



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO MULTIDISCIPLINAR DE MACAÉ
INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

MARIANNA FERREIRA ROCHA

CADERNOS DE RECEITAS E PUBLICAÇÕES CULINÁRIAS: UM DIÁLOGO ENTRE
O PASSADO E O PRESENTE DA COZINHA REGIONAL

MACAÉ
2023



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO MULTIDISCIPLINAR DE MACAÉ
INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

MARIANNA FERREIRA ROCHA

CADERNOS DE RECEITAS E PUBLICAÇÕES CULINÁRIAS: UM DIÁLOGO ENTRE
O PASSADO E O PRESENTE DA COZINHA REGIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Nutrição do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar da Universidade Federal do Rio de Janeiro de Macaé, como requisito à obtenção do grau de Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Laís Buriti de Barros
Coorientador: Prof. Dr. Alexandre Fernandes Corrêa

MACAÉ
2023

CIP - Catalogação na Publicação

R672

Rocha, Marianna Ferreira

Cadernos de receitas e publicações culinárias: um diálogo entre o passado e o presente da cozinha regional / Marianna Ferreira Rocha - Macaé, 2023.
40 f.

Orientador(a): Laís Buriti de Barros.

Coorientador(a): Alexandre Fernandes Corrêa.

Trabalho de conclusão de curso (graduação) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Alimentação e Nutrição, Bacharel em Nutrição, 2023.


1. Culinária. 2. Utensílios de cozinha. 3. Ingredientes de alimentos. 4. Nutrição.
I. Barros, Laís Buriti de, orient. II. Corrêa, Alexandre Fernandes, coorient. III. Título.

CDD 613

CADERNOS DE RECEITAS E PUBLICAÇÕES CULINÁRIAS: UM DIÁLOGO ENTRE O PASSADO E O PRESENTE DA COZINHA REGIONAL. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Nutrição do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar da Universidade Federal do Rio de Janeiro, como requisito à obtenção do grau de Bacharel em Nutrição.


Aprovado em: 04/07/2023

BANCA AVALIADORA

Documento assinado digitalmente
 LAÍS BURITI DE BARROS
Data: 29/08/2023 16:40:07-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

LAÍS BURITI DE BARROS

[http://lattes.cnpq.br/
2492161984060402](http://lattes.cnpq.br/2492161984060402)

Documento assinado digitalmente
 ALEXANDRE FERNANDES CORREA
Data: 29/08/2023 16:35:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>


ALEXANDRE FERNANDES CORRÊA

[http://lattes.cnpq.br/
2963281229506007](http://lattes.cnpq.br/2963281229506007)



ANA ELIZA PORT LOURENÇO

[http://lattes.cnpq.br/
9282845357393710](http://lattes.cnpq.br/9282845357393710)

Documento assinado digitalmente
 MÁRCIA REGINA VIANA
Data: 21/09/2023 22:02:07-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

MÁRCIA REGINA VIANA

[http://lattes.cnpq.br/
1568601850194152](http://lattes.cnpq.br/1568601850194152)

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Deus por todas as oportunidades que coloca em meu caminho e por sempre ser meu guia. À minha família por ser minha base e sempre me apoiar. Ao meu namorado e meus amigos por tornarem essa trajetória mais leve e divertida. Aos professores orientadores Laís e Alexandre, por todo aprendizado, paciência, incentivo e pela oportunidade de integrar o Projeto de Pesquisa Culinária Macaense – receitas, serviços gastronômicos e identidade regional, PIBIC / UFRJ.

RESUMO

O trabalho em questão retrata a importância das publicações culinárias como fontes históricas para estudos, além de mostrar seu papel na formação da cultura e dos hábitos de uma comunidade. Ademais, o estudo procurou, através da pesquisa dos cadernos de receitas de família e das publicações culinárias, recuperar aspectos técnicos e históricos da culinária regional, traçando um diálogo entre o presente e o passado, visto o risco da perda da identidade da cozinha local em razão das transformações tecnológicas ocorridas no cenário da culinária brasileira e considerando a cozinha moderna. Nesse sentido, o trabalho baseou-se na metodologia de Cordeiro e colaboradores (2020), a qual constitui-se em três etapas, sendo elas a análise técnica, análise geral e análise do conteúdo culinário sob a perspectiva da Nutrição. Sob essa ótica, durante a primeira etapa, denominada análise técnica, foram avaliados os elementos visuais e textuais, o conteúdo geral e a apresentação das receitas culinárias. Na etapa da análise geral, foram identificados o público-alvo e a proposta das obras. Na etapa final, a observação foi feita baseada no estudo dos ingredientes e no detalhamento das técnicas de preparo e dos utensílios utilizados. O estudo analisou também a presença dos ingredientes os quais mais se destacaram nas receitas, além do grau de detalhamento das técnicas de preparo, os instrumentos e utensílios culinários utilizados, e a presença ou não de produtos industrializados. Dessa forma, no processo de pesquisa foram encontradas e discutidas algumas questões referentes à mudança da forma de escrita, utilização dos eletrodomésticos para elaboração das receitas, introdução dos alimentos industrializados, tais como o leite condensado, uso dos ingredientes regionais, além da transversalidade desses alimentos.

Palavras-chave: culinária; utensílios culinários; ingredientes; cadernos de receita; publicações culinárias.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1 A CULINÁRIA E SUA IMPORTÂNCIA	9
2.1.1 A culinária e sua influência nos hábitos alimentares	10
2.2 CULINÁRIA REGIONAL	10
2.3 A ALIMENTAÇÃO ALÉM DO ATO DE COMER	11
2.4 CADERNOS DE RECEITA COMO DOCUMENTO HISTÓRICO	12
3 JUSTIFICATIVA	16
4 OBJETIVOS	17
4.1 OBJETIVO GERAL	17
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	17
5 MATERIAIS E MÉTODOS	18
6 RESULTADOS E DISCUSSÃO	21
6.1 DO MODO DE PREPARO E DA ESCRITA	21
6.2 DOS INGREDIENTES	22
6.3 DAS MEDIDAS	27
6.4 DOS UTENSÍLIOS E EQUIPAMENTOS	27
6.5 DAS TÉCNICAS DE PREPARO	28
7 CONCLUSÃO	32
REFERÊNCIAS	34
ANEXOS	38

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo, desenvolvido no âmbito do Grupo de Pesquisa NESPERA - Núcleo de Estudos Plurais em Educação, Alimentação e Humanidades, buscou por meio do levantamento e da análise de receitas de publicações culinárias, comparar as mudanças ocorridas no cozinhar com o passar dos anos em razão do avanço da tecnologia e da inserção da mulher no mercado de trabalho, além da busca por maior praticidade. As mudanças ocorridas no mundo do trabalho, tais como a industrialização, a ampliação do comércio, a feminização da sociedade, além das novas relações entre indivíduo e coletividade, são questões trazidas pela contemporaneidade que influenciaram e determinaram as novas relações com a alimentação (FONSECA et al, 2009). Nesse sentido, Melo e colaboradores (2021) alegam que a alimentação, comensalidade e cultura são influenciados pela globalização. Dessa forma, ocorreram grandes mudanças nos hábitos e nas práticas alimentares que colaboraram com a perda da qualidade da alimentação, com a diminuição de refeições socializadas entre familiares, além da fragmentação de culturas alimentares. Com a pressa do dia a dia e com a falta de interação, o ato de comer com prazer acaba sendo afetado (MELO et al, 2021).

Para mais, o trabalho fomenta a culinária regional, abordando também a temática dos ingredientes típicos dos biomas brasileiros referentes às regiões estudadas. Além disso, o estudo retrata o surgimento e a importância da culinária: arte de cozinhar e em como a mesma influencia nos hábitos, nas tradições e nos costumes de uma determinada população, além de mostrar como o ato de comer é muito mais do que apenas a ingestão dos nutrientes essenciais para a vida humana, estando também ligado à questões emocionais, memórias afetivas, questões sociais, celebrações, além de heranças culturais.

Outrossim, o presente trabalho salienta a importância dos cadernos de receitas de família, uma vez que os mesmos são acervos históricos e servem como objeto de estudo para entender quais eram os costumes, hábitos e práticas de um povo. Além disso, faz o levantamento de outras publicações culinárias de diferentes épocas e estados, e as analisa, juntamente com os cadernos de receita de família, utilizando uma metodologia de análise adaptada por Cordeiro e colaboradores

(2020), abordando elementos visuais, textuais e o conteúdo das receitas doces, a qual buscou identificar e compreender as causas das mudanças ocorridas na cozinha regional, sob o impacto da globalização (CORREA; BARROS, 2022).

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A CULINÁRIA E SUA IMPORTÂNCIA

O termo **culinária** tem origem do latim *culinarius*, derivado da palavra *culina*, a qual significa arte de cozinha. Entende-se por culinária qualquer tipo de transformação ou processamento do alimento, ou a modificação da ingestão de alimentos crus para cozidos, tendo, nesse caso, o uso do fogo, dominado pelo homem por volta de 500 mil anos a.C., como marco inaugural. Nesse viés, o processamento do alimento pelo fogo acarretou grandes mudanças na alimentação humana. Onde houve aumento da disponibilidade energética e facilitação da mastigação de carnes, de sementes e de vegetais ricos em fibras. Ademais, aumentou o tempo de conservação dos alimentos, diminuiu a toxicidade de certos alimentos, e promoveu uma maior proteção contra infecções (DIEZ-GARCÍA; CASTRO, 2010).

