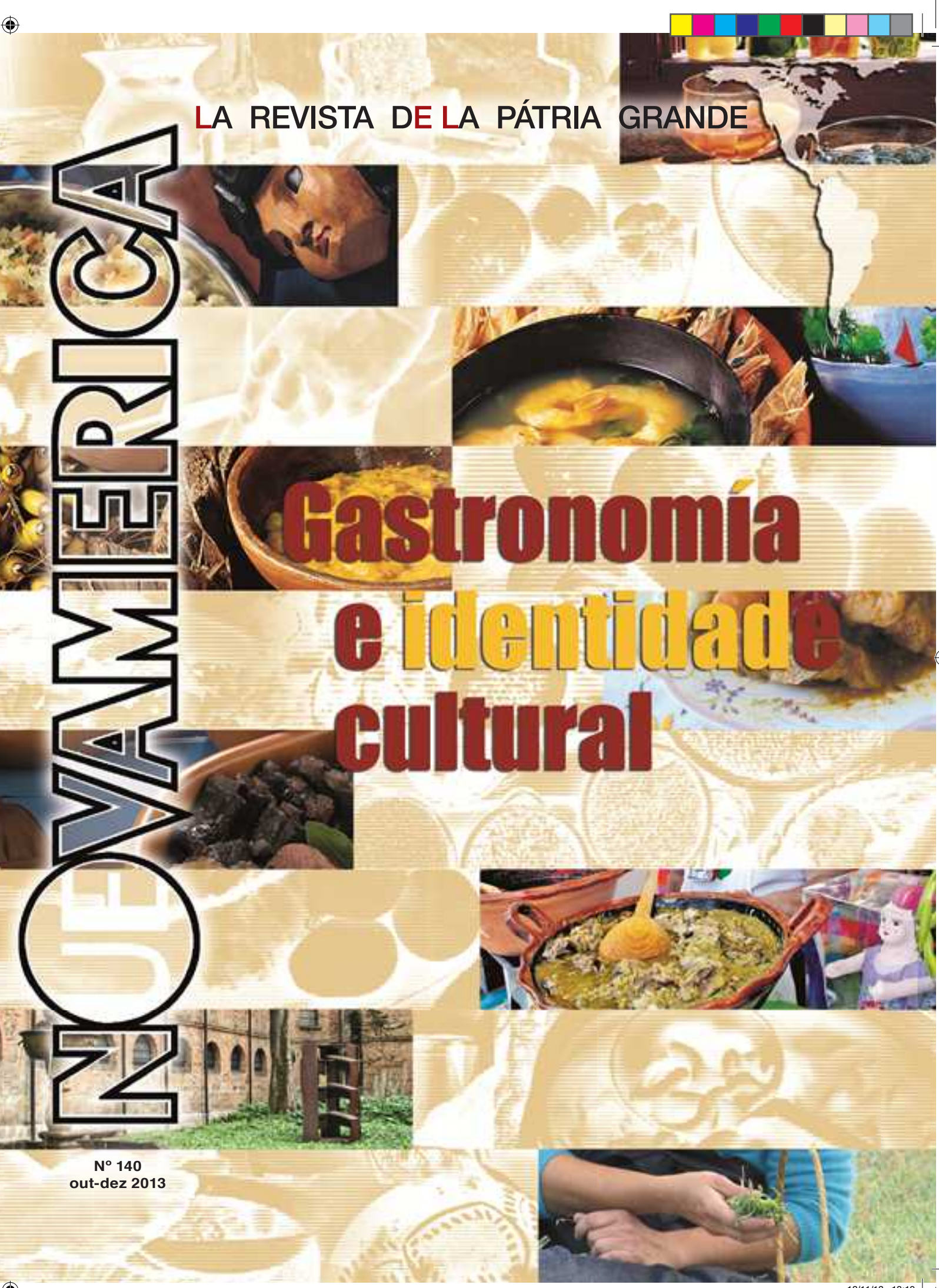

LA REVISTA DE LA PÁTRIA GRANDE
NUEVAMERICA
Gastronomía
e identidade
cultural
Nº 140
out-dez 2013

12/11/13 18:19

Editorial

Gastronomia e identidade cultural

Gastronomia e identidade cultural. Esse é o tema-título do nosso último número de 2013 e que repete o que já parece ser uma tradição: apresentar diferentes manifestações e/ou expressões que compõem o imenso mosaico cultural latino-americano, mas sempre com a preocupação de ir muito além da sua simples divulgação ou folclorização para avançar em uma perspectiva mais analítica e mesmo crítica, buscando entender o significado de tais manifestações e/ou expressões, enquanto características configuradoras das identidades dos diferentes grupos culturais presentes em nosso continente.

Nessa edição, vamos ter contato com variadas e deliciosas receitas, que embora longe de mostrar a riqueza gastronômica de cada um dos países que participam dessa edição, têm a qualidade de ser geradora de uma reflexão que nos permite constatar que as práticas relacionadas à alimentação – no caso mais específico ao preparo de pratos típicos de diversas regiões - podem ser compreendidas como atos sociais e culturais, uma vez que envolvem escolhas (por exemplo, dos ingredientes), indicam/implicam a contribuição de diversos grupos étnicos, muitas vezes, relacionada ao lugar que ocupavam/ocupam na sociedade de que fazem parte, têm história, expressam diferentes visões de mundo, entre outros aspectos significativos.

São receitas aqui entendidas como manifestações culinárias que foram selecionadas não só pela riqueza e qualidade dos sabores, das aparências e das texturas, mas principalmente porque exploram suas dimensões culturais e configuradoras de identidade. São receitas que fazem parte da tradição culinária dos diversos países aqui presentes: algumas pesquisadas em livros de receitas da família, guardados com muito amor, outras extraídas de conversas com representantes de um determinado segmento cultural ou que fazem parte do acervo de especialistas no tema ou, ainda, receitas acessadas em blogs especializados, mas todas elas são receitas que vão nos levar por uma viagem através do tempo e do espaço de uma América Latina que constatamos, mais uma vez, é plural e, por isso mesmo ou por causa disso, precisa ser conhecida para ser compreendida, respeitada e valorizada.

A edição número 140 - toda ela editada a cores para que pudéssemos visualizar a beleza e "saborear" melhor cada uma das receitas e reflexões apresentadas -, pretende ser um presente de fim de ano, mas acima de tudo busca ser uma contribuição para que, por meio do conhecimento acerca de mais um dos nossos traços/características (a gastronomia) se estabeleça entre nós um diálogo intercultural rico e produtivo.

Gastronomía e identidad cultural

Gastronomía e identidad cultural. Este es el tema de nuestro último número de 2013. Con él seguimos lo que parece ser una tradición: presentar las diferentes manifestaciones y/o expresiones de que se compone el inmenso mosaico cultural latinoamericano, manteniendo siempre la preocupación de no limitarnos a su simple divulgación ni a una mera visión folclórica, sino avanzar en una perspectiva más analítica e incluso crítica, que busca entender el significado de tales manifestaciones y/o expresiones, como características configuradoras de las identidades de los diferentes grupos culturales presentes en nuestro continente.

En la presente edición, entramos en contacto con variadas y deliciosas recetas, que aunque están lejos de mostrar la riqueza gastronómica de cada uno de los países presentados, tienen la virtud de despertar en nosotros una reflexión que nos permite constatar que las prácticas relacionadas con la alimentación –específicamente el modo de preparación de los platos típicos de diversas regiones– pueden comprenderse como actos sociales y culturales, ya que tienen que ver con las opciones que se hacen (por ejemplo, en los ingredientes). Además, señalan/implican la contribución hecha por los distintos grupos étnicos, muchas veces ligada al lugar que ocupaban/ocupan en la sociedad a la que pertenecen. También dan a conocer la historia, expresan diferentes visiones de mundo, entre otros aspectos significativos.

Las recetas aquí presentes son entendidas como manifestaciones culinarias que fueron seleccionadas no solo por su riqueza y por la calidad de sus sabores, de su apariencia y de sus texturas, sino, principalmente, porque nos adentran en las dimensiones culturales y porque son configuradoras de identidad. Se trata de recetas que forman parte de la tradición culinaria de los diversos países aquí presentados. Algunas fueron halladas en libros de recetas familiares, que fueron guardadas con mucho amor; otras fueron extraídas de conversaciones con representantes de un determinado segmento cultural o forman parte del acervo de especialistas en el tema, o entonces recetas sacadas de blogs especializados. Pero todas ellas son recetas que nos llevan a un viaje a través del tiempo y del espacio, lo cual nos permiten constatar, una vez más, que América Latina es plural y por eso mismo –o a causa de ello– para ser comprendida, respetada y valorada, precisa ser conocida.

La edición 140 –a todo color para que podamos visualizar la belleza y "saborear" mejor cada una de las recetas y reflexiones presentadas– pretende ser un regalo de fin de año, pero, por encima de todo, quiere ser una contribución para que por medio del conocimiento de esta otra característica nuestra (la gastronomía), se establezca entre nosotros un diálogo intercultural rico y productivo.

Nova140b.indd 1 12/11/13 18:17

Sumário

pág, 4

Entre lo propio y de otras tierras
Soledad Nardelli • Argentina

pág, 8

O Tacacá como identidade na amazônia brasileira
Ligia Simonian • Região Norte - Brasil

pág, 12

Bolivia te presenta la riqueza de su gastronomía
Marta Orsini Puente • Bolivia

pág, 16

Vatapá, comida de pão, dendê e invenção
Raul Lody • Região Nordeste - Brasil

pág, 20

La gastronomía colombiana, una muestra de su multiculturalidad
Andrea Gómez, Luis José Pardo, Olga Ospina, Martha Moreno, Lucero Guerrero • Colombia

pág, 24

A culinária local como fator de identidade cultural
Sandra Siqueira da Silva • Região Centro-Oeste - Brasil

pág, 30

Tradición culinaria en Puebla, México
Maricruz Romero Ugalde • México

Nova140b.indd 2 12/11/13 18:17

pág, 34

Perú gastronómico: país de todas las sangres
Flor Sobrino • Perú

pág, 40

Feijoada, comida que dá samba
Augusto Lima • Região Sudeste - Brasil

pág, 46

La gastronomía dominicana: variedad y sabor
Melania Emeterio Rondón • República Dominicana

pág, 52

Arroz de Carreteiro: não só de churrasco vive o gaúcho
Maria Henriqueta S. G. Gimenes Minasse • Região Sul - Brasil

pág, 56

Uruguay, olor a asado y gustito a mate
Mary Larrosa • Uruguay

pág, 62

La Hallaca, arte gastronómica mestiza y comunitaria
Ivonne Marín B. • Venezuela

pág, 66

Mosaico

Nova140b.indd 3 12/11/13 18:17

Foto Soledad Nardelli

Entre lo propio y lo de otras tierras

Soledad Nardelli

Especialista en Arte Culinaria. Con post-grado en Administración de Restaurantes en la Universidad de Alicante, España. Integrante de GAJO (Gastronomía Argentina Joven). Conductora de diversos programas televisivos (Canal Gourmet) y autora de diversas publicaciones • Argentina • solenar@hotmail.com

La curiosidad, el aprendizaje continuo y la investigación son el motor que movilizan constantemente a Soledad Nardelli en eso de buscarle una identidad propia a la gastronomía argentina. Premiada varias veces por su alta cocina, impulsa y celebra la vuelta a lo regional, a lo propio y auténtico de cada rincón argentino. Ella refleja parte de de sus vivencias, experiencias y amor a la cocina a través de este relato.

La cocina es libertad. Es poder dejarse llevar. Es expresarse para hacer feliz al otro. Desde chiquita, siempre me gustó la cocina, sobre todo la pastelería. En casa el que cocinaba los domingos era papá. Y creo que de él fui tomando el encanto por la cocina. Nunca pensé en dedicarme a la cocina profesionalmente, ¡hasta que un día me animé! Y me decidí. Estudié en Buenos Aires. Estuve un año en Francia y tres en España. No tuve ningún gran maestro. De cierta manera fui una autodidacta.

En cuanto a la gastronomía Argentina, esta tiene diversas influencias. Somos un país bastante joven, con 200 años. No podemos negar las influencias que recibimos de los inmigrantes europeos: en su mayoría españoles, italianos, franceses, ingleses, alemanes. Ellos nos dejaron platos y costumbres muy marcadas. También hay una influencia incaica en el norte, con productos como la papa, la quínoa, el amaranto, el cayote, el yacón, los pimientos, el pimentón, las papas andinas, los maíces, el charqui, la llama, las cuaresmillas, los porotos, el chuño, el aguaribay, los zapallos, los ancos, el mistol, el chañar, la algarroba, las tunas. Compartimos muchos productos con países como Perú y Bolivia.

Nova140b.indd 5 12/11/13 18:18

Tenemos en el litoral una gran influencia guaraní-tica como, por ejemplo, mandioca, batata, stevia, yerba mate, arroz, citrus, maní, zapallo, pescados de río, y frutas tropicales como maracuyá, mango, papaya, guayaba, sandía, melones, que también compartimos con países como Brasil y Paraguay.

En el sur se destacan la carne de cordero, los productos de mar, los piñones de araucaria, la rosa mosqueta, el sauco, las grosellas. En esa región existe la influencia de familias alemanas, inglesas, holandesas, la cual se ve reflejada en las comidas. Y además, en el extremo sur del país, la cocina utiliza productos y sigue costumbres de los mapuches. Asimismo, cabe destacar que en Argentina hay una marcada influencia italiana dada por el consumo de pastas, pizzas, helados y risottos. Y también de la cocina española: tortillas, paella, natillas.

Es decir que no somos un país con una sola identidad culinaria, sino con una diversidad interesante y enriquecedora.

Si le hablamos de gastronomía argentina a un extranjero, de seguro nos asocia cien por cien a la carne vacuna. Es cierto que somos un país carnívoro por la excelente calidad de carne que tenemos –particularidad dada por las extensiones de pasturas naturales y por el clima templado al cual se adaptaron muy bien las razas como Hereford, Aberdeen Angus, Brahman.

Región y plato típico

En Argentina, por supuesto, existe la cocina regional y en cada región hay platos emblemáticos. En el norte: el locro, las humitas, el tamal, las empanadas, el quesillo y dulce de cayote. En el litoral: los chipas, los platos a base de mandioca, los pescados de río a la parrilla. En el sur: los corderos a la estaca. En la costa del mar argentino: los langostinos y bivalvos. En la región de Cuyo es válido puntualizar la importancia del vino y los aceites de oliva. Todos estos productos y platos son típicamente argentinos. Son propios de nuestras diversas áreas regionales.

En esto de buscarle una identidad propia a la gastronomía argentina, considero que hay que volver a las fuentes, a lo local, a tomar en cuenta los recursos de nuestro país. Volver a las raíces de nuestra cocina. Rescatarla y fortalecerla, sobre todo darles a los productos el valor que merecen y respetar el trabajo de los pequeños productores que están detrás. Nosotros como cocineros debemos seguir aprendiendo. Hay que leer, investigar, viajar por el país, estar en contacto con los proveedores y también con la señora de pueblo que prepara sus recetas típicas. Tenemos la responsabilidad de informarnos y luego de difundir los recursos que tenemos para que, así, pueda crecer la cadena productiva y se genere un círculo virtuoso entre productor, distribuidor, cocinero y comensal. Por supuesto que creo que las políticas de estado deberían darnos un fuerte apoyo para que podamos crecer todos, incluso el turismo.

Foto Antonia Nardelli

El Locro Criollo

El locro criollo es un plato muy presente en la tradición argentina. Si bien es de origen precolombino, es una comida que perdura en el tiempo y mantiene el espíritu de nuestro país. Es un plato que se disfruta y se comparte en las fechas patrias, en el invierno, con amigos y en familia. Es un tipo de guiso sustancioso, con muchas calorías y nutrientes debido a sus variados ingredientes.

El locro criollo es uno de los símbolos del gesto solidario. Es muy frecuente la organización de un locro a beneficio de instituciones humanitarias y de servicio a la comunidad.

Se lo prepara de varias maneras según la tradición de cada una de las provincias argentinas, pero en todas se mantiene una característica común: la presencia del maíz y la cocción a fuego lento durante varias horas.

Nova140b.indd 6 12/11/13 18:18

Receta de Locro Salteño

Ingredientes

1º parte
1/2 kilo de maíz blanco pisado y remojado, en agua fría, desde la noche anterior; 1/4 kilo de porotos alubias remojados en abundante agua desde la noche anterior; 1 kilo de falda de vacuno; 1/4 de panceta salada en dos trozos; 1/4 de orejitas de cerdo; 1 cebolla; 1tomate; Sal.

2º parte
1/3 kilo zapallo Anko en cubitos; 2 batatas medianas cortadas en cubitos; 1 cebolla de verdeo cortada muy fina; 1 cucharadita de comino.

3º parte
100 gramos de grasa de pella; 1 cebolla de verdeo cortada fina; 1 cucharada de pimentón rojo dulce; 1 cucharadita de ají picante.

Foto Antonia Nardelli

Preparación paso a paso

En una olla grande se ponen el maíz y los porotos remojados desde la noche anterior, cubriendo todo con abundante agua fría. Se agrega la carne, la panceta en dos trozos, las orejitas de cerdo, la cebolla picada, el tomate picado y se sala discretamente. Llevar a un hervor muy suave y cocinar por el espacio de unas dos horas o hasta que el maíz esté al punto de deshacerse. En este tiempo hay que controlar la absorción del líquido y la evaporación, agregando agua caliente si fuera necesario. Recordar que el maíz consume cuatro veces su volumen en agua.

En este punto, añadir el zapallo Anko y las batatas en cubitos, la cebolla de verdeo picada y la cucharadita de comino. En el momento en que estos vegetales estén bien cocidos, sacar la carne y la panceta de la olla: la carne se desfibra y se corta en trocitos; la panceta, en cubitos. Reponer todo en la olla otra vez, cocinar unos minutos más y apartar del fuego.

Entonces es la hora de preparar el sofrito: se calienta la grasa de pella preferentemente de cerdo, se agrega la cebolla de verdeo cortadita, la cucharada de pimentón rojo y la cucharadita de ají molido picante y se sofríe muy pocos minutos.

