

## MITOLOGIA GREGA E GASTRONOMIA (OLIMPO)

COUTO, Elízia<sup>1</sup>.

CAFFINI, Felipe de Castro; HORTA, Patricia Maia do Vale; AFLISIO, Malio; SIMONCINI, João.<sup>2</sup>

### 1 INTRODUÇÃO

A palavra **gastronomia**, de origem grega, literalmente significa **estudos do estômago**, sendo um neologismo que combina o sufixo –nomia (similar a –logia, que indica ciência) com o termo gaster, que significa **estômago**. A gastronomia se estabelece como um campo de estudo que valoriza os conhecimentos sobre o que se come e se bebe. Assim, desde sua origem, a gastronomia não apenas se preocupa com a nutrição, mas também com a apreciação estética e cultural dos alimentos, reconhecendo o seu papel fundamental na vida social e espiritual das pessoas. Esse entendimento evoluiu ao longo dos séculos, transformando a gastronomia em uma disciplina rica e multifacetada, que continua a ser explorada e valorizada na atualidade (SOARES, 2016).

Dessa forma é possível pensar a mitologia grega entrelaçada com a gastronomia, refletindo-se na alimentação dos deuses e nas crenças em torno da comida. Os deuses consumiam ambrosia e néctar, substâncias divinas que, se ingeridas por humanos, resultariam em morte. A deusa Limos, que simbolizava a fome, contrasta com Deméter, deusa da fertilidade e da agricultura, destacando a importância da alimentação na cultura grega. A criação do deus Dionísio, patrono do vinho, evidencia a reverência dos gregos por essa bebida, considerado um alimento vital na dieta mediterrânea. A alimentação, portanto, não era apenas uma questão de sustento físico; ela tinha um profundo significado espiritual, e os gregos acreditavam que os alimentos deveriam ser consagrados e oferecidos aos deuses para garantir a proteção e a boa sorte. Dessa forma, a relação entre a comida e a religião na Grécia antiga revela como os mitos influenciavam a prática culinária e a compreensão do mundo ao redor (RUZENE, 2022).

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro Universitário Academia.

<sup>2</sup> Professores avaliadores do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro Universitário Academia.

Diante disso, como é possível homenagear os deuses e suas comidas na gastronomia? O objetivo geral do trabalho é apresentar a influência da mitologia grega na cultura e alimentação nos dias de hoje.

## **2 CONTEXTUALIZAÇÃO**

Para contextualizar o preparo desse trabalho, na primeira parte se apresenta a Grécia Antiga com suas comidas, bebidas e técnicas, na segunda parte quem são os deuses escolhidos para homenagear no prato e, por fim, algumas inspirações do porquê de fazer esse prato.

### **2.1 A GRÉCIA ANTIGA: COMIDAS, BEBIDAS E TÉCNICAS**

A culinária grega é um reflexo das tradições mediterrâneas. Influenciada pelo clima, a alimentação era frugal e baseada em cereais, com o pão sendo um símbolo da civilização. Os legumes e frutas predominavam na dieta, destacando-se itens como alho, cebola, azeitona, figos e uvas. A carne era consumida raramente, reservada para festividades, com destaque para cordeiros e cabritos, além de carnes de caça, como lebre e perdiz. A pesca também contribuía para a alimentação, especialmente com sardinhas e atum. As refeições diárias compreendiam um café da manhã leve com pão e vinho, um almoço reduzido, e o jantar como a principal refeição, frequentemente enriquecida com várias entradas e acompanhada de frutas e doces. A comida grega é caracterizada pelo uso generoso de temperos e ervas, além de especiarias doces como cravo e canela. Esse uso de ingredientes frescos e variados contribui para a riqueza e diversidade da gastronomia grega (SALOMÃO, 2017).

A primeira bebida popular na Grécia Antiga foi o Hidromel, feito a base da fermentação do mel com a água. Mas logo perdeu o posto para o vinho que foi trazido pelos povos vizinhos e usado como algo medicinal, religioso e para o prazer. Documentos arqueológicos revelam que o vinho era uma constante na Grécia Antiga, onde lendas mitológicas foram inspiradas por esses costumes. Durante esse período houve uma fase, chamada de Grécia Clássica, em que o foco na ciência, filosofia e política trouxe a moderação e o fim dos sacrifícios humanos. O vinho se tornou parte da hospitalidade e vida social (FISHMAN, 1998).

