lembranças ficarão sempre em meu peito.

Elaborar um trabalho de conclusão de curso é mais do que encerrar quatro anos de estudo. É evidenciar tudo o que aprendi na minha vida acadêmica e colocar em prática na minha vida pessoal. A faculdade me ensinou muito nesses anos de curso e deixará ensinamentos na minha vida para sempre. Assim como ela, também quero deixar um pedaço de mim nos corredores da PUC-SP. Minha história estará presente para mostrar, contar e possibilitar que outras pessoas se identifiquem com o que representa a Barbara Ferreira.

METODOLOGIA

O primeiro passo foi pesquisar sobre a identidade cultural e como a culinária é um dos pilares dessa representação. Abordei conceitos de conexão social, tendo como centro de desenvolvimento a comida e como ela mudou as relações humanas. O que antes era um ato apenas de sobrevivência, tornou-se um ato coletivo que faz parte da cultura onde uma pessoa está inserida.

Foquei no desenvolvimento gastronômico do país e do Estado de Minas Gerais, trazendo conceitos históricos para a elaborar os caminhos da gastronomia mineira. Culturas e tradições desenvolveram-se através de técnicas, ingredientes e temperos múltiplos, mesclados para elaborar o que é a gastronomia brasileira contemporânea.

Dentro do tema Minas Gerais, ofereci um panorama geral sobre suas influências e sua construção. Pincelei a culinária cosmopolita e, em seguida, a provinciana; esta, focada na gastronomia tradicional e pouco influenciada por atividades externas. Fiz uma pesquisa sobre livros e artigos acadêmicos que abordavam sobre a culinária mineira, sua história, ingredientes tradicionais, pratos típicos e sua relação com as memórias afetivas.

Foquei no município de Ribeirão da Folha, localizado no norte do estado, que possui uma cultura riquíssima em termos de tradição. Expliquei brevemente sobre suas características e abordei fontes gastronômicas que são referência na região. Explorei, das fontes, quais as receitas que marcaram suas vidas, com o objetivo de entender pratos nos seus detalhes e fornecer *insights* sobre a conexão entre a comida e as boas lembranças.

A escolha de alguns dos entrevistados foi pautada no seu nível de referência na comunidade de Ribeirão da Folha. Levei em consideração a relevância e reputação que essas pessoas possuem por suas histórias com a gastronomia. Entrevistei pessoas que nasceram e cresceram no município, para obter informações sobre memórias relacionadas a pratos típicos. Perguntei sobre pratos específicos, receitas de família e ocasiões especiais em que a comida desempenhou um papel importante.

Vale ressaltar a participação de um historiador como fonte de conhecimento sobre a formação da culinária brasileira. Fiz pesquisas em blogs e sites de comidas com receitas, histórias pessoais e experiências de pessoas relacionadas à comida.

ENTREVISTADOS

- Vagner Marques - Historiador, Doutor em História Social e Mestre em Ciências da Religião pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). Consultor Literário e Professor na Educação Básica, Ensino Superior e Cursinhos Pré-Vestibulares. Membro da Academia de Letras de Itaquaquecetuba (ALI). Atua na formação de professores, Coordenadores Pedagógicos e Gestores Educacionais. Ministra formações e palestras, contemplando as áreas de educação, história e sociologia. Atua como Gestor de Projetos Educacionais na Casa de Projetos Educacionais da Casa de Projetos Paulo Freire em Itaquaquecetuba, responsável pela gestão de projetos educacionais das escolas de Educação Integral em Tempo Integral e pela formação de Professores, Coordenadores Pedagógicos e Gestores.
- Rozana Maris S. Faro - Graduada em História e Geografia. Mineira de nascimento e apaixonada por viagem e culinária. É professora desde 1982 e apaixonada pela profissão. É mãe, esposa, filha, irmã e amiga. Sempre se envolveu com questões sociais e atua no SinproMinas, sindicato dos professores da rede particular, em que também é diretora da regional de Poços de Caldas.
- Maria Antonia Barbosa - É natural de Ribeirão da Folha, no norte de Minas Gerais. Desde pequena, aprendeu a necessidade de trabalhar para conquistar seu espaço, e, aos 12 anos, mudou-se para Belo Horizonte para buscar melhores oportunidades. A caçula entre nove irmãos, sempre manteve forte a conexão com sua família e as tradições culinárias passadas por sua mãe. A memória afetiva ligada aos sabores simples, mas preparados com carinho, como a carne de lata e a farofa de banana, é uma das heranças que Maria guarda com emoção e orgulho, representando a força e resiliência de sua trajetória.