Hay dos maneras de emplear esta "fritanga": mezclándola al locro para después revolverlo todo junto o poniéndola en una salsera para que cada comensal agregue a su plato lo que desee.

Foto Antonia Nardelli

Foto pesquisa Internet

Nova140b.indd 7 12/11/13 18:18

Foto Humberto Medeiros

Nova140b.indd 8 12/11/13 18:18

O Tacacá como identidade na amazônia brasileira

Ligia T. Lopes Simonian

Tem Licenciatura em História pela Universidade Federal de Santa Maria, graduação em Direito pela Faculdade de Direito de Santo Ângelo, especialização em Antropologia pelo Museu de Antropologia da Universidade Federal de Santa Catarina, mestrado em Antropologia Social pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, doutorado em Antropologia e pós-doutorado pela City University of New York. É Professora da Universidade Federal do Pará, junto ao Núcleo de Altos Estudos Amazônicos / NAEA-UFPA • Belém, Pará - Brasil • simonianl@gmail.com

Há muito considerado como um dos elementos essenciais da identidade amazônica no Brasil, e em particular no estado do Pará, o tacacá enquanto prato típico tem sido essencial no sentido da consolidação da identidade sociocultural dessa região e estado. Nas calçadas das áreas centrais e dos bairros de muitas cidades amazônicas, ou em ambientes fechados e/ou festivos das residências ou de bares e restaurantes, o tacacá é procurado ou oferecido para servir de merenda a partir do meio tarde ou no entardecer. Em tais contextos, a identidade regional é reforçada pela beleza envolvendo a apresentação do tacacá, a quentura, a textura, o cheiro e o sabor.

A pensar-se em termos históricos, existe um debate envolvendo os estados do Amazonas e do Pará, quanto à origem do tacacá, esse prato tão importante no campo da gastronomia brasileira na Amazônia. A respeito, diz-se que o tacacá surgira nesse primeiro, algo que é dificilmente aceitável pelos paraenses. O jesuíta João Daniel (séc. XVIII) noticiou a sua existência nessa região. Para o Amazonas, há registro sobre o consumo do tacacá para 1859, quando Avé-Lallemant (1859) se refere ao consumido em Serpa (atual Itacoatiara) como a "[...] bebida nacional dos Mura". Nesse mesmo ano e

Nova140b.indd 9 12/11/13 18:18

quando de pesquisa de campo no Amazonas, Bates ([1863] 1873) anotou que observou o consumo do tacacá em período anterior no rio Tapajós e depois também no rio Japurá.

De fato, além de uma origem dominantemente indígena, é provável que sua produção e consumo tenham se disseminado desde as terras paraenses, pois foi delas que a ocupação do Norte se deu e junto hábitos alimentares locais. Porém, independentemente desse debate, há de se aprofundar as pesquisas em arquivos públicos e privados, em material bibliográfico e, ainda, é de se destacar a capacidade de resistência dessa prática culinária na região norte ou na Amazônia e desse gosto dos amazônidas brasileiros. Os ingredientes desse prato são largamente conhecidos na região. Todos são importantes e, portanto, não podem faltar quando do preparo do tacacá.

Assim, tem-se o tucupi, a goma (produtos à base da *Manihot esculenta* Pohl), o jambu (*Acmella oleracea*), a chicória-do-pará (*Chicorium endívia*), o camarão (ordem: Decapoda) seco e salgado, o alho (*A. sativum*), a cebola (*A. cepa*), a pimenta do Pará (*Capisicum odoriferum*), o sal e o açúcar (*Saccharum officinarum* L.) a gosto[1]. Essas cinco primeiras matérias-primas são originárias das terras baixas da América do Sul, notadamente, da Amazônia. Quanto ao sal, os indígenas dominavam tecnologias para extraí-lo de elementos da natureza regional. O alho, a cebola e o açúcar certamente são produtos incorporados a partir do contexto colonial, embora o mel possa ter sido utilizado em e desde tempos prístinos.

E a receita? Ante a imensidão da Amazônia brasileira, são muitas as receitas de tacacá encontradas no meio sociocultural e na literatura especializada. E embora a margem de criatividade seja mínima, variações são percebidas, principalmente quanto às qualidades e/ou quantidades dos ingredientes. Um tucupi mais apurado, um pouco mais ou menos de açúcar nele, goma pouca para apenas engrossar o caldo ou para saciar e, além de outros temperos, quem sabe um toque de pimenta. Mas, na essência, todas trazem os mesmos componentes, que juntos garantem uma visualidade ímpar, bem como a textura, o cheiro e o sabor inigualáveis. A questão das quantidades é com a experiência que se domina.

Todavia, há algumas orientações sobre o preparo: o camarão é colocado em recipiente com água

Fotos de L. Simonian

Ingredientes do tacacá.

para dessalgar; o tucupi é posto para ferver com a chicória, o alho com os dentes inteiros, um pouco de cebola picada e um pouco de sal e de açúcar; a goma é preparada com a farinha de tapioca posta em água fervente o que produz uma espécie de mingau com espessura média; as folhas do jambu são retiradas do caule e postas para ferver em água, sendo que o cozimento tem que atingir um ponto médio; a pimenta é macerada e juntada a um pouco de tucupi.

A montagem do tacacá nas cuias implica em um processo simples. Primeiro, "deita-se" um pouco de pimenta em uma cuia e logo um pouco de tucupi – com chicória e alho – e de goma; a seguir, coloca-se o jambu e mais tucupi, tudo a depender do tamanho da cuia e da vontade do consumidor e, por fim, o camarão. Tem-se, assim, o prato pronto. Então, pode-se verificar se a pimenta e o sal são suficientes; se não, acrescenta-se um pouco mais desses temperos. Feito isso, é só saborear com a ajuda de um palito ou de um garfinho de madeira.

É comum que os ingredientes individualizados cheguem prontos às bancas ou pontos de venda onde o tacacá é montado e servido em cuias, recipientes feitos à base dos frutos da *Crescencia cujete* L. Trabalhadas artisticamente ou não, as cuias são fundamentais e é impensável servi-lo em vasilha de cerâmica, metal ou plástico. A única exceção nessa direção é quando a compra é feita "para viagem" e é embalado em pote de plástico. De fato, no mais das vezes, os fregueses sentam-se em cadeiras instaladas na calçada onde um ponto de venda esteja instalado e ali mesmo consomem esse prato como uma merenda.

O quadro que vemos nessa matéria é de uma mu-

Nova140b.indd 10 12/11/13 18:18

Acrescentando mais farinha de tapioca molhada para engrossar um pouco a goma.

Colocando o jambu na cuia.

lher tacacazeira pintado em 1937 por uma artista paraense. Aliás, uma imagem forte de uma trabalhadora que a artista paraense Antonieta Santos Feio certamente conhecera em seu tempo e quis imortalizar. Outras mulheres atuaram e atuam nessa cozinha artesanal onde os ingredientes que compõem o tacacá são preparados. No passado, muitas tacacazeiras trajavam-se a rigor, com vestidos ou batas brancas *a la baianas*, aliás um modo de vestir típico de escravas domésticas ou trabalhadoras das ruas quer fossem mamelucas ou mulatas, conforme Agassiz e Agassiz ([1868] 1938) bem demonstraram no terceiro quartel do século XIX.

Nos termos de Luis Gonzaga (s. d.),

> *Tá aqui o tucupi,*
> *tem mais o jambu,*
> *e também o camarão.*
> *Quem quer tacacá?*

Mas quem resistirá ao tacacá? Por certo, ninguém! É que esse prato está entranhado na cultura local e para muitas e muitos uma ida à tacacazeira é quase sagrada no seu dia a dia. Inclusive, pode-se afirmar que as tacacazeiras e sua associação à prática cultural da produção do tacacá ganharam o *status* de patrimônio cultural da cidade em Belém do Pará, conforme a Lei nº. 8.979 de 2013.

A gastronomia amazônica e em especial a paraense vem sendo considerada na atualidade como a mais exótica do país. Suas cores, sabores, texturas e cheiros são *sui generis*. Dentre outros eventos envolvendo a culinária regional, o festival gastronômico o Ver-O-Peso vem consolidando essa tendência. Nessa perspectiva e em que pese o tacacá ser apenas uma de tantas iguarias da culinária paraense

A tacacazeira. Antonieta Santos Feio, 1937. Acervo do Museu de Arte de Belém.

e amazônica, ele é essencial e pode ser definido como caldo ou sopa, geralmente consumido como merenda a partir do meio da tarde até o início da noite.

1 Esses ingredientes são os usados na receita da família das primas Denise Machado Cardoso e Maria das Graças Trindade de Campos, de Belém, Pará.

AGASSIZ, L.; AGASSIZ, E. C. **Viagem ao Brasil**. *1865-1866*. São Paulo: Companhia Editora Nacional, [1868] 1938. 654 p. Il.; anexos.

AVE-LALLEMENT, R. **No rio Amazonas**. Belo Horizonte: Editora Itatiaia; São Paulo: EDUSP, [1859] 1980.

BATES, H. W. **The Naturalist on the River Amazons**. 3. ed. New York, [1863] 1873. 260 p. il.

GONZAGA, L. **Tacacá**. S. d. [Texto de uma canção]. Disponível em: http://letras.mus.br/luiz-gonzaga/261220/. Acesso em: 2013.

Nova140b.indd 11 12/11/13 18:18

Foto Rina López

Bolivia te presenta la riqueza de su gastronomía

Marta Orsini Puente

Boliviana, licenciada en Ciencias de la Educación, directora del proyecto Educación y Medios de Comunicación • Bolivia • morsusmarta@gmail.com

Bolivia es un país multicultural situado en tres regiones geográficas muy diferenciadas: el altiplano situado a lo largo de la cordillera de Los Andes constituido por los departamentos de La Paz, Oruro y Potosí, con clima frígido y una altura promedio de 3.700 m sobre el nivel del mar. Los valles con clima templado y una altura promedio de 2.500 m en los que se encuentran los departamentos de Cochabamba, Chuquisaca y Tarija. Los llanos, zona oriental amazónica, de clima cálido y altura promedio de 500 m que comprenden los departamentos de Pando, Beni y Santa Cruz.

La gastronomía es un elemento importante en toda cultura y está determinada por la situación geográfica: altura y clima. La naturaleza da a los habitantes de cada zona los productos que necesita para su sustento. En el altiplano se produce la *quinua* y la *cañahua* de alto valor proteínico, la *papa* (patata) de la que se hace el *chuño* y la *tunta,* papas deshidratadas en la intemperie, en tiempo de heladas, con las que se preparan platos típicos de la zona y con carne de llama secada al sol, llamada *"charque".* En los valles se cultivan variedad de verduras, frutas, maíz y muchas clases de papas. El ganado que predomina es el vacuno, porcino, ovino y aves. En la zona oriental se dan frutos tropicales, cítricos. Abunda el ganado vacuno.

Nova140b.indd 13 12/11/13 18:18

Los nueve departamentos de Bolivia tienen sus comidas típicas. La gente no renuncia a sus platos aunque emigre al extranjero. Esta es la manera de conservar su identidad cultural. Bolivia es uno de los países de América Latina con mayor movilidad humana entre el campo y la ciudad y entre los departamentos y ciudades. Llevan y traen sus costumbres y de esta manera se da una interacción cultural, un enriquecimiento mutuo. Un ejemplo de ello es la *"llajhua",* salsa picante propia de los valles, pero que está extendida también en las zonas calientes de las tierras bajas; o los *"cuñapés",* panecillos de harina de yuca y queso, que son propios del Oriente y se saborean también en el altiplano y en los valles.

La *cazuela de maní* es la sopa de los domingos con trozos de carne de cordero, garbanzos, hojas de repollo (col), papas, zanahorias y una vaina de ají amarillo quemada en la brasa que se coloca en el plato a tiempo de servir. Esta sopa se ha generalizado en todo el país de maneras diversas.

El *"Q'hoko de pollo"* es una adaptación del estofado francés: *colq au vin* (gallo al vino), que desde antes de la República se cocinaba, no con vino, sino con chicha. Otro plato de origen francés es el *"fricasé"* paceño con carne de cerdo. La creatividad criolla hizo que se adaptaran estos platos a nuestros gustos, desde los siglos pasados, añadiendo productos de la tierra.

Foto Freddy Calle M.

Chuquisaca es el departamento que produce el mejor ají (vaina roja y amarilla picante que se la comercializa deshidratada y también molida). Con este ají molido refrito en aceite se prepara un agradable *"picante"* con tres carnes: lengua de res, cola de res y pollo, acompañado con *"chuño futi",* chuño picado y cocido aderezado con salsa de maní (cacahuate), huevo y queso. Para pasar el gusto picante se toma un buen vaso de *"chicha",* bebida de maíz fermentado. Los picantes son también típicos de Cochabamba con algunas variantes en su preparación.

El famoso *"charquekan"* cochabambino se sirve con *"mote"* de maíz cocido, carne de res seca, huevo duro y encima del arroz una salsa de tomate y cebolla.

Las sopas calientes son típicas de las regiones frías. En La Paz se gusta del *"chairo",* sopa con abundante chuño picado, arvejas, habas, mote de maíz, trozos de carne de cordero o de res. En Potosí se sirve la *"k´alapulka"*, sopa espesa de harina de maíz blanco y condimentada con la *"chachacana",* hierba con sabor a pino. Lo original de esta sopa es que se sirve con una piedra candente que se coloca en el plato y hace que la sopa siga hirviendo cuando llega a la mesa.

Nova140b.indd 14 12/11/13 18:18

En Oruro son muy apetecidos los platos de cordero ya que en la región se cría corderos en tierras salinas que le dan un gusto especial a su carne. Se preparan mechados de piernas o paletillas de cordero rellenas con verduras. El *"rostro asado"* es la cabeza entera del cordero asado al horno con su piel o cuero. Se suele vender en las calles para quitar el *"ch´aki"* (resaca) de los que han estado de fiesta hasta el amanecer. Es muy bueno tomarse en el mercado central una taza de *"api"* (mazamorra) de harina de maíz morado calentito acompañado con pasteles fritos para quitar el frío de la mañana o del atardecer.

Tarija también tiene sus comidas típicas como el *"saice"*, un guiso de carne molida de res con arvejas y garbanzos, con papas y chuño, acompañado de arroz o fideos. El sábalo, pescado del río Pilcomayu que se cocina en brasa, tiene muchas espinas pero es muy sabroso. Y también los *"cangrejitos"* pequeñitos de Tomatitas, lugar próximo a la capital. En todos los departamentos del Oriente, zona ganadera, se acostumbra comer buenos churrascos acompañados con yuca cocida y el *"chivé"*, especie de sémola de yuca. El *"majadito"*, plato de arroz con carne seca majada acompañado con huevo y plátano fritos. Los famosos *cuñapés, el pan de arroz, el masaco, el sonso* de yuca con queso son buenos para el café de la tarde.

Fiestas Religiosas

En las principales fiestas religiosas como la Semana Santa, Corpus Christi, Todos los Santos-Difuntos, Navidad, se preparan platos propios de cada zona. En el altiplano y los valles, el día de Viernes Santo se sirven doce platillos en honor de los doce Apóstoles. Para la celebración de Todos los Santos y Difuntos, en Chuquisaca, se sirve el *"Mondongo"*, cuya base es el maíz pelado con ceniza, cocinado con una salsa amarilla, servido en pocillos de barro y por encima de esta preparación se coloca ají o picante de costilla de cerdo.

Como se acerca la fiesta de Navidad, ofrezco la receta de la *"picana"*, un estofado que se acostumbra comer a medianoche del 24 de diciembre en las ciudades del altiplano y valles.

Receta de La Picana

Ingredientes
(para unas 6 u 8 personas)

2 cebollas rojas grandes
1 pimentón rojo
2 tomates
5 zanahorias
Un puñado de habas, arvejas, apio, perejil
2 dientes de ajo, dos o tres locotos enteros
Unos granos de pimienta dulce, sal
Rodajas de "choclo" (mazorca de maíz tierno, de grano grande, blanco)
Trozos de carne de res, de cordero, de cerdo y de pollo
Un vaso de vino tinto
Una barrita de chocolate amargo
Papas

Preparación

Sellar o retostar los trozos de las diversas carnes en una sartén con poco aceite. En la misma sartén sofreír la cebolla, el pimentón, luego las verduras.

Colocar en una cazuela u olla profunda las carnes por orden del tiempo de cocción de cada una de ellas, es decir, primero las más duras y por último el pollo. Colocar las rodajas de choclo, los condimentos, la barrita rallada de chocolate. Añadir el vaso de vino. Tapar la olla y cocinar a fuego lento hasta que toda la preparación esté cocida. Cocinar las papas peladas en otra olla. La cantidad de trozos de las carnes y las papas dependerá del número de personas.

Les deseo una feliz navidad con una comida diferente y las bendiciones de Jesús para toda su familia.

Nova140b.indd 15 12/11/13 18:18

Foto Humberto Medeiros

Nova140b.indd 16 12/11/13 18:18

Vatapá, comida de pão, dendê e invenção

Raul Lody

Antropólogo e museólogo. Criador e curador do Museu da Gastronomia. Representa, no Brasil, a International Commission on the Anthropology of Food (ICAF). Criador e coordenador do Grupo de Antropologia da Alimentação Brasileira da Fundação Gilberto Freyre. Autor de diversas publicações, inclusive premiadas, e pesquisas, atuando em diferentes grupos latino-americanos na área de comida e cultura • Salvador, Bahia - Brasil • axe.luar@ig.com.br

Sem dúvida, as "cozinhas" mostram um permanente exercício de aproveitamento de ingredientes, e assim são construídos os pratos e organizados os cardápios do cotidiano e das festas. Pois as comidas celebram, aproximam, possibilitam muitos rituais de comensalidade e, com certeza, trazem as melhores memórias dos paladares de uma região, de uma comunidade, de um segmento étnico.

Um bom exemplo é o nosso tão conhecido vatapá. Inicialmente, para nós brasileiros, uma comida relacionada à matriz africana, tão importante na formação da nossa cozinha. Certamente o sentido africano se dá pelo uso do azeite de dendê, um marcante ingrediente do vatapá, e que se estende para uma rica cozinha de identidade nacional. Assim a criação e a adaptação de muitas receitas realizadas pela mão africana, diga-se de muitas "Áfricas", identificadas por povos, culturas e civilizações, que fazem do Brasil o maior país afrodescendente.

