

## COMIDA DE QUILOMBO

BETTI, Luis Felipe Rubinger<sup>1</sup>; MEDEIROS, Mariane Evelin Siqueira<sup>2</sup>; SIMONCINI, João Batista Villas Boas<sup>3</sup>

### RESUMO

A formação da cozinha brasileira tem início na miscigenação cultural entre indígenas, africanos e portugueses, possibilitada pela expansão marítima de Portugal. No período colonial do Brasil, o sistema escravista vigente utilizava essa mão de obra para obter seus lucros de produção, mas representações de resistência apareciam em paralelo e estiveram presentes onde havia a escravidão. Este trabalho toma como referência os processos de formação da cultura alimentar nos quilombos, que foi influenciada não somente pelo hibridismo cultural, mas pelas condições de que dispunham naquele meio. Nesse contexto, no presente estudo destacamos os principais ingredientes que estavam disponíveis nos quilombos espalhados no Brasil e o resultado que o encontro de saberes e sabores teve em sua gastronomia, aplicando-as, como proposta técnica, na elaboração de um menu degustação com o sentido de representar os ingredientes resultantes da miscigenação das raças expressas nos quilombos.

**Palavras-chave:** Escravidão, Quilombo, Gastronomia, Cozinha Brasileira.

### 1 INTRODUÇÃO

A alimentação, ato necessário para a subsistência humana, permeia as complexas estruturas de determinada cultura. Os hábitos alimentares vão muito além do universo simbólico do ato de comer: eles materializam a estrutura social e atualizam as representações socioculturais, permitindo que interajam entre si os que possuem em comum a mesma cultura. No que diz respeito aos quilombos, os hábitos alimentares estão

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora - CES/JF. Rua Tomás Cameron, n° 61, Industrial, Juiz de Fora. Telefone: (32) 32211219. *E-mail:* feliperubinger@gmail.com.

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora - CES/JF. Rua José Josino de Oliveira, n° 110, Funcionários, Barbacena. Telefone: (32) 99919-7618. *E-mail:* medeirosmariane@hotmail.com.

<sup>3</sup> Orientador.

diretamente relacionados ao cultivo, às caças, às trocas e aos furtos, importantes manifestações dessas sociedades (SILVA; BAPTISTA, 2016).

Para Cândido (2010), o alimento é um dos fatores explicativos da vida social. Sabe-se, no entanto, que a obtenção, a definição e a elaboração de uma dieta dependem estreitamente da organização correspondente, e que os ritos agrários se encontram na base dos desenvolvimentos culturais mais surpreendentes. Vida, meio e grupo se integram e unificam muitas vezes em função do alimento. Nesta perspectiva, a sociedade manifesta-se por meio de muitos espelhos e idiomas, sendo o código da comida um dos mais importantes no que se refere ao Brasil (DAMATTA, 1984).

A prática escravista ocorrida no período colonial do Brasil ensejou o surgimento de diversos movimentos de resistência, cujas manifestações e demandas foram as mais diversas, desde a negociação de melhores condições de vida e trabalho até a negação total da sociedade escravista com a fuga individual ou coletiva. Esses movimentos buscavam uma alternativa para a vida no regime de trabalho forçado por meio de uma possível invisibilidade e liberdade em meio aos demais. Adentrando nas serras e matas, os foragidos formavam pequenas comunidades, muitas das quais de destaque na história do Brasil. Essa é, em resumo, a origem do que se conhece por quilombo (REIS; GOMES, 2012).

Em meio a esse cenário de resistência, do qual pouco se conhece por conta da escassez de registros históricos, busca-se apresentar, neste trabalho, os ingredientes que compunham e sustentavam os quilombolas, ou seja, a base alimentar que possibilitava a sua existência. Questiona-se, nessa perspectiva, se é possível elaborar um menu degustação que utilize como base os alimentos disponíveis nos territórios quilombolas. Desse modo, com base em levantamento bibliográfico, o objetivo deste trabalho foi estruturar a elaboração de um menu degustação e, por este meio, demonstrar parte da cultura alimentar nos quilombos do Brasil.

Este trabalho encontra-se dividido em outras quatro partes: a primeira apresenta uma abordagem histórica sobre alguns territórios quilombolas no Brasil; a segunda trata da vida e da alimentação presente nestes territórios e enfatiza os ingredientes que configuram a base alimentar dos quilombos do país; na terceira parte, são demonstradas as fichas técnicas que compõem o prato; por fim, a quarta parte apresenta os resultados, a discussão da pesquisa e suas conclusões.