- Ana Maria de Oliveira Barbosa (Tia Dazinha) - Aos 77 anos, é uma típica senhora mineira, moradora de uma casa na zona rural e conhecida por seu jeito acolhedor e habilidades na cozinha. Criada em um ambiente simples e com uma família numerosa, ela aprendeu desde cedo a preparar pratos tradicionais com ingredientes frescos e naturais. O amor e a generosidade que coloca em cada refeição expressam seu espírito hospitaleiro, fazendo com que qualquer visita se sinta parte da família.
- Elidiane Almeida do Nascimento Barbosa - Elidiane é uma moradora da zona rural e preserva as tradições locais.
- Maria da Penha - Com quase 60 anos, é uma cozinheira e quitandeira mineira reconhecida em sua comunidade. Nascida e criada na roça, ela desenvolveu desde cedo suas habilidades na cozinha, sendo a filha mais velha de 9 irmãos. Ao longo dos anos, se especializou em preparar delícias típicas da culinária mineira, como pé de moleque, pamonha e diversos biscoitos e bolos. Hoje, Maria reside no bairro de Mangabeira, onde mora com o marido e o neto, e continua a tradição de suas receitas, que agora são apreciadas pelas suas quatro filhas e outras pessoas da região.
- Maria Francisca - Maria Francisca Almeida do Nascimento, também conhecida como Maria de Tony Russo, é uma cozinheira mineira apaixonada pela culinária tradicional. Começou a se aventurar na cozinha ainda criança, aprendendo com sua mãe e encarando responsabilidades desde cedo como a irmã mais velha da família. Morou no Rio de Janeiro e mais tarde passou por São Paulo, atuando em restaurantes. Hoje, aos 62 anos, Maria compartilha seu amor pela comida caseira trabalhando em uma escola municipal e cozinhando para os netos e as crianças da comunidade.

DESAFIOS

Minha primeira dificuldade foi entender o início da pesquisa. Saber que precisaria investigar para além do alimento e o que ele simbolizava para a sociedade. Me aprofundei em entender o indivíduo e a culinária como um dos pilares para a identificação de si.

Tentei adiantar toda a produção dessa base introdutória da pesquisa. Fiz leituras e escrevi toda a contextualização do arquivo para que pudesse focar apenas nas entrevistas no mês de julho, período em que eu viajaria para Minas Gerais com esse objetivo. Fiquei receosa com os prazos que eu pudesse extrapolar devido a essas entrevistas que eu faria presencialmente, em Minas Gerais. Porém, senti que pude escrever, reescrever e revisar inúmeras vezes todo o material que contextualizava os relatos que eu coletaria posteriormente, permitindo que eu aprimorasse conceitos e informações que estavam pautados desde o planejamento do trabalho.

Quando realizei as entrevistas, fiz gravações autorizadas da conversa. Não considero um desafio, mas um contratempo foi a decupagem. Por mais que eu soubesse exatamente as informações fornecidas e como as encaixaria no meu trabalho, tive que voltar algumas vezes para a conversa gravada para escrever exatamente o que o entrevistado disse. Meu objetivo era utilizar das mesmas palavras, com o intuito de manter a singularidade de fala daquela região.

Para além dos bastidores da pesquisa, uma das minhas maiores dificuldades foi de fato sentar e escrever o conteúdo. Além da inspiração, era necessário tentar passar para as palavras todo o sentimento envolvido da lembrança. Não era uma forma de escrita fria, sobre fatos corriqueiros; mas uma escrita de jornalismo literário, um pouco diferente da minha zona de conforto.

BASES CONCEITUAIS

Iniciei o trabalho sendo orientada a fazer leituras básicas que pudessem me dar um norte sobre o que eu gostaria de tratar e seguir na minha pesquisa. Para entender mais sobre a formatação da gastronomia dentro da cultura brasileira, li "*A História da Alimentação no Brasil*", do autor Luís da Câmara Cascudo. Nessa leitura, pude encontrar informações sobre como acontecimentos, internos e externos, que resultaram no que é a gastronomia como a conhecemos hoje.

