

MAURICIO ARAUJO DO ALTO

Pequeno catálogo afetivo de receitas do Vale do Rio Preto

Projeto de pesquisa elaborado no âmbito do edital "Rio Preto em foco", promovido pelo Conselho Municipal de Cultura de São José do Vale do Rio Preto, com recursos na Lei Aldir Blanc

São José do Vale do Rio Preto
Março de 2021

A alimentação constitui para além de um ato biológico também um ato social e cultural, no qual estão presentes códigos sociais que permeiam as relações dos homens entre si e com a natureza. Assim sendo o tipo de cozinha que se desenvolve numa determinada região possui elementos ligados à produção e ao consumo, às técnicas e formas de aprovisionamento, de transformação e de ingestão de alimentos. (Maciel, 2004¹).

A análise das receitas permite ingressar no universo criativo da culinária, bem como sentir o gosto e o sentimento que daí emanam. Nesse sentido, o conjunto de informações aportadas por esta fonte revelam a seleção, preparo, consumo de determinados alimentos, e na criação e estrutura de certos pratos, que são produtos das escolhas e preferências. (Santos, 2008²).

O Rio Preto está profundamente ligado à história do município de São José do Vale do Rio Preto, nos primórdios da colonização dessas terras, seu curso principal e seus afluentes, garantiram o abastecimento de água para a população e para que a vocação agrícola pudesse se desenvolver.

Até meados do século XX as margens do Rio eram pouco ocupadas e aí se desenvolviam diversas atividades de cunho comunitário, como a lavagem de roupas, lazer de crianças e adultos, pesca de subsistência e também o plantio de algumas variedades da agricultura.

De acordo com os relatos dos entrevistados era comum encontrar chuchu, taioba, abóbora, couve, mandioca, limão, mamão, entre outros. Algumas vezes o plantio era organizado por vizinhos, por vezes, não se podia determinar quem havia plantado. Outras vezes ainda se tratava de resquícios de uma plantação antiga ou vestígios do pós-colheita. Uma coisa se entendia como certa, aquilo que crescia às margens do rio, fora de propriedade particulares ou não ocupadas, era de uso comunitário.

A pesca também representava uma atividade de subsistência importante e uma maneira de ter acesso ao peixe, uma vez que a cidade não contava com estabelecimento que comercializasse pescados. As principais espécies de peixe encontradas no rio eram pirapitinga, chimboré, cascudo, cara, piaú, bagre, traíra e mandi.

Os cadernos de receitas podem ser analisados também como indicadores de identidades locais e regionais, à medida que tendem a retratar uma escala espacial mais restrita. Ou seja, nestas fontes o local e o regional precedem o nacional e o internacional, oferecendo um contraponto à globalização do gosto.

Nessa análise, as receitas são investigadas como uma maneira de expressão da cultura local a partir do primeiro quarto do século XX, profundamente marcada por uma tradição agrícola que se manifesta nos ciclos da terra, ligados à disponibilidade de produtos locais, bem como aos momentos de safra, que no meio rural significa um grande aporte de insumos alimentares que precisam ser de alguma maneira tratados para que não pereçam e

¹ MACIEL, M. E.. Uma cozinha à brasileira. In: Estudos Históricos: Alimentação, Rio de Janeiro n. 33. FGV. 2004.

² SANTOS, C. R. A.. Os Pecados e Prazeres da Gula: os Cadernos de Receitas como fontes históricas. 2008. Disponível em <http://www.poshistoria.ufpr.br/fonteshist/Carlos%20Antunes.pdf>. Acesso em: 14 de fevereiro de 2021.

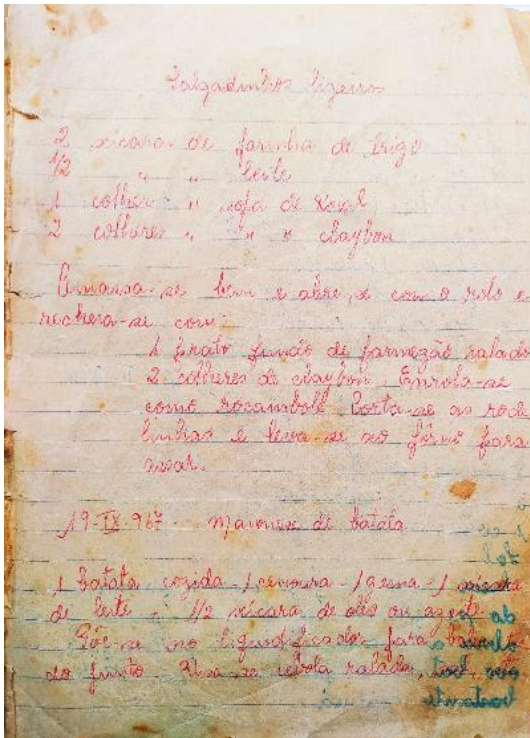
possam ser posteriormente consumidos como alimentos ou bebidas. Dessa maneira são comuns as receitas que utilizam de técnicas de conservação.

Também são comuns receitas da panificação, confeitaria e doçaria, pois o modo de vida predominante rural propunha de diversas maneiras a produção caseira desse tipo de alimento. A arte de receber, em um meio comunitário onde todos se conheciam, também exigia servir café coado com bons quitutes preparados em casa e muitas refeições podiam ser finalizadas com um licor de preparação artesanal.

A proposta procura evocar as memórias afetivas entre o Rio Preto e as lembranças gustativas. Por meio do cruzamento dos discursos é possível traçar um panorama do significado cultural histórico do Rio para a comunidade.

O Rio e a paisagem

Foi-se um tempo no qual o Rio Preto dominava a paisagem, era possível vê-lo da janela de casa, depois de uma curva e por cima de uma árvore. Naquele tempo a cidade tinha outro ritmo, tudo passava e mudava em um ritmo mais lento, exceto o rio, que permanecia correndo e mudando constantemente. Comer biscoitos ou bolos feitos pela mãe olhando para aquelas águas que iam para o desconhecido era uma maneira de viajar para longe.



Caderno de receita de Nilzia Garcia Peixoto, fragmento mantido por sua filha Marisis Peixoto de Araújo.

Biscoito Delicioso

1 kg de fécula de araruta
½ kg de açúcar
150g de manteiga
150g de banha
6 ovos

Em uma vasilha, coloque a fécula de araruta, o açúcar, a manteiga e a banha, amasse bem, acrescente os ovos batidos, misture bem com as mãos até formar uma massa lisa e homogênea. Pegue pequenos pedaços da massa e faça bolinhas do tamanho de sua preferência. Dê uma leve achatada nas bolinhas com ajuda de um garfo. Espalhe-as em uma assadeira levemente

untada e enfarinhada, deixando aproximadamente 1 dedo de distância entre elas. Leve para assar em forno pré aquecido por aproximadamente 15 minutos. Não deixe os biscoitos dourarem demais, eles precisam estar branquinhos por cima e levemente dourados por baixo.



O caderno de receitas de Esther Andriolo Machado (conhecida como Bertha) se mantém na família até os dias de hoje.

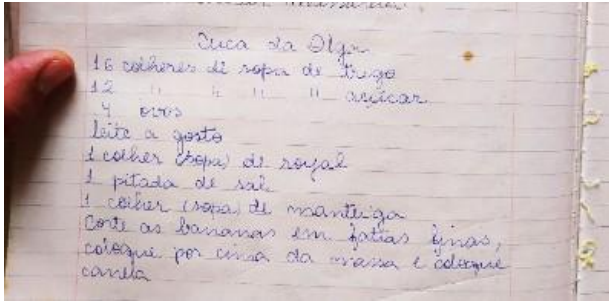
Bolo de Mandioca

- 2 xícaras de mandioca crua e ralada
- 3 xícaras de leite
- 3 colheres de sopa de manteiga
- 3 gemas
- 1 pitada de sal
- ½ xícara de açúcar
- 1 colher de chá de erva doce

Bata a manteiga com o açúcar até obter um creme leve, misture as gemas, uma a uma, batendo bem depois de adicionar cada gema. Acrescente a mandioca ralada, o leite, sal e erva doce, misture cuidadosamente sem bater. Despeje em uma assadeira untada e levemente enfarinhada e asse em forno moderado cerca de 40 min. Depois que estiver frio, corte as fatias.

O Rio de cores e sabores

Sempre me perguntei o por quê do Rio se chamar Preto. Gostava de olhar o jogo de cores do brilho do sol nas suas pedras. Nas águas mais calmas, entre uma curva e outra, via o vermelho alaranjado de um telhado refletido, o verde dos pastos vizinhos. Nas águas turbulentas onde pequenos arco íris se formavam era um festival de cores. Mas no geral o Rio tem tons de bolos, broas e cucas.



Caderno de receitas de Magali das Graças de Oliveira Xavier, receita aprendida com sua mãe Olga Branco de Oliveira. Na família e entre os mais chegados essa receita ganhou o nome da mãe. O leite vai a gosto e talvez aí esteja o segredo.

Cuca da Olga

- 16 colheres de sopa de farinha de trigo
- 12 colheres de sopa de açúcar
- 4 ovos
- leite a gosto (no geral uma xícara)
- 1 colher de sopa de fermento químico
- 1 pitada de sal
- 1 colher de sopa de manteiga
- 6 bananas

Comece batendo os ovos e o açúcar, acrescente o leite, a manteiga e o sal continue batendo, vá adicionando o trigo pouco a pouco batendo sempre, ao final o fermento. A massa deve ficar bem consistente.

Coloque a massa em um tabuleiro untado. Corte as bananas em fatias finas, coloque por cima da massa e salpique canela em pó.

O Rio comunitário

Na minha família tudo foi aprendido de olhos e ouvidos, o Rio também era lugar de trabalho, sobre suas pedras lavavam-se as roupas e o trabalho das crianças era ajudar a levar ou trazer os cestos dessas roupas. No caminho e as suas margens cresciam várias espécies comestíveis, frutas, taioba, cana. Aí se viam vestígios de plantações antigas que cresciam a esmo e dali podia-se colher algo.

Nedir Baptista de Andrade (Didi) relembra receitas aprendidas com sua mãe Noêmia Borges de Oliveira.

Compota de Mamão verde em rodelinhas

2 litros de água para escaldar
1 colher (café) de bicarbonato de sódio
1,5 kg de mamão caipira verde cortado em tiras com a casca
4 xícaras (chá) de açúcar cristal
500ml de água

Agulha grossa e linha branca

Com uma faca riscar o mamão longitudinalmente para retirar o excesso do leite, aguardar. Lavar bem o fruto e cortar ao meio, retirar o miolo, fazer fatias bem finas do mamão (com a casca) , escaldar em água fervente com o bicarbonato por 3 min para tornar as fatias flexíveis e deixar escorrer um pouco.
Fazer os anéis com as fatias e com auxílio de uma agulha e linha fazer os colares para que os anéis não abram.
Preparar a calda rala com açúcar e água deixando ferver por 8 min, acomodar os colares e deixar aquecer em fogo brando até que as fatias estejam transparentes. Escorra os colares. Retirar os anéis do colar, preferencialmente, já os acomodando em vidro esterilizado e cobrir com a calda.

Refogado de broto de chuchu

30 brotos de chuchu
1 colher de sopa de banha de porco
2 dentes de alho
1 pitada de sal
salsinha e cebolinha a gosto

Cortar os brotos finamente, aquecer a banha e fritar rapidamente o alho, refogar os brotos por 3 min ou até que estejam macios, adicionar o sal, a salsinha e cebolinha mexer rapidamente e retirar do fogo.

Refogado de broto de bambu

10 brotos de bambu

água para escaldar

2 colheres de sopa de banha de porco

2 dentes de alho

1 pitada de sal

salsinha e cebolinha a gosto

Descascar o broto até a parte branca e macia e cortar em rodela. Ferver as rodela por 10 min e escorrer a água, repetir esse processo por 3 vezes. Aquecer a banha e fritar rapidamente o alho, refogar os brotos por 5 min ou até que estejam macios, adicionar o sal, a salsinha e cebolinha mexer rapidamente e retirar do fogo.

O Rio de outros ingredientes, de outros utensílios e outros preparos.

Naquele tempo comia-se bem e o preparo da comida exigia mais esforço, mas valia a pena, não se usava açúcar como hoje, usava-se banha de porco para fritar, temperar, conservar e uma pequena horta era mantida por quase todos. A comida feita no fogão a lenha tinha outro sabor e catar lenha para abastecer o fogão era tarefa quase diária.

Entre receitas guardadas de memória e anotações o casal Maria Isabel Viana de Oliveira e João Rocha de Oliveira, relembra que o açúcar não era comum como é hoje, e por todo canto se viam touceiras de cana, nos quintais de casa, nas propriedades rurais e nos cursos de água que formam o Rio. Da cana se tirava o caldo, que era usado como substituto parcial do açúcar em receitas. Broa boa era broa feita com caldo de cana e assada no fogão a lenha ou no forno preparado com o cupinzeiro. O gosto de outros tempos é lembrado também no uso frequente de banha de porco nas preparações.

Broa de fubá com caldo de cana

3 ovos

1 xícara de óleo

2 xícaras de fubá

1 xícara de chá de açúcar (ou menos)

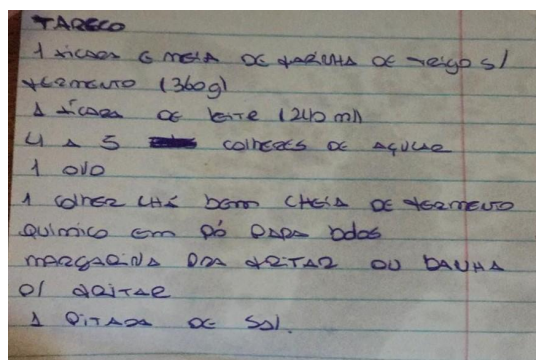
1/2 xícara de farinha de trigo

3/4 xícara de chá de caldo de cana

1 colher de sopa de bicarbonato de sódio

Bata os ovos com o açúcar, acrescente o óleo e o caldo de cana e continue batendo. Vá adicionando a farinha e o fubá aos poucos batendo sempre, por fim o bicarbonato.

Unte a forma com óleo e polvilhe farinha de trigo. Despeje a massa e asse em forno pré-aquecido a 180°C por 40 minutos, aproximadamente.



Tareco

1 xícara e meia de farinha de trigo

1 xícara de leite

4 colheres de açúcar

1 ovo

1 colher de chá bem cheia de fermento químico

1 pitada de sal

q.b. de banha para fritar

Em uma vasilha, adicione o ovo e o açúcar e misture bem, depois adicione o sal, o leite e, aos poucos, incorpore a farinha e mexa até virar uma massa homogênea e consistente, por fim, adicione o fermento e mexa.

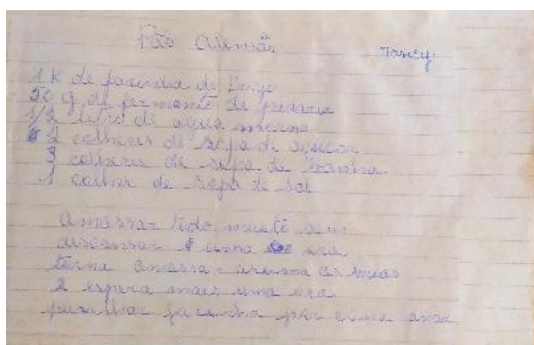
Unte uma frigideira com banha, espere esquentar um pouco e adicione um pouco de massa espalhando com a ajuda de uma colher para formar uma panqueca.

Vire as massas para dourar dos dois lados, depois coloque em um prato e sirva.

O Rio e o lazer

O Rio Preto e suas águas era o lugar de brincadeiras de crianças que se aventuravam em cruzar suas margens de um lado ao outro, de aprender com os mais velhos a pescar ou apenas chegar até uma pedra onde se pudesse descansar e tomar uma fresca. Momentos que eram interrompidos quando chegava a hora do café da tarde, sempre acompanhado de alguma gostosura preparada em casa.

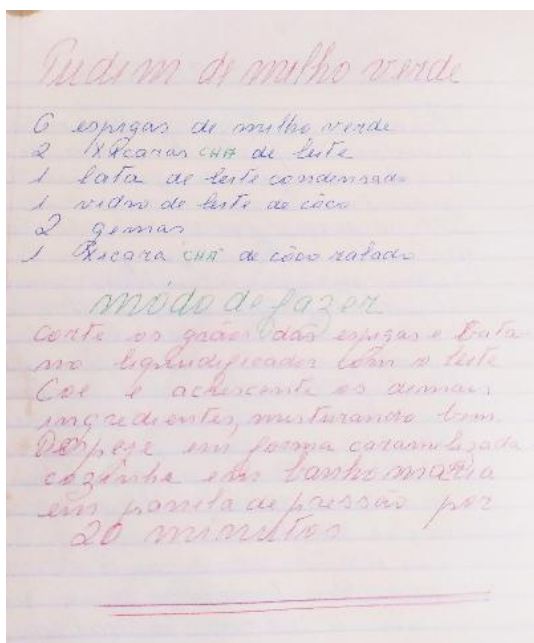
O casal Rosângela Souza Andriolo e Adelmo Rampini Andriolo mantém cadernos de receitas muito bem preservados e organizados, ela filha do padreiro conhecido como Manoel Damas divide uma receita de pão simples de fazer. O casal também foi presenteado com um caderno de receitas selecionadas e dicas de cozinha elaborado pelo sogro e pai Adelmo Andriolo.



Pão Alemão

- 1 kg de farinha de trigo
- 50g de fermento biológico
- ½ litro de água morna
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 3 colheres de sopa e banha de porco
- 1 colher de sopa de sal

Misture a farinha e o sal, acrescente a banha e misture até formar uma farofa. Misture o fermento biológico com açúcar até derreter e acrescente a farofa. Vá adicionando a água morna aos poucos e amasse tudo muito bem, descansar por uma hora, amassar novamente, arrumar as broas no tamanho desejado e deixar descansar por mais uma hora. Polvilhar farinha de trigo e assar em forno pré aquecido.

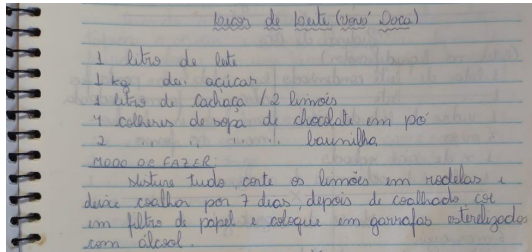


Pudim de milho verde

- 6 espigas de milho verde
- 1 xícara de chá de leite
- 1 lata de leite condensado
- 200ml de leite de coco
- 2 gemas
- 1 xícara de chá de coco ralado

Retire o milho da espiga e bata no liquidificador com o leite, coe e acrescente os demais ingredientes, misturando bem. Despeje em forma caramelizada e cozinhe em banho maria em panela de pressão por 20 min.

Dos momentos de lazer à beira do Rio Preto Nilda Rosa Branco de Castro (Dona Doca) lembra dos animados picnics feitos com suas amigas. Um tempo no qual só bebiam refrigerante, depois de casada começou a preparar licores que por sua qualidade se tornaram famosos na cidade.



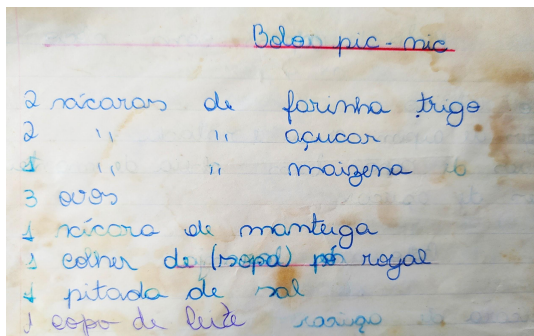
Receita retirada do caderno de Bárbara Castro, