



## QUITANDAS

João Batista Villas Boas Simoncini<sup>1</sup>  
Pedro Ivo Dias Tanagino<sup>2</sup>  
Suellen Dias de Andrade<sup>3</sup>  
Adriana Silva de Oliveira<sup>4</sup>  
Sávio Abritta Carvalho Sousa<sup>5</sup>

Linha de Pesquisa: Gastronomia Brasileira

### RESUMO

Na atualidade, o termo quitandeira é utilizado para designar as mulheres que fazem e vendem quitandas artesanalmente. Essas quitandas, por sua vez, representam um ritual doméstico da tradição mineira, um verdadeiro banquete no período da tarde, o momento consagrado ao lanche, à merenda e ao café. (BONOMO, 2014). O objetivo desta pesquisa é entender as origens, a história e a evolução do conceito de quitandas, a importância desse comércio na história e seu desenvolvimento em Minas Gerais. A metodologia se valerá de pesquisas documentais (dados secundários), prospectados junto a diversas fontes públicas, privadas, de caráter nacional, regional e local. Como parte prática, serão apresentadas a seguir seis receitas elaboradas pelos autores.

**Palavras-chave:** Gastronomia. Minas Gerais. Panificação. Confeitaria. Quitanda.

---

<sup>1</sup> Doutor em Geografia pela Universidade Federal de Santa Maria – UFSM. Docente do curso Tecnologia em Gastronomia do UniAcademia Centro Universitário. Orientador.

<sup>2</sup> Doutor em História pela Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF. Bolsista de Pós-Doutoramento – CAPES-PNPD na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP. Coorientador voluntário.

<sup>3</sup> Mestranda Programa de Pós-Graduação em Culturas e Identidades Brasileiras, do Instituto de Estudos Brasileiros da Universidade de São Paulo – USP. Docente do curso Tecnologia em Gastronomia do UniAcademia Centro Universitário. Coorientadora voluntária.

<sup>4</sup> Graduanda no curso de Tecnologia em Gastronomia do UniAcademia Centro Universitário.

<sup>5</sup> Graduando no curso de Tecnologia em Gastronomia do UniAcademia Centro Universitário.

## 1 INTRODUÇÃO

O objetivo deste estudo é entender as origens, a história e a evolução do conceito de quitandas, a importância desse comércio na história e seu desenvolvimento em Minas Gerais.

O artigo está estruturado em quatro partes. Na primeira, apresentamos os conceitos de quitanda e quitute e seus usos ao longo da história, evidenciando as personagens principais nesse comércio.

Na segunda parte buscamos contextualizar quem eram as *kitandeiras* e como se deu a ocupação do território, por essas mulheres. Selecionamos diversas gravuras e fotografias da época para elucidar essa prática e demonstrar os diversos aspectos ligados a esse comércio de rua. Posteriormente, nos detemos na questão mineira e como se deu a presença desse comércio nas zonas mineradoras até chegar aos dias atuais com essa prática já enraizada na cultura e tendo seus modos de fazer estreitamente ligados à história da colonização, escravidão e declínio da mineração e crescimento da produção leiteira e cafeeira nas Minas Gerais.

Por fim, apresentamos diversos preparos de quitandas tradicionais das mesas mineiras, preparadas pelo grupo de pesquisa. Preparos tradicionais que utilizam ingredientes importantes desde o início do processo de ocupação das terras mineiras, como o polvilho e o fubá.

## 2 DELINEANDO UMA “NOÇÃO” DE QUITANDAS E QUITUTES

Para entendermos como os termos quitanda e quitute são utilizados nos dias atuais é preciso dar um passo atrás na história para desenrolarmos o processo de evolução do termo e seus usos.

Uma consulta rápida no dicionário sobre essas duas palavras utilizadas na gastronomia que não estão bem elucidadas, geram dúvidas e merecem atenção, estudo e melhor detalhamento científico.

Quitanda de acordo com o Dicionário Online de Português (DICIO, 2021) seria:

substantivo feminino.

Local ou estabelecimento onde se vendem legumes, frutas, ovos, galinhas, carvão etc.

Tabuleiro em que o quitandeiro leva suas mercadorias.

**Em alguns Estados do Brasil, pastelaria caseira.**

Referente ao termo quitute destaca o Dicio (2021):

substantivo masculino

**[Brasil] Iguaria apetitosa; comida requintada; petisco.**

P.met. O que causa encantamento; meiguice: um aluno repleto de quitutes.

Etimologia (origem da palavra **quitute**). Do quimbundo kitutu.

Ambos os termos estão vinculados ao universo da comida. Entretanto, ambos são vagos, carecem de estudo, especificação. Para tanto, buscamos a etimologia destas duas palavras, quitanda e quitute.

De acordo com Lifschitz & Bonomo (2015) “o termo quitanda seria um derivativo de *kitanda*, que, na língua quimbundo, falada no noroeste de Angola, significa tabuleiro, onde se expõem gêneros alimentícios nas feiras [...]”. O termo quitandeira, era utilizado, nos séculos XVIII e XIX, para denominar as escravas negras que vendiam alimentos nas ruas levando tabuleiros, daí sua denominação de “negras de tabuleiro” ou “negras de ganho”.

Maria Stella Libânio Christo (Fogão de Lenha, 2006) enfatiza que, no Brasil, quitanda ganhou o significado de pequenos estabelecimentos comerciais, cujos produtos são expostos em bancadas ou tabuleiros. Entretanto, Eduardo Frieiro (1982), lembra que, além de definir esses estabelecimentos comerciais, “quitanda, não o esqueçamos, é a pastelaria caseira, o biscoito, a broa, a rosca, o sequilho, o bolo”. Voltando à Christo, as quitandas substituem o pão no café-da-manhã e no lanche da

tarde. Entre as quitandas de Christo estão o pão de queijo, as roscas da rainha, o bolo de fubá, as broinhas, os sequilhos, os crocantes biscoitos de polvilho. Bonomo (2014) completa afirmando que quitanda é tudo aquilo que é servido com café, exceto o pão.

Destaca Raul Lody (2019), que há muitas línguas africanas que enriquecem o português que falamos, entre elas o kimbundu (quimbundo), do macrogrupo etnolinguístico banto. A nossa expressão “quitute”, usada para designar comida gostosa e saborosa, deriva da palavra kitutu<sup>6</sup>. “Quitute”, expressão brasileira para designar iguaria bem feita

Lody (2019) menciona as histórias e receitas de quitutes elaborados nas cozinhas no Brasil. Entre estes, destaca o acarajé, vatapá, caruru, etc.

Maria Stella Libânio Christo (2006) elucida que os quitutes são as comidas de sal; o lombo de porco com farofa, a linguiça, o leitão pururuca, o tutu de feijão, o torresmo, o frango caipira com quiabo e angu. Bonomo (2018) corrobora essa definição designando quituteira como uma cozinheira de pratos salgados de resistência como as carnes assadas, salgadinhos, arroz, tutu de feijão.

Bonomo (2020) faz um trabalho de investigação das origens do termo e seus usos através de revisão bibliográfica e destaca que não só em Minas Gerais, mas “em algumas localidades dos estados de Goiás e São Paulo, a palavra “quitanda” foi ressignificada, passando a designar o conjunto da pastelaria caseira”. Apresenta ainda a hipótese “que a palavra “quitanda” possa ter adquirido esse outro sentido por metonímia, talvez no século XVIII, quando as broas, os biscoitos e os bolos já estavam presentes nos tabuleiros das quitandeiras. Portanto, ao comprar um bolo, um biscoito, comprava-se uma “quitanda”. De acordo com a pesquisadora em publicações e documentos revisados do século XVIII, “o termo “quitanda” ora era utilizado para designar os tabuleiros e pequenos estabelecimentos comerciais, ora era utilizado para designar os próprios itens dispostos à venda nos tabuleiros.

---

<sup>6</sup> LODY, Raul. **Kitutu**: histórias e receitas da África na formação das cozinhas do Brasil. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2019.

### 3 QUITANDEIRAS NO TEMPO E NO ESPAÇO

O trabalho das quitandeiras nas diversas localidades teve um papel importante na comercialização de diversos itens. Elas atuavam nos centros que começavam a crescer e se desenvolver. Em Minas Gerais, as quitandeiras estiveram presentes nas cidades mineradoras, devido ao alto fluxo de pessoas e escravos.

As *quitandeiras* africanas tiveram um papel importante no abastecimento de gêneros alimentícios nas grandes cidades da colônia e no tráfico atlântico. Elas ficavam em locais escolhidos pelas Câmaras Municipais para que ocorresse o controle e taxação sobre os produtos comercializados. O comércio era feito por negras alforriadas ou não e que comercializavam itens diversos. De acordo com Bonomo (2014) o termo quitandeira era utilizado no século XVIII para designar as “negras de tabuleiro” ou “negras de ganho” e nos dias atuais ele está ligado a mulheres que fazem e vendem quitandas artesanalmente. Representando assim, um ritual doméstico que está muito ligado à cultura e tradição mineira: o momento do lanche, merenda e do café.

De acordo com Freitas (2015), “o mercado de quitandeiras acompanhou o processo de interiorização e de crescimento da cidade, estando presentes nas freguesias mais movimentadas e nas regiões recém urbanizadas, como foi o caso do Rio de Janeiro”. Sua função era de extrema importância na distribuição de alimentos de baixo custo ajudando a alimentar a cidade que tinha um amplo fluxo de mercadorias, migrantes, colonos e escravos de ganho que não eram alimentados por seus senhores.

Os registros feitos por diversos artistas que apresentaremos a seguir demonstram as quitandeiras vendendo animais, quitutes e suas quitandas em diversas cidades e regiões do Brasil.

Na figura 1 temos o trabalho de Chamberlain, cuja obra integra uma série de registros que em 1821 se tornaria o livro “Vistas e costumes da cidade e arredores do Rio de Janeiro”. Podemos ver as quitandeiras nas ruas do Rio oitocentista. Nota-se que apenas uma delas possui os pés calçados, o que pode indicar a ideia de liberdade da figura retratada já que, à época, apenas pessoas livres – e em ocasiões especiais, escravizadas – podiam calçar sapatos. O vestir das mulheres também chama a atenção pela composição de blusas e saias mais simples, uma indumentária leve que facilitava o trabalho nas ruas. Os tecidos que envolvem as cabeças de três das cinco

personagens femininas, chamados de turbantes, podem ser entendidos como uma direta herança africana que, além de adornar e proteger quem os vestia, serviam também para equilibrar os balaios e tabuleiros usados nas vendas.

Figura 1 Quitadeiras na Lapa



Quitadeiras da Lapa, RJ, 1818. Henry Chamberlain (1796-1844). Aquarela

Na figura 2, de autoria anônima, a quitadeira carrega galinhas nas mãos e equilibra na cabeça outras tantas e ainda equilibra nas costas uma criança. Evidenciando a multiplicidade de atividades desempenhadas e de mercadorias vendidas por essas mulheres.

