



# Comida combina com festa



Conheça aqui cinco festas regionais  
que celebram alimentos que se  
tornaram referências culturais

**C**omida é celebração. As pessoas se reúnem em volta de uma mesa, de uma fogueira ou em uma praça para alimentarem não apenas os corpos, mas para compartilharem uma identidade que vem pelo sabor, pelo aroma, pelas memórias afetivas guardadas da infância. Comida é memória, não apenas nossa, mas de nossos antepassados, pois deles recebemos hábitos alimentares que, muitas vezes, tomamos por naturais, mas que são pura cultura. Cultura alimentar.

Todos os povos têm suas culturas alimentares. E o Brasil, com o tamanho de seu território e a diversidade da população, tem diversas festas que, ao longo do ano inteiro, celebram alimentos e a arte do encontro. São festas de sabor e também onde a cultura do país desfila, em forma de música, dança, jogos e muita comida, claro.

A alimentação brasileira nasceu do encontro entre as culinárias portuguesa, indígena e africana, em um grande caldeirão cheio de temperos e especiarias, aos quais se juntaram produtos da terra e de outros lugares, trazidos pelos novos habitantes. A partir do final do século 19 outras pitadas estrangeiras seriam acrescentadas ao molho, criando variações regionais conforme aqui ou ali se fixavam esses novos habitantes, com seus hábitos e paladares. Assim, surgiriam contribuições da cozinha árabe, italiana, alemã, espanhola e japonesa, entre outras.

As festas e festivais são muitos e variados. De festas da uva (como em Caxias do Sul-RS) à da alcachofra (São Roque-SP); de festival da sardinha (Caconha-CE) ao do açaí (Abaetetuba-PA); da Festália à Oktoberfest (Blumenau-SC); de festivais de truta (Visconde de Mauá-RJ) ao da tainha (Ubatuba-SP), daria para cobrir um ano inteiro de celebrações ao sabor e à cultura em torno dele.

Selecionamos aqui cinco dessas festas que giram em torno de um alimento, uma de cada região, para trazer um pouco da celebração gastronômica criada em cinco séculos de refeições, repetições e aperfeiçoamentos de pratos que se misturaram de tal forma ao que somos que nem é mais possível distinguir o que é comida do que é cultura.



## Região Norte - CUPUAÇU



# O grande fruto de muitas utilidades

De sabor adocicado e ácido, o cupuaçu saiu da Amazônia para ganhar o mundo. E, na região, virou tema de festival

**E**ntre abril e junho os grandes frutos, de cor marrom-escuro, aparecem pendurados em árvores de folhas largas, parecidas com um cacauero, espalhadas pela Floresta Amazônica. O sabor agridoce da polpa branca do cupuaçu, um parente do cacau, faz parte do cardápio indígena desde sempre. E, aos poucos, passaria a integrar a culinária da região Norte, especialmente em doces, cremes, compotas, sorvetes e refrescos, além de licores. Algumas ousadias gastronômicas levariam o cupuaçu para além da sobremesa regional, como molho para carnes suínas e peixe.

Rico em ferro, fósforo, taninos e vitaminas (B e C), o cupuaçu também passou a ser pesquisado pela indústria farmacêutica e de cosméticos. A manteiga de cupuaçu, um triglicerídio com uma composição equilibrada de ácidos graxos saturados e insaturados, tem um baixo ponto de fusão (cerca de 30°C), o que faz com que se funda facilmente em contato com a pele. De ação emoliente, tem ação hidratante e recuperadora, e a presença de fitoesteróis também confere ação cicatrizante.

Com tantas qualidades, o exótico fruto da Amazônia se tornaria alvo de muitas pesquisas. Da semente se produz a manteiga, usada para a fabricação do chocolate de cupuaçu (cupulate) e também para uso na indústria cosmética, como base de pomadas, batons, cremes e xampus. Em termos nutricionais, a fruta é rica em pectina, que auxilia na redução da glicemia e do mau colesterol. Pesquisas indicam também que as substâncias antioxidantes presentes na semente da fruta são capazes de inibir ou diminuir a progressão de cáries.