É sabido que a culinária está constantemente transformando-se, desenvolvendo-se e recebendo diversas influências, dessa forma, ela reflete as práticas sociais e culturais dos indivíduos. De acordo com Santos (2011), a cozinha é um microcosmo da sociedade e uma fonte inesgotável de saberes históricos (SANTOS, 2011). Nobre (2018) em seus estudos afirma que todos os grupos humanos, de acordo com sua cultura, desenvolveram maneiras de cozinhar, de transformar seu alimento e formar uma culinária singular (NOBRE, 2018). O cozinhar modifica o homem e, assim, a cozinha é capaz de traduzir inconscientemente a estrutura da sua sociedade. Outrossim, a culinária torna-se importante para a organização social, uma vez que a partir da mesma, com o preparo da comida, foram atribuídas responsabilidades, compartilhamentos e laços sociais. Sob essa ótica, vê-se a culinária como uma fonte de estudo para descoberta de formação, costumes, culturas, hábitos e saberes de um determinado grupo (DIEZ-GARCÍA; CASTRO, 2010).

A partir disso, a culinária passa a ter um conjunto de regras associadas à alimentação, como técnicas de preparo, combinações alimentares, alimentos mais utilizados, temperos principais e secundários, os quais irão proporcionar os sabores mais marcantes, formas de apresentação e de servir, estrutura dos cardápios cotidiano e festivo, utensílios e materiais utilizados. Nessa perspectiva, tais

características possibilitam a identificação da culinária de uma determinada região, além de particularidades reconhecidas e familiares as quais provocam uma sensação de pertencimento ou alteridade de uma cultura (GARCIA, 1999 *apud* DIEZ-GARCÍA; CASTRO, 2010). Pouco a pouco, o alimentar, o alimento e principalmente a cozinha, tornam-se elementos fundamentais para análise da estrutura da sociedade (NOBRE, 2018).

2.1.1 A culinária e sua influência nos hábitos alimentares

O Guia Alimentar para População Brasileira tem como princípio a maior inclusão de alimentos *in natura* e minimamente processados na dieta dos brasileiros, além da diminuição do consumo de produtos processados e ultraprocessados, prezando por uma alimentação mais balanceada e saudável (BRASIL, 2014). Nesse sentido, a situação alimentar e nutricional de adultos brasileiros, bem como a vulnerabilidade socioeconômica, evidenciam a necessidade de intervenções, uma vez que as atividades culinárias são menos frequentes e as escolhas alimentares são baseadas em preparações rápidas e palatáveis, tais como os alimentos processados e ultraprocessados (OLIVEIRA M.; OLIVEIRA A., 2021). Sob essa ótica, vê-se a culinária como fator importante no âmbito do incentivo às práticas da alimentação saudável, posto que aqueles os quais estão envolvidos em as ações de oficinas culinárias oportunizam reflexões sobre comportamentos os quais englobam o hábito alimentar, contribuindo para melhores escolhas alimentares que beneficiem a saúde (PINELI et al, 2015 *apud* OLIVEIRA M.; OLIVEIRA A., 2021).

2.2 CULINÁRIA REGIONAL

O Brasil, em razão da sua história, tendo recebido diversos povos durante sua formação, além dos nativos da terra, contou principalmente com os colonizadores portugueses e os escravos africanos, tornando-se um país miscigenado. Ao receber essas diversas influências, resultou numa variedade de pratos típicos os quais possuem características próprias de cada região (CASCUDO, 2004).

Sob essa ótica, o Brasil desenvolveu-se como um país de imigrantes de todos os continentes, além das milhares de pessoas as quais foram deportadas da África

durante a época da escravidão. Dessa forma, todos esses indivíduos que chegaram ao país, trouxeram consigo suas tradições culinárias, complementando, assim, a culinária dos nativos indígenas. Em virtude disso, o Brasil e suas extensas fronteiras, possui diversas regiões com características distintas, sendo assim, é possível falar em cozinhas regionais (WÄTZOLD, 2012).

Destarte, nota-se que todos os povos que no Brasil chegaram durante sua formação, contribuíram também para seu desenvolvimento culinário. Nesse sentido, os africanos enriqueceram o sabor dos pratos com alimentos como a pimenta malagueta e o azeite de dendê. Outrossim, as escravas na cozinha preparavam pratos comuns aos portugueses, mas incluíam as técnicas adquiridas ainda na África, além dos conhecimentos ensinados com a culinária indígena, dessa maneira, esses conhecimentos e práticas culinárias, com o passar do tempo, foram se tornando parte da cozinha brasileira (MASCARIN, 2015).

Nesse contexto, Cascudo (2004) definiu que “o brasileiro nasceu ao mesmo tempo em que nascia a sua cozinha no século XVI” (CASCUDO, 2004, p.972). É sabido que para a criação de tradições, práticas e hábitos há uma demanda de tempo e acontecimentos para que os mesmos sejam definidos, nessa perspectiva, Flandrin e Montanari (1998) afirmaram que:

É porque as tradições [...] não aparecem já completamente formadas na origem, mas são criadas, modeladas, definidas, progressivamente pela passagem do tempo e os contatos entre culturas que, segundo os momentos, se cruzam ou se enfrentam, se sobrepõem ou se misturam [...] Cada "tradição" é filha da história e a história nunca é imóvel. (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p.868)

Sendo assim, a culinária brasileira surgiu de maneira gradual, onde com os costumes, os hábitos, a cultura e toda história dos imigrantes e dos nativos que já habitavam o Brasil se fundiram e formaram uma diversificada e singular culinária regional brasileira (WÄTZOLD, 2012).

2.3 A ALIMENTAÇÃO ALÉM DO ATO DE COMER

Sabe-se que a alimentação vai muito além do ato de ingerir nutrientes, atrelada a ela estão questões de saúde, emocionais, políticas, culturais e sociais. O comportamento alimentar é algo complexo, uma vez que comer é um ato social que transcende as necessidades básicas de alimentação as quais são indispensáveis ao desenvolvimento dos valores vitais, comum a todo ser humano, estando também

associado às relações sociais, às escolhas inseridas em cada indivíduo através de gerações e às sensações proporcionadas pelos sentidos (KITZINGEN, 2011 *apud* VAZ; BENNEMANN, 2014).

A partir da alimentação humana é possível desenvolver diversas práticas, além de identificar gostos, ideias, culturas, rituais, escolhas e experiências. Nesse viés, de acordo com Amon e Menasche (2008), “a comida é uma voz que comunica, assim como a fala, ela pode contar histórias” (AMON; MENASCHE, 2008, p.13). Ademais, a comida está relacionada à memória, podendo trazer a sensação de segurança, aconchego, remetendo à infância, marcando o comer com lembranças pessoais (MACIEL, 2001). Sob essa ótica, Da Matta (1986) estabelece uma diferença entre comida e alimento, onde “comida não é apenas uma substância alimentar mas é também um modo, um estilo e um jeito de alimentar-se. E o jeito de comer define não só aquilo que é ingerido, como também aquele que o ingere”. Dessa forma, a comida e as práticas da alimentação podem se constituir como narrativa da memória social de uma comunidade ou de um indivíduo (DA MATTA, 1986, p.37).

Nesse contexto, Maciel (2001) afirma que o homem se alimenta conforme a sociedade a qual pertence, ainda mais precisamente ao grupo o qual está inserido, estabelecendo diferenças e marcando fronteiras precisas (MACIEL, 2001). Outrossim, além de ser indispensável para a nutrição do corpo, a alimentação também se faz importante no contexto social, uma vez que possui uma grande carga simbólica, onde qualquer comida simboliza a história, a cultura e a identidade de um determinado grupo (ABDUL AHAD; INNOCENTE; ANDRADE, 2018).

2.4 CADERNOS DE RECEITA COMO DOCUMENTO HISTÓRICO

Os livros de receita surgiram de uma necessidade de registrar as receitas produzidas, experimentadas e criadas a partir das experiências na cozinha. Começaram como um caderno de anotações onde se registrava as experiências de um cozinheiro, suas ideias e receitas criadas, experimentações, novos sabores, entre outros. Esses cadernos pertenciam ao cozinheiro e seu uso era restrito ao ambiente da cozinha e posteriormente passaram a ser chamados de livros de cozinha (BARROS, 2016).

