



AUTENTICIDADE DAS RECEITAS GASTRONÔMICAS

Ana Lúcia YOSHIOKA¹
Steli de Souza NASCIMENTO²
Wellerson Lourenço Pereira SILVA³

RESUMO: O presente trabalho pretende levantar a importância da autenticidade das receitas gastronômicas. Para tanto, foram realizadas pesquisas em livros, em artigos científicos e em sites. Por meio da análise da bibliografia selecionada, verificamos que a história dos povos, bem como da formação dos países, relaciona-se diretamente com a alimentação e os motivos que fizeram com que fossem adotados determinados tipos de ingredientes para o preparo de determinados pratos formaram a gastronomia local, bem como sua importância nos dias atuais. Conclui-se que as adaptações que os pratos sofreram ao serem preparados em outros países, devido a inexistência de ingredientes, não perderam sua essência.

Palavras-chave: Gastronomia; Autenticidade das receitas

ABSTRACT: This work intends to raise the importance of authenticity of gastronomic recipes. For this purpose, research was carried out in books, scientific articles and websites. Through the analysis of the selected bibliography, we verified that the history of peoples, as well as the formation of countries, is directly related to food and the reasons that led to the adoption of certain types of ingredients for the preparation of certain dishes formed the local cuisine, as well as its importance today. It is concluded that the adaptations that the dishes suffered when being prepared in other countries, due to the lack of ingredients, did not lose their essence.

Keywords: Gastronomy; Revenue authenticity

1 INTRODUÇÃO

¹ Discente do 2º ano do curso de Gastronomia do Centro Universitário Antônio Eufrásio de Toledo de Presidente Prudente. e-mail analucia.y@terra.com.br

² Discente do 2º ano do curso de Gastronomia do Centro Universitário Antônio Eufrásio de Toledo de Presidente Prudente. e-mail stelinascimento@hotmail.com

³ Discente do 2º ano do curso de Gastronomia do Centro Universitário Antônio Eufrásio de Toledo de Presidente Prudente. e-mail wellerson.louren@gmail.com



Por meio da gastronomia de um povo, de uma sociedade e, de um país, é possível entender um pouco da sua história, da sua cultura, de seus hábitos e até mesmo de seus valores.

A partir do momento em que o homem teve domínio dos modos de cocção, ele passou a criar, mesmo que inconsciente e a passos lentos, técnicas para preparar os vegetais e as proteínas que tinha a sua disposição, fossem eles de natureza doméstica ou originadas de caças e exploração territorial.

Uma vez organizados em grupos familiares, depois em territórios ou povoados, até uma dimensão assemelhada a uma nação, o homem adquiriu hábitos alimentares e desenvolveu formas de cocção diferentes uns dos outros, seja pela necessidade de adequação ao território que oferecia certos tipos de alimentos, seja pela preferência em relação a determinados elementos ou, até mesmo pelas duas ou mais razões.

Dessa forma, pode-se concluir que em milhares de anos de descobertas e adequações ao território ou às situações vividas, o ser humano formou sua cultura gastronômica, dando a ela seus valores e referencias.

Nesse contexto, o objetivo desse artigo é tratar sobre a importância de tal cultura, construída por diferentes grupos sociais e, que por isso carrega consigo a especificidade de cada uma delas.

Entende-se que preservando tal peculiaridade, estamos automaticamente respeitando a história de um povo, de uma nação.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Gostos e Hábitos Alimentares

Dos diferentes hábitos alimentares que surgiram no decorrer do processo de evolução da espécie humana, surgiram também os diferentes gostos, sensações geradas pelo sistema gustativo.

Segundo Franco (2010), o gosto é moldado de acordo com a cultura em que o indivíduo habita e, socialmente controlado conforme sua vivência. O homem nasce



em estado semifetal e, tem um período de aprendizado até integrar-se aos hábitos sociais. Esse processo compreende a formação do gosto e dos hábitos alimentares. Dessa forma, os alimentos habituais tornam-se os mais saboreados e também os prediletos, resultando na apreciação de pratos regionais, acarretando o chauvinismo e o conservadorismo. O conservadorismo, em matéria alimentar, é mais presente do que é qualquer outra área cultural do ser humano, provocando até mesmo a euforia sobre alguns pratos de origem materna ou da sua pátria. Tal predileção pode incidir, inclusive, sobre preparos mais medíocres e sua degustação pode acarretar surpreendentes associações mentais, ligadas à sua infância e sua formação cultural gastronômica.

Segundo Santos (2005, p.15) o alimento, conseqüentemente o modo de preparo dos pratos, constitui uma categoria histórica, pois está ligado aos padrões de permanência e mudança dos hábitos e práticas alimentares, que se baseiam na própria dinâmica social. O autor destaca, ainda, que:

[...] Alimentar-se é um ato nutricional, comer é um ato social, pois constitui atitudes ligadas aos usos, costumes, protocolos, condutas e situações. [...] Nesse sentido, o que se come, é tão importante quanto quando come, onde se come, como se come e com quem se come. (SANTOS, 2005, p.12)

Franco (2010) observa, em sua obra, que:

Os hábitos alimentares têm raízes profundas na identidade social dos indivíduos. São, por isso, os hábitos mais persistentes no processo de aculturação dos imigrantes...

2.2 Respeito às Tradições

No movimento de imigração, as pessoas levam para a nova terra os hábitos alimentares do país de origem. No entanto, tais hábitos nem sempre são possíveis de serem mantidos fidedignamente devido a alguns fatores, como por exemplo, a falta de ingredientes adequados. Para tanto, as soluções utilizadas para suprir essa necessidade, são a adequação de produtos similares para se chegar a um resultado próximo do original. Há também a possibilidade do cultivo do produto inexistente, desde que o clima e o solo sejam propícios para a cultura. Em uma terceira



instância, existe a possibilidade da importação de produtos, mas que nem sempre se torna viável, devido aos custos envolvidos nesse processo (LIMA, 2015).

Qualquer que seja a alternativa, acreditamos que é de suma importância que a produção adaptada, seja a mais fiel possível daquela que o imigrante saboreava em seu país de origem, porque como já citado anteriormente, a alimentação faz parte da história da formação de um povo, por isso deve ser respeitada na sua origem. Podemos observar que não somente os imigrantes produzem os preparos dos países de origem, mas também restaurantes, principalmente devido à globalização.

2.3 Adaptações e Aberrações

A cozinha asiática, em especial a japonesa, é um exemplo significativo, ao tratarmos especificamente da questão imigratória e do seu impacto na gastronomia.

É inegável a popularidade conquistada por pratos como sushi e sashimi, os quais são servidos comumente em restaurantes, eventos e até mesmo comercializados em feiras livres.

As mencionadas preparações têm como base dois elementos fundamentais da alimentação japonesa: arroz e peixe. O *gohan*, como é chamado o arroz japonês, constitui a base da refeição, complementada por verduras e legumes em conserva, denominados *tsukemono*. Já o peixe, é a principal proteína animal do povo japonês, tanto pelas condições geográficas do país, que constitui um arquipélago, composto pelas ilhas como Hokkaido, Honshu, Shikoku e Kyushu, como por fatores religiosos, visto que, o budismo, durante os séculos VI e VII, proibiu a matança de animais, canalizando assim, a busca pelo pescado (KATO et al., 2016).

O processo imigratório japonês em direção ao Brasil, teve início em 1908, quando o navio Kasato-maru atracou no porto de Santos-SP, com 781 pessoas. A essas, seguiram-se outras embarcações, que trouxeram, ao longo das décadas seguintes, cerca de 260.000 imigrantes, cujos descendentes formam mais de um milhão, atualmente (AKIO, 2021).



Além da comunicação, a maior dificuldade encontrada pelos imigrantes japoneses foi justamente em relação a alimentação. Dentre outros, o filme *Gaijin*, de 1981, retrata os desafios impostos por culturas tão diferentes (AKIO, 2021).

A impossibilidade de encontrar insumos para a preparação de sushi e sashimi, obrigou os imigrantes a recorrerem a substitutivos, como o arroz nacional, cuja textura é diferente da do *gohan*. A depender da localidade onde se estabeleceram, o peixe de água salgada era algo muito raro, o que os levou a utilizarem peixes de água doce e, em alguns casos, carne vermelha finamente fatiada como alternativa ao sashimi, conforme relata Ercilia Ikuyo Yanaguimoto, filha de imigrantes que chegaram ao Brasil em 1926 (KATO et al., 2016).

O crescimento gradativo das importações, bem como a fabricação, no Brasil, de produtos típicos, como *shoyu*, *misso*, *tofu* e *moti*, dentre outros, contribuiu para despertar o interesse dos brasileiros pela culinária japonesa, cujos pratos passaram a se tornar aceitos e depois, até mesmo populares, em especial após a década de 80 (KATO et al., 2016).

Contudo, a adaptação de insumos trouxe uma outra realidade à gastronomia japonesa, representada pelo uso de ingredientes que a descaracterizam. Podemos citar, como exemplos: sushi de morango com creme de avelã, de maracujá com chocolate. Tais inovações podem ser classificadas como aberrações, visto que comprometem a essência do preparo.

Assim como a gastronomia japonesa, a sírio-libanesa também é objeto de releituras no preparo de seus pratos, que resultam em aberrações. Conforme descrito no livro “O Segredo da Cozinha das Minhas Avós” (1993), as maiores fontes de imigração que iniciaram sua chegada no Brasil, no final do século passado, são a Síria e o Líbano. No entanto, outros países, também árabes se identificaram por terem os mesmos traços culturais, língua e religião, como a Palestina, Iraque, Arábia Saudita, Líbia, Egito, Nigéria, Marrocos, totalizando 21 países que integram o mundo árabe. No entanto prevaleceu no Brasil, a imigração sírio-libanesa.

A predominância dos sírio-libaneses, formando uma só unidade em vários aspectos, inclusive na gastronomia, acabou concentrando produções típicas tanto da Síria como no Líbano, que caíram no gosto dos brasileiros, como a esfiha e o quibe.



Podemos citar também outros pratos, como a *cafta* (carne moída condimentada e grelhada no espeto), o *tabule* (salada de trigo, tomate, cebola, salsa, hortelã, azeite e limão), os antepastos, como a coalhada, *hommus* (pasta de grão de bico), *babaganush* (pasta de berinjela defumada), a *mijadara* (arroz com lentilha) e os charutininhos de folhas de parreiras.

Entre os pratos que sofreram algum tipo de adaptação, podemos citar o charuto de folha de uva. Devido à sua falta em algumas regiões e, também pelo seu valor elevado, a folha de uva foi substituída pela couve ou pela acelga. Tal alternativa, podemos entender como uma releitura do preparo com a folha de uva, procedimento que não impacta na sua essência, pois são preservados os temperos, recheios e modo de preparar.

Ainda em relação à gastronomia sírio-libanesa, podemos citar que a *cafta* (carne moída e condimentada, grelhada no espeto), nem sempre é produzida de maneira fiel à sua origem, temperada com especiarias, como cominho e pimenta síria. Como acompanhamento, é servido um molho à base de azeite, *tahine* (pasta de gergelim) e hortelã. No Brasil, podemos encontrar versões desse preparo, mas sem os temperos originais, que caracterizam o prato, mas somente com os básicos, como sal e pimenta do reino. Além do mais, é costume aqui, a *cafta* ser consumida com molho verde (variação de maionese com salsinha), mostarda e até *catchup*. No dito popular, costumes como esse que descaracterizam o preparo, são representados pela frase “um sírio acabou de morrer.”

A neta de imigrantes libaneses, Lecil Almeida Salomão (informação verbal)⁴, sobre os molhos servidos com a *cafta* cita que “...isso é o abrigado do prato. Para a *cafta* o molho certo é de hortelã, com *tahine* e azeite, chamado *taratur*.”

Outro preparo da culinária sírio-libanesa que sofreu variações em seu, é o quibe, no tocante ao seu recheio. Originalmente, recheado com carne ou coalhada seca, ganhou aqui o recheio de requeijão, tipo Catupiry. Essa alternativa na maioria das vezes não é aprovada e muito menos adotada ou entendida entre os descendentes de sírio-libaneses. Em se tratando de dois preparos lácteos, com texturas semelhantes, o entendimento para a substituição no recheio do quibe,

⁴ Informação fornecida em 2021



talvez seria suavizar a acidez proporcionada pela coalhada, o que descaracterizaria por completo o preparo

A gastronomia argentina também se faz presente no Brasil, por meio dos cortes das carnes, como ancho, bife de tira e o bife de chorizo. Podemos encontrar também em diversos lugares as empanadas, que são salgados semelhantes a um pastel, oferecidas com diversos recheios, como vegetais e carnes (bovina e frango). Lembramos que a empanada é um prato típico de quase toda a América Latina, sendo mais comum na Argentina, Bolívia e Peru. Segundo Santiago (2018), a palavra empanada significa “encerrar um alimento em massa ou pão para depois ser assado”. Os pães eram recheados com carnes ou vegetais ou, com ambos e, os viajantes levavam para consumir durante as viagens que faziam nos campos. Posteriormente, passou-se a assar o pão junto com o recheio, para depois ser preparada uma massa específica para envolver o recheio. Após isso, cada país em adaptado sua empanada, inclusive o Brasil, sendo que um exemplo de onde podemos encontrar esse preparo com diversos recheios, é na rede La Guapa, de propriedade da cozinheira e empresária Paolla Corasella, que oferece o salgado com diversos recheios.

