CADERNOS OPANES VOLUME.2 2022

Mandioca

O ALIMENTO DO SÉCULO XXI

ORGANIZADOR
RAUL LODY

Senac
Fecomércio
Sesc

OPANES
OBSERVATÓRIO
DO PATRIMÔNIO
GASTRONÔMICO
DO NORDESTE
SENAC

ALAGOAS
BAHIA
CEARÁ
ESPÍRITO SANTO
MARANHÃO
PARAÍBA
PERNAMBUCO
PIAUÍ
RIO GRANDE DO NORTE
SERGIPE

Mandioca

O ALIMENTO DO SÉCULO XXI

Mandioca

O ALIMENTO DO SÉCULO XXI

ORGANIZADOR **RAUL LODY**

Senac
Fecomércio
Sesc

OPANES
OBSERVATÓRIO
DO PATRIMÔNIO
GASTRONÔMICO
DO NORDESTE
SENAC

Mandioca. O alimento do século XXI.
Coleção Cadernos OPANES - Volume 2

© 2023 SENAC Bahia
Todos os direitos reservados. É proibida toda forma de reprodução.

Organizador: **Raul Lody**

Coordenação: **Monique Badaró**

Assessoria Editorial: **Olenka Machado.**

Design Gráfico e Editorial**: Maria Helena Pereira da Silva**

Textos: **Marina Almeida • Monique Badaró • Raul Lody • Maria Helena Pereira da Silva**
Joselito da Silva Motta
Observadores OPANES: Sandra Christina Vasconcelos Lyra da Silva
Uelcimar Cerqueira dos Santos • Vanessa Santos Silva • Pedro Abreu Silva
Kleber Augusto Lopes • Luciana Dalarmelina Santos • David Cardoso
Iago Lellis • Maria Tatyuska Santos Gondim • João Lima • Marcilene Machado
Elizabeth Assunção • Marta Moreira de Aguiar
Departamentos Regionais: Cristiana Purcell • Jane Barros de Melo
Luiz Carlos da Silva • Kalil Sampaio

Fotografias: **SENAC - Departamentos Regionais • Acervo OPANES •**
Uelcimar Santos • João Lima • Luciana Torreão • Sérgio Loureiro
Elizabeth Assunção • Paulo Arsand Marta Moreira de Aguiar • Fabio Jaciuk
Jorge Sabino • Maria Helena PS

Arte Final, Diagramação e Editoração Eletrônica: **Azeviche Design**

Editora SENAC CEARÁ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Bibliotecária Katiúscia de Sousa Dias CRB 3/993

M272 Mandioca: o alimento do século XXI. / Organizador Raul Lody.
Fortaleza: Editora Senac Ceará, 2023.
114 p. il. color. – (Cadernos OPANES, v. II)

ISBN: 978-65-990424-7-8

1. Alimentos - História. 2. Mandioca – Aspectos culturais. 3. Mandioca – Consumo. 4. Gastronomia – História – Brasil. 5. Alimentos – Aspectos culturais. I. Título.

CDD 641.8

Sumário

7
Prefácio: SENAC Bahia

9
Apresentação: OPANES

10
Introdução: Mandioca – A Raiz do Brasil

18
Observações sobre a Mandioca

50
Farofa Divina Farofa

52
Em Busca de um Significado Perdido para a Farofa

64
1º Festival da Farofa – Farofa com História

82
Doce Natal com Mandioca

102
Embalagem: ir e vir com Design

106
Observadores OPANES

FOTO: JORGE SABINO

Prefácio

Esta publicação é produto do trabalho de pesquisa realizado pelo **OPANES - Observatório do Patrimônio Gastronômico do Nordeste e Espírito Santo**. Iniciativa conjunta dos Departamentos Regionais no âmbito do Núcleo de Desenvolvimento Corporativo do Nordeste e Espírito Santo, com o apoio do Departamento Nacional do SENAC.

Os resultados apresentados nos enchem de orgulho não só pela qualidade, mas pela possibilidade de inovação nos nossos processos ensino-aprendizagem. Este entendimento ampliado de gastronomia enquanto patrimônio cultural seduz gestores e docentes a ressaltaram a importância e potencialidades dos insumos dos nossos biomas.

Os autores dos textos apresentados são parceiros e docentes SENAC, com as mais diversas formações e experiências profissionais, os quais a partir de suas expertises, vivências e compreensão do mundo da gastronomia, nos brindam aqui com suas observações acerca do maior patrimônio alimentar do mundo tropical.

Esta obra reflete não apenas os resultados da tutoria de Raul Lody, antropólogo e um dos mais importantes especialistas em etnoalimentação, parceiro de longa data do SENAC, mas também e sobretudo, o florescer de um novo pensamento dos membros OPANES comprometidos com o valor cultural do nosso fazer culinário.

Bem-vindos a essa imersão nas inúmeras dimensões e possibilidades deste insumo declarado alimento do século pelas Nações Unidas.

Marina Almeida
Diretora Regional do SENAC Bahia

Apresentação

O **OPANES - Observatório do Patrimônio Gastronômico do Nordeste e Espírito Santo** tem a missão de promover a valorização das cozinhas locais e regionais e, consequentemente, dos insumos que dão vida às criações culinárias.

O interesse pelas cozinhas regionais cresce a cada ano, o que faz com que os produtos do "território" sejam alvo de interesse renovado. Estes produtos se apresentam como elementos fundamentais da cultura e patrimônio locais, sendo seu consumo um traço distintivo das identidades coletivas e individuais.

Anualmente, OPANES elege temas centrais de pesquisa a serem levadas a cabo pelos docentes SENAC integrantes do projeto. Ao longo de 2021, as observações se centraram na mandioca, que durante anos foi a base da alimentação no Brasil e que deu origem a um dos pratos mais originais da cozinha nacional: a farofa.

Os resultados aqui apresentados ampliam nossos conhecimentos sobre a diversidade de usos da mandioca na alimentação humana, sua riqueza cultural e social, iluminando o debate e possibilitando pensar a alimentação local como uma entidade com múltiplas dimensões. Esperamos também que eles possam estimular o consumo e usos tradicionais e inovativos nas criações culinárias, bem como o desenho de políticas públicas de valorização dos produtos locais como vetor de desenvolvimento sustentável.

Monique Badaró
Coordenadora OPANES

Introdução
Mandioca – A Raiz do Brasil

A mandioca (*Manihot esculenta Crants*) é uma planta da família das *Euphorbiaceas*, originária do continente americano, mais especificamente no Brasil Central, de onde se espalhou pelo mundo tropical, alcançando os continentes africano e asiático e sendo hoje cultivada em cerca de 80 países do planeta. Os estudos em sítios arqueológicos auxiliados pelo uso do carbono 14 indicam nosso país como o centro de origem e dispersão da espécie. Sua importância alimentar é base de sustentação para mais de 600 milhões de pessoas no mundo.

Nos primórdios do descobrimento, ano de 1500, os portugueses a encontraram como alimento básico dos índios, servindo como complemento indispensável sob a forma de farinha acompanhando a carne e o peixe abundantes; logo em seguida, tornava-se o principal energético para o trabalho escravo e dos bandeirantes no desbravamento do nosso território.

Em 1553, o padre José de Anchieta, na sua chegada ao Brasil, vendo a importância da mandioca, logo a batizou de pão da terra ou pão dos trópicos. Um dos primeiros registros feitos sobre a raiz autóctone pelo escrivão do descobrimento, Pero Vaz de Caminha, ao rei de Portugal, diz: “Eles não lavram nem criam; aqui não há boi, nem vaca, nem cabra, nem ovelha, nem galinha ou qualquer outra criação que acostumada seja ao viver dos homens”; ao referir-se aos nativos dizia: “são tão rijos, tão nédios que não o somos tanto, com tanto trigo e legumes que comemos”. Quando se referia ao alimento dos nativos escreveu: “eles não comem senão doutra coisa a não ser dum inhame que brota da terra”; este inhame a que se referia era a mandioca, desconhecida do colonizador europeu que conhecia algo semelhante, o inhame, proveniente das colônias da África portuguesa.

A história do Brasil é muito pródiga em registros sobre a importância da mandioca e tem como aliada o escritor e folclorista Luís da Câmara Cascudo, autor do livro *A História da Alimentação do Brasil*, que destinou um capítulo especial à mandioca, denominado-a de Rainha do Brasil,

FOTO: JOÃO LIMA

onde destaca seu valor histórico, cultural, alimentar. Sua obra totaliza 164 livros e o torna a maior expressão literária do Rio Grande do Norte.

O antropólogo alemão Hans Staden, que à época do descobrimento se incorporou em Lisboa à esquadra de Cabral, tem inúmeros registros de fatos que colocam a Raiz do Brasil como o fundamental, o basalto, o recurso, a provisão, como relata Cascudo. Alguns historiadores apontam para o fato que, se o Brasil não tivesse mandioca, o tempo de desbravamento do nosso território seria muito mais longo ou mesmo quase impossível; a farinha, principal derivado, dado a sua vida útil prolongada, foi logo incorporada à intendência de navegação como suprimento alimentar e atendia também outras expedições que aportavam no Brasil em direção às Américas. Seguia também para a África, para servir de alimento nos porões dos navios negreiros, na viagem ao Brasil e também nos ciclos do Pau Brasil, da cana de açúcar, do café etc.

Seus derivados, originalmente obtidos pelos indígenas, seguiam alguns passos: primeiro a raiz era descascada e ralada em artefatos rústicos feitos com lascas de pedras ou dentes de animais crivados na madeira, para, em seguida, ser prensada no tipiti, e seguir o caminho da produção da farinha; do escorrimento da manipueira leitosa, surgia por decantação a tapioca úmida matéria prima para os beijus e tapiocas recheadas; estas, mereceram o registro na cartas de Pero Vaz de Caminha ao rei de Portugal: “faz-se por aqui umas broas chamadas beijus ou filhós, tão alvos e saborosos que superam em muito o pão desse reino”. Os primeiros governadores gerais do Brasil, Thomé de Souza, Duarte da Costa e Mem de Sá, embora portugueses e tivessem o privilégio do trigo à mesa, preferiam os derivados da mandioca por considerá-los mais saudáveis.

Em outro momento da história, na última década do século XVIII, comerciantes especuladores antevendo as secas cíclicas do Nordeste, compravam a farinha de mandioca para venderem a preços elevados no momento da crise. O fato obrigou o governo da época a confiscar a farinha – primeiro produto confiscado – para vendê-la a preços módicos para as populações carentes; a chegada da farinha do governo era anunciada com foguetes daí a expressão também registrada na história – farinha de foguete.

Dentre todos os momentos da história da Raiz do Brasil, o mais destacado acontece no século XIX, com a instalação da 1ª Constituição do Brasil, em 1823, denominada A Constituição da Mandioca; chamada elitista, era a expressão da importância da mandioca: o povo não votava e somente os detentores de posse, que não era avaliado em moeda corrente mas sim em alqueires de farinha de mandioca (medida em litros); para votar na paróquia era necessário ter um patrimônio equivalente a 150 alqueires de farinha de mandioca; na província, a 250 alqueires de farinha; para se candidatar a deputado, a 500 alqueires de farinha e a senador a 1.000 alqueires de farinha de mandioca.

Numa determinada passagem de minha vida profissional, tive a oportunidade de participar do programa de TV denominado 'Muvuca', e a Regina Casé me perguntou porque se come tanta farinha de mandioca no Brasil. Cunhei a resposta com a seguinte descrição: "é porque a farinha no prato aumenta o que está pouco, esfria o que está quente e engrossa o que está ralo, e na pança é quem dá sustança".

A importância da mandioca foi preponderante no período colonial e se estendeu ao longo dos séculos como base alimentar, com presença mais destacada nas regiões Nordeste e Norte do país; é cultivada em quase 2 milhões de hectares, com franca adaptabilidade em todo o território nacional, decorrente de suas características de resistência a seca e de produzir em solos de baixa fertilidade.

O Brasil produz em torno de 27 milhões de toneladas de raiz, provenientes na quase totalidade de mais de 14 milhões de agricultores familiares. A condição de maior produtor mundial, que possuía em anos passados, foi ultrapassada pela Nigéria, República do Congo, Tailândia e mais recentemente por Ghana, caindo para o posto de quinto lugar. Essa condição é indicadora da necessidade de políticas públicas adequadas e maior conhecimento de sua versatilidade de usos na alimentação humana e animal, formas apropriadas para torná-la um diferencial na fixação do homem no campo, auxiliando sobremodo no equilíbrio social.

Conhecida sob a denominação de mandioca, aipim ou macaxeira, a ciência esclarece as diferenças: as mansas, chamadas de mandioca nas

FOTO: JOÃO LIMA

regiões Sul e Sudeste e Centro Oeste, e de aipins ou macaxeiras ou de mesa no Nordeste possuem teor de HCN (ácido cianídrico) baixo para o consumo fresco, limite menor que 100ppm, e as bravas, utilizadas para a indústria, com teor acima de desse valor e que se torna reduzido pelo processamento das raízes e parte aérea.

Caldos, sucos, pães, bolos de puba, de aipim, escondidinho, bolachas, biscoitos, paçocas, cuscuz, tortas, rocamboles, mingaus, sopas, cremes, pudins, sorvetes, farinhas, pirões, purês, farofas, pizza, maniçoba, tacacá, tucupi, tucupi preto, chibé, caxiri, chimango, chiringa, avoador, pêta, ginête, brevidade, casadinho, cozido e assado, sagu, farinha de tapioca, tapioca pipoca, tapioca recheada, pão de queijo, beijus tradicionais e coloridos preparados com frutas e hortaliças; pratos quentes e frios, doces e salgados são exemplos da vasta culinária regional espalhada Brasil afora, como iguarias que evidenciam a presença da Raiz do Brasil.

Essas possibilidades tão variadas, todas marcadas pelo componente energético proporcionado pelo amido, podem fazer parte do cardápio diário da merenda escolar no Brasil, em substituição a vários produtos industrializados, muitos deles inconvenientes à saúde das crianças e que são determinantes nos hábitos alimentares durante a juventude e na vida adulta.

Em complemento a sua vasta utilização, está presente no segmento industrial para fabricação de colas, tintas, papéis, papelões, indústria e farmacêutica e petrolífera, como pastas antiabrasivas na extração do petróleo em altas profundidades; está presente no setor de cosméticos e atua na confecção de embutidos de carnes, presuntos e mortadelas e como espessante em ketchup, mostarda e maionese. Assume grande relevância através de amidos modificados biodegradáveis, na confecção de copos, bandejas, sacolas etc., em contraposição aos plásticos derivados do petróleo e fontes permanentes de poluição ambiental.

Ao concentrarmos a atenção na riqueza de alternativas proporcionadas pela raiz, não devemos desprezar o potencial alimentar proporcionado pela parte aérea da planta; enquanto a raiz é rica em carboidratos representados pelo amido, as ramas e folhas são fonte de proteínas, vitaminas

e minerais com elevado teor de proteínas – 28 a 32% nas folhas – Fe, Ca, vitaminas B1, B2, B6, vitamina C e, principalmente, vitamina A; toda sua riqueza pode estar na mesa ao ser transformada em mais carne, leite e ovos como suprimento alimentar dos animais sob a forma de farinha das folhas, feno, raspa e silagem.

A versatilidade da mandioca se revela também através do seu amido diferenciado contido nas raízes, com ampla aplicação na indústria de cosméticos, petrolífera, siderúrgica, papeleira, de cervejas, confeitaria, colas, tintas, embutidos de carne, sorvetes, balas, dentifrícios, panificação, especialmente na substituição do trigo importado, e mais recentemente, na fabricação de embalagens biodegradáveis, ecologicamente corretas. Agrega-se ainda outro valor de grande importância alimentar que é o fato de não conter glúten, tornando-se adequado aos portadores da doença celíaca.

Mas, para obstruir a saga alimentar da mandioca, estava reservada no início da década de 50 do século passado uma estratégia estranha aos nossos interesses: a entrada do trigo como alternativa alimentar; amparada pelos subsídios e com uma política determinada a tornar o grão alimento de consumo nacional. A indústria emergente da mandioca foi sufocada pelos interesses do capital estrangeiro; mais tarde, numa política novamente equivocada, o país subsidiou o trigo por 20 anos, excluindo mais uma vez a mandioca e, em consequência, ampliando nossa dívida externa.

No momento atual, o país consome cerca de 8.5 milhões de toneladas de farinha de trigo, cerca de 80% importada, resultando num custo anual da ordem de 2 bilhões de dólares. Os estudos realizados pela Embrapa indicam o uso da fécula da mandioca para substituir em até 20% o trigo importado na fabricação do pão francês, carro chefe da panificação, em 30% para outros produtos e até 40% nas massas de pizza.

Pelo exposto, inegavelmente a mandioca se constitui uma riqueza ainda muito pouco conhecida; entre os vegetais é o maior patrimônio alimentar do mundo tropical. Sua versatilidade no plano da alta gastronomia

FOTO: SENAC PARAÍBA

permeia chefs de cozinha e culinaristas do porte de Iracema Sampaio, Nelson Conceição, Braulino Oliveira, Teresa Corção, Alex Atala, Dona Lucinha, Margarida Nogueira, Neide Rigo, Beth Beltrão, Claude Troisgros, Beto Pimentel, Paulo Martins, Rafael Sessenta, Tereza Paim, Ofir Oliveira, Faustino Paiva, Layr Marins, entre outros que emprestaram ou emprestam sua contribuição nos dias de hoje.

Destacada no plano cultural, passa pelo crivo de Gabriel Soares de Souza, Manoel da Nóbrega, José de Anchieta, Jean de Lerry, Debret, Rugendas, Câmara Cascudo, Couto de Magalhães, Pinto de Aguiar, Milton de Albuquerque, Antônio José da Conceição, Patativa do Assaré, e se traduz nas músicas de Luiz Gonzaga, Djavan, Juraildes Cruz, Xangai, Raimundo Sodré e expressões populares na voz de cantadores, repentistas e cordelistas.

Torna-se portanto imprescindível o resgate de toda a riqueza cultural, alimentar e industrial que se encerra na mandioca, para que seu reconhecimento possa permear com mais intensidade as regiões, estados e municípios brasileiros.

Joselito da Silva Motta
Pesquisador da Embrapa

Observações sobre a Mandioca

www.observatoriogastronomico.senac.br

FOTO: SENAC ALAGOAS

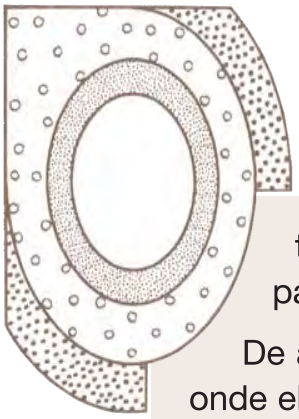
Produção de Farinha de Mandioca e a Relevância Histórica e Cultural no Prato do Alagoano

Sandra Christina Vasconcelos Lyra da Silva – SENAC ALAGOAS
Cristiana Purcell – SENAC ALAGOAS
Jane Barros de Melo – SENAC ALAGOAS

O Estado de Alagoas foi constituído em 1817, com a separação da capitania de Pernambuco, sendo o segundo menor estado da federação localizado na região Nordeste. Ocupa uma área de 27.848,140 km², possui 102 municípios, fazendo limites com Pernambuco, Sergipe Bahia e Oceano Atlântico.

Durante os anos seguintes à sua emancipação política, vários levantes contra os portugueses se sucederam no estado. Em meio a crises políticas, em 11 de junho de 1891, a primeira Constituição do Estado foi assinada. Alagoas também ficaria conhecido por ter sido lugar da maior revolta de escravos do país, no quilombo de Palmares, por volta de 1630. Sob a direção de Zumbi, Palmares chegou a ter população de 30 mil habitantes, distribuídos em várias aldeias, onde plantavam vários produtos da agricultura, como mandioca e milho, além de conseguirem extrair um excedente que era comercializado com povoados vizinhos. O estado é rico em manifestações culturais, tem um artesanato abundante e peculiar com o bordado filé, a renascença e o boa noite. Na gastronomia sofreu divesas influências indígenas, portuguesas, negras e também de Pernambuco tendo na agricultura uma fonte de renda, onde se destacam inúmeras receitas.

Na agricultura brasileira, a mandioca é uma das culturas mais conhecidas e consumidas e a segunda maior produção agrícola de Alagoas, sendo fundamental para os programas de agricultura familiar. A mandioca é uma espécie vegetal arbustiva da família das *Euforbiáceas* que chega a alcançar 3 metros de altura, com caule delgado de onde saem hastes longas que seguram as grandes folhas compostas por 7 folíolos nas suas extremidades. Atualmente são conhecidas mais de 250 espécies da planta, sendo que algumas podem ser consumidas *in natura* por sua baixa



toxicidade, enquanto outras precisam passar por um tratamento para a extração do suco venenoso (EMBRAPA, 2006, p. 160-161).

De acordo com diversos estudos realizados com a mandioca, o local onde ela é produzida tem bastante relevância e sua importância vai além da produção da farinha, é espaço de confraternizações e geração de renda. Uma pesquisa realizada em 2019, no âmbito do Projeto Salvaguarda do Patrimônio Imaterial em Alagoas, em parceria com o Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) e com a Secretaria de Cultura do Estado de Alagoas (Secult), identificou as referências culturais no estado e os locais de produção da farinha.

Através de visita a 48 dos 102 municípios que conformam Alagoas, foram assim registradas as casas de farinha existentes e as diversas mudanças por que passaram, ressaltando a sua importância enquanto mediadora de práticas do cotidiano histórico, cultural e social das comunidades do Nordeste, em especial de Alagoas.

De acordo com Brandão (2007), a produção da farinha de mandioca é responsável pela subsistência de mais de 25 mil famílias cuja economia doméstica está ligada em toda a cadeia produtiva tendo mais de 20 mil hectares de plantio da raiz. Os maiores produtores de mandioca do estado são: Arapiraca, Palmeira dos Índios, São Miguel dos Campos e Serra do Sertão Alagoano, onde estão os plantios de macaxeira, usada diretamente na alimentação, e de mandioca, que se destina ao fabrico da farinha.

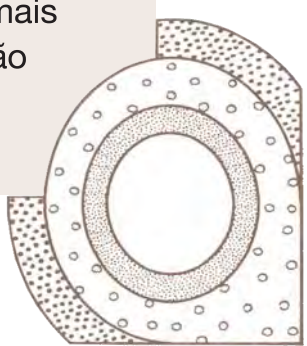
As casas de farinha são pequenas fábricas artesanais, que, em geral, atendem a várias comunidades situadas ao seu redor. Ainda conforme Brandão, são cerca de 600 unidades que constroem a paisagem alagoana, percebidas não apenas na materialidade de suas edificações e utensílios, mas também na nutrição básica dos lares, nos saberes da sua produção e dos quitutes derivados desse feitio, dos cantos e dos significados que foram gerados a partir das práticas vinculadas à sua produção, e que continuaram sendo reproduzidos, assimilados e por vezes ligeiramente transformados ao longo do tempo. São nessas fabriquetas que a mandioca brava é transformada em outros alimentos como: farinha, beiju, tapioca, mingau, caxiri (cerveja), tucupi e maniçoba (pratos feitos com

as folhas de maniva). Também são encontrados utensílios tradicionais indígenas, sobretudo os de cestaria – tipitis, peneiras, etc. (KATZ, 2009, p. 33-34).

Usualmente, a tipologia de uma casa de farinha tradicional constitui-se em uma edificação de planta retangular, com dimensões médias de 10 x 5m, com vedação lateral usualmente em taipa e coberta de palha – geralmente de coqueiro (*Cocos nucifera*) – ou telhas. Destaca-se por seu amplo telhado, de águas bastante pronunciadas, em especial quando há o uso de palha, visto a condição de escoamento mais precária provida por ela. O tapamento de barro chega até uma determinada altura, aproximadamente 1 metro, favorecendo a ventilação, necessária por conta do calor do forno onde a farinha é torrada. A condução da casa assemelha-se a uma negociação de trocas, sendo o seu uso frequentemente trocado por uma porcentagem do próprio produto. Cabe lembrar que o circuito de fabricação da farinha nessas casas envolve desde a roça, onde a mandioca é colhida, até a fabricação de uma gama de quitutes, que muitas vezes, quando se consegue uma produção excedente, esta é vendida nas feiras livres.

Para a produção acontecer, os trabalhos são divididos: geralmente, os homens são os responsáveis pela colheita e transporte da mandioca (tradicionalmente feito em carros de boi ou usando outros animais de carga) até a casa da farinha, onde ela é cortada e descascada por um grupo de mulheres que ficam nessa atividade por horas seguidas, sentadas em pequenos bancos de madeira a raspar a raiz. A seguir, é levada pelos homens para cevar e prensar, enquanto as mulheres costumam peneirar a massa e, por fim, ela é torrada pelos homens. Esse hábito vai para além da dimensão do trabalho, gerando interação social e desdobrando-se em uma série de atividades que, para além do saber fazer, se expressam em festas e celebrações. A produção da farinha é chamada de mandiocada, período marcado pela festa da colheita e produção.

A farinha de mandioca seca é classificada pelo tamanho do grão, que varia de 1 a 2 mm, em fina, média e grossa. É um dos alimentos mais comuns e fundamentais na mesa dos alagoanos, junto com o feijão e o arroz, forma um trio completo do típico prato cotidiano. Outras maneiras de utilizá-la como alimento é adicioná-la às frutas,

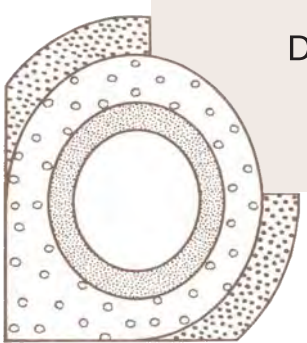


legumes, caldos, ao melaço, à rapadura, ou simplesmente comê-la pura. Pode estar presente nos dias festivos, em forma de farofa, adicionando ingredientes como gorduras animais ou vegetais, ovos, cheiro verde, cebola, alho, frutas secas, numa riquíssima palheta de variedades. Em situações mais extremas, é consumida pura ou na forma de papa d'água, em que se adiciona à farinha azeda açúcar para então fazer um mingau.

A farofa na sua versão mais simples é feita da mistura de farinha de mandioca e manteiga. Em outras farofas acrescenta-se cebola, colorau, carne desfiada. De coloração amarela, é encontrada desde sempre em praticamente todas as residências e estabelecimentos de alimentação, nas barraquinhas de caldinhos e churrasquinhos de rua até os restaurantes *self service* e de hotéis. A farofa ganha acompanhamentos diversos, charque, carne de sol, abóbora, vinagrete, frango, dando cada vez mais sustância a um prato aparentemente pobre e simples, mas que revela sabores, aromas e texturas inigualáveis ao serem saboreados.

Mas, de fato, o contexto social das comunidades que produzem farinha, constatado em campo, foi o de pobreza, por vezes miséria. O alimento está presente no dia-a-dia das famílias mais pobres, com poucos acompanhamentos, por vezes cobrindo o feijão e o arroz, ou em situações mais extremas, consumida pura ou na forma de papa d'água, como descrito em entrevista no povoado quilombola Tabuleiro dos Negros, em Penedo, em que se adicionava à farinha azeda o açúcar, para então fazer um mingau. Ainda no mesmo povoado, colheu-se informação de que, para ainda extrair renda dos restos do processo produtivo, a crueira – material que sobra da peneiração – era triturada na forrageira e comercializada. Contudo, entre a provisão e a escassez, por sua produção se estabelecer em caráter comunitário, de mutirão, desdobra-se de uma cadeia de subsistência para uma rede de relações afetivas e simbólicas, as quais atravessam as jornadas que antecedem o prato finalizado, e se traduzem em diversas formas de expressão cultural.

Desta forma, vale a transcrição do texto de SILVA (2019) que indica com especial relevância a narrativa da Dona Maria de Fátima Oliveira Neto, moradora do município de Traipu, sul de Alagoas,



em entrevista ao acima mencionado Projeto de Salvaguarda do Patrimônio Imaterial de Alagoas, relembrando as grandes mandiocadas:

“Para aliviar a fadiga, os donos serviam bebidas”. E, de fato, esta prática foi confirmada por outros depoentes. Também no mesmo sentido de distrair do cansaço e até mesmo dar ritmo ao trabalho, em alguns povoados as mulheres cantavam, costume que foi passado através das gerações, inclusive fazendo uso de improvisações. Dona Maria de Fátima relembrou os seguintes versos durante seu depoimento: “É hoje, é hoje que a palha voa / É hoje que ela tem que avoá / Quero vira, quero vira, no balanço da paneira quero vê vira”. (SILVA, Maria Angélica da, 2019, pag. 64)

FOTO: SENAC ALAGOAS

O trio de temperos encontrado em toda feira de rua, cominho-colorau-pimenta inicialmente parece remeter ao Nordeste, mas tem seu início na Índia e se popularizou através das expedições marítimas, ficando bastante comum nas mesas nordestinas e alagoanas, apesar do uso ter diminuído atualmente.

Dada a sua representatividade na gastronomia alagoana, decidimos estudar a Farofa com Colorau. Consultando conhecidos, colegas de trabalho, cozinheiros a maioria confessa ter receio do colorau, mas lembra com rapidez do uso frequente em diversos pratos do dia a dia, inclusive da farofa.

O colorau é feito do urucum. A palavra urucum tem origem na linguagem tupi-guarani transliterado *uru-ku* e significa vermelho, cujo nome científico é *Bixaorellana L. (Bixaceae)*, que foi dado em homenagem a

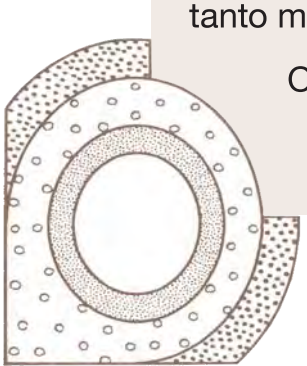
Francisco de Orellana (1490-1546), um membro da expedição de Francisco Pizarro e o primeiro explorador espanhol que navegou o Rio Amazonas.

Esta planta é nativa da América tropical, tendo como benefícios propriedades naturais anti-inflamatórias e antioxidantes. As cápsulas arredondadas são revestidas de espinhos moles e contendo sementes duras e cobertas por arilo vermelho (corante), usado antes mesmo do descobrimento do Brasil, pelos índios, como pintura corporal e também como corante para os alimentos. Após o descobrimento do Brasil e a chegada dos portugueses, o colorau foi rapidamente disseminado, pois a cor vermelha chamava bastante atenção dos portugueses.

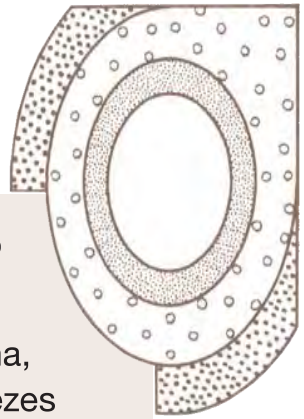
A ampla distribuição geográfica dessa planta fez com que ela fosse conhecida por vários nomes. No Brasil também é conhecido por nomes como *urucu*, *urucum*, *urucu-uva*, *urucu-bravo*, *açafroa* e *bixa*, além de nomes indígenas como *ahitê*, *nukirê*, *bixe* e *bixá*. Desde os tempos mais remotos, os habitantes das Américas Central e do Sul empregavam a porção corante das sementes de urucum para tingir de vermelho seus artefatos de caça, pesca, vestimentas, enfeites de guerra e o próprio corpo.

A primeira referência ao urucum pode ser atribuída a Pero Vaz de Caminha em sua carta ao rei de Portugal Dom Manuel informando a descoberta do Brasil. Diz em um trecho da carta:

"E segundo diziam esses que lá tinham ido, brincaram com eles. Neste dia os vimos mais de perto e mais à nossa vontade, por andarmos quase todos misturados: uns andavam quartejados daquelas tinturas, outros de metades, outros de tanta feição como em pano de ras, e todos com os beiços furados, muitos com os ossos neles, e bastantes sem ossos. Alguns traziam uns ouriços verdes, de árvores, que, na cor, queriam parecer de castanheiras, embora mais pequenos. E eram cheios duns grãos vermelhos pequenos, que, esmagando-os entre os dedos, faziam tintura muito vermelha, de que eles andavam tintos. E quanto mais se molhavam, tanto mais vermelhos ficavam". (FRANCO, Camilo e OLIVEIRA Flamarion. 2008)



Os processos artesanais de obtenção dos corantes das sementes de urucum, aprendidos com os índios, continuou por muito tempo. Segundo FREIRE (1936), em sua publicação "Ligeiras



informações sobre a cultura e a indústria do urucu", a fabricação do que ele chama de "pães de urucu", era da seguinte forma:

"As sementes colhidas logo são lançadas em uma gamela ou celha, escaldam-se com água a ferver; a massa é remexida diversas vezes para separar o testa ceráceo das sementes. Depois de alguns dias a massa passa por um crivo, para extremar a substância tintorial. O líquido repousa durante uma semana a fim de fermentar e poder depositar a matéria corante. Passado esse tempo retira-se a água clara. A matéria tintorial que assentou é depois distribuída em recipientes apropriados, para que a umidade excessiva se evapore à sombra. Quando a substância adquire a consistência da massa de vidraceiro, dá-se lhe a forma de pães que se envolvem em folha de bananeira. É esse o pão de urucum que se exporta em grande quantidade do Brasil".

O consumo desse corante logo passou a ser feito com a semente moída, que ganhou o nome de colorau em referência a uma especiaria portuguesa homônima, de coloração similar, feita com pimentão vermelho moído. Com o aumento do consumo desse corante e a escassez das sementes de urucum a alternativa encontrada na época foi a adição de milho às sementes de urucum. Em sua obra, FREIRE (1936) escreveu: "Diante porém da escassez de sementes dessa natureza é o colorau adicionado na sua fabricação de grande percentagem de milho, numa porção de 2:1 para cada uma dessas espécies de sementes". Nascia naquela época o colorau como é comercializado hoje.

No século XVIII, os ingleses descobriram que o urucum é um corante muito útil para a fabricação de queijo, pois além de se ligar a proteína do leite e não se perder durante a cura, confere uma cor muito interessante a diversos tipos de queijos. O urucum foi o primeiro corante vegetal a ser comercializado em larga escala com a Europa.

Atualmente o Brasil é o maior produtor mundial de sementes e corantes de urucum, com uma produção estimada, em 2015, de 13 mil toneladas. O principal produto derivado das sementes de urucum ainda é o colorau, tendo seus pigmentos também encontrados em muitos produtos como massas, salsichas, queijos, sorvetes, iogurtes, temperos etc.

Diante desse breve estudo, por ocasião do I Festival da Farofa, organizado pelo OPANES em 2021 e como observadoras do Patrimônio Alimentar de Alagoas, apresentamos a Farofa de Colorau, prato servido como acompanhamento do Patrimônio Imaterial do Estado, o Camarão Bar das Ostras. Para dar mais exclusividade ao prato, durante o festival a farofa foi servida com Caldeirada de Frutos do Mar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRANDÃO, Thaysa Barbosa Cavalcante. **Caracterização da qualidade da farinha de mandioca no agreste alagoano**. Dissertação (mestrado em Nutrição), UFAL, Programa de Pós-graduação em Nutrição. Maceió, 2007.

LODY, Raul. **Farinha de mandioca: O Sabor Brasileiro e as receitas da Bahia**. Editora Senac São Paulo, São Paulo, 2019.

Revista da Escola Nacional da Inspeção do Trabalho, Ano 4 (jan./ dez. 2020), Brasília, ENIT, 2020. P. 409

FREIRE, F.W. **Urucum (m)** Boletim de Agricultura São Paulo n. 34, p. 477, 1933

FRANCO, Camilo Flamarion de Oliveira. **Urucum:** sistemas de produção para o Brasil. João Pessoa, PB: Empresa Estadual de Pesquisa Agropecuária da Paraíba S.A. – EMEPA, 2008. 112 p. ISBN (broch.); "**Urucum : sistemas de produção para o Brasil** / 2008 - (Livros) Número de chamada: 633.863(81) U82

LIRA, Jordana Duarte. **Saber tradicional:** a flora medicinal dos índios brasileiros. Maceió, 2008. 96 f. Monografia (Graduação em Farmácia) – Universidade Federal de Alagoas, Escola de Enfermagem e Farmácia, curso de Farmácia, Maceió, AL, 2008. "**Saber tradicional : a flora medicinal dos índios brasileiros** / 2008 (TCC – Graduação) Número de chamada: CE-TCC 615.1 L768s

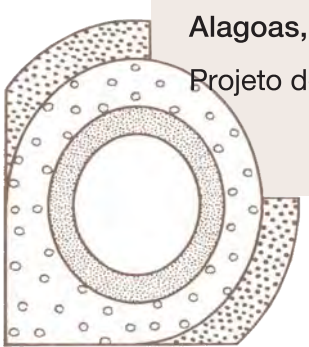
LINS, Nide. **Guia da Gastronomia Popular Alagoana**. 1ª Ed, Eduneal, Arapiraca, 2021.

LUCÁ, Yêda Rocha. **Doçuras do Mundo Todo**. 2ª ed, Maceió, Imprensa Oficial Graciliano Ramos, 2018.

_____, **Delícias da Cozinha Alagoana**. 2ª ed, Maceió, Imprensa Oficial Graciliano Ramos, 2018.

SILVA, Maria Angélica da; ALCIDES, Melissa Mota; CERQUEIRA, Louise Maria Martins. **Memórias palatáveis: práticas e saberes na produção da farinha de mandioca em Alagoas, Brasil**. Patrimônio e Memória, Assis, SP, v. 15, n. 1, p. 47-72, jan./jun. 2019.

Projeto de Salvaguarda do Patrimônio Imaterial de Alagoas



Os Bolos de Riacho Doce

Sandra Christina Vasconcelos Lyra da Silva – SENAC ALAGOAS
Cristiana Purcell – SENAC ALAGOAS
Jane Barros de Melo – SENAC ALAGOAS

Alagoas é grande produtora de mandioca, utilizando a raiz na produção de farinhas e subprodutos industrializados, na alimentação diária e também como alimentação animal. A farinha de mandioca, a massa puba, a goma de mandioca, são derivados bastante utilizados na fabricação de bolos, biscoitos, farofas, tapioca e mingaus. São alimentos que fazem parte da dieta de quem mora na capital e principalmente dos moradores das cidades do interior, que ainda carregam hábitos familiares e antigos de uso desses produtos.

Para nos aprofundar na cultura gastronômica alagoana, fomos conhecer uma produção artesanal e tradicional de bolos, que utilizam os subprodutos da mandioca. No dia 19 de agosto de 2021, Sandra Lyra e Jane Barros visitaram Riacho Doce, local de referência de produção dos bolos caseiros. O bairro, um dos mais antigos de Maceió, está localizado no litoral norte da cidade. Ele nasceu de um arraial de pescadores, tendo a igrejinha de Nossa Senhora da Conceição preservada e a casa da farinha das boleiras que tem um papel de grande relevância e tradição na produção de deliciosos bolos em forno à lenha.

Jane Barros tem bastante apreço pelo local, pois suas raízes familiares são de lá. Sua avó, Honorina Lourenço de barros, conta que ainda pequena aprendeu a fazer beiju, tapioca, pé de moleque, bolo de macaxeira, entre outros, em uma das casas de farinha do bairro, apenas para consumo da família. A mãe de Jane, Josete Barros, nascida em Riacho Doce no ano de 1947, relata que os quitutes eram feitos e consumidos por toda família.

A rua principal do bairro margeia a rodovia AL-101 Norte, com casas de comércio, residências antigas e novas, tem a praia paradisíaca também como referência. Nessas casas eram comercializados os bolos produzidos nas casas de farinha. Típico lugarejo provinciano, que por mais modernidade que exista, seus moradores ainda conservam os velhos hábitos. Em dezembro, comemora-se a festa de sua padroeira, Nossa Senhora

da Conceição. A igrejinha se enfeita para receber os fiéis, que rezam as nove noites e no dia exato, saem em procissão, com a imagem da Virgem Imaculada Conceição.

Segundo relato de moradores mais antigos, existiam diversas casas de farinha, na década de 1930. As casas eram usadas em sistema de parceria, cada um produzia seu quinhão e depois comercializava. Quem não sabia fazer pagava a alguém que o fizesse e depois partia para a venda. Era um sistema de produção colaborativa que por muitos anos fez do bairro uma referência na produção dos bolos. Ainda hoje, os mais antigos lembram do cheiro que subia durante as produções, atraindo os passantes. Turistas e moradores locais paravam nas casas à beira da rodovia, por volta das 17 horas, para comprar bolo de milho, bolo de macaxeira, bolo de massa puba, pé de moleque e grude.

Fazer beijus e bolos à base de coco e farinha de mandioca é a arte centenária em Riacho Doce. De lá, as boleiras partem para Maceió, onde se concentram na Praça da Alimentação, no Centro, vendendo seus produtos. Mas é na própria fonte de produção que o consumidor gosta de comprar.

Por intermédio de Jane, moradora do bairro, visitamos uma das poucas fábricas remanescentes desse período. Márcia dos Santos nos recebeu na antiga casa da família e que abriga a fábrica de bolos. Uma casa simples, com fogão e forno à lenha. Em seu relato, conta que tinha oito irmãos, alguns já falecidos e que foram os pais que iniciaram a produção. O pai era carvoeiro e a mãe vendia beiju nas ruas do bairro, mas como não sabia produzir, foram os filhos que começaram a produção. Ela apenas pegava os beijus produzidos no forno localizado na casa de farinha e saia vendendo nas ruas do bairro. Atualmente esse costume se perdeu, pois é perigoso andar pelas ruas do bairro. A família passou a produzir os bolos no quintal da casa e revender para pessoas de outros bairros, como Benedito Bentes, Vergel e Pajuçara.

A irmã Nena e o esposo Matias, de nome de Batismo Edmilson, são os produtores dos bolos. Eles fazem diariamente em torno de 200 pedaços de bolos, nos sabores: milho, macaxeira, massa puba e pé de moleque.

Produzem também os doces grude e brasileira. Tudo feito no forno à lenha. O grude é uma mistura de coco ralado, açúcar e goma de tapioca, colocado para assar em cima do forno, enrolado na folha de bananeira. A brasileira é uma mistura de farinha de trigo, coco ralado e uma calda de açúcar. Tudo feito a olho e tendo a receita passada de mãe para filha, oralmente. Os fregueses ligam com antecedência de um dia e dizem quanto vão querer para o outro dia, os bolos são produzidos, fatiados e embalados em saquinhos individuais. São retirados na fábrica e seguem para a venda nos bairros mais afastados do centro da cidade.

Uma peculiaridade é que nenhum dos bolos leva ovos nem fermento na sua composição. Mistura-se açúcar, massa puba, margarina e leite de coco sem medidas exatas.

Dona Tercina de Assis, de 66 anos, vendia seu beiju na beira da estrada. Uma das boleiras mais famosas, faleceu em 2014, mas deixou seu legado para as seis filhas. Três delas continuam fazendo a produção, no forno construído pelo pai, no quintal da casa que fica à margem da rodovia e ainda é ponto de parada obrigatório para os passantes. Durante a visita conversamos com Anabel, a filha mais nova, que produz os bolos. A irmã Angélica fica responsável pelo grude e pé de moleque e a irmã Angelina produz os beijus, suspiros e broas. Elas se revezam na produção aos finais de semana e com esse rodízio cada uma trabalha a cada quinze dias. Antes da pandemia também produziam pequenos beijus para os bufês de Maceió.

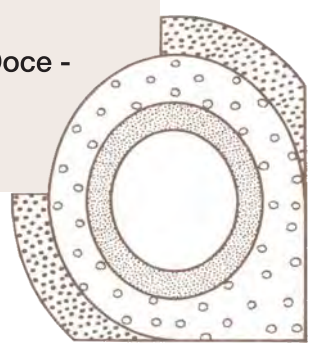
Visitar o Riacho Doce, comprar os bolos diretamente da fonte e saboreá-los na beira da praia ou sentados na pracinha é certamente um passeio que vale a pena.

REFERÊNCIAS

A terra do petróleo e das boleiras, na tela da TV. Bairros de Maceió.

LINS, Nide. **Os quitutes de Riacho Doce voltaram.** Nide Lins, 2020.

TAVARES, Juliana de Barros. **Registro histórico e cultural do bairro Riacho Doce - décadas de 60 a 80.** Cesmac, 2021.



Comida de Rua à base de Mandioca

Uelcimar Cerqueira dos Santos – SENAC BAHIA

A necessidade do aumento da renda familiar fez proliferar, nos países em desenvolvimento, a comercialização de alimentos preparados e vendidos em locais públicos. O hábito cultural de consumir comida de rua através do mundo sempre foi muito popular: *tacos al pastor*, no México; *arepas*, na Colômbia; *chivito*, no Uruguai; *churros*, na Espanha; *barraquinhas de sardinha*, em Portugal; chás, na Índia; *okonomiyaki* (panqueca), no Japão; *kimchi* (condimento com vegetais assados), na Coreia; *crepes*, na França; acarajé, cachorro-quente, beiju, churrasquinho, queijo de coalho, tacacá, pastel e frutas, no Brasil. Com a pressão socioeconômica, cresce o número de vendedores ambulantes acentuando o fenômeno, em todas as localidades de norte a sul do país.

O aumento do desemprego fomentou a venda de comida de rua tornando-se para muitos brasileiros a única oportunidade de trabalho, o que explica o elevado contingente de vendedores ambulantes. Para muitos consumidores, a comida de rua se constitui na melhor forma de alimentação fora do lar, principalmente pela praticidade e pelo preço reduzido desses alimentos. O sucesso do comércio ambulante está diretamente ligado à isenção de impostos, à liberdade de escolha dos alimentos a serem comercializados, à flexibilidade no horário de trabalho e ao baixo capital demandado para a implantação da atividade.

O termo comida de rua é utilizado para identificar alimentos e bebidas prontos para o consumo, preparados e/ou vendidos nas ruas; em portas de igrejas, escolas, cinemas; em tendas, que se espalham por praias, praças e outros lugares públicos. Sempre muito apreciados por pessoas de todas as classes, o que explica parte do orçamento familiar sendo gasto no consumo de alimentos categorizados como comida de rua.

Os produtos oferecidos costumam variar nos diferentes países/regiões e culturas e, por isso, destacam-se sob o ponto de vista turístico, pois comumente são considerados emblemáticos e apreciados pelos viajantes.

A história da comida de rua no Brasil tem menção a partir de meados do século XVIII, com o crescimento da população e da economia, quando os

FOTO: UELCIMAR SANTOS

escravos passaram a ser utilizados nas cidades em funções distintas daqueles a que se haviam dedicado até então. Os escravos de ganho eram empregados ou alugados por seus senhores para produzir, vender ou prestar serviços a terceiros.

Para complementar o orçamento doméstico de seus senhores, escravas – principalmente aquelas que moravam em Salvador e Rio de Janeiro – saíam da cozinha para as ruas, levando comidas feitas em casa. Eram vendedoras ambulantes, que percorriam as cidades com tabuleiros, vendendo beijus, cuscuzes, bolinhos e outras iguarias.

Entre esses produtos oferecidos, destaque para um importante ingrediente, a mandioca, presente na alimentação de mais de 700 milhões de pessoas nos países em desenvolvimento, sendo um dos alimentos mais básicos do mundo. A mandioca é uma raiz que possui a terceira maior fonte de carboidratos dentre os alimentos, depois do arroz e milho. E por justificada razão a Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) desmistifica a raiz como comida de pobre, dando o status de alimento para combater a fome.

Nossa escolha de observar essas comidas de rua à base de mandioca se deve às suas peculiaridades apresentadas. São inúmeras as variedades, indo desde o beiju molhado e o beiju na chapa; o cuscuz de tapioca em tabuleiro, o bolinho de estudante, a taboca, até o pirão de aipim vendido nas festas de rua, com opções de proteína como complemento.

A Versatilidade da Mandioca e sua Aplicabilidade na Indústria Cervejeira

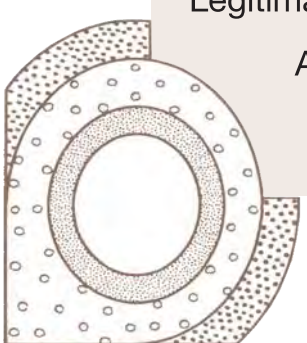
Pedro Abreu Silva – SENAC CEARÁ
Vanessa Santos – SENAC CEARÁ

Salitre é um município localizado no Estado do Ceará, fundado no ano de 1988, a cerca de 530km da capital, que se encontra no limite com o Estado de Pernambuco. O município recebeu, no ano de 2018, o título de Capital da Mandioca do Estado do Ceará, pelo governo do estado, devido à produção em grande escala, assim como o repasse comercial. A cidade conta com mais de 16 mil hectares plantados de mandioca e quase 200 casas de farinhas. Entretanto, mesmo com a potencialidade do plantio e comercialização, este é considerado o 13° município cearense com maior índice de pobreza.

É possível verificar a versatilidade e o crescimento da utilização da raiz tuberosa, considerando que a mandioca é um alimento resistente a diversidades de solos e baixa fertilidade. Tem sua origem na América do Sul, e é comum ser encontrada em diversas regiões do Brasil. É composta por de água (65%), amido (25%), proteína (3%), celulose (2%) e outros compostos (5%).

Atualmente, o país se encontra com a segunda maior produção de mandioca do mundo. Segundo dados da Empresa Brasileira de Pesquisas Agropecuária (Embrapa), no Ceará 85% da mandioca produzida em todo o estado é destinada à produção de farinhas. É possível observar que há uma redução da potencialidade desta raiz na alimentação e na gastronomia.

Para além das inúmeras possibilidades alimentícias, a produção da mandioca no Estado do Ceará encontrou um novo direcionamento, a utilização na composição de uma cerveja produzida no estado, chamada de Legítima, através da empresa Ambev.



A bebida foi idealizada para atender a demanda dos consumidores cearenses, utilizando a proposta de um ingrediente inteiramente regional e produzido no próprio estado. Em seus ingredientes,

podem ser encontrados água, malte, milho, mandioca e lúpulo. É uma bebida que harmoniza bem com frutos do mar, peixes e amendoins, devido ao sabor leve. Com teor alcoólico de 4,4%, tem a temperatura ideal de 0 a 4°C e um baixo teor de amargor por possuir 8 IBU. A produção de cerveja com a utilização desse ingrediente não se limita ao Ceará, também havendo uma linha no Maranhão, conhecida por Magnífica, e em Goiás, por Esmeralda.

FOTO: SENAC CEARÁ

É válido observar que, apesar da bebida ser vendida sob a ideia de uma cerveja de mandioca, este tubérculo não é o ingrediente principal da formulação, e sim um secundário, considerando que a legislação brasileira permite a substituição parcial dos cereais nas formulações, no caso, uma substituição de 40% de cereal não maltado.

Logo, não existe cerveja de mandioca e sim uma substituição com a utilização da fécula de mandioca, o que muda a característica da bebida, por possuir um amido neutro. Portanto, é necessário compreender que a mandioca está na composição, mas não como ingrediente principal. Entretanto, é valido que se observe a potencialidade do ingrediente em estudo, e considerar o seu poder tecnológico e o quanto pode ser transformador e versátil na alimentação.

A observação teve por objetivo verificar a utilização da macaxeira na cerveja e o impacto comercial e artesanal que esta oferece ao produto no Ceará.

A Diversidade Brasileira da Mandioca

Kleber Augusto Lopes – SENAC ESPÍRITO SANTO
Luciana Dalarmelina Santos – SENAC ESPÍRITO SANTO

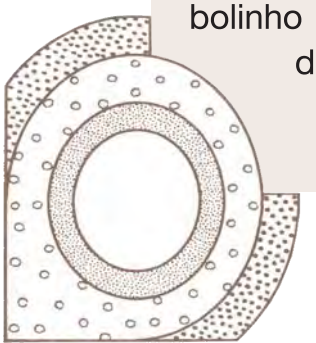
Conhecida como aipim pelos capixabas e como macaxeira pelos nordestinos, a mandioca, eleita o alimento do século pela Organização das Nações Unidas (ONU), é uma raiz tuberosa de ótimo desempenho agronômico e nutricionalmente importante.

Por representar a identidade cultural nacional e pela sua versatilidade, a mandioca está presente na mesa dos brasileiros, trabalhada através de alguns métodos de cocção: cozida, frita ou creme. Vale enfatizar que a maioria dos bares e restaurantes apresenta em seu cardápio algum preparo com mandioca, como os clássicos: mandioca cozida ou frita acompanhando vários preparos a base de carne.

O rendimento desta matéria prima é notável, considerando não somente a polpa, mas também a utilização da casca, folha e talo. Na região Norte do Brasil, por exemplo, destaca-se o tucupi, um caldo da mandioca brava, com tempo de preparo de 24 horas para inativação do ácido cianídrico (tóxico), que é utilizado em preparos como o tacacá e o pato no tucupi. A maniçoba, outro prato típico feito a partir das folhas da mandioca brava (*Maniva*), dá origem à conhecida feijoada sem feijão. A tiquira, aguardente originária indígena, produzida a partir da mandioca, de cor roxa, atrai muitos apreciadores.

O churrasco do Centro Oeste tem a mandioca cozida com manteiga, e também é apreciada a vaca atolada, originária dos tropeiros, um cozido de carne bovina com mandioca.

Na região Nordeste, o consumo da mandioca é presente em todas as classes sociais, não somente pela facilidade do cultivo, mas também por conferir saciedade para os mais carentes. Podemos citar como tradição: bolinho de estudante, bobó, escondidinho, bolinho de aipim, ou a carne de sol frita na manteiga de garrafa com cebola, e acompanhada, claro, da macaxeira frita. Pelo advento da tecnologia, a cerveja feita à base da mandioca é uma realidade empreendedora.



No Sudeste podemos considerar a produção de inúmeros subprodutos da mandioca: polvilhos, féculas e farinhas que originam preparos expressivos como pão de queijo, biscoito de polvilho, puba, chipa e o bolo de aipim com coco.

Uma curiosidade interessante é a grande produção de diversas farinhas a partir da mandioca na região Sul do Brasil, principalmente no Estado de Santa Catarina.

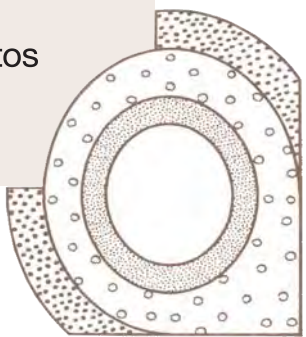
Por todas estas características, e sobretudo pela sua versatilidade, a mandioca é a estrela principal de muitos bares e restaurantes.

Desta forma, a nossa proposta foi observar e apresentar a trajetória de sucesso no negócio de alimentação: o Mistura's Bar, localizado no bairro República, no município de Vitória, no Espírito Santo. Mistura's Bar é uma restaurante de sucesso e tradição há onze anos, e inclui a mandioca em inúmeras possibilidades no seu cardápio. O proprietário Edmilson, vulgo Barriga, iniciou sua trajetória empreendedora no Curso de Cozinheiro do SENAC, e enxergou a mandioca como salto de sucesso e aceitabilidade.

Edmilson nos contou a sua história de lutas e conquistas, numa entrevista intimista com recortes etnográficos importantes. Dentre suas conquistas na gastronomia, está o primeiro lugar no concurso Roda de Boteco, no ano de 2020, com o prato Fraldinha do Chef (fraldinha assada com purê de aipim com queijo e acompanha farofa e vinagrete), que hoje é um dos pratos mais requisitados junto com a Costela no bafo (costela no bafo com aipim na manteiga e acompanha farofa e vinagrete).

Em média, por final de semana, são produzidos 200kg de purê de aipim, que segue como acompanhamento e/ou, para muitos, praticamente a grande estrela de muitas opções do cardápio do Mistura's. Porém, vale ressaltar que o aipim também está presente nos diferentes pratos do cardápio em outras formas de cocção, tais como: aipim frito, aipim cozido, além de purê.

Fazendo um estudo do cardápio, encontramos também outros pratos que acompanham e trazem o aipim como protagonista: Cupim no Bafo, Aipim na Manteiga, Aipim gratinado, Filé Mignon Gratinado,



Aperitivo Mistura's, Carne de Sol com Aipim Frito, Carne de Sol na Brasa e Rabada com Aipim na Manteiga.

Curioso o que a fala do Edmilson revela sobre a influência do aipim na sua vida e como isto influenciou na busca pela identidade do seu negócio.

O Mistura's Bar é aconchegante e despojado, e é fidelizado por um público diverso, dentre jovens e famílias inteiras que buscam ótimas experiências seja para um *happy hour* ou para outros momentos como jantares e almoço de final de semana.

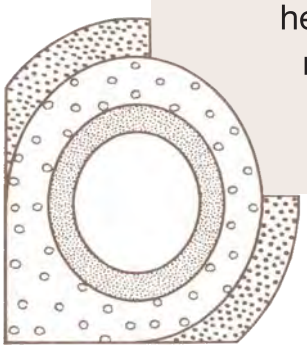
•••

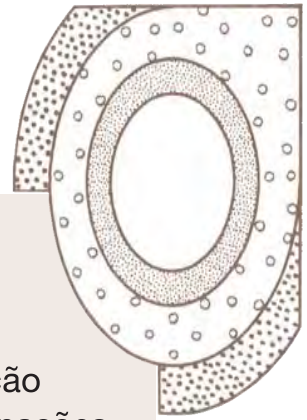
O Destilado da "Rainha do Brasil"

David Cardoso – SENAC MARANHÃO

O Maranhão, para quem viaja, é cada vez mais sinônimo de beleza e prazer. Muito além de maravilhas como os Lençóis Maranhenses, como as chapadas e cachoeiras da região Sul, o delta do Parnaíba, o aconchegante Rio Preguiças ao norte, e a magia das ruas coloniais e dos sobrados portugueses de São Luís, o estado oferece uma gastronomia de notável diversidade e sabor, e dentro dela, quase clandestina, uma bebida surpreendente.

Os maranhenses souberam preservar a diversidade de influências culinárias que sua rica história recebeu. Mas acima de tudo conseguiram manter vivas várias tradições de um povo que aqui sempre esteve, mas foi vítima de um quase desaparecimento: o indígena. Usuário de uma alimentação rica e diversificada, que ia das caças às inúmeras frutas, das raízes aos insetos, e que tinha a sólida base da mandioca, do milho e do feijão, nosso antigo habitante deixou marcas no caboclo maranhense, mestiço dele: o jeito de comer com as mãos usando o "capitão", alimentar-se de cócoras, os assados de caça e peixes moqueados, entre outros. E há uma herança que a chegada do branco modificou, mas deixou como notável prazer: a aguardente de mandioca, a tiquira, que existe sem estar na pauta dos produtos bem valorizados pelo comércio e pelo turismo.





