

DO CRESCENTE FÉRTIL À MESA CONTEMPORÂNEA:

uma proposta de prato autoral com raízes árabes

MENDONÇA, Vinícius Penna; Centro Universitário Academia, Juiz de Fora, MG¹.
AFLISIO, Malio; CAFFINI, Felipe de Castro; HORTA, Patricia Maia do Vale; Centro
Universitário Academia, Juiz de Fora, MG².

1 INTRODUÇÃO

A culinária é uma das formas mais profundas de expressão cultural, revelando não apenas os hábitos alimentares de um povo, mas também a sua história, espiritualidade, clima, geografia e relações sociais. Nesse sentido, esse trabalho visa entender a gastronomia árabe, com raízes que remontam há milhares de anos, é uma das mais antigas e ricas do mundo, moldada por influências diversas (Globo, 2005; Eden; Ford, 2016).

Segundo Abdalla e Bastos (2015), originária da região do Crescente Fértil, que abrange territórios, como: Líbano, Síria, Palestina, Jordânia e partes do norte da África, a cozinha árabe se formou a partir da escassez e da abundância, lidando com os desafios do deserto ao mesmo tempo em que se beneficiava das rotas comerciais de especiarias e grãos. Seus preparos, muitas vezes simples, revelam sofisticação de paladar e apuro técnico: o uso de especiarias como *za'atar*, cominho, canela e pimenta síria; o emprego de grãos como trigo e grão-de-bico; e técnicas como o cozimento lento, o uso de pastas e o equilíbrio entre acidez, gordura e frescor tornam essa culinária inconfundível.

O processo de imigração de povos árabes para o Brasil, sobretudo no final do século XIX e início do XX, trouxe para o Brasil, os sabores, métodos e a forma de servir a comida. Contudo, eles mudaram para se adaptar ao paladar brasileiro. A comida, portanto, torna-se uma forma de afirmação, não só da cultura árabe, mas também de uma subjetividade que encontra no ato de alimentar e ser alimentado, uma forma de existir e resistir. Conforme apontado por Freyre (2003), quando destaca o papel das práticas cotidianas na construção das identidades.

¹ Graduando do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro Universitário Academia.

² Professores avaliadores do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro Universitário Academia.

Diante disso, surge a questão: como reinterpretar essa culinária tão enraizada em tradições e significados simbólicos dentro da lógica da gastronomia contemporânea? Para tanto o objetivo geral deste trabalho é preparar um prato contemporâneo com técnicas e elementos árabes, *ballotine* de cordeiro, *hommus* de pistache com hortelã, *molho espanhol* com romã, *moussaka* com *harissa* e coalhada seca e pickles de cebola *brulée* e mostarda.

2 CONTEXTUALIZAÇÃO

Para desenvolver a proposta apresentada acima, a presente contextualização divide-se em três partes. A primeira aborda a formação da culinária árabe, suas influências históricas, ingredientes característicos e práticas tradicionais. Em seguida, discorre sobre o conceito de gastronomia contemporânea e seus pilares, para, por fim, explorar o diálogo possível entre essas duas vertentes, tradição e inovação, no desenvolvimento de um prato autoral.

2.1 A CULINÁRIA ÁRABE E SUA ANCESTRALIDADE

Entende-se, a partir de Abdalla (2019), que a culinária árabe, mais do que um repertório de receitas, e sim o retrato vivo de um povo que atravessou séculos conservando sabores e práticas. Suas origens remontam aos primeiros agrupamentos humanos sedentários do Oriente Médio, onde a agricultura de grãos, a domesticação de animais e a manipulação de ervas e especiarias formaram a base alimentar.

A chegada dessa culinária ao Brasil, impulsionada pelos fluxos migratórios iniciados no final do século XIX, trouxe consigo um conjunto de saberes e sabores que se adaptaram ao território. Em muitas comunidades e restaurantes familiares, a manutenção das técnicas, como o uso do forno de barro, o preparo manual das pastas e a observância das sequências rituais do serviço, indica o desejo de manter viva essa herança, afirma também o pesquisador Abdalla (2015).