Os métodos de cozimento eram predominantemente em fogo aberto, utilizando práticas como fervura, fritura, estufamento, grelha e assados em espeto, sendo carne de cabra ou cordeiro a mais comum. Para a preparação dos alimentos, os gregos utilizavam utensílios de terracota como as panelas de barro e para aquecer eram utilizados carvão e/ou galhos secos. Devido à falta de refrigeração, desenvolveram também métodos de preservação como defumação, secagem e salga. A prática de cobrir os alimentos com óleo era crucial para prolongar sua durabilidade, ao excluir o ar. As mulheres eram responsáveis por diversas etapas da culinária, como a moagem de grãos e o cozimento das refeições, evidenciando sua importância nas comunidades. Esse uso de técnicas simples, mas eficazes, aliadas a utensílios funcionais contribuiu para uma rica gastronomia com raízes nas tradições culturais (MILIONE; VILLELA FILHO, 2014).

## 2.2 AFRODITE, DIONÍSIO E DEMÉTER: OFERTAS ALIMENTARES

Para a Grécia Antiga, estabelecer uma relação cuidadosa e constante com os deuses era fundamental, pois o êxito ou o insucesso em qualquer tarefa dependia da harmonia mantida com os deuses. Moldando uma identidade e moralidade na Grécia Antiga (LOPES, 2010).

Afrodite é símbolo da intensidade dos relacionamentos, mas não necessariamente da permanência. É o arquétipo da intimidade física não apenas no sentido sexual, representando uma necessidade psicológica e espiritual. Afrodite é retratada como uma jovem bela, capaz de despertar amor por onde passa e vivendo constantemente apaixonada. Sua personalidade é marcada pela liberdade, uma vez que ignora leis morais, mantendo relacionamentos com vários amantes e maridos. Quando se apaixona, ela se entrega totalmente. Sua origem tem duas versões, a primeira é contada por Homero, que dizia que ela nasceu a partir da união de Zeus e Dione. E a outra por Hesíodo, que falava que ela nasceu depois que Cronos arrancou as partes íntimas do pai, Urano, e as jogou no mar, depois disso uma espuma se criou no mar e ela nasceu. Afrodite significa **espuma do mar** ou **nascida da espuma** (BÁLINT, 2019).

Dionísio é o deus dos ciclos vitais, festas, prazer material, insanidade, ritos religiosos, teatro e vinho, possuindo conhecimentos sobre o preparo e a intoxicação relacionados a essas experiências. Dionísio se destaca por ser o último a ser aceito

no Olimpo e o único filho de uma mortal, o que lhe conferiu uma natureza única entre os deuses. Além de representar a prazer e o vinho, Dionísio atuava como guardião dos excluídos e daqueles que não se encaixavam nas normas sociais convencionais. Sua essência simbolizava o inesperado, o caótico e o perigoso, características que desafiavam a razão humana. Com essas atribuições, Dionísio tornou-se uma figura que encarnava a liberdade e a ruptura com o cotidiano, expressando a dualidade da vida entre a alegria e a loucura. Dessa forma, ele não só influenciou os rituais e o teatro, mas também refletiu as complexidades da condição humana em sua busca por prazer e autenticidade. Em Atenas, uma homenagem para Dionísio marcava o início do consumo do vinho novo, sendo os primeiros reservados a uma elite, mas só depois que Deus estivesse satisfeito (LOSCALZO, 2006).

Deméter é a deusa da agricultura, fertilidade da terra e colheita. Ela é responsável por ensinar ao homem a arte do cultivo, como plantar, arar, colher, moer trigo e fazer pão, sendo essencial para os ciclos da natureza e a sobrevivência das formas de vida. Deméter simboliza a maternidade e abrange aspectos como nutrir, desenvolver e cuidar, além de representar também os ciclos de destruição e transformação, como a morte e a colheita. Ela é uma das divindades que personificam a Grande mãe, controlando os processos de reprodução e renovação da vida. Sua importância é central na mitologia grega, refletindo a conexão do ser humano com a terra e a necessidade vital da agricultura para a sobrevivência e o desenvolvimento da civilização (BRANDÃO, 1986; BOLEN, 1990; BARCELLOS, 2019)

Ofertas alimentares incluíam sacrifícios de animais como bois, bodes e ovelhas, azeite, frutas, mel, bolos, ramos, sementes, mingau, leite, podendo conter ou não vinho e sangue dependendo do sacrifício. Os gregos realizavam essas oferendas em templos localizados nos locais de suas residências mas também em locais como bosques, fontes, montes; variando conforme a escolha pessoal de cada um e a ocasião, sendo que havia uma escala para cada tipo de deus e isso influenciava no tipo de oferenda (VERNANT, 2006).

## 2.3 GRÉCIA ANTIGA E GASTRONOMIA

A gastronomia é rica em lendas e mitologias, refletindo elementos surreais. Na mitologia grega, os deuses se reuniam na Monte Olimpo para banquetes elaborados por Zeus, onde a ambrosia, um alimento divino, era servida por Hebe. Essa iguaria era tão apetitosa que até os deuses mais poderosos se rendiam ao sabor. Ingredientes fundamentais na culinária grega, como a oliveira e o azeite, são atribuídos a intervenções divinas, como a de Atena, deusa da sabedoria, que fez brotar a primeira oliveira e fez jorra azeite, chamado na época de o ouro líquido. A localização da Grécia banhada pelo Mar Mediterrâneo, propiciou o cultivo de frutas frescas e coloridas, como melancias, pêssigo, damasco, melões e cerejas. Os mortais, em devoção aos deuses, ofereciam alimentos aromáticos e vibrantes. Essa conexão entre comida e a divindade mostra como a gastronomia vai além do alimento físico, envolvendo aspectos culturais e espirituais que enaltecem a experiência gastronômica. Assim, a culinária grega transcende o aspecto nutritivo, transformando-se em uma celebração das tradições e histórias que moldam a identidade cultural do povo (CARLAN, 2012).

A tríade mediterrânea de pão, azeite e vinho, associados, respectivamente, as divindades Deméter, Atena e Dioniso era uma dieta fortemente usada pelos gregos. Essa combinação não apenas alimentava, mas também moldava a cultura e as práticas sociais da civilização. Assim, essa trindade se tornou um marco na gastronomia mediterrânea, cujos impactos perduram até hoje nas tradições alimentares ocidentais. A valorização desses alimentos reflete a conexão profunda entre agricultura, cultura e identidade na história da Grécia Antiga (CARLAN, 2012).

Afrodisiacos são substâncias, como alimentos e artefatos, que, segundo a crença popular, elevam a libido, a potência e o prazer sexual, associando-se à deusa grega Afrodite. Exemplos de alimento considerados afrodisíacos incluem morangos, ostras, pimenta, chocolate, amendoim, entre outros. Esses alimentos são ricos em nutrientes como zinco, vitamina C e selênio, que podem contribuir para a produção de óxido nítrico, um vasodilatador que estimula o desejo sexual. Entretanto, a crença nos afrodisíacos também reflete uma conexão entre o indivíduo e o imaginário coletivo, mostrando como as experiências subjetivas e culturais influenciam a percepção desses alimentos. Assim, a eficácia dos afrodisíacos

transcende a ciência e se insere em um contexto mais amplo de crenças e tradições (GONÇALVES; COTRIM, 2018).

### 3 METODOLOGIA E DISCUSSÕES

A metodologia deste trabalho conseguiu se concretizar por meio de pesquisas teóricas e testes na cozinha, com isso foi possível chegar a um prato que homenageia os deuses, suas técnicas e os ingredientes que eram muito e ainda são utilizados nos dias atuais.

A sobremesa desenvolvida é composta por um bolo de chocolate com pimenta, redução de vinho, gelato de iogurte com ambrosia, *crumble* de macadâmia, *coulis* de damascos, pêssego caramelizado e um azeite de hortelã finalizado com folhas de erva doce.