Os cadernos de receitas tornaram-se importantes peças de estudo do acervo familiar e cultural, visto que possuem grande representatividade memorialística e função primordial na transmissão de saberes entre gerações no mundo globalizado. Parte importante dos conhecimentos tradicionais a respeito da gastronomia como expressão cultural está registrada em cadernos de receitas familiares, onde as memórias escritas registram conhecimentos tradicionais os quais são passados através das gerações, codificando práticas e técnicas (BEBER; GASTAL, 2018). Nesse sentido, Bruit (2003) alega que:

[...] os cadernos de receitas são os documentos mais importantes para se elaborar uma história da alimentação: indicam os produtos de consumo para seu preparo; indicam os tempos e combinações e, em muitos casos, os objetos que devem ser usados. Por outro lado, cobrem um longo tempo e entre duas receitas produzidas em épocas diferentes, é possível observar as permanências e as mudanças no uso de produtos, preparos e instrumentos. (BRUIT, 2003, p. 2)

Como dito anteriormente, um alimento é capaz de evocar a memória e despertar lembranças de um momento vivido. Segundo Le Goff (1996), "a memória é um elemento essencial do que se costuma chamar identidade, individual ou coletiva, cuja busca é uma das atividades fundamentais dos indivíduos e das sociedades de hoje" (LE GOFF, 1996, p.476). Além disso, é importante que seja preservado este saber fazer, a manutenção e transmissão continuada do conhecimento adquirido, uma vez que esses registros fortalecem a identidade, a cultura e as práticas do patrimônio cultural tanto material quanto imaterial. Essa capacidade de conservar e remeter tradições alimentares pode ser relatada por meio da história oral ou pelos documentos históricos escritos, como os cadernos de receitas, os quais costumavam ser passados de geração em geração (ABDUL AHAD; INNOCENTE; ANDRADE, 2018).

Demeterco (1998) alega que "o acervo transmitido através de gerações revela dados sobre a prática e hábitos alimentares de determinado grupo e da forma como se efetivam as relações sociais" (DEMETERCO, 1998 *apud* NOBRE, 2018, p.16). Ademais, Le Goff (1996) afirma que "a memória onde cresce a história, que por sua vez a alimenta, procura salvar o passado para servir ao presente e ao futuro" (LE GOFF, 1996, p.477). Sob essa ótica, não havendo registros desses conhecimentos, os mesmos podem perder-se e as gerações futuras serão prejudicadas, onde não terão oportunidade de conhecer os costumes, hábitos e condições de seus antepassados (BEBER; GASTAL, 2018).

A comida, sendo o alimento transformado pela cultura e as práticas referentes ao ato alimentar se realizam com base nas relações de sociabilidade, a mesma evidencia crenças, normas, valores, formas de interação social que dão significado à ação social, de processos de interações e aprendizados múltiplos (MENASCHE, 2005; MILLÁN, 2002 *apud* BEBER; GASTAL, 2018). Com isso, entende-se que os Cadernos de Receita podem trazer a diversidade não só sobre as maneiras de alimentação de diferentes sociedades, como também as identidades neles projetadas (BEBER; GASTAL, 2018).

Considerando a vasta história e importância dos cadernos de receitas, é possível utilizar-se dos mesmos como objetos de pesquisas para observações, buscando descobrir toda uma cultura, hábitos e práticas de um povo, servindo como veículos disseminadores de gostos alimentares, bem como difusores de usos e costumes de uma determinada época/sociedade. Sob essa perspectiva, Beber e Gastal (2018) ressaltam em seus estudos, que nos cadernos de receitas estão narrativas de modos de vida específicos a determinadas situações e lugares, seus hábitos e suas festividades e práticas herdadas, as quais estão registradas e transmitidas como memórias (BEBER; GASTAL, 2018).

A partir dos cadernos de receitas e do mapeamento das receitas neles contidos, é possível identificar quais eram os alimentos e utensílios mais utilizados, as combinações consideradas culturalmente legítimas e suas diferentes formas de preparação, os tipos, a estrutura e o contexto social das refeições, servindo como transmissor da cozinha tradicional (REVEL 1984 *apud* BARBOSA; GOMES, 2004).

Segundo Teixeira (2016), as receitas incluem a rotina da preparação dos alimentos, as quais estão inseridas a seleção de ingredientes, o modo de preparo e o produto final a ser degustado (TEIXEIRA, 2016). Assim, a partir da análise de receitas, é possível observar ali toda uma história, uma cultura, uma classe social (BEBER; GASTAL, 2018).

Nesse sentido, tratando-se da importância dos cadernos de receitas como objeto de pesquisa, Cordeiro e colaboradores (2020) criaram um estudo, através da análise de diferentes obras culinárias publicadas no Brasil, englobando o período de 1840 a 2019, o qual buscou compreender a razão da sociedade brasileira contemporânea perder, gradativamente, o hábito de cozinhar suas refeições e sua relação com o padrão alimentar contemporâneo. Outrossim, para a realização da pesquisa, os mesmos desenvolveram uma metodologia para o estudo das obras

selecionadas, a qual consiste em três etapas, sendo elas a análise técnica, análise geral e análise do conteúdo culinário sob a perspectiva da Nutrição (CORDEIRO et al, 2020).

A partir da evolução da tecnologia, surgiram outras formas de publicações culinárias, como sites, blogs, revistas, programas de televisão e redes sociais, os quais tornaram-se os principais veículos de transmissão de informações (CORDEIRO et al, 2020). Ademais, em razão do avanço da globalização e das novas ondas tecnológicas transformadoras, as quais acarretaram diferentes miscigenações, fusões, amálgamas, nota-se um risco de esquecimento e de perda dos acervos culinários brasileiros (CORREA; BARROS, 2022).

Nesse sentido, vê-se que os saberes culinários e as práticas alimentares encontram-se em risco de apagamento, acarretando a perda das identidades culinárias. Dória (2009) afirma que a influência do padrão causado pelo consumo e pelos usos turísticos, acabou encobrindo e apagando os traços e modos de fazer e saber culinários locais (DORIA, 2009 *apud* CORREA; BARROS, 2022). Destarte, têm-se os cadernos de receitas de família como forma de recuperar e preservar a memória e as práticas culinárias. Sob essa perspectiva, Rocco e Pimenta (2019) afirmam que “manter o legado documental é manter também a possibilidade de (re)construir, (re)produzir, (re)viver e (re)acessar as informações e memórias contidas em tal legado, a chamada herança cultural” (ROCCO; PIMENTA, 2019, p.8).

3 JUSTIFICATIVA

Visto a importância dos cadernos de receitas e das publicações culinárias como fontes históricas para estudos e seu papel na formação da cultura e dos hábitos de uma comunidade, o trabalho em questão confirma sua relevância ao buscar analisar, avaliar e fortalecer o uso de cadernos de receitas de família e de publicações culinárias, considerando o abandono e esquecimento de tais materiais em vista do avanço da tecnologia.

Ademais, o estudo pretende recuperar, através do diálogo entre o passado e o presente, a memória, receitas, identidade e práticas da culinária regional, além de observar as mudanças ocorridas no cenário da alimentação e da culinária no Brasil no decorrer do tempo, uma vez que os mesmos existem como uma representação da cultura, os quais possuem informações valiosas a respeito dos seus hábitos alimentares.

Outrossim, considerando a perda da memória e da identidade culinária, em razão do apagamento e do esquecimento dos acervos culinários, visto o avanço das ondas tecnológicas transformadoras, tais como evolução dos equipamentos eletrodomésticos e das mídias sociais em veículos como sites, revistas e *Youtube*, os quais também impactaram mudanças nos hábitos alimentares, vê-se os cadernos de receitas de família como forma de recuperação dos saberes, das práticas e da identidade culinária regional.

Em função do exposto, foi disponibilizado para o presente estudo cadernos de receitas de uma família, além de publicações culinárias, os quais deram condições para empregar a metodologia proposta e fomentar estudos na área de Alimentação e Nutrição.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Descrever cadernos de receitas e publicações culinárias como forma de recuperação histórica da culinária regional de municípios do interior da região sudeste do Brasil.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Avaliar publicações culinárias;
- Descrever os elementos visuais e textuais das publicações culinárias;
- Descrever a apresentação das receitas culinárias;
- Analisar os ingredientes e o conteúdo das receitas.

5 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo faz parte de um projeto de pesquisa elaborado no âmbito do Grupo de Pesquisa NESPERA - Núcleo de Estudos Plurais em Educação, Alimentação e Humanidades, cujo histórico de atuação e linha de pesquisa, *Comida, Cultura e Identidades*, se adequam a esta proposta.

O NESPERA desenvolve estudos na interface dos campos Alimentação, Nutrição e Humanidades que já se mostraram importantes na formação discente, por utilizar metodologias qualitativa, quantitativa ou pela integração destas como modo de interpretação de seus objetos de estudo, destacando-se trabalhos em Segurança Alimentar e Nutricional, Educação Alimentar e Nutricional, entre outros.

Trata-se de um estudo descritivo qualitativo, o qual buscou compreender e descrever a evolução do comportamento culinário de publicações de municípios do interior do sudeste do Brasil. Esse procedimento colabora para o estudo das modificações do cozinhar ao longo tempo, como proposto no objetivo desta pesquisa.

Para tal, foram utilizados como material empírico três publicações disponibilizadas pelo Projeto de Pesquisa Culinária Macaense – receitas, serviços gastronômicos e identidade regional, PIBIC / UFRJ contendo receitas de diferentes épocas e regionalidades, datando do final do século XIX até a segunda metade do século XX, como fonte de pesquisa para se compreender as mudanças do comer e do cozinhar de receitas doces ocorridas com o passar dos anos.

As publicações analisadas tratam-se do Cadernos da Vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família (ABDUL AHAD; INNOCENTE; ANDRADE, 2018), a qual foi citada no estudo como “publicação 1”, do Delícias da Vovó Belinha (AVÓGLIO, 1979), equivalente a “publicação 2”, e do Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira (Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira, s.d.), referida como “publicação 3”.

O Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira foi organizado originalmente por Anna Barboza Moreira, durante o final do século XIX e início do século XX, na cidade de Conceição de Macabu, RJ, e compartilhado pelos seus bisnetos Regina Céli Moreira Nunes e Geraldo César Sant’Anna Moreira. Foram

compartilhadas 29 fotografias dos cadernos de receitas da família Moreira, ou seja, trata-se de um acervo raro com a originalidade da escrita e do visual, mas que foi se deteriorando com o passar do tempo.

O Cadernos da Vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família, trata-se de um livro de 50 páginas, de autoria de Ana Maria Abdul Ahad, Kênia C. M. L. Innocente e Leila Maria S. O. P. Andrade, publicado pela editora Novas Edições Acadêmicas no ano de 2018. O livro buscou resgatar a memória e a cultura regional através de receitas típicas da culinária tradicional mineira, as quais foram passadas de geração em geração na cidade de Passos, MG. Ademais, o livro retrata a origem da cozinha local e as influências recebidas nos hábitos alimentares pelos grupos étnicos, além dos hábitos alimentares os quais foram entrando em desuso com o passar do tempo (ABDUL AHAD; INNOCENTE; ANDRADE, 2018).

A terceira publicação trata-se do livro de receitas Delícias da Vovó Belinha, o qual conta com 100 páginas e foi escrito por Isabel Ferreira Avóglgio, no ano de 1979, na cidade de Pirassununga, SP, e publicado pela Editora Pirassununga LTDA, Gráfica “O Movimento”, sendo o 4º volume da autora (AVÓGLIO, 1979).

A partir da publicação Cadernos da Vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família, foram avaliadas 15 receitas doces, do Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira, 90 receitas doces, e do livro Delícias da Vovó Belinha, foram analisadas 89 receitas doces, totalizando-se, assim, 194 receitas doces.

Para a análise das publicações com as receitas, o estudo contou com uma metodologia de pesquisa inicial, a qual foi adotada e adaptada por Cordeiro e colaboradores (2020), onde o estudo das obras selecionadas para a pesquisa foi dividido em três etapas, sendo elas a análise técnica, análise geral e análise do conteúdo culinário sob a perspectiva da Nutrição, utilizando as informações do Guia Alimentar para a População Brasileira como base.

Na análise técnica, foram avaliados: a) os elementos visuais e textuais; b) a apresentação das receitas culinárias; c) o conteúdo geral. Para análise dos elementos visuais foram observados a presença de ilustrações, fotografias, tabelas e quadros. Para a análise da apresentação das receitas culinárias foram observadas a disposição e a formatação das receitas nos cadernos culinários, como a presença de uma ou mais receitas por página e o formato da escrita – em texto, tópicos ou

parágrafos – foram também características relevantes para a análise. Na análise do conteúdo geral, foram identificados o público-alvo e a proposta dos cadernos de receitas. Além disso, sob a perspectiva da Alimentação e Nutrição, o cozinhar foi investigado a partir do estudo dos ingredientes, no detalhamento das técnicas de preparo e dos utensílios e eletrodomésticos utilizados, assim como, dicas de saúde, dicas para receber pessoas em casa e dicas de cuidado com a casa ou com a cozinha (CORDEIRO et al, 2020).

Para a análise técnica, foram elaborados quadros (quadro 1 e quadro 2) baseados na metodologia de Cordeiro e seus colaboradores (2020) através da plataforma digital gratuita *Google docs* (META PLATFORMS, 2023). Para a tabulação e contabilização dos ingrediente foi utilizada a plataforma digital gratuita *Google planilhas* (META PLATFORMS, 2023), onde foram elaboradas três planilhas, cada uma referente à uma das publicações, contendo tópicos como nome da receita, ingredientes, quantidades, descrição da quantidade, para identificar se estavam em medida caseira ou gramatura, utensílios, equipamentos, técnicas, modo de preparo, a fim de especificar se o mesmo era detalhado ou não na preparação e formato de texto, para que pudesse ser identificado se as receitas estavam descritas em tópicos e/ou texto corrido.

6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

6.1 DO MODO DE PREPARO E DA ESCRITA

Com a análise das receitas, foi possível perceber as mudanças as quais foram ocorrendo com o passar dos anos, “todos os elementos comunicativos que compõem o livro estão sujeitos e participam ativamente do processo sócio-histórico” (VEADO; LAGE, 2013). Nesse sentido, notou-se a mudança a qual ocorreu com o modo de preparo, onde as receitas mais antigas trazem pouco detalhamento em relação a mesma ou até mesmo não trazem nenhuma especificação do modo de preparo, tendo somente os ingredientes na receita. Sob essa ótica, Cordeiro e colaboradores (2020), afirmam que antes não havia a preocupação em ensinar seu público-alvo a cozinhar, uma vez que supõe-se que já se teriam essa prática. Já nas receitas mais atuais, referentes à publicação 3, o modo de preparo é mais detalhado, nesse sentido, acredita-se que isso se deu pelo fato das pessoas cozinham cada vez menos e terem menos habilidades culinárias do que seus antepassados, os quais tinham o cozinhar como algo mais intuitivo e costumeiro (CORDEIRO et al, 2020).

Na publicação 1, notou-se que era utilizada a voz passiva sintética, tais como “bate-se”, “põe-se”, “mistura-se”. Nesse sentido, Oliveira (2010) afirma que tal grafia inibe a ideia de comando ou ordem e deixa em aberto o sujeito da ação. Já nas receitas retiradas das publicações 2 e 3, observou-se a conjugação no tempo infinitivo, como “moer”, “adicionar”, “ralar”, o qual passa a ideia de uma ordem abrandada, remetendo a orientações de uma mãe ou uma avó (OLIVEIRA, 2010).

Foi notória a mudança da escrita de algumas palavras, tais como “açúcar”, onde na publicação 1 encontrou-se “assucar”, além de palavras como “xícara”, a qual apresentou-se no caderno como “chicara”, “gema” como “gemma”, “ francês” e “inglês” como “francez” e “inglez”, “bolo” em alguns momentos viu-se como “bollo”. Já nas receitas dos outros livros tais palavras encontram-se escritas de acordo com as normas atuais da língua portuguesa.

6.2 DOS INGREDIENTES

Ao analisar os ingredientes utilizados nas receitas doces, notou-se o açúcar muito presente, fazendo parte de 172 das 194 receitas, ou seja, 88,7% das preparações estudadas. Demeterco (2003) afirma que a principal herança da cozinha portuguesa é a doçaria, a qual marca os doces brasileiros pelo excesso de açúcar e de ovos em sua composição. Durante o século XVI a doçaria portuguesa já era bastante requintada em virtude do açúcar que vinha de suas colônias. Ademais, alguns doces brasileiros chegaram à Europa na forma de marmeladas, as quais tratam-se de doces de tacho feitos com frutas e muito açúcar, e foi através desse cenário que as frutas brasileiras tornaram-se conhecidas. Relatos sobre regime alimentar do período colonial e também no Império mostraram que quase não eram consumidas frutas *in natura* no Brasil, as mesmas eram consumidas majoritariamente em formas de doces e compotas (DEMETERCO, 2003).

Sob essa perspectiva, destaca-se as preparações “Doce de figo”, “Doce de cidra” da publicação 2, “Doce de mamão verde ralado” e “Doce de laranja baiana” da publicação 3, os quais tratam-se dessas receitas de doces que são feitas através de frutas e uma grande quantidade de açúcar.

Outros alimentos os quais se sobressaíram foram os ovos e a manteiga. O ovo esteve presente em 73 das 90 receitas da publicação 1, em 8 das 15 receitas da publicação 2, e em 61 das 89 receitas da publicação 3, totalizando 142 preparações contendo ovo, ou seja, 73,2% das 194 receitas doces analisadas. Foi possível analisar também o destaque das gemas nas receitas, apresentando-se em grande quantidade, além de aparecer de forma isolada ou em maior número que as claras em diversas receitas. Nessa perspectiva, a herança da doçaria portuguesa é caracterizada justamente por essa grande quantidade de açúcar e ovos, especialmente as gemas (DEMETERCO, 2003).

Ademais, foi possível observar a introdução de alimentos processados e ultraprocessados a partir das receitas da publicação 3. Viu-se a presença de leite condensado em diversas receitas neste livro, o que não ocorreu nas demais publicações estudadas, uma vez que estas são mais antigas e suas receitas constituem-se basicamente de açúcar, manteiga e ovo. Sob essa ótica, Oliveira (2010) afirma que:

A quantidade elevada de gemas, as caldas de açúcar em diferentes pontos de cozimento que faziam parte do caderno de receitas de gerações passadas são substituídas pelo leite condensado, ovos inteiros e leite dosado segundo a capacidade da lata (OLIVEIRA, 2010, p.168).

“A fabricação artesanal dos doces exigia um cotidiano de tempos mais lentos, muitas mãos para o remexer constante da colher de pau nos grandes tachos fumegantes, em busca do ponto exato do doce, da compota” (MARIUZZO, 2008). Nessa perspectiva, o uso do leite condensado torna as receitas mais rápidas, simples e facilmente reproduzidas por qualquer pessoa, sem demandar um conhecimento prévio. Oliveira (2010) alega que o leite condensado atua de fato como um condensador, acabando com as nuances e variedades de sabor e diminuindo receitas com grande número de variações a dois ou três tipos particulares, os quais costumam ser bem aceitos ao paladar da população (OLIVEIRA, 2010).

