

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

Roziane Costa Conceição<sup>1</sup>  
Fernando Bagiotto Botton<sup>2</sup>

### RESUMO

O presente estudo teve por objetivo analisar a mescla nos sabores e histórias de alimentos presentes na América Portuguesa. Tal abordagem concentrou-se na pluralidade cultural interpretada a partir de alguns produtos consumidos pelas populações da América Portuguesa, período originário de muitas heranças culturais e alimentares da sociedade brasileira. Examinamos alguns exemplos de receitas e misturas gastronômicas que demonstraram a pluralidade cultural da culinária brasileira na América Portuguesa. O milho, a mandioca, o açúcar e o feijão foram investigados considerando suas historicidades, sem, contudo, excluir a presença de outros alimentos importantes para a sociedade do período. O resultado da pesquisa aponta que a alimentação é uma fonte histórica provocativa e que tem o poder de despertar reflexões interessantes sobre a pluralidade cultural, proporcionando um diálogo com o conhecimento histórico.

**Palavras-chave:** Alimentação; Pluralidade Cultural; América Portuguesa.

### PLURAL FLAVORS IN PORTUGUESE AMERICA: corn, cassava, sugar and beans as sources for History

### ABSTRACT

The present study aimed to analyze the mix in the flavors and stories of foods present in Portuguese America. Such an approach focused on the cultural plurality interpreted from some products consumed by the populations of Portuguese America, a period originating from many cultural and food heritages of Brazilian society. We examined some examples of recipes and gastronomic mixtures that demonstrated the cultural plurality of Brazilian cuisine in Portuguese America. Corn, cassava, sugar and beans were investigated considering their historicity, without, however, excluding the presence of other important foods for the society of the period. The result of the research points out that food is a provocative historical source and that it has the power to awaken interesting reflections on cultural plurality, providing a dialogue with historical knowledge.

**Keywords:** Food; Cultural Plurality; Portuguese America.

<sup>1</sup> Mestre em Ensino de História pelo PROFHISTÓRIA - UESPI, Campus Parnaíba-PI; Professora efetiva da rede estadual de ensino do Maranhão e na rede municipal de ensino de São João do Sóter-MA E-mail: [roziane1504@gmail.com](mailto:roziane1504@gmail.com).

<sup>2</sup> Coordenador do Curso de Licenciatura Plena em História; Professor do Mestrado Profissional Profhistória (UESPI/UFRJ) Universidade Estadual do Piauí, Parnaíba-PI. E-mail: [fernandobotton@phb.uespi.br](mailto:fernandobotton@phb.uespi.br)

## **SABORES PLURALES EN LA AMÉRICA PORTUGUESA: maíz, yuca, azúcar y frijol como fuentes para la Historia**

### **RESUMEN**

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la mezcla en los sabores y las historias de los alimentos presentes en la América portuguesa. Tal enfoque se centró en la pluralidad cultural interpretada a partir de algunos productos consumidos por las poblaciones de la América portuguesa, período originario de muchas herencias culturales y alimentarias de la sociedad brasileña. Examinamos algunos ejemplos de recetas y mezclas gastronómicas que demostraron la pluralidad cultural de la cocina brasileña en la América portuguesa. El maíz, la yuca, el azúcar y el frijol fueron investigados considerando su historicidad, sin, sin embargo, excluir la presencia de otros alimentos importantes para la sociedad de la época. El resultado de la investigación apunta que la comida es una fuente histórica provocadora y que tiene el poder de despertar interesantes reflexiones acerca de la pluralidad cultural, propiciando un diálogo con los saberes históricos.

**Palabras clave:** Alimentación; Pluralidad Cultural; América portuguesa.

A alimentação dialoga com a História e pode fornecer-lhe subsídios para estudos em vários campos de conhecimento, tendo destaque a pluralidade cultural. O levantamento contextual e histórico de informações acerca de alguns tipos de alimentos dão subsídios para que sejam utilizados como fontes para História. Tendo destaque o milho, a mandioca, o açúcar e o feijão, sem descartar ou negar a presença de outros importantes alimentos.

Do encontro entre culturas nasceu a culinária brasileira e ambas apresentaram seus gostos, seus temperos e tradições. Os portugueses, por exemplo, trouxeram o costume de degustar comidas quentes, que fossem propícias ao seu clima frio e representavam os hábitos do campo europeu, como afirma Paula Pinto e Silva:

Fiel a uma velha tradição, boa parte da Europa alimentava-se, até o século XVIII, de sopas grosseiras e mingaus, feitos da mistura de cereais, como trigo, milho miúdo, aveia e arroz, a um caldo quente de verduras. Ao lado disso, um pequeno consumo de grãos suplementares, como lentilhas, favas secas, ervilhas e grão-de-bico, alguns ovos, pouca carne fresca e um conseqüente aumento de carnes e peixes defumados ou salgado por sua vez, os portugueses que vieram colonizar o Brasil trouxeram consigo essas práticas alimentares calcados numa tradição que refletia, em sua maior parte, a condição de um país Campesina, ao mesmo tempo que explicitava suas condições climáticas, propícias a produção desses alimentos de substância<sup>3</sup>.

Da mesma forma que os portugueses estavam envolvidos com seu conhecimento e preferência alimentar, as populações indígenas viviam seus costumes e saberes culinários

---

<sup>3</sup> PINTO E SILVA, Paula. **Farinha, Feijão e Carne-Seca**: um tripé culinário no Brasil Colonial. São Paulo: Editora Senac, 2005, p. 25.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

baseados em suas vivências e ambiente. Nesse contexto, o milho e a mandioca eram de grande importância para a alimentação dos diferentes povos que habitavam o Brasil e serviam como suporte no preparo de suas comidas:

Do lado de cá, estavam as nações indígenas, que, embora muito distintas entre si, tinham maneiras semelhantes de alimentar-se, alicerçadas nas alternativas que a terra farta oferecia e marcadas, principalmente, pelo consumo de carnes de caça, peixes, répteis e mariscos, raízes e tubérculos cozidos, além de uma infinidade de frutas e frutos silvestres. Destacavam-se, entretanto, duas espécies cultivadas que lhe serviam de base na alimentação: a mandioca, que fornecia grossos pães transformados em beiju, e o milho *mays*, fundamental no preparo da bebida fermentada que era usada ritualmente, conhecida por cauim. Desses dois alimentos, os indígenas também fabricavam, ainda em pequena escala, suas farinhas, que acabaram por adquirir importância suprema na dieta da colônia<sup>4</sup>.