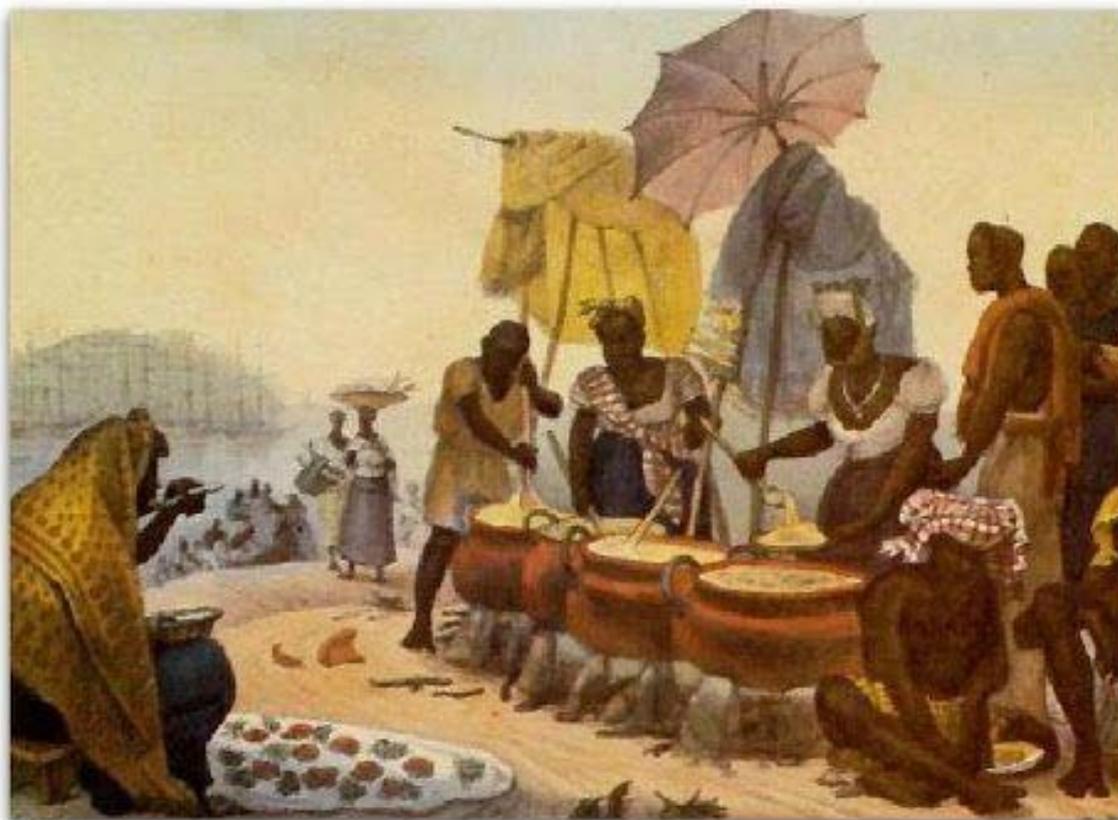
Figura 2 – Escrava a caminho do mercado



A slave going to market with poultry (Escrava a caminho do mercado com galinhas). Rio de Janeiro, RJ \_ [s.n, ca. 1825]. 1 desenho, aquarela, col., 19,3 x 13,8 cm

Na figura 3, vemos a aquarela de Jean Baptiste Debret ilustrando as vendedoras de angu, na Praia do Peixe, também no Rio de Janeiro. Integrante da Missão Artística Francesa, foi o pintor oficial da corte portuguesa e sua obra mais importante mostra cenas do cotidiano brasileiro Viagem Histórica e Pitoresca ao Brasil, publicada em 1831. Seus registros são de extrema importância para conhecermos os hábitos e costumes da época.

Figura 3 Negras vendedoras de angu



Jean-Baptiste Debret. Angu da quitandeira. 1826; aquarela sobre papel; 16x x 22,4 cm; assinado e datado. Museu Castro Maya, Rio de Janeiro.

De acordo com o pintor, as vendedoras de angu formavam a classe das negras livres. Os personagens se abrigam do sol sob xales e guarda-sol presos a estacas de madeira. Em frente às vendedoras de angu, encontra-se uma vendedora de tomates, com seu xale à cabeça, à maneira oriental. A aquarela é acompanhada de um texto do artigo onde afirma:

É ainda na classe das negras livres que se encontram as cozinheiras vendedoras de angu. (...) O angu, iguaria popular em todo o Brasil, e cujo nome genérico se dá até mesmo à farinha de mandioca diluída na água quente, compõe-se, no seu mais alto grau de refinamento, de diferentes restos miúdos de carne de vaca, tais como coração, fígado, bofe, língua, moela e outras partes carnudas da cabeça, exceto o miolo. Tudo cortado em pequenos pedaços, aos quais se adicionam água, banha de porco, óleo de dendê, de cor dourada e gosto de manteiga fresca, quiabo, (...) folhas de nabo, pimentão verde e amarelo, salsa, cebola, louro, sálvia e tomates; tudo reduzido à consistência de um molho de boa liga. As vendedoras de angu são encontradas nas praças, perto dos mercados, ou nas suas quitandas, então guarnecidas de legumes e frutas (DEBRET,1986 apud BANDEIRA & LAGO, 2017. p. 196).

Figura 4 Vendedoras de Aluá



Aloá, limons doux, canne à sucre les rafraîchissements d'usage pendant les après-dîners d'été [Vendedoras de aluá]. Aquarela de Debret (1826). Fonte: Bandeira & Lago, 2017. p. 212.

Nessa aquarela de 1826 Debret retrata o comércio na cidade do Rio de Janeiro, representando neste caso as vendedoras de aluá, bebida refrescante vendida nos dias quentes. Notamos que a indumentária das vendedoras é bem diferente com marcas orientais como é o caso de uso do *hijab* por uma das vendedoras (à direita da imagem).

Essas vendedoras de aluá se destacam por sua elegância ou, ao menos, pela adequação de seus trajes, necessariamente proporcionais à fortuna de seus senhores. (...) O aluá, bebida muito refrescante, é uma água de arroz fermentado, ligeiramente acidulada, algo açucarada, e muito agradável para beber. Para estabelecer seu comércio, basta a essa vendedora possuir um pote de barro, um prato e uma grande xícara de porcelana e, enfim, um coco com cabo de madeira, espécie de colher e ao mesmo tempo medida de capacidade que lhe serve para tirar do pote de barro a quantidade de bebida suficiente para encher a xícara que é vendida a dez réis. (...) (DEBRET, 1826 apud BANDEIRA & LAGO, 2017, p. 212).