Nova140b.indd 17 12/11/13 18:18

Foto Raul Golinelli - GOVBA

A receita do vatapá revela-se como "um prato brasileiro", uma criação que une o aproveitamento do pão, do trigo introduzido pelos portugueses; dos acréscimos da castanha de caju, fruta nativa; dos peixes, da galinha, do porco, do bacalhau, que formam as bases dos diferentes tipos de "vatapá"; e quando tudo é celebrado no azeite do dendê, e complementos de amendoim, pimenta, entre tantos outros.

Nas nossas cozinhas tradicionais, o aproveitamento do pão é marcado pelas rabanadas ou fatias douradas ou ainda fatias de parida. Bolos de pão, pudim de pão, tudo remete às bases da açorda portuguesa, com o pão que é reciclado com temperos, azeite de oliva, camarões, e um ovo fresco que é aberto sobre a massa pronta complementando assim a açorda.

Costume medieval nos conventos, as chamadas "sopa-boba", um aproveitamento de tudo aquilo que a cozinha pode oferecer mais o pão; sempre o pão integrado às receitas.

O nosso vatapá marca as cozinha na Bahia, e em todo o Nordeste; no Norte com interpretações do vatapá no Pará, com mais camarão na receita, diga-se camarão fresco; ou ainda o vatapá pernambucano com mais amendoim e pouco dendê, apenas para pontuar; já o vatapá baiano é inundado de dendê, é o chamado "vatapá de mesa".

Bom de ver e de comer é o vatapá, tradicionalmente acompanhado de acaçá de milho branco, uma massa sem tempero que é cozida envolta em folha de bananeira; para harmonizar com o vatapá condimentado; e ainda se come vatapá com arroz, ou com arroz ao leite de coco.

Nova140b.indd 18 12/11/13 18:18

Receita de Vatapá

Ingredientes

10 pães (tipo francês)
250 g de camarões secos e defumados
500 g de peixe
500 g de camarões frescos
1coco seco, 500 ml de leite da coco
50 g de gengibre fresco
100 g de amendoim,
100 g de castanhas de caju moídas
2 cebolas
250 ml de azeite de dendê
Limão, sal, salsa e coentro a gosto

Modo de Preparo

Os pães (passados três dias) devem ficar imersos por algumas horas na água, ou no leite de coco misturado com água. Nesta massa são adicionados os demais ingredientes devidamente elaborados: peixe cozido, camarões frescos limpos no limão, e os outros. Diz a tradição que se deve sempre mexer o vatapá, cuja preparação é em torno de uma hora de cozimento. Após o cozimento há um acréscimo de dendê, certamente para reforçar a cor da comida. O vatapá é servido com arroz de coco ou arroz comum, ou ainda com acaçá branco, feito de milho branco, sem temperos, e a massa é envolta em folha de bananeira.

Nota: receita tradicional da Bahia.

Foto Claus Meyer / Tyba

Nova140b.indd 19 12/11/13 18:18

Foto Adélia Maria Koff

La gastronomía colombiana, una muestra de su multiculturalidad

Andrea Gómez, Luis José Pardo, Olga Ospina, Martha Moreno, Lucero Guerrero, Luz Mary Puerto, Sol Ángela Otálora, Rocío Torres, Diana Carolina Peña

Liceo Segovia • Bogotá, Colombia • rectoria@liceosegovia.edu.co

Las comidas típicas de las regiones de Colombia hacen parte de su identidad cultural, lo que marca los hábitos alimenticios de las personas, de acuerdo con el lugar en donde habitan. Este es uno de los aspectos que caracteriza la riqueza multicultural de nuestro país. Todas sus generalidades y su biodiversidad lo convierten en uno de los lugares más atractivos del mundo, digno de ser conocido y disfrutado. La variedad gastronómica colombiana se puede disfrutar en las celebraciones durante las diferentes épocas del año de acuerdo con las tradiciones religiosas, las clases sociales, el ingreso económico, las restricciones médicas, las prohibiciones culturales o todos los elementos supeditados a sus regiones. Su riqueza geográfica posibilita que cada región deleite el paladar de propios y extranjeros.

Es así como en Colombia la gastronomía costeña está dividida en dos: por un lado la costa caribeña, al norte del país, y por el otro, la costa pacífica por el interior; cada una con rasgos muy latinos y propios del país. Haciendo alusión a esa identidad latina, en nuestra tierra existen refranes populares que dicen cuán valiosa es la riqueza de los productos alimenticios típicos y la importancia de estos para colombianos o turistas, por ejemplo: "todo entra por los ojos" y "barriga llena, corazón contento". Es por esto

Nova140b.indd 21 12/11/13 18:18

que cuando se trata de preparar, compartir, celebrar la vida y aprovechar las riquezas de la tierra, siempre nos convoca a las familias, amigos y personas cercanas, una mesa con los más deliciosos platos típicos preparados en casa, como resultado de un trabajo de equipo entre niños, niñas, jóvenes y adultos.

Foto Novamerica Colombia

La gastronomía latino-caribeña se destaca por su especialidad, diversidad, mezcla de aromas, texturas y sabores. Permite que las personas sientan placer con los diferentes alimentos y con sus formas de preparación, lo que posibilita oportunidades de trabajo formal e informal en el área gastronómica. Además, es una nueva expresión de arte debido a su combinación de colores y formas atractivas a la vista. En esta región del país existe un mito que puede explicar la magia de su comida: el mismo sostiene que existe el hombre caimán, un hombre con cabeza humana y cuerpo de caimán, que cuando cuenta sus vivencias, lo hace sin hacer uso de la "s" final en las palabras, ya que este sería el ingrediente secreto que agregan los pobladores para deleitar con sus platos típicos del Caribe Colombiano.

Arepas, empanadas, tamales y sancochos son muy comunes en todo el país, pero cada uno de ellos se prepara con las respectivas variedades regionales. Es lo que nos define como colombianos y colombianas. Desde las recetas más simples, que pueden acompañar unas deliciosas y sencillas onces, hasta las que continúan vigentes en nuestra mesa para un encuentro familiar, o mejor aún, las que deliciosamente encontramos en cualquier carretera o plaza de mercado a lo largo de nuestro bello territorio colombiano.

Para el fin de año las tradiciones regionales son diversas, sin embargo, en todas sobresalen aquellas que implican la unión de la familia. Los festejos se inician con la preparación de las cenas y los postres que se comparten alrededor de la novena y los villancicos. La navidad es una época que lleva a recordar el nacimiento de Jesucristo en la tierra y que nos hace reflexionar sobre cómo cambió el mundo con actos de amor y compasión. Es una época que convoca a cada familia a recogerse en el calor y amor de un hogar que por momentos pareciera dispersarse, pero que al celebrar todos juntos, se regresa a la unión y a la fraternidad, a la convivencia, a la diversión y a la alegría. Llegan aquellos familiares de lugares apartados para revivir momentos apreciados y no hay nada como la buena comida para unir a cada miembro en esta celebración. Por eso, queremos compartir con todas las lectoras y todos los lectores la receta que sigue a continuación, para que se animen a prepararla y puedan conocer y degustar una parte de la gastronomía colombiana. Y para que, además, ustedes y nosotros podamos sentirnos más cerca:

La lechona es un plato típico de la región colombiana del Tolima, corresponde a uno de los más exquisitos platos que se comparten en familia y los colombianos podemos encontrarlo en cada lugar. De igual manera, los ingredientes que van dentro del cuerpo de un cerdo son cosechas de la tierra. La carne que se mezcla con estas cosechas es la misma del cerdo. En algunas regiones ya se está preparando con ingredientes dietéticos y baja en grasas. Entre la gran variedad de recetas que existen, elegimos la que sigue.

Nova140b.indd 22 12/11/13 18:18

Receta de La Lechona

Ingredientes y preparación

Una lechona virgen o lechón castrado que tenga un peso de aproximadamente 50 libras. Posteriormente se limpia el animal y se extrae la carne con cuidado de no romper la piel y dejando la cabeza intacta.

Para darle mejor sabor a la parte externa de la lechona se le debe aplicar sal, lo que dará como resultado una mejor cocción, color y presentación del plato.

La carne que se extrajo es adobada con cebolla larga picada, ajos pelados y triturados, agua, sal, pimienta y comino. Vale la pena agregar que la carne de las costillas no se debe separar ya que será parte fundamental de la estructura final del plato, y que debe ser igualmente adobada.

Una vez que la carne esté adobada, se procede a la preparación del relleno que consta de: arvejas, manteca de cerdo y cebolla finamente picada. Todo esto se frita en una paila (olla) a la que se agrega la carne picada y adobada.

Se rellena la lechona teniendo en cuenta que se debe poner una capa de carne y hueso de costilla, seguida del relleno previamente preparado. Se repite este procedimiento hasta llenar completamente la piel del cerdo. Debe rellenarse de tal manera que la estructura de la lechona se mantenga. Coser la lechona en punto de cruz y llevarla al horno en una parrilla con huecos.

Cuando la lechona ya esté en el horno se debe bañar con jugo de naranja agria para que su parte externa tueste adecuadamente y quede crocante.

Se la deja en el horno por 3 horas a 400 grados y luego por 2 horas a 200 grados. Tradicionalmente se prepara en hornos de barros precalentados y su cocción es de aproximadamente 20 horas.

Luego se la deja enfriar, se la corta en porciones de relleno y piel equitativamente y se la sirve en platos individuales. Se la puede acompañar con arepa de maíz blanco y una bebida a gusto.

(Libro de la cocina colombiana, Círculo de Lectores)

Foto pesquisa Internet

Nova140b.indd 23 12/11/13 18:18

Foto Humberto Medeiros

Nova140b.indd 24 12/11/13 18:18

A culinária local como fator de identidade cultural

Sandra Siqueira da Silva

Socióloga. Mestranda em Desenvolvimento Social pelo Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Social/PPGDS/Unimontes. Pesquisadora e bolsista da CAPES. Tutora da Universidade Aberta do Brasil UAB/Unimontes • Brasil • liiiibra@yahoo.com.br

A região centro-oeste, devido ao seu povoamento recente, sofreu influências das mais variadas regiões do Brasil. Tal aspecto reflete significativamente na culinária local, pois, a diversidade encontrada no cerrado e nos rios da região faz com que os pratos ali encontrados se tornem típicos a este espaço e, principalmente, porque estes são reconhecido como tal pelos moradores locais[1].

Tal afirmação pode ser constatada conforme os estudos de Silva (2012), em que a culinária e os bens alimentares pertencem à categoria de patrimônio imaterial, pois, reúnem técnicas, modos de fazer, conhecimentos que são transmitidos de geração em geração, que informam aspectos identitários, culturais, e simbólicos de um determinado povo e de uma determinada cultura. Neste sentido, analisaremos a alimentação como um ato cultural e simbólico, integrante do patrimônio cultural imaterial local. O alimento, que neste caso é o pacu assado com farofa de couve e arroz com pequi, comunica algo sobre determinado povo e determinada região. Ao degustar algo que é salgado, doce, exótico, consistente, pastoso, essas propriedades nos proporcionam muito mais que sensações ao nosso paladar. Trazem consigo memórias, identidades, história, cultura, tradição e simbolismos[2].

Nova140b.indd 25 12/11/13 18:18

Nesse sentido, pode-se afirmar, de acordo com Maciel (2004), que a alimentação humana é um ato social e cultural. É um sistema simbólico, que atua como vetor de comunicação, permitindo-nos a compreensão da sociedade em que se está inserido. Para esta autora, a cozinha de um povo é criada de acordo com um processo histórico, articulando elementos tradicionais, com o objetivo de criar algo único, que se torna particular, singular e reconhecível[3].

A culinária regional tem a capacidade de comunicar aspectos identitários, geográficos, históricos e culturais de um povo. Os hábitos alimentares trazem distinção entre culturas. Dessa forma, faz-se necessária a valorização da culinária regional, pois esta é fator de reconhecimento da comunidade local. O motivo da presença de um determinado ingrediente no cardápio alimentar é relacionado à preferência e também a aspectos culturais. O peixe, e a farofa, tem lugar garantido em alguns pratos típicos em vários lugares; o seu uso não se faz de forma indiscriminada, é datado de um tempo muito distante. O consumo do peixe é datado da pré-história.

Foto Rodolpho Oliva

No Brasil, devido às condições geográficas favoráveis à região centro-oeste, os rios são abundantes, e a carne de peixe é um alimento popular, inicialmente consumido pelos índios, populações tradicionais, e pelo homem urbano. A farofa, também é consumida em todas as regiões do Brasil, derivada da mandioca, ela é um alimento que serve como acompanhamento a assados e ensopados, seu uso é datado desde o período colonial. Por estes motivos, encontramos a presença desses ingredientes em vários pratos típicos no Brasil. O seu uso e a sua preferência fazem parte de um costume histórico, passado como herança cultural. Assim, nota-se que um alimento tem a função de comunicar aspectos históricos, pois fez parte de um determinado contexto; geográfico pelo seu acesso em uma

Nova140b.indd 26 12/11/13 18:18

determinada região e de forma abundante; e principalmente, a comunicação dos aspectos culturais, uma vez que é a cultura que molda a preferência alimentar e o uso e proibição de certos alimentos aos grupos humanos. Logo, os motivos que levam a determinados grupos sociais a consumirem determinados pratos e a determinada culinária são fruto de uma herança cultural específica, adquirida ao longo de uma vida, e também relacionada a fatores sociais, econômicos e culturais.

Nesse sentido, *"analisar a culinária, determinada por saberes e lugares, permite associar as preferências alimentares com os signos culturais que adquirimos ao longo da vida, ou seja, o gosto e a preferência em relação à comida são condicionados de acordo com as influências culturais recebidas e adquiridas com o tempo (Silva, 2012, p. 153)".*

Assim, degustar um pacu assado com farofa e arroz com pequi, não é algo que pode ser feito em qualquer lugar, pois estes produtos são encontrados em lugares específicos, produzidos com ingredientes específicos, e as pessoas que procuram por tais produtos, o procuram porque na maioria das vezes já os experimentaram em outros momentos, e o consumo dos mesmos acontece não somente para alimentar o corpo, mas também para alimentar a alma, de lembranças, memórias e significados que o sabor de tais alimentos proporciona a quem os degusta.

1 Lieselotte (1978) afirma que são motivações que levam o homem a buscar alimentos: sobrevivência, saúde, dieta, religião, longevidade, carência, ciência e cultura. Assim, o estudo dos hábitos alimentares está ligado à compreensão das formas de vida; a autora entende que a preferência por determinados alimentos não é natural, e sim apreendida.

2 As comidas são associadas a povos em particular, e muitas delas são consideradas inequivocamente nacionais, lidamos frequentemente com questões relativas à identidade. Todos nós sabemos que os franceses supostamente comem rãs e caracóis; os chineses, arroz e soja; e os italianos, macarrão e pizza. Mas a espantosa circulação global de comidas e a circulação paralela de pessoas levantam novas questões sobre comida e etnicidade. Seria mais fácil mudar o sistema político da Rússia do que fazê-los abandonar o pão preto; a China abandonaria sua versão do socialismo mais facilmente que o arroz (MINTZ, 2001, p.34).

3 Mais do que as técnicas, essas maneiras de fazer estão relacionadas aos significados atribuídos aos alimentos e ao ato de alimentar, que vem a ser um ato culinário de transformação. Assim, a maneira de transformar a substância alimentar, de fazer a comida, a culinária própria de uma dada cozinha, implica um determinado estilo de vida, produzindo uma mudança que não é só de estado, mas de sentido. (MACIEL, 2004, p. 26).

LIESELOTTE, H. O. A Alimentação através dos tempos. Série Cadernos Didáticos, 1ª ed. Rio de Janeiro: FENAME, 1978, 288p.

MACIEL, M. E. Uma cozinha à brasileira. Estudos Históricos, Rio de Janeiro, nº 33,janeiro-junho de 2004, p. 25-39. Disponível em:http://virtualbib.fgv.br/ojs/index.php/reh/article/viewFile/2217/1356. Acesso em:11/08/13.

MIMTZ, S. W. Comida e antropologia: uma breve revisão. Revista Brasileira de Ciências Sociais - v. 16, nº. 47, Outubro/2001, p. 31- 41. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rbcsoc/v16n47/7718.pdf. Acesso em: 15/08/13.

SILVA, S. S. A relação entre ciência e senso comum: para uma compreensão do patrimônio cultural de natureza material e imaterial. Revista PontoUrbe (USP), Ano 5, v. 9, Dezembro de 2011. Disponível em: http://www.pontourbe.net/edicao9-cirkula/202-a-relacao-entre-ciencia-e-senso-comum-para-uma-compreensao-do-patrimonio-cultural-de-natureza-material-e-imaterial. Acesso em: 12/08/13.

SILVA, S. S. O Mercado Central de Montes Claros e o consumo dos bens alimentares: o patrimônio cultural como vetor do desenvolvimento local. Dissertação (mestrado) Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Social/PPGDS, 2012. 196p. Disponível em: http://www.ppgds.unimontes.br/index.php/2012?task=document...id=89. Acesso em: 21/08/13.

Nova140b.indd 27 12/11/13 18:18

Receita de Pacu Assado com Farofa de Couve

Ingredientes
(rendimento para 8 porções)

1 pacu com cerca de 3 kg, sem as escamas e com o couro
1/2 xícara de suco de limão

Para a marinada
1 cebola grande picada
2 colheres de sopa de suco de limão
4 dentes de alho amassados
1 xícara de água

Para o recheio
6 colheres de sopa de óleo
20 folhas de couve novas e macias, cortadas em tirinhas finas
1/2 cebola pequena ralada
2 dentes de alho amassados
2 xícaras de farinha de mandioca

Modo de preparo
Coloque o pacu em uma vasilha, cubra com água fria, junte suco de limão e deixe descansar por cerca de 30 minutos.

Escorra a água do pacu, coloque-o novamente na vasilha, tempere com cebola, suco de limão, alho, água e deixe pegar gosto por cerca de 1 hora.