Para chegar ao resultado positivo desta sobremesa foram necessários testes em que foram realizadas algumas alterações. Primeiramente, o primeiro e segundo teste do bolo deram errados. Ou ficava muito apimentado ou não sentia o sabor da pimenta, assim como a textura do bolo não estava agradável. Trocar a receita, trocar o chocolate e calcular a quantidade de pimenta foram opções que deram resultados melhores, conforme demonstrado no quadro 1 da ficha técnica.

**QUADRO 1** – Ficha Técnica

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>			
Prato:	Bolo de chocolate com pimenta		
Categoria:	sobremesa		
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):	Elízia Couto		
<b>INGREDIENTE:</b>	<b>QUANT.</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Ovos	104	G	
Farinha de trigo	180	G	
Manteiga	20	G	
Leite	120	G	
Açúcar refinado	200	G	
Chocolate 50%	25	G	
Pimenta caiena	5	G	
Fermento em pó	10	G	
<b>MODO DE PREPARO:</b>			
<b>EXECUÇÃO:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aqueça o forno a 180°</li> <li>2. Misture os secos (Farinha, açúcar, chocolate e a pimenta)</li> <li>3. Acrescente os líquidos e bata até ficar homogêneo</li> <li>4. Acrescente o fermento</li> <li>5. Despeje numa forma</li> </ol>			

6. Asse em torno de 20 á 30 minutos

Fonte: A autora.

Para redução de vinho foram feitos testes com o tinto, branco e ambos foram testados tanto com açúcar e sem açúcar, o quadro 2 mostra a redução da forma como foi apresentada.

**QUADRO 2 – Ficha Técnica**

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>			
Prato:	Redução de vinho		
Categoria:	sobremesa		
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):	Elízia Couto		
<b>INGREDIENTE:</b>	<b>QUANT.</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Vinho branco seco	250	g	
Açúcar refinado	80	g	
<b>MODO DE PREPARO:</b>			
<b>EXECUÇÃO:</b>			
1. Colocar tudo numa panela e deixar reduzir			

Fonte: A autora.

O gelato de iogurte, também não deu certo nos primeiros testes, pois a massa do gelato não estava numa textura interessante, parecia algo congelado e sem cremosidade. Trocar a receita e o modo de preparo foram necessários para um resultado melhor, que é apresentado no quadro 3 a seguir.

**QUADRO 3 – Ficha Técnica**

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>			
Prato:	Gelato de iogurte		
Categoria:	sobremesa		
Aluno(a)(s):	Elízia Couto		
<b>INGREDIENTE:</b>	<b>QUANT.</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Leite integral (3,6% de gordura)	40	g	
Iogurte grego	250	g	
Crema de leite fresco	80	g	
Estabilizante	3	g	
Dextrose	50	g	
Maltodextrina	25	g	
Leite em pó desnatado	15	g	
<b>MODO DE PREPARO:</b>			
<b>EXECUÇÃO:</b>			
1. Misture todos os ingredientes em pó em uma tigela			
2. Aqueça o leite até atingir 40°C			
3. Adicione os ingredientes em pó e misture			
4. Aqueça até atingir 85° C			
5. Deixe esfriar a 4°C			
6. Despeje sobre o iogurte e o crema de leite			
7. Deixe a mistura amadurecer por pelo menos 4 horas na geladeira			
8. Depois bata na máquina de sorvete por 40 minutos			

Fonte: A autora.

Já a ambrosia conseguiu chegar no resultado apresentado no quadro 4 no primeiro teste.

**QUADRO 4 – Ficha Técnica**

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>			
Prato:	Ambrosia		
Categoria:	sobremesa		
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):	Elízia Couto		
<b>INGREDIENTE:</b>	<b>QUANT.</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Leite	250	G	
Ovos	52	G	
Cravo da índia	0,2	G	
Açúcar refinado	50	G	
Canela em pau	5	G	
Limão	35	G	
<b>MODO DE PREPARO:</b>			
<b>EXECUÇÃO:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Coloque em uma panela média o açúcar, a canela e o cravo da índia.</li> <li>2. Deixe ferver até dourar o açúcar (cor de caramelo).</li> <li>3. Acrescente o leite, o suco de limão e os ovos (misture os ovos antes para estourar as gemas).</li> <li>4. Mexa de vez em quando, com cuidado.</li> <li>5. Depois deixe ferver até ficar quase seca.</li> </ol>			

Fonte: A autora.

O gelato também não precisou de mais de um teste, o resultado apresentado no quadro 5.

**QUADRO 5 – Ficha Técnica**

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>			
Prato:	Gelato de ambrosia		
Categoria:	sobremesa		
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):	Elízia Couto		
<b>INGREDIENTE:</b>	<b>QUANT.</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Massa do gelato	--	--	
Ambrosia	--	--	
<b>MODO DE PREPARO:</b>			
<b>EXECUÇÃO:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Misture os ingredientes</li> <li>2. Deixe gelar por no mínimo 12h</li> </ol>			

Fonte: A autora.

Para o *crumble* de macadâmia realizou vários testes com proporções e tamanhos diferentes até chegar no resultado desejado, apresentado no quadro 6.

**QUADRO 6 – Ficha Técnica**

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>	
Prato:	Crumble de macadâmia
Categoria:	sobremesa
Nº e peso das porções:	



Aluno(a)(s):		Elízia Couto	
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Macadâmia	150	G	
Farinha de trigo	100	G	
Açúcar refinado	50	G	
Manteiga	50	G	
MODO DE PREPARO:			
EXECUÇÃO:			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Macere o macadâmia até quase virar uma farofa</li> <li>2. Coloque todos os ingredientes em uma forma</li> <li>3. Coloque no forno e mexa de 5 em 5 minutos</li> <li>4. Até ficar dourado</li> </ol>			

Fonte: A autora.

O *coulis* de damasco precisou de apenas um teste, pois a textura e o sabor desejado se deu na primeira tentativa, conforme apresentado no quadro 7.

**QUADRO 7** – Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:		Coulis de damasco	
Categoria:		Sobremesa	
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):		Elízia Couto	
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Damasco	150	G	
Maçã gala	150	G	
MODO DE PREPARO:			
EXECUÇÃO:			
<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Pique a maçã em quadradinhos</li> <li>4. Pique o damasco</li> <li>5. Coloquem eles na panela</li> <li>6. Acrescente água até a maçã cozinhar e o damascos derreter</li> <li>7. Bata em um liquidificador ou um mixer ainda quente</li> </ol>			

Fonte: A autora.

O pêssego entrou por último para que houvesse uma fruta e mais textura, dois testes foram realizados para adicioná-la, no primeiro os pedaços estavam grandes e o resultado ficou algo grosseiro, no segundo optou-se por cortar em pequenos quadrados para ficar algo mais delicado, o resultado final está no quadro 8.

**QUADRO 8** – Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:		Pêssego	
Categoria:		Sobremesa	
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):		Elízia Couto	
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Pêssego	300	g	
Açúcar refinado	15	g	
MODO DE PREPARO:			
EXECUÇÃO:			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tire a casca</li> </ol>			

2. Pique em pequenos quadrados
3. Coloque um pouco de óleo numa panela quente
4. Coloque os pêssegos até ficarem bem selados
5. Polvilhe o açúcar por cima
6. Coloque um pouco de água
7. E deixe esfriar em um prato

Fonte: A autora.

Para dar uma refrescância para o prato optou-se por um azeite de hortelã, mas foram necessários três testes para chegar no resultado de aparência e sabor desejado. No primeiro teste era para ser um azeite de hortelã com erva doce, porém a cor ficou marrom e o sabor ficou desagradável, parecendo algo queimado. No segundo teste decidiu-se fazer apenas de hortelã, mas a cor ainda era um empecilho. Por fim, o teste de branquear a hortelã permitiu chegar no resultado desejado do quadro 9.

**QUADRO 9** – Ficha Técnica

<b>FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO</b>			
Prato:	Azeite de hortelã		
Categoria:			
Nº e peso das porções:			
Aluno(a)(s):	Elízia Couto		
<b>INGREDIENTE:</b>	<b>QUANT.</b>	<b>UNIDADE</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Hortelã	50	g	
Óleo de girassol	80	g	
<b>MODO DE PREPARO:</b>			
<b>EXECUÇÃO:</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Branqueie o hortelã</li> <li>2. Coloque em liquidificador ou mixer junto com óleo</li> <li>3. Depois coe</li> <li>4. Coloque em um saco para que possa ir a geladeira com um bico para baixo</li> <li>5. Tire os resíduos e pronto</li> </ol>			

Fonte: A autora.

Para o empratamento, optou-se por molhar o bolo no vinho para que ele ficasse bem molhado e colocá-lo um pouco mais pro lado. Depois o *crumble* de macadâmia foi usado como um elemento surpresa do prato e também como se fosse os grãos da terra. Por cima do *crumble* foi distribuído o *coulis* e os pedaços de pêssego de uma forma que tampasse o *crumble* e também para que haja uma interpretação entre as frutas e a terra. O gelato por cima do bolo já que a ambrosia era algo surreal para os deuses, então ele ficaria no topo. Por fim, o azeite em volta e para finalizar folhinhas de erva doce. A sobremesa denominada Olimpo pode ser vista na figura 1, a seguir.

**FIGURA 1 - Olimpo**

Fonte: Arquivo pessoal (2024).

## 4 CONCLUSÕES

Com base nas pesquisas apresentadas sobre crenças, alimentos, histórias o trabalho foi construído de maneira que se conseguisse um resultado adequado e esperado. Coisas simples do dia a dia, porém um pouco mais elaboradas, demonstraram que a mitologia grega pode estar presente em qualquer lugar, tanto numa fala, uma cultura, mas principalmente na gastronomia. Ingredientes que, podem representar os deuses e que estão presentes desde a Grécia Antiga, permitem demonstrar a influência da cultura grega até os dias atuais.

## REFERÊNCIAS

BARCELLOS, G. **Mitologias Arquetípicas**: figuras divinas e configurações humanas. Petrópolis: Vozes, 2019.

BOLEN, J. S. **As deusas e a mulher**. São Paulo: Paulus 1990.

BRANDÃO, J. S. **Mitologia Grega**. V.1. 26.ed. Petrópolis, 2015.

CARLAN, Cláudio Umpierre. Vinho: Comércio e Poder no Mundo Antigo. In: Candido, Maria Regina (Org.). **Práticas Alimentares no Mediterrâneo Antigo**. Rio de Janeiro: NEA/UERJ, 2012.

FISHMAN, Ross. **Tudo sobre drogas** – Alcoolismo (Capítulo I – A droga mais antiga). Editora Nova Cultura, 1998.

GONÇALVES, O. S. A.; COTRIM, R. G. P. M. **Alimentos afrodisíacos e eróticos**. 2018. In: Anais do V congresso de Ensino, Pesquisa e Extensão da Universidade Estadual de Goiás – UEG

LOPES, Antonio Orlando Dourado. **Natureza dos deuses e divindade da natureza: reflexões sobre a recepção antiga e moderna do antropomorfismo divino grego**. *Kriterion*, Belo Horizonte, n. 122, p. 377-397, dez. 2010. Disponível em <https://www.scielo.br/j/kr/a/Y4YZhMKbDNqfCBYn8rSQkL/?format=pdf&lang=pt>  
Acesso em: 06 nov. 2024

MILIONE, Simoni; FILHO, Sergio Renato Victor Vilela. **O Diálogo entre a alimentação e os costumes no mediterrâneo antigo**  
<http://www.neauerj.com/Nearco/arquivos/numero13/23.pdf>

RUZENE, Daniel Felipe. O mito de Prometeu, os ritos sacrificiais e o consumo de carne na Antiguidade grega. **Temporalidades Revista de História**, Belo Horizonte, 37.ed, v. 14, n. 1, p. 324-348, jan./ago., 2022. Disponível em:  
<https://periodicos.ufmg.br/index.php/temporalidades/article/download/38595/31251/136064> Acesso em: 06 nov. 2024.

SOARES, Carmem. **Cozinha simples, mesa farta**: os requintes da gastronomia mediterrânea grega antiga (Arquéstrato, séc IV a.C.). Cidade: Editora, 2016.

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-58352019000200021](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352019000200021)

<https://revistas.rcaap.pt/sdc/article/download/12492/9600/37772>

VERNANT, Jean- Pierre. **Mito e Religião Na Grécia Antiga**. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2006  
<https://periodicos.ufmg.br/index.php/temporalidades/article/download/38595/31251/136064>

VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. São Paulo: Atlas, 2013.