## 2 QUILOMBOS<sup>4</sup>: ORIGEM E CONTEXTO HISTÓRICO

Diversos fatores podem ser apontados como responsáveis pela expansão marítima de Portugal. De acordo com de Mello (2006), a relativa superpopulação do país, a carência de metais para seu desenvolvimento e o avanço científico fomentaram a sede por novas terras e mercadorias para suas trocas. Com a chegada dos primeiros europeus nas costas do Atlântico Africano, novos interesses comerciais surgiram, como o comércio de escravos, que já era conhecido por parte dos africanos. Como apontam Reis e Gomes,

A escravidão de africanos nas Américas consumiu cerca de 15 milhões ou mais de homens e mulheres arrancados de suas terras. O tráfico de escravos através do Atlântico foi um dos grandes empreendimentos comerciais e culturais que marcaram a formação do mundo moderno e a criação de um sistema econômico mundial. [...] Aqui, não obstante o uso intensivo de mão de obra cativa indígena, foram os africanos e seus descendentes que constituíram a força de trabalho principal durante os mais de trezentos anos de escravidão. [...] Além de movimentarem engenhos, fazendas, minas, cidades, plantações, fábricas, cozinhas e salões, os escravos da África e seus descendentes imprimiram marcas próprias sobre vários aspectos da cultura material e espiritual deste país, sua agricultura, culinária, religião, música, artes, arquitetura [...] (REIS; GOMES, 2012, p. 9).

A escravidão pode ser conceituada como a prática social em que um ser humano assume direitos de propriedade sobre outro, o que pode ser imposto por meio de diversas demonstrações de força e opressão. Tal fenômeno existe desde os mais remotos tempos e, via de regra, os escravos são tratados como mercadorias, não lhes sendo assegurado qualquer tipo de direito (DE MELLO, 2006).

Contudo, é um erro afirmar que a história do negro no Brasil se resume a submissão à sua condição cativa, na medida em que também houve incontáveis manifestações de resistência ao sistema escravista, seja pela negociação de melhores condições de vida e trabalho, seja pela negação total da lógica desse sistema por meio da fuga, em geral considerada recurso mais extremo, por conta dos castigos radicais que seriam infligidos em caso de insucesso. Nesse contexto, os quilombos tornaram-se o símbolo maior de resistência em busca da liberdade. É preciso notar que nem todos os quilombos foram formados apenas pela reunião de escravos fugitivos: a ocupação de fazendas abandonadas em momentos de crise e a reunião de escravos em serras, chapadas e enseadas em meio à mata também foram outros fatores que levaram ao surgimento de quilombos (DA SILVA, 2011).

---

<sup>4</sup> Consideram-se remanescentes das comunidades dos quilombos os grupos étnico-raciais com trajetória histórica própria, dotados de relações territoriais específicas, com presunção de ancestralidade negra relacionada com a resistência à opressão histórica sofrida.

A progressiva ocupação do espaço geográfico pelo homem branco obrigou os índios, primeira população por eles escravizada, a recuar para locais cada vez mais inóspitos, em que fosse possível manter seus hábitos e identidade. Tal espaço, posteriormente, seria ocupado tanto pelos índios como pelos negros fugidos que formavam seus quilombos. Nesse contexto, índios, negros e até mesmo brancos foragidos juntavam-se muitas vezes em momentos de conflito e de aliança. Essa interação social promoveu entre essas comunidades a incorporação de uma série de elementos da cultura material e simbólica. Os índios, por exemplo, foram responsáveis por auxiliar os escravos em sua relação com a natureza, como demonstram Reis e Gomes: “ao se apropriarem dos meios de resistência disponíveis pelos índios, os mocambeiros renovaram a sua capacidade de superar novos desafios” (2012, p. 555).

### **3 VIDA E ALIMENTAÇÃO NOS TERRITÓRIOS QUILOMBOLAS**

Constata-se a presença de quilombos em todas as regiões em que houve o processo de escravidão. Ao contrário do que supõe o senso comum, os quilombos não aconteceram de forma esporádica no Brasil, sendo inclusive maiores quando próximos aos centros econômicos (DE MELLO, 2006). Importante fator no desenvolvimento dos mocambos<sup>5</sup> foi a dificuldade de acesso aos seus territórios, que eram estrategicamente escondidos em matas, morros, chapadas e serras e através de rios ou abismos que, além de dificultar a aproximação indesejada, facilitavam a visualização das ameaças e serviam como possível rota de fuga. Quando encontravam engenhos e plantações, os quilombos travavam relações comerciais, pacíficas ou não, que poderiam resultar na fixação de seus mocambos também nesses locais (FURTADO, et al. 2014).