Assim, como discute Hall (2015), as identidades culturais não são fixas, mas construídas e reconstruídas ao longo do tempo e ao contexto. A culinária árabe, ao se adaptar ao Brasil, reafirma essa ideia: ela não chega como um bloco rígido de tradições, mas um espaço vivo de negociação cultural. Por meio dela, os árabes e seus descendentes mantêm laços com sua terra de origem, ao mesmo tempo em que

participam ativamente da cultura brasileira, contribuindo para uma sociedade mais plural e rica em significados.

A popularização da comida árabe no Brasil, especialmente por meio das redes de *fast food*, fez com que pratos como esfiha e quibe se tornassem parte do cotidiano alimentar de grande parte da população, mesmo que muitas vezes desconectados de suas origens culturais. Consumidos por trabalhadores nas ruas, escritórios e entregas, esses alimentos deixaram de ser reconhecidos por sua carga histórica e étnica, transformando-se em meros itens rápidos e acessíveis. Essa transformação evidencia uma ressignificação do alimento árabe no cenário urbano brasileiro, onde o consumo em massa apaga, em muitos casos, as raízes e o contexto cultural que lhe deram origem, de acordo com Abdalla (2019).

Não há botequim, por mais singelo e tosco que seja, nos mais remotos cantos do Brasil, que não ofereça sua versão popular do bolinho de carne árabe – mesmo que na maioria desses casos, de quibe mesmo, só tenha restado o nome (Maranhão, 2009, p. 31).

Diante desse cenário, torna-se fundamental pensar a culinária árabe na totalidade, não somente como um produto de consumo rápido, mas considerando-a como uma expressão cultural rica em significados. Criar um prato que una elementos contemporâneos sem romper com suas raízes é um caminho importante, nesse processo, para valorizar essa herança gastronômica. Ao respeitar os saberes tradicionais e, ao mesmo tempo, dialogar com novas linguagens da cozinha, é possível resgatar a identidade desse alimento e oferecer ao público uma experiência completa.

2.2 A GASTRONOMIA CONTEMPORÂNEA: CONCEITO E PILARES

Ao longo do tempo, a relação da humanidade com a alimentação passou por mudanças profundas. Comer deixou de ser um ato exclusivamente voltado à sobrevivência e passou a envolver prazer, desejo e principalmente escolha. Nesse novo contexto, surge a distinção clara entre fome e apetite, como explica Franco (2006), enquanto a fome é uma necessidade biológica, o apetite está ligado ao aspecto psicológico do ato de comer. A partir dessa nova perspectiva, começa a emergir uma forma de gastronomia que vai além da simples nutrição, uma culinária

voltada à experiência sensorial e emocional, que mais tarde daria origem ao que hoje se chama de gastronomia contemporânea

A gastronomia contemporânea, entende-se aqui que falo de uma gastronomia com conceito, técnicas específicas e outros elementos que a configuram assim, está diretamente ligada à alta gastronomia desenvolvida a partir das inovações de grandes chefs nas décadas de 1960 e 1970, segundo Weber-Lamderdière (2008).

De acordo com Mello *et al.* (2019), a gastronomia contemporânea não é apenas uma tendência, mas um campo de experimentação sensorial, estética e cultural. Caracteriza-se por buscar novas formas de apresentar, combinar e reinterpretar ingredientes, promovendo experiências que envolvem o visual, o tátil, o olfativo e o emocional.

Alimentar-se é mais do que satisfazer uma necessidade básica do ser humano, é também uma questão de prazer. Neste contexto, gastronomia hoje em dia, é uma arte. Explorar as temperaturas: quente e frio, contrapor texturas, sabores e cores em único prato (Mello *et al.*, 2019, p.1).

Ela não visa apenas alimentar, mas comunicar: um prato passa a ser narrativa e manifesto. Entre seus pilares estão: a valorização do ingrediente local e sazonal; o uso de técnicas variadas e, por vezes, híbridas; a preocupação com a estética do empratamento; e a criação de uma narrativa sensorial coerente entre sabor, textura e apresentação (Mello *et al.*, 2019).

Um dos pilares dessa abordagem é a valorização do ato de comer bem, integrando sabor, estética e prazer à alimentação. Essa proposta é fortemente influenciada pela globalização, conceito frequentemente associado à modernidade, mas que, como observa Levitt (1993) em **A Globalização dos Mercados**, refere-se à rápida e profunda disseminação mundial da produção, consumo e troca de bens, serviços, capital e tecnologia, que foram desenvolvidas a partir dos meados da década 80. Como destaca Almeida (2006), a vertente culinária em questão combina técnicas clássicas da cozinha francesa com ingredientes e influências de diferentes culturas ao redor do mundo, resultando em pratos criativos, autorais e multiculturais.

2.3 O CRUZAMENTO DO TRADICIONAL COM O CONTEMPORÂNEO

Após apresentar os dois eixos centrais que orientam esta pesquisa, a proposta, a partir daqui, é desenvolver um prato que dialogue com ambas as vertentes. Criar

uma experiência gastronômica completa, que envolva o visual, o tato, o olfato e o palato, mostrando a comida árabe de uma forma inovadora, porém buscando, juntamente, valorizar sua essência e identidade. Trata-se de enraizar a ancestralidade, mas com sofisticação: unir tradição e modernidade em um prato que alie sabor, estética e prazer à alimentação.

A gastronomia contemporânea traz cozinheiros inspirados que sonham com iguarias que não existem e utilizam os alimentos para fazer deles obras que vão exprimir um sentimento, suscitar uma emoção (THIS; MONCHICOURT, 2009, p. 162).

Nesse sentido, o trabalho em questão, busca o cruzamento entre o tradicional e o contemporâneo não deve ser entendido como um rompimento com as raízes, mas como um gesto de continuidade. A preservação dos sabores originais, como o uso de especiarias, o cordeiro, o pistache, os pimentões e a berinjela é fundamental, mas esses elementos ganham novos sentidos quando apresentados inovadoramente, seja na textura, no formato ou na composição.

Assim, abrindo espaço para a experimentação sem descaracterizar a essência, respeitando os fundamentos da cozinha ancestral ao mesmo tempo, em que se exploram novas possibilidades narrativas através da comida.

O prato proposto, portanto, nasce desse encontro da tradição árabe das técnicas e inovação da cozinha contemporânea, buscando não somente agradar ao paladar, mas, provocar sentidos. Ele é composto por seis preparos que combinam esses elementos e cada elemento foi desenvolvido visando manter a essência da culinária árabe, ao mesmo tempo, em que propõe uma leitura contemporânea tanto nos sabores quanto na apresentação.

3 METODOLOGIAS E DISCUSSÕES

Para a construção do trabalho aqui apresentado, a pesquisa foi dividida em duas principais áreas. Uma parte teórica, usada para o desenvolvimento do artigo e pesquisa de técnicas da gastronomia contemporânea e tradicional árabe. Enquanto a segunda parte, majoritariamente prática, foi utilizada para a construção do prato. Essa parte envolveu sabor, textura, aroma, aspectos visuais e empratamento.

Para o desenvolvimento dessa pesquisa, na totalidade, foram escolhidas duas principais metodologias de pesquisa, a pesquisa bibliográfica, fundamentada por

Mioto (2007) e a pesquisa empírica.

A pesquisa empírica é uma abordagem científica que visa coletar dados observáveis e mensuráveis através de métodos e técnicas de pesquisa; É uma abordagem que busca explicar ou entender fenômenos do mundo real através da coleta de dados concretos, em vez de se basear em teorias ou ideias pré-concebidas (Pessoa, 2023, p. 10).

A metodologia de pesquisa bibliográfica é uma das mais utilizadas em estudos exploratórios e descritivos, isso ocorre porque todas as informações usadas vem de dados de origem bibliográfica, permitindo um grande alcance de informações minimamente confiáveis. Sendo assim, cabe ao pesquisador analisar as informações que serão utilizadas, segundo Mioto (2007).

Portanto, para utilizar a pesquisa bibliográfica é necessário usá-la com método, como proposto por Lima; Mioto (2007), onde são divididas em quatro partes: A definição do tema, a busca por bibliografias compatíveis com o tema, análise do pesquisador sobre as informações contidas nessas bibliografias e por fim a análise do pesquisador sobre a busca de explicações de suas afirmações através do material utilizada. No estudo aqui apresentado, a pesquisa bibliográfica foi feita a partir de artigos, livros e trabalhos de conclusão de curso sobre o tema, como apresentado nas referências.