Nosso índio não conhecia a destilação, e sua alegria alcoólica provinha de uma antiga bebida fermentada, feita da "Rainha do Brasil" (como Câmara Cascudo chamou a universal mandioca): o cauim, resultado do tubérculo fermentado a partir da mastigação por mulheres da tribo. Bebida que, usada até hoje por algumas nações, estimula as intermináveis danças rituais de suas longas festas.

Ora, quando o branco trouxe ao Maranhão o alambique, para fazer sua cachaça, logo alguns índios e caboclos perceberam que podiam usá-lo para destilar algum preparo da sua tão proveitosa mandioca, e chegaram ao método de preparo da tiquira, aqui descrito por Cavalcanti Jorgenca:

> "Lava-se, rala-se e prensa-se a mandioca, para eliminar o componente tóxico da raiz. A massa resultante é desfeita à mão, e espalhada sobre uma chapa quente, de modo a formar bolos, os chamados 'beijus', que são assados até ficarem internamente cozidos. Resfriados então os beijus, são expostos ao ar, para a proliferação espontânea dos esporos dos fungos do ambiente. Em três ou quatro dias aparecem sobre os beijus uma flora de micélios (fungos), de cor rosada. com o passar dos dias os beijus já estão inteiramente contaminados e a massa sacrificada. Os beijus sacrificados são então colocados em um cocho coberto com água. no dia seguinte, encontra-se a massa desfeita e xaroposa, que é então mexida e agitada para uniformizar e arejar o mosto, que deixado exposto, completará sua fermentação alcoólica em 48 horas. Terminada a fermentação o mosto é destilado em alambiques de barro ou de cobre."

Na extremidade do alambique, a bebida destilada goteja: daí os índios de fala tupi utilizarem para designá-la a palavra *tikira*, líquido que goteja.

Muito saborosa, a tiquira tem forte graduação alcoólica: esta varia entre 38 e 54 graus, medida que foi consagrada pela regulamentação legal que definiu formalmente a bebida, no Diário Oficial da União (DOU) de 24 de Abril de 2008. Entretanto, essa regulamentação ainda é um tanto precária, assim como a fiscalização, e não é improvável que haja alguns produtos com teor alcoólico maior.

•••

Cuscuz de Massa Puba: da Terra à Mesa

Iago Lellis – SENAC PARAÍBA
Maria Tatyuska Santos Gondim – SENAC PARAÍBA

A mandioca é um insumo muito presente na culinária e nas mesas brasileiras, em suas diversas formas. Na Paraíba não é diferente, sabendo-se que o cuscuz é uma farinha flocada, hidratada e cozida, em média ou alta temperatura, e pode ser acompanhamento ou prato principal.

O cuscuz de massa puba leva alimentos adicionais, se assim desejar. Faz parte da nossa história, cultura, e representa uma identidade local, tendo como base a mandioca que descansa por sete dias em água, fermenta e resulta na puba. O ingrediente responsável por essa iguaria, a puba, é uma massa amolecida, da mandioca, que se necessário poderá secar ao sol, peneirada e triturada, para diversos fins culinários.

Embora não seja unanimidade na mesa paraibana, do brejo ao sertão o cuscuz de massa puba pode ser degustado nas versões doce e salgado. Pode ser regado com leite de coco e açúcar ou servido acompanhando a carne de sol acebolada. Do café da manhã ao jantar, exalando os aromas característicos da mandioca, que se misturam com os do cafezinho coado.

RECEITA CUSCUZ DE MASSA PUBA

INGREDIENTES

200g massa puba (mandioca fermentada)
100g coco ralado
30g de açúcar
1 pitada de sal
OBS: *Para a versão salgada, exclui-se o açúcar da receita.*

MODO DE PREPARO

Inicialmente enxugar a puba em peneira com étamine, até que fique seca e esfarelada. Misturar todos os ingredientes em um recipiente médio. Em seguida por em uma vaporeira ou cuscuzeira. Cozinhar em média por 20 minutos ou até que perceba que a massa esteja saltando da lateral da panela. Desenformar logo em seguida do cozimento e servir como desejar.

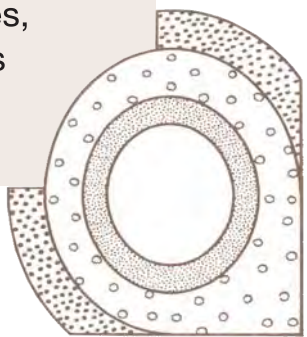
A Mandioca e seus Subprodutos comercializados na Feira Livre de São Lourenço da Mata

João Lima – SENAC PERNAMBUCO
Luiz Carlos da Silva – SENAC PERNAMBUCO

Eleita pela Organização das Nações Unidas (ONU) como alimento do século 21, a mandioca é uma raiz tuberosa da mesma família da batata, da cenoura e da beterraba. Planta nativa do Brasil, mas já existente em mais de cem países, também pode ser chamada de macaxeira, aipim, maniva, maniveira, pão-de-pobre, entre outros nomes espalhados pelo país. É um alimento de grande valor nutricional, fonte de carboidratos, e contém cálcio, magnésio, fósforo, potássio e vitamina C. O termo mandioca vem do tupi, que quer dizer “casa de Mani”, remetendo a uma das lendas sobre como ela tenha surgido. O Brasil é um dos maiores produtores mundiais e a mandioca tem conquistado cada vez mais espaço não só nas mesas, mas também na indústria.

Um dos principais produtos extraídos da mandioca é a farinha. Há diversos tipos de farinha espalhados pelo Brasil, desde as mais finas até mais granuladas, para uso em diversas preparações. Outros produtos também são feitos da mandioca, a saber, polvilho doce e azedo, goma para tapioca, massa de mandioca, bebidas e mais. Alguns desses produtos já são registrados e reconhecidos por sua indicação geográfica (IG) e, além dos usos culinários, a mandioca também está sendo usada na produção de embalagens biodegradáveis e biocombustíveis. Prova da versatilidade e da importância desse alimento.

Celebrando o dia nacional da mandioca em 22 de abril, exploramos alguns dos produtos derivados dessa raiz, que podem ser encontrados na feira livre do município de São Lourenço da Mata, em Pernambuco. A referida feira existe há mais de 40 anos e movimenta parte do comércio local, atraindo produtores e consumidores da cidade e das regiões vizinhas. Funciona sempre aos sábados e desde antes de raiar o dia podemos verificar a movimentação dos produtores, comerciantes e clientes, já aguardando para adquirir seus produtos. Um desses produtos em questão é a farinha de mandioca, que pode ser encontrada em vários pontos no local.



Marcos dos Santos, filho de Sr. Inácio, é um dos produtores de farinha de mandioca que encontramos na feira. Seu pai é o proprietário de uma casa de farinha localizada no município de Lagoa de Itaenga, distante 30 quilômetros de São Lourenço da Mata. Por motivos de saúde, não vai mais à feira. Sua casa de farinha funciona há 35 anos e, além da produção de farinha de mandioca, produz também beijus, tapiocas, massa de mandioca, goma de tapioca e cerca de sete tipos de farinha diferentes. Possuem plantação própria e também recebem mandioca de um fornecedor em Arapiraca, município de Alagoas.

Marcos nos relata que esse é um trabalho que vem passando de geração em geração, e que quatro pessoas da comunidade trabalham junto com ele. A produção é automatizada e o transporte é feito em motos ou carros de mão.

Das farinhas que encontramos com Marcos, podemos listar de acordo com a granulometria: farinha grossa, grossa média, média, comum, comum fina, quebradinha fina e gominha. Esta última, utilizada para preparar pirão, mingau e papa, geralmente oferecida para as crianças e pessoas idosas. Durante a produção, eles utilizam diferentes peneiras para separar os tipos de farinha.

FOTOS: JOÃO LIMA

Dona Maria das Graças e Seu Miguel também produzem e vendem farinha de mandioca na feira de São Lourenço da Mata. Eles são do município de Paudalho, em Pernambuco, e trabalham há mais de 20 anos nessa manufatura. Dona Maria, além de produzir e vender farinha, também oferece outros produtos derivados da mandioca. Três tipos de beiju: beiju seco, como é chamado, feito com massa de mandioca e sal, beiju enrolado com coco, feito em tachos ou chapa e depois enrolado, e beiju com coco fresco, feito na hora. Tapiocas, bolos de macaxeira, de mandioca e manuê também são produzidos por Dona Maria, que recebeu todo esse conhecimento de sua mãe.

Uma das vendedoras mais antigas é Dona Maria Carneiro, de 73 anos de idade, que é conhecida como Dona Bilico. Ela produz farinha e derivados há mais de 50 anos, e sua casa de farinha fica em Matriz da Luz, um distrito de São Lourenço da Mata, Pernambuco. Por sua idade avançada, quem comercializa os produtos é sua filha Elizama Carneiro. Juntas fazem beiju, tapioca, beiju de coco recheado e manuê. Toda a família participa do processo de produção, que pode chegar a 100 kg/dia.

Podemos notar que, a partir das observações realizadas, a mandioca é um potente agregador de valores e fortalecedor de uma complexa cadeia produtiva. Sendo um produto básico na mesa de todos os brasileiros, ajuda no desenvolvimento local e não só pode como está se tornando um importante produto para o Brasil e para o mundo.

FOTOS: JOÃO LIMA

A Farinhada no Piauí: da pequena à grande produção, a Mandioca e seus produtos, nesse estado é Tradição.

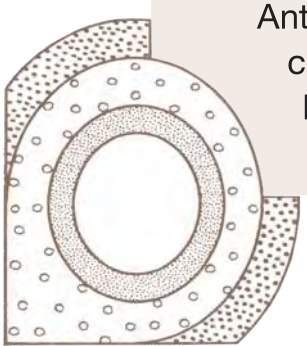
Marcilene Machado – SENAC PIAUÍ

O beiju, o bolo de goma, bolo frito, bolo e mingau de puba são algumas, dentre tantas delícias produzidas a partir de insumos oriundos da mandioca e que todo brasileiro conhece bem, uma vez que o Brasil é um dos maiores produtores desta planta. Talvez não com os mesmos nomes ou forma de fazer, pois cada região tem sua história com a mandioca recheada de tradição e costumes.

O Piauí, apesar de não ser um dos primeiros no ranking dessa produção, registrou, desde 2016, um ritmo acelerado de crescimento, chegando, em 2020, a produzir 444 mil toneladas do produto, segundo dados do IBGE. Dos municípios piauienses, os que mais produzem a mandioca são: Cocal, Caldeirão Grande do Piauí, Simões, Marcolândia, Luís Correia e Bom Princípio do Piauí. Essa prosperidade é importante, pois gera renda e movimenta a economia da região. Mas, para além de números e resultados econômicos, a cultura da mandioca é também sinônimo de acolhimento, celebração, colaboração, união e tradição.

Minha observação teve como foco a festa de farinhada que, no Piauí, geralmente acontece entre os meses de julho a outubro. Como ela é rica de costumes e tradições, estes são repassados de geração para geração. Esse evento de transformação da mandioca em goma e farinha reúne famílias, parentes e amigos para juntos e cada um com sua tarefa estabelecida, fazerem a mágica acontecer, como diz o artista acreano Alberan Moraes, em sua música “Farinhada”: “Alquimia de transformar veneno pra satisfazer tantos quereres, da terra sabores, saberes”. É assim que acontece a farinhada.

Antes da farinha, da goma, os arrancadores da mandioca, as descascadeiras, o prenseiro que prensa a massa, as lavadeiras que lavam a massa, o forneiro e ainda os cozinheiros para garantir a alimentação dos trabalhadores, entram em ação com um trabalho



árduo, claro. Mas que, a simplicidade, a tradição e o desejo pela produção, tornam todo o processo mais leve. É como uma dança em que todos sabem perfeitamente os passos e juntos dançam na mesma sincronia. E é bonito de se ver, apreciar e principalmente, degustar a farinha e o beiju com ou sem coco de babaçu.

Minha observação é baseada em pesquisas, conversas e vivências. Já que, desde criança, na casa de farinha dos meus avós, sinto o gosto dessa tradição. Desde quando nem sabia ao certo o que significava, desde quando nem via que ali existia trabalho, pois, para mim, via como uma grande brincadeira. Minha função na época, além de brincar de fazer meu beijuzinho, sempre inspecionada pela minha mãe e minha avó, era de peneirar a goma. Hoje, meus avós, já com mais de 85 anos, não possuem mais a casa de farinha. Mas ainda produzem mandioca e, mesmo que em pequena produção, não desperdiçam a oportunidade de reunir a família e amigos, fazendo nossa parte, fazendo com que a nova geração tenha sua experiência e com isso possam entender sua importância de mantê-la viva, pela carga afetiva e cultura que há numa “farinhada, o elo de tantas famílias brasileiras” (Alberan Moraes).

A mandioca é sinônimo de fartura, por apresentar várias possibilidades de produção de alimentos. A goma, a farinha e a puba estão sempre presentes na mesa do piauiense, quer nas preparações mais populares, quer nas mais exóticas, como por exemplo, as preparações feitas a partir da puba: O bolo de puba (manuê), feito com essa massa e rapadura e é uma delícia e não falta nas festas populares ou mesmo nas mesas de café da manhã ou cafezinho da tarde. A farinha de puba, que consiste na massa da puba seca, é muito consumida no Piauí, pura ou acompanhando um peixe frito. O mingau é uma mistura da massa de puba com leite, que se leva ao fogo até levantar fervura e obter consistência cremosa. É consumido tanto na versão salgada como doce. Outra preparação com puba simples, mas muito saborosa, é o grolado, que consiste na massa da puba passada na panela com azeite de coco e sal a gosto. A consistência é como de um cuscuz. De lembrar me deu saudade e água na boca!

Na cidade de Marcolândia, 420 quilômetros da capital do Piauí, os alunos da rede municipal estão desenvolvendo um projeto de sustentabilidade

FOTO: MARIA HELENA PS

sobre o aproveitamento dos rejeitos da mandioca, já que, esse município, como já foi citado, é um dos grandes produtores de mandioca. O empresário marcolandense José Carlos Rodrigues de Matos trabalha com a produção de farinha há 15 anos. É produtor e proprietário de uma fábrica de farinha e diz que este produto da mandioca é um dos grandes responsáveis pela movimentação da economia do município, além de ser um produto que não pode faltar na mesa do piauiense que usa a farinha na nossa tradicional paçoca de carne de sol e de capote, do capitão de feijão ou simplesmente polvilhada no prato de comida fumegante.

Não existe restaurante popular que não tenha à mesa um farinheiro. E, se não tiver, o cliente logo pede: “Tem farinha?”.

E é por isso que finalizo esse texto, citando mais uma vez a música “Farinhada”, que enaltece de forma bem popular, a preferência que, não só o piauiense, mas todo brasileiro tem pela farinha de mandioca: “A farinha aumenta o que tá pouco, esfria o que tá quente, engrossa o que tá ralo e na pança é que dá sustança”.

•••

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

Observação sobre a Comunidade Alto do Sítio, Município de Ceará Mirim

Elizabeth Assunção – SENAC RIO GRANDE DO NORTE

Várias comunidades subsistem do plantio, cultivo, beneficiamento e venda de produtos à base de mandioca. A comunidade de Alto do Sítio, localizada a cerca de 30 km da capital Natal, no município de Ceará Mirim, é uma dessas comunidades.

Além da mandioca, eles cultivam milho, feijão verde, coco, banana e batata doce. Esses produtos são trocados entre os moradores e seus familiares, e o excedente é vendido em feiras próximas. O local é banhado pelo Rio Ceará Mirim, que dá nome ao município, e em seu vale existem algumas regiões alagadas (chamadas de alagadiço), com o solo muito fértil, onde os produtos são cultivados.

São várias famílias que subsistem da mandioca. O ciclo dura em torno de seis meses, entre o plantio e a colheita. Não é usado nenhum tipo de agrotóxico ou fertilizante. Depois de colhida, a mandioca fica submersa em água corrente (em pequenos canais cavados próximos ao local de plantio), para amolecer. É então descascada e lavada. Depois, separa-se a goma da massa (puba/carimã).

A massa de carimã é a matéria prima para o bolo de carimã, o bolo preto e o cuscuz branco. Com a goma se faz a tapioca, o grude e a raivinha (biscoitinho).

No caso da família de Niete Lino do Nascimento, a produção é feita em um grande terreiro rodeado pelas casas dos integrantes da família. No centro do terreiro, ficam o forno e o fogão à lenha. A produção começa na sexta feira e é comercializada no próprio local e em feiras próximas, no sábado e no domingo. Toda a família está envolvida na produção e todos moram em volta desse terreiro.

Já são várias gerações da mesma família que vêm dando continuidade a essa tradição. Dona Niete reclama que as novas gerações não se interessam em perpetuar a atividade, e só se interessam pela internet.

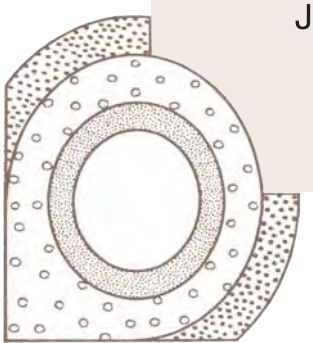


FOTO: PAULO ARSAND

Dona Niete

Raivinha

FOTOS: ELIZABETH ASSUNÇÃO

A Presença do Cuscuz na Vida do Sergipano

Marta Moreira de Aguiar – SENAC SERGIPE

Aqui em Sergipe, as variações do cuscuz podem estar presentes em todas as refeições, seja no café da manhã, almoço, sobremesa ou jantar. Ele sempre foi o prato principal numa mesa, até mesmo porque seus insumos de base mais convencional eram plantados no quintal de casa, o milho e a mandioca, mas também podendo ser acrescentados o coco ralado, o leite do coco ou a tapioca seca, esse cuscuz tanto podia ser doce como salgado.

A preparação demandava tempo. Levando em conta que o milho teria que estar seco para ser cozido e depois ralado, a mandioca ralada e preparada, a farinha seca e quentinha nas casas de farinha era o que se tinha mais perto. E toda a família fazia parte desse momento da extração de insumos da terra e de todo o processo da preparação.

Com o passar do tempo e a necessidade de trabalhar fora para sustentar as famílias, esses filhos e netos do interior em êxodo rural, mudanças alteraram fortemente o processo de preparação desse cuscuz. Já não se tinha mais tempo para plantar e colher em casa.

Na verdade, todo o processo de alimentação mudou. No caso do cuscuz, os insumos começam a ser vendidos fracionados em porções – a farinha do milho, por exemplo, em pedaços ou cubos –, mas ainda assim utilizavam a farinha de mandioca na preparação, e quem era consumidor assíduo do cuscuz percebeu grande alteração em se tratando de sabor. O tipo de farinha comercializada na época passou a apresentar um gosto azedo na boca. Mas era o que podia ser comprado e encontrado.

À medida que o tempo foi passando, menos pessoas utilizam o processo antigo de preparação do cuscuz. Hoje as farinhas, tanto de milho quanto de mandioca, são encontradas na forma industrializada, com componentes químicos que mantêm uma vida útil maior em prateleiras. A farinha do milho foi transformada em flocos, e no preparo deste cuscuz com flocos foi retirada a presença da farinha de mandioca. Perdeu-se o hábito para alguns, que não levaram essa cultura alimentar adiante.

Existe uma diferença de sabor e de consistência do cuscuz com a presença de farinha de mandioca ou de tapioca seca. Esse cuscuz é mais firme e consistente, saboroso, pois é perceptível a presença tanto da mandioca quanto do milho frescos. O método de cocção utilizado no caso é o vapor. Mas como nem todos naquela época tinham condições de ter uma cuscuzeira, preparavam o cuscuz amarrado num pano de prato suspenso numa panela de barro no fogão a lenha, ou mesmo amarrando esse pano na panela. Outros diziam que utilizavam uma aropemba (peneira feita em palha) como apoio para o pano de prato sobre a panela.

> "Quem nunca provou um cuscuz de milho e farinha de mandioca, se contenta com qualquer coisa." Ditado Popular

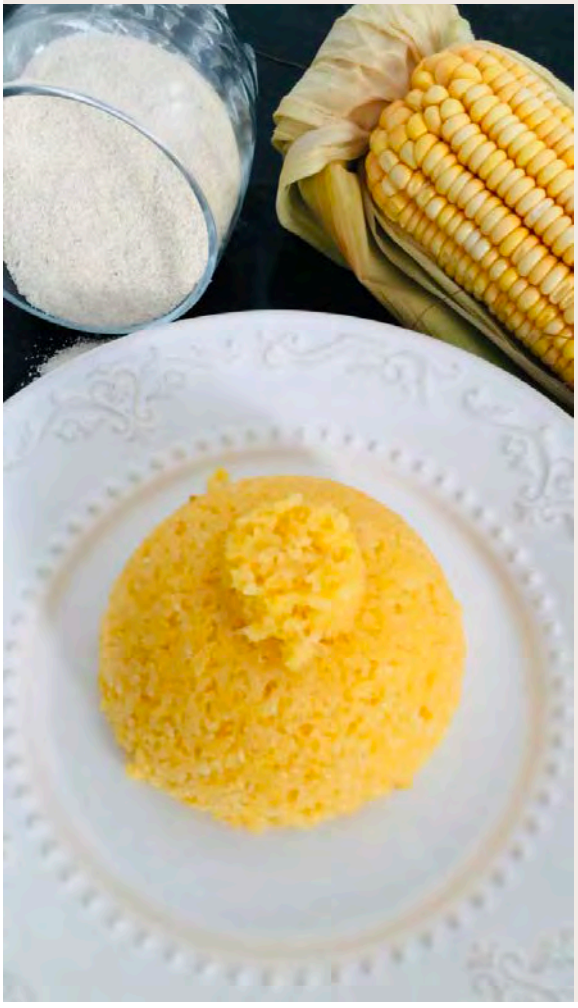


FOTO: MARTA MOREIRA DE AGUIAR

•••

RECEITA DO CUSCUZ

INGREDIENTES

2 xícaras de farinha de milho ralado
2 colheres de sopa de farinha de mandioca
1 xícara de água
1 pitada de sal

MODO DE PREPARO

Misturar todos os ingredientes e deixar hidratar por pelo menos 30 minutos. Não apertar a massa quando colocá-la no cuscuzeiro para cozinhar.

•••

FAROFA DIVINA FAROFA

Está nos nossos hábitos alimentares comer a farinha de mandioca. Farinha pura sobre o feijão, ou misturada com outros ingredientes. Ela é usada tanto para preparos culinários salgados quanto doces.

E a partir da farinha surge uma receita que é celebrada nacionalmente, a farofa. A sua base é um tipo de farinha seca que é misturada a um ou mais ingredientes, que podem ser também secos, ou úmidos como as gorduras, sejam vegetais ou animais.

Também, além da farinha de mandioca, essa base da farofa pode ser de farinha de trigo, farinha de pão, farinha de milho ou o aproveitamento do cuscuz de milho, onde, na presença ou ausência de aquecimento, acrescenta-se um ou mais ingredientes, doces ou salgados. Ainda, a farofa pode ser mais seca ou mais úmida, o que vai variar de acordo com a receita.

Entretanto, são as receitas à base de farinha de mandioca que atestam a nossa identidade alimentar brasileira. Porque a farinha de mandioca é uma preferência nacional, seja na farofa, no pirão ou em outros usos.

A farofa é nacional, mas é também regional, e assim se cria as suas diferentes identidades, por exemplo, com a farinha seca e o azeite de dendê temos a farofa-vermelha, farofa de dendê.

E a partir da regionalização da farofa, surgem diferentes opções de misturas da farinha, que vão da abóbora cozida até a carne seca desfiada. São muitas as receias de farofa que mostram o modo de comer à brasileira.

Sem dúvida, o brasileiro é um “comedor de farinha”, um apreciador da farinha de mandioca, e há uma espécie de intimidade com a farinha, já se tem uma quase especialização na prática da escolha deste ingrediente.

Fina ou grossa; branca ou amarela; mais torrada ou menos; temperada com coco, com pimenta, com açafrão; são muitos os tipos de farinhas, e cada um com sua variedade, e todos são celebrados nas nossas farofas.

A farofa está presente em diversos cardápios que são organizados com carnes, aves, legumes e peixes. Além de ser delicioso colocar no prato, sobre o molho da galinha de cabidela, a farinha e fazer uma farofa na hora, ou amassar uma pimenta fresca e adicionar, a gosto, a farinha de mandioca.

51. Farofa Divina Farofa

Fazer a farofa é um ritual que se inicia no momento da compra da farinha, quando se verifica a textura e o sabor, e se forma o ideal aguardado do prazer e do sabor do momento da criação. É a mistura da farinha com outros ingredientes, um ideal de sabor que pode ser autoral.

Nem sempre a farofa é um acompanhamento, pois ela pode ser também o prato principal.

Pode-se misturar a farinha de mandioca com quase tudo: frutas, leguminosas, ovos; pimentas, peixes, aves, carnes; rapadura, melado; leite, açúcar, café; assim, a farofa nasce da criatividade de cada pessoa.

Mas nem tudo vira farofa, pois é muito comum usar a farinha de mandioca como uma verdadeira liga entre tudo que estiver no prato. Por exemplo, quando a comida é mole, como uma quiabada, a farinha dará uma consistência especial. Esta liga está numa mistura consagrada que é feijão, arroz e/ou macarrão – espaguete –, um momento em que a farinha cria um verdadeiro elo entre os ingredientes, e dá identidade para este prato-feito.

De volta as expressões regionais de farofa, na Bahia, na área do Recôncavo, há a farofa de bambá. Uma farofa que reúne farinha de mandioca, cebola, sal e o bambá, que é a parte sólida do azeite de dendê.

Destaque para as farofas especiais dos cardápios das festas, como: a farofa-rica, que aproveita os miúdos bem temperados da ave que será assada; a farofa com frutas secas e cristalizadas que integram os cardápios de carnes assadas e de presuntos. Também, vê-se o uso das farofas como recheio para peixes que são assados inteiros, onde a farofa é acrescida com ovos, camarões, azeitonas, entre outros ingredientes. Já o arrumadinho é um caso culinário aonde a mistura do feijão com a farinha de mandioca, a carne seca e outros ingredientes, formam uma farofa que é considerada como um prato principal.

Assim, seja pela sua procedência, lugar, *terroir*, que determina o tipo, a variedade, a técnica, o estilo, e consequentemente o sabor, e o seu uso culinário, a farinha de mandioca acompanha o brasileiro no seu cotidiano, e marca a farofa como uma receita que lhe dá identidade que se expressa em muitos sabores.

Raul Lody
Tutor OPANES

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

Em Busca de um Significado Perdido para a Farofa

Raul Lody – Tutor OPANES
Monique Badaró – Coordenadora OPANES
Uelcimar Santos – SENAC BAHIA
Elizabeth Assunção – SENAC RIO GRANDE DO NORTE
Luciana Dalarmelina Santos – SENAC ESPÍRITO SANTO

Se as nações indígenas domesticaram a mandioca e desenvolveram tecnologia de preparo e uso desse alimento e seus subprodutos, foram os africanos que deram o nome à farofa cujo principal ingrediente é a farinha de mandioca.

De acordo com o "Novo Dicionário Banto do Brasil", de Nei Lopes (2006), a farofa vem do quimbundo (uma das línguas da família bantu) *falofa* ou *farofia*. Em "Made in África", Câmara Cascudo (1965) explica que os portugueses introduziram a mandioca e seus derivados no continente africano, que por sua vez já preparava pratos tendo como base as farinhas de cerais misturadas à água e a outros ingredientes. Assim, os povos africanos que vieram escravizados para o Brasil trouxeram consigo esta prática culinária.

Ao mesmo tempo, os tupi-guaranis adicionaram farinha de mandioca no casco ainda quente das tartarugas assadas, misturando-a com a gordura remanescente da carne do quelônio, obtendo uma mistura muito apreciada até hoje na região Norte do país. Câmara Cascudo no "Dicionário do Folclore Brasileiro" (2001) dedica um verbete a esta receita, chamada de farofa do casco ou tracajá.

Criada por indígenas e/ou africanos, o fato é que as farofas, enquanto um conjunto de manifestações gastronômicas, foram incluídas nos sistemas alimentares do Brasil.

O seu conceito e abrangência de significado nascem, portanto, de diferentes tecnologias culinárias, geralmente feitas à base de farinha de mandioca como ingrediente principal, mas também com farinha de milho, sendo reconhecida a partir daí com diferentes resultados culinários devido aos diferentes acréscimos que recebe.

É preciso atualizar e localizar os verdadeiros significados das farofas, tanto como processo culinário quanto como receita, seja de um prato complementar ou prato principal que está nos cardápios cotidianos e das festas. E todas as receitas das farofas são reveladoras da multiculturalidade das nossas cozinhas brasileiras.

A farofa é muito mais que fritar a farinha de mandioca numa gordura, como pretendem os principais dicionários do país, porque há outras técnicas tradicionais para se fazer a farofa, conforme veremos mais adiante.

Para contribuir com a atualização do conceito e abrangência de significado da farofa, dividimos este trabalho em quatro sessões: a primeira traçando uma breve história da mandioca, a segunda trazendo as técnicas de preparação das farofas, a terceira resgatando os significados de farofa encontrados em dicionários e livros da área e a quarta, com a conclusão.

A Mandioca e os Sabores Telúricos

A farinha de mandioca é uma das bases mais importantes para as farofas. Registros arqueológicos, pesquisas botânicas e genéticas, ainda buscam as melhores leituras, e entendimentos, sobre esta raiz tuberosa que é fundamental para a mesa do brasileiro, a mandioca. Um ingrediente que faz parte da construção brasileira de uma identidade e de um estilo de comer.

A euforbiácea – *Manhiotesculenta Crantz* – recebeu sua primeira classificação taxionômica por André Thever, em 1691, no "Plantar um Universalis".

As raízes da mandioca se assemelham ao formato do nabo. Contudo, apresenta dois ou três pés de comprimento e a grossura de um braço, sua polpa é branca, descreve Jean Nieuhof, em 1682, no "Magnífica Viagem Marítima e Terrestre ao Brasil". As folhas são pequenas, longas e se desenvolvem em ramos que os brasileiros chamam de maniçoba, ainda observa Jean Nieuhof.

Sobre o sabor da mandioca, em 1647, Gaspar Barléus, na publicação "História dos feitos recentemente praticados durante oito anos no Brasil", relata ser um alimento bastante forte, mais agradável que o pão para os portugueses, para os índios, para os negros, e até para os soldados neerlandeses.

Vale notar que nessa ocupação do Brasil, especialmente em Pernambuco, pela Companhia das Índias Ocidentais, os invasores, que queriam o nosso açúcar, tinham muita fome, e comiam tudo que aparecesse, e assim a farinha de mandioca foi a real salvação, pois agregada aos engenhos de se fazer açúcar, sempre havia uma "casa de farinha".

Ainda, sobre os processos artesanais de fazer farinha da mandioca, Jean de Léry, em "Viagem à Terra do Brasil", publicado em 1578, destaca uma que é muito cozida, dura, seca, chamada de "farinha de guerra" ou "uhiantan"; e há uma outra que é a farinha puba, menos cozida, e mais tenra ou "uhi".

Nacionalmente, a mandioca pode ser chamada de aipim ou de macaxeira, mas elas pertencem a mesma espécie, o que vai variar é a sua quantidade do ácido cianídrico. O seu consumo é amplo e geral e integra muitos cardápios regionais.

Já a goma, outro subproduto da mandioca, é o resultado da decantação da água da lavagem da mandioca. E uma farinha alvíssima, finíssima, sendo utilizada para se fazer tapioca, que pode ser recheada com coco e/ou umedecida com leite de coco; com queijo coalho, e ser servida em folha de bananeira ou de milho verde; ainda se faz mingau e cuscuz com a farinha de tapioca; bolinhos de goma e, em especial, o beiju.

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

Goma e Massa Puba

A partir da goma, há muitas outras receitas, tais como: a “puqueca”, beiju com pimenta e embalado em folha de bananeira; o “curuba”, beiju com massa de castanha de caju; o beiju “membeca”, mais mole; o beiju “tinin”, que é seco diretamente no sol; o “marapatá”, beiju que é assado embalado em folha de bananeira sobre o calor do fogo, um tipo de moquém.

Destaque para os enormes beijus chamados de “beiju-açu”, deste tipo de beiju são preparadas bebidas como o “tarubá” e a “catimpueira”, feitas também com a macaxeira cozida amassada e temperada com mel e gengibre, sendo um tipo de “aluá”, o aluá de mandioca. Outros exemplos de bebidas fermentadas, e artesanais, são o “cauim” e a “chicha”. Também, há o “caxiri” que é uma bebida fermentada feita com a mandioca ralada e cozida, uma bebida masculina.

Já o “chibé” é mistura quase líquida de farinha de mandioca, água e açúcar, um tipo de mingau para as populações da Amazônia.E no Nordeste, há o tão popular “mingau de cachorro”, feito com farinha, cominho, pimenta do reino, cheiro-verde; e, se possível, ovos; é também uma comida popularmente vendida na rua.

Sem dúvida, a farinha de mandioca é o mais nacional de todos os alimentos no Brasil. De Norte a Sul, as farinhas multiplicam-se em variedades de texturas, de processos artesanais; de temperos, como tucupi, como açafrão-da-terra, coco, como pimenta. Ela pode ser mais grossa, crocante; mais fina, tão fina que lembra areia de praia.

A farinha de mandioca é consumida pura ou acompanhada de uma feijoada, de uma anduzada, de um caruru de quiabo, de uma maniçoba; de um sarapatel ou uma galinha de cabidela; além de muitas outras invenções do bem comer.

Ainda, a partir da farinha de mandioca, nasce uma rica e diversa gastronomia de farofas e de pirões. São muitas as farofas, como veremos na próxima sessão. Daí segue para os pirões feitos com os caldos de diferentes cozidos de carnes e de peixes. Há pirões acrescidos de peixe desfiado, de pimentas frescas; pirões de leite, para acompanhar carne de sol, ou mesmo uma condimentada moqueca de pititinga; o tradicional pirão do cozido de legumes e carnes; o pirão da peixada, da caranguejada; entre tantos outros.

A nossa farinha de mandioca, como mencionado, também chegou ao continente africano, no período colonial lusitano, e lá, entre as muitas criações, um dos pratos mais notáveis de Angola é o “infunge” ou “funge”, um pirão insosso, e de textura mais elástica, que acompanha as comidas mais condimentadas.

E assim, cada vez mais, a dispersão desta raiz tuberosa nativa ganha os sistemas alimentares do mundo. E a mandioca tem assumido um lugar importante no programa de alimentação da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO), na busca pela segurança alimentar dos povos. Com efeito, em 2020, foi eleito o alimento do século 21 por este organismo internacional.

A Gastronomia das Farofas e sua Multiculturalidade

As farofas são uma das criações gastronômicas introduzidas na dieta alimentar brasileira mais populares. Preparadas com farinhas, principalmente de mandioca e milho, estão presentes na mesa das famílias pertencentes a todos os estratos sociais desde a colonização até os dias de hoje. Farofa d’água, farofa de bolão, farofa de banana, farofa de manteiga; farofa de ovos, farofa abóbora, farofa com azeite de dendê; farofa com leite e carne seca desfiada – farofa de sabiá –; farofa com o molho de alguns guisados, como a cabidela, entre tantas outros. Também, há as farofas feitas diretamente no prato, farinha, pedaço de toucinho, o caldo de carne, de galinha ou de peixe, então é só misturar tudo e enriquecer com pimenta.

Assim, além da fritura, o tutor OPANES, Raul Lody, nos lembra que há outras técnicas tradicionais para se fazer a farofa como acontece com o escaldado, processo artesanal de manipulação da farinha na água ou em caldos em temperaturas variadas. Ainda, a farofa-de-prato, feita no próprio prato em que se faz a refeição, sendo uma das representantes das farofas autorais que são feitas à mesa com o caldo da refeição que é servida, seja um cozido, uma galinha de cabidela, um feijão, entre tantas outras.

No livro "Magia da Cozinha Brasileira – Para Deuses e Mortais", Antonio Houaiss e Alain Draeger (1979) também reconhecem as diferentes técnicas de preparo e propõem dividir as farofas em três categorias:

A primeira é aquela formada pelas preparações que amolecem a farinha de mandioca na água. Pode ser quente ou fria, mais ou menos pastosa ou seca, com tempero refogado ou não. São as conhecidas farofas d'água.

A segunda categoria é composta pelas chamadas farofas de manteiga, que pode ser substituída por uma gordura vegetal, tal como azeite de oliva ou de dendê ou por uma gordura animal, como toucinho, bacon etc.

A terceira é a farofa de molho, a que incorpora o molho de fundo de panela, "cuja quantidade, por ser excessiva, pode ser aproveitada".

Cada categoria permite um número ilimitado de receitas. Houaiss cita ter provado certa vez em casa de amigos 83 modalidades de farofas. Assim, versátil, saborosa, de baixo custo e de fácil preparo, a farofa se apresenta sob várias versões e agrada diversos paladares. Tem como base a farinha e os ingredientes adicionais, podendo ser proteínas, verduras ou condimentos, que são escolhidos em função da sua disponibilidade na natureza e cultura locais.

E como observou Câmara Cascudo, elas são comumente servidas como acompanhamento, sendo um "conduto essencial no cardápio nacional", ao lado dos pirões. Como mencionado por Raul Lody, há também farofas como prato principal da refeição. A farofa ou farinha temperada é desde o período colonial uma importante fonte energética, tendo uma função também de avolumar o "bolo alimentar".

Os Significados Redutores da Farofa

De acordo com os verbetes abaixo, encontrados nos principais dicionários da língua portuguesa, a farofa é reduzida à sua segunda categoria, se consideramos a divisão proposta por Houaiss e Alain Draeger (1979).

- O "Novíssimo Aulete – Dicionário Contemporâneo da Língua Portuguesa" (2011, p. 643), define como se segue:

  1. *Preparada à base de farinha de mandioca frita em gordura geralmente misturada com outros ingredientes como cebola, ovos, linguiça.*
  2. *Alimento, prato que constitui refeição para trabalhadores agrícolas*.

- "Michaelis – Dicionário da Língua Portuguesa", na sua versão online de 2015, também relaciona a farofa à fritura:

  1. *Prato preparado com farinha de mandioca ou de milho, geralmente torrada, temperada e frita com óleo, banha, toucinho ou manteiga e, às vezes, misturada com ovos, carne-seca ou outros ingredientes; farófia.*
  2. *Refeição típica de boias-frias ou trabalhadores rurais, que consiste em farinha de mandioca cozida em água quente com coentro.* 3. *Tipo de açúcar granulado de qualidade inferior.*

- O "Pequeno Dicionário da Gula", de Marcia Algranti (2004), admite possibilidades mais amplas de preparo de farofas, embora use o termo "fantasia" para designar as variações existentes.

FOTO: UELCIMAR SANTOS

Prato típico da cozinha brasileira, feito basicamente de farinha de mandioca, embora em culinária haja certas fantasias, também denominadas farofa, que são feitas com biscoitos esmigalhados e outros elementos. A farofa complementa vários pratos mineiros, como o Tutu de feijão, a Feijoada etc.; assim como é oferecida como acompanhamento de um churrasco completo. É feita misturando-se farinha de mandioca com óleo ou manteiga e sal. Dependendo de sua aplicação, é enriquecida com vários outros elementos, como ovos, cebola, azeitonas, torresmo, banana picada, passas e ameixas secas picadas etc. o frango recheado com farofa, prato tradicional da cozinha brasileira, é uma das mais conhecidas formas de se rechear aves.

- Algranti (2004) apresenta algumas das "fantasias" acima mencionadas, a exemplo da Farofa de coco, especialidade afro-baiana, que usa coco desidratado, manteiga, sal e coentro. E a Farofa de pinhão, especialidade de Paraná, composta por pinhão cozido e moído usado como acompanhamento de carnes assadas, entre outros.

- Já o "Dicionário-Almanaque de Comes e Bebes", de Cláudio Fornari (2001), simplifica o entendimento do conceito da farofa:

  Farinha de mandioca frita (idealmente na manteiga) inventada pelos africanos, com sal e possíveis complementos, como ovos linguiça, passas de uva, azeitonas etc.

  Contrariando a própria definição utilizada, Fornari nesta mesma obra apresenta a já mencionada "Farofa de Casco", quando diz ser farofa de farinha d'água feita no casco vazio da tartaruga recém preparada, e que é comida como acompanhamento da carne do animal.

- O "Pequeno Dicionário de Gastronomia", de Maria Lucia Coimbra Gomensoro (1999), traz uma definição não menos restritiva:

  Prato de acompanhamento, sua base é sempre a farinha de mandioca dourada no fogo. É então temperada com sal e misturada a algum ingrediente que a caracteriza e lhe empresta o nome: azeite de dendê, manteiga, gordura do casco de tartaruga, ovos, miúdos, ameixas etc. A farofa de azeite de dendê também é conhecida como farofa amarela. Deve ficar com consistência seca e torradinha.

- No "Glossário Técnico: Gastronômico, Hoteleiro e Turístico", Vieira e Cândido (2003) adotam a seguinte definição de farofa:

Farinha de mandioca frita em manteiga, banha ou outra gordura misturada com ovos cozidos, azeitonas, carnes, caldos e outros ingredientes dependendo da receita a que se destina. Também chamada de farofa de manteiga.

- Narcisa e Rolim (2020), no livro "Farofa", também apresentam a iguaria como sendo prato brasileiro, que serve como acompanhamento, preparado à base de farinha de mandioca frita em gordura, geralmente misturada com outros ingredientes, como cebola, ovos, linguiça etc.
- A pesquisadora e professora da UFMG, Sabrina Sedlmayer, em livro recente "Farofa, Uma Alegria Popular", lançado em 2020, apesar de ressaltar a incrível diversidade desta preparação culinária, apresentando 50 diferentes receitas, acaba limitando a farofa a uma única técnica. Segundo a autora:

  As farofas ou farófias são um prato de fácil execução, com tempo de um preparo muito curto. Trata-se de uma mistura de um ingrediente graxo (manteiga, óleo, azeite, banha, margarina), farinha (milho ou mandioca, podendo ser substituídos por quinoa, amaranto, cream-cracker, aveia e muitos outros produtos) e um outro componente que geralmente é o protagonista (couve, cebola, ovo, carne, banana, azeitona, castanha, coco, coentro).

Nas versões online dos dicionários, as definições de farofa também se limitam a apenas uma categoria.

- Na Wikipédia, a enciclopédia livre,

  a Farofa (do quimbundo falofa) é a farinha de mandioca ou farinha de milho escaldadas ou torradas, geralmente passadas na gordura ou na manteiga, nas quais podem ser acrescentados inúmeros outros ingredientes, tais como: bacon torrado, linguiça frita, ovo, carne, tofu, ou outros alimentos de origem vegetal.
- Na "Infopédia", dicionário enciclopédico online lançado em 2003 e produzido pela Porto Editora, a farofa é apresentada como

  Farinha de mandioca frita em manteiga ou outra gordura, e por vezes misturada com ovos, carne etc.
- O significado de farofas no "Dicionário Priberam Online de Português Contemporâneo" se resume também à

  Farinha de mandioca torrada ou escaldada com manteiga ou banha, às vezes misturada com ovos, carne etc.

- No “Dicionário Informal” – dicionário online de português e gírias gratuito para Internet, que convida os usuários a participarem da definição das palavras, encontramos dez descrições para a farofa, entre as quais:

  Alimento constituído de farinha de milho ou mandioca com pedaços de outros alimentos, como carne, feijão, entre outros;

  Alimento feito à base de farinha de mandioca refogada em óleo, sal, temperos e pedaços de carne, frango, linguiça, etc

  Comida, que serve de acompanhante do prato principal, com base em farinha de mandioca acrescida de diferentes ingredientes, como a farofa de banana, de galinha ou carne. Estas últimas mais típicas feitas com o caldo respectivo.

  Esta última não a restringe à técnica com gordura.

À Guisa de Conclusão

As farofas são criações gastronômicas introduzidas na dieta alimentar brasileira a partir da agricultura indígena e suas roças de mandioca. Acompanhamento essencial no cardápio nacional, ao lado dos pirões, a farofa ou farinha temperada é desde o período colonial uma importante fonte energética, tendo uma função também de complementar a refeição. Cada região do país a elabora segundo sua cultura, técnicas, farinha e demais ingredientes disponíveis, o que a torna versátil e plural.

A definição de farofa encontrada nos dicionários da língua portuguesa, no entanto, não faz jus a sua diversidade. Com isso, este trabalho buscou mostrar as diferentes técnicas utilizadas para o preparo da farofa e contribuir, assim, para uma atualização do conceito e abrangência de significado da farofa e, consequentemente, para o conhecimento e a valorização do nosso patrimônio culinário.

Dicionários são compilações que contém todas as palavras de uma língua e seus respectivos significados. Considerando o caráter vivo e dinâmico das línguas, essas publicações devem ser constantemente revisitadas, a fim de acompanhar as mudanças e a introdução de novos vocabulários, especialmente ligados ao desenvolvimento das ciências e das técnicas. Para se fazer justiça àquela que é considerada uma das preparações culinárias mais populares do Brasil, a farofa, recomendamos uma revisão dos significados utilizados nos dicionários.

REFERÊNCIAS

ALGRANTI, Marcia. **Pequeno dicionário da gula**. 2ª edição. Sindicato Nacional dos Editores de Livro, RJ. Rio de Janeiro: Record. 2004.

BARLÉUS, Gaspar. **História dos Feitos Recentemente Praticados durante Oito anos no Brasil**, 1647.

CASCUDO, CAMARA. **História da Alimentação no Brasil** (volume I). Companhia Editora Nacional, São Paulo, 1967.

_____ **Made in África**, Editora Civilização Brasileira, Rio de Janeiro, 1965.

_____ **Dicionário do Folclore Brasileiro**, Global Editora, São Paulo, 2001.

CEREDA, M. P.; VILPOUX, O. F. **Farinhas e derivados**. In: CEREDA, M.P.; VILPOUX, O.F. **Tecnologia, usos e potencialidades de tuberosas amiláceas latino americanas. Série: culturas de tuberosas amiláceas latino americanas.** Campinas: Fundação Cargil, 2003. v. 3, p. 576-620.

FORNARI, Cláudio. **Dicionário-almanaque de comes e bebes**. Rio de Janeiro. Nova Fronteira, 2001.

GOMENSORO, Maria Lucia Coimbra. **Pequeno dicionário de gastronomia**. Editora Objetiva Ltda. Rio de Janeiro, 1999.

HOUAISS Antonio e DRAEGER Alain. **Magia da Cozinha Brasileira – Para Deuses e Mortais**. Editora Primor, Rio de Janeiro, 1979.

LERY, Jean de. **Viagem à Terra do Brasil**. Tradução de Sérgio Milliet. Belo Horizonte: Itatiaia. 2007.

LOPES, Nei. **Novo dicionário banto do Brasil:** contendo mais de 250 propostas etimológicas acolhidas pelo dicionário Houaiss. Rio de Janeiro: Pallas, 2006.

NARCISA, Daniela; ROLIM, Danilo. **Farofa**. Ed. Senac São Paulo. 2020.

NIEUHOF, Jean. **Magnífica Viagem Marítima e Terrestre ao Brasil**. 1682.

THEVER, André, **Plantarum Universalis**. 1691.

VIEIRA, Elenara; CÂNDIDO, Índio. **Glossário Técnico: Gastronômico, Hoteleiro e Turístico**. EDUCS. 2003.

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

Quengas de Coco como Combustível

1º FESTIVAL DA FAROFA

FAROFA COM HISTÓRIA

23 e 24 setembro 2021

O **1º Festival da Farofa – Farofa com História** tem como protagonista a farinha de mandioca, que é uma das mais importantes bases para os sistemas alimentares do brasileiro; porque a farinha de mandioca tem diferentes tipos, formas e sabores, além de haver uma amplíssima produção de base artesanal, o que oferece ao consumo uma grande variedade. Assim, ela traz diferentes usos gastronômicos que são marcados tanto pelo *terroir* quanto pela assinatura dos artesões de farinha.

O **1º Festival da Farofa – Farofa com História** teve como objetivo unir a gastronomia tradicional regional, e as suas novas criações gastronômicas, para revelar preparos, interpretações e criações, realizados com a farinha de mandioca, nas suas mais variadas possibilidades, tanto em preparos salgados quanto em preparos doces.

Assim, sendo coerente aos objetivos de OPANES, que entende festival gastronômico como um processo de pedagogia da alimentação e de tradução do patrimônio alimentar, o **1º Festival da Farofa** trouxe as contribuições dos observadores e das equipes do SENAC do Nordeste e do Espírito Santo para afirmar as suas identidades alimentares e revelar as inúmeras possibilidades gastronômicas das receitas através das farofas.

ALAGOAS . FAROFA COM COLORAU

Sandra Lyra – SENAC ALAGOAS

FOTO: SENAC ALAGOAS

INGREDIENTES

300g farinha de mandioca fina
150g cebola em julienne
120g manteiga com sal
5g colorau
Q.B. sal

MODO DE PREPARO

Colocar a manteiga e a cebola na panela ainda fria, deixar derreter em fogo médio, mexendo de vez em quando.
Quando a cebola começar a dourar acrescentar o colorau, misturar bem e colocar a farinha.
Mexendo sempre, deixar a farinha secar um pouco para ficar crocante.
Acertar o sal e retirar do fogo.

BAHIA . FAROFA COM MATURI E DENDÊ

Uelcimar Cerqueira dos Santos – SENAC BAHIA

A produção da Bahia para o Festival foi a Farofa Costa do Dendê, composta por banana da terra e maturi, representando as características da cultura alimentar do estado e ressaltando a utilização do maturi que está entrando no esquecimento no uso culinário.

Entre tantas possibilidades de utilização da farofa como acompanhamento das iguarias afro-baianas, destacamos o xinxim de frango com caruru e a farofa costa do dendê para compor a opção de prato. Contudo, não se pode deixar de mencionar que a farofa não pode faltar nas mais variadas moquecas e na casquinha de siri, entre outros.

Para acompanhar com bebidas não alcoólicas, pode-se usar sucos ácidos, como limão, tamarindo e laranja ou refrigerantes, em função da gaseificação, que harmonizam melhor com comidas de azeite de dendê. Indo para bebidas alcoólicas se pode fazer uso das cervejas de alta fermentação ou vinhos frisantes e espumantes.

FAROFA COSTA DO DENDÊ

INGREDIENTES

1kg de farinha de mandioca
200g camarão seco
250g de maturi
300g banana da terra
100g de cebola
50g de alho
300ml de dendê
50g de cebolinha
50g de coentro

MODO DE PREPARO

Lave os camarões secos e corte em cubos pequenos, cortar o alho, a cebola, a cebolinha e o coentro bem picadinho.

FOTO: SENAC BAHIA

Cortar a banana da terra em rodelas na diagonal para decorar, colocando no forno para desidratar e o restante em cubos,
Aquecer uma caçarola, adicionar o azeite de dendê e refogar o camarão seco, em seguida frite a banana cortada em cubos, o alho e a cebola, e o maturi. Colocar em fogo médio e adicionar a farinha de mandioca, e aquecer até que a farinha esteja torrada. Finalizar com o coentro a cebolinha e decore com a banana da terra desidratada.

Rendimento: Serve 10 pessoas.

CARURU

INGREDIENTES

1.200g quiabo
120g azeite de dendê
150g castanha
150g amendoim
200g camarão seco moído
100g camarão seco inteiro
200g cebola
5g gengibre
10g sal

MODO DE PREPARO

Cortar o quiabo (em cruz) bem “miudinho”. Liquidificar a cebola e reservar. Processar os camarões secos, o amendoim, a castanha e o gengibre ralado. Reservar. Refogar no azeite de dendê os camarões secos inteiros e descascados e a cebola moída. Reservar os camarões inteiros. Logo após, inserir o restante dos ingredientes processados. Acrescentar o quiabo e a água (ou caldo de peixe, até cobrir a massa do quiabo). Misturar e cozinhar até se obter uma consistência pastosa (a sementes do quiabo devem estar arroxeadas e o quiabo ainda verde). Corrigir o sal se necessário. Acrescentar os camarões reservados (pode colocar por cima para decorar) e servir.

Rendimento: Serve 10 pessoas.

XINXIM DE FRANGO

INGREDIENTES

1.000g de coxa e sobrecoxa
100ml de azeite de dendê
100g de castanha / 100g de amendoim
50g de camarão seco moído / 50g de camarão seco inteiro
200g de cebola
50g de alho
5g gengibre
30g de coentro
30g de cebolinha
5g de sal

MODO DE PREPARO

Cortar a galinha em pedaços pequenos e lavar (vinagre ou limão). Tempere com sal e o alho picado e deixar descansando por 20 a 30 min.
Refogar o azeite de dendê os camarões secos, inteiros e moídos, o restante do alho, a cebola, o gengibre. Em seguida acrescente a galinha e deixe dourar.
Acrescente a castanha e o amendoim.
Vá acrescentando água (fervendo) aos poucos, até a galinha ficar macia.
Acrescente o coentro e a cebolinha picados.

Rendimento: Serve 5 pessoas.

CEARÁ . FAROFA DE CAJU

Pedro Abreu • Vanessa Santos • Kalil Sampaio – SENAC CEARÁ

FOTO: SENAC CEARÁ

INGREDIENTES

500g farinha de mandioca
150g cebola roxa
2 dentes de alho
1/2 maço coentro
1/2 maço de cebolinha
200ml manteiga de garrafa
150g de carne de caju
70g de castanha de caju
Q.B. sal e pimenta do reino moída

MODO DE PREPARO

Preparar a carne de caju através do método de secagem e lavagem.
Torrar a castanha de caju
Levar ao fogo médio para baixo, a manteiga de garrafa e refogar parte da cebola, parte do alho e os talos de coentros e cebolinha
Adicionar a carne de caju, colocar sal e pimenta e refogar e retirar uma parte após o processo.
Adicionar a farinha e a castanha de caju até ficar crocante e dourada.
Retirar do fogo e não cobrir a farofa enquanto estiver quente, para não perder a crocância.

Acompanha bem: Arroz de leite, carne do sol, vinho de caju, mocororó (bebida fermentada de caju de origem indígena), carnes bovinas.

ESPÍRITO SANTO . FAROFA CAPIXABA

Kleber Augusto Lopes • Luciana Dalarmelina Santos –
SENAC ESPÍRITO SANTO

FOTO: SENAC ESPÍRITO SANTO

INGREDIENTES

1 cebola (média) ciselé
5 dentes de alho à brunoise
200g de manteiga clarificada ou ghee
300g de socol (embutido) à jardineira
250g de abacaxi à jardineira
1 maço de coentro à chiffonade
Q.B. farinha de mandioca

MODO DE PREPARO

Grelhe o abacaxi com 1 colher (sopa) de manteiga até dourar e reserve.
Frite rapidamente o socol na manteiga e acrescente os demais ingredientes misturando bem.
Acrescente a farinha de mandioca aos poucos até obter o ponto desejado.

MARANHÃO . FAROFA COM LÂMINAS DE COCO

David Cardoso – SENAC MARANHÃO

FOTO: SENAC MARANHÃO

INGREDIENTES

400g de farinha de cuba / 300g de coco fresco
50g de manteiga
Q.B. sal e pimenta

MODO DE PREPARO

Derreta a manteiga na frigideira (*saltese*), adicione o coco já cortado em lâminas. Refogue até pegar sabor, em seguida adicione a farinha.
Finalize com sal e pimenta a gosto.

Cardápio com harmonização da Farofa: A farofa com lâminas de coco se insere no cardápio maranhense de diversas formas, uma delas é acompanhando um dos nossos pratos mais típicos que é o arroz com cuxá, sendo que a mesma pode ser servida tanto nas entradas quanto em pratos principais, destacando e harmonizando sempre com possíveis outras preparações que poderão acompanhá-la.
Ela também pode ser inserida em cardápios com frutos do mar, aves, carnes vermelhas e de suínos, sempre fazendo com que esses pratos fiquem ainda melhores, não só em sabor, mas também em textura, aromatização e apresentação dos mesmos.

PARAÍBA . FAROFA D'ÁGUA

Iago Lellis • Maria Tatyuska Santos Gondim – SENAC PARAÍBA

A Farofa D'Água é um acompanhamento símbolo da Paraíba, que faz parte de um cenário tanto sertanejo quanto do litoral. Ela foi escolhida por ser de fácil execução, ter custo de elaboração relativamente baixo, mas não deixa a desejar em sabor e aroma. Como sua diversidade de nomenclatura, bolão, farofa do sertão e farofa branca, ela permite também a adição de vários outros elementos que caracterize a região onde for feita, dando assim, a devida importância sustentável do alimento.

INGREDIENTES

200g farinha de mandioca
50g cebola roxa picada
1/2 coentro desfolhado
100ml água fria
2 unidades pimenta de cheiro
Q.B. sal e pimenta do reino

MODO DE PREPARO

Em fogo médio a cebola até murchar e iniciar a fritura.
Colocar água fria aos poucos.
Apagar o fogo e colocar a farinha, mexer bem.
Corrigir o sal e acrescentar os outros ingredientes, sem esquecer que tem que ficar empelotado.

ACOMPANHAMENTO . CARNE DE SOL

INGREDIENTES

600g de carne de sol
Pimenta do reino
1 fio de azeite
1 colher de chá de manteiga
1 unidade de cebola fatiada em rodelas
1/4 copo de água

FOTO: SENAC PARAÍBA

MODO DE PREPARO

Para começar, pique a carne de sol em cubos grandes e tempere com pimenta do reino. Não é necessário colocar sal.

Aqueça uma panela com manteiga e o azeite.

Espalhe os pedaços de carne de sol pela panela já aquecida e deixe fritar sem mexer por pelo menos 10 ou 15 minutos. Você irá mexer somente quando o fundo da panela começar a ficar dourado.

Assim que a carne estiver bem frita, acrescente a cebola e pingue a água, mexa bem. Além de ajudar a cozinhar a cebola, soltará o fundo dourado da panela e carne ficará mais úmida.

Sua carne de sol está prontinha para servir com a farofa d'água.

Como uma boa sugestão de harmonização, o preparo ganha o seu ápice com uma boa cachaça envelhecida.

PERNAMBUCO . FAROFA BOLÃO

João Lima • Luiz Carlos da Silva – SENAC PERNAMBUCO

FOTO: SENAC PERNAMBUCO

INGREDIENTES

300g de farinha de mandioca
200ml de água
1 tomate cortado em cubos sem sementes
1/2 pimentão verde cortado em cubos
1/2 cebola branca cortada em cubos
coentro picado a gosto
50ml de manteiga de garrafa
Q.B. sal e pimenta do reino

MODO DE PREPARO

Ferva a água com sal, pimenta do reino e a manteiga de garrafa.
Quando ferver, adicione os vegetais cortados.
Desligue o fogo e misture à farinha de mandioca e sirva.
Obs: A farofa bolão é um acompanhamento geralmente servido com preparações molhadas e ensopados, como galinha à cabidela, carnes com molho ou até moquecas.
Para harmonizar tais preparações, serve-se uma boa cachaça artesanal.

PIAUÍ . PAÇOCA COM CARNE DE SOL

Marcilene Machado – SENAC PIAUÍ

FOTO: SÉRGIO LOUREIRO

INGREDIENTES

1kg de carne de sol
2 cebolas brancas grande
4 dentes de alho
250g de farinha de mandioca branca
100g de manteiga de garrafa
1 maço de coentro
1 maço de cebolinha
Q.B. sal

MODO DE PREPARO

Corte a carne de sol em cubos de aproximadamente 7 centímetros. Coloque numa tigela e lave bem sob água corrente. Cubra os cubos de carne com água fria e deixe na geladeira durante 2 horas (esse tempo varia de acordo com a intensidade do sal da carne), trocando a água pelo menos uma vez. Escorra a água e transfira a carne para a panela de pressão, cubra com água até completar metade do volume da panela, tampe e leve ao fogo alto. Assim que a panela começar a apitar, abaixe o fogo e deixe cozinhar por 30 minutos. Enquanto a carne cozinha, descasque e pique fino a cebola e o alho. Passado o tempo de cozimento, desligue o fogo, escorra a água e descarte o excesso de gordura da carne. Transfira os cubos para o um pilão, junto com a farinha e a cebola e bata até desfiar tudo. Leve a uma frigideira. Quando aquecer, adicione a manteiga de garrafa, junte o alho e mexa por 1 minuto para perfumar. Acrescente a carne de sol pilada e refogue por cerca de 10 minutos, até ficar bem dourada. Prove e, se necessário tempere com sal. Finalize com cheiro verde e sirva. Uma ótima opção para harmonizar com a paçoca é um purê de abóbora, além de uma cajuína bem gelada.

RIO GRANDE DO NORTE . FAROFA YUMURU'WAR

Elizabeth Assunção – SENAC RIO GRANDE DO NORTE

Para o projeto do Festival da Farofa apresentamos a farofa de bolão com jerimum. A farofa de bolão ou farofa d'água é comum em todo o Nordeste com pequenas variações. Assim como em vários lugares os locais são conhecidos como papa alguma coisa, os nascidos em Natal-RN são conhecidos como papa jerimum/comedor de jerimum, em Tupi, yurumu'war. Conta-se que um presidente da província do RN conhecido por Lopo Joaquim de Almeida Henriques teria pago o funcionalismo público com jerimuns. Anos mais tarde, o governador Pedro Velho também teria manifestado a pretensão de pagar salários atrasados com jerimuns. Estes fatos não são confirmados, mas seriam a provável origem do apelido papa jerimum. Quando foi pensado um nome para a farofa que representaria o Rio Grande do Norte no festival da farofa, foi escolhido Farofa yurumu'war em alusão a esse apelido.

A farofa de bolão tem preparo simples, é feita com farinha, água, cebola roxa, coentro e sal. Alguns lugares usam manteiga, manteiga de garrafa e outros produtos. No RN também se acrescenta jerimum, mas não é regra geral.

Foram feitas duas versões da farofa: uma pela maneira tradicional, acrescentando apenas pedaços de jerimum cozido em água e sal. E uma versão com aproveitamento integral do jerimum, além da polpa cozida foram usadas as cascas e as sementes. Também foi desenvolvido um drink à base de Tiquira, água do cozimento do jerimum (que foi cozido sem sal), açúcar e suco de limão.

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

FAROFA YURUMU'WAR VERSÃO TRADICIONAL

INGREDIENTES

350g de farinha de mandioca
100ml de água
80ml de manteiga da terra
1g de sal refinado / 1g de pimenta do reino
100g de jerimum cozido cortado em cubos
50g de cebola roxa cortada em tiras
Q.B. folhas de coentro

MODO DE PREPARO

Colocar a farinha em uma travessa.
Aquecer a água com a manteiga. Acrescentar a cebola, o sal e a pimenta.
Molhar a farinha e deixar descansar um pouco. Mexer para ir soltando os "bolões". Acrescentar o jerimum e misturar delicadamente.
Finalizar com o coentro.

FAROFA YURUMU'WAR VERSÃO APROVEITAMENTO INTEGRAL

INGREDIENTES

350g de farinha de mandioca
100ml de água
1g de sal refinado / 1g de pimenta do reino
100g de jerimum cozido cortado em cubos
Q.B. sementes de abóbora
80 ml de manteiga da terra
casca do jerimum cortada em cubos bem pequenos
100g de cebola branca cortada em cubos
2g de alho picado / 50g de cebola roxa cortada em tiras
Q.B. folhas de coentro

MODO DE PREPARO

Colocar a farinha em uma travessa.
Dourar as sementes de jerimum no forno por alguns minutos até ficarem crocantes. Refogar a cebola branca, o alho e a casca do jerimum na manteiga da terra e reservar. Colocar a farinha em uma travessa. Aquecer a água e misturar o refogado. Acrescentar a cebola roxa, o sal e a pimenta.
Molhar a farinha e deixar descansar um pouco. Mexer para ir soltando os "bolões". Acrescentar o jerimum e misturar delicadamente.
Finalizar com o coentro e as sementes de jerimum.

DRINK YURUMU'WAR

INGREDIENTES

200ml de água do cozimento do jerimum (cozinhar o jerimum sem sal)
60ml de tiquira
15g de açúcar refinado
suco de limão tahiti (apenas algumas gotinhas)
Q.B. gelo

MODO DE PREPARO

Misturar todos os ingredientes em uma coqueteleira (ou vidro bem tampado). Agitar bem. Servir em mini copos americanos ou copos para *shot*.

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

SERGIPE . FAROFA DE CUSCUZ COM CARNE DE SOL

Marta Moreira de Aguiar – SENAC SERGIPE

FOTO: FABIO JACIUK

INGREDIENTES PARA O CUSCUZ

6 a 8 unidades de espigas de milho seco
100g de farinha de mandioca / 0,05g de sal
300ml de água

MODO DE PREPARO

Cozinhe ligeiramente o milho e depois rale para obter uma farinha de milho. Misture os ingredientes secos e depois hidrate utilizando a medida de água, deixe descansar por uns 10 minutos, após isso colocar em cuscuzeira com água para cozimento em vapor.

INGREDIENTES PARA A FAROFA

200g de cebola roxa / 200g de manteiga de garrafa
1 maço de coentro / 300g de carne de sol desfiada

MODO DE PREPARO

Refogue a carne de sol na manteiga de garrafa. Corte a cebola em *julienne* e acrescente ao refogado. Corte o coentro em *chiffonade*.
Desmanche o cuscuz, misture ao refogado e sirva.

FOTO: SENAC BAHIA

“A farinha de mandioca acompanha o brasileiro no seu cotidiano e marca a farofa como uma receita que lhe dá identidade, expressa sabores. Fazer a farofa é um ritual.” Raul Lody

DOCE NATAL com Mandioca

O projeto **Doce Natal** é uma ação privilegiada para o estudo e para a valorização da doçaria regional. Sem dúvida, a civilização do açúcar é a formadora dos nossos hábitos alimentares e, em especial, dos nossos cardápios das celebrações nas casas, e nas festas coletivas, onde são promovidos os grandes rituais de sociabilidade.

O doce representa, aproxima, revela e traduz os sabores do *terroir*, e outros inicialmente exóticos, mas que se abrasileiraram nas nossas múltiplas relações culturais.

Assim, **Doce Natal** recupera dos cadernos de receitas, das tradições orais e de tantas outras experiências cotidianas e dos calendários de festas, verdadeiros acervos patrimoniais que são marcados pelo açúcar da cana de açúcar, numa afirmação de uma identidade brasileira forjada num ideal do que é doce.

FOTO: SENAC BAHIA

ALAGOAS . BRASILEIRA COM FAROFA DE AMENDOIM COM FLOCOS DE COCO

Sandra Lyra – SENAC ALAGOAS

INGREDIENTES

400g coco ralado desidratado
400ml de leite de coco
200g açúcar refinado
100ml água
2 ovos
2 colheres chá de manteiga (30g)
2 xícaras de farinha de trigo (300g)
1 colher sopa de fermento químico em pó (15g)

FOTO: SENAC ALAGOAS

FAROFA

50g coco em flocos desidratado
50g amendoim torrado e triturado bem fino

MODO DE PREPARO

Misturar os ingredientes e levar ao fogo baixo até dourar levemente, reserve.
Colocar o coco ralado e o leite de coco em um recipiente raso e que fique bem espalhado para que leite fique em contato com todo o coco.
Tampe o recipiente e deixe descansar por uma hora, para hidratar o coco.
Na sequência, faça uma calda com o açúcar e a água e deixe esfriar.
Após 1 hora, misture os demais ingredientes.
Unte uma forma, polvilhe com farinha de trigo, coloque porções, deixando espaço entre elas.
Polvilhe a farofa e leve para assar em forno pré-aquecido até que fiquem levemente douradas.

BAHIA . PÃO FAROFA

Uelcimar Cerqueira dos Santos – SENAC BAHIA

INGREDIENTES

500g de farinha de trigo
20g de fermento biológico
50g de açúcar granulado
1 ovo
150ml leite integral
150g de manteiga
10g de sal
50g de goiabada

RECHEIO

20g coco seco desidratado
50g de açúcar mascaco
50g de mantelga
400g caju passas
100g castanha de caju

FAROFA DE COCO

90g de açúcar granulado
60g de farinha de trigo
30g de manteiga
2g de canela em pó

MODO DE PREPARO

Misture o açúcar com o fermento o leite e o ovo e deixe descaçar por 30 minutos. Acrescente a farinha de trigo e o sal, misturando até que os ingredientes fiquem bem homogêneos.

A massa precisa estar bem lisa e para tanto, será preciso sovar (trabalhar, bater a massa por 5 minutos). Acrescente após aos poucos a manteiga até que incorpore toda a quantidade. Deixe a massa descansando por 20 minutos, coberta, antes de começar a modelar.

Prepare o recheio misturando com uma colher o açúcar, a manteiga e por último o coco seco, pique as castanhas e corte, se precisar, em cubos pequenos o caju passas, reserve.

Abrir a massa com um rolo, em superfície enfarinhada, na forma de um retângulo. Espalhar sobre o retângulo o creme de manteiga com coco, as castanhas e o caju passas, enrole em seguida como um rocambole. Cortar o rolo em fatias de 5cm (3 dedos), dispor cada pedaço em uma forma untada tipo de pudim individual, ou se preferir, grande, deixando um espaço de mais ou menos meio centímetro entre cada rolinho. Prepare a farofa misturando com as mãos a manteiga com o açúcar, a canela e a farinha de trigo acrescentando sobre os pães nas formas. Por último risque com a goiabada derretida. Fermentar até dobrar de volume.

FOTO: SENAC BAHIA

Assar em forno pré-aquecido a 140°C por 25 min ou até que dourem. Desenformar cuidadosamente com uma espátula para que o recheio não cole no fundo.

Rendimento:
20 unidades individuais.

CEARÁ . BRIGADEIRO DE CAJUÍNA E VARIAÇÃO DA FAROFA DE RAPADURA E CAJU

Pedro Abreu – SENAC CEARÁ

FOTO: SENAC CEARÁ

BRIGADEIRO DE CAJUÍNA

INGREDIENTES

790g leite condensado
200g creme de leite
100g chocolate branco
200ml cajuína / 50g glucose

MODO DE PREPARO

Misturar o leite condensado, creme de leite, cajuína e a glucose em uma panela, fora do fogo.

Levar ao fogo para cocção até atingir o ponto desejado (a depender do tempo, pode ser calda, cremoso e de enrolar)
Mexer até soltar do fundo da panela, em ponto cremoso/para enrolar.
Desligar o fogo e adicionar o chocolate branco picado e mexer até derreter
Reservar e deixar esfriar em temperatura ambiente para enrolar.

FOTO: SENAC CEARÁ

Rendimento: aproximadamente 32 unidades de 30g cada brigadeiro.

FAROFA SIMPLES

INGREDIENTES

40g rapadura
40g castanha de caju

MODO DE PREPARO

Colocar todos os ingredientes no processador de alimentos e bater até transformar em um pó fininho.
Utilizar para polvilhar o brigadeiro. Também serve como acompanhamento para sorvetes, cremes e tortas.

CRUMBLE DE RAPADURA COM CASTANHA DE CAJU

INGREDIENTES

20g farinha de trigo
45g rapadura
20g manteiga gelada
40g castanha de caju

MODO DE PREPARO

Colocar todos os ingredientes no processador de alimentos e pulsar algumas vezes, para misturar bem.
Dispor em assadeira e levar ao forno pré-aquecido em 160°C por aproximadamente 10 minutos, ou até dourar.
Retirar do forno e deixar esfriar. Guardar em pote hermeticamente fechado ou utilizar imediatamente.

Observação: Pode ser utilizada como recheio do brigadeiro, para polvilhar, além de servir como acompanhamento para sorvetes, cremes, tortas.

ESPÍRITO SANTO . CACAUTONE

Kleber Augusto Lopes • Luciana Dalarmelina Santos –
SENAC ESPÍRITO SANTO

INGREDIENTES PARA A ESPONJA

100g de farinha de trigo
20g de fermento biológico seco
100ml de suco de laranja

INGREDIENTES PARA A MASSA

400g de farinha de trigo
125g de açúcar
15g de leite em pó
10ml de essência de panetone
5g de melhorador de massa
4 gemas
100g de manteiga
1 colher (sobremesa) de raspas de limão
80ml de suco de laranja
150g de gotas de chocolate forneável

INGREDIENTES PARA A FAROFA DE CHOCOLATE

50g de manteiga gelada
50g de farinha de trigo
50g de farinha de amêndoas
50g de chocolate em pó
50g de gotas de chocolate meio amargo forneável

MODO DE PREPARO

Corte a manteiga em cubos e misture com as mãos ou no processador com as farinhas e o chocolate em pó até ficar em textura de areia.
Acrescente as gotas de chocolate e misture.
Acrescente a farofa de chocolate por cima do panetone e leve para assar.

89. Doce Natal com Mandioca

FOTO: SENAC ESPÍRITO SANTO

FOTO: SENAC ALAGOAS

MARANHÃO . QUEIMADINHO DE TAMARINDO COM COCO

David Cardoso – SENAC MARANHÃO

FOTO: SENAC MARANHÃO

INGREDIENTES

200g de polpa de tamarindo reduzida
300g de creme de leite
400g de leite condensado
2 colheres de margarina
100g de coco ralado e tostado

MODO DE PREPARO

Em uma panela coloque todos os ingredientes menos o coco.
Mexa até obter a cocção dos leites e chegar no ponto de brigadeiro (quando a mistura desgruda do fundo da panela), reserve a refrigeração.
Depois de refrigerado enrole em esferas e passe no coco já ralado e tostado.

PARAÍBA . PETECA DE BANANA

Iago Lellis • Maria Tatyuska Santos Gondim – SENAC PARAÍBA

FOTO: SENAC PARAÍBA

INGREDIENTES

1 banana prata (ou nanica) grande
3 ovos
2 colheres rasas de manteiga
farinha de mandioca (até dar consistência à massa)

MODO DE PREPARO

Amasse as bananas com um garfo, acrescente os ovos e bata um pouco. Coloque a manteiga, mexa mais um pouco e vá acrescentando a farinha, aos poucos. A massa tem que ser firme, no mesmo ponto de bolinho de chuva. Depois, frite no óleo quente. Retire a peteca, coloque em um papel toalha, polvilhe açúcar a canela, e sirva ainda quente..

FAROFA DE CASTANHA

INGREDIENTES

150g de açúcar refinado
150g de castanhas-de-caju cruas
óleo para pincelar

MODO DE PREPARO

Pincele as costas de uma assadeira ou uma pedra mármore.
Aqueça as castanhas em uma frigideira seca até que comecem a cheirar.
Misture as castanhas com o açúcar e mexa sem parar, com o fogo baixo, até obter um caramelo dourado claro. Cuidado que o caramelo passa do ponto de dourado à queimado muito rapidamente.

SORVETE DE TAPIOCA

INGREDIENTES

150g de tapioca granulada (1 xícara)
200g de creme de leite (1 caixinha)
390g de leite condensado (1 lata)
600ml de leite quente (2 xícaras e 1/2)
200ml de leite de coco (1 garrafinha)
50g de coco fresco ralado
3g de liga neutra (1 colher de chá)
10g de emulsificante para sorvete (2 colheres de chá)

MODO DE PREPARO

Em uma tigela coloque a tapioca granulada e o leite quente mexa bem e deixe hidratar por 5 minutos.
Acrescente em seguida o creme de leite, o leite de coco, o leite condensado, o coco fresco ralado e a liga neutra e misture bem.
Transfira essa mistura para um pote de sorvete e leve ao freezer por 3-4 horas
Retire do freezer e transfira para a batedeira e junte com o emulsificante de sorvete e bata por 10 minutos.
Volte para os potes de sorvete e leve ao freezer até gelar.

Rendimento: 3 litros

PERNAMBUCO . PÃO RECIFE DOCE NATAL

João Lima • Luiz Carlos da Silva – SENAC PERNAMBUCO

FOTO: LUCIANA TORREÃO / SENAC PERNAMBUCO

95. Doce Natal com Mandioca

INGREDIENTES

1kg de farinha de trigo
100g de açúcar refinado
20g de sal
10g de melhorador para farinha
20g de margarina
30g de fermento biológico seco
600ml de água
800g de doce japonês de coco

MODO DE PREPARO

Misture metade da farinha de trigo com o açúcar refinado, melhorador e o fermento biológico seco.
Adicione a água, bata bem até a massa ficar elástica e deixe descansar coberta até dobrar de tamanho.
Espalhe a outra metade da farinha de trigo em uma mesa e faça uma cova no meio. Distribua o sal sobre a farinha e no meio adicione a margarina e a massa pré-fermentada.
Misture bem e sove por uns 20 minutos.
Modele os pães usando uma porção do doce japonês.
Depois de modelados, pincele os pães com uma gema diluída em uma colher de sopa de água e distribua a farofa. Depois de fermentados, corte os pães com uma faca afiada ou bisturi e leve ao forno pré-aquecido a 200°C por aproximadamente 10 minutos.

FAROFA (PÃO RECIFE)

INGREDIENTES

100g de farinha de trigo
80g de rapadura ralada
80g de margarina

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes com uma colher até conseguir uma farofa.
Polvilhe sobre o pão antes de fermentar e ir para o forno.