Em seguida, li "*Feijão, Angu e Couve: Ensaio Sobre a Comida dos Mineiros*", do autor Eduardo Freire. Essa leitura foi obrigatória para que eu entendesse um pouco mais das raízes e construção dessa culinária. Com base nesse material, foquei em definir o que era identidade e como a culinária poderia ser considerada um de seus pilares. Além disso, com o livro "*Nossa comida tem história*", do autor José Newton Coelho Menezes, pude entender mais sobre o motivo de essa gastronomia e cultura serem tão associadas à hospitalidade.

Para o tópico de relatos, que é apresentado na metade do livro, me orientei em *Presos que Menstruam*, de Nina Queiroz. O tema deste livro não tem nenhuma relação com o do meu trabalho, porém me encantei pela forma de escrita da autora e usei como guia para a forma como iria lidar e escrever os relatos que recebi.

Diversas leituras forneceram informações que influenciaram o livro reportagem de alguma forma: *A culinária mineira: Signo de Identidade Cultural de Minas Gerais* (de Filomena Maria Avelina Bomfim), *Afetos, Memórias e Tradição: as Histórias da Comida de Buteco na Capital Mineira* (de Nara Rozado Liberali Everling), *Culinária Típica e Identidade Regional: A Expressão dos Processo de Construção, Reprodução e Reinvenção da Mineiridade Em Livros e Restaurantes de Comida Mineira* (de Luciana Patrícia de Moraes), etc.

Fiz leituras de teses e artigos que me nortearam nas ideias, explicando mais sobre a importância da culinária para a construção de uma sociedade e uma cultura. Informações sobre localidades, formações regionais e mais detalhes necessários alcancei através de pesquisas.

AGRADECIMENTOS

Concluir o curso de jornalismo não é um feito meu, mas de todos aqueles que me acompanharam e me incentivaram durante e até antes desses 4 anos.

Agradeço primeiramente aos meus pais, principalmente à minha mãe que sempre me apoiou nas ideias, me permitiu sonhar e me aconselhou nas minhas tomadas de decisões. Para além de toda a trajetória acadêmica, agradeço a ela sempre, e reforço, sempre, por me mostrar a capacidade que eu tenho e o poder de utilizá-la ao meu favor.

Agradeço à minha irmã, Isadora, que sempre tornou tudo mais leve. Obrigada por sorrir, chorar, brigar e debater comigo. Espero fazer da minha trajetória uma inspiração para ela que, hoje com 12 anos, é capaz de entender nossa realidade e o poder da educação para transformá-la.

Agradeço aos amigos que fiz na Faculdade: Michelle, Marina, Luan, Henrique, Dayres e tantos outros que comigo passaram por bons e maus momentos, me mostrando diferentes pontos de vista e realidades. Eu pude me encaixar, consciente de que minha personalidade não é só mais uma.

Agradeço ao meu grande amigo, Vagner Marques, que soube me mostrar os caminhos da educação e o poder que ela tem de nos tirar da inércia. Obrigada por percorrer a cidade com minha mãe e eu para arrecadarmos todo o valor da minha matrícula para concorrer a bolsa nesta universidade. Não hesitou em afirmar que daria certo no final das contas. Sem essa ajuda, não teria ingressado no curso que mudou minha perspectiva, muito menos conseguido conquistar a bolsa 100% dos meus estudos.

Agradeço imensamente ao meu orientador, José Salvador Faro, que me aconselhou e me ajudou durante toda a orientação, concordando e discordando; me ajudando a chegar no trabalho final, fruto de muita leitura, conversas e risadas.

Agradeço aos meus entrevistados pela disponibilidade que demonstraram diante deste meu projeto. Solícitos, me receberam em suas casas e trouxeram à tona a simplicidade e leveza que eu queria demonstrar desde o início neste livro-reportagem.

Por fim, agradeço a todos que me mostraram que alcançar não é impossível. Espero que este trabalho de conclusão de curso incentive alguém a buscar e exhibir suas raízes, sabendo que tudo é jornalismo e comunicação.

Sempre dei valor à importância desse momento. Agora, a ponto de se tornar uma boa lembrança, deixo essa parte de mim na PUC-SP, com o objetivo de inspirar, incentivar e fazer conhecer o início do meu caminho; o início da minha história.