Detentoras destas características alimentares, europeus e indígenas se encontraram quando portugueses aportaram onde hoje é o Brasil e passaram por um processo de reconhecimento e adaptação em seus respectivos hábitos alimentares. De acordo com Paula Pinto e Silva (2014)<sup>5</sup>, essa relação deu origem ao cardápio tão diverso que o Brasil possui, tendo sofrido novas influências com a chegada dos africanos escravizados, após o início da colonização, o que enriqueceu ainda mais a cultura alimentar brasileira, permitindo que o homem estabelecesse uma complexa relação com todo seu entorno:

A identidade alimentar está estruturada num sistema de crenças e representações que não dependem de técnicas ou ciências laboratoriais para serem aceitas, nem tampouco são refutados pelos avanços tecnológicos. Quando o homem busca a provisão alimentar ele estabelece um projeto de relação com o ambiente, trabalho e comunidade<sup>6</sup>.

Segundo Gilberto Freyre, a participação africana na construção do regime alimentar do Brasil se deu:

Principalmente pela introdução do azeite de dendê e da pimenta malagueta, tão característicos da cozinha baiana; pela introdução do quiabo; pelo maior uso da banana; pela grande variedade na maneira de preparar a galinha e o peixe. Várias comidas portuguesas ou indígenas foram no Brasil modificadas pela condimentação ou pela técnica culinária do negro;

<sup>4</sup> PINTO E SILVA, op. cit., p.26.

<sup>5</sup> Ibid., p.19.

<sup>6</sup> AMORIM, Gabriel Chaves. Maniba, Mandioca e Aipim: origem, histórias e gastronomia da raiz brasileira. *Revista do Lhiste*, Porto Alegre, p. 818-833, jul./dez. 2015. Semestral.

alguns dos pratos mais característicos dos brasileiros são de técnica africana: a farofa, o quibebe, o vatapá<sup>7</sup>.

Obviamente estamos aqui concordando com o reconhecimento dado ao legado africano à cultura alimentar do Brasil, sem, no entanto, compartilhar com o autor da equivocada ideia de que havia uma estrutura harmoniosa entre os grupos étnicos que habitavam a América Portuguesa<sup>8</sup>.

Segundo Marcelo Miguel, “podemos dizer que foi no ‘encontro gastronômico’ que as culturas se mesclaram e também assimilaram a culinária das populações indígenas pré-existentes e dos povos da fronteira”<sup>9</sup>. Essa influência portuguesa nos hábitos alimentares da colônia foi sentida com a introdução de diversos elementos, tal como afirma Isabel Braga:

De Portugal, vieram para o Brasil laranjeiras e limoeiros, além de frutas várias, como marmelos, e melões, e também couve, alface e salsinha, coentro e muitos outros legumes e verduras, e se adaptaram extremamente bem na Nova Terra os portugueses também trouxeram animais, como vacas, porcos, cabras e Carneiros e galinhas ponto da América espanhola veio que então era chamado de "galo do Peru", e da África as duas chamadas galinha d'angola<sup>10</sup>.

Não se pode negar, segundo Lilian Lopes, que essa mescla está intimamente ligada ao fato de os portugueses terem explorado várias regiões do mundo e, ao viajar entre elas, levava e trazia parte de seus produtos:

Os portugueses foram os responsáveis pela grande distribuição de espécies de alimentos por onde passavam e com muita eficiência traziam sementes, raízes, “mudas” de suas terras longínquas, do Oriente à África, e levavam os nossos para eles também; como mandioca para a África, caju para Goa (Índia), de onde trouxe manga, e os coqueiros vieram da África Ocidental<sup>11</sup>.

Nessas relações de encontro, e confronto, a escravização da mão de obra africana foi decisiva para a construção de uma cozinha variada, pois, além de viver em uma situação de

---

<sup>7</sup> FREYRE, Gilberto. *Açúcar: uma sociologia do doce, com receitas de bolos e doces do nordeste do Brasil*. São Paulo: Global, 2007, 274 p.

<sup>8</sup> SCHWARCZ, Lilia Moritz. **O espetáculo das raças**. São Paulo: Companhia das Letras, 1993.

<sup>9</sup> MIGUEL, Marcelo Calderari. et al. Mingau: uma culinária revisitada. **Fragmentos de Cultura**, Goiânia, v. 28, especial, p. 111-123, jun. 2018.

<sup>10</sup> BRAGA, Isabel M. R. Mendes Drumond. **Sabores do Brasil em Portugal: descobrir e transformar novos alimentos (séculos XVI-XXI)**. São Paulo: Editora SENAC São Paulo, 2010, p. 14.

<sup>11</sup> LOPES, Lilian Maria Siqueira. **A alimentação no Brasil colônia**. Trabalho de Conclusão de Curso de História, UNISALESIANO Centro Universitário Católico Salesiano, 2009, p. 24.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

exploração, tais pessoas acabaram trazendo seus alimentos, hábitos culinários<sup>12</sup> e conhecimentos para a América Portuguesa:

A forte corrente de tráfico de escravos no século XVIII, provocou o intercâmbio de hortaliças e vegetais entre Brasil e África Ocidental, pois os escravos não se separavam de seus alimentos prediletos, como: quiabo, gengibre amarelo, erva-doce e vários tipos de inhames e dentre todas as frutas recebidas no século XVI, nenhuma foi tão bem recebida no Brasil como a banana, proveniente da Índia, além da palmeira do dendê e também as pimentas, especialmente a malagueta; no caso dos animais de origem africana, um que continua no cardápio brasileiro é a galinha-d'angola<sup>13</sup>.

85

O intercâmbio entre os indígenas, portugueses e africanos por meio dos seguintes alimentos: milho, mandioca, açúcar e feijão é tratado a seguir.

A forma como o milho ganhou significados tão plurais, mesmo sendo tão particular para cada região, ao longo da História do Brasil, nos proporcionou diversas receitas tradicionais na culinária nacional, como afirma Carlos Dória e Marcelo Bastos<sup>14</sup>, segundo os quais eram muitas as receitas que utilizavam o milho e que até hoje algumas delas estão presentes na alimentação brasileira, mesmo que com poucas mudanças.

A origem do milho é atribuída à região da Mesoamérica, há milhares de anos, como afirma Eduardo Azeredo:

O milho (*Zea mays* L.) é proveniente de uma seleção genética conduzida pelas civilizações que ocuparam a América Central há mais de sete mil anos. Esta seleção foi realizada a partir de uma planta conhecida como Teosinto (alimento dos deuses, assim chamado pela civilização maia), a qual possui pequenas hastes com poucos grãos rígidos<sup>15</sup>.

Segundo Sheila Hue, “o milho entre os tupis era chamado de Abati e significava ‘cabelos brancos’ fazendo referência aos filamentos das espigas”<sup>16</sup>. A presença deste alimento para os grupos do tronco linguístico Tupi se fez importante pela sua germinação rápida e a facilidade em seu manuseio para saciar a fome de suas populações, ou seja, o

---

<sup>12</sup> Ibid.

<sup>13</sup> Ibid.

<sup>14</sup> DÓRIA, Carlos; BASTOS, Marcelo. 2018. **A culinária caipira da Paulistânia**. São Paulo: Três Estrelas.

<sup>15</sup> AZEREDO, Eduardo Borges da Fonseca. A evolução da cultura do milho. In: MELCHIOR, Myriam (Org.). **Gastronomia, cultura e memória: por uma cultura brasileira do milho**. 1. ed. Rio de Janeiro: Folio Digital: Letra e Imagem, 2017, p. 17-28.

<sup>16</sup> HUE, Sheila Moura. **Delícias do Descobrimento: a gastronomia brasileira no século XVI**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008, p. 84.

milho se adequou ao cotidiano dessas populações, como afirma Rafaela Basso sobre a importância do cereal:

Ocupava uma posição central no sistema de vida desses povos. O seu poder germinativo, aliado à rapidez e à facilidade de seu cultivo, fez com que ele se adequasse perfeitamente ao ideal de vida nômade. As características “miraculosas” dessa planta se adaptavam aos pilares da vida social desses indígenas, especialmente aqueles que habitavam regiões do interior do continente que, posteriormente, viria a ser conhecido como Brasil<sup>17</sup>.

Com a chegada dos europeus, tanto na América apossada enquanto espanhola quanto na América tomada como Portuguesa, o consumo do milho ganhou novas nuances, novas receitas, ou seja, novos sabores foram criados e passaram a fazer parte da vida de europeus e ameríndios. Importante notar que existem diferenças regionais acerca das iguarias preparadas com o milho, podemos citar o prato conhecido como canjica no norte e nordeste e, no sul e sudeste, chamado de curau; possuindo, segundo Maria Clara Santos; C. M. Mendonça e Neide Shinohara, “o sensorial levemente adocicado, remetendo ao dulçor do açúcar com leite de coco sendo consumido frio. Possui textura enrijecida e notas de especiarias devido a suave polvilhada de canela-em-pó”<sup>18</sup>. Isso mostra que os alimentos foram sendo mesclados, como na preparação da canjica, em que o milho e o açúcar foram misturados; no caso da canjica, o milho é ralado, peneirado e colocado para cozinhar.

Já no sul e sudeste, a iguaria chamada de canjica é o prato equivalente ao mungunzá, ou mingau de milho, no Nordeste:

O mungunzá é um prato doce feito com grãos de milho (geralmente branco) cozidos em água ou leite ou leite de coco. Algumas variantes do preparo incluem uma pequena quantidade de “água de flor de laranjeira”. O prato é geralmente servido com bastante caldo, porém em rituais para os orixás ele é servido de festas. No centro-sul do Brasil o prato é chamado de canjica e preparado principalmente para as comemorações da Festa Junina<sup>19</sup>.

---

<sup>17</sup> BASSO, Rafaela. **A cultura alimentar paulista: uma civilização do milho?** (1650-1750). 2012, 228 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de História, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas., Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2012, p. 51.

<sup>18</sup> SANTOS, Maria Clara Leopoldino; MENDONÇA, C. M.; SHINOHARA, N. K. S. Milho e o São João: Identidade Gastronômica. **Revista Contexto da Alimentação**: Comportamento, Cultura e Sociedade, v. 8, n. 1, 2020, p. 39

<sup>19</sup> PETRAGLIA FILHO, M. A. F.; SANTOS, C.; GONÇALVES, L. R. D. **Semana da Consciência Negra/PIBID** - Diversidade Cultural, 2013, p. 6-7.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

Para os autores supracitados, o mungunzá tem grande significado por fazer parte do legado africano na cultura e na alimentação do Brasil. Portanto, destacam que “as comidas afro-brasileiras são uma grande herança cultural, deixada pelos nossos ancestrais africanos deste os primórdios da escravidão”. Inclusive, segundo o dicionário Aurélio, o nome mungunzá tem origem africana e significa milho cozido<sup>20</sup>.

O uso do milho ultrapassou as cozinhas e na colônia portuguesa, segundo Sheila Hue (2008), o cereal era utilizado para alimentar as pessoas, mas também era frequentemente utilizado para alimentar os animais. Tal características é, também, citada por Rafaela Basso ao dizer que:

O milho apresentava uma multiplicidade de aproveitamentos, não apenas como alimento e bebida dos colonos, mas também como subsistência de seus plantéis de escravos (indígenas e negros) e, por fim, não menos importante, como ração de suas criações domésticas e cavalares<sup>21</sup>.

Outros pratos típicos da cultura nordestina são produzidos a partir do milho, como a pamonha, a pipoca e o cuscuz e todos refletem a mescla cultural do período colonial, pois são receitas que misturam ingredientes e/ou modos de fazer tanto de portugueses como de indígenas e africanos.

A pamonha é uma iguaria com nome de origem tupi, vem de *pamunã* e significa pegajoso, segundo o dicionário Aurélio. Apesar de fazer parte da realidade alimentar de muitas famílias, em várias regiões do Brasil, é preciso considerar que cada região possui suas particularidades, podendo fazer uso do milho de uma forma diferente e, nesse processo, a pamonha pode ganhar ingredientes diversos, como afirma Uru: “Quando se fala em pamonha, depara-se com especificidades de receitas de acordo com cada região brasileira”<sup>22</sup>.

O milho ralado é a base da receita da pamonha e não muda na produção, dando uma identidade para o prato, que sofre mudanças para agregar sabores sem tirar sua essência. Sobre essas variedades gastronômicas a base do grão, Potira Uru destaca o seguinte:

As variações podem ser em termos de maior ou menor quantidade de açúcar e/ou sal. A questão mais variável é o composto lipídico da Pamonha, que pode ser gordura animal (banha de porco, creme de leite, manteiga) ou gordura vegetal (margarina, óleo de soja) período outros ingredientes

<sup>20</sup> Ibid., p. 6.

<sup>21</sup> BASSO, op. cit., p. 53.

<sup>22</sup> URU, Potira Morena Souza Benko de. **Do milho à pamonha**. 2007. 60 f. Monografia (Especialização) - Curso de Técnico em Alimentos, Centro de Excelência em Turismo, Universidade de Brasília, Brasília, 2007, p. 41.

podem fazer parte da Receita como queijo, linguiça, Pimenta, coco, carne suína, entre outros [...]”<sup>23</sup>.

Na produção da pamonha podemos identificar o registro da diversidade colonial que destacamos em nosso estudo, pois o milho era um cereal que já fazia parte da alimentação indígena e, com a chegada dos portugueses, sofreu alterações em seu preparo. Esse contato com outros grupos étnicos nos permitiu experimentar a pamonha nas receitas que conhecemos hoje.

Outra receita com milho que faz parte da culinária nacional e faz sucesso em todo Brasil é o cuscuz de milho. Presente nas mesas de café da manhã, substitui o pão em muitas moradias, sendo uma forte presença na alimentação nordestina. Apesar do sucesso no Brasil, o cuscuz tem suas raízes em terras distantes, como afirma Aline Chermoula:

Sua origem é antiga, documentos revelam sua existência no império romano em Magrebe de 300 a.C. a 200 a. C., na época conhecida como África menor (contempla Argélia, Tunísia e Marrocos), os preparos culinários com trigo foram crescendo na região e, assim, foi se desenvolvendo a receita de cuscuz que ficou famosa no mundo todo<sup>24</sup>.

O caminho do cuscuz até chegar ao Brasil foi feito pelos africanos escravizados e pelos portugueses, pois, segundo Chermoula (2021), eram os africanos islamizados que conheciam a cultura do arroz e do cuscuz. Foram eles que introduziram o quitute na culinária brasileira, sendo que a receita sofreu as modificações para necessária adaptação aos alimentos disponíveis em cada região. Tendo origem africana, o cuscuz, em sua receita original, não continha milho, mas, como contam Formighieri; Bezerra e Carvalho “era preparado com arroz, farinha de trigo, sorgo ou cevada”<sup>25</sup>. Segundo Cascudo (1967), foi no Brasil que o milho foi introduzido e molhado no leite de coco.

No caso do cuscuz feito na América portuguesa, as adequações regionais deram o tom às receitas que mantiveram a base com a farinha de milho molhada, mas acrescentaram ingredientes típicos do paladar local. No Nordeste, segundo Formighieri; Bezerra e Carvalho, foi acrescentado o leite de coco, açúcar ou sal e contribuiu para o sustento

---

<sup>23</sup> Ibid., p. 45.

<sup>24</sup> CHERMOULA, Aline. Cuscuz: a história do alimento que tem origem no Norte da África e se tornou Patrimônio Imaterial da Humanidade. Mundo negro, 10/03/2021. Disponível em: <<https://bityli.com/JdwFNShs>>. Acesso em: 23 mar. 2022.

<sup>25</sup> FORMIGHIERI, R. C. G.; BEZERRA, I. B.; CARVALHO, S. M. de. Escritos Sobre o Cuscuz. **Revista Inter-Legere**, v. 2, n. 25, p. 7, jul. 2019.



## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

alimentar da população escravizada no período colonial<sup>26</sup>. Essa diversidade, atualmente, se apresenta nas diferentes versões do cuscuz com ingredientes variados, dependendo da região:

As versões do cuscuz encontradas no Brasil vão desde o Nordeste, cozido no vapor e consumido com leite ou vendido em tabuleiro, passando pela versão de arroz encontrada no Maranhão e chegando a pratos com mais ingredientes, como o Paulista, acrescido de sardinha, ovos cozidos, tomate e entre outros e o Amazônico, com palmito e camarão. Portanto, o cuscuz pode ser considerado uma iguaria importante no país, com diversas adaptações, com a inclusão de novos ingredientes, modos de apresentação e de consumo, todos baseados em sua gastronomia local<sup>27</sup>.

As diferenças existentes nos ingredientes ou no preparo do cuscuz podem ser facilmente trabalhadas como fontes no estudo da História, uma vez que é um prato conhecido de grande parte dos brasileiros.

Nativa do Sudoeste da Amazônia a mandioca foi domesticada por índios Tupi a cerca de 5000 anos, na vasta área do Alto rio Madeira, de onde se espalhou pelo Brasil adentro, atingindo o Paraguai, a Bolívia, o Peru e a Guiana. Ainda hoje algumas gomas, polvilhos, beijus, tapiocas, tacacás, bebidas fermentadas, farinhas e medicamentos produzidos na região Amazônica são testemunhas de sua brasileiríssima origem. A mandioca desde então ganhou o mundo e é atualmente uma das plantas alimentares mais importantes, sustentando cerca de 500 milhões de pessoas na África, Ásia e América Latina<sup>28</sup>.

As informações da historiadora Sheila Hue mostram a importância da mandioca para a humanidade, pois a raiz está presente em vários continentes nas iguarias que servem de alimentação para diversos grupos sociais. Sua influência na região amazônica do Brasil por meio de alimentos, como as farinhas, mostra que o uso da mandioca tem sua origem nesse território<sup>29</sup>.

Essa presença da cultura da mandioca de forma efetiva, de acordo com Guimarães, se deve ao processo de domesticação e preservação das formas de cultivo em que os princípios básicos de policultura e solos, passando por processo de rotatividade, são mantidos na

---

<sup>26</sup> Ibid.

<sup>27</sup> FARIAS, Patrícia de Oliveira Leite; SHINOHARA, Neide Kazue Sakugawa; PADILHA, Maria do Rosário de Fátima; OLIVEIRA, Karlla Karinne Gomes de; MATSUMOTO, Masayoshi. O Cuscuz na alimentação brasileira. In: **Revista Contextos da Alimentação**, v. 3, n. 1, dez. 2014, p. 1.

<sup>28</sup> HUE, 2008, p. 59.

<sup>29</sup> Ibid., p. 60.

agricultura tradicional dos povos indígenas<sup>30</sup>. Além da farinha, com a mandioca é possível encontrar muitas iguarias produzidas com a raiz crua ou cozida:

Polvilho Azedo, polvilho doce, farinha seca, fina, grossa em bagos, farinhas úmidas de tapioca. Tucupi. Caldo extraído. Também podem ser produzidos biscoitos, chipas e pães de queijo, bolos, biscoitos, bolachas, bombocados, salgadinhos, escondidinho com peito de frango, croquetes, nhoques, salgados e coxinhas. Para a produção dos derivados, a raiz é utilizada tanto crua quanto cozida<sup>31</sup>.

Todos os pratos citados são encontrados em mais de uma região do país e satisfazem os paladares mais diversos. Para Paula Pinto e Silva, esse fascínio pela mandioca é antigo e, desde o início da colonização portuguesa na América, encanta os europeus de maneira que a mandioca, talvez, seja a mais antiga das espécies de alimentos cultivados na América do Sul<sup>32</sup>. Os portugueses, habituados a comer o trigo, encontraram outra alternativa de consumo. Assim, segundo Braga, “a mandioca acabou por ser adotada pelos portugueses residentes no Brasil como recurso alternativa a falta de trigo”<sup>33</sup>.

Descrita primeiramente pelos cronistas, habita o Brasil e o imaginário europeu há muito tempo<sup>34</sup>. Da mesma forma Sheila Hue se refere a mandioca como “uma espécie de personagem épica da alimentação brasileira. O ingrediente básico, onipresente, resistente, potente e versátil, de onde se extrai a matéria-prima para uma série de comidas e bebidas”<sup>35</sup>. No entanto, muito antes da chegada dos portugueses, os povos nativos já cultivavam a mandioca, assim como outros alimentos que foram sendo observados e experimentados ao longo do tempo. Esses experimentos, portanto, tornaram possível a construção de um cardápio variado entre os nativos, pois segundo Amorim:

Durante muitas gerações os povos Americanos se dedicaram à observação dos fenômenos naturais, da fauna e da flora nativa. Essas observações se concentraram em verdadeiros estudos sobre a utilização dos bens naturais, criando sistemas populares tradicionais para qualificar e quantificar as dietas. Mantendo também tradições e conhecimentos que são passados de forma oral<sup>36</sup>.

---

<sup>30</sup> GUIMARÃES, F. A. M. A cultura da mandioca no Brasil e no mundo: um caso de roubo da história dos povos indígenas. **VII Encontro Estadual de História**. Bahia: ANPUH BA, 2016.

<sup>31</sup> AMORIM, 2015, p. 826.

<sup>32</sup> PINTO E SILVA, 2014.

<sup>33</sup> BRAGA, 2010, p. 148.

<sup>34</sup> PINTO E SILVA, op. cit., p.74.

<sup>35</sup> HUE, op. cit., p. 58.

<sup>36</sup> AMORIM, op. cit., p. 828.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

Remonta aos tupis o cultivo inicial do tubérculo, uma vez que estudaram a raiz e a levaram para várias regiões do Brasil desde o litoral até o interior, apresentando, assim, forte presença no país:

A mandioca, com sua vez, consagrava-se como cultivo das terras baixas da Amazônia e da selva úmida, seguindo do Sul do Brasil até as florestas da América Central. Em tempos históricos, teria também dominado todo o litoral brasileiro, acompanhando a constante migração dos povos de origem Tupi, quando se constituiu por "Complexo da Mandioca", composto de bens de Cultura material como raladores, peneiras, prensas e fornos de Barro<sup>37</sup>.

Além da produção foi criada com os silvícolas uma diversificação da farinha de mandioca “os índios produziam três tipos de farinha: de guerra, a fresca e a puba (também conhecida como *Carimã*), que até hoje estão presentes na mesa brasileira”<sup>38</sup>. Nota-se que a farinha foi uma importante criação dos indígenas para seu cotidiano e sua relação com a natureza, pois para produzi-la foi necessário aprender a plantar, colher e conservar.

Então, os portugueses, aproveitando-se desse conhecimento indígena da produção da farinha, agregaram-no às suas receitas e ao costume alimentar, como mostra Rodrigues que “desde a constatação da existência de uma técnica indígena de processar a mandioca, a farinha dessa raiz manteve-se no consumo alimentar de todos os envolvidos na colonização e desde então manteve-se à mesa”<sup>39</sup>.

Nesse processo teve papel fundamental a figura da mulher, pois eram as indígenas que ficavam responsáveis pela plantação nas roças e fabricação das farinhas. Assim, “as roças de mandioca eram plantadas pelas mulheres, que eram também as responsáveis pela confecção das farinhas e bebidas [...]”<sup>40</sup>. Essas habilidades femininas entre as indígenas foram fundamentais para os europeus se alimentarem na América Portuguesa, pois diante da culinária desconhecida a troca de experiências entre as mulheres, de ambas sociedades, foi decisiva para a construção do paladar brasileiro, caracterizado pela mistura de sabores. Ou seja, mesmo sem encontrar iguarias familiares no “novo mundo”, os portugueses não passaram fome, já que trataram de compensar a ausência de alimentos próprios de suas culturas com alimentos nativos:

<sup>37</sup> PINTO E SILVA, op. cit., p.72.

<sup>38</sup> HUE, 2014, p. 62.

<sup>39</sup> RODRIGUES, Jaime. “De farinha, bendito seja Deus, estamos por agora muito bem”: uma história da mandioca em perspectiva atlântica. *Revista Brasileira de História*, v. 37, p. 69-95, 2017.

<sup>40</sup> HUE, 2008, p. 62.

Local de domínio nomeadamente feminino, a cozinha Colonial possibilita entrever práticas de equivalência, substituição e invenção no preparo dos alimentos, revelando o processo de troca cultural envolvido nesse posto de sobrevivência dos recém-chegados e dos que aqui estavam<sup>41</sup>.

Esse intercâmbio culinário, obviamente, não foi um processo majoritariamente amistoso, visto que portugueses impunham seus gostos sobre a cultura nativa, conforme afirma Pinto e Silva que “novos sabores e maneiras de se alimentar foram sendo descobertos e, sobretudo, impostos”<sup>42</sup>.

O preparo do beiju, por exemplo, ao ser atribuído às esposas dos colonos, passa a um novo patamar culinário: “Era comida de índio, mas a ser inventado pelas mulheres dos Colonos tornou-se fino, iguaria de casas senhoriais, merenda de ‘gente de primor’”<sup>43</sup>. Precisamos considerar, também, que existia mais de um tipo de beiju, pois havia uma diferenciação no modo de preparo, conforme a sua finalidade. Nesse sentido, Sheila Hue acentua que “os consumidos nas longas viagens marítimas, tipicamente indígenas, eram mais grossos, feitos com farinha seca, e podiam resistir até um ano, substituindo os igualmente duros biscoitos europeus usados para esse fim”<sup>44</sup>.