No primeiro plano da imagem, do lado esquerdo, encontra-se lavadeiras sendo servidas, uma está sentada na trouxa de roupas e a outra a carrega na cabeça. Em

pé uma vendedora segura um feixe de cana-de-açúcar que também era vendido em pedaços (vendedora oferece para a criança) para complementação de sua renda.

Já na figura 5, Debret retrata várias vendedoras de pão de ló (duas em primeiro plano atendendo seus clientes e duas em segundo plano carregando seus tabuleiros na cabeça). Uma delas atende uma criança que está acompanhada de sua criada e a outra atende dois escravos evidenciando o gosto das diversas classes por essa iguaria. Percebe-se que o pão de ló é vendido em fatias para melhor distribuição para os clientes. Sobre esses comerciantes, Debret anuncia:

Grande número de cativos dedicava-se, pelas ruas, ao comércio ambulante, vendendo produtos como refrescos, milho assado, capim seco para estofamentos, angu, coco, pão de ló, carvão, cestos, aves, guloseimas (sobretudo bolos, doces e pastéis), frutas, leite etc. Davam um aspecto movimentado às cidades e no Rio de Janeiro, por exemplo, cedo surgiam os carregadores de água e de leite e as vendedoras de pão de ló (biscoitos para o café da manhã). (DEBRET, 1835, p.159 apud BANDEIRA; LAGO, 2017, p.43).

Figura 5 Vendedoras de pão de ló



Jean-Baptiste Debret. Vendedoras de pão de ló. 1826; aquarela sob papel; 16,3 x 20,8cm; assinada e datado. Museu Castro Maya, Rio de Janeiro.

A seguir, apresentamos fotografias da época retratando as quitadeiras. A primeira feita pelo fotógrafo alemão Alberto Henschel que chega no Brasil em 1866 e foi um dos destacados fotógrafos do Brasil Império. Deixou um rico acervo de imagens da Bahia, Rio de Janeiro, Pernambuco e São Paulo. No seu acervo registrou diversas “tipos humanos” dando destaque aos escravos que fotografou em estúdio com cenários montados. Ressalta Magalhães & Rainho (2020) que “o termo “tipo” está na base do racismo científico, ancorado nas teses naturalistas de hierarquização social, objetificação do “outro” e inferioridade de povos como os negros”.

A figura 6 destaca duas quitadeiras com seus trajes impecavelmente destacados e uma pousa ainda carregando suas frutas na cabeça e a outra o traz no colo e olha diretamente para a câmera.

Figura 6. Negras da Bahia



HENSCHEL, Alberto. Negras da Bahia – Salvador – Brasil – 1869 – Instituto Moreira Salles – IMS.

Já na figura 7 temos a fotografia de Marc Ferrez, principal fotógrafo brasileiro do século XIX, dono de uma extensa obra e que ganhou destaque por suas fotografias panorâmicas da cidade do Rio de Janeiro e arredores, porém sua coleção é plural. Na cena retratada pelo artista as vendedoras estão sentadas com seus cestos de frutas expostos para seus fregueses.

Figura 7 Quitandeiras



FERREZ, Marc. Quitandeiras. Rio de Janeiro – 1875 – Instituto Moreira Salles – IMS.

## 4 QUITANDAS NAS MINAS GERAIS

O povoamento da região de Minas Gerais foi marcado inicialmente por grande escassez de alimentos. De acordo com Frieiro (1982) os alimentos básicos eram o milho e a mandioca, porém essas plantações eram insuficientes para alimentar a crescente população devido a concentração do trabalho na mineração e às dificuldades de abastecimento da região.

Sulis (2017) destaca que os caminhos do ouro foram determinantes para a gastronomia brasileira. Foi através das rotas e estradas criadas pelos bandeirantes e tropeiros que as vilas, os pequenos comércios e as plantações começaram a crescer.

O milho era muito apreciado pelos mineiros que o consumia em diversas receitas e pelas mãos portuguesas foi um alimento que foi adequado e serviu de substituto em preparos, tendo um papel relevante na produção de quitandas e pães. (BONOMO,2020).

Conforme disserta Marcilene Carmem da Silva Lesnau em *Influência portuguesa na doçaria brasileira* (2004), e também descrevem Câmara Cascudo (*História da alimentação no Brasil*, 2011) e Gilberto Freyre (2007), as tradições de doces e sobremesas de Portugal foram trazidas ao Brasil por meio das cozinheiras portuguesas que, em linhas gerais, trouxeram as suas receitas e trataram de substituir os ingredientes do reino pelos locais. Mais tarde, as sinhás brasileiras, senhoras de engenho, deram continuidade a essas tradições. Não podemos esquecer de ressaltar o legado dos indígenas e das negras cozinheiras neste processo que utilizavam seus conhecimentos para aprimorar e adaptar os preparos. No livro *Açúcar* (2007), Gilberto Freyre aponta o desenvolvimento da doçaria e pastelaria no Nordeste brasileiro desde o século XVI, quando os primeiros portugueses implantaram a cultura canavieira no litoral nordestino. A partir de então são quatro séculos de preparo contínuo de doces e sobremesas.

Por outro lado, segundo Juliana Bonomo (*O que é que a quitandeira tem?* 2014), em Minas Gerais:

“[...] esse desenvolvimento da doçaria e da pastelaria regional aconteceu um pouco mais tarde, com algumas receitas escassas de doces, bolos e pães, no século XVIII, período que marca o início do povoamento do estado, alavancando-se no século XIX, com a ruralização da economia”. (BONOMO,2014. p.24).

