



Feijoada completa



O prato que tem uma história de longa data tornou-se a cara do Brasil

No princípio era o feijão-preto. Largamente usado em todo o território tupi-guarani, a novidade logo cairia no gosto dos invasores europeus – acostumados a outros tipos de feijão, como o fradinho (o mais consumido pelos portugueses na época das grandes navegações) ou o branco, bem conhecido na região ibérica e na França por ser o principal ingrediente do *cassoulet*, prato primo-irmão da feijoada.

A referência mais antiga ao “feijão-preto das Américas” é de 1587, e foi feita pelo português Gabriel Soares de Souza, um rico proprietário de engenhos na Bahia que cravaria em seu “Tratado Descritivo do Brasil” uma opinião taxativa sobre o feijão cultivado desde sempre pelos indígenas: de todos os feijões, o preto era o mais saboroso. Mas ainda não era a feijoada.

Antes da feijoada, havia também a mandioca por aqui. A raiz, igualmente nativa do continente sul-americano, era muito usada pelos povos indígenas em diversas formas: como farinha, massa para comidas como o beiju, e para o preparo do cauim, uma bebida alcoólica consumida nas celebrações.

Mandioca e feijão-preto, juntos, seriam os ingredientes que passariam a ocupar o centro da culinária brasileira enquanto o país se formava. Entre os relatos de antigos viajantes, as citações à onipresença desses alimentos, bem como das pequenas roças de feijão, geralmente vizinhas às casas e sob cuidados da mulher e das crianças – por ser considerada de manuseio mais leve do que outras culturas – são constantes.

“O feijão-preto forma prato indispensável na mesa do rico, e esse legume constitui quase que a única iguaria do pobre”, observaria o

► Nativo das Américas, o feijão-preto se uniria ao arroz e à carne de porco trazidos pelos europeus, e à farinha de mandioca, principal alimento dos indígenas, para formar o prato nacional





naturalista francês Saint-Hilaire em sua passagem pelas Minas Gerais, em 1817. A expedição científica de Martius e Spix, que integrou a comitiva da primeira imperatriz do Brasil, a arquiduquesa austríaca Leopoldina, e que entre 1817 e 1820 percorreria 14 mil quilômetros pelo interior do país, também traria referências à “alimentação grosseira de feijão-preto, fubá de milho e toucinho em Minas Gerais”, além de citarem o feijão-preto com farinha de mandioca como o alimento básico dos baianos, inclusive dos escravos.

“Não há refeição sem feijão, só o feijão mata a fome”, reforçaria em 1826 Carl Seidler, um militar alemão sediado na capital do então Primeiro Reinado, confirmando com seu relato, feito no principal centro urbano do país, que a leguminosa nativa das Américas, agora já em parceria com o arroz branco trazido pelos europeus, se consolidava definitivamente como prato nacional – mesmo que o próprio país ainda se formasse. Mas isso ainda não era a feijoada.

FEIJOADA “À BRASILEIRA”

Muito tempo antes da ascensão do arroz na culinária brasileira, a mandioca poderia ser considerada a principal parceira do feijão-preto. É o que se observa a partir da cena descrita pelo pintor francês Jean-Baptiste Debret. O artista, um observador atento aos costumes do país que ainda se formava ao longo de sua longa estada de 15 anos, entre 1816 e 1831, capturando cenas da Corte e da vida urbana e rural, certa ocasião presenciou a refeição de uma família de humildes comerciantes no Rio.

Segundo Debret, o jantar consistia apenas de “um miserável pedaço de carne-seca, de três a quatro polegadas quadradas e somente meio dedo de espessura; cozinham-no a grande água com um punhado de feijões-pretos, cuja farinha cinzenta, muito substancial, tem a vantagem de não fermentar no estômago. Cheio o prato com esse caldo, no qual nadam alguns feijões, joga-se nele uma grande pitada de farinha de mandioca, a qual, misturada com os feijões esmagados, forma uma pasta consistente que se come com a ponta da faca arredondada, de lâmina larga. Essa refeição simples, repetida invariavelmente todos os dias e cuidadosamente escondida dos transeuntes, é feita nos fundos da loja, numa sala que serve igualmente de quarto de dormir”. Tem feijões, carne-seca, farinha... mas não é a feijoada.