Esse encontro com portugueses foi um acontecimento que mudou profundamente a vida dos indígenas, de forma devastadora, nos mais diversos aspectos, inclusive na alimentação. Segundo Isabel Braga, alterou-se principalmente as formas e o volume de produção e cultivo; a mandioca agora passaria a ser um dos mais, se não o mais importante alimento para consumo do período colonial, dado a sua importância para a manutenção do regime<sup>45</sup>.

Em cada região produzia-se um prato típico, tamanha a maleabilidade da mandioca. Como destaca Manoela Pedrosa, mesmo os governadores passaram a adotar a mandioca ao invés do trigo, graças ao seu sabor<sup>46</sup>. Desta forma, as farinhas de mandioca ainda estão presentes em muitas localidades do Nordeste. Foram acolhidas pelos portugueses e acrescentadas aos caldos já tradicionais na cozinha dos colonizadores:

---

<sup>41</sup> PINTO E SILVA, 2014, p. 26.

<sup>42</sup> Ibid., p. 33.

<sup>43</sup> GUIMARÃES, 2016, p. 64.

<sup>44</sup> HUE, op. cit., p. 64.

<sup>45</sup> BRAGA, 2010.

<sup>46</sup> PEDROSA, Manoela. A roça, a farinha e a venda: produção de alimentos, mercado interno e pequenos produtores no Brasil colonial. In: Fragoso, João; GOUVÊA, Maria de Fátima (Orgs.). **O Brasil Colonial 1720**, v. 3. 1 ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2014.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

Detentores de uma tradição camponesa europeia, nascida e fortificada a base de papas e líquidos misturados aos cereais, os lusitanos acrescentavam a uma cuia de caldo quente - fosse de verduras, de peixe, de carne, fosse de tartaruga - farinha de mandioca em quantidade suficiente para que a mistura ficasse granulada, com aparência pegajosa, grudenta e viscosa, tal qual um legítimo ou um pirão brasileiro<sup>47</sup>.

Guimarães converge com Paula Pinto ao observar que a farinha era mesmo utilizada para incrementar os já conhecidos caldos, nas refeições diárias:

Na alimentação cotidiana essa dura farinha apresentava o seu lado mais brando e suave ao ser misturado com caldos quentes de peixe, ave ou carne, e temperada com pimenta, resultando no muito apreciado prato semelhante ao nosso bem conhecido pirão, mas que na época chamava-se mingau<sup>48</sup>.

Segundo Paula Pinto e Silva, entre os tupis o pirão era uma “comida gosmenta” e revela como é um bom exemplo da mistura entre indígenas e portugueses, pois é resultado:

[...] de um longo processo de experimentação entre o encontro do líquido quente com a farinha seca, despejada com parcimônia para não empelotar, e uma mão sempre a mexer atenta o ponto certo: entre mole líquido na panela, apumado e firme quando provado com a ponta da faca<sup>49</sup>.

Portanto, temos na mandioca uma rica fonte histórica para trabalhar a América portuguesa e as relações estabelecidas ao longo de nossa história.

O papel do açúcar para a economia da América Portuguesa foi fundamental, pois ao contrário da Espanha, que, desde cedo, obteve grandes retornos econômicos de suas explorações nas Américas, através do ouro, prata e pedras preciosas, a Coroa Portuguesa na época não logrou êxito na busca por metais preciosos e, apesar da autora reduzir os nativos a canibais, uma importante característica é citada por Sheila Hue:

Em contraste com a América Espanhola e a fantástica descoberta e exploração de Potosí, a montanha de prata e as quantidades superlativas de ouro do Peru e do México, a América Portuguesa – o Brasil – tinha apenas uma extensa e desconhecida terra, povoada por índios canibais, abundante em pau-brasil. E foi essa escassez de riquezas em metais que indiretamente contribuiu para a implantação da cana-de-açúcar na colônia<sup>50</sup>.

<sup>47</sup> PINTO E SILVA, 2005, p. 81.

<sup>48</sup> GUIMARÃES, 2010, p. 63.

<sup>49</sup> PINTO E SILVA, op. cit., p.81.

<sup>50</sup> HUE, 2008, p. 89-90.

A doçaria portuguesa veio para o Brasil e também sofreu adaptações. De acordo com Priscila Nunes e Makarena Zegarra, “em Portugal a maioria dos doces era confeccionada com açúcar, ovos (gema, principalmente) e farinha de trigo ou amêndoas, no Brasil os principais ingredientes eram o açúcar, ovos e as frutas oriundas da terra”<sup>51</sup>. Aspecto importante a ser citado na história dos doces em Portugal e em suas colônias foi a participação de mulheres religiosas na produção de conhecidos doces, uma vez que o isolamento característico dos conventos propiciava a expansão das receitas:

Foi nos conventos e recolhimentos femininos que a arte da doçaria e conservaria se expandiu, notadamente em Portugal e em suas colônias, a partir do século XVII, cujas religiosas conquistaram a fama de exímias doceiras. Essa tradição doceira marcou a culinária portuguesa até os dias de hoje, conferindo identidade à doçaria regional lusitana, como as queijadas de Sintra, os ovos moles de Aveiro e tantos outros doces conventuais, cujas receitas foram transmitidas através das gerações<sup>52</sup>.

Entre os doces apreciados pelos portugueses e que foi adaptado na colônia podemos citar o quindim, que tem nome de origem africana e significa “denço”, mas que tem sua origem atribuída às religiosas que engomavam as roupas com as claras dos ovos e para não desperdiçar as gemas foram criando doces com o que sobrava:

O quindim é um doce de origem portuguesa e segundo consta a história, freiras de um convento utilizavam gemas de ovos para engomar roupas e quando estas sobravam faziam doces a base de ovos e amêndoas, chamados de Brisa de liz. Com a chegada destes quitutes ao Brasil foi retirada a amêndoa, e o coco (de origem africana) foi incorporado à receita, portanto o Quindim é um doce tipicamente brasileiro<sup>53</sup>.