Aqueça 3 colheres de óleo em uma panela em fogo alto, junte a couve, refogue rapidamente somente até adquirir um tom verde vivo.

Em outra panela, aqueça o óleo restante, junte cebola, alho, deixe dourar levemente, acrescente farinha de mandioca aos poucos, misturando bem, junte a couve refogada e misture até obter uma farofa homogênea.

Recheie o pacu com a farofa de couve, costure a barriga do peixe, coloque em uma assadeira forrada com rodelas de pão sem untar, leve ao forno (pré-aquecido em temperatura média de 180º C) e asse por cerca de 1 hora ou até ficar bem dourado. Tire o peixe do forno, coloque em um prato de servir e leve imediatamente à mesa.

Se quiser, acrescente outros ingredientes ao recheio: azeitonas sem caroço, cheiro verde, pimentão vermelho e ovos cozidos picados.

Fonte da receita: http://www.tudook.com/receitasbrasileiras/pacu_assado.html

Foto pesquisa na Internet

Nova140b.indd 28 12/11/13 18:18

Receita de Arroz de Pequi

Ingredientes

15 unidades de pequi
3 xícaras de arroz
1/2 kg de carne de sol
1/2 kg de linguiça
300 g de linguiça calabresa
300 g de bacon
300 g de toucinho com pele
3 tomates
2 cebolas
1 xícara de água
Cheiro verde e alho a gosto
Óleo

Modo de Preparo

Em uma panela grande, aqueça o óleo, adicione a carne de sol em cubinhos, deixe dourar, acrescente o pequi. Vá virando para que solte o óleo, junte o alho picado e a cebola picada deixe dourar, acrescente a água, deixe cozinhar de 30 a 40 minutos. Em outra panela, refogue bastante o arroz e despeje na panela com a carne e o pequi, tampe, depois que pegar fervura.

Abaixe o fogo e deixe cozinhar, se precisar, acrescente mais água, mas não deixe cozinhar muito para não grudar.

Frite: o toucinho, as linguiças, e o bacon e reserve. Faça o molho dos tomates: em uma panela junte o óleo, a cebola, os tomates sem sementes e cortados em cubinhos, o tempero, 1/2 xícara de água, mas não deixe derreter, despeje sobre o arroz já cozido, junte todas as frituras por cima do arroz e, em seguida, o cheiro verde cortadinho.

E bom apetite!

Arroz de Pequi. Foto Humberto Medeiros

Nova140b.indd 29 12/11/13 18:18

Foto Maricruz Romero Ugalde

Nova140b.indd 30 12/11/13 18:18

Tradición culinaria en Puebla, México

Dra. Maricruz Romero Ugalde

Universidad de Guanajuato, Campus León • México • mromero@ugto.mx

Hablar de gastronomía –arte de preparar una buena comida– en mi país es un reto, tomando en cuenta que es un espacio megadiverso, tanto biológica como culturalmente. De acuerdo con el *Worldwatch Institute,* México es uno de los seis países que presenta mayor diversidad biológica y cultural.

Desde una perspectiva más sencilla, la influencia del clima y los contactos culturales complejizan las posibilidades de la elección de aquello que socialmente es comestible. Por ejemplo, para los habitantes de la Ciudad de México comer *huitlacoche* es un manjar de temporada. No obstante, en Aguascalientes, este hongo, que se reproduce en la mazorca del maíz, es considerado alimento para los animales.

El ejemplo etnográfico que expongo es a partir de un tipo de "mole" llamado *Pascal de pollo,* preparado con base de pipián y utilizado como relleno de un tamal denominado *Trabuco,* alimento festivo preparado para el *día de los Angelitos* en el periodo de "Todos Santos" en la localidad de Cuaxtla.

Nova140b.indd 31 12/11/13 18:18

La comensalidad, interacción que construye identidades emblemáticas a partir del proceso de socialización

La comensalidad es un acto de convivencia que genera interacción que se sanciona de manera externa, por tanto, siempre se rige por reglas establecidas en contextos culturales específicos (Fischler, 2013). Vista así, la comensalidad inicia en el proceso de socialización del individuo. "El proceso de socialización es la manera en que el individuo forma parte del grupo internalizando valores, normas, conductas, costumbres" (Romero 2012: 231). En "la alimentación está presente, como en un holograma, la economía, la política, la ideología (religión), el sistema simbólico, los valores, el ritual, la identidad, la historia, la memoria colectiva de un grupo social" (Cervantes, 2005:37). Además, Fornier y Wiesheu, siguiendo a Grignon, señalan que "los festines establecen un espacio-tiempo de convergencia en torno a la comida y todo lo que se ingiere, propiciando que se activen y fortalezcan las redes sociales […] (y) se crean estados de percepción y expresiones comunes de efervescencia colectiva" (2008:13).

Cuaxtla, Tlaxco, Puebla, MÉXICO

Cuaxtla significa "Al pie del cerro". Es una localidad rural de 566 habitantes (INEGI, 2010). Entre ellos hay hablantes de lengua otomí (Lastra, 2001), sin embargo, en la vida cotidiana la lengua franca es el español. Sus principales actividades son la producción del café y la cría de ganado vacuno. Durante cuatro días, del 30 de octubre al 2 de noviembre, la gente solo se dedica a prepararse para recibir a sus difuntos, consiguiendo primero las flores, frutas, panes y veladoras con que se armará el altar. Desde la calle hasta el altar se marca un camino con pétalos de flor de cempoaxóchitl. La instalación de los objetos, fotografías e imágenes de los seres queridos estará a cargo de la persona de más edad y reconocimiento social de la familia. Cada día, en tres momentos distintos (mañana, medio día y noche) se colocarán los alimentos con base en la tradición. Las mujeres son las que transforman los productos de la sierra en manjares para los muertos y visten los altares con manteles y servilletas bordados durante todo el año. Nombrar a todos y a cada uno de los familiares muertos es una ceremonia que se inicia encendiendo una cera para las ánimas y después una veladora para cada uno de los familiares recordados. Así, enunciando cada nombre, en voz alta, se recuerda el tipo de filiación.

Foto Maricruz Romero Ugalde

Nova140b.indd 32 12/11/13 18:18

Entre flores, luces y comida, los altares se convierten en el punto central de convivencia. Las visitas de los familiares y amigos son una obligación que implica compartir el mole sin carne para los niños, los tamales "trabucos" y el mole de guajolote que se hace para los adultos, pasando por el pascal y los tamales "itecocos". En las cocinas, las mujeres siempre son coordinadas por la de mayor edad y se congregan acompañadas de los niños. Para involucrarlos se les hacen encargos importantes pero sencillos como ir a recoger la *papatlilla,* hoja silvestre del plátano, para envolver la masa de maíz que se completará con el pascal. Cuando se prepara el pascal, la mujer que coordina delegará, en quien considere su sucesora, filtrar la *pipiana* –pulpa de la pepita de calabaza sazonada con el chile seco– a través de una tela para separar el aceite de la pulpa y con esta hacer pequeñas esferas denominadas *hormigas,* las mismas que se agregarán al Pascal. A alguna de las mujeres se le encargará el cuidado del sazón y la meneada del guiso, siempre en un solo sentido. Con el pascal terminado, se amasa el maíz, se coloca una pequeña porción en la hoja de paplatilla y después se añade el pascal. Finalmente todo se envuelve formando un delgado rectángulo llamado *Trabuco.* Los *trabucos* se cuecen de dos en dos y se cuelgan en el altar. El día 30 se hacen los tamales *Itecocos,* unos rellenos de chayote y otros, de frijol. El día 31 se instalan al medio día los *trabucos* en *carabinas* y se prepara el pascal para los adultos; por la noche se inicia la preparación del mole de guajolote. Matar al animal, limpiarlo y cocerlo es un procedimiento que puede llegar a tardar horas. Mientras, en el proceso, las narraciones sobre la vida de los difuntos y la recitación de las décimas que pronunciaban los "antiguos" enmarcan el ambiente solemne y festivo de los días de "Todos Santos".

1 Investigación de campo realizada en dos visitas hechas cada una en noviembre de 1985 y en noviembre de 2011, a la Familia Téllez Cravioto.

2 En el texto esta receta corresponde al municipio de Zihuateutla de origen totonaco, muy cerca de la localidad de estudio del presente artículo.

Castillo A. H. (2003) Recetario indígena de la Sierra Norte de Puebla. México: CONACULTA-CULTURAS POPULARES.

Cervantes, M.A., (2005) La alimentación como objeto de estudio de la antropología. Anuario II. Academia Mexicana de Ciencias Antropológicas, A.C. 37-45.

Fischler, C. (2013) Conferencia magistral presentada en el Coloquio Internacional de Antropología de la Alimentación. México: Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco del 22 al 24 de mayo, Cd. de México.

Fournier, P., Walburga W., (2008) Presentación. Festines y rituales. Arqueología y Antropología de las Religiones. Volumen II. México: PROMEP-INAH-CNCA, 5-25.

Lastra, Y. (2001) Unidad y diversidad de la lengua. Relatos otomíes. México: Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigaciones Antropológicas.

Berger, P. L., Luckmann, T. (2001) La construcción social de la realidad, Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Romero, U.M. (2012) Entre la guerra y la paz. El ritual y la construcción emblemática de las identidades. Alemania: Editorial Académica Española.

Receta de Pascal de Pollo

Ingredientes

5 kilos de pipián pelado
1/4 de kilo de chiles secos (mora)
3 kilos de pollo

Procedimiento

Se tuestan en el comal los cinco kilos de pipián para poder molerlos en el metate. Esta masa se remoja en caldo de pollo caliente y se exprime para sacarle el aceite o la grasa de pipián. Posteriormente se pone al fuego hasta que hierva de 20 a 30 minutos. El pipián con caldo sale como albóndiga porque se exprime cuando está hirviendo. Se le agregan piezas de pollo, sal a gusto y el chile molido para que quede rico y picoso.

El pascal de pollo se prepara para comer los últimos días de la fiesta tradicional, ceremonia o ritual; significa comida de clausura y se acompaña con tortillas calientitas hechas a mano por las mismas señoras que asisten a las fiestas. A veces se come en Todos Santos y en Semana Santa. (2003, P. 49)[2]

Nova140b.indd 33 12/11/13 18:18

Foto pesquisa na Internet

Perú gastronómico: país de todas las sangres

Flor Sobrino

Educadora, Licenciada en Educación Inicial por la Pontificia Universidad Católica del Perú. Actualmente trabaja en el Dpto. Pastoral del Colegio Isabel Flores de Oliva - Institución Teresiana • Lima, Perú • florgsv3@yahoo.es

Como dice la gran investigadora, docente y experimentada chef, Gloria Hinostroza, encargada de preparar el expediente sobre cocina peruana que sustentó su designación como Patrimonio Cultural de la Nación[1], la cocina peruana de hoy lleva en su esencia el sello de nuestra historia, de nuestra geografía, de nuestras creencias, sentimientos y la esperanza del porvenir. También afirma que la comida peruana tiene como base la comida prehispánica, que no fue el mestizaje el que le dio origen, sino que este la enriqueció.

Gracias a que el Perú tiene el privilegio de contar con ocho regiones naturales con características climáticas, morfológicas, biológicas y ecológicas muy variadas. La *primera fusión,* por decirlo de alguna manera, se dio a partir del intercambio de alimentos entre los habitantes precolombinos de las diversas regiones, que el Camino Inca facilitó.

Nova140b.indd 35 12/11/13 18:18

Foto Meliza Panes

"La comida peruana tiene características que no existen en ninguna parte del mundo, porque la historia del Perú gira alrededor de la comida desde sus inicios. Tenemos productos cultivados desde hace ocho mil años antes de Cristo, y no se trata de productos que crecieron solos, sino que ya estaban domesticados. (…) la comida peruana es una de las más antiguas del mundo, se sustenta en varios milenios de creación cultural por diversas etnias que poblaron el Perú, además tiene un carácter mágico-religioso que le da un profundo contenido simbólico y cultural".[2] Otros aspectos a considerar son el gran desarrollo de las tecnologías agrícolas, del manejo del agua y de la preservación de alimentos que desplegaron sus pobladores.

"La historia de todas las cocinas del mundo empieza realmente con la llegada de productos americanos y de otras culturas, pero en la nuestra casi no hubo intervención de fuera, América se mantuvo aislada y creciendo sola, hasta que llegaron los españoles y empezó el mestizaje"[3]. A partir de entonces, en estos más de 500 años de mestizaje, se han dado diversas fusiones que han hecho de la cocina peruana una de las mejores del planeta.

Con la conquista, la cocina prehispánica se fusionó con la cocina española, la cual traía influencias griega, romana y esencialmente árabe. España trajo el azúcar y de esa época provienen muchos postres, los que eran preparados por las religiosas en los conventos. Luego se tuvo el gran aporte de los africanos, los italianos, los chinos, los japoneses, todos ellos trajeron nuevos productos y recetas. También ellos adoptaron los nuestros haciendo de la comida peruana realmente una delicia. Más tarde llegaran otros: alemanes, judíos, tiroleses, franceses y un sinfín de inmigrantes. Poco después, los dulces más sencillos y deliciosos fueron creación de los afro-descendientes.

Después, en pleno siglo XX, la migración de los provincianos a la capital posibilitó que trajeran sus platos típicos, sus costumbres, y la gastronomía peruana dio origen a nuevas creaciones. Hoy sabemos que en Lima, declarada Capital Gastronómica de América, tenemos infinidad de restaurantes que ofrecen comida de todos los departamentos del país, con aproximadamente 3.000 recetas típicas de nuestra gastronomía peruana, además de bebidas nativas como las chichas preparadas con diversos productos, destacando siempre la Chicha Morada y el infaltable Pisco. Nuestra gastronomía, por tanto, es resultado de un conjunto de elementos históricos, económicos, culturales y sociales que revelan la vida y la riqueza de nuestro pueblo.

Nova140b.indd 36 12/11/13 18:18

Finalmente, en los últimos años, la cocina novoandina también ha favorecido el mayor uso de productos nativos, los cuales habían estado segregados por muchos años. Su contribución es muy valiosa, ya que posibilita un menor uso de condimentos, optándose por hierbas aromáticas y sabores más puros. También se retoman con fuerza y creatividad productos tradicionales como la quinua, kiwicha, cañihua, tarwi, maca, kushuro, loche, cocona, aguaje, aguaymanto, carnes de alpaca, llama, cuy, paiche, trucha, cañan, etc. muchas veces restringidos al uso de los lugareños.

Hoy podemos afirmar con orgullo que la cocina peruana es reconocida como una de las mejores expresiones gastronómicas del mundo, que se distingue por su originalidad, su variedad, aroma, textura y sabor. Así lo indica la resolución que la declara Patrimonio Cultural de la Nación.

La gran revolución gastronómica del Perú no habría sido posible sin el aporte de las cocinas locales, regionales y tradicionales, sin el dedicado trabajo de muchas personas por revalorar lo nuestro y transmitirlo a las nuevas generaciones. Una de ellas es el reconocido chef Gastón Acurio, quien afirma que "la cocina es hoy el principal punto de encuentro entre peruanos, (...), ella se ha convertido actualmente en esa fuente en la que encontramos la inspiración para aceptarnos y querernos como nación".[4]

En marzo del 2011, la milenaria gastronomía peruana, que se ha convertido en bandera de nuestra identidad cultural, fue nominada Patrimonio Cultural de las Américas, reconocimiento que entregó por primera vez la OEA. Se espera que este premio sea la antesala de otro reconocimiento: que la Organización de la ONU para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco) la nombre Patrimonio Inmaterial de la Humanidad.

Actualmente, un equipo de destacados estudiosos de la gastronomía peruana junto a antropólogos, sociólogos, historiadores, entre otros, prepara el expediente que el Perú presentará a la Unesco. Este reconocimiento tendría un impacto muy significativo tanto en la economía como en la preservación de los productos o insumos. Ya sea que se obtenga o no dicho reconocimiento, es importante señalar que nuestra gastronomía está en una etapa de plena efervescencia y en un auge, tanto a nivel nacional como internacional, que seguirá desarrollándose y posibilitará un mayor avance en la valoración y reconocimiento de la diversidad, lo cual también favorecerá el desarrollo económico de nuestro país.

Durante los últimos años se han venido haciendo diversas ferias culinarias tanto a nivel local como regional. A nivel nacional se celebra la más grande Feria Gastronómica de América: "Mistura", que en

Foto Flor Sobrino

Nova140b.indd 37 12/11/13 18:18

cada edición tiene un tema central. Este año, en su sexta edición ha escogido el tema: *El agua y los productos hidrobiológicos.* La misma favorece la revaloración y venta de productos agropecuarios, nativos, orgánicos y ecológicos. La feria es visitada por infinidad de personas tanto nacionales como extranjeras, dándose origen así al turismo gastronómico. Por otro lado, Perú ha nominado al año 2013 como el *Año de la Quinua,* por lo que se han hecho diversas actividades conmemorativas para revalorar este grano andino que puede ayudarnos en la lucha contra la desnutrición y la pobreza.

Tarea de todos es capitalizar todas las potencialidades de nuestra gastronomía y fortalecer el desarrollo de nuestra gente, desde lo que puede aportar cada región y con una mirada esperanzada en el futuro, involucrando en ello a las nuevas generaciones.