Segundo a autora, nos Oitocentos, período de ruralização de Minas, ocorreu relativa abundância de gêneros alimentícios como ovos, leite e queijo, o que propiciou a confecção da pastelaria caseira. Foi a partir desse momento que surgiram os biscoitos de queijo e na sequência surge o pão de queijo cuja receita originária é o biscoito de goma. A farinha de trigo como era escassa, de difícil acesso foi substituída pelas farinhas de milho, mandioca e pelos tubérculos ricos em amido. Portanto, as quitandas nasceram marcadas pelos ingredientes da terra e o uso de técnicas portuguesas, indígenas e dos escravos aqui presentes.

Com as mudanças sociais, o declínio da mineração a quitanda assume novas configurações: as negras são deslocadas das minas para o interior das fazendas sob o controle das sinhás das casas-grandes. Dessa forma a quitanda como produto passa a ter relações mais estreitas com as tradições portuguesas. É essa nova configuração que marca a mudança para a atual produção de quitandas em Minas Gerais “[...] nessa outra quitanda, os referentes são Portugal, o mundo rural, e o domínio da mulher branca no espaço doméstico”. (LIFSCHITZ & BONOMO, 2015. p.196).

Em *Receita de Mineiridade* (2007), Mônica Abdala ressalta que a produção de quitandas em Minas Gerais motiva a expansão de estabelecimentos comerciais que produzem e vendem estas iguarias. Kátia Toralles (*Entre cozinhas e quitandas: patrimônio e globalização em Pirenópolis*, 2017) diz que em Pirenópolis, Goiás, as quitandas eram feitas em casa e vendidas pelas ruas, nos bairros. As quitandeiras andavam pela cidade a pé, de bicicleta ou carroça. Mas, alguns negócios cresceram e as quitandas deixaram de ser produzidas em casa, ocupando as cozinhas de padarias, por exemplo. Fica evidente como era importante esse comércio realizado pelas quitandeiras, feito por escravas livres ou as que eram colocadas ao ganho pelos seus senhores. É notável também a diversidade de mercadorias vendidas, desde frutas, hortaliças, bebidas e comidas quentes.

Com o deslocamento da vida social para as fazendas há um novo arranjo da vida social mineira. É possível encontrar nas entrevistas organizadas pela historiadora Monica Abdala (2007) relatos que relacionam o isolamento dos núcleos habitacionais com a importância que se assumiu o estoque e preparo de quitandas e quitutes. Ainda de acordo com a autora nesse período entende-se que a pastelaria é marcada pela fartura e não pela carência evidenciada pelas receitas com utilização de grande número de ovos, leite, queijo “para a confecção das quitandas aproveitavam-se os

*excedentes* e não as *sobras*, caracteristicamente utilizadas nos períodos difíceis da povoação das Minas” (ABDALA, 2007, p.100).

As quitandas ainda estão presentes no café da manhã e no lanche da tarde dos mineiros. Os mineiros tinham o costume também de fazer esse lanche à noite “o chá a noite era de uso, acompanhado de biscoitos de polvilho, ou fritos em gordura, broas de amendoim, sequilhos e pamonhas, vindos das quitandeiras” (FRIEIRO, 182, p. 109). Antes acompanhadas por chá que foi sendo gradativamente substituído pelo café devido a importância da sua produção e consumo nas terras mineiras.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A história de Minas Gerais, da produção e comercialização de suas quitandas tem como norteadores temporais o auge da mineração no século XVIII e posteriormente sua decadência e ruralização da economia: as fazendas se tornando o ambiente principal da vida social e cultural. Ao analisar a bibliografia de referência, percebemos que o termo quitanda é comumente utilizado pela cozinha mineira, e reconhecido de acordo com o conceito descrito nesse artigo. Em outros estados, não encontramos referências sobre a utilização do termo com significado semelhante. Portanto, é possível dizer que o termo quitanda está associado à cozinha mineira e ao estado de Minas Gerais.

Portanto, esta pesquisa verificou que o “saber fazer” na tradição culinária das quitandas em Minas Gerais se formou no processo de ocupação e formação socioeconômica, política e cultural do estado, compondo uma herança imaterial da Gastronomia Mineira, e, portanto, da Gastronomia Brasileira, que se caracteriza por suas diversas regionalidades. Pode-se concluir ainda que as tradições ligadas ao “saber fazer” das quitandas não se referem apenas a um conjunto de práticas e hábitos alimentares, mas também, às práticas de convívio, das relações sociais.

## QUITANDAS

### **ABSTRACT**

Currently, the term "quitandeira" is used to designate women who make and sell "quitandas" by hand. These "quitandas", in turn, represent a domestic ritual of the Minas Gerais tradition, a true feast in the afternoon, the moment dedicated to snacks, lunches and coffee. (BONOMO, 2014). The objective of this research is to understand the origins, history and evolution of the concept of grocery stores, the importance of this trade in history and its development in Minas Gerais. The methodology will use documentary research (secondary data), prospected from various public, private, national, regional and local sources. As a practical part, six recipes prepared by the authors will be presented below.

**Keywords:** Gastronomy. Minas Gerais. Bakery. Confectionery. "Quitanda".

## REFERÊNCIAS

ABDALA, Mônica Chaves. **Receita de mineiridade:** a cozinha e a construção da imagem do mineiro: 2. ed. Uberlândia: Edufu, 2007.

BANDEIRA, Julio; LAGO, Pedro Corrêa do. **Debret e o Brasil:** obra completa. 6. ed. Rio de Janeiro: Capivara, 2020.

BONOMO, Juliana Resende. **O que é que a quitandeira tem?** Um estudo sobre a memória e a identidade das quitadeiras de Minas Gerais. Dissertação. Programa de Pós-Graduação Stricto Senso em Memória Social. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, 2014.

BONOMO, Juliana Resende. **“Com gosto” e “por gosto”:** o ofício das quitadeiras de Minas Gerais sob uma perspectiva histórica. Tese (Doutorado). Programa de Pós-Graduação em História Econômica do Departamento de História da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, da Universidade de São Paulo – USP. São Paulo, USP: 2020.