O paladar português estava habituado a doces e utilizava uma série de frutas, bem distintas da colônia americana, mas essas ausências foram sendo supridas por novos alimentos que garantiram novos sabores, como afirma Isabel Braga:

A inexistência, no Brasil, de pinhões (*Pinus pinea* L.), amêndoas (*prunus dulcis*) e nozes (*juglans regia* L.) não impediu as doceiras de fazerem substitutos da penhoada e de outros doces, alguns de influência muçulmana. Os amendoins (*arachis hypogaea* L.) e as castanhas de caju

<sup>51</sup> NUNES, Priscila Barbosa Bezerra; ZEGARRA, Makarena Del Carmen Chaves Portugal. Sobremesas: de Portugal a Pernambuco. **Revista Contextos da Alimentação**, v. 3, n. 1, p. 50, 2014.

<sup>52</sup> ALGRANTI, Leila M. Alimentação, saúde e sociabilidade: A arte de conservar e confeitar os frutos (séculos XV-XVIII). **História: Questões & Debates**, Curitiba, n. 42, p. 33-52. Editora UFPR, 2005.

<sup>53</sup> LANG, Tatiana et al. Perfil microbiológico de quindins. **Atas de Ciências da Saúde (ISSN 2448-3753)**, v. 3, n. 1, p. 41-50, 2015.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

revelaram-se alternativas aos frutos secos europeus à altura das circunstâncias e até com vantagem [...]<sup>54</sup>.

Enquanto alimento, além das receitas europeias, a bibliografia é escassa sobre a utilização do açúcar na culinária. Pela importância econômica que teve e para a manutenção do regime colonial na época, assim como a sua relação direta com a escravização de povos africanos, as discussões em torno deste alimento costumam voltar-se para o debate econômico e cultural, sem aprofundamento nas formas de consumo feita por colonos ou escravizados.

Algumas informações estão relacionadas a conhecidos alimentos produzidos com a cana-de-açúcar, como a rapadura e o caldo de cana. A rapadura:

É um doce de origem açoriana ou canária, tipicamente nordestino. É um alimento mais nutritivo que o açúcar, possuindo mais substâncias nutritivas em sua composição. A palavra rapadura originou-se do verbo raspar, visto que, o açúcar concentrava-se nas paredes dos tachos, havendo a necessidade de raspagem<sup>55</sup>.

Para Leila Algranti, o consumo de doces, pelos grupos mais abastados, na culinária e no cotidiano possivelmente se dava por uma perspectiva cultural, um respeito à tradição que os colonos tinham em relação à sua cultura e gastronomia, uma forma de preservar os conhecimentos técnicos dos portugueses.

Em suma, muitos fatores contribuíram para que o açúcar se tornasse importante tanto para os colonizadores quanto para os demais residentes que tinham acesso a alimentos desse sabor.

O milho, os derivados da mandioca, feijão, arroz, as próprias frutas nativas, carnes, caldos, molhos, coberturas e temperos, muito da culinária da época adaptaram-se ao açúcar, que cada vez mais adentrava o cotidiano das pessoas na época<sup>56</sup>. Muitas dessas receitas se mantiveram até os dias de hoje e outras mudaram por completo, o que não deixa de ser uma importante herança gastronômica e cultural.

A lacuna referente aos estudos sobre a origem dos alimentos considerados típicos dos Brasil não se refere somente ao açúcar; outros alimentos carecem ainda de estudos mais

---

<sup>54</sup> BRAGA, 2010, p.146.

<sup>55</sup> REIS, Claudia Zuccolotto et al. A rapadura e o açúcar mascavo no Brasil. **Encontro de Gastronomia, Cultura e Memória**, 2020, p. 25.

<sup>56</sup> Segundo a autora, os primeiros doces genuinamente brasileiros foram: pé de moleque, rapadura e bolos e receitas feitas da mandioca.

aprofundados, como o feijão:

No Brasil, a falta de estudos com amostras arqueológicas locais de feijão dificulta a reconstituição da história regional desta espécie, como, por exemplo, quais tipos foram introduzidos, quando, por onde, por quais grupos humanos, entre outros questionamentos<sup>57</sup>.

O que se sabe é que já existia na América alguns tipos de feijões. Além do conhecido feijão-comum, o feijão-preto junto com a farinha fazem parte de um cardápio comum na América Portuguesa:

O feijão preto é originário da América do Sul e era chamado pelos guaranis de comanda, comaná ou cumaná. A farinha de mandioca também tem origem americana, sendo adotada como componente básico da alimentação pelos africanos e europeus que vieram para o Brasil. Roças de feijão e mandioca eram plantadas em diversos locais, inclusive nos espaços domésticos, em torno das residências, principalmente das classes populares<sup>58</sup>.

Vivian Silva e Anderson Araújo<sup>59</sup> afirmam que nas crônicas de viajantes da época explicam como que o alimento deixou de ser só uma combinação, acompanhamento e se tornou peça indispensável da mesa das famílias nos primeiros anos da colônia.

O feijão era uma importante iguaria usada na culinária indígena, porém, comparado a “onipotência” da farinha”, as leguminosas não rivalizavam pela preferência do nativo. O português, em contrapartida, agradava-se mais pelos caldos de hortaliças e legumes, rejeitando o sabor terroso do feijão. A sua predileção foi alcançada por sua facilidade de cultivo e, como escreve o autor antes mencionado, por comodidade, que permitia a fixação do indígena nas atividades impostas pelo colonizador<sup>60</sup>.

Não obstante, M. Maciel afirma que para a sua popularização, também houve algo que se pode chamar de “consumo-propagandista” por parte dos filhos de africanos, nativos e portugueses, porque na época era comum oferecer, como principal alimento, às crianças que

---

<sup>57</sup> FREITAS, Fábio de Oliveira. Evidências genético-arqueológicas sobre a origem do feijão comum no Brasil. **Pesquisa Agropecuária Brasileira**, v. 41, p. 1199-1203, 2006.

<sup>58</sup> PINTO, Tales dos Santos. “**História da feijoada**”. Brasil Escola. Disponível em: <<https://brasilecola.uol.com.br/historia/historia-feijoada.htm>>. Acesso em: 1 maio 2022.

<sup>59</sup> SILVA, Vivian Geovana Costa da; ARAÚJO, Anderson David Martins de. Feijão com farinha: de herança indígena a segurança alimentar camponesa. In: Congresso Online Internacional de Sementes Crioulas e Agrobiodiversidade, 2, 2022, Dourados. **Anais [...]** Dourados, 2022.