Ahora, si tuviéramos que escoger un plato representativo de toda la nación peruana, la verdad sería muy difícil hacerlo. La respuesta podría ser todos y esto debido a que la diversidad es el rasgo distintivo de nuestra gastronomía. Durante muchos años a Perú se lo ha identificado con el célebre ceviche, pero hoy en día son muchísimos los platos que nos pueden representar porque "La gastronomía peruana va más allá de una deliciosa combinación de variados y nutritivos ingredientes, y expresa mejor que cualquier otra expresión artística los sentimientos, historia, variedad e identidad cultural en este país de todas las sangres".[5]

La Causa de Nuestra Fama[6]

"Nuestra comida no tiene un plato más arrogante y democrático que la Causa. Arrogante porque no necesita acompañantes como el arroz; y democrático porque puede servirse en la mesa de cualquier casa en cualquier día de la semana. (…) Como todo plato delicioso, la causa tiene más de una receta, y su historia, más de una versión. La más conocida dice que nació durante la Guerra del Pacífico, cuando las vianderas limeñas inventaron un plato de papa amasada que vendían *por la causa* para apoyar a nuestros combatientes. La otra historia de esta historia es menos heroica: su origen podría ser precolombino y (…) Causa sería una deformación de la palabra quechua *Kausay*, que significa *el origen de la vida*. En realidad, más allá de las teorías sobre su aparición, la Causa es un plato de origen, pues en ella se condensan los dos ingredientes principales de todo el árbol genealógico de la comida peruana: la papa y el ají. En este plato ambos ingredientes se unen y se convierten en un solo saborcillo al que hay que añadir limón, para realzar las sensaciones en el paladar, y aceite, para amalgamar las diferencias".[7]

Si bien la Causa nació limeña, con papa amarilla y cuya masa fría se ponía en escabeche, luego esta se nacionalizó. Gracias al boom gastronómico y a la creatividad peruana la variedad de rellenos se amplió. Hoy puede hacerse Causa rellena de pescado, de pollo, de carne, de verduras, de mariscos… también puede hacerse Causa caliente, Causa frita y muchas más.

Ahora, "cualquier papa es *causable* y todos los rellenos son posibles"[8], ello depende del gusto de cada persona.

1 Flores, E. (2008, abril). "Gastronomía peruana: singular expresión de la identidad cultural". La Gaceta Cultural, 32, 4-7.

2 Flores, E. Ídem.

3 Flores, E. Ídem.

4 Catálogo de las mejores recetas de Gastón Acurio, Publicaciones Banco Continental- BBVA, 2009.

5 Flores, E. Op. Cit..

6 Catálogo de las mejores recetas de Gastón Acurio, Publicaciones Banco Continental- BBVA 2010.

7 Ídem.

8 Ídem.

Acosta, E. Diversidad cultural en el Perú, 2009. Recuperado de http://diversidadculturalsociedadperu.blogspot.com

La gastronomía es la expresión cultural más sensible. RPP Noticias. Recuperado de http://www.rpp.com.pe/2011-04-19-roca-rey--la-gastronomia-es-la-expresion-cultural-mas-sensible-noticia_356990.html

Dialnet, Valderrama, M. Gastronomía, desarrollo e identidad cultural: el caso peruano, 2010. Recuperado de http://www.culturande.org/Upload/2010721161434 gastronomia_cultura.pdfValderrama, M. (2009).

El boom de la cocina peruana, 2009. Recuperado de http://www.rimisp.org/FCKeditor/UserFiles/File/documentos/docs/pdf/DTRIC/elboomdelacocinaperuana.pdf

Nova140b.indd 38 12/11/13 18:18

Receta de una Causa Rellena

Causa y decorado

(para 4 personas)

4 papas amarillas, cocidas y prensadas
1/2 taza de ají amarillo molido o licuado
jugo de dos limones
1/4 taza de aceite vegetal
12 huevos de codorniz cocidos
Una cucharadita de perejil picado
12 tomates cereza
1/2 taza de salsa huancaína
Sal

Relleno

250 gramos de pulpa de cangrejo
1/2 taza de mayonesa
Jugo de un limón
1 taza de tomates en rodajas
1 palta picada mezclada con la mayonesa

Preparación

Mezclar en un bol la papa, el ají amarillo, el limón y el aceite. Unir los ingredientes con las manos y sazonar con sal. Ser generoso con el ají porque es el ingrediente que marca el sabor del plato y cuidadoso con el limón, ya que un chorrito de más podría arruinar el plato. El aceite en justa medida, si está seca las masa agregar un poco más para que sea suave y manejable.

Mezclar la pulpa de cangrejo y la mayonesa con gotas de limón. Colocar en un molde una capa de Causa, agregar el relleno y sobre este la palta con mayonesa. Cubrir con otra capa de Causa. Encima colocar huevitos de codorniz cocidos y rodajas de tomate. Agregar otra capa de Causa, desmoldar y añadir el resto del relleno. Verter alrededor la salsa huancaína y decorar con tomates cerezas y huevitos de codorniz. ¡Y ahora, a disfrutar!

Foto Flor Sobrino

Nova140b.indd 39 12/11/13 18:18

Foto Humberto Medeiros

Nova140b.indd 40 12/11/13 18:19

Feijoada, comida que dá samba

Augusto Lima

Possui graduação em Ciências Econômicas pela Universidade Cândido Mendes / UCAM, mestrado e doutorado em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro / PUC-Rio. Atualmente é professor adjunto e coordenador do Curso de Pedagogia no Instituto de Educação de Angra dos Reis da Universidade Federal Fluminense / UFF. Tem experiência na área de Educação, com ênfase em Antropologia Educacional, Sociologia da Educação, Economia da Educação e Organização da Educação Brasileira, atuando principalmente nos seguintes temas: cultura escolar, cultura da escola, escola e cultura(s), cultura do samba, cultura social de referência, funcionamento do sistema de ensino e educação brasileira • Rio de Janeiro - Brasil • augustolima@id.uff.br

Uma comida saborosa! Delícia para o paladar, que provoca aquela sensação de prazer que só os alimentos que consideramos especiais produzem! "Não há nada mais suculento e gostoso do que uma feijoada!", dizemos comumente no Brasil e, principalmente, no sudeste. Um prato apreciado por todas as classes sociais. É o que podemos constatar em inúmeros restaurantes, dos mais simples aos mais requintados, das cidades do Rio de Janeiro, São Paulo, Belo Horizonte e Vitória, capitais dos estados da região sudeste, onde o prato tem seu lugar garantido no cardápio semanal.

No Brasil, temos a expressão "isso dá samba", que significa algo que dá certo ou pode dar certo. Mas o jogo de palavras do título não é gratuito, dado à familiaridade do gênero samba com esta iguaria. Na *cultura do samba*, alguns pratos têm lugar especial para o acompanhamento das festas e apresentações no mundo do samba. Um deles

Nova140b.indd 41 12/11/13 18:19

é a feijoada. Tradicionalmente festivo e de uma sociabilidade extremamente receptiva, o povo do samba (participantes) tem predileção por comidas que aguçam o paladar, tenham *sustância* e fartura. Para um almoço, comemoração de aniversário, festa de São Jorge e roda de samba, lá está ela, com seu aroma inconfundível, dentro de grandes panelas cheias do amado feijão, e as travessas com seus complementos (farofa, couve, laranja, arroz, etc.). É um tipo de comida que pede companhia e complementos (aquela cervejinha gelada ou cachacinha especial ou caipirinha...), consumida com animadas conversas. E uma batucada! Nem mesmo um *calor de rachar* demove o desejo de saborear o feijão e seus acompanhantes.

Não foi à toa que se espalharam pelas escolas de samba, encontros e espaços de samba, atividades que tinham como pretexto a feijoada. Como diz Paulinho da Viola,

> *Domingo, lá na casa do Vavá*
> *Teve um tremendo pagode*
> *Que você não pode imaginar*
> *Provei do famoso feijão da Vicentina*
> *Só quem é da Portela é que sabe*
> *Que a coisa é divina...*

Algo que era uma prática de sociabilidade, hoje também se torna importante para a manutenção da história e cultura do samba, além de uma forma de arrecadar fundos. Conversando com Tia Surica ela conta que a relação feijoada e samba "é uma tradição". As feijoadas das escolas de samba do Rio de Janeiro, por exemplo, em sua retomada dessas atividades (elas refluíram por um certo tempo), tiveram também como objetivo retomar uma tradição do samba.

Sendo uma iguaria típica, tem uma característica peculiar: enseja uma certa quantidade de pessoas reunidas para degustá-la. Não há muita graça em saboreá-la sozinho, ainda que não deixe de ser deliciosa. Sua preparação, igualmente com a participação de outras pessoas, demorada e caprichada (como atesta a receita da Tia Surica), e o conjunto de alimentos que a compõe, nos induz a fazer uma comida para várias pessoas! Juntarmos ao feijão, lombo, carne seca, pé de porco, costelinha, linguiça, paio, bucho, rabo, orelha, mais os temperos e os acompanhamentos (uma *Feijoada completa*, como diz a música de Chico Buarque) não rima com pouca gente! Daí que em várias outras formas de interação social no Brasil, a feijoada esteja presente. Nas associações de futebol amador é comum realizar atividades que tenham a feijoada (ou um churrasco) como complemento. Nas "viradas de laje" (mutirão para construção da laje de cimento das casas) também ocorre o oferecimento de uma feijoada como uma "comemoração" do serviço solidário realizado. É uma comida típica que agrega, reúne, em que o tempo do *acontecimento* vai além do consumo.

Mas se neste artigo estamos tratando a feijoada como um prato típico do sudeste brasileiro, muitos hão de contestar. É um prato típico brasileiro, dirão alguns, é uma herança das pessoas escravizadas no Brasil, dirão outros. Não é de origem brasileira, alguém ainda dirá. Uma comida tão saborosa, mundialmente famosa, de tão rica composição, não pode ter uma história simples! E há algumas surpresas para a maioria dos brasileiros.

Recentemente estive em Portugal e apreciei uma deliciosa feijoada com quatro tipos de feijão e frutos do mar, no lugar das carnes de porco, tradicionalmente usadas no Brasil. Meu simpático anfitrião assegurou-me que era uma receita caboverdiana, portanto, africana. Surpreso, dei-me conta de que, pelo menos, temos outra história da feijoada e das maneiras de fazê-la, além das que se fazem no Brasil (uso de feijão mulatinho, vermelho, ao invés do preto, uso de outras misturas ao invés da carne de porco, etc.).

O historiador Henrique S. Carneiro (2005) bota água no feijão ao provocar que a feijoada tem origem ibérica e até mesmo judia sefardita! Ele explica que os elementos que compõem a feijoada são europeus (porco, alho, cebola, leguminosas), assim como a técnica de preparação e cozimento. A carne de porco viria mais tarde, nas modificações que o prato foi sofrendo. Contudo, o feijão preto e todos do gênero *Phaseolus* (são 55 tipos) são das Américas. Aponta vestígios no México e no Peru de milhares de anos atrás, onde o cultivo do feijão junto com o milho já era uma técnica usada, pelas propriedades fertilizantes do feijão para o solo. Como o feijão é uma das poucas plantas que fornecem proteína, ele foi rapidamente transplantado para a Europa pelos colonizadores, substituindo o feijão europeu (*Dolichos*). Daí o feijão americano

Nova140b.indd 42 12/11/13 18:19

Foto Alexandre Firmino

ter se apropriado do nome científico *Phaseolus*, derivando, em Portugal, *feijom*. Além do nome, herdamos também a técnica de cozimento de longo tempo, tal como utilizavam os sefarditas para manter o alimento aquecido desde sexta-feira, para não ter o "trabalho" de acender o fogo no sábado. Da mesma maneira, é o cozimento de vários alimentos misturados, numa forma de grande ensopado. Isto originou na Espanha o nome de *olla podrida* (onde *podrido* tinha significado de poderoso, corruptela do termo medieval *poderido*) e que em francês traduziu-se como *pot-pourri*, significando mistura (e que daí passou a ser sinônimo de qualquer tipo de mistura). Poder-se-ia entender então que aí estava a longínqua origem de nossa feijoada, segundo o historiador. Ele cita Câmara Cascudo, que afirmava ser, a nossa feijoada, técnica portuguesa com elaboração brasileira.

Existe uma versão sobre a origem da feijoada que se tornou senso comum: a de que foi um prato criado pelos escravos. Eles se apropriavam dos "restos" do porco não aproveitados pela casa-grande, para incrementar sua comida, misturando-os e cozinhando-os junto com o feijão, tendo nascido assim a feijoada. Pesquisando a história dos hábitos alimentares dos brasileiros no início do século XIX, o historiador Almir El-Kareh (2012) apresenta elementos contrários àquela versão difundida no senso comum. Mostra, tomando como base inúmeros registros de estrangeiros que por aqui passaram, como o feijão preto era consumido em todo o Brasil, misturado à farinha de mandioca, toucinho e carne-seca, em todas as classes sociais, ainda que os escravos tivessem a sua alimentação rala, com pouca mistura. Através de fontes semelhantes, nos traz a alimentação do brasileiro desta época, constituída de animais de todo o tipo: galinha, peixe, macaco, tatu, paca, lagarto, gambá, pássaros, etc., tendo o hábito de tudo aproveitar. Não encontrando nenhum registro que pudesse comprovar que havia partes

Nova140b.indd 43 12/11/13 18:19

do porco indesejadas, que comprovasse a tese da feijoada criada pelos escravos, o historiador chega à conclusão de que era pouco provável que os senhores abrissem mão de partes "não nobres" do porco, posto que tudo era aproveitado e que aquelas partes também eram apreciadas. Considerando, com Sérgio Buarque de Holanda (1994), que os brasileiros apreciavam bastante comer a formiga tanajura (içá torrado), que aprendemos com os povos indígenas, o argumento de El-Kareh ganha força.

Seja como for, a feijoada, com as variações em torno da receita da Tia Surica, é brasileiríssima, pelos ingredientes e forma como tomou. A designação do prato, *feijoada*, no entanto, surgiu em meados do século XIX e se afirmou ao final do mesmo século. Se o Rio de Janeiro apossou-se deste prato, a ponto de haver projeto de lei para considerá-la patrimônio imaterial do Estado do Rio de Janeiro, é outra história. O que importa é que ela continua a provocar nossa sensibilidade degustativa e motivo para reunir gente. E se for necessário é só botar água no feijão!

Foto Vladimir Platonow/ABr

CARNEIRO, Henrique S. Comida e sociedade: significados sociais na história da alimentação. In Revista *História: Questões & Debates*, Curitiba-PR: Editora da UFPR, nº 42, p.71-80, 2005.

EL-KAREH, Almir Chaiban. *A vitória da feijoada*. Niterói-RJ: Editora da UFF, 2012.

HOLANDA, Sérgio Buarque de. *Caminhos e Fronteiras*. SP: Companhia das Letras, 1994.

Músicas

Pagode do Vavá (1972). Paulinho da Viola

Feijoada completa (1978). Chico Buarque de Holanda

Sites e blogs

www.tiasurica.com.br

http://alerjln1.alerj.rj.gov.br/scpro1115.nsf/18c1dd68f96be3e7832566ec0018d833/2c7d431500e3dacd83257acb006fc50e?OpenDocument

http://blogdofavre.ig.com.br/2010/04/a-vitoria-da-feijoada/

Nova140b.indd 44 12/11/13 18:19

Receita da Feijoada da Tia Surica[1]

Ingredientes
(para 20 pessoas)

2 kg de feijão preto
2 pés de porco (chispe)
2 kg de carne seca
2 kg de costelinha
6 paios
2 kg de bucho
2 kg de linguiça grossa
2 kg de lombo salgado
1 kg de linguiça fina
1 kg de carne fresca (peito)
8 folhas de louro
6 cebolas
4 cabeças de alho
8 molhos de couve
2 molhos de cheiro-verde
10 laranjas
2 kg de farinha de mesa para farofa
2 kg de arroz branco
Orégano a gosto
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de Preparo
(para se preparar a feijoada para um sábado)

As carnes salgadas devem ficar de molho na água dois dias antes (da noite de quinta para sexta-feira) para tirar o excesso de sal. É bom trocar a água pelo menos seis vezes ou "deixando correndo na borracha a noite toda" como diz a Iranette.

Na sexta-feira, mãos à obra: lave bem os pés de porco, e fervente em separado. Reserve. Corte as carnes em pedaços grandes, assim como as linguiças. Fervente as linguiças e as carnes salgadas. Reserve.

O feijão deve ser cozido em caldeirões com muita água. Antes de colocar o feijão na panela, deixe dourar um pouco no óleo o alho socado e a cebola picada.

Acrescente o louro, um punhado de orégano, sal e pimenta do reino. Só então, coloque o feijão para cozinhar pelo menos uma hora, junto com o bucho.

Vá colocando as carnes no caldeirão. Pode seguir essa ordem: carne seca, pé de porco, costelinhas, peito, paio, linguiças e lombo. Se for preciso, coloque mais água no feijão, acerte o sal e deixe as carnes cozinharem bem. Retire o excesso de gordura (se houver), com uma escumadeira.

Vá retirando as carnes já cozidas no caldeirão para que não desmanche e coloque-as em travessas. Siga a regra: o caldo deve ficar grosso. Os grãos, macios. As carnes, bem cozidas e integras.

Na manhã de sábado, dia da roda do Cafofo, é hora dos complementos. Em uma panela grande (ou duas ou mais, se necessário) refogue a couve cortada fininha com alho dourado, gordura de toucinho picadinho e sal. O mesmo procedimento deve ser feito com a farinha de mesa, para virar farofa.

As carnes voltam aos caldeirões de feijão para esquentar. Quando surgem as primeiras bolhas de fervura, elas voltam às travessas e vão para a mesa. Os caldeirões ficam aquecidos em fogo brando.

Sirva as carnes em travessas separadas, o feijão nos caldeirões, as laranjas, a couve, o arroz branco e a farofa em potes. Deixe a pimenta malagueta à disposição para quem quiser se servir.

Dicas

"Eu não refogo feijão. As carnes que vão cozinhando junto com ele no caldeirão é que dão o sabor".

"Para quem gosta de comer sobremesa depois da feijoada, eu sugiro doce de abóbora e doce de banana. Uma bacia de cada um".

1 Tia Surica (Iranette Ferreira Barcellos, 1940) nascida no Rio de Janeiro. Membro da Velha Guarda da Portela. Participa desta escola de samba desde os 4 anos de idade. Cf. www.tiasurica.com.br

Nova140b.indd 45 12/11/13 18:19

Foto pesquisa Internet

Nova140b.indd 46 12/11/13 18:19

La gastronomía dominicana: variedad y sabor

Melania Emeterio Rondón

Lic. en Educación, mención Letras. Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña; Lic. Sociología. Universidad Autónoma de Santo Domingo; Post-grado en investigación, Universidad Autónoma de Santo Domingo; Maestría en Investigación, Universidad Autónoma de Santo Domingo; Diplomados: Violencia Intrafamiliar, Patronato de lucha contra la violencia intrafamiliar/PACAM; Investigadora en el área de Ciencias Sociales y de Literatura. Santo Domingo • República Dominicana • lidiamelania@claro.net.do

La conformación de un conglomerado humano supone una gama de episodios y circunstancias que generan adhesiones y apegos a lo largo de su historia. Esa colectividad va construyendo un modo de ser, de pensar y de actuar, preservando lo que considera propio, ya sea por adquisición o por creación. Es decir, se van delineando trazos de identidad y sentimientos de pertenencia que se arraigan en la conciencia individual y colectiva. El investigador Carlos Andújar, en su libro *Identidad cultural y religiosa* (pág. 17) define la identidad como "el conjunto de valores tanto sociales como culturales, que se van forjando a través del tiempo constituyendo un soporte en la memoria social de los seres humanos que forman una colectividad y un sentido de pertenencia".