Desde os anos 1970 a produção de cupuaçu ganhou contornos mais empresariais, alimentada pela crescente procura do fruto por consumidores do resto do país. O sucesso da fruta abriria a oportunidade para que surgisse, em um dos polos produtores do Amazonas, a cidade de Presidente Figueiredo, o primeiro Festival do Cupuaçu. O evento, que na sua 29ª edição, em abril de 2019, chegou a atrair 300 mil pessoas à pequena cidade no coração da Floresta Amazônica, gerou um consumo estimado de 16 toneladas de cupuaçu apenas nos três dias de shows e atrações. Durante os dias de evento a cidade chega a receber mais de 20 mil carros, além do fluxo contínuo de embarcações. Nesses dias de festa e bons negócios, já que uma Feira Agroindustrial foi criada na esteira do sucesso do festival, a corredeira Parque do Urubuí, a Praça da Vitória e as cachoeiras e praias da região ficam lotadas. E a peça de resistência é o grande fruto da Amazônia.



▲ A prefeitura de Presidente Figueiredo estima que o Festival do Cupuaçu injete cerca de R\$ 15 milhões a cada ano na economia local



## Região Nordeste - MILHO



# O grão dourado das Américas

O milho tomou o lugar do trigo quando os portugueses trouxeram a tradição das festas juninas para o Brasil. Saímos ganhando...

**N**a Europa, a colheita do trigo no início do verão, geralmente entre junho e julho, indicava o início de um período de fartura, em que não faltaria pão na mesa dos camponeses. Abundância era rara naqueles tempos, e um bom motivo para comemorar. Assim teriam surgido as primeiras festas juninas.

As celebrações juninas teriam nascido pagãs, como festas típicas do ambiente rural, mas ao longo dos séculos em que o continente se cristianizou, foram sendo aos poucos adotadas pelo rito católico. E apadrinhadas por santos. Em Portugal, o principal seria Santo Antônio. No Brasil, onde a tradição das festas juninas seria trazida pelos portugueses que colonizaram o Nordeste, o santo junino por excelência é São João. Tanto que o dia 24 de junho, dedicado ao santo, é o ápice do período de celebrações que costuma se estender por todo o mês na região, avançando em alguns estados por julho adentro. A mais tradicional das festas juninas é a que ocorre em Campina Grande, na Paraíba. Mas todas as capitais e muitas cidades pequenas ou médias, do litoral, da zona da mata ou do agreste, estarão dançando e consumindo toneladas de comida para celebrar a chegada do tempo da fartura.

Se os colonizadores trouxeram a vontade de continuar com a boa festa da colheita, havia um problema: no Brasil não se plantava trigo. Assim, em vez deste cereal, outro grão tomara seu lugar: o milho, que era colhido pelos indígenas que habitavam o Nordeste no inverno meridional, ou seja, no mês de junho. Segundo a historiadora Linda Perry, em artigo publicado na revista *Nature*, os primeiros registros de cultivo do milho datam de 7.300 anos, e foram encontrados no litoral caribenho do atual México. Na América do Sul o cereal já era cultivado havia pelo menos 4 mil anos.

Do encontro da tradição junina portuguesa com o grão dourado das Américas nasceria uma rica gastronomia, que também receberia influência de temperos e da culinária africana, trazida pelos escravos, e que tão bem se adaptou ao versátil milho, o principal produto consumido nas festanças. Assado ou cozido, bebido como suco, formando uma massa, como em curaus e pamonhas, doce ou salgado, ele se fundiria de tal forma às festas juninas no Nordeste que ninguém diria que São João nunca teve a felicidade de experimentar uma fumegante espiga de milho, já que no tempo em que viveu o cereal era só das Américas. Mas no Brasil o santo fez um milagre: o de transformar trigo em milho.



▲ A tradição das quadrilhas e danças juninas tem início com as festas camponesas que comemoravam a época da colheita no hemisfério Norte



## Região Centro-Oeste - PEQUI



# A fruta que se almoça

De sorvete ao famoso arroz de pequi, cozido com frango ou bebido como licor, o fruto do pequizeiro se tornaria o sabor do cerrado

**S**ua polpa é macia e saborosa. Mas cuidado: deve ser comida ou manuseada com todo cuidado porque recoberto o fruto há uma fina camada de espinhos. Levado à boca, precisa ser raspado com os dentes até que a parte amarela, que contém o sumo, se torne esbranquiçada. Quem morder um pequi como se morde uma manga sentirá como se tivesse mastigando um cacto.