A princípio, o leite condensado tinha o objetivo de conservar o leite, porém começou a ser utilizado como alimento oferecido às crianças, e, posteriormente, a partir da década de 50, a indústria passou a inseri-lo em receitas tradicionais (OLIVEIRA, 2010). Tais fatos justificam a presença do leite condensado em 17 das 89 receitas da publicação 3. Ademais, o crescimento da participação da mulher no mercado de trabalho, somado à busca pela praticidade e à uma estratégia de marketing, ou ainda o traço cultural de apreço pelo açúcar são alguns dos fatores os quais são determinantes na busca de entender a penetração e a consolidação do uso do leite condensado em receitas tradicionais da culinária brasileira (OLIVEIRA, 2010).

Além do leite condensado, foi possível analisar a entrada de outros ingredientes industrializados e ultraprocessados nas receitas a partir da publicação 3, tais como folhas de gelatina, gelatina sabor morango, gelatina vermelha, glaçucar, ki-suco, nescau, leite ninho, essência de amêndoas, margarina, chocolate, chantilly, farinha láctea nestlé, krispis, creme de leite e fermento fleischmann. Sob essa ótica, com a entrada do leite condensado nas receitas tradicionais, observou-se também a utilização do creme de leite, o qual deixa o sabor excessivamente doce do leite condensado mais suave (OLIVEIRA, 2010).

Em relação ao uso de fermentos, observou-se também uma mudança nesse quesito, onde em diversas receitas da publicação 1 era realizada a fermentação natural através da farinha de trigo, sendo assim, era necessário que começasse a preparar o doce no dia anterior ao consumo para que essa fermentação ocorresse. Já nas receitas presentes na publicação 3, notou-se a presença do fermento fleischmann o qual surgiu no Brasil no ano de 1931 e na publicação 2, o mesmo apresentou-se como fermento biológico.

O uso do sal amoníaco foi comum aos três (3) livros, assim como a utilização do fermento químico, mais conhecido à época como “pó Royal”, porém o mesmo apresentou-se como fermento químico na publicação 2. Já o bicarbonato de sódio, o qual também pode ser utilizado para a fermentação, esteve presente em duas das três obras estudadas, sendo elas as publicações 1 e 3.

Tratando-se do leite, ingrediente de fácil acesso, o mesmo esteve presente em menos da metade das receitas. Nesse sentido, o leite faz-se necessário quando o ingrediente de sabor é excessivamente consistente, como os pudins elaborados com mandioca crua ralada, ou para “aliviar” a textura das massas mais pesadas, que levam farinha ou purês (OLIVEIRA, 2010).

Outro ingrediente o qual foi observado em grande parte das receitas foi a farinha de trigo, principalmente em receitas equivalentes a bolos e biscoitos. Em relação ao uso de farinhas nas receitas, viu-se também o uso da araruta, do fubá e do polvilho. Tratando-se da araruta, ingrediente o qual tornou-se de difícil acesso, uma vez que foi entrando em desuso com o passar dos anos, esteve presente em diversas receitas doces da publicação 1, tais como “biscoito de sinhá”, “biscoito das 3 farinhas”, “bolo apressado” e “biscoito de araruta”. Na publicação 3 viu-se o uso da araruta nas receitas “pavê de napoleão”, “mousse de uva” e “sorvete de macauva”. Já na publicação 2 não observou-se a utilização da araruta.

Tratando-se do leite de coco, foi possível analisar uma mudança ocorrida em relação ao seu grau de processamento, onde nas receitas mais antigas, encontradas na publicação 1, a medida é de acordo com o própria fruta, como por exemplo “3 unidades de coco”, ou seja, nessas receitas foram utilizados o leite de coco caseiro, preparado a partir do coco *in natura*. Já nas receitas mais recentes, referentes à publicação 3, viu-se a medida do leite de coco como “1 vidro”, sendo assim, presumiu-se que nestas receitas utilizava-se o leite de coco industrializado. Notou-se o coco como um importante ingrediente, visto que apresentou-se também de outras

formas, como o coco ralado e esteve presente em diversas receitas das publicações 1 e 3.

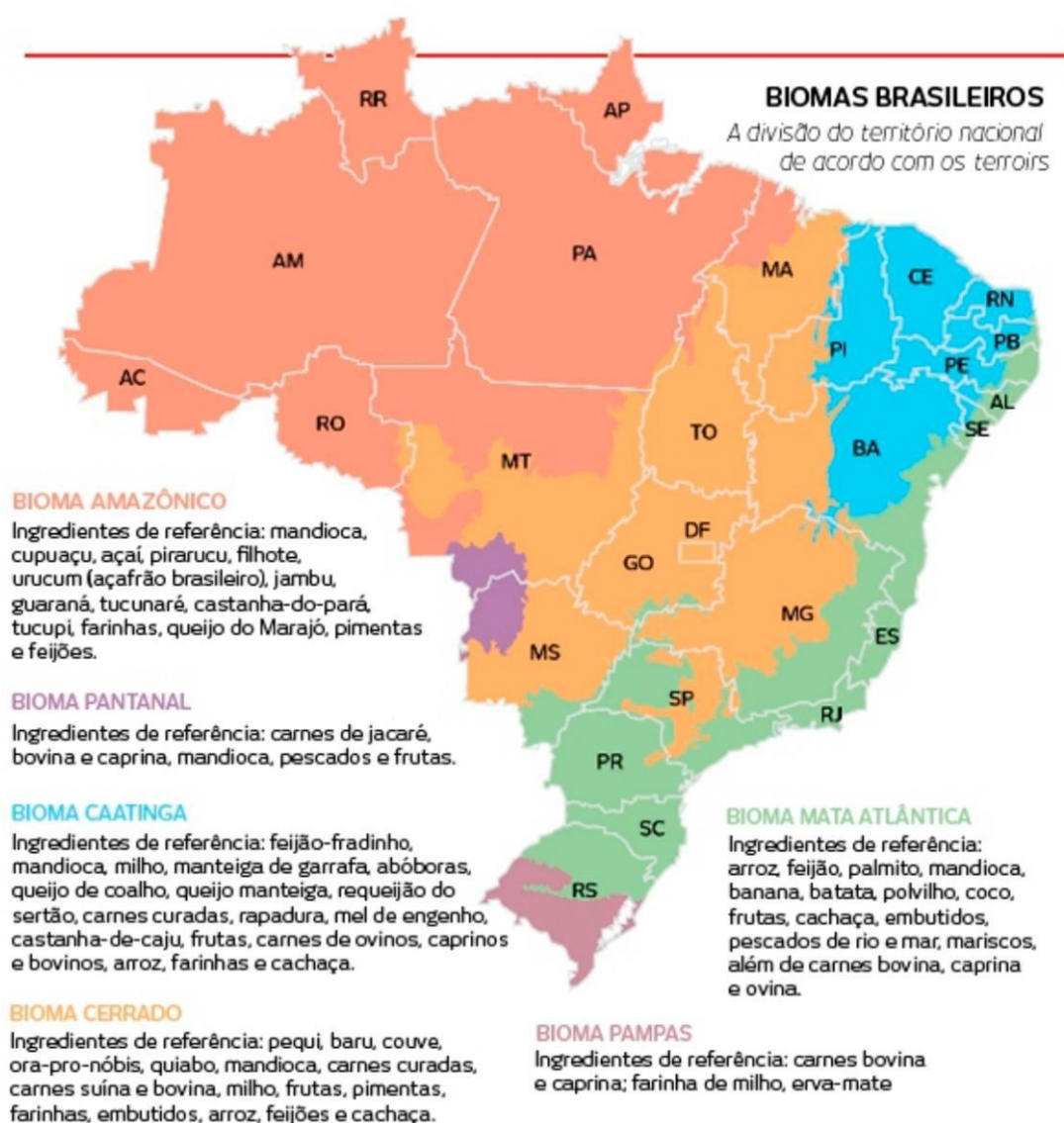
Ademais, destaca-se o uso da mandioca, a qual foi eleita pela Organização das Nações Unidas (ONU) como o alimento mais importante do século XXI, e de suas variações, como o polvilho. Nesse sentido, o mesmo fez-se presente em diversas preparações da publicação 1, principalmente nas receitas de biscoitos, e também na publicação 2. Já na publicação 3, apesar de não apresentar o uso do polvilho em nenhuma das preparações, a mandioca esteve presente na sua forma *in natura* na receita de “Pudim de mandioca” (ANEXO A). Ademais, viu-se também o uso do pó de mandioca na receita “Bollo Macabuense” (ANEXO B) da publicação 1. Sob essa perspectiva, Medeiros e colaboradores (2016) afirmam que “caso fosse preciso apontar um ingrediente que transversaliza todas as manchas esse ingrediente seria a mandioca e, claro, todos os seus produtos: polvilhos, farinha, puba, tucupi, maniçoba, goma e outros” (MEDEIROS et al, 2016).