CHRISTO, Maria Stella Libanio. **Fogão de lenha:** quitandas e quitutes de Minas Gerais. 12. ed. Rio de Janeiro: Garamond, 2006.

FREITAS, Fernando Vieira de. **Das kitandas de Luanda aos tabuleiros das Terras de São Sebastião:** conflito em torno do comércio das quitadeiras negras no Rio de Janeiro do século XIX. Dissertação (Mestrado). Programa de pós-graduação em Planejamento Urbano e Regional da Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ – Rio de Janeiro: 2015.

FRIEIRO, Eduardo. **Feijão, angu e couve:** ensaio sobre a comida dos mineiros. Belo Horizonte: Editora Itatiaia Limitada; São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 1982.

LESNAU, Marcilene Carmem da Silva. **Influência portuguesa na doçaria brasileira.** Monografia (Especialização). Curso de Especialização em Gastronomia e Segurança Alimentar do Centro de Excelência em Turismo da Universidade de Brasília – UnB. Brasília: 2004.

LIFSCHITZ, Javier Alejandro; BONOMO, Juliana Resende. **As quitadeiras de Minas Gerais:** memórias brancas e memórias negras. Revista Ciências Sociais Unisinos, v. 51, p. 193-200, 2015.

LODY, Raul. **Kitutu:** histórias e receitas da África na formação das cozinhas do Brasil. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2019.

PETTER, Margarida; FIORIN, José Luiz (Org.). **África no Brasil:** a formação da língua portuguesa. 1. ed. São Paulo: Editora Contexto, 2008.

RAINHO, Maria do Carmo Teixeira; MAGALHÃES, Aline Montenegro. Produção, usos e apropriações de uma imagem: o processo de iconização da fotografia da mulher de turbante, de Alberto Henschel. **Revista de História da UEG – Morrinhos**, v. 9, n. 2, p. 1-26, jul./dez. 2020.

SENRA Rosaly; SENRA, Imene (Organizadoras). **Quitandas de Minas: receitas de família e histórias**. 2. ed. rev. – Belo Horizonte: Editora Gutenberg, 2012. Volume 1.

SULIS, Marcella. As broas de milho: reflexões sobre suas tradições no sudeste brasileiro. In. MELCHIOR, Myriam (Org.) **Gastronomia, cultura e memória: por uma cultura brasileira do milho**. Rio de Janeiro: Folio Digital: Letra e Imagem, 2017.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos ao Prof. Dr. Marco Antônio Pereira Araújo – Coordenador – e aos colaboradores Iago de Castro Rocha, Daniela Aparecida de Miranda e Maria Eduarda Pires Gomes Ferreira do Centro de Pesquisa e Extensão do UniAcademia Centro Universitário pelos recursos concedidos para realização deste projeto.

## ANEXOS – PARA VER

Parte prática projeto de iniciação científica – Quitandas



Da direita para esquerda: João Batista Villas Boas Simoncini, Sávio Abritta Carvalho Sousa e Adriana Silva de Oliveira - Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

Broa de Fubá



Broa de Fubá com Goiabada Cremosa



Broa de Fubá



Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

Broa de Fubá com Goiabada Cremosa



Massa de Pão de Queijo



Pão de Queijo: "Covid Mineiro"



Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

Beliscão – Biscoito Goiabinha



Beliscão – Biscoito Goiabinha



Beliscão – Biscoito Goiabinha



Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

Broinha de Fubá



Broinha de Fubá, Goiabada Cremosa, Café e outras Quitandas



Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

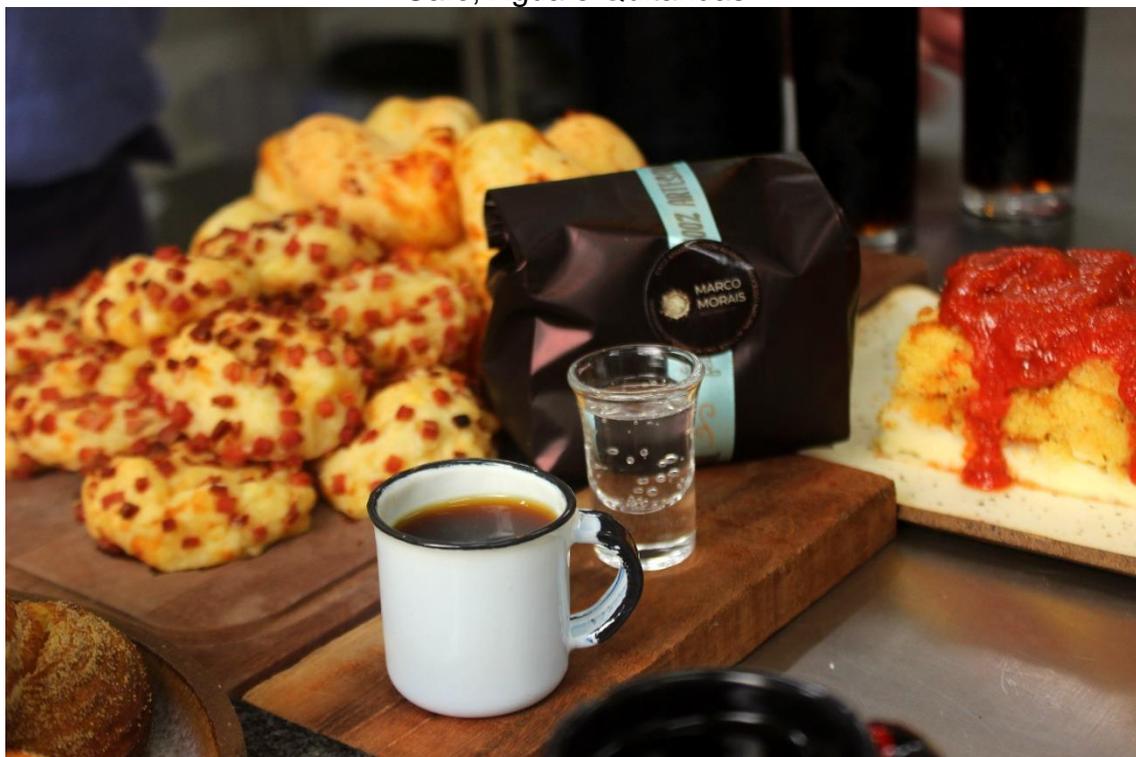
Coador de Pano, Mancebo e Caneco Esmaltado



Coando Café



Café, Água e Quitandas



Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

Bolo de Milho



Pão de Queijo



Quitandas



Fotos: Luiza Coury Bernardes - 18 nov. 2021.

## ANEXOS – PARA FAZER

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Projeto:	QUITANDAS		
Professora:	João Batista Villas Boas Simoncini		
<b>PRATO:</b>	<b>Pão de Queijo</b>		
Categoria:	Quitandas	Rendimento:	1 unidade
INGREDIENTE	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Farinha de milho flocada	100	g	
Leite integral	300	g	
Leite integral	120	g	Para hidratar a farinha de milho flocada
Manteiga	400	g	
Ovos	04	Unidades	
Polvilho Azedo	1	Kg	
Queijo Minas Frescal	700	g	
Sal	13	g	
MODO DE PREPARO			
<p>1. Coloque de farinha de milho em uma tigela ou em um <i>bowl</i> de inox ou vidro e acrescente 120g de leite para hidratar;</p> <p>2. Numa caçarola a manteiga, leite e o sal, deixe esquentar até ferver;</p> <p>3. Numa tigela ou bowl de vidro ou inox coloque 1kg de polvilho azedo e sobre este derrame a manteiga e o leite (escaldados), misture até retirar os grumos;</p> <p>4. Acrescente a farinha de milho hidratada com leite, misture bem e adicione os ovos e amasse bem para a massa ficar homogênea, adicione o queijo ralado grosso ou amassado grosseiramente. Enrole – ou faça bolinha – no tamanho desejado e asse no forno pré-aquecido a temperatura 180 a 200 °C.</p> <p><b>Observação:</b> O tempo de forno pode variar de 30 a 40 minutos, dependendo do tamanho do pão de queijo e do tipo de forno.</p> <p><b>Dicas:</b> para fazer o “Covid Mineiro” basta passar a massa no filezinho suíno defumado (250g – cortado em cubinhos) no momento que estiver boleando o pão de queijo.</p>			

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Projeto:	QUITANDAS		
Professora:	Suellen Dias de Andrade		
<b>PRATO:</b>	<b>Broinha de Fubá</b>		
Categoria:	Quitandas	Rendimento:	30 unidades
INGREDIENTE	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Leite	240	ml	
Água	240	ml	
Açúcar	50	g	
Manteiga sem sal	150	g	
Sal	6	g	
Grãos de erva doce	6	g	Se preferir, substitua a erva doce por raspas de limão.
Fubá mimoso	90	g	
Farinha de trigo	180	g	
Ovos	300	g	6 unidades
Manteiga	20	g	Para untar.
Fubá	20	g	Para polvilhar.
MODO DE PREPARO			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pré-aqueça o forno a 220°C.</li> <li>2. Unte uma assadeira grande com manteiga e polvilhe com fubá. Reserve.</li> <li>3. Numa panela média, junte o leite, a água, o açúcar, a manteiga, as sementes de erva-doce e o sal. Leve ao fogo médio.</li> <li>4. Assim que começar a ferver, adicione a farinha e o fubá e mexa bem com uma espátula para formar uma massa lisa. Deixe cozinhar por cerca de 2 minutos, sem parar de mexer, até formar uma camada fina de massa seca no fundo da panela.</li> <li>5. Desligue o fogo e transfira a massa para a tigela da batedeira. Bata em velocidade baixa, por 5 minutos, para esfriar.</li> <li>6. Adicione um ovo de cada vez, batendo bem entre cada adição. Depois do último ovo, deixe bater por cerca de 2 minutos, até formar uma massa brilhante.</li> <li>7. Com um boleador de sorvete, retire uma porção de massa e transfira para a assadeira (você também pode moldar as broinhas utilizando 2 colheres de sopa). Repita com toda a massa, deixando um espaço de 3 cm entre cada uma.</li> <li>8. Polvilhe as broinhas com fubá e leve para assar em forno preaquecido a 220 °C por 10 minutos. Diminua a temperatura do forno para 180 °C e deixe assar até as broinhas ficarem douradas e firmes.</li> </ol>			
OBSERVAÇÕES			
Ficha técnica baseada na receita de Rita Lobo.			

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Projeto:	QUITANDAS		
Professora:	Suellen Dias de Andrade		
<b>PRATO:</b>	<b>Broinha de Fubá de Canjica</b>		
Categoria:	Quitandas	Rendimento:	25 unidades
INGREDIENTE	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Ovos	250	g	5 unidades
Óleo de milho ou girassol	120	ml	
Leite	240	ml	
Açúcar refinado	45	g	
Sal	3	g	
Fubá de canjica	280	g	
Grãos de erva doce	5	g	
Manteiga	10	g	Para untar.
Óleo	5	g	
Fubá	20	g	Para polvilhar.
MODO DE PREPARO			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pré-aqueça o forno a 250°C.</li> <li>2. Unte uma assadeira grande com manteiga e polvilhe com fubá. Reserve.</li> <li>3. No liquidificador, coloque os ovos, o óleo, o leite, o açúcar, o sal e cerca de um quarto do fubá. Bata bem até ficar uma massa lisa.</li> <li>4. Despeje tudo num <i>bowl</i> e junte o restante do fubá aos poucos e a erva-doce. Misture bem até formar uma massa cremosa, pastosa.</li> <li>5. Passe óleo numa xícara de chá de fundo arredondado e depois coloque um pouco de fubá. Retire porções de massa usando duas colheres de sobremesa (uma para pegar, outra para empurrar). Jogue a porção de massa dentro da xícara, rodeie para moldar a bolinha e vire sobre a assadeira preparada. Faça isto com toda a massa, deixando espaço de aproximadamente 2 cm entre as broinhas.</li> <li>6. Leve ao forno preaquecido para assar. Depois de 10 minutos, diminua a temperatura do forno para 200°C. Deixe assar até ficar dourada.</li> </ol>			
OBSERVAÇÕES			
Ficha técnica baseada na receita de Elzinha Nunes, do restaurante Dona Lucinha			

**CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA  
FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO**

Projeto:	QUITANDAS		
Professora:	João Batista Villas Boas Simoncini		
<b>PRATO:</b>	<b>Broa de Fubá</b>		
Categoria:	Quitandas	Rendimento:	1 unidade
INGREDIENTE	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Açúcar cristal	200	g	
Farinha de trigo	80	g	
Fermento químico em pó	13	g	
Fubá	120	g	
Leite integral	130	mL	Leite quente
Óleo de girassol	130	mL	
Ovos	03	Unidades	
Manteiga	10	g	Para untar.
Fubá	10	g	Para polvilhar.
MODO DE PREPARO			
<p>1. Num bowl/tigela de vidro ou de inox adicione e misture o fubá, a farinha e o fermento. Reserve;</p> <p>2. No liquidificador coloque os ovos, o açúcar e o óleo e bata por aproximadamente 2 minutos. Posteriormente adicione o leite quente com o liquidificador ligado até que o mesmo seja incorporado à mistura. Adicione essa mistura aos outros ingredientes reservados (fubá, farinha e fermento) e coloque numa forma untada com manteiga e enfarinhada com fubá;</p> <p>3. Asse em forno pré-aquecido a 200°C até dourar levemente a parte superior.</p> <p><b>Dicas de acompanhamento:</b> café, goiabada cremosa (250g) ou doce de leite pastoso (250g).</p>			

**CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA  
FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO**

Projeto:	QUITANDAS		
Professora:	Suellen Dias de Andrade		
<b>PRATO:</b>	<b>Bolo de Milho</b>		
Categoria:	Quitandas	Rendimento:	1 unidade
INGREDIENTE	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Milho verde fresco debulhado	3	xícaras	Aproximadamente de 5 a 6 espigas. Medidor de xícara de 240ml.
Leite	240	ml	
Leite de coco	200	ml	
Açúcar refinado	360	g	
Óleo de milho ou de girassol	60	ml	
Ovos	200	g	4 unidades
Fubá	70	g	
Fermento químico em pó	14	g	
Manteiga	12	g	Para untar.
Fubá	10	g	Para polvilhar.
MODO DE PREPARO			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pré-aquecer o forno a 160°C.</li> <li>2. Unte uma forma redonda de 25cm de diâmetro ou uma retangular de 20cm x 30cm com manteiga e polvilhe com fubá. Reserve.</li> <li>3. No liquidificador, bata o milho com o leite e o leite de coco.</li> <li>4. Adicione o açúcar, o óleo e os ovos e bata novamente.</li> <li>5. Passe a mistura para um <i>bowl</i> e acrescente o fubá e o fermento em pó. Mexa com um <i>fouet</i>.</li> <li>6. Coloque a massa na forma untada e leve ao forno preaquecido para assar.</li> </ol>			

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Projeto:	QUITANDAS		
Professora:	Suellen Dias de Andrade		
<b>PRATO:</b>	<b>Beliscão – Biscoito Goiabinha</b>		
Categoria:	Quitandas	Rendimento:	70 unidades
INGREDIENTE	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Farinha de trigo	240	g	
Ovo	50	g	1 unidade
Açúcar refinado	45	g	
Manteiga sem sal	125	g	
Sal	1	g	
Goiabada em barra	100	g	Textura firme.
Açúcar de confeitiro	50	g	Para polvilhar.
MODO DE PREPARO			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Num <i>bowl</i>, junte a manteiga e o açúcar. Bata na batedeira, com a raquete, até formar um creme liso.</li> <li>2. Acrescente o ovo e bata até homogeneizar e então, de uma única vez, junte a farinha com o sal.</li> <li>3. Bata até formar uma farinha grossa. Despeje a massa na bancada e amasse com as mãos até formar uma bola homogênea.</li> <li>4. Embrulhe a massa em filme plástico, ou papel manteiga, e deixe descansar na geladeira por pelo menos 30 minutos.</li> <li>5. Retire a massa da geladeira e coloque sobre a bancada. Polvilhe a bancada com farinha de trigo. Com um rolo, abra a massa até formar um círculo de espessura aproximada de 3mm.</li> <li>6. Com um aro de 5cm de diâmetro corte diversos discos. Reserve.</li> <li>7. Corte a goiabada em tirinhas finas com cerca de 4cm de comprimento e 0,3mm de espessura.</li> <li>8. Coloque uma tira da goiabada no centro de cada disco de massa e cubra dando uma beliscada para prender a massa.</li> <li>9. Coloque os biscoitos na fôrma – não precisa untar – e leve à geladeira por 30 minutos.</li> <li>10. Pré-aqueça o forno a 200 °C e separe um <i>bowl</i> com o açúcar de confeitiro.</li> <li>11. Retire as goiabinhas da geladeira e leve imediatamente ao forno. Asse por aproximadamente 8-10 minutos.</li> <li>12. Retire as goiabinhas do forno e passe-as pelo açúcar refinado. Depois deixe descansar sobre uma grade até esfriarem completamente.</li> </ol>			
OBSERVAÇÕES			
Ficha técnica baseada na receita de Joyce Galvão.			