Nas gastronomias argentina e uruguaia, podemos citar o *choripan*, um sanduíche de linguiça com molho *chimichurri* (molho feito à base de ervas aromáticas, azeite e vinagre). Segundo Ferraz (2021), o nome do sanduíche deriva das sílabas das palavras chorizo (linguiça) e *pan* (pão) e, o diferencial é assar a linguiça na brasa, a qual pode ser dividida ao meio. Ainda segundo ele, como nasceu entre às margens do Rio da Prata, tem dupla nacionalidade: argentina e uruguaia.

Originariamente, o *choripan* possui apenas três ingredientes: o pão (*pan*), a linguiça (*chorizo*) e o molho *chimichurri*. No entanto, muito a contragosto dos argentinos e uruguaiois, podem acontecer variações em outros países, como citou o professor de Gastronomia André Schwenk Franco Maciel (informação verbal)⁵ “Certa vez, foi servido a um chef argentino, um *choripan* com queijo. O acréscimo do queijo

⁵ Informação proferida em aula da disciplina Cozinha das Américas, em 2021



o deixou extremamente ofendido, pois na Argentina, não se prepara o sanduiche dessa forma” (MACIEL, 2021).

2.4 Respeito a História e a Cultura Gastronômica + Inovação

Algumas vezes, os hábitos alimentares de determinados países, povos ou até mesmo de pessoas, podem parecer-nos estranhos, se compararmos com os nossos. No entanto, ao analisarmos suas histórias podemos a vir entender o porquê de tais hábitos e respeitá-los.

Um exemplo, foi citado pelo Professor de Gastronomia Ulisses Dias de Souza (informação verbal)⁶,

A Gastronomia Alemã, tem por hábito, aproveitar o animal abatido em sua totalidade e, o principal carboidrato consumido é a batata. Tais hábitos tem origem nas dificuldades pelas quais a Alemanha passou durante as guerras, que levou a opção por uma produção agrícola que ficasse escondida sob o solo, para evitar riscos de saques. Já os animais, como eram escassos, tinham aproveitamento total após o abate (SOUZA, 2021).

Como exemplo desse aproveitamento total dos animais, temos preparos como o *Eisben* (joelho de porco cozido) e a *Fleischsalat* (salada de língua bovina).

A Alemanha construiu assim, alguns fundamentos da sua gastronomia, seja pelos recursos disponíveis, seja por fatores internos ou externos que influenciaram esse processo. Da mesma forma, em maior ou menor escala, esse cenário se repetiu em outros povos e países (SOUZA, 2021).

A imigração e, contemporaneamente, a globalização, expandiram os horizontes da gastronomia. Esse movimento resultou, conforme tratado nos tópicos anteriores, no acesso, pela maior parte da população, a preparos antes desconhecidos.

Contudo, a questão que se apresenta, é a seguinte: será que os pratos que estão sendo apresentados como sendo típicos de determinados países, realmente o são?

⁶ Informação proferida em aula da disciplina Cozinha Europeia, em 2021



Abordar situações em que foram feitas adaptações, por falta de insumos e também, aberrações, em absoluto desrespeito à versão original, ainda que sob a alegação de torná-los mais palatáveis ao gosto brasileiro.

As inovações são absolutamente necessárias para a evolução da Gastronomia e uma alternativa que se apresenta para articular esse processo ao respeito e valorização da história e cultura alimentar de um povo, é a cozinha de fusão.

A cozinha de fusão é um conceito que nasceu na década de 70 e preconiza a combinação de alimentos e estilos de culinárias de diferentes origens para criar novos preparos e combinações de sabores. Nesse movimento, acontece a combinação de especiarias e alimentos de diferentes grupos para se criar sabores únicos, sem que haja a perda da essência. Pode citar como exemplo, inovar no recheio de um burrito ou de uma empanada.

Percebe-se, que há uma grande diferença entre a cozinha de fusão e, as variações que podem existir no preparo dos pratos, que podem ser chamadas de aberrações. A primeira trata-se de uma adaptação do preparo devido, na maioria da falta de ingredientes originais, como é o caso da folha de parreira substituída pela couve, na preparação do charuto ou, a utilização de peixes de água doce na Amazônia, como o pirarucu e o tambaqui, no preparo de pratos de origem japonesa, em substituição aos de água salgada, que são de difícil acesso na região.

3 CONCLUSÃO

É indiscutível a importância do respeito que devemos ter em relação à cultura gastronômica de cada sociedade, de cada país, fruto não só das adequações que foram necessárias para a sobrevivência do seu povo, mas também dos costumes desenvolvidos no âmbito familiar em que cada um foi inserido.