Já no que o cerne da pesquisa empírica, como já abordado por Pessoa (2023), trata-se de uma abordagem científica onde por meio da observação e pela coleta de dados concretos através de métodos científicos, chega-se a uma conclusão. Assim, durante as aulas práticas voltadas à investigação aplicada do tema, a composição foi elaborada visando garantir equilíbrio entre todos os elementos, resultando em um preparo harmonioso, integrado e funcional.

O prato desenvolvido consiste em um balotine de cordeiro com molho espanhol de romã, acompanhado de moussaka de berinjela, hommus de pistache com hortelã, além de pickles de cebola brúlée e pickles de mostarda. Os materiais e ingredientes utilizados no desenvolvimento da receita estão detalhados nos quadros apresentados a seguir, numerados de 1 a 9.

A marinada da carne foi inspirada em uma receita do chef Yotam Ottolenghi (2025), conhecida pela utilização de especiarias como canela, sumac e sementes de cominho. O líquido de base, optou-se pelo iogurte, ingrediente amplamente utilizado na culinária árabe tradicional. No aspecto contemporâneo do prato da preparação, destaca-se a apresentação do cordeiro no formato de balotine, substituindo a forma

tradicional. Para o método de cocção, foi adotada a técnica *sous-vide*, que permite um controle preciso de temperatura e tempo, resultando em uma textura mais uniforme e suculenta, recurso frequentemente explorado na gastronomia moderna.

QUADRO 1 - Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	ballotine de cordeiro		
Categoria:	carnes		
Nº e peso das porções:	8 ballotines de 90 gramas		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDAD E	OBSERVAÇÕES
paleta de cordeiro	1	kg.	
sal	12	gramas.	
iogurte	300	gramas.	
canela em pau	3	gramas.	
pimenta-do-reino	3	gramas.	
páprica defumada	3	gramas.	
cardamomo	3	gramas.	
cominho em grão	2	gramas.	
cravo	2	gramas.	
noz-moscada	3	gramas.	
gingibre	2	gramas.	
limão cravo	15	ml.	
sumac	3	gramas.	
MODO DE PREPARO:			
<i>MISE-IN-PLACE:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Desossar cordeiro e reservar em uma GN. 2. Aquecer todas as especiarias para liberar os óleos essenciais. 3. Bater todas as especiarias e obter uma massala. 			
<i>EXECUÇÃO:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Misturar de maneira uniforme sobre a paleta de cordeiro a massala, o sal, o iogurte e o limão em uma GN, deixar marinar durante 24 horas. 2. Enrolar a paleta em formato de tubo com plástico filme. 3. Cozinhar durante 24 horas a 55 graus em um <i>sous-vide</i>. 			

Fonte: O autor.

O molho do prato parte de uma das bases clássicas da culinária ocidental, o molho espanhol, conforme classificação de Wright e Treuille (2004). Contudo, adicionou-se suco de romã, ingrediente emblemático da gastronomia árabe, conferindo acidez e complexidade ao preparo, conforme demonstrado no quadro 2.

QUADRO 2 - Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	molho espanhol com romã		
Categoria:	molhos		
Nº e peso das porções:	150 gramas		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
caldo de carne	300	ml.	
romã	1	unidade.	
farinha	10	gramas.	
manteiga	10	gramas.	
MODO DE PREPARO:			
<i>MISE-EN-PLACE:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Bater a polpa da romã até formar suco. 2. Reduzir o caldo de carne. 			
<i>EXECUÇÃO:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Fazer em uma panela o roux escuro 2. Adicionar o caldo de carne aos poucos e bater com fouet até espessar e formar um molho espanhol 3. Adicionar o suco de romã ao molho. 4. Reduzir. 			

Fonte: O autor.

Como guarnição, foi incorporado o hommus tahine, tradicional pasta de grão-de-bico com tahine, aqui reinterpretada com a adição de pistache e hortelã, ingredientes que também fazem parte do repertório árabe, quadro 3.

QUADRO 3-Ficha técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	hommus de pistache com hortelã		
Categoria:	guarnição		
Nº e peso das porções:	300g		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Hortelã	6	gramas.	branqueado
grão-de-bico	200	gramas.	cozido e quente
Pistache	100	gramas.	descascado
Sal	10	gramas.	
Limão	20	ml	
Alho	7	gramas.	hacher
MODO DE PREPARO:			
<i>MISE-IN-PLACE:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Branquear o hortelã e reservar. 2. Aquecer o pistache e bater em um processador até formar pasta. 3. Cozinhar o grão de bico e reservar. 			
<i>EXECUÇÃO:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Em um processador, bater o grão de bico morno, o hortelã, o limão, o alho e sal. 2. Adicionar a pasta de pistache durante o batimento. 			

Fonte: O autor.

A segunda guarnição apresentada foi a mussaka, quadro 4, clássico prato árabe à base de berinjela. Contudo, nesta versão, ela surge com uma nova apresentação em camadas, conferindo-lhe um aspecto visual mais moderno e sofisticado.

QUADRO 4-Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	Moussaka		
Categoria:	guarnição		
Nº e peso das porções:	200 gramas		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
berinjela	250	gramas.	
coalhada seca	200	gramas.	
harissa	60	ml.	
azeite	60	ml.	
sal	q.b	q.b	
manteiga	15	gramas.	
MODO DE PREPARO:			
MISE-IN-PLACE:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar a berinjela em pont-neuf. 2. Fatiar ou passar a berinjela em uma mandolina em uma espessura de 2 milímetros. 3. Selar as fatias em azeite. 			
EXECUÇÃO:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocar em uma forma retangular as fatias de berinjela, intercaladas em camadas com coalhada seca, harissa e sal. 2. finalizar com um fio de azeite. 3. Prensar com outra forma menor. 4. Assar a 200 graus. 5. Refrigerar por 6 horas. 6. Cortar em formato retangular 7. Selar em uma saltese com manteiga 			

Fonte: O autor

A harissa, quadro 5, pasta feita à base de pimentões vermelhos assados e especiarias, é um ingrediente tradicional da culinária árabe e norte-africana. De sabor marcante e levemente picante, foi incorporada ao prato como um elemento que adiciona profundidade e intensidade à guarnição.

QUADRO 5 - Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	Harissa		
Categoria:	Subproduto		
Nº e peso das porções:	200 ml		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
pimentão vermelho	300	gramas.	
azeite	30	ml.	
pimenta dedo-de-moça	30	gramas.	
pimenta caiena	2	gramas.	
cominho em pó	q.b	q.b	
sumac	2	gramas.	
canela	1	unidade.	
MODO DE PREPARO:			
MISE-IN-PLACE:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Queimar os pimentões direto na chama do fogão e retirar a pele queimada. 2. Retirar as sementes das pimentas dedo-de-moça. 			
EXECUÇÃO:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Processar todos os ingredientes até obter um molho de pimenta liso. 			

Fonte: O autor

A coalhada seca é um derivado lácteo fermentado típico da culinária árabe e é apresentada no quadro 6. Com textura cremosa e sabor levemente ácido, foi utilizada no prato como complemento à guarnição, contribuindo com frescor e equilíbrio ao conjunto de sabores.

QUADRO 6-Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	coalhada seca		
Categoria:	subproduto		
Nº e peso das porções:	300 gramas		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
leite	1	litro.	alto teor de gordura.
coalhada (isca)	170	ml.	natural sem açúcar .
sal	q.b	q.b.	
MODO DE PREPARO:			
EXECUÇÃO:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Aquecer o leite até 60 graus. 2. Adicionar a isca (coalhada). 3. Deixar fermentar por 24 horas em local seco, escuro e aquecido. 4. Escorrer a coalhada em um pano perfix limpo, até obter a coalhada seca. 5. Temperar com sal. 			

Fonte: O autor.

Adicionalmente, a presença de pickles, técnica milenar de conservação bastante comum no mundo árabe, contribui para o equilíbrio sensorial do prato, adicionando

acidez, crocância e complexidade de sabores. A realizada aqui é apresentada no quadro 7.