As adversidades que circundavam os quilombos causavam certa variação em seus padrões culturais, o que se refletia nas técnicas aplicadas em suas construções, estruturas sociais, segurança e unidade familiar. O vínculo familiar era de importante força no contexto dos quilombos, que cresciam em razão da reprodução natural de seus indivíduos e pela chegada de novos fugitivos do sistema escravista, tanto espontânea quanto estimulada por quilombolas em suas invasões (LEITE, 1999).

No contato com os índios, os quilombolas transformaram suas técnicas de caça e pesca, aprenderam a produzir redes e cerâmica, conheceram mais sobre o processamento da mandioca e as plantas da floresta, conhecimento que se somava àquele trazido das

---

<sup>5</sup> “A palavra seria utilizada para caracterizar tanto as estratégias militares – acampamentos – na África pré-colonial como aquelas da resistência à escravidão na América portuguesa” (GOMES, 2015).

fazendas em que trabalhavam (MATTOSO, 1982). Os quilombolas cultivavam e processavam alimentos, pescavam e criavam animais e, em todas essas práticas, que variavam de território a território, observa-se a presença marcante de alimentos como milho, mandioca, feijão, batata, arroz, banana, cana-de-açúcar, melancia e diversas outras plantas e frutas nativas. Além disso, eles conseguiam produzir derivados da cana, como o açúcar, a rapadura e a aguardente. Plantavam também fumo, que viria a se tornar importante moeda para trocas comerciais, e algodão, utilizado na produção de tecidos (REIS; GOMES, 2012).

Essas estruturas sociais eram influenciadas pelos modelos organizacionais até então conhecidos para a manutenção de suas sociedades, com lógica própria de segurança, trabalho, poder e sistema de justiça próprio. Geralmente, possuíam em comum a figura de um líder, alguém com um histórico de destaque tanto social quanto familiar (DE MELLO, 2006).

A economia quilombola era direcionada à sua existência, mas a produção de excedentes era comercializada, de modo que lentamente os quilombos ganharam espaço como fonte de abastecimento de mercados regionais. Dessa forma, classificam-se os quilombos a partir de sua base de sustentação econômica: agrícola, extrativista, mercantil, minerador, pastoril, de serviços e predatório. A importante presença da agricultura independe do foco produtivo e serviu de sustentação dos mocambos (REIS; GOMES, 2012).

As atividades econômicas de maior expressividade nos quilombos dos estados de Minas Gerais, Mato Grosso e Goiás estavam voltadas primordialmente para a mineração, a pecuária e a agricultura. A mineração clandestina obtinha seus lucros dos minerais garimpados, que serviam como moeda de troca por armas, sal, temperos, fumo, munição, cachaça, tecidos e outros produtos. A pecuária esteve presente nos locais com menor incidência mineral, sendo utilizada como balança para o equilíbrio na crise de outras atividades econômicas, especialmente com a produção de carne seca, de destaque no estado do Rio Grande do Sul.

É a agricultura, no entanto, a prática que sustentou e viabilizou a existência dos quilombos, estando atrelada ao próprio processo de formação dos mocambos. Suas características produtivas variavam de acordo com alguns aspectos, como local, tipo de lavoura, plantas nativas, domínio de técnicas. Os estados com maior destaque na produção de alimentos como principal atividade econômica foram o Amazonas na lavoura cacauzeira e o Rio de Janeiro por sua geografia e facilidade de escoamento dos produtos (REIS; GOMES, 2012).

Com base nas referências sobre as regiões quilombolas brasileiras, apresenta-se o Quadro 1, no qual constam os alimentos consumidos nos territórios quilombolas e é possível identificar certos alimentos comuns a todas as regiões. Os alimentos que aparecem nos territórios quilombolas foram elencados para compor o menu elaborado neste trabalho, cabendo destacar que, no que diz respeito à sua execução, não foram utilizadas técnicas de cocção presentes nos territórios quilombolas, mas técnicas do período presente.