Pode observar que as variações nascidas em nome da criatividade para se saborear um prato originário de outro país, podem fazer com que ele perca sua essência e tenha sua história desrespeitada. Ainda, induzem o consumidor a erro, a



partir do momento em que lhe é apresentado um preparo diverso do original, seja em sabor, aroma, cores e ou textura.

Por outro lado, existe um outro tipo de variação, que é a adequação de ingredientes feita por exemplo, por imigrantes, que não encontraram aquele de costume na nova terra. Mas mesmo sem esse ingrediente, existe o respeito diante da preparação do prato, para que ele não perca a sua essência, nem suas raízes. Um prato preparado com a adequação desse tipo, não causará estranheza e nem repulsa a quem for prova-lo e conhecer o original.

A Cozinha de Fusão é um exemplo de adequação, em que ingredientes inexistentes ou inacessíveis em determinado local ou determinada época, são substituídos por outros da mesma equivalência, possibilitando a criação de um novo prato, sem que se haja a desassociação do original.

A história de um país, de um povo, de um indivíduo, reflete em seus hábitos alimentares e por consequência na sua gastronomia. Hábitos alimentares que são adquiridos de acordo com os fatos vivido, com o clima, com o ambiente, com os recursos disponíveis e com desafios a vencer. Assim sendo, a gastronomia que representa qualquer que seja o grupo social, deve ser respeitada e valorizada, bem como a história desse indivíduo, desse grupo, dessa nação.

Sendo assim, pode-se concluir que a gastronomia, seja de um indivíduo, de um povo ou de uma nação deve ser respeitada, pois ela faz parte da sua história, da sua formação. Usar a criatividade para variar um preparo, como incluir um ingrediente que não harmonize com os demais, que não preserve a essência, poderá causar repulsa a quem conhece, prepara e saboreia a receita original. Variações ou releituras que mantenham a essência do preparo, são bem-vindas, pois desse modo será preservada a identidade, essencial em todos os aspectos, inclusive na gastronomia.

REFERÊNCIAS

AKIO, Armando. **Imigração japonesa**: museus, histórias e depoimentos, 2021. Jornal A Tribuna, colaboração de Laire José Girard. Disponível em:



<https://www.imigracaojaponesa.com.br/index.php/nossa-historia/curiosidades/kasato-maru-o-navio-da-esperanca/>. Acesso em: 21 ago. 2021.

FERRAZ, Patricia. **Choripán**. Estadão Jornal Online, 2021. Disponível em: <https://paladar.estadao.com.br/noticias/receita,mingau-de-aveia,70003803481>. Acesso em: 21 ago. 2021.

FRANCO, Ariovaldo. **De Caçador a gourmet**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2010.

KATO, Hellen Cristina Almeida; OLIVEIRA, Luana de Sousa; MACIEL, Érika Silva; FREITAS, Alexandre Aires. A Cozinha de fusão encontra o rio: peixes nativos amazônicos como alternativa para a culinária japonesa. **Applied Tourism**, v. 1, n. 2, p. 97-114, 2016. Disponível em: <https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/1080154/a-cozinha-de-fusao-encontra-o-rio-peixes-nativos-amazonicos-como-alternativa-para-a-culinaria-japonesa>. Acesso em: 21 ago. 2021.

LIMA, Joseani França Oliveira. Receitas culinárias de família como expressão de cultura. **Revista estação científica**, Juiz de Fora, Edição Especial Seminário de Pesquisa da Estácio, 2015. Disponível em: https://portal.estacio.br/media/4632/a_culinaria_de_familia_como_expressao_de_cultura.pdf. Acesso em: 21 ago. 2021.

MACIEL, André. **Anotações de aula de cozinha das Américas**. Centro Universitário Antônio Eufrásio de Toledo. Presidente Prudente, 2021.

O SEGREDO da Cozinha das Minhas Avós. Porto Alegre: Globo, 1993.

SANTIAGO, D. **A história e origem das empadas**. 2018. Disponível em: <http://www.donsantiago.com.br/2018/05/30/a-historia-e-origem-das-empanadas/>. Acesso em: 21 ago. 2021.

SANTOS, Carlos Roberto Antunes. A alimentação e seu lugar na história: os tempos da memória gustativa. **História: questões e debates**, Curitiba, v. 42, n. 1, p.11-31, 2005. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/historia/article/view/4643>. Acesso em: 21 ago. 2021.

SOUZA, Ulisses. **Anotações de aula de cozinha europeia**. Centro Universitário Antônio Eufrásio de Toledo. Presidente Prudente, 2021.