Porém, pouco tempo depois, a “feijoada à brasileira” apareceria como uma iguaria servida nos restaurantes requintados da Capital do Império, próximos à rua do Ouvidor, como confirma este anúncio, uma das mais antigas referências ao que se tornaria verdadeiro prato nacional, publicado no Jornal do Commercio de 5 de janeiro de 1849, com o título “A bela feijoada à brasileira”: “Na casa de pasto junto

► Colheita da mandioca na Comunidade de Jamaraquá (PA): a farinha da raiz sempre foi acompanhamento da feijoada, ao contrário da couve e da laranja, que foram integrados depois



► Manta de carne-seca na zona rural de Serrita (PE): vaqueiros nordestinos e bandeirantes paulistas espalharam seu consumo pelo interior do país

► Couve e laranja, além de nutrientes, trouxeram mais digestibilidade para a versão contemporânea do prato nacional

ao botequim da Fama do Café com Leite, tem-se determinado que haverá em todas as semanas, sendo às terças e quintas-feiras, a bela feijoada, a pedido de muitos fregueses”. A rigor, a primeira referência surge no Recife, igualmente em um anúncio de jornal, publicado em 2 de março de 1827 no Diário de Pernambuco, anunciando que na Locanda da Águia d’Ouro, na rua das cruzeiras, às quintas-feiras, seria servida “excelente feijoada à brasileira tudo por preço cômodo”.

ORIGENS DIFUSAS

E a história muito ouvida e repetida de que a feijoada seria uma invenção dos escravos, que aproveitariam os restos de carnes desprezados pela casa-grande, como orelhas, pés e rabos de porco, para engordarem o feijão-preto com farinha de todos os dias?

Segundo o mais renomado folclorista do Brasil, Luís da Câmara Cascudo, para quem a feijoada não era um simples prato “mas um cardápio inteiro”, tal origem nas senzalas parece bastante improvável. Para ele, o feijão com carne, água e sal dos escravos seria apenas feijão ralo, uma comida de gente pobre. Para uma feijoada seria imprescindível o comparecimento de carnes variadas, legumes, hortaliças, pimentas e temperos, tendo como acompanhamento o arroz branco, que não se consumia antes no país, e a farinha de mandioca – esta sim, nativa, e que se tornaria um importante acessório do prato.

Para o pesquisador potiguar a origem da feijoada seria mediterrânea, e bem antiga. Remontaria ao Império Romano que, por conta de sua expansão, espalharia o consumo de ensopados de feijões com carne pela Europa, que estão por trás de pratos como a *paella* na Espanha, o cozido em Portugal, o *cassoulet* na França e a *casouela* e o *bollito* misto na Itália.

Os demais acompanhamentos que seriam posteriormente agregados ao prato, como a couve e a laranja, também vieram para o Brasil trazidos por europeus, pois não são nativos das Américas. De qualquer forma, a combinação luxuriante que resultaria na “feijoada à brasileira” só ocorreria no século 19, e bem longe das senzalas. Outro argumento de peso contrário à origem da feijoada nas senzalas seria o fato de que boa parte dos escravos que vieram para o Brasil serem seguidores do islamismo, que veda o consumo de carne de porco.

Também não é verdade que os europeus desprezassem certas partes da carne suína presentes na feijoada. A prova definitiva são as receitas do célebre livro que ditava a moda gastronômica na Corte de dom Pedro 2º, “O cozinheiro imperial”, uma obra de referência publicada em 1840. Assinado por R.C.M., traz receitas para cabeça e pé de porco, por exemplo, recomendando que fossem servidas a altas personalidades.





▲ Anúncio do prato em Trancoso, Porto Seguro (BA): desde os primeiros habitantes do Brasil até os dias de hoje, dois alimentos perduram no cardápio nacional: feijão-preto e mandioca

VARIAÇÕES SOBRE UM MESMO PRATO

Feijão e farinha: dessa mistura de ingredientes foi feito o Brasil, refeição a refeição. Segundo o monumental estudo “História da Alimentação no Brasil” feito por Luís da Câmara Cascudo, o feijão e a mandioca (principalmente como farinha) se incorporariam ao cotidiano dos brasileiros pelo interior adentro a partir das movimentações de duas grandes vertentes que empurraram as fronteiras do novo país: os bandeirantes paulistas e os vaqueiros nordestinos.

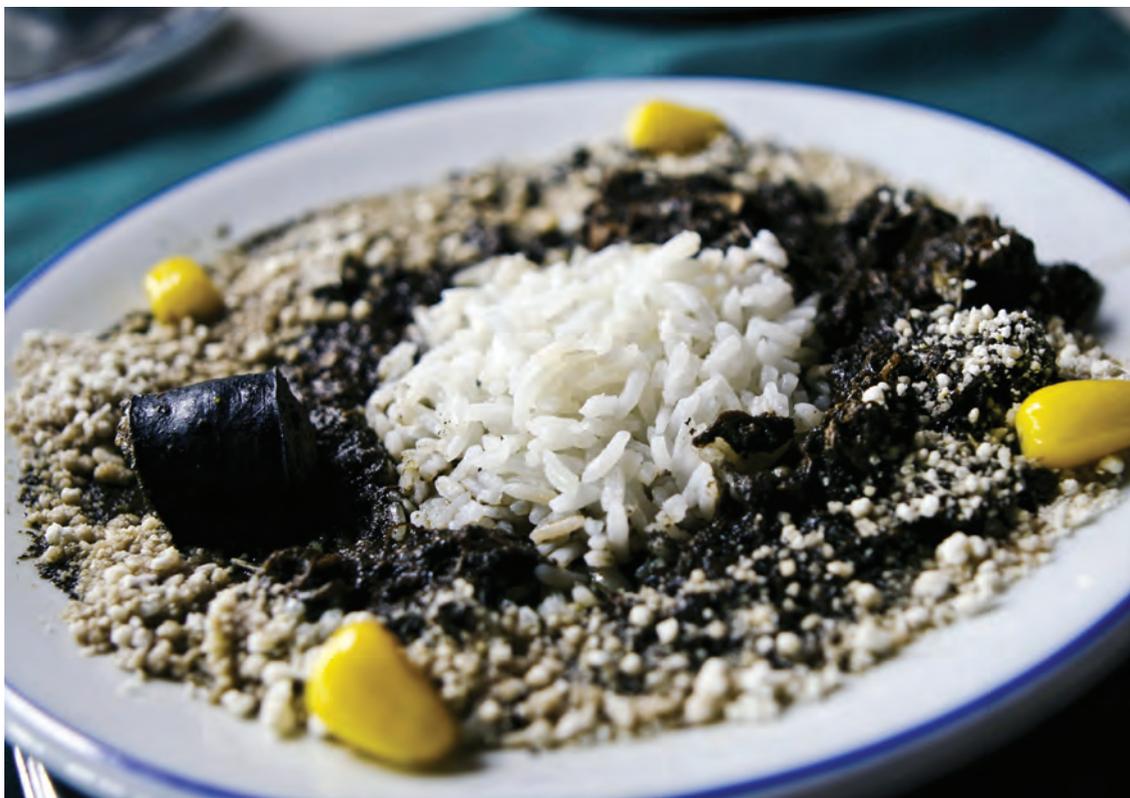
Levando feijão, carne-seca e farinha de mandioca no lombo dos burros da tropa, esses primeiros desbravadores dos sertões nem poderiam desconfiar que participavam da criação anônima de dois pratos bem típicos da culinária nacional: a feijoada (pela disseminação do feijão-preto e do cultivo da mandioca em todo o território) e o feijão-tropeiro (ou virado à paulista), que nada mais é que a mistura desses três mantimentos básicos que podiam resistir bem ao calor sem degradarem: feijão, carne-seca e farinha.



Na medida em que avançavam em busca de ouro e índios para escravizar, os bandeirantes também aproveitavam as áreas descampadas para plantar o grão. De crescimento rápido, em alguns meses poderiam colhê-lo no caminho de volta. Esta teria sido uma das formas pela qual a leguminosa ganharia o interior do país, para além das áreas onde tradicionalmente se plantava o feijão-preto – que era conhecido na língua-geral falada no Brasil colonial como *comanda*, *comaná* ou *cumaná*.

O uso da farinha de mandioca tão disseminado também chamava a atenção dos europeus que se aventuravam pelo interior do país. Isabel Burton, que foi esposa do viajante e diplomata inglês Richard Burton, esteve no Brasil entre 1865 e 1869 acompanhando seu marido. Frequentadora da Corte de dom Pedro 2º, ela citaria, em suas memórias, uma comida que, para os brasileiros, seria “o equivalente à batata para os irlandeses”, ou seja, algo que se come todos os dias. E descreve: “Um saboroso prato de *feijão* (grafado

▲ Em sua versão contemporânea a feijoada deixou de ser um prato único, passando a ser montada ao gosto do freguês. Mas a couve, o torresmo e a farinha permanecem como fiéis companheiros da “preferência nacional”



em português no seu diário) acompanhado de uma *farinha* muito grossa, normalmente polvilhada sobre o prato”.

Seja qual for a origem da feijoada, o fato é que ela se tornaria um prato nacional. Se na região Sul costuma ser consumida como uma refeição típica de inverno, no Rio de Janeiro é o tradicional prato das sextas-feiras, não importa a estação do ano. Em São Paulo, muda o dia consagrado pelos bares e restaurantes ao prato, que pode ser quarta-feira ou sábado, mas não a paixão pela mistura.

Na região Norte se aprecia muito a maniçoba, chamada de “feijoada paraense”, que vem a ser uma variação nortista da feijoada na qual o feijão é trocado pela maniva, que é a folha da mandioca moída. Para os mais ortodoxos, nesse caso se perderia a essência do prato, que estaria no feijão-preto.

Nas últimas décadas a diversificação nas opções de cardápio e a inventividade de chefs levariam ao surgimento de diversas versões vegetarianas. Também apareceriam adaptações regionais e versões menos calóricas, como forma de agregar novas legiões de consumidores dessa mistura, para muitos indigesta, de carnes, embutidos e miúdos de porco mergulhados por horas a fio em uma grande panela com feijões-pretos e temperos, que podem mudar de acordo com a mão de cozinheiro e a região.

▲ Prato de maniçoba, também conhecido como feijoada paraense, que leva a maniva, a folha da mandioca triturada no lugar do feijão



O importante é que, ao lado do caldeirão, haja um panelão de arroz, a histórica farinha de mandioca, a indispensável couve e rodela de laranja. Este último adereço, que pode ter sido introduzido no cardápio por obra e arte de algum restaurante da Corte querendo sofisticar um prato de origem bastante popular, além do efeito digestivo, aumentaria a absorção do ferro tão disponível no famoso “feijão maravilha”.

Mas não é a fome que ela mata o mais importante de uma feijoada completa, e sim o espírito de confraternização que esse prato traz, tão bem ilustrado pela música “Feijoada Completa”, de Chico Buarque: “Mulher, você vai gostar: tô levando uns amigos pra conversar. Eles vão com uma fome que nem me contem, eles vão com uma sede de anteontem...”. Para a fome, o compositor dá a receita completa na canção, inclusive dando a dica de aproveitar a gordura da frigideira para “melhor temperar a couve mineira”. Para a sede, cada um se virará como puder, já que ela virá tão certa como o sono. Para este último, também irremediável, a melhor receita é de um amigo do compositor, o poeta Vinicius de Moraes, que em seu poema “Feijoada à minha moda” refletiria sobre aquele instante logo após uma bela pratada da refeição nacional: “Que prazer mais um corpo pede / Após comido um tal feijão? / Evidentemente uma rede / E um gato para passar a mão...”

▲ Além de variações como a maniçoba na região amazônica, nas últimas décadas surgiram diversas versões, como a feijoada light, que dispensa os miúdos, ou a vegetariana