### 3.1 QUADRO 1

OS ALIMENTOS ENCONTRADOS NOS TERRITÓRIOS QUILOMBOLAS DO BRASIL		
Quilombo	Regiões	Ingredientes
_*	Minas Gerais	Milho, feijão, melancia, rapadura, aguardente, caça, pesca.
-	Mato Grosso	Milho, feijão, mandioca, amendoim, batatas, cará, bananas, ananás, galinha.
-	Goiás	Milho, arroz, batatas, cará, ananás, abóbora, mandioca, cachaça, pesca, caça, carne seca, carne moqueada, café, açúcar, sal.
-	Rio de Janeiro	Milho, abóbora, mangalô (fava), mandioca, cana-de-açúcar, melancia, aguardente, caça, pesca.
-	Rio Grande do Sul	Milho, feijão, abóbora, carne charqueada, caça, pesca.
-	Amazonas	Batata-doce, castanhas, salga de peixe, maniva (mandioca), pesca, caça.
-	Não identificado	Cacau, palmeiras, frutas silvestres (pequi, mangaba, ingá), quiabo, jiló, chicória, mangarito, brócolos, taioba, espinafre, serralha, alfaces, couves, acelga, caju, maracujá, goiaba, jabuticaba, laranja, coco, pimenta.

\* Quilombos não identificados

Fonte: Adaptado de Reis e Gomes (2012); França e Ferreira (2012); Pinto (2005); Mello (1970).

Organização: Autores, 2018.

### 3.2 INGREDIENTES UTILIZADOS NA ELABORAÇÃO

Optamos por utilizar os ingredientes pesquisados de forma miscigenada, em alusão à diversidade cultural formadora da alimentação nos quilombos, nos quais os ingredientes variavam de acordo com as suas particularidades. Quanto à utilização dos ingredientes para a elaboração dos preparos, traçaremos um breve histórico de referências sobre os seguintes ingredientes: mandioca, milho, raízes e tubérculos, feijão, couve, pequi, cacau, cana-de-açúcar, banana, pesca e caça. Passaremos, em seguida, para a demonstração do preparo.

Segundo Cascudo (2004), a mandioca era o alimento mais popular à época dos quilombos. Dentre seus diversos usos, a farinha obtida da mandioca se destaca como base alimentar dos nativos brasileiros desde muito antes da colonização portuguesa. Sua utilização pelos indígenas encantou os portugueses por ser uma raiz saborosa, de fácil digestão e substancial. Tornou-se, posteriormente, a base alimentar dos escravos, desde os navios negreiros até os momentos de rebelião nas terras quilombolas presentes em todo o território nacional.

A banana se destaca como a maior contribuição africana para a alimentação do Brasil em volume, difusão e uso, segundo o mesmo autor (2004), visto que nenhuma outra fruta obteve tanta popularidade. A banana era consumida por toda a população: indígenas, escravos, quilombolas e colonizadores. Ainda sobre os frutos, o cacau aparece principalmente no nordeste do país, como expõe Mattoso (1982), sendo utilizado especialmente por suas propriedades energéticas. O cacau e outras frutas silvestres, que eram encontradas em abundância, como o pequi, são parte importante da alimentação no período colonial (MELLO, 1970). Já o milho, segundo Marcgrave (1942), era colhido duas vezes ao ano, em uma cerimônia que se estendia por uma semana e que era finalizada com danças, cantos e festejos com a comida.

Os tubérculos e raízes mais consumidos no Brasil no período colonial eram a batata doce, o inhame, a mandioca e o cará. O cultivo do cará, que é nativo do Brasil, foi aprendido com as populações indígenas. Já o vocábulo inhame era destinado aos tubérculos africanos trazidos pelos exploradores. Os demais tubérculos eram designados genericamente por batatas. A batata doce era comum na alimentação indígena e crescia facilmente no Brasil, sendo que os índios, inclusive, já haviam desenvolvido diversas variedades do tubérculo, como a batata doce amarela, a roxa e a branca (HUE, 2008).

De acordo com Pinto (2005), o feijão foi, tanto no litoral como no interior, a solução encontrada para umedecer a comida, acentuadamente seca. O mesmo autor, ao mencionar a presença das hortas, relata que as hortaliças trazidas de Portugal se adaptam com facilidade ao solo do Brasil. Cabe mencionar, também, o cultivo da cana e de seus subprodutos, como o açúcar e a rapadura, esta última um alimento comumente consumido no Brasil Colônia. Já a cachaça, também subproduto da cana, servia para embalar as noites dos escravos, foragidos ou não, e a dos portugueses, que encontravam na iguaria uma quantidade inebriante de álcool (FRANÇA; FERREIRA, 2012).