La reflexión sobre la identidad, como proceso histórico, sicológico y de integración social, hace volver la mirada hacia la conquista y colonización de América, pues este hecho marcó definitivamente la historia de estos pueblos, y con ello sus rasgos

Nova140b.indd 47 12/11/13 18:19

identitarios. En las Antillas la conquista implicó el trabajo forzado, motivo por el cual el número de indígenas mermó sustancialmente, estimulando, en las autoridades españolas, la introducción de mano de obra esclava, oriunda de África. Así tuvo lugar el encuentro de tres culturas distintas en los territorios de dominio español y esa convivencia generó el intercambio de conocimientos, hábitos y costumbres, de la que surge la pluralidad lingüística y cultural que nos caracteriza

En medio de esa diversidad se fueron forjando los parámetros de identidad, siendo uno de ellos el de la gastronomía, presencia viva de la mediación entre historia y cultura asimilada y aceptada. La gastronomía es de sobrada importancia: en muchas ocasiones, cuando se viaja a un país o a una región, en seguida se piensa en lugares específicos de ventas de platos famosos del lugar. Así los grupos humanos van llevando e incorporando a sus cocinas propias, elementos de otras, con los cuales los valores de la identidad se fortalecen no solo por la aceptación local, sino cuando otros reconocen y contribuyen a su expansión**.** Son muchos los casos en que se identifica a un país a partir de su gastronomía. Obsérvese que al pensar en **pastas,** se evoca a Italia, en **sancocho** o **mangú,** República Dominicana; **tacos,** México, si de Holanda, **queso** y **leche.**

Nuevos aportes: La gastronomía dominicana es el fruto de aportes múltiples. De los indígenas se tiene como herencia el uso del maíz, el cazabe, la yuca y otros. De la cultura africana, el guineo, el ñame, la malagueta y la pimienta. También incorporaron métodos de cocción como el cocinado a vapor en hoja de plátano. Juan B. Nina en su libro *Origen de la cocina dominicana* (pág. 55) dice que "la pre-

Foto José Mateo

Nova140b.indd 48 12/11/13 18:19

Foto pesquisa Internet

sencia del africano en las islas conforma un gran proceso de hibridación, muchos de los alimentos que los hombres de África consumían se repetían en América. Ya desde un principio el plátano, traído por los españoles desde las Islas Canarias, empezó a ser comida fundamentalmente para los esclavos que se incrementaron, como bien se sabe, durante el primer tercio del siglo XV1.

Un aporte importante es que procede de la cocina inglesa, que llegó a través de la migración cocola, famosa por el uso de la harina de trigo (o de maíz) y el pescado. De aquí heredamos el **yanikeke** y el **domplín**. Este último es una especie de torta (muy pequeña) de harina de trigo que puede usarse tanto en el desayuno como en la cena. Otra influencia la heredamos de la gastronomía árabe, cuyos aportes han llegado por vía de migraciones de familias, o de grupos en diferentes períodos y lugares, como los que se establecieron en cantidades apreciables en San Pedro de Macorís, en donde instalaron comercio de varias clases. Entre las comidas árabes se destaca el buñuelo en almíbar, el niño envuelto o repollo relleno, berenjena rellena, quipe, pastelito, locrio de trigo y otras.

Los platos más conocidos. Por tanto, en la República Dominicana no hay un plato nacional sino varios. Existe la **Bandera Dominicana**, expresión muy nuestra, que significa una comida que siempre está presente, la que más se tiene a mano en los sectores medios y populares. Este plato consiste en arroz blanco, habichuelas, y la carne guisada, ensalada verde y plátanos maduros fritos. Un plato dominicano de gran valoración es el **Mangú,** el cual es consumido casi siempre como desayuno y como cena. El Mangú es el plátano machacado o majado con un poco de aceite y cebolla. Se puede acompañar con huevos fritos, salami, bacalao, aguacate, etc. Otra comida cuya materia principal es el plátano, es el **Mofongo.** Se trata del plátano verde, frito, majado, al que se le agregan trozos de chicharrón de cerdo, ajo, sazón y sal.

Las **habichuelas con dulce** constituyen otro plato de amplia degustación. Igualmente los pasteles en hoja, las arepas de maíz y el **pan de batata.** Además de estas comidas, están los platos regionales y/o provinciales. En la Región Suroeste, por ejemplo, está el **Chenchén**, comida popular que se hace con maíz guayado y que se cocina como arroz y

Nova140b.indd 49 12/11/13 18:19

va acompañada de habichuelas y carne guisada. También tienen el **Chacá,** plato hecho de maíz mezclado con leche y azúcar. En la Línea Noroeste, específicamente en la provincia Montecristi, está el codiciado **Chivo Liniero**. Se trata de carne de chivo cocinada con tal especialidad, que ya tiene fama nacional. Se sirve acompañada de yuca, plátanos u otros víveres.

Otro plato de gran aceptación y para muchos el más emblemático es el **Sancocho,** una comida familiar y social. Con motivo de la realización de eventos importantes se acostumbra la degustación de este plato. En estas ocasiones el sancocho es de carne, e incluso de varias carnes, según las posibilidades. A la carne se le incorpora una variedad de víveres, sazones y verduras que lo condimentan. Del sancocho existen otras variantes, como las que se hacen con habichuelas rojas, blancas, o con guandules verdes. A esta variedad se le suele poner leche de coco.

A nivel sociológico, la gastronomía es la que mejor habla de las condiciones socioeconómicas y culturales de cada país. En décadas pasadas, en Republica Dominicana se solía hablar de una "comidita dominguera", con lo que se significaba que en ese día el almuerzo podía ser más espléndido que en los restantes días de la semana. En los años 50, dictadura de Rafael Trujillo M. (1930-1961), hubo un famoso programa de humor satírico/político, en cuyo tema musical de fondo había este estribillo gastronómico: *"Y que en tu casa comen harina y un día al año ven la gallina"***.** Con esto se denunciaba

Fotos Novamerica República Dominicana

Foto pesquisa Internet

la carencia permanente de alimentos para la clase marginada, la cual solo comía una porción de carne un día al año y, generalmente, en la Navidad.

Con los cambios tecnológicos la gastronomía de muchos países, o de casi todos, ha sufrido variaciones; ha habido diversificación y en cada país se promueve la cocina internacional. Al mismo tiempo, la innovación tecnológica inducida va enterrando comidas que eran símbolos de identidad. Bajo el imperio de lo global, sombrilla donde lo autóctono se empobrece y en muchos casos, incluso, desaparece, es necesario reflexionar: crear conciencia y buscar las respuestas adecuadas para impedir que lo foráneo no anule u opaque la riqueza de lo propio. Y es que, frente a los cambios, la cultura resulta ser más vulnerable y sensible que cualquier otra de las áreas sociales.

La gastronomía, en tanto un hecho cultural, se arraiga en las tradiciones. Sin embargo, mientras la globalización viene precedida de la idea de progreso como expresión de lo nuevo y lo moderno, a la tradición se la percibe como un rezago y hasta como un retroceso el tiempo. Ahora bien, para la sociedad consciente de la importancia de las tradiciones culturales como parte de la identidad, luchar para no sucumbir es un imperativo que lleva a resistir, a vivir sobre aviso contra la pérdida de identidad. La identidad, a partir de la gastronomía, es uno de los abrazos humanos de más alta consistencia. ¡Defendámosla, pues!

Nova140b.indd 50 12/11/13 18:19

Receta del Sancocho

Ingredientes

8 libras de pollo
8 libras de carne de pecho
1 naranja agria
2 libras de yuca
2 libras de yautía
5 unidades de plátano
1 1/4 de verdura
1 1/4 libra de cebolla
2 unidades de ajíes
1 cuchara de sazón ranchero
2 matas de cilantro
1 onza de aceite
2 libras de auyama
1 ramito de apio
Sal a gusto
Pimienta a gusto

Preparación

Se sazona la carne con todos los ingredientes. Luego debe ser salteada y ponerse a hervir la carne de pecho hasta que se ablande. A continuación se saltea junto con los víveres o viandas y se le agrega el caldo del pollo. Se cuece a punto hasta que espese y tenga la consistencia deseada. Se suele acompañar el sancocho con un plato de arroz blanco.

Receta de Pan de Maíz

Ingredientes

1 taza de harina cernida
2 tazas de harina de maíz
6 1/2 cucharada de azúcar
3 cucharadas polvo de hornear
1 cucharada de sal
2 huevos
2 1/2 tazas de leche
1/4 taza de mantequilla
Agregue canela y clavo dulce

Foto pesquisa Internet

Preparación

Cierna juntos los ingredientes secos. Una los huevos, la leche y la mantequilla o margarina derretida, batiendo hasta mezclar bien. Añada esto a los ingredientes secos y mezcle hasta que quede suave. Coloque en un molde cuadrado engrasado y hornee en el horno caliente a 425 grados F. alrededor de 20 minutos, o hasta que esté hecho. Lo comprobará introduciéndole un cuchillo fino dentro del pan. Si sale seco, está listo.

Nova140b.indd 51 12/11/13 18:19

Foto Humberto Medeiros

Arroz de Carreteiro: nem só de churrasco vive o gaúcho

Maria Henriqueta Sperandio G. Gimenes-Minasse

Bacharel em Turismo, Mestre em Sociologia e Doutora em História pela Universidade Federal do Paraná, é professora na Universidade de São Carlos – Campus Sorocaba • Paraná - Brasil • mariegimenes@gmail.com

Muitas vezes, quando se pensa na alimentação típica do sul do Brasil - e em especial do Rio Grande do Sul - invariavelmente o churrasco vem à tona. O churrasco e o chimarrão. Contudo, a arte de assar carnes em espetos não é a única a produzir uma iguaria carregada de sabor e história.

Outro prato muito característico da região é o arroz de carreteiro, ou simplesmente carreteiro. Trata-se de uma iguaria simples e saborosa, oriunda do Rio Grande do Sul, mas que se tornou popular em outros estados brasileiros, como Paraná e Santa Catarina, por conta dos fluxos migratórios dos gaúchos pelo Brasil.

Fernandes (2007) observa que a palavra 'carreteiro' significa "condutor de carro de bois, ou de carroça" em espanhol, idioma bastante influente na região dos pampas gaúchos (incluindo aí a Argentina e o Uruguai). O prato foi assim batizado em homenagem aos 'carreteiros' que ganharam fama durante o final do século XIX, cruzando com suas carretas de tração bovina a Banda Oriental do Uruguai até a Colônia do Sacramento,

Nova140b.indd 53 12/11/13 18:19

Foto Claus Meyer / Tyba

levando e trazendo mercadorias. A importância desta atividade era tão grande que, segundo Felipe e Manzo (2000), só no ano de 1875 passaram pela Ponte Santa Bárbara, em Pelotas, 6.574 carretas. Além de abastecer as cidades e criar um importante fluxo econômico, os carreteiros marcaram a cultura local, dando origem a diversas canções e até mesmo a este prato típico.

Cada família tem a sua própria receita de arroz de carreteiro, mas as receitas mais tradicionais levam poucos ingredientes, características dos pratos rústicos preparados durante longas e exaustivas viagens. Indispensáveis são o arroz e a carne. O sul já era famoso por seus arrozais e o grão era abundante. A carne utilizada era, tradicionalmente, o charque, escolhido por sua durabilidade e versatilidade.

O charque é uma peça de carne bovina (preferencialmente com gordura) que passa por um processo de desidratação realizado com a aplicação de bastante sal. Como resultado tem-se uma carne de sabor característico e de longa durabilidade. No caso dos carreteiros, esta carne ainda apresentava dois outros benefícios: era prática para carregar (geralmente enrolavam-se as mantas de charque e as amarravam, diminuindo o volume) e, além disso, a salga da carne e o seu sabor marcante dispensavam outros temperos. Segundo Câmara Cascudo (1998), já na época pré-colombiana a prática de salga das carnes era comum, e o charque seria uma adaptação para o português da palavra quéchua charki ou charqui, que quer dizer carne salgada.

O charque também foi elemento importante para a economia e o estado do Rio Grande do Sul. No final do século XIX a região nordeste, então o principal produtor de carne salgada no país, sofreu com um longo período de seca que afetou sua produção. O Rio Grande do Sul, que possuía um grande rebanho bovino, começou a investir e ampliar sua produção, sendo que no ano de 1780 foi inaugurada a primeira charqueada na cidade de Pelotas. Com o aumento da demanda, rapidamente o número de propriedades dedicadas à atividade se multiplicou, dando início ao Ciclo do Charque de Pelotas. Este Ciclo teve seu declínio no final do século XX, mas foi importantíssimo para o desenvolvimento de Pelotas e região (MAGALHÃES, 1993).

Como destaca Fernandes (2007, p.198) "até hoje o arroz de carreteiro, ou simplesmente carreteiro, é prato para reunir amigos". E é também um prato que até hoje faz parte da história e das tradições do sul do país.

CAMARA CASCUDO, L. da. **Dicionário do folclore brasileiro**. 9ª ed. Rio de Janeiro: Ediouro, 1998.

FELIPE; C.; MANZO, M. **O grande livro do folclore**. Belo Horizonte: Leitura, 2000.

FERNANDES, C. **Viagem gastronômica através do Brasil**. São Paulo: SENAC, 2007.

MAGALHÃES, M. O. **Opulência e cultura na Província de São Pedro do Rio Grande do Sul**: um estudo sobre a história de Pelotas (1860-1890). Pelotas: Editora UFPel: 1993.

Nova140b.indd 54 12/11/13 18:19

Receita de Arroz de Carreteiro

Ingredientes

1 kg de charque
4 colheres de óleo ou banha
2 cebolas grandes bem picadas
4 dentes de alho bem picados
2 xícaras de arroz branco
Água fervente em quantidade suficiente para cobrir o arroz na panela
Sal, caso seja necessário
Salsinha picada bem fina a gosto (para finalizar o prato)

Modo de Preparo

Um dia antes, passe o charque na água, corte em cubinhos (tomando o cuidado para retirar eventuais nervuras) e coloque em uma vasilha com água, para dessalgar. Vá trocando a água de tempos em tempos, quando perceber que a água ainda está bem salgada. Esta água será desprezada na hora do preparo, sua única função é a dessalga mesmo.

No dia do preparo, aqueça uma panela de tamanho adequado e coloque o óleo ou a banha. Coloque primeiro a cebola bem picadinha, deixe ela começar a pegar cor e daí acrescente o alho (geralmente colocamos a cebola primeiro, pois como o alho tem menos água, ele queima antes da cebola. A cebola, por sua vez, vai oferecer umidade para o alho continuar refogando sem queimar). Quando a cebola já estiver ficando dourada, acrescente os cubinhos de carne dessalgados e mexa bem. Trabalhe com fogo médio. Continue mexendo, até que a carne comece a mudar de cor.

Acrescente o arroz (muitos preferem o arroz que não tenha sido lavado) e misture bem. Deixe o arroz fritar um pouco com a carne. Quando perceber que o arroz começou a pegar no fundo da panela, é hora de acrescentar a água fervente. Cubra o arroz e prossiga agora como se estivesse preparando um arroz normal. Apenas não se esqueça de que o ponto do carreteiro é mais molhadinho.

Quando o arroz estiver cozido e molhadinho, acrescente a salsinha bem picada e misture bem, para incorporar. Espere um ou dois minutos, desligue e já sirva na sequência.

Obs.: cada família tem sua receita de arroz (de) carreteiro, o que evidencia a popularidade do prato. Alguns colocam pimenta do reino quando a carne está sendo refogada, já outros colocam tomate sem pele e sem semente logo que o arroz é acrescentado à panela. Outra versão do carreteiro leva sobras de churrasco (carne e linguiça) cortadas em cubinhos, substituindo o charque. Cada um dá um toque especial à receita, e perpetua esta saborosa tradição.

Foto pesquisa na Internet

Nova140b.indd 55 12/11/13 18:19

Foto Rocco Giannotti

Uruguay, olor a asado y gustito a mate

Mary Larrosa

Profesora de historia egresada del Instituto de Profesores Artigas; Licenciada en Educación, Florida Atlantic University, EEUU. Integrante de la Unidad Coordinadora del Programa Aulas Comunitarias; miembro del Consejo de Redacción de Nuevamerica • Uruguay • mmlarrosa@hotmail.com

"Somos lo que comemos", dice una sentencia que se ha vuelto muy popular en nuestros días referida por lo general a las recomendaciones de una dieta sana cuando no a las ventajas del vegetarismo, las frutas y algún otro alimento hoy por hoy asociado a la salud. Pero esta afirmación se puede aplicar también a la identidad cultural de personas y pueblos porque, como han demostrado múltiples estudios, la gastronomía es uno de los elementos más configuradores de idiosincrasia.

En el caso del Uruguay actual, país pequeño y de corta historia –tres siglos si se incluye la etapa colonial española-, esta identidad gastronómica o esta gastronomía identitaria está ligada a una región más amplia que abarca ambas márgenes del Rio

Nova140b.indd 57 12/11/13 18:19

de la Plata y se extiende hasta la zona riograndense de Brasil, pero presenta matices y formas propias marcadas más que por el plato en sí, por la forma de prepararlo y por la ritualización y el significado que lo acompaña.

Como el país, la uruguaya es una cocina híbrida compuesta por platos que son iconos de distintas etapas históricas y de los diversos filones humanos y culturales que han configurado la sociedad uruguaya de hoy. Así **la carne** en sus diversas preparaciones marca a fuego - literalmente - la médula de la economía y un filón cultural básico de este país que nació y continúa siendo ganadero.