REFERÊNCIAS

ABDALA, Mônica C. **Receita de mineiridade: a cozinha e a construção da imagem do mineiro**. Horizontes Antropológicos. Volume 5. Páginas 216-217. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 1999.

BOMFIM, Filomena M. A., GOUVÊA, Laura. V., VICENTE, Vanessa C. **A Culinária Mineira: signo da identidade cultural de Minas Gerais**. Razón e Palabra. Universidade de los Hemisféios. Ecuador. 2016.

CASCUDO, Luís da Câmara (1898 -). **História da Alimentação no Brasil**. Ed. Itatiaia. São Paulo. 1983.

CORREIA, Bruno Celso Vilela. **Mais que uma oferenda: representações e resistências afro na cozinha brasileira (Recife 1926-1945)**. Universidade Federal de Pernambuco. Recife. 2016.

EVERLING, Nara R. L., **Afetos, Memórias e Tradição: as histórias da comida de buteco na capital mineira**. Monografia. Prof. Orientador Me. Jonathan Fagundes da Silva. Comunicação Social – Jornalismo. UFV

FRIEIRO, Eduardo (1892-). **Feijão, angu e couve: ensaio sobre a comida dos mineiros**. Ed. Itatiaia. Belo Horizonte. 1966.

GADOTTI, Moacir. **Identidade Cultural e Itinerário Educativo - Identidade Cultural e Educação para todos**. São Paulo: Instituto Paulo Freire, 1992. Disponível em: <https://acervoapi.paulofreire.org/server/api/core/bitstreams/aff9c5f3-cf25-4ac1-8cec-a8227f1bbaec/content>. Acesso em: 22 jul. 2024.

MONTANARI, M. **A cozinha, lugar da identidade e das trocas**. In: MONTANARI, M. (Org.). O mundo da cozinha. Tradução de V. P. S. São Paulo: SENAC, 2009.

MORAIS, Luciana Patrícia de. **Culinária típica e identidade regional: a expressão dos processo de construção, reprodução e reinvenção da mineiridade em livros e restaurantes de comida mineira**. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte. 2004.

QUEIROZ, Maria Isaura P. de, **Tempo Social**. Volume 1. Páginas 29-46. Departamento de Sociologia da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo. 1989.

SILVA, N. C. **Culinária e Alimentação em Gilberto Freyre: Raça, identidade e modernidade.** Latin American Research Review, v. 49, n. 3, p. 3–22, 2014.

SITES CONSULTADOS:

- CABECEIRA DO RIBEIRÃO DA FOLHA. 2010. Disponível em:
https://www.cedefes.org.br/projetos_realizados-88/. Acesso em: 27 jul. 2024.

- Comida e mineiridade no interior das Gerais: Araguari/Amanhece 1975-2000. Belo Horizonte:<https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/1/ComidaMineiradeInterior.pdf>

- MENESES, J. N. C. Nossa Comida Tem História. Belo Horizonte: Editora Scriptum, 2020. Disponível em:
<https://sites.almg.gov.br/export/sites/sites/minas300/.content/arquivos/Nossa-comida-tem-historia.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2024.

- MINAS NOVAS. Disponível em:
<http://www.quilombosdojequitinhonha.com.br/minas-novas.html#:~:text=Munic%C3%ADpio%20criado%20com%20a%20denomina%C3%A7%C3%A3o,9%20de%20mar%C3%A7o%20de%201840>. Acesso em: 27 jul. 2024.

- MUSEU ACU DOC. Em Gilberto Freyre, cada comida é um sentimento. Disponível em: <https://museudoacucar.com.br/em-gilberto-freyre-cada-comida-e-um-sentimento/>. Acesso em: 17 set. 2024.

- OLIVEIRA, A. C.; SANTOS, M. M. C. No panorama conceitual da hospitalidade, a presença de novos aportes teóricos. Caxias do Sul: Universidade de Caxias do Sul, 2010. Disponível em:https://www.ucs.br/ucs/tplSeminTur2010/eventos/seminario_de_pesquisa_semintur/anais/gt01/arquivos/01/No%20panorama%20conceitual%20da%20hospitalidade.pdf. Acesso em: 22 jul. 2024.