Em relação ao uso do milho, ingrediente típico da culinária caipira e caiçara, notou-se a presença do mesmo em diferentes formas, como em forma de farinha, muito conhecida como fubá, o qual esteve presente nas três publicações, em preparações como “Bolo de flocos” da publicação 3 (ANEXO C), “Pudim de milho” da publicação 1 (ANEXO D), “Broa de fubá canjica” da publicação 2 (ANEXO E). Além do milho *in natura*, presente em receitas de duas das três publicações, dentre elas o “Bolo de luz” da publicação 1 (ANEXO F), e a “Pamonha assada” da publicação 2 (ANEXO G), já na publicação 3, viu-se a utilização do suco do milho verde para a preparação da “Pamonha assada” (ANEXO H).

Ao analisar as regiões correspondentes às três publicações estudadas, sendo elas os estado do Rio de Janeiro, São Paulo e Minas Gerais, observou-se que as mesmas encontram-se no interstício dos biomas do Cerrado e da Mata Atlântica (ALVES, 2014), e da culinária caipira e da costa (MEDEIROS et al, 2016). Nesse sentido, Medeiros e colaboradores afirmam que a culinária da costa possuía uma tendência à inovação, uma vez que sofria as influências que chegavam via mar durante o século XX, já em relação a culinária caipira, eles afirmam que a mesma “expressa uma geoculinária indoors dos comedores familiares, com seus conflitos protagonizados em cena, com seus ingredientes e técnicas culinárias que tentam não exceder o espaço da casa” (MEDEIROS et al, 2016).

Ao observar os alimentos característicos do Cerrado e Mata Atlântica, notou-se a presença de ingredientes típicos desses biomas nas preparações estudadas, como a banana, a batata, o coco, o polvilho, os quais são referentes ao bioma Mata Atlântica. Já em relação aos alimentos típicos do Cerrado, viu-se o uso do milho e das farinhas, identificou-se também a aparição das frutas e da mandioca, os quais são comuns aos dois biomas (ALVES, 2014).

Figura 1 - Biomas brasileiros: a divisão do território nacional de acordo com os terroirs.



Fonte: Biodiversidade de sabores (ALVES, 2014).

6.3 DAS MEDIDAS

Ao analisar as receitas, foi notória a mudança em relação à unidade de medida utilizada, onde na publicação 1 utilizava-se a unidade de medida libra, a qual entrou em desuso no Brasil sendo substituída pela unidade de medida quilograma. Nesse sentido, foi possível ver essa mudança nas receitas, uma vez que nas receitas das publicações 2 e 3 a unidade utilizada passou a ser o quilograma, diferenciando-se, assim, da maioria das receitas da publicação 1. Ademais, ainda na publicação 1, viu-se também termos como “uma quarta” e “dois quarto” como medida.

Ainda tratando-se das medidas utilizadas, em todas as três (3) publicações percebeu-se o uso tanto da gramatura quanto da medida caseira, nesse sentido, as medidas caseiras foram vistas mais vezes e de diferentes formas como, “prato”, “prato fundo”, “prato raso”, “copo”, “colher de sopa”, “xícara de chá”, “pires”. Além disso, em diversas receitas do Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira, foram utilizados termos como “colherinha” e “colher”, sem especificação em relação ao tamanho exato, diferentemente de quando utiliza-se “colher de sopa” e “colher de café”, onde há uma padronização maior.

6.4 DOS UTENSÍLIOS E EQUIPAMENTOS

Com a análise das receitas, observou-se que nas receitas mais antigas, referentes à publicação 1, na maioria das vezes não eram especificados os utensílios e equipamentos utilizados, citando apenas utensílios como “forma”, “tabuleiro”, “rolo” e “cálice” e os únicos equipamentos os quais foram citados foram o fogo e o forno. Já a partir da publicação 3, foi possível analisar o uso de um número maior de equipamentos, como a batedeira, máquina de moer carne, liquidificador e geladeira.

As receitas da publicação 2, o qual trata-se de receitas típicas da culinária mineira, diferenciou-se das demais referências estudadas, uma vez que apresentou o uso do fogão a lenha em algumas preparações como o “bolo na brasa”, o qual também utiliza-se chapa de aço, panela de ferro, brasa e folhas de bananeira para forrar a panela. Sob essa ótica, tratando-se dos utensílios utilizados na publicação 3,

destacou-se o uso da compoteira, e na publicação 2 o uso dos tachos, nesse sentido, Oliveira (2010) afirma que o preparo das compotas demandava habilidade no manejo das fornalhas, além da força física para mexer os grandes tachos (OLIVEIRA, 2010).

6.5 DAS TÉCNICAS DE PREPARO

Com a análise das receitas, observou-se a utilização de algumas técnicas de preparo como na receita “biscoito de polvilho frito” da publicação 2, onde a fritura do biscoito é realizada em óleo frio para que o mesmo não espirre. Outro exemplo de técnica utilizada é o uso do bicarbonato para não talhar o leite na preparação do “pé de moloque” da mesma publicação.

Além disso, a utilização da folha de bananeira para forrar a forma foi vista em duas das três publicações, estando ausente apenas na publicação 3. Ademais, destacou-se a técnica das claras batidas em neve em diversas preparações, não estando presente apenas na publicação 2, e apresentando-se como “claras batidas como para suspiro” no Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira. Nesse sentido, Oliveira (2010) afirma que o uso das claras batidas em neve, técnica que foi simplificada e passou a ser mais utilizada com o uso das batedeiras elétricas, contribui para uma receita de bolo mais macia (OLIVEIRA, 2010).

Quadro 1 - Características das publicações estudadas: elementos visuais, textuais e receitas culinárias

Caracterização das publicações estudadas			
Característica	Publicação 1	Publicação 2	Publicação 3
Elementos visuais e textuais			
Texto verbal	x	x	x
Ilustrações			x
Fotografias dos pratos			
Tabelas com informações diversas			
Quadros com informações diversas	x		
Receitas culinárias			
Uma receita por página	x	x	x
Mais de uma receita por página		x	x
Receitas em forma de parágrafos	x	x	x
Receitas em forma de texto		x	x
Legenda: Publicação 1 - Cadernos da vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família; Publicação 2 - Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira; Publicação 3- Delícias da Vovó Belinha.			

Quadro 2 - Características das publicações estudadas: conteúdo, receitas culinárias e utensílios

Caracterização das publicações estudadas			
Característica	Publicação 1	Publicação 2	Publicação 3
Conteúdo			
Dicas de saúde			
Dicas para receber pessoas	x		
Dicas de cuidado com casa/cozinha			x
Receitas culinárias			
Maior detalhamento das técnicas de preparo	x		x
Ingredientes regionais	x	x	x
Produtos industrializados	x	x	x
Utensílios			

Eletrodomésticos	x		x
Utensílios de uso manual	x	x	x

Legenda: Publicação 1 - Cadernos da vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família; Publicação 2 - Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira; Publicação 3- Delícias da Vovó Belinha.

7 CONCLUSÃO

Com o presente estudo conclui-se que foi possível realizar o levantamento e a pesquisa de três (3) publicações de receitas como forma de recuperação da culinária regional das cidades de Pirassununga, Passos e Conceição de Macabu, respectivamente dos estados de São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro, totalizando a análise de 194 receitas doces.

O estudo avaliou os elementos visuais e textuais dos registros culinários e analisou a apresentação das receitas culinárias, concluindo-se que com o decorrer dos anos, a forma de apresentação foi se modificando e adquirindo cada vez mais detalhamento em sua forma de preparo, com especificações em relação às medidas, equipamentos e utensílios.

Concluiu-se também que ocorreram mudanças no tempo verbal e na forma de escrita. Com o passar dos anos, também foram incluídas ilustrações nas publicações, além da mudança da unidade de medidas de libra para o quilograma, o qual é utilizado até os dias atuais.

A partir da identificação e do detalhamento do conteúdo das receitas, foram encontrados ingredientes regionais condizentes com os biomas Cerrado e Mata Atlântica, os quais são predominantes nas regiões estudadas, tais como as frutas, milho e mandioca, os quais foram utilizados de diferentes formas, o que mostra a versatilidade e a importância desses alimentos na culinária regional.

Consumiu-se com o passar dos anos, o uso de ingredientes industrializados, com destaque para o leite condensado, otimizando o tempo de preparo, assim como, uniformizando as características sensoriais das preparações. Sendo assim, os doces tradicionais de frutas feitos em grandes tachos com açúcar e que demandam tempo e um domínio da culinária, foram sendo substituídos pela praticidade.

Dessa forma, o presente estudo, através do levantamento, da análise e da comparação de diferentes publicações culinárias, fez um diálogo entre o passado e o presente das mesmas, e assim, conclui-se que ocorreram mudanças notórias em todo o cenário do cozinhar e da culinária regional.

No processo de pesquisa foram encontradas e discutidas algumas questões referentes a mudança da forma de escrita, a utilização dos eletrodomésticos para

elaboração das receitas, a introdução dos alimentos industrializados, - tais como o leite condensado, uso dos ingredientes regionais -, além da transversalidade desses alimentos. O presente trabalho buscou, através da pesquisa dos cadernos de receitas de família e das publicações culinárias, recuperar aspectos técnicos e históricos da culinária regional dos municípios do interior da região sudeste.

O presente estudo faz parte do Projeto de Pesquisa Culinária Macaense – receitas, serviços gastronômicos e identidade regional, PIBIC / UFRJ, sendo assim, há a possibilidade de dar continuidade e aprofundamento a estes estudos em cursos de pós-graduação.