Otro icono culinario está constituido por las **pastas** - tallarines, ravioles, los infaltables ñoquis de fabricación casera, etc - , todas ellas marca registrada de la inmigración italiana, comida ritual de los domingos a mediodía que aglutina a la familia en torno a la madre que acoge a hijos/as y parientes, en la casa familiar. La pasta evoca la función nutricia de la familia, tanto en lo propiamente alimentario como en lo afectivo, y celebra la historia familiar, la vida compartida, el hogar.

Dentro de los postres sería largo enumerar sus variedades, así como las discusiones de autoctonía de cada una de ellas. El dulce de leche es considerado una elaboración muy propia aunque sea compartido en la región. Pero mencionaremos aquí las célebres **"masitas"**. Una especie de brioche que evoca la pattisserie francesa - otra línea de fuerza en la cultura uruguaya y no solo por la inmigración sino más bien por la influencia intelectual que marcó toda una época de la inteligentsia uruguaya de fines del siglo XIX y principios del XX. Una bandeja de masitas se caracteriza por su gran variedad: tarteletas, cañoncitos rellenos de crema o de dulce de leche, chocolate en variadas formas, trocitos de frutas sobre gelatina de colores asentada en una fina masa de hojaldre... Comer una masita obliga a un fino discernimiento y una cuidadosa elección. El comensal se detiene, pasea la mirada por toda la bandeja para apreciar la variedad e imaginar los diversos gustos, traza en el aire con su dedo índice un imaginario periplo de una masa a otra hasta detenerse en la elegida, la toma lentamente - pues aún puede cambiar de opción - y la paladea con fruición, sin poder evitar que por su mente desfile la consideración de alguna otra alternativa a la que debió renunciar. Toda una reflexión filosófica sobre el precio de elegir.

Foto Walter Migues

Pero nada es comparable en términos de identidad y gastronomía con los dos iconos máximos: **el mate y el asado**, ejes que atraviesan toda la historia, todas las capas sociales, todas las subculturas de

Nova140b.indd 58 12/11/13 18:19

Foto Rocco Giannotti

este país; marcan el olor, el sabor, los rituales, la mitología integradora del mismo. Son el santo y seña que indica a naturales y visitantes que se está en el Uruguay y, en este tiempo de migraciones y globalización, marcan también la presencia de un uruguayo/a en cualquier lugar del mundo.

El mate. Conocida desde tiempos inmemoriales por los pueblos originarios de América, la yerba mate fue combatida al principio por los conquistadores europeos, pero fue pronto asimilada por ellos al punto que en la región de las Misiones Jesuíticas del Rio de la Plata, los misioneros enseñaron a los indígenas a cultivar lo que hasta ese momento había sido fruto de recolección. Adoptado luego por los gauchos, rápidamente se extendió después también a las ciudades. El mate entronca pues con las raíces indígenas de la zona, pero marcó también el signo de *lo criollo*. Hoy en día Uruguay es el país del mundo con mayor consumo de yerba mate per cápita. Sus habitantes del campo o de la ciudad toman mate a toda hora del día y en cualquier lugar donde estén; el termo permite transportar el agua caliente y esto les proporciona la libertad de hacerlo en casa o fuera de ella, caminando, viajando, trabajando … ubicua presencia, acompañante de todas las horas.

El asado. "Cada uruguayo tiene su propia idea de lo que es el asado y su propia forma de hacerlo. Pero es una creencia general de que el asado siempre existió, de que la patria se formó en torno a un pedazo de carne asada a las brasas. (…) El asado no siempre tuvo el mismo significado y su permanencia entre los hábitos del comer uruguayo y particularmente ciudadano implicó un recorrido y una construcción compleja y trabajosa." [1]

Comer carne asada al fuego ha sido parte de la alimentación humana desde los lejanos tiempos del Paleolítico cuando el cazador logró domesticar el fuego. Comida pues atávica, totémica, en Uruguay mantiene ese carácter, y compartir un asado –en el que por supuesto no falta el mate y alguna bebida alcohólica como la caña o el vino– es un ritual comunitario a la vez que una satisfacción nutritiva y un deleite del gusto.

Si las pastas son más bien elaboración de la mujer en el seno de la casa hogar, el *asador* suele ser tarea

Nova140b.indd 59 12/11/13 18:19

Foto Rocco Giannotti

del hombre, para el que nunca falta un aplauso final, y el asado es comida al aire libre. Este requerimiento final está dado en principio por la necesidad de hacer fuego, pero también porque el asado es un ritual arquetípico de vuelta a la naturaleza y de comunión con el gaucho, esa construcción cultural de antepasado mítico que vivió libre en la pradera hasta su desaparición como forma de vida a fines del S. XIX y su entrada en la leyenda y en el imaginario colectivo del país. "El patio trasero de la casa o el espacio público, una esquina cualquiera de Montevideo, se convierte por arte del fuego mítico en la pampa ancestral donde abundaba *el aire puro y la carne gorda*." [2]

Alimento frecuente en el medio rural, aunque allí es más común comer carne de oveja, el asado de vaca es comida de fiesta tanto en el campo como en la ciudad. "Comer un asadito" es un modo de celebrar y nunca falta ocasión para hacerlo. Pero, algo similar a lo que sucede con el mate, también se cuela en la cotidianeidad y marca presencia en los más variados espacios de la vida urbana: almuerzo de albañiles a pie de obra, escena callejera en las esquinas de algunos barrios donde el "medio tanque" permite un modo ágil y económico de hacerlo, el asado se enseñorea cada vez más de la arquitectura de las casas donde no falta el "parrillero", llamado ahora también "barbacoa", que va buscando lugar hasta en las terrazas de los apartamentos. En las casas con más espacio el parrillero se va convirtiendo en toda una habitación que dialoga con el aire libre, con su mesada, agua corriente y mobiliario propio.

Olor a asado y gustito a mate despiertan en el subconsciente colectivo del paisito la marca del nosotros compartido, señal de identidad y pertenencia, son despertadores de nostalgias para los que están lejos y a su vez creadores de vínculos y aquerenciamiento para quienes vienen a vivir a esta tierra.

1 Laborde, Gustavo. El asado. Origen, historia, ritual. 2013, pg. 150

2 Ídem, pg.148

Laborde, Gustavo. *El asado. Origen, historia, ritual.* Ediciones de la Banda Oriental, Montevideo, 2013.

Ricca, Javier. *El mate, historias y secretos.* Editorial Sudamericana Uruguaya, 7° edición. Montevideo, 2013.

Nova140b.indd 60 12/11/13 18:19

Receta de Asado

La versión uruguaya actual del asado es hacerlo a las brasas, pero brasa de leña de monte - preferentemente coronilla o quebracho - que según los entendidos confieren un gusto típico al asado, constituyéndose en su mejor condimento. Ha de hacerse primero una fogata de la cual se van extrayendo las brasas que se colocan uniformemente debajo de una parrilla horizontal sobre la que se ha colocado cuidadosamente la carne y las *achuras. A todo este complejo cárnico se lo denomina "parrillada", nombre que se extiende también a los establecimientos donde se puede ir a comer este plato.* Los cortes del asado pueden ser: el costillar, llamado también asado de tira, o cortes sin hueso como el pulpón o la colita de cuadril. Las achuras son órganos internos del animal como riñones, mollejas, chinchulines (el intestino), y embutidos como el chorizo y las morcillas dulces o saladas.

La carne se condimenta solo con sal, se puede salar antes o durante el proceso de asar. Algunos le agregan chimichurri, un condimento a base de ajo, perejil, aceite y agua con algún otro condimento según los gustos. La carne se debe dar vuelta cuando comienza a "sangrar", y debe hacerse solo una vez. El asado de costillar se ha de colocar primero con el hueso hacia abajo. Las achuras se hacen más rápido por eso se colocan después y se retiran antes, para ir "haciendo boca" mientras se asa el resto de la carne. El asado se puede acompañar de ensalada de tomate y lechuga u otra variedad de ensalada.

Foto Walter Migues

Nova140b.indd 61 12/11/13 18:19

Foto pesquisa Internet

Nova140b.indd 62 12/11/13 18:19

La Hallaca, arte gastronómica mestiza y comunitaria

Ivonne Marín B.

Licenciada en Sociología. Universidad de Oriente (UDO) -1982. Licenciada en Educación, mención en Ciencia Sociales. Universidad Nacional Abierta (UNA). Estudios de Pintura en la Escuela de Artes Visuales -1984. En la actualidad es facilitadora en la Universidad de la 3era Edad (UNI3 Venezuela) en donde se dedica a la enseñanza de dibujo y pintura de Adultos Mayores y es animadora sociocultural • Caracas, Venezuela • ivonneirene@yahoo.es

La Navidad venezolana, en materia gastronómica, tiene un sabor marcado por un plato de excelencia: La hallaca es un plato elaborado por todos los miembros de la familia, es parte de la tradición debido a su gran laboriosidad. La familia se organiza para intervenir en las diversas fases, desde la elección de los productos en el mercado, hasta el atado de este pastel de maíz. También se elige la música navideña que acompañará de fondo el proceso. Los más pequeños de la casa participan con los elementos más sencillos de la elaboración.

La historia de este importante plato tradicional venezolano, hilada por escritores, costumbristas, criollistas, poetas y humoristas:

Julio César Salas afirma que "el maíz es el gran cereal de América… el más fuerte lazo de unión de la raza americana". Luego hace referencia a que la historia originaria del maíz está íntimamente relacionada con la de México y América Central. No obstante, enfatiza: "**P**ero lo que sí es nuestro es la hallaca, tanto en su nombre como en su composición y en la estimación que goza del plato nacional". La voz hallaca proviene,

Nova140b.indd 63 12/11/13 18:19

Fotos Pedro D. García

según Ernst, del guaraní, y deriva del verbo "Uyúa" o "ayuar", que significa revolver o mezclar. De allí viene, presumiblemente, "ayuaca" como cosa mezclada, que pasó luego a "ayaca", como se decía, al parecer, en el siglo XVIII.

Uslar Pietri, por su parte, señaló que "nuestra hallaca es como un epítome del pasado de nuestra cultura. En su cubierta está la hoja del plátano africano y americano, con el que el negro y el indio parecen abrir el cortejo de los sabores. Luego está la luciente masa del maíz. El maíz del tamal y de la tortilla y de la chicha, que es tal vez la más americana de las plantas. En la carne de gallina, las aceitunas y las pasas está España; en el azafrán que colorea la masa y las almendras que adornan el guiso están los siete siglos de invasión musulmana. Y la larga búsqueda de las rutas de las caravanas en la Europa medieval hacia el Oriente fabuloso de riquezas y refinamientos está presente en la punzante brevedad del clavo de olor."

Debemos la curiosa denominación del plato barroco al escritor trujillano **Don Mario Briceño Iragorri**, quien en 1952 escribió: "La hallaca o tamal corresponde en el arte de comer a lo que el barroco representa en el arte de construir". Y agrega: "Es la conjunción sibarítica del maíz de América con las finas carnes y los soporíficos aliños venidos de Europa: pasas, alcaparras, aceitunas, almendras, aceite, carne de vaca, carne de puerco, etc."

Armando Scannone, el gran ordenador y divulgador de nuestro corpus culinario, llegó a afirmar que la hallaca debió haber sido "el producto de la incorporación progresiva de la cocina y de los ingredientes europeos a un bollo de masa de maíz envuelto en hojas de cambur, típico de la cocina indígena, con la sazón fuerte y robusta de la cocina negra."

Rafael Arcay titula a la hallaca como: "Una sinfonía multisápida", al referirse al plato navideño que nos hermana frente a la mesa a los venezolanos en el mes de diciembre…

La Hallaca es uno de los platos de la gastronomía venezolana que configura nuestra fisonomía, tal como lo expresan los diversos autores citados anteriormente. Es una referencia clara al proceso de mestizaje e inculturación.

Cada ingrediente tiene origen en sus raíces; la hoja de plátano usada tanto por el negro africano como por el aborigen o indio americano, es la cubierta de la masa de maíz que nos hace presente al indígena de nuestras tierras americanas, coloreada la masa con onoto, fruto del arbusto que se cultiva en los patios de las casas, luego procedente de los españoles carnes de res de gallina, pollo, cerdo, aceitunas, alcaparras, uvas pasas. Todo picado finamente por los miembros de la familia, guisado posteriormente, y convirtiéndose en una mezcla al igual que el mestizaje que caracteriza al venezolano. Tanto por el nombre "la hallaca" como porque es hecho por todos los miembros de la familia. Es un orgullo de la cocina venezolana. Sin distinción de clases, se presenta en la mesa navideña de todos y cada uno(a) de los venezolanos(as). Cuando en diciembre las fiestas desbordan de alegría, la hallaca es intercambiada, regalada, vendida, es el plato que de ninguna manera debe faltar. Su confección varía según las regiones y la sazón depende de la familia que la elabora, lo que hace que sea un plato muy particular.

Nova140b.indd 64 12/11/13 18:19

Para terminar, y como regalo navideño, les ofrezco algunas estrofas de *Elogio informal de la Hallaca*, de Aquiles Nazoa.

Pasadme el tenedor, dadme el cuchillo,
arrimadme aquel vaso de casquillo y echadme un trago en él de vino claro,
que como un Pantagruel del Guarataro
voy a comerme el alma de Caracas,
encarnada esta vez en dos hallacas.
¡Ay, de solo mirarlas por encima,
hasta un muerto se anima!

Pero desenvolvamos la primera, que ya
mi pobre espíritu no espera.
Con destreza exquisita, corto en primer
lugar la cabuyita y con la exquisitez de quien despoja,
de su manto a una virgen
pliegue a pliegue, levantándole voy hoja
tras hoja, cuidando de que nada se le pegue…

Briceño Iragorry, Mario. *Alegría de la Tierra*, primera edición 1952, reedición por la editorial El perro y la rana, 2007, Caracas, Venezuela.

Cartay, Rafael. *La hallaca en Venezuela*. Colección Fundación Bigott, Caracas, Venezuela 2003.

Cortes Riera, Luis Eduardo. *La hallaca en la pluma de los intelectuales*. In: Periódico **El Impulso**. Consulta realizada el 26/08/13.

La hallaca tremendo paquete. Artículo publicado en el periódico **El Universal**, el 11/11/2007, Venezuela.

Salas, Julio César. *Archivo Analítico*. *Gastronomía*, 1998. Extraído del Archivo Sponsors (Bitacora).

Uslar Pietri, Arturo. En entrevista a Eskinazi. *Muchos hombres en un solo hombre*, Caracas Caralex, 1988, p.149.

Receta de Hallaca

Ingredientes

Masa: 2,5 kg de harina de maíz; 5 tazas de manteca de cochino; 3 tazas de caldo de gallina; Semillas de onoto (colorante); Sal.

Guiso: 1 kg de pernil de cochino (cerdo); 2 kg de carne de res; 2 kg de gallina; 1/2 kg de tocino cocido; 1,5 kg de cebolla cortada; 1/2 kg de ajo porro; 1/4 kg de cebollín; 3/4 de ajo pelado; 1/2 taza de alcaparras; 1 kg de pimentón (sin semilla); 2 kg de tomates (sin semilla); 1/4 kg de ají dulce; 2/3 de taza de harina de maíz; Aceite con onoto.

Foto Pedro D. García

Adorno: 1 kg de pimentón; 1/2 kg de tocino cocido; 1/2 kg de cebolla en aros; 200 gr de alcaparras; 400 de aceitunas rellenas; 1/2 kg de uvas pasas.

Hoja: Paquetes de hojas de plátano; un rollo de pabilo.

Preparación

Puede dividirse en dos partes. El primer día se pican todos los ingredientes: carnes, aliños y onoto, y luego se hace el guiso agregándole un poco de harina disuelta en agua para espesarlo o cuajarlo. El segundo día se hace la masa con harina de maíz, sal a gusto y manteca de cochino disuelta con onoto para colorearla; se clasifican, se lavan y se secan las hojas y se organiza todo sobre una mesa grande para proceder a confeccionar las hallacas. A medida que estas van quedando listas se cocinan en agua hirviendo con sal.

Nova140b.indd 65 12/11/13 18:19

Mosaico

LIBROS LIVROS

DIMENSÕES SOCIOCULTURAIS DA ALIMENTAÇÃO: DIÁLOGOS LATINO-AMERICANOS
Renata Menasche, Marcelo Alvarez e Janine Collaço (Orgs)

Uma seleção de estudos antropológicos que abordam os sistemas alimentares a partir dos mais variados ângulos, evidenciando como, mais que fato biológico, a alimentação humana é ato social e cultural. Os autores revelam como o alimentar implica em práticas, representações e imaginários, envolve escolhas, símbolos e classificações, que organizam visões de mundo diversas, no tempo e no espaço, participando, ainda, na conformação de identidades, uma vez que expressa relações sociais e de poder.

Porto Alegre, Editora da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2012, 340 p.

LA COCINA MÁGICA
Pablo Macera y Enrique Casanto

Este libro es un aporte para entender mejor a los Asháninca y su riqueza cultural a partir de sus hábitos de cocina. La cocina (sus utensilios, sus productos, su forma de preparación y consumo) constituye una forma de lucha cultural, una línea de resistencia frente a la presión de la modernidad. La gastronomía peruana vuelve a obtener otro importante reconocimiento, luego de que este libro de los investigadores Pablo Macera y Enrique Casanto, obtuviera el tercer lugar en la categoría **Mejor Libro Ilustrado en los Gourmand Cookbook Awards 2012,** realizado en Francia.

Lima, Perú, Fondo Editorial de la Universidad San Martín de Porres, 2011, 326 p.

ESCOFFIANAS BRASILEIRAS
Alex Atala (com Carolina Chagas)

O autor, ícone da culinária brasileira que extrapolou fronteiras e se tornou uma grande personalidade da alta gastronomia mundial, utiliza em seus magníficos pratos ingredientes extraídos da natureza, mais precisamente da Amazônia, explora sua essência e preza pela riqueza e qualidade do sabor, da aparência e da textura.

São Paulo, Editora Larousse do Brasil, 2008, 528 p.