A pesca, segundo Hue (2008), era marcada pela abundância e diversidade tanto nas águas doces como nas salgadas. Entre as diversas opções de peixes nativos, o

*Cynopotamus humeralis*, conhecido popularmente por lambari, era o de maior difusão, por sua riqueza nutricional e sua abundância nos rios do Brasil.

O aspecto caça será manifestado nos preparos através do porco, um dos principais alimentos indígenas e posteriormente dos novos habitantes do país. Os porcos eram muito abundantes no Brasil, sendo apontados, inclusive, como responsáveis por manter, nas expedições, índios e fugitivos muito bem alimentados. Sua carne era aproveitada em uma variedade de produtos e inúmeras iguarias. Vale ressaltar que, na época, a espécie em abundância era a que chamamos de porco do mato (HUE, 2008).

#### 4 MATERIAL E MÉTODOS

Para o desenvolvimento deste artigo utilizou-se de pesquisa bibliográfica e experimental, seguindo a proposta de Gil (1991). A pesquisa bibliográfica atende ao objetivo de conhecer os hábitos alimentares quilombolas e os ingredientes disponíveis e utilizados em sua cultura, o que só foi possível pela obtenção de dados em consultas de livros e artigos que abordam o tema. O aspecto experimental, por outro lado, coloca em prática o estudo teórico em questão, com a proposta de execuções práticas que ofereçam um prato composto pelos ingredientes utilizados e disponíveis nos mocambos.

Para a realização dos testes, os seguintes utensílios e equipamentos foram utilizados: placas de corte, faca com lâmina de aço inox de 8", socador, tigela, tabuleiro, talheres de prova, forno, panela de aço inox, papel alumínio, balança digital para ingredientes secos, copo medidor para as proporções líquidas, ralador inox e peneira.

Quanto aos preparos para o menu degustação, utilizaram-se ingredientes disponíveis nos quilombos durante a colonização brasileira, e a diversidade cultural encontrada na alimentação desses locais serviram de inspiração na execução dos pratos. As fichas técnicas elaboradas demonstram os métodos e estão especificados nos Quadros 2, 3 e 4.

O Quadro 2 apresenta a ficha técnica que compõe a entrada, primeiro movimento do menu degustação proposto.

**QUADRO 2-** Ficha técnica da entrada.

PRATO:	Lambari no fubá e bolinho de feijão		
Categoria:	Entrada	Rendimento:	4 porções
INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Feijão preto	120	g	
Sal	4	g	Fino
Bacon	20	g	Em tiras
Couve	1	Und	Folha
Lambari limpo	120	g	

Continuação...



Fubá	200	g	
Limão	10	mL	
Óleo vegetal	1	L	
Água	-	-	QB
<b>MODO DE PREPARO</b>			
<b>Bolinho de feijão</b>			
1. Cozinhar em uma panela grande o feijão com água abundante por 30 minutos. Coar, socar e reservar no refrigerador por 10 minutos.			
2. Enquanto isso; fritar; secar e triturar o bacon na faca.			
3. Retirar o feijão, temperar a massa e formatar bolinhos de 10g e, em seguida, empanar no bacon.			
<b>Lambari frito</b>			
1. Temperar o lambari e reservar por 10 minutos. Em seguida, empanar no fubá por completo e reservar.			
2. Fritar por imersão em óleo vegetal quente até dourar.			

Fonte: O autor.

O Quadro 3 apresenta a ficha técnica para o prato principal, seguindo o menu.

**QUADRO 3** - Ficha técnica do prato principal.

<b>PRATO:</b>	<b>Costelinha, farofa de pequi, batata doce roxa, inhame e abóbora</b>		
Categoria:	Prato principal	Rendimento:	4 porções
<b>INGREDIENTE</b>		<b>QUANTIDADE</b>	<b>UNIDADE</b>
Farinha de mandioca amarela		80	g
Pequi despulpado		40	g
Açúcar mascavo		50	g
Cachaça		50	mL
Costela de porco		400	g
Sal		11	g
Alho		11	g
Água		-	-
Inhame		20	g
Batata doce roxa		80	g
Abóbora		50	g
Pimenta do Reino		1	g
Manteiga		20	g
<b>MODO DE PREPARO</b>			
<b>Farofa de pequi</b>			
1. Colocar o pequi na frigideira assim que a manteiga derreter.			
2. Acrescentar a farinha de mandioca assim que o pequi conferir seu aroma; finalizar com sal.			
<b>Redução de açúcar mascavo e cachaça</b>			
1. Diluir o açúcar mascavo na água e aquecer em fogo baixo.			
2. Acrescentar a cachaça e deixar o álcool evaporar.			
<b>Costela de porco</b>			
1. Cortar a costela em tiras de 8 cm de comprimento, 4 cm de altura e retirar a extremidade da carne expondo a ponta do osso.			
2. Amassar o alho juntamente com o sal até formar uma pasta e temperar a costela com a pasta de alho e pimenta do reino, deixando marinar por 40 min.			
3. Envolver cada tira de costela com papel alumínio.			
4. Colocar em um tabuleiro e levar ao forno pré-aquecido a 240° por 1h40.			
5. Retirar do forno e desembrulhar.			
<b>Inhame, batata e abóbora</b>			
1. Cozinhar as batatas no vapor até amolecerem.			
2. Amassar as batatas com o garfo e passar na peneira; acrescentando logo em seguida o sal, a manteiga e finalizar com o creme de leite.			
3. Para a abóbora e o inhame, utilizar o forno a 180°C por 25 minutos.			

Fonte: O autor.

O Quadro 4 apresenta a ficha técnica da sobremesa, que finaliza o menu degustação.

**QUADRO 4** - Ficha técnica da sobremesa.

<b>PRATO:</b>	<b>Banana moqueada com semente de cacau</b>		
Categoria:	Sobremesa	Rendimento:	4 porções
<b>INGREDIENTE</b>	<b>QUANTIDADE</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Banana ouro	50	g	
Açúcar refinado	200	g	
Semente de cacau torrada	7	g	
Cachaça	5	mL	Colher de chá
Laranja bahia	280	mL	Suco
<b>MODO DE PREPARO</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Moquear as bananas com casca na frigideira por 3 minutos e reservar sem a casca.</li> <li>2. Na mesma frigideira derreter o açúcar e acrescentar o caldo da laranja junto com a banana.</li> <li>3. Acrescentar a cachaça após a formação do caramelo e desligar o fogo.</li> </ol>			

Fonte: O autor.

Após a definição das fichas técnicas referentes aos preparos, os testes e resultados serão apresentados a seguir.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro teste do menu degustação, testou-se, como entrada, o bolinho de feijão e o lambari frito. O lambari já estava temperado antes de ser empanado no fubá e adquiriu as características esperadas após sua fritura por imersão em óleo vegetal, razão pela qual foi mantida a técnica de preparo. No bolinho de feijão, a massa de feijão e o recheio de couve também atingiram as características esperadas. Utilizamos a farofa de torresmo como crosta para o bolinho, o que resultou em paladar agradável, mas aparência e textura não satisfatórias.

Na execução do prato principal, primeiramente foi testado como proteína o torresmo, que, em sua primeira execução foi colocado na salmoura com 70g de sal fino para 1kg de tira de barriga, por 30 minutos, fritando em seguida por imersão até alourar a cor da carne. Em seguida, retirou-se da fritura e mantivemos no refrigerador até que enrijecesse, quando então retiramos a carne e fritamos por imersão novamente. O resultado não obteve a textura desejável na pele, mas o sabor, aroma e aparência foram satisfatórios, concluímos, então, que, no contexto do prato, a crocância do torresmo estava equiparada com a da farofa, faltando suculência e textura na carne.

Já os testes dos purês foram feitos por meio da cocção dos ingredientes em água fervente. O inhame e as raízes, após serem passados na peneira e finalizados, atingiram textura, aspecto visual e paladar desejados. Em contrapartida, a abóbora absorveu muita

água, perdendo suas características sensoriais. Por esse motivo, optamos pela mudança do tipo de abóbora utilizada (de abóbora-menina para abóbora-jacaré) e do método de cocção (em vez de imersão na água fervente, grelhar por 12 minutos). Ainda no prato principal, a farofa de mandioca com pequi resultou em aroma e paladar satisfatórios. Mantivemos, então, a técnica de preparo, mas notamos a necessidade de diminuir o tamanho do corte do pequi pela estética. Já a redução de açúcar mascavo com cachaça, resultou em um líquido viscoso e escuro, de paladar adocicado e marcante que contrastou com o paladar salgado, untuoso e picante da proteína, pelo que não se alterou a sua técnica de preparo.

No preparo da sobremesa, utilizamos primeiramente a banana ouro, mas observamos que, quando madura, ela chegava muito rápido no seu ponto esperado. Optamos, então, por utilizar a banana “de vez” (nem muito verde, nem muito madura). O cacau, por sua vez, cumpriu a expectativa de conferir crocância e amargor para o contraste do doce e ácido da calda de laranja e cachaça.

Em primeiro momento, foi escolhido o utensílio de barro queimado na apresentação dos pratos. No entanto, conferimos que os preparos não ganhavam o destaque desejado em função da cor escura do objeto escolhido, o que resultou pela mudança dos pratos esmaltados, atingindo assim, um maior destaque para os preparos.

**FIGURA 1** – Primeiro teste do menu degustação



No segundo teste do menu, testou-se, na entrada, a farofa de bacon como alternativa para a crosta do bolinho de feijão, o que nos permitiu alcançar a textura, o paladar e o aspecto visual esperados.

Na execução do prato principal do menu, modificou-se a escolha inicial da utilização de três purês diferentes para uma utilização com diferentes texturas, com a batata doce roxa apresentada na forma de purê e a abóbora-jacaré grelhada na frigideira. A execução da redução de açúcar mascavo com cachaça e a farofa de pequi foram baseadas na mesma técnica do primeiro teste, atingindo novamente as características organolépticas esperadas.

Ainda no prato principal, optou-se por modificar a proteína utilizada, para a costela suína, que nesta execução foi marinada por 40 minutos e assada por 1h40 a 240°C, o que resultou em uma carne suculenta, soltando do osso, atendendo à expectativa inicial, uma vez que suas características organolépticas também foram satisfatórias.

Para a execução da sobremesa manteve-se a técnica de preparo, acrescentando-se as raspas de laranja para conferir acidez ao prato.

O utensílio escolhido para a finalização sofreu nova modificação, na medida em que no teste anterior a expectativa visual dos empratamentos não foi atingida. Assim, utilizou-se do prato de cerâmica de cor cinza e de técnicas diferentes para a finalização, o que apresentou resultados satisfatórios, motivo pelo qual manteve-se a modificação.

**FIGURA 2** – Segundo teste do menu degustação



No terceiro teste do menu, quanto à entrada, modificou-se o tamanho do bolinho de feijão, antes consistindo de 1 unidade de 30g, para 3 unidades de 10g, juntamente com a retirada do *crispy* de couve. Isso auxiliou positivamente na disposição dos elementos visuais no prato. Acrescentou-se, também, um lambari, modificando-se o corte do limão para um corte transversal, em meia cuia, desidratado no sol por 3 horas.

Na execução do prato principal, acrescentou-se o inhame grelhado, fechando-se novamente a tríade de abóbora, batata e inhame. A redução de açúcar mascavo com cachaça foi pincelada na carne para conferir suculência, e os demais preparos foram realizados de acordo com o segundo teste.

Para a execução da sobremesa foram utilizadas flores como ornamento, trazendo cor e modificando o aspecto visual do prato.

O tipo de empratamento foi alterado mais uma vez na entrada, optando-se pela palha com a folha de couve branqueada, o que resultou num aspecto visual mais leve e bem distribuído dos elementos. A utilização da base de palha tanto no prato principal quanto na sobremesa teve o intuito de trazer elementos disponíveis também no período retratado.

**FIGURA 3** – Terceiro teste do menu degustação

## 6 CONCLUSÃO

Buscamos, ao longo deste trabalho, fomentar a percepção da influência da cultura indígena brasileira e dos imigrantes portugueses na formação alimentar das comunidades quilombolas, em sua maioria compostas pelos negros que resistiram ao sistema escravista vigente no período colonial do Brasil. No decorrer do tempo, a troca de conhecimento foi modificando os costumes alimentares, agregando as diferentes culturas por meio de novos ingredientes e técnicas de preparo, caça e cultivo.

A criação de um menu degustação em três tempos teve como proposta a demonstração prática de que os ingredientes disponíveis nos quilombos e os que se dispõem na mesa do brasileiro na atualidade, se repetem como parte da cultura alimentar que permanece viva e de como as suas escolhas alimentares influenciaram a sociedade ao longo da história.

Os testes permitiram que a execução do menu degustação atingisse o objetivo proposto, o que nos permite afirmar que é possível concretizar preparos pautados na simplicidade dos ingredientes disponíveis nas comunidades quilombolas, e, ao mesmo tempo, utilizar, no preparo e empratamento, técnicas e utensílios contemporâneos.

## ABSTRACT

**The formation of Brazilian cuisine has its beginning in a cultural mixing between natives, Africans and Portuguese, supported by the marine expansion of Portugal. In the colony period of Brazil, the slavery system was using this type of work for their lucrative production, but resistance to this system appears in parallel, and was present wherever slavery existed. The reference of this work is the process of the cultural alimentary formation on quilombos, which was under influence not just by**

the cultural hybridism, but also by their conditions. In this context, we choose main ingredients available on brazilian's quilombos and the result that the knowledge and tastes had in their gastronomy was applied on this present work as a technical propose exposed on the elaboration of a degustative menu for representing these ingredients as the result of this miscegenation.

**Keywords: Slavery, Quilombo, Gastronomy, Brazilian Cuisine.**

## REFERÊNCIAS

ARROYO, Leonardo; BELLUZZO, Rosa. **Arte da cozinha brasileira**. 1. ed. São Paulo: Unesp, 2013.

BRASIL. Decreto nº4.887, de 20 de novembro de 2003. Regulamenta o procedimento para identificação, reconhecimento, delimitação, demarcação e titulação das terras ocupadas por remanescentes das comunidades dos quilombos de que trata o art. 68 do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 20 nov. 2003. Seção 1, p. 4-5.

CANDIDO, Antonio. **Os parceiros do Rio Bonito**: estudo sobre o caipira paulista e a transformação dos seus meios de vida. 11. ed. Rio de Janeiro: Ouro sobre Azul, 2010.

CASCUDO, Luis da Câmara. **A história da alimentação no Brasil**. 3. ed. São Paulo: Global, 2004.

DAMATTA, Roberto. **O que faz o brasil, Brasil**. Rio de Janeiro: Rocco, 1984.

DA SILVA, Simone Rezende. A trajetória do negro no Brasil e a territorialização quilombola. **Revista NERA Presidente Prudente Ano**, v. 14, n. 19, p. 73-89, 2011. Disponível em: <<http://revista.fct.unesp.br/index.php/nera/article/view/1801>>. Acesso em: 30 set. 2017.

DE MELLO, Marina et al. **África e Brasil africano**. São Paulo: Editora Ática, 2006.

FRANÇA, J.M.C.; FERREIRA, R.A. **Três vezes Zumbi: A construção de um herói brasileiro**. Três Estrelas, 2012.

FURTADO, M.B.; PEDROZA, R.L.S.; ALVES, C. Cultura, identidade e subjetividade quilombola: uma leitura a partir da psicologia cultural. **Psicologia & Sociedade**, v. 26, n. 1, p. 13, 2014.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1991.

GOMES, Flávio dos Santos. **Mocambos e quilombos: uma história do campesinato negro no Brasil**. 1. ed. São Paulo: Claro Enigma, 2015.

HUE, Sheila Moura. **Delícias do Descobrimento: a gastronomia brasileira no séc XVI**. 1. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2008.

LEITE, Ilka Boaventura. Quilombos e quilombolas: cidadania ou folclorização? **Horizontes Antropológicos**, v. 5, n. 10, p. 123-149, 1999. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/s010471831999000100006>>. Acesso em: 23 out. 2017.

MARCGRAVE, George. 1942 [1648]. **História Natural do Brasil**. São Paulo: Imprensa Oficial do Estado. Tradução de José Procópio de Magalhães

MATTOSO, Kátia de Queirós. **Ser escravo no Brasil**. São Paulo: Brasiliense, 1982.

MELLO, Oliveira. **Minha terra: suas lendas e seu folclore**. Academia Patense de Letras, 1970.

NUTRIÇÃO – Alimentos e Cia. **Sardinha e Lambari - fontes de cálcio**. Disponível: <<http://www.nutricaoalimentosecia.com.br/2015/02/sardinha-e-lambari-fontes-de-calcio.html>>. Acesso: 04 mai. 2018.

PETRINI, Carlo. **SlowFood: princípios da nova gastronomia**. Tradução: Renata Lucia Botini. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2009.

PINTO, Paula et al. **Farinha, feijão e carne-seca: um tripé culinário no Brasil colonial**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2005.

REIS, João José; GOMES, Flávio dos Santos. **Liberdade por um fio**. 1. ed. Companhia Das Letras. Rio de Janeiro, 2012.

SILVA, Rafaela Paula; BAPTISTA, Sílvia Regina. A comida em comunidades quilombolas: reflexões sobre saberes e mercados solidários. **Ágora**, v. 18, n. 1, p. 68-77, 2016.