QUADRO 7-Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	Picles de cebola		
Categoria:	subproduto		
Nº e peso das porções:	200 gramas		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
cebola pérola	200	gramas.	
vinagre de álcool	100	ml.	
água	200	ml.	
açúcar	40	gramas.	
sal	15	gramas.	
azeite	20	ml.	
MODO DE PREPARO:			
<i>MISE-IN-PLACE:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Esterilizar potes de armazenamento. 2. Cortar as cebolas em pétalas. 			
<i>EXECUÇÃO:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Aquecer todos os ingredientes até obter fervura e um líquido homogêneo. 2. Desligar o fogo e adicionar as cebolas. 3. Deixar esfriar e reservar por pelo menos 24 horas. 			

Fonte: O autor.

E um outro picles de mostarda foi adicionado, consta no quadro 8.

QUADRO 8-Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	Picles de Mostarda		
Categoria:	subproduto		
Nº e peso das porções:	200 gramas		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Mostarda	200	gramas.	em grão.
vinagre de álcool	100	ml.	
água	200	ml.	
açúcar	40	gramas.	
sal	15	gramas.	
azeite	20	ml.	
MODO DE PREPARO:			
<i>MISE-IN-PLACE:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Esterilizar potes de armazenamento. 			
<i>EXECUÇÃO:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Aquecer todos os ingredientes até obter fervura e um líquido homogêneo. 2. Desligar o fogo e adicionar a mostarda. 3. Deixar esfriar e descansar por pelo menos 24 horas. 			

Fonte: O autor.

Por fim, o molho base foi preparado a partir de um caldo de carne clássico, conforme demonstrado por Wright e Treuille (2004). Feito com ossos bovinos, legumes e ervas aromáticas, esse caldo contribui para intensificar os sabores e conferir profundidade à preparação principal, quadro 9.

QUADRO 9-Ficha Técnica

FICHA TÉCNICA DE PRODUÇÃO			
Prato:	caldo de carne		
Categoria:	subproduto		
Nº e peso das porções:	1 litro		
Aluno(a)(s):	Vinicius Penna Mendonça		
INGREDIENTE:	QUANT.	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
ossos de boi	3	kg.	
cebola	500	gramas.	
cenoura	250	gramas.	
alho poró	250	gramas.	
extrato de tomate	100	ml.	
tomilho	1	unidade.	
alecrim	1	unidade.	
vinho tinto	300	ml.	
MODO DE PREPARO:			
<i>MISE-IN-PLACE:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Assar os ossos a 220 graus durante 40 minutos. 2. Deixar a cebola, a cenoura e o alho poró brulee. 3. Montar bouquet garni com a folha do alho poró, alecrim e o tomilho. 			
<i>EXECUÇÃO:</i>			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Juntar os ossos assados, o mirepoix e refogar em uma grande panela. 2. Adicionar o extrato de tomate e realizar a pinçage. 3. Refrescar com o vinho tinto. 4. Adicionar água ao preparo. 5. Adicionar o bouquet garni. 6. Reduzir durante 3 horas. 7. Coar o caldo. 			

Fonte: O autor.

As seguintes partes do prato foram elaboradas e empreitadas com objetivo de criar um prato que tenha unicidade e coesão entre si, como apresentado na figura 1.

FIGURA 1: Balotine de cordeiro, molho espanhol com romã, hommus de pistache com hortelã, moussaka e pickles.



Fonte: Arquivo Pessoal (2025).

4 CONCLUSÃO

Este trabalho se propôs a explorar a ancestralidade da culinária árabe e os recursos técnicos e sensoriais da gastronomia contemporânea, resultando na criação de um prato que tanto respeita suas raízes culturais quanto, ao mesmo tempo, propõe uma releitura criativa e sofisticada.

Ao longo da pesquisa teórica, que se estendeu por quatro meses, foi possível compreender como a culinária, na sua totalidade, carrega em seus ingredientes, modos de preparo e simbologias, uma profunda carga histórica e identitária, sendo fruto de séculos de circulação, adaptação e resistência. Quando focamos na culinária árabe não é diferente, ela traduz seu povo, sua história e sua origem.

Da mesma forma, a investigação sobre a gastronomia contemporânea permitiu destacar os pilares centrais dessa vertente, como a valorização estética, a experiência

sensorial e a liberdade criativa como ferramentas para narrativas alimentares inovadoras.