REFERÊNCIAS

ABDUL AHAD, Ana Maria; INNOCENTE, Kênia; ANDRADE, Leila Maria. **Cadernos da Vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família**. Novas Edições Acadêmicas, 2018.

ALVES, Rônia. **Biodiversidade de sabores**. Brasília encontro, 2014. Disponível em: <http://sites.correioweb.com.br/app/noticia/encontro/revista/2014/05/08/interna_revista,1061/biodiversidade-de-sabores.shtml> Acesso em: 06 jun. 2023.

AMON, Denise; MENASCHE, Renata. **Comida como narrativa da memória social**. Sociedade e cultura, v. 11, n. 1, p. 13-21, 2008.

AVÓGLIO, Isabel Ferreira. **Delícias da Vovó Belinha**. 1ª edição. Pirassununga: Editora Pirassununga LTDA, 1979.

BARBOSA, Livia ; GOMES, Laura Graziela Figueiredo Fernandes . **Culinária de Papel**. Estudos Históricos, v. 1, p. 3-23, Rio de Janeiro, 2004.

BARROS, Bruna Rosa do Nascimento de. **Os livros de culinária como marco identitário no Brasil**. 2016.

BEBER, Ana Maria Costa; GASTAL, Susana. **Cadernos de receitas e histórias de vida: consolidando memórias e saberes tradicionais**. Movendo Ideias, v. 22, n. 1, p. 06-14, Universidade da Amazônia, 2018.

BRASIL. Secretaria de Atenção Básica. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** [Internet]. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2_ed.pdf> Acesso em: 05 jan. 2023.

BRUIT, H. H. **Apontamentos para uma história da gastronomia no Brasil: cadernos de receitas**. Sarau – Memória e Vida Cultural de Campinas, V.1, N. 12, 2003.

CASCUDO, Luís da Câmara. **História da alimentação no Brasil**. 3.d. São Paulo: Global, 2004.

CORDEIRO, Ester Pinter; FONSECA, Luíza Reis Amaral; RIBEIRO, Rita de Cássia; SATHLER, Márcia Maia. **Evolução dos livros de culinária brasileiros e sua relação com o cozinhar na contemporaneidade**. DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, v. 15, p. 47370, 2020.

CORREA, Alexandre Fernandes; BARROS, Laís Buriti. **A CULINÁRIA MACAENSE SOB RISCO: transformações na cozinha regional no contexto do marco referencial da gastronomia como cultura**. Projeto Macaé 2030. Observatório da Cidade. [Prelo] Prefeitura Municipal de Macaé. 2022.

CORREA, A. F., & BARROS Buriti de, L. (2022). **A Paisagem alimentar macaense em tempos de aceleração histórica: gastronomia e perdas culinárias na cozinha fluminense e brasileira nas comemorações do bicentenário.** Fênix - Revista De História E Estudos Culturais 19(2), 373 - 391
Disponível em: <https://doi.org/10.35355/revistafenix.v19i2.1122>

DA MATTA, Roberto. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1986.

DEMETERCO, Solange Menezes da Silva. **Sabor e Saber: Livros de cozinha, arte culinária e hábitos alimentares. Curitiba: 1902 - 1950.** Dissertação (Doutorado em História, Setor de Ciências Humanas, Letras e Artes) - Curso de Pós Graduação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2003.

DE OLIVEIRA, Monike Hellen; DE OLIVEIRA, Ana Livia. **Oficina culinária como troca de saberes, educação alimentar e nutricional, e inclusão produtiva: relato de experiência.** Em Extensão, v. 20, n. 2, 2021.

DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. **A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 16, p. 91-98, 2011.

DOS SANTOS, Carlos Roberto Antunes. **A alimentação e seu lugar na História: os tempos da memória gustativa.** Curitiba: Editora UFPR, 2005.

DOS SANTOS, Carlos Roberto Antunes. **A comida como lugar de história: as dimensões do gosto. História: questões & debates.** Editora UFPR, v. 54, n. 1, Curitiba, 2011.

FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo (Orgs.) **História da Alimentação.** São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

FONSECA, Alexandre Brasil; SOUZA, Thaís Salema Nogueira de; FROZI, Daniela Sanches; PEREIRA, Rosangela Alves. **Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição.** Ciência & Saúde Coletiva (online), v. 16, n. 9, 2011.

GARCIA, R. W. D. **A comida, a dieta, o gosto: mudanças na cultura alimentar urbana.** São Paulo: Instituto de Psicologia, USP; 1999.

LE GOFF, Jaques. **História e Memória.** 4.ed. Campinas: Editora da UNICAMP, 1996.

MACIEL, Maria Eunice. **Cultura e alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin?.** Horizontes antropológicos, v. 7, n. 16, p. 145-156, 2001.

MARIUZZO, Patrícia. **Cadernos de receitas das sinhás: encontro com a gastronomia.** *Cienc. Cult.* [online]. 2008, vol.60, n.1 [cited 2023-05-16], pp.60-61. Disponível em: <http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252008000100025&lng=en&nrm=iso>. ISSN 0009-6725.

MASCARIN, Tereza Fátima. **Alguns aspectos sobre alimentação: ênfase a contribuição do negro no período colonial.** *Revista Espaço Acadêmico*, v. 15, n. 171, p. 61-68, 2015.

MEDEIROS, M.; CHAVES, V. M.; LIMA, C. dos S.; PEREIRA, H. C. M.; DANTAS, R. F. **Atlas culinário da literatura brasileira: alimentação e cultura.** *Revista Ciência Plural*, [S.l.],v.2, n. 3, p. 72–81, 2017.

MELO, Martha Teresa Siqueira Marques et al. **A influência da modernidade no comportamento alimentar: Uma revisão.** *Research, Society and Development*, v. 10, n. 5, 2021.

META PLATFORMS. Disponível em: <<https://investor.fb.com/home/default.aspx>> Acesso em: 04 jan. 2023.

NOBRE, Maria Katarina Costa. **Caderno de receitas: um retrato da alimentação pernambucana no início do século XX.** Tese de Doutorado. Universidade de Coimbra, 2018.

OLIVEIRA, Débora Santos de Souza. **A transmissão do conhecimento culinário no Brasil urbano do século XX.** Dissertação (Graduação em história social). Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em: https://teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8138/tde-27042010-141556/publico/DEBORA_SANTOS_DE_SOUZA_OLIVEIRA.pdf

ROCCO, Brenda Couto de Brito; PIMENTA, Ricardo Medeiros. **Os documentos digitais: a preservação e sua variável sociocultural.** Florianópolis: XX Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação, 2019. Disponível em: <https://conferencias.ufsc.br/index.php/enancib/2019/paper/download/1252/716>. Acesso em: 29 nov. 2022.

SUGIZAKI, Barbara Cassetari; CORTAZZO, Moara Volpato. **Cultura Alimentar: Diálogos entre gastronomia e soberania e segurança alimentar e nutricional.** In: Anais do IV Encontro Nacional de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar, Galoá, 2019. Disponível em: <<https://proceedings.science/enpssan-2019/papers/cultura-alimentar--dialogos-entre-gastronomia-e-soberania-e-seguranca-alimentar-e-nutricional?lang=pt-br>>. Acesso em: 28 nov. 2022.

TEIXEIRA, Elisa Duarte. **Das inter-relações entre obra terminográfica, tema e público-alvo: elaborando a árvore de domínio de um vocabulário de Culinária para tradutores.** *Domínios de Lingu@ gem*. vol. 10, n. 1, p. 267-285, Uberlândia, 2016.

VAZ, Diana Souza Santos; BENNEMANN, Rose Mari. **Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão.** Uningá Review, v. 20, n. 1, 2014.

VEADO, Julia Ferreira; LAGE, Bárbara Dias. **A evolução das receitas culinárias: Uma discussão sobre comportamento, gênero textual e design.** Centro da Imagem da Escola de Design, Universidade do Estado de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2013.

WÄTZOLD, Tim. **Proclamação da Cozinha Brasileira como parte do processo de formação da identidade nacional no Império Brasileiro, 1822-1889.** [tradução de Juliane Pereira da Costa]. TCS, 2012.

ANEXOS

ANEXO A - Receita "Pudim de Mandioca"

PUDIM DE MANDIOCA

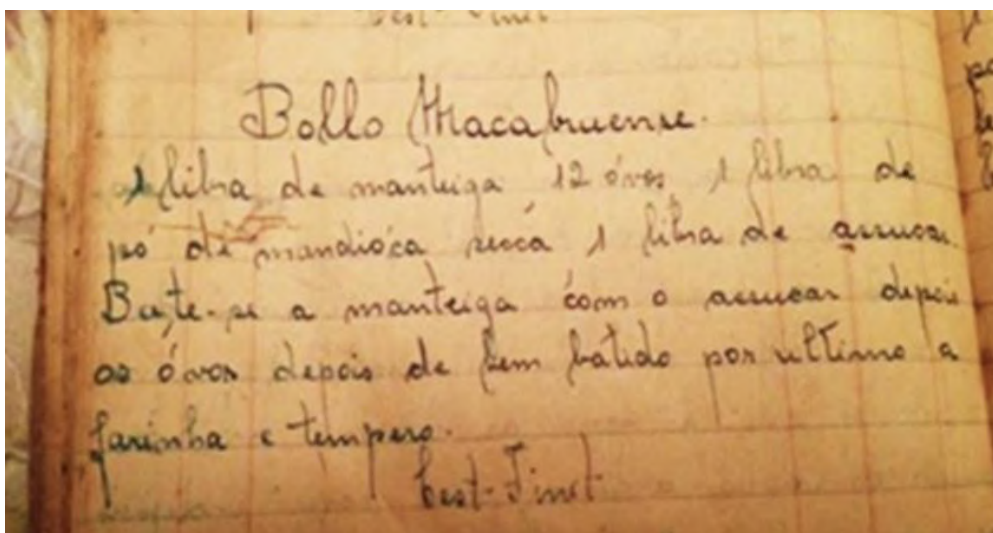
- 2 — xícaras de mandioca cozida e amassada
- 2 — xícaras de açúcar
- 1 — xícara de leite de côco
- 1 — colher de manteiga
- 1 — pitada de sal
- 5 — ovos

Bater tudo junto e levar para assar em forma caramelada.