COMIDA, CULTURA Y MODERNIDAD EN MÉXICO
Perspectivas antropológicas e históricas
Good Catharine y Laura Corona (comp.)

El libro, editado por el Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) con el apoyo del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt), reúne 18 investigaciones que a partir de técnicas del trabajo de campo etnográfico y de la lectura etnológica de las fuentes históricas, da cuenta de diversas manifestaciones culinarias de México, el impacto de la modernidad en estas tradiciones, así como la aplicación de la antropología y de la historia a la comida, en cuanto a ingredientes, técnicas de procesamiento, usos y significados sociales.

México, ENAH, 2011, 343 p.

ENTRE STRUDEL, BOLACHAS E STOLEN: RECEITAS E MEMÓRIAS
Juliana Reinhardt

A partir das histórias de vida e das receitas de doceiras descendentes de imigrantes de alemães, que vivem em Curitiba, a obra resgata as tradições culinárias que resistiram ao tempo e à modernidade e permanecem na mesa de muitos curitibanos. O que o leitor encontrará não são apenas receitas, nem tampouco apenas um livro de memórias: ele traz tudo mesclado, pois a comida é esta colcha de retalhos. Traz o que nos sustenta o corpo e a alma. Traz sentimentos. Neste caso, sentimentos ligados às origens, à família, ao passado, ao presente. Um livro de receitas e de lembranças da refinada doçaria alemã.

Curitiba, Máquina de Escrever Editora, 2012, 80 p.

Nova140b.indd 66 12/11/13 18:19

SITIOS SITES

http://www.historiadaalimentacao.ufpr.br
A partir dos estudos em História e Cultura da Alimentação realizados pelo grupo de pesquisa existente desde 1993, atuando na graduação e pós-graduação em História no Departamento de História da Universidade Federal do Paraná, constata-se hoje uma importante produção de teses, dissertações e monografias na área, além de diversos projetos de pesquisa. A divulgação de tal acervo, juntamente com outras produções acadêmicas universitárias ou não, permite constituir uma ampla rede de pesquisadores. Portanto, o presente site além de albergar um importante patrimônio acadêmico busca, como já exposto acima, divulgá-lo no Brasil e no Exterior e se encontra aberto a novas contribuições.

http://www.slowfoodarg.com.ar/
Slow Food es la respuesta a los efectos degradantes de la cultura de la comida industrial y rápida –fast food– que estandariza las técnicas de producción y la oferta de productos, nivelando y homogeneizando los sabores y los gustos. Organización no gubernamental internacional, cuya sede se encuentra en la ciudad de Bra, Italia, cuenta con más de 80 mil miembros distribuidos en más de 100 países, organizados en grupos territoriales llamados "conviviums". De los más de 750 existentes en el mundo, 7 desarrollan sus actividades en Argentina**.** Slow Food promueve una nueva cultura del placer basada en la lentitud, el conocimiento, la hospitalidad y la solidaridad. Sus objetivos son claros: reencontrar el placer de la buena mesa, incentivar la buena gastronomía y el buen vino, y propiciar la educación de los sentidos para redescubrir la riqueza de los aromas y los sabores.

http://www.yanuq.com
Yanuq.com se ha creado para dar a conocer la sofisticación de la cocina en el Perú. Combinamos recetas conservadas con amor, a través del tiempo, por antiguas familias peruanas, con la de renombrados Chefs. No dejamos de lado aquellas recetas de la gastronomía internacional que con los variados sabores y condimentos peruanos adquieren un sabor exótico e incomparable. Nuestras recetas le permitirán disfrutar fácilmente en su propio hogar de una de las cocinas más refinadas del mundo.

http://www.saboramexico.com.mx/sabor/
Espacio donde se encuentran informaciones sobre Recetas Tradicionales de la Cocina Mexicana, Bebidas Mexicanas, Historia de la Cocina Mexicana, Chefs Mexicanos, Ingredientes Básicos de la Comida Mexicana, postres, entre muchas otras cosas más.

PELÍCULAS FILMES

DE OLLAS Y SUEÑOS

Género: Documental • Perú - Brasil, 2009, 75 min
Guión y dirección: Ernesto Cabellos

Dicen que en el Perú no es el fútbol, ni la música, menos la política, lo que más une y mueve a la gente. Es la cocina. En esta deliciosa película, el premiado director Ernesto Cabellos recorre la costa, sierra y selva de su país, así como París, Londres, Madrid, Ámsterdam y Nueva York, para demostrarlo. Atravesando tierra, aire, mar y ríos, a través de conmovedoras historias, acompañamos a un pueblo mestizo –históricamente caracterizado por diferencias económicas y sociales– que se reencuentra en la cocina y se proyecta al mundo. Prestigiosos chefs como Gastón Acurio, Teresa Izquierdo, Pedro Miguel Schiaffino, Bernardo Roca Rey y Ferran Adrià, comparten su mirada sobre la gastronomía peruana, al lado de aquellos no tan conocidos, aunque igualmente especiales y soñadores que trabajan también para convertirla en un motor de integración y desarrollo.

POR QUE VOCÊ PARTIU?

Gênero: Documentário • Brasil, 2013, 94 min
Direção: Eric Belhassen
Roteiro: Eric Belhassen e Marc Belhassen

Quais motivos podem nos levar a deixar nosso país e nossa família para tentar a sorte em um continente diferente? O filme acompanha a brilhante trajetória de seis chefs de gastronomia francesa que residem no Brasil, a partir do relato de suas histórias familiares. Com os chefs Emmanuel Bassoleil, Erick Jacquin, Laurent Suaudeau, Alain Uzan, Frédéric Monnier e Roland Villard.

Nova140b.indd 67 12/11/13 18:19

NOVAMERICA

Diretora
Susana Beatriz Sacavino

Conselho Editorial
Argentina - Antonia L. de Nardelli
Bolívia - Marta Orsini
Brasil - Vera Maria F. Candau
Chile - Rosa Catalán
México - Ángeles Enríquez Rincón
Peru - Flor Sobrino
República Dominicana - Pura Emeterio
Uruguai - Mary Larrosa

Comitê Técnico
Ana Waleska P. Mendonça
Susana Beatriz Sacavino
Maria da Consolação Lucinda
Vera Maria F. Candau

Coordenação Editorial e Supervisão Gráfica
Adélia M.ª Nehme Simão e Koff

Revisão e Pesquisa
Adélia M.ª Nehme Simão e Koff
Cecilia Botana

Mosaico e Resumos
Silvia Alicia Martínez

Secretaria e Tradução
Cecilia Botana

Administração
Jayme da Silva Corrêa Filho

Coraboração neste número
Mônica Armond Serrão

Projeto Gráfico, Programação Visual e Capa
Rodolpho Oliva

Logomarca da Capa
Néstor Sacavino

Impressão - Gráfica ZIT

NOVAMERICA
Rua 19 de Fevereiro, 160, Botafogo
Rio de Janeiro, Brasil CEP: 22280-030
Tel./Fax: (021) 2542-6244/2295-8033
novamerica@novamerica.org.br
www.novamerica.org.br

A direção da revista não se responsabiliza pelas opiniões disseminadas nos artigos.
Publicação indexada em CLASE

Puede suscribirse o adquirirla en

Argentina • Dora Mabel Quinteros
Av. Santa Fe 4990, 8ºC (1425) Ciudad Autónoma de Buenos Aires
honat2@gmail.com

Bolivia • Marta Orsini
Casilla 2419, Cochabamba, Tel: 591 4 4522023, morsusmarta@gmail.com

Brasil • Cecilia Botana
Rua 19 de Fevereiro, 160, Botafogo
Rio de Janeiro - RJ Cep: 22.280-030
Tel/Fax: 021 2295-8033/2542-6244
revista@novamerica.org.br

Chile • Rosa Catalán
Vergara, 174 - Santiago
rosicatalan@hotmail.com

Colombia • Consuelo Vélez
Avda. Caracas 41-44 Apto.503
Santafé de Bogotá
Tel: /1/ 2327179
ocvelez@etb.net.co

Guatemala • Blanca Fuentes
6ª Calle 2-42 zona 1
01001 Guatemala
Tel: /502/232 3388 Fax: 323 5261
blancafuentes@live.com

México • Ángeles Enríquez Rincón
Mexicali 608, Fracc. Valtierra,
Col. Sn Felipe de Jesús,
C.P.37250, León, Guanajuato.
Tel. (477) 7724 109
angeleserincon@yahoo.com

Perú • Flor Sobrino
Av. Brasil 1392 - Dpto. 301- B
Pueblo Libre, Lima 21
Tel: 0051-1- 4 33 43 99
florgsv3@yahoo.es

República Dominicana •
Pura Emeterio
Calle Dr. Piñeiro 209, apto. 4-B,
Residencial Caroli, Zona Universitaria,
Santo Domingo
puraer@yahoo.es

Centro Cultural Poveda
Pina 210 A - Ciudad Nueva
Santo Domingo D.N.
Tel: /809/6895689 - 6854635
ctro.poveda@codetel.net.do

Uruguay • María Felisa Gómez
Acevedo Días, 1280 - 11.200 - Montevideo
Tel: 24086973
mfgomeziba@hotmail.com

Rosario Alves
Pascual Costa 3265 ap. 810 Parque Posadas
11.700 - Montevideo
Tel: /2/ 3360027 rosal2@adinet.com.uy

Venezuela • Ivonne Marín
De Platanal a Desamparados, Edif. Platanal
37, piso 1, ap. 1 A, La Candelaria, Caracas
Tel: 58/212/562 42 4
ivonneirene@yahoo.es

Europa, Asia, África y Estados Unidos • Juani Zamora
Plaza de Los Pinazo 19, 3º izquierda,
28021 - Madrid - España - Tel: 91 797-1279
juanizamora@yahoo.es
María del Carmen López
Calle Paseo Zorrilla 346, 4º B - Valladolid
(47008) España
lmcarmen@telefonica.net
Pagos de subscripciones en España por depósito bancario: Caja España - Cta. corriente nº 2096 0106 95 2041969804
Titular: María del Carmen López

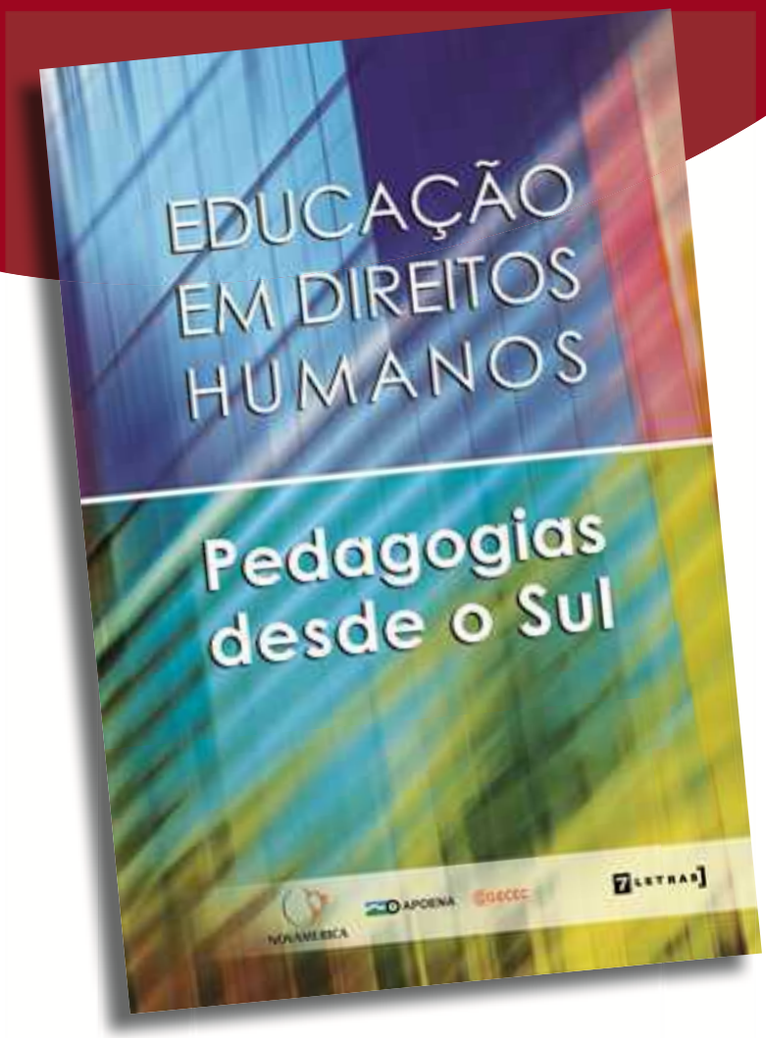
NOVAMERICA

CONSELHO CONSULTIVO INTERNACIONAL 2013
Argentina • Claudia Villamayor
Bolívia • Fernando Andrade
Brasil • Sônia Kramer e Maria da Glória Gohn
Chile • Ricardo Florentino Salas Astraín e Cristian Parker Gumucio
México • María Ángeles López García e Benjamín Berlanga Gallardo
Peru • Marcial Rubio Correa
República Dominicana • Silvia Acosta e Salvador Gautier
Uruguai • Mónica Maronna

Apoio
I·N·T·E·R cultural

Nova140b.indd 68 12/11/13 18:19

Conheça mais um lançamento Novamerica



Nada mais urgente e necessário que educar em direitos humanos, tarefa indispensável para a defesa, o respeito, a promoção e a valorização desses direitos.

Direitos Humanos: ontem, hoje, sempre.

Consulte o site e adquira o seu livro!

www.novamerica.org.br

NOVAMERICA

Nova140Capas2&3.indd 2 12/11/13 18:19

REVISTA NUEVAMERICA

Compromiso
Compromisso Social

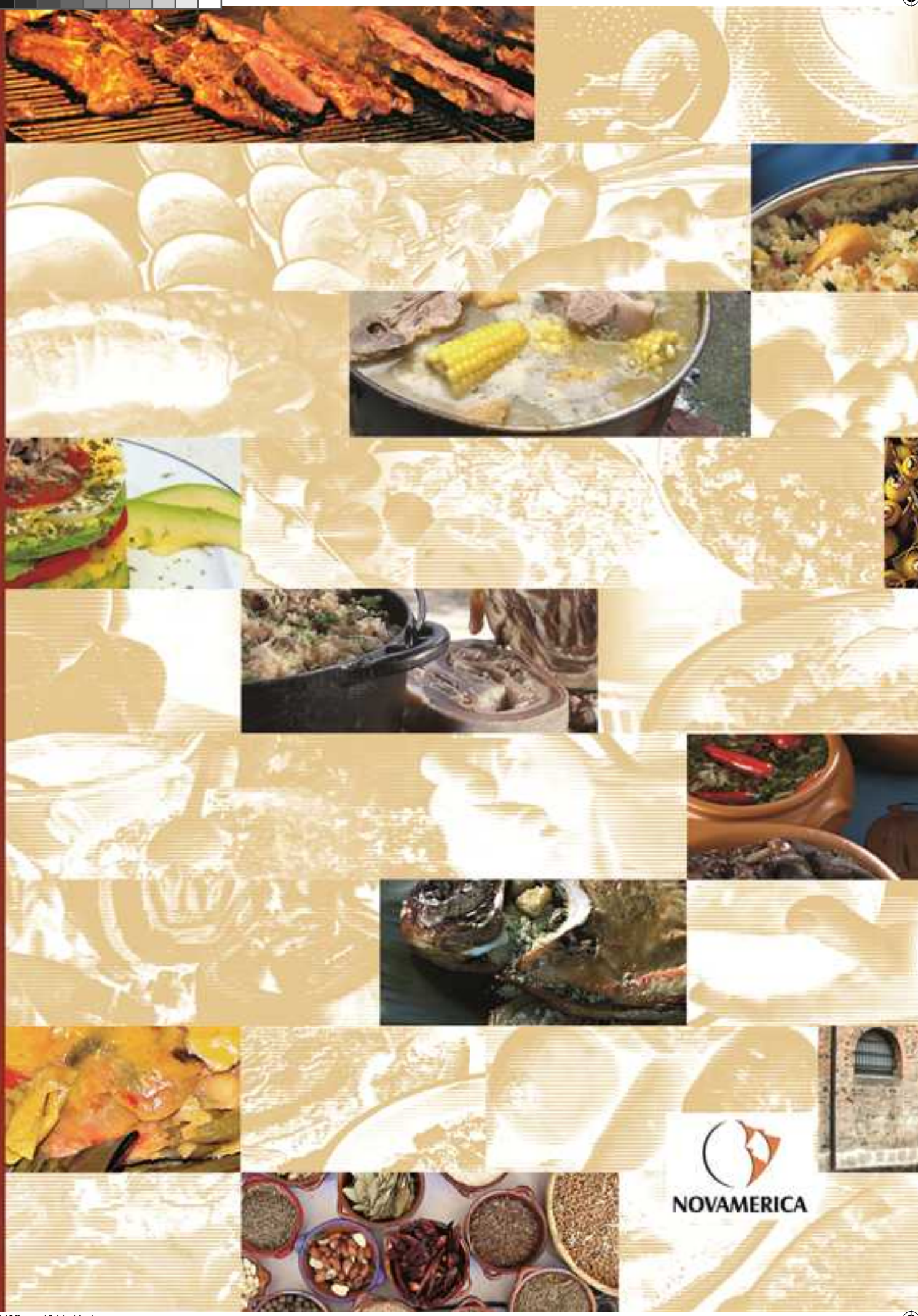
Ao assinar a Revista Novamerica você escolhe um projeto para apoiar e parte da sua assinatura será destinada à manutenção deste projeto.

Al suscribirse a la Revista Nuevamerica, usted estará apoyando uno de nuestros proyectos. Parte del valor abonado será destinado a mantener el proyecto de su elección.

Faça sua assinatura!

¡Suscríbase!

Nova140Capas2&3.indd 3 12/11/13 18:19



Nº 140 - ISSN 0325-6960 NOVAMERICA - Rua Dezenove de Fevereiro, 160 - Botafogo CEP: 22280-030 Tel/Fax: (55) (021) 2542-6244 E-mail: novamerica@novamerica.org.br Rio de Janeiro - RJ - Brasil

Nova140Capas1&4.indd 1