PIAUÍ . DADINHO DE FARINHA DE MANDIOCA COM RAPADURA

Marcilene Machado – SENAC PIAUÍ

FOTO: SENAC PIAUÍ

INGREDIENTES

100g de rapadura ralada
50g de castanha de caju picada finamente
50g de banana frita picada;
50g de farinha de mandioca (sem peneirar)
folhas de hortelã (opcional) para decorar

MODO DE PREPARO

Em um *bowl*, colocar a farinha de mandioca e a castanha de caju, misturar.
Adicionar os demais ingredientes e amassar até homogeneizar.
Em forma retangular, forrar com filme plástico e colocar a massa.
Prensar bem e deixar descansar por 30 minutos.
Desenformar e cortar em cubos de 10g cada.
Rendimento: 15 porções (10g)

97. Doce Natal com Mandioca

FOTO: SENAC PIAUÍ

RIO GRANDE DO NORTE . BOLO SERIDÓ DE NATAL

Elizabeth Assunção – SENAC RIO GRANDE DO NORTE

INGREDIENTES MASSA

500g de rapadura
700ml de água
cravo, canela e erva doce a gosto
60g de manteiga
300g de coco ralado
100g de xerém de castanha de caju
1 pitada de sal
390g farinha de mandioca
castanha de caju inteira a gosto (para decorar)

MODO DE PREPARO

Fazer uma calda com a rapadura e as especiarias até a rapadura derreter e a calda começar a ferver. Retirar do fogo e misturar todos os ingredientes. Cobrir com a farofa.
Colocar em uma forma de 20cm ou em forminhas de panetone.
Assar em forno pré-aquecido a 160°C até que a farofa esteja dourada.
Retirar do forno e finalize com algumas gotas de mel de jandaíra.

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

FAROFA DOCE

INGREDIENTES

80g de farinha de mandioca
80g de xerém de castanha de caju
80g de coco ralado
80g de passas de caju
60g de manteiga
50ml de mel de jandaíra para finalizar

MODO DE PREPARO

Misturar todos os ingredientes e dispor sobre o bolo antes de levar ao forno.

99. Doce Natal com Mandioca

FOTO: ELIZABETH ASSUNÇÃO

SERGIPE . ROCAMBOLE CROCANTE DE MANGABA

Marta Moreira de Aguiar – SENAC SERGIPE

FOTO: MARTA MOREIRA DE AGUIAR

INGREDIENTES MASSA

6 ovos
25ml de água
90g de açúcar
90g de farinha de trigo
30g de farinha castanha
8g de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Em uma batedeira, bata os ovos com a água até dobrar de volume. Sem parar de bater, junte o açúcar aos poucos, e bata até formar uma mistura clara e fofa. Desligue a batedeira e misture a farinha de castanha, a farinha de trigo e o fermento em pó, levemente. Despeje em uma assadeira retangular (31 cm x 42 cm) forrada com papel-manteiga, e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por aproximadamente 20 minutos. Retire do forno e desenforme ainda quente sobre um papel-manteiga polvilhado com açúcar.

INGREDIENTES RECHEIO

200g polpa de mangaba
50g de açúcar cristal
10 ml de suco puro de limão

MODO DE PREPARO

Coloque a polpa e o açúcar em uma panela. Junte o suco de limão e deixe em repouso por 2 horas.
Leve ao fogo alto por aproximadamente 15 minutos, mexendo. Retire sempre a espuma que vai se formando na superfície. Abaixe o fogo e cozinhe até o ponto de geleia, mexendo de vez em quando.

FAROFA CROCANTE DE AMENDOIM E CASTANHA

INGREDIENTES

60g amendoim grosseiramente triturado
60g de castanha grosseiramente triturada
10g manteiga

MODO DE PREPARO

Em fogo alto salteie a castanha e o amendoim na manteiga.

Montagem: Recheie o rocambole com a geleia de mangaba.
Para decorar utilize 30 gramas de chocolate derretido e suspiro com o bico de confeitar 1M e salpiquei a farofa de castanha e amendoim.

Embalagem: ir e vir com Design

A possibilidade de **ir e vir**, de se locomover física e geograficamente, está conectada ao **movimento**, **velocidade** e **tempo**.

A embalagem está relacionada a essa possibilidade, já que a sua principal função é transportar coisas e produtos que circulam pelo mundo no dia a dia. É também um meio de **comunicação**, transmite informações e representa o seu conteúdo através da forma, tipografia, imagens, cores e materiais com os quais é confeccionada.

> **em·ba·la·gem**
> Ato ou efeito de embalar ou de ganhar **velocidade.**

A embalagem alimentícia deve respeitar o tempo dedicado ao cultivo e preparo de cada alimento, armazenando, protegendo e conservando a qualidade, o sabor, a temperatura, com harmonia.

Segundo a Anvisa, “é o recipiente destinado a garantir a conservação, transporte e manuseio dos alimentos”. Mantém a qualidade do produto, atuando como barreira contra fatores responsáveis pela deterioração química e física do alimento, através do controle de fatores como umidade, oxigênio, luz e concentração de microrganismos.

> **a·li·men·to**
> É toda substância utilizada pelos seres vivos como fonte de matéria e energia para poderem realizar as suas atividades vitais, incluindo o crescimento, **movimento** e reprodução.

A história da embalagem é muito antiga. Na pré-história, serviam apenas como recipientes, para beber e estocar alimentos por períodos curtos, eram objetos simples, como cascas de coco ou conchas marítimas. Depois vieram as cestas de fibras naturais, bolas feitas de peles de animais, potes de barro, entre outros. O primeiro recipiente produzido em grande escala a partir de uma matéria prima foi o vidro (aprox. século I), quando também surgiram os artigos em ferro, cobre e estanho, que passaram a ser usados como embalagens na era moderna. As latas de estanho, utilizadas para enlatar alimentos, surgiram através da Marinha Inglesa (1830) e se difundiram durante a Segunda Guerra Mundial, quando a matéria prima teve de ser substituída por alumínio.

O plástico e as resinas, como polietileno, surgiram no pós-guerra, dando origem a invólucros de diferentes formatos e tamanhos, iniciando um novo momento para o comércio das mercadorias.

No Brasil pré-colonial, os povos indígenas usavam formas de barro, folhas ou cabaças para colocar alimentos. Mas as embalagens para uso comercial, vieram com os portugueses e a abertura dos portos. Até a metade do século XX, os produtos alimentícios eram vendidos a granel, pesados no balcão e embalados em sacos de papel, como café torrado ou moído, açúcar refinado e leite, em garrafa de vidro.

A Revolução Industrial ampliou a produção das embalagens em larga escala e permitiu que os alimentos e outros produtos chegassem com maior facilidade ao consumidor, com mais proteção e segurança no transporte e logística. O avanço na tecnologia incentivou a criação de embalagens mais elaboradas, envolvendo a escolha de materiais adequados, custo, resistência, durabilidade, reciclagem e estética.

Atualmente, o Brasil ocupa o quinto lugar no mundo na produção de embalagens, mercado que envolve diversas áreas desde a fabricação dos materiais, a distribuição para os produtores, o design e os processos de reciclagem. Ao mesmo tempo é o quarto maior produtor de lixo no mundo.

Este breve relato da história mostra que a evolução das embalagens está diretamente conectada ao desenvolvimento da sociedade e também ao processo do design, que transforma ideias em produtos e serviços. Sempre com foco no ser humano, seus sentimentos, suas emoções e suas necessidades, criando identidade e buscando tornar a vida mais agradável.

No mundo contemporâneo com tantos problemas complexos, é preciso que o designer esteja atento, informado e atualizado com as questões mais relevantes a serem solucionadas ou suavizadas no processo do planejamento e execução de um projeto. É preciso buscar soluções criativas associando a percepção, o conhecimento e a tecnologia, observar as últimas inovações e apresentar novas possibilidades.

Entre os principais problemas presentes no cenário urbano atual se destacam a crise climática, desigualdade social, insegurança alimentar, sistema de saúde e educação precários, excesso de velocidade das mudanças causadas pela tecnologia e falta de sustentabilidade.

sus·ten·ta·bi·li·da·de
A palavra sustentabilidade, originada do latim, significa o poder de manter, suportar e sustentar. Habilidade de atender exigências ambientais, econômicas e sociais do presente sem comprometer as gerações do futuro.

O maior desafio da humanidade é preservar o meio ambiente, valorizar a diversidade, a cultura, o bem-estar social e, investir no desenvolvimento tecnológico sem esgotar os recursos da natureza. Neste contexto, atua o **ecodesign**, design com materiais sustentáveis que visa promover a desaceleração do ciclo de vida de produtos e serviços, com o desenvolvimento de inovações tecnológicas e mercadológicas. Permite que os bens da economia circular terminem sua vida útil em condições de terem novas funções, diferente do princípio de comprar, usar e descartar.

Atualmente, a embalagem também é uma forma de **comunicação**, contém mensagens, tem o papel de representar e promover o produto que abriga. Junto com o aspecto visual e o material utilizado na sua confecção, existe uma relação interativa com o consumidor que envolve além de identificação; o registro de informações: quantidade, valores nutricionais, ingredientes, modo de preparo, rendimento, conservação, validade, produção, código de barras, entre outros. Os desenhos mais recentes apresentam o código QR Code (código para a leitura através de aparelhos celulares), possibilitando o acesso a outros conteúdos textuais e visuais, como receitas e origem dos alimentos. Também estão presentes informações em braille (código para a leitura através do tato), mostrando apenas o básico, devido a limitação para ampliar ou reduzir o tamanho de um texto. Estão surgindo também as embalagens inteligentes que possuem sensores e indicadores bioquímicos que detectam a presença de determinadas substâncias que são liberadas em estágios específicos da vida útil do alimento, mudando de cor após o período ideal de consumo. Entre estas inovações, muitas empresas estão investindo na logística de reserva de suas embalagens, criando pontos de coleta para que possam reutilizar o material ou viabilizar o descarte adequado.

Outra prática interessante é o uso de materiais biodegradáveis diretamente provenientes de vegetais, como a empresa brasileira “Já Fui Mandioca” que produz embalagens a partir de fécula da mandioca brava, matéria-prima escolhida por ser de fonte renovável, brasileira e ser tóxica para a alimentação.

EMBALAGENS "JÁ FUI MANDIOCA" / FOTO: https://jafuimandioca.com.br

A mandioca é uma matéria prima especial, amplamente disponível no Brasil, geralmente plantada por pequenos produtores (agricultura familiar), fortalecendo a economia e o trabalhador. Estes produtos com propriedades térmicas semelhantes ao Isopor, não são comestíveis, mas são 100% compostáveis e viram adubo em até 90 dias, após o uso. Na fabricação de um copo de 300 ml, os itens de mandioca consomem cerca de 100 vezes menos água comparado ao plástico e 480 vezes em relação ao papel, e se dissolvem em contato com a água da chuva. A empresa quer dar um novo significado às embalagens descartáveis, de respeito ao planeta, com uma economia de lixo zero, completar o ciclo "da terra para a terra".

O universo das embalagens está em **movimento**, investindo nas pesquisas. A esperança é que venham novos projetos possíveis de reduzir a perda de alimentos, estimular uma reflexão sobre a forma de consumo e repensar hábitos que contribuam para um futuro mais sustentável e humano.

Maria Helena Pereira da Silva
Assessora em Design Visual OPANES

Observadores OPANES

• ALAGOAS • Sandra Christina Vasconcelos Lyra da Silva
Analista da área de Gastronomia e Turismo, é pesquisadora, pós-graduada em Gestão da Segurança de Alimentos, graduada em Comunicação Social – habilitação Relações Públicas pela Universidade Federal de Alagoas. Gastrônoma pela Faculdade SENAC-PE, técnica em Nutrição e Dietética, instrutora de cursos profissionalizantes e de nível superior, nas áreas de chocolataria, cozinha quente, cozinha fria e confeitaria.

• BAHIA • Uelcimar Cerqueira dos Santos
Instrutor de cozinha, há 25 anos, no SENAC. Certificado pelo Culinary Institute of America (CIA), como chefe profissional de cozinha, tem especializações em Gestão da Segurança de Alimentos e Docência do Ensino Superior. Participou de festivais gastronômicos internacionais, divulgando a cultura e a culinária baiana.

• CEARÁ •
Pedro Abreu Silva
Professor do Segmento de Gastronomia do SENAC-CE, é *globetrotter*, pesquisador e professor. Tecnólogo em Gastronomia e mestrando em Tecnologia de Alimentos pelo Instituto Federal do Ceará (IFCE), licenciado em Letras e mestrando em Gastronomia pela Universidade Federal do Ceará (UFC).

Vanessa Santos
Consultora de Gastronomia do SENAC-CE, é especialista em Gestão de Negócios Gastronômicos, docente de curso superior de Gastronomia, pesquisadora de cadeia produtiva e educação no OCCA - Observatório Cearense da Cultura Alimentar, membro do Fórum Nacional da Educação em Gastronomia e integrante do Movimento DOC – Denominação de Origem Cearense.

• ESPÍRITO SANTO •
Kleber Lopes
Instrutor de Educação Profissional do Hotel SENAC Ilha do Boi, Vitória/ES, com Certificado ProChef I pelo Culinary Institute of America (CIA). Cozinheiro formado pelo SENAC-ES, é tecnólogo em Gastronomia, pós-graduado em Gestão de Alimentos e Alimentação Coletiva e avaliador convidado para a seletiva WordSkillS 2014.

Luciana Dalarmelina Santos
Instrutora de Educação Profissional em Segurança Alimentar no SENAC-ES, é nutricionista, especialista em Gestão da Segurança em Alimentos e consultora do Programa Alimentos Seguros (PAS).

• MARANHÃO • David Cardoso
Graduando em Gastronomia, tem cursos técnicos em áreas como cozinha brasileira, internacional e molecular. Leciona há mais de três anos em cursos de formação profissional.

• PARAÍBA •
Iago de Lellis Braz da Silva Araujo
Graduado em Gastronomia pela FPB, é docente no SENAC-PB. Técnico em Pan pela UFPB, tem MBA em Gestão de Restaurantes e é chef embaixador da Gastronomia Paraibana pelo Prêmio Dólmã.

Maria Tatyuska Santos Gondim
Bacharel em Hotelaria pela Universidade Federal da Paraíba, tem especialização em Gestão do Turismo e Hotelaria pela Ipemig – Instituto Pedagógico de Minas Gerais, é docente da Escola SENAC-PB de Gastronomia e Hotelaria, onde integra a Área Finalística – Programa Ecos de Sustentabilidade Socioambiental e o Plano Diretor do Turismo.

• PERNAMBUCO • João Lima
Graduado em Gastronomia, com pós-graduação em Cozinha Internacional, Certificado ProChef I pelo Culinary Institute of America (CIA), foi Masterchef Brasil. Leciona há mais de dez anos em cursos de formação profissional.

• PIAUÍ •
Marcilene Maria Machado Silva
Pedagoga, tecnóloga em Recursos Humanos, especialista em Tecnologias da Aprendizagem e Neuropsicopedagoga em formação. Coordenadora Pedagógica do Eixo Turismo, Hospitalidade e Lazer no SENAC-PI. Atua com formação de docentes, elaboração de projetos educacionais e representante do SENAC-PI no Plano Diretor de Gastronomia do Núcleo Nordeste.

Igor Rocha
Consultor e professor do segmento da Gastronomia do SENAC-PI, é formado em Gastronomia pela Uninovafapi, pós-graduado em Gastronomia pela Facid Wyden e chef executivo pela EGG-SP. Coordenador do Festival Maria Isabel, considerado o maior festival gastronômico do Piauí.

• RIO GRANDE DO NORTE •
Elizabeth Assunção
Instrutora de Gastronomia do SENAC-RN. Certificada ProChef pelo Culinary Institute of America (CIA), é pesquisadora, especialista em Docência para o Ensino Profissionalizante, graduada em Administração de Empresas e Gastronomia e cozinheira formada pelo SENAC.

• SERGIPE •
Marta Moreira de Aguiar
Instrutora de Formação Profissional do SENAC-SE. É tecnóloga superior em Gastronomia, pós-graduanda em Vigilância Sanitária e Qualidade de Alimentos e em Docência do Ensino Superior.

FOTO: SENAC PARAÍBA

Iago e Tatyuska
SENAC PARAÍBA

SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM COMERCIAL
NÚCLEO DE DESENVOLVIMENTO CORPORATIVO DO NORDESTE
DEPARTAMENTO NACIONAL

Diretor Geral • **Marcus Vinicius Machado Fernandes**

Diretora de Educação Profissional • **Anna Beatriz de Almeida Waehneldt**

COORDENAÇÃO DO NÚCLEO DE DESENVOLVIMENTO CORPORATIVO DO NORDESTE

Diretora DR Bahia • **Marina Vianna Alves de Almeida**

DEPARTAMENTOS REGIONAIS

Diretor DR Alagoas • **Antonio Gonzaga da Silva Filho**

Diretora DR Ceará • **Débora Sombra Costa Lima**

Diretor DR Maranhão • **José Ahirton Batista Lopes**

Diretor DR Paraíba • **Geraldo Bezerra Veras**

Diretor DR Pernambuco • **Regivan José Dantas**

Diretora DR Piauí • **Elaine Rodrigues Rocha Dias**

Diretor DR Rio Grande do Norte • **Raniery Pimenta**

Diretor DR Sergipe • **Marcos Antonio Moura Sales**

COORDENAÇÃO DO PLANO DIRETOR DA GASTRONOMIA

Gerente de Desenvolvimento Pedagógico do DR Bahia •
Crystiane Carvalho de Matos Fernandez

Superintendente de Educação Profissional do DR Bahia •
Ana Rita Marques de Andrade

OBSERVATÓRIO DO PATRIMÔNIO GASTRONÔMICO DO NORDESTE E ESPÍRITO SANTO

Coordenação • Assessora de Inovação e Intercâmbio do DR Bahia
Monique Badaró Campos

Tutoria • **Raul Lody**

Assessoria Editorial • **Olenka Machado.**

Assessoria em Design • **Maria Helena Pereira da Silva / Azeviche Design**

EDITORA SENAC CE

Gerente de Produção Editorial • **Denise de Castro**

Este e-book é o segundo volume da coleção “Cadernos OPANES”, publicado em maio de 2023.

Plataforma OPANES: www.observatoriogastronomico.senac.br

YouTube: bit.ly/canal-opanes

Facebook: Opanes - Observatório do Patrimônio Gastronômico do NE e do ES

Instagram: @opanes.senac

ALAGOAS
BAHIA
CEARÁ
ESPÍRITO SANTO
MARANHÃO
PARAÍBA
PERNAMBUCO
PIAUÍ
RIO GRANDE DO NORTE
SERGIPE

Senac
Fecomércio
Sesc

OPANES
OBSERVATÓRIO
DO PATRIMÔNIO
GASTRONÔMICO
DO NORDESTE
SENAC

"Esta publicação é produto do trabalho de pesquisa realizado pelo **OPANES** - Observatório do Patrimônio Gastronômico do Nordeste e Espírito Santo. Iniciativa conjunta dos Departamentos Regionais no âmbito do Núcleo de Desenvolvimento Corporativo do Nordeste e Espírito Santo, com o apoio do Departamento Nacional do **SENAC**.

O segundo volume da **coleção Cadernos OPANES**, apresenta textos de autoria de parceiros e docentes **SENAC**, com as mais diversas formações, experiências profissionais, expertises, vivências e compreensão do mundo da gastronomia, que nos brindam com suas observações acerca do maior patrimônio alimentar do mundo tropical. Reflete não apenas os resultados da tutoria de Raul Lody, antropólogo e um dos mais importantes especialistas em etnoalimentação, mas também, o florescer de um novo pensamento comprometido com o valor cultural do nosso fazer culinário."

Marina Almeida
Diretora Regional do SENAC Bahia

ISBN: 978-65-990424-7-8
9 786599 042478