Os índios da região Centro-Oeste já cultivavam e consumiam o pequi, do qual também extraíam um óleo puro, a frio, pelo método tradicional do povo Kisêdjê, hoje uma das etnias que compõem o Parque Nacional Indígena do Xingu. Outros povos da região, como os Kuikuros, ainda mantêm suas festas que comemoram a colheita do pequi. Ao longo dos tempos, os indígenas foram desenvolvendo oito diferentes variedades desta árvore, inclusive uma sem espinho, informa o Instituto Socioambiental.

Se entre os indígenas os espinhos do pequi não seriam obstáculo para seu uso como comida, entre os primeiros habitantes brancos do cerrado primeiro ele era só matéria-prima para sabão. Na fabricação do sabão de pequi, a massa do fruto era misturada a um líquido retirado das cinzas de outra árvore típica do cerrado, a mamoinha. Essa mistura era levada ao fogo e produzia um sabão vegetal de cor preta brilhante, bastante macio, que era usado para lavar roupas, utensílios e principalmente para a higiene pessoal. Ganhou fama de ser bom para a pele e para os cabelos.

Mas logo os novos donos das terras do interior brasileiro aprenderiam com os índios que o pequi era mais que base para sabão. Nas antigas vilas de Meia Ponte (atual Pirenópolis) e Vila Boa (atual Cidade de Goiás, antiga capital do estado), no início do século 18, surgiram os primeiros relatos dando conta de um novo uso para aquele fruto. Misturado ao arroz ou à carne de frango ou bovina, o pequi ganharia aos poucos a preferência na mesa goiana e mato-grossense.

Com a expansão do consumo, alguns eventos começaram a ser organizados por produtores do fruto no período da colheita. Surgiram assim festas ou festivais do Pequi em Crixás, Goiás, Ivólândia, Piripiri e Rio Verde, entre outras cidades do Centro-Oeste. Os shows sertanejos podem variar, mas arroz de pequi e frango caipira com molho de pequi não vão faltar em nenhuma dessas festas que celebram o fruto que, mesmo espinhento, não conseguiu ser deixado em paz pelos homens, que acharam mil e uma maneiras de bem usá-lo.



▲ Os indígenas que ocupavam o interior brasileiro já faziam uso do pequi na alimentação. Recentemente o fruto do cerrado tem chamado a atenção também da indústria de cosméticos



## Região Sudeste - TAINHA



# O peixe dos caiçaras

Durante os meses frios do Sudeste, quando entrar no mar é só para os mais valentes, as cidades litorâneas entram em outra onda: os festivais da tainha

**A**cada outono os cardumes de tainha (*Mugil brasiliensis*) fazem uma grande migração para se reproduzirem nas águas do litoral sudeste brasileiro. Nesse processo milenar cumprido ano a ano pela espécie, parte dos cardumes será pescada pelos habitantes da região, conhecidos como caiçaras. Em redes ou em cercos, um sistema de pesca que forma um labirinto no qual os peixes entram e não conseguem sair, e que é de origem indígena. A própria expressão “caiçara” tem a ver com essa técnica de pesca indígena: é a junção das palavras em tupi *caá* (pau) e *içara* (cercado), podendo significar tanto a cerca em volta da aldeia como a armadilha de pesca. O cerco tem o mérito de evitar a pesca desnecessária, uma vez que é possível retirar da água apenas aqueles que interessam e devolver os demais ao mar.

“A minha família viveu sempre só com esse tipo de pesca, desde meus bisavós. A gente tem cerco o ano todo, só muda a espécie”, conta o pescador Pedro, de Cananeia, entrevistado no livro “Cozinha caiçara: encontro de histórias e ambientes” (Terceiro Nome, 2009). “O mais fraco é setembro e fevereiro, os dois meses que está mudando. A tainha acaba em agosto e o parati começa em outubro. Só muda o tamanho da malha. Agora põe malha grande pra pegar tainha e no verão põe uma malha menor pra pegar parati”, explica o caiçara. A malha grande se justifica porque, ao contrário do parati, a tainha é um peixe capaz de garantir um bom almoço: há exemplares que chegam a pesar 8 quilos e medir 1 metro.