Assar em banho-maria.

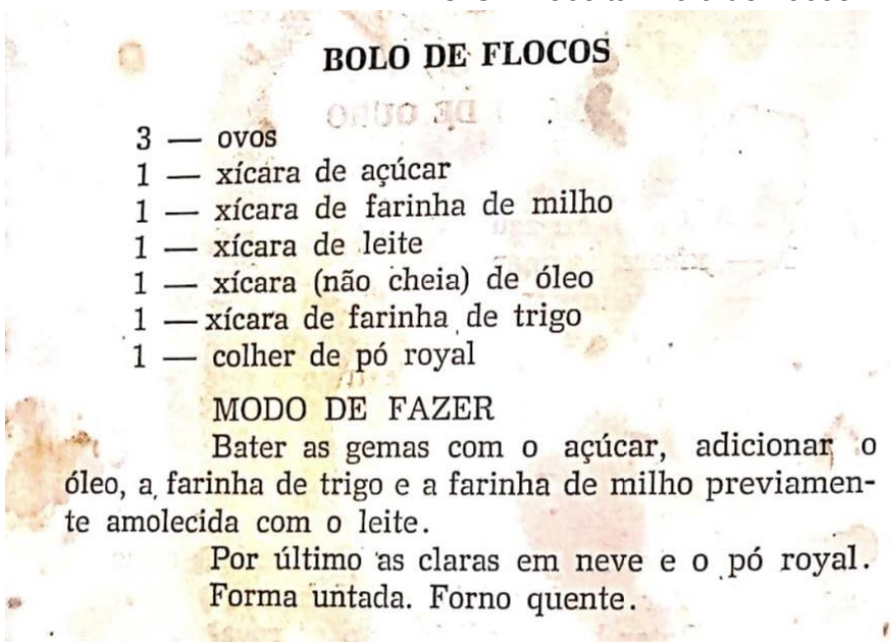
Fonte: Delícias da Vovó Belinha (AVÓGLIO, 1979).

ANEXO B - Receita "Bollo Macabuense"



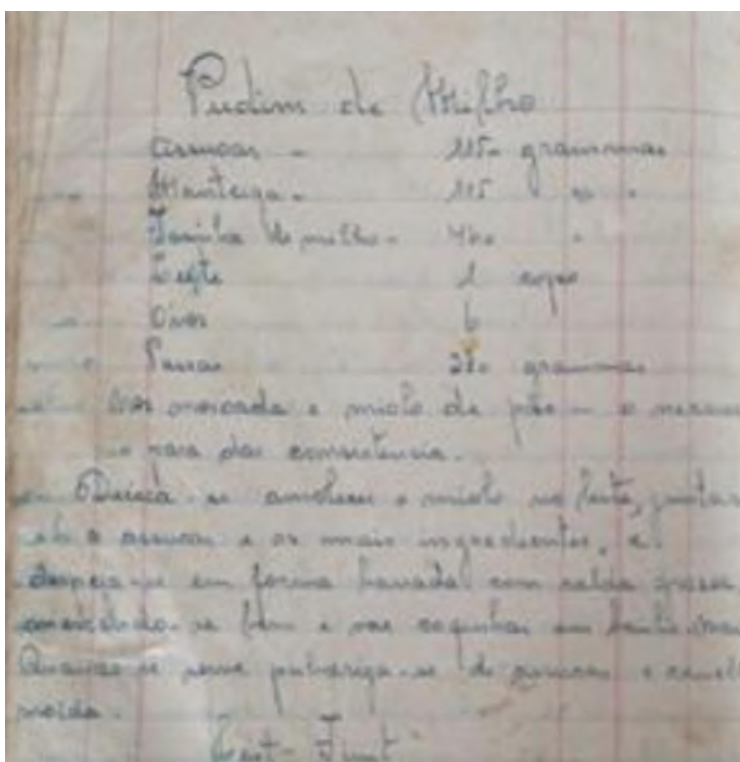
Fonte: Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira.

ANEXO C - Receita "Bolo de flocos"



Fonte: Delícias da Vovó Belinha (AVÓGLIO, 1979).

ANEXO D - Receita "Pudim de milho"



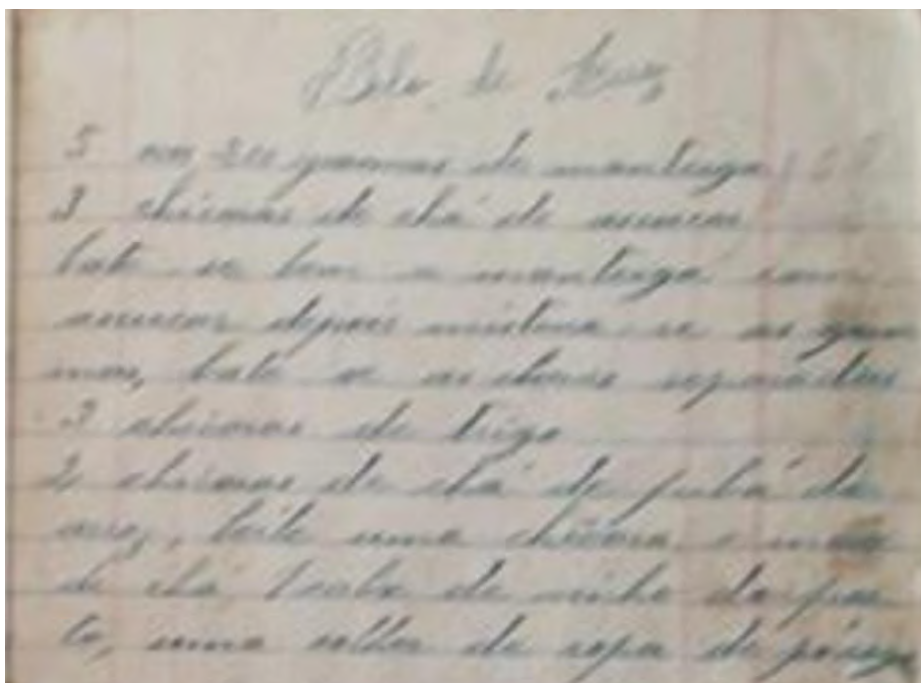
Fonte: Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira.

ANEXO E - Receita “Broa de fubá canjica”

BROA DE FUBÁ CANJICA	
INGREDIENTES	MODO DE PREPARO
2 copos de requeijão de água	Ferver a água, leite, óleo, açúcar e sal. Em seguida despejar esse líquido numa tigela e mistura com a farinha e o fubá e deixar esfriar. Amassar com os ovos até o ponto de enrolar as broas. Colocar para assar em forno médio.
2 copos de leite	
1 copo de óleo	
3 copos de farinha de trigo	
2 copos de fubá canjica	
1 1/2 de açúcar	
1 pitada de sal	
Ovos até dar o ponto de enrolar	

Fonte: Cadernos da Vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família (ABDUL AHAD; INNOCENTE; ANDRADE, 2018).

ANEXO F - Receita “Bolo de luz”



Fonte: Caderno de Receitas da Família de Anna Barboza Moreira.

ANEXO G - Receita "Pamonha assada"

PAMONHA ASSADA	
INGREDIENTES	MODO DE PREPARO
6 espigas de milho verde (mole)	Bater o milho com os ovos no liquidificador até ficar bem fino. Colocar em uma tigela o milho batido, açúcar, manteiga derretida, canela, noz moscada, sal, queijo com um pouco de leite. A massa é mais mole e a forma deve ser untada com óleo.
1 prato raso de sobremesa de açúcar	
1 prato de sobremesa cheio de queijo ralado (queijo mais fresco)	
5 ovos inteiros caipira	
6 colheres de sopa de manteiga de leite	
1 colher de chá de canela em pó	
1 colher de chá de noz moscada ralada bem fina	
1 colher de chá de sal	

Fonte: Cadernos da Vovó: Resgate da Memória e das Tradições Culturais Regionais Através de Receitas de Família (ABDUL AHAD; INNOCENTE; ANDRADE, 2018).

ANEXO H - Receita "Pamonha assada"

PAMONHA ASSADA

1½ — litro de suco de milho verde (tenro) sem adicionar água.

1 — colher (chá) de sal

Açúcar até adoçar (3 xícaras mais ou menos)

Misturar tudo e levar ao forno em assadeira untada e enfarinhada.

Fonte: Delícias da Vovó Belinha (AVÓGLIO, 1979).