<sup>60</sup> SILVA; ARAÚJO, op. cit., p. 4.



## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

acabaram de sair do desmame a massa de feijão<sup>61</sup>. Sendo importante lembrar que seu preparo com água demonstra que as práticas portuguesas predominaram violentamente sobre as indígenas, como afirma Paula Pinto e Silva “[...] a introdução do feijão com caldo como comida diária demonstra que também as práticas lusitanas se sobrepuseram às nativas”<sup>62</sup>. Isso fica evidente quando notamos que há muito tempo, assim como a abóbora e as favas, os feijões já eram conhecidos dos nativos e não tinham destaque em sua alimentação:

Na América do Sul, mais precisamente no território brasileiro, eram alimentos secundários entre os nativos, cultivados em pequena escala nas rochas intermediárias feitas logo após a colheita do Milho ou acompanhando algum outro produto de subsistência, como batata doce<sup>63</sup>.

Uma dessas receitas é o feijão misturado com farinha, muito comum entre os nativos da terra e que, até a primeira metade do século XVII, segundo Paula Pinto e Silva<sup>64</sup>, era a principal forma de consumo do feijão.

Internamente os lusitanos contribuíram com a diversificação do cardápio, principalmente por causa da cozinha que passava muito por panelas e molhos, o que, quando misturado com farinha, tornou-se algo incrível à época, já que se tratava das preferências culinárias de uma civilização muito distinta da tropical, do Novo Mundo, mas que complementou muito bem as práticas locais<sup>65</sup>.

Acompanhado de dendê, o feijão e a farinha eram cozidos até se tornarem uma massa cremosa, ou mesmo um caldo semelhante ao pirão dos dias de hoje, muito consumidos pelos ameríndios, que, por sua vez, foram os primeiros a desenvolver formas eficientes de preservar esses alimentos. Com o tempo a presença do feijão foi se adaptando às necessidades do processo de expansão e exploração da terra, que poderiam ser no litoral ou no interior e por isso:

Farinha de mandioca e feijão com caldo, comidas em cuia ou em raros pratos, remetendo a fixidez permitida pela estrutura dos Engenhos no litoral; e farinha de milho e feijão sem caldo, comidos em lombo de burro para a constante mobilidade exigida pelas andanças no interior<sup>66</sup>.

---

<sup>61</sup> MACIEL, M. E. Uma cozinha brasileira. In: **Estudos Históricos**. Rio de Janeiro, n. 33 p. 25-39, jan./jun. 2004.

<sup>62</sup> PINTO E SILVA, 2014, p. 99.

<sup>63</sup> Ibid.

<sup>64</sup> Ibid, p. 101.

<sup>65</sup> Ibid., p. 86.

<sup>66</sup> PINTO E SILVA, op. cit., p.100.

O famoso prato da gastronomia brasileira que tem o feijão como ingrediente é a feijoada e tem mais de uma explicação para sua origem, que Segundo Pereira da Silva e Francisco Gomes:

Ao nos reportamos a nossa história, a partir da historiografia oficial, teremos a origem da feijoada relacionada aos tempos em que vigorava o modo de produção escravista nascida em meio as Senzalas; mais especificamente originário como produto da culinária dos negros africanos, pois estes eram vistos apenas como “objetos de trabalho” tinham a sua disponibilidade os mais “saborosos restos” de tudo aquilo que eram inúteis na alimentação dos senhores de engenho, ou seja, as extremidades dos porcos: os pés, orelhas, rabo, entre outros. Acrescido a isso, os escravos adicionavam ao que hoje chamamos de feijoada o, então, feijão-preto<sup>67</sup>.

Nessa perspectiva, a feijoada é atribuída ao trabalho dos africanos escravizados, que usariam partes do porco desprezadas pelos colonos, mas Rodrigo Elias, anteriormente, já havia levantado algumas questões sobre o assunto. Segundo ele, os ingredientes da feijoada não eram aqueles desprezados e que a alimentação predominante entre os escravizados eram “as partes salgadas do porco, como orelhas, pés, e rabo, que nunca foram restos. Eram apreciados na Europa enquanto o alimento básico nas senzalas era uma mistura de feijão com farinha”<sup>68</sup>. Para ele a origem da feijoada seria portuguesa, uma vez que na Europa já havia um prato que misturava carnes, verduras e legumes cozidos e que possuía variações regionais:

Em Portugal, o cozido; na Itália, a caseuola e o bollito misto; na França, o cassoulet; na Espanha, a paella, esta feita à base de arroz. Essa tradição vem para o Brasil, sobretudo com os portugueses, surgindo com o tempo – na medida em que se acostumavam ao paladar, sobretudo os nascidos por aqui – a ideia de prepará-lo com o onipresente feijão-preto, inaceitável para os padrões europeus. Nasce, assim, a feijoada<sup>69</sup>.

Segundo Rodrigo Elias, a feijoada é originada desse já conhecido prato da Europa e ganhou uma pitada no preparo pelas mãos dos africanos. Assim, o que teria acontecido

---

<sup>67</sup> DA SILVA, Denison Rafael Pereira; GOMES, Francisco Alves. Feijoada: das senzalas dos negros aos restaurantes da classe média. *Examãpaku*, v. 1, n. 2, p. 4-5, 2008.

<sup>68</sup> ELIAS, Rodrigo. *Feijoada*: breve história de uma instituição comestível. *Revista Textos do Brasil*, Brasília, n. 13, p. 33-39, 2005.

<sup>69</sup> ELIAS, op. cit., p.38.

## SABORES PLURAIS NA AMÉRICA PORTUGUESA: O MILHO, A MANDIOCA, O AÇÚCAR E O FEIJÃO COMO FONTES PARA A HISTÓRIA

apresenta o seguinte relato:

Convencionou-se que a feijoada foi inventada nas senzalas. Os escravos, nos escassos intervalos do trabalho na lavoura, cozinhavam o feijão, que seria um alimento destinado unicamente a eles, e juntavam os restos de carne da casa-grande, partes do porco que não serviam ao paladar dos senhores. Após o final da escravidão, o prato inventado pelos negros teria conquistado todas as classes sociais [...]<sup>70</sup>.

Todas estas misturas oriundas do milho, da mandioca, do açúcar e do feijão fazem da alimentação uma importante fonte histórica e, uma vez que refletem em nosso cotidiano o pulsar da História e das relações construídas ao longo do tempo.

---

<sup>70</sup> ELIAS, 2005, p. 33.