Diversas festas e festivais da tainha pipocam ao longo do litoral Sudeste nessa época. A mais conhecida é a de Praia Grande, mas também há festas semelhantes em outras cidades do litoral paulista, como Ilhabela, São Vicente, Peruíbe, Caraguatatuba, Ubatuba, Cananeia e Santos. O livro “Gente do Mar”, escrito por Ricardo Maranhão (Terceiro Nome, 2014), traz o relato de uma delas, a que ocorre na Ilha Diana. “A festa de São Pedro, no final de junho, é a mais tradicional e concorrida entre as festas dos pescadores de Santos; mas na Ilha a força festeira está no Bom Jesus. A partir de 6 de agosto, depois de uma missa para a comunidade, os festejos se abrem para todos, principalmente os turistas. Várias barracas servem a tradicional tainha assada.”

Se a forma marcada pela tradição é a tainha assada, nada impede que ela também possa ser saboreada frita, ensopada, na grelha ou até como recheio de pastel. O que é certo é que nós adoramos esse peixe muito antes deste país se chamar Brasil e do nome científico dele ser *brasiliensis*...



▲ No litoral sul do Estado de São Paulo a pesca da tainha ainda é feita com o cerco, um método indígena aprendido pelos caiçaras, que consiste em criar um labirinto onde o peixe entra e não consegue sair



## Região Sul - BARREADO



# Há que se ter paciência

Se o apressado come cru, quem consegue esperar um dia inteiro de cozimento saberá o que é o barreado, o prato dos primeiros carnavais do sul do Brasil

O barreado é um prato simples, feito com carnes magras temperadas, mas exige tempo e um grande caldeirão de barro com tampa (de barro também!). Seu preparo é sempre de um dia para outro e o segredo está no recipiente de cerâmica grossa que será mantido bem vedado sobre o fogo até que as fibras da carne bovina se dissolvam junto à mistura de sal, cebola, toucinho, alho, pimenta-do-reino, cominho e louro... e muita paciência. A vantagem é que, depois de pronto, o barreado pode ser reaquecido quantas vezes forem necessárias, sem que seu gosto se deteriore. Pelo contrário, garantem os aficionados, até melhora. O sabor não se perde, pois o caldo grosso que se forma é que mantém o sabor da carne. Justamente por sua facilidade de conservação, o prato se associou a outros elementos da cultura açoriana, como as festas de fandango, uma espécie de carnaval ao ritmo de rabecas. Durante os dias de folia, o prato era reaquescido a cada refeição.

O modo de servir pode ser diferente, de acordo com a região do Brasil, pois não é uma exclusividade portuguesa. Além de existirem versões na Espanha e na Inglaterra, as origens desse tipo de cozimento longo são muito antigas – e surgiram em diferentes partes do planeta. O historiador Robert Lowe (1883-1957) cita fornos feitos com pedras entre neozelandeses e samoanos, “que abrem um buraco no solo e o enchem de pedras. Acendem o fogo e, extinto este, forram o interior com folhas e sobre estas depositam carnes, peixes, frutas, raízes, envolvendo tudo com outras folhas, e cobrem a escavação, deixando a cocção proceder-se pelo calor irradiado”. Também conta que essa mesma prática era feita por indígenas norte-americanos da Colúmbia Britânica e da Califórnia.

No Brasil, segundo Luís da Câmara Cascudo em sua “História da Alimentação no Brasil”, “Saint-Hilaire narra semelhante processo entre os caiapós da família jê, em Minas Gerais. É chamado na língua tupi de *biaribu* ou *biaribi*, tão popular no Brasil indígena, o atual barreado no Paraná. Usual ainda para os caçadores de tatus no Nordeste brasileiro, e do qual muitas vezes tomei parte, não me recordando da denominação específica”.

Servido tradicionalmente na região de Morretes, Guarequeçaba, Antonina e Guaratuba, cidades que compõem o litoral e a região de Mata Atlântica do Paraná, o barreado costuma ser servido acompanhado de arroz, farinha de mandioca e banana-da-terra. O mais difícil é sobrar um pouco no caldeirão para conferir se no dia seguinte o barreado é mesmo mais saboroso.



▲ A origem do nome é controversa: uns dizem ser referência às panelas de barro onde o prato é feito; outros que viria de se vedar com farinha de mandioca a tampa, prática conhecida como “barrear”