Assim, conclui-se que o objetivo proposto foi alcançado: o prato desenvolvido não somente evidencia o potencial da cozinha árabe como patrimônio vivo, mas também demonstra como suas técnicas e ingredientes podem dialogar com as linguagens da cozinha atual, sem que ocorra a perda de identidade. O resultado é uma preparação original, que convida à reflexão sobre pertencimento, tradição e inovação no universo da gastronomia.

REFERÊNCIAS

ABDALLA, A. R.; BASTOS, S. R. Alimentação e memória árabe na área central da cidade de São Paulo. **Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**, São Paulo, v. 3, n. 2, p. 28-40, maio 2015. Disponível em: https://www3.sp.senac.br/hotsites/blogs/revistacontextos/wp-content/uploads/2015/05/44_artigo_Contextos_ed-vol-3-n-2-ano-14.pdf. Acesso em: 25 maio 2025.

ABDALLA, A. R. O imigrante árabe e sua cozinha como instrumento de afirmação e identidade na atualidade. In: SIMPÓSIO NACIONAL DE HISTÓRIA, 30., 2019, Recife. **Anais [...]**. Recife: ANPUH, 2019. Disponível em: https://www.snh2019.anpuh.org/resources/anais/8/1552772135_ARQUIVO_abdallanpuh2019.pdf Acesso em: 25 maio 2025.

ALMEIDA, R. C. G. **Mesa pra dois: gastronomia e cultura**. 2006. 71 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Comunicação Social)-Universidade Federal de Juiz de Fora - Faculdade de Comunicação - UFJF/FACOM, Juiz de Fora, 2006.

EDEN, C; FORD, E. **Samarkand: recipes & stories from central asia & the caucasus**. London: Kyle books, 2016.

FRANCO, A. **De caçador a gourmet: uma história da gastronomia**. 4.ed. São Paulo: Senac, 2006.

FREYRE, G. **Casa-grande & senzala: formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal**. [S.l.]: [s.n.], [2003]. Disponível em: https://gruponsepr.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/10/freyre_gilberto_casa_-_grande__senzala.pdf.

GLOBO. Cozinha árabe. In: ALONSO, Arlete (Org.). **O gosto brasileiro: as mais famosas receitas das nossas avós**. São Paulo: Globo, 2005.

HALL, S. **A identidade cultural na pós modernidade**. Rio de Janeiro: Lamparina, 2015.

LIMA, T; MIOTO, R. **Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica**. Santa Catarina: UFSC, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/HSF5Ns7dkTNjQVpRyvhc8RR/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 25 maio 2025.

LEVITT, T. A globalização dos mercados. In: CZINKOTA, Michael R.; RONKAINEN, Ilkka A. (Org.). **Administração global**. São Paulo: Makron Books, 1993. p. 45-57.

MARANHÃO, R. **Árabes no Brasil: História e Sabor**. São Paulo: Estúdio Paladar, 2009.

MELLO, S; et al. Gastronomia contemporânea: contraste de temperaturas e inclusão de PANC. **Revista de Gastronomia**, Juiz de Fora/MG, v. , n. , p. 1-7, mês 2019. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/revistadegastronomia/article/viewFile/1887/1227> Acesso em: 25 maio 2025.

OTTOLENGHI, Y. Video sobre criação de Shawarma tradicional. 2025. Disponível em: @ottolenghi.

PESSOA, O. **Como fazer pesquisas empíricas aplicadas a políticas judiciais**. CNJ, 2023. Disponível em: <https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/2023/03/pesquisa-empirica-olivia-pessoa.pdf> Acesso em: 22 junho 2025.

THIS, H; MONCHICOURT, M-O. **Herança culinária e as bases da gastronomia molecular**. São Paulo: SENAC, 2009.

WEBER-LAMDERDIÈRE, M. **As revoluções de Ferrán Adrià: o chef de cozinha que transformou a culinária em arte**. Porto Alegre: Editora L & PM editores, 2008.

WRIGHT, Jeni; TREUILLE, Eric. **Le Cordon Bleu: todas as técnicas culinárias**. São Paulo: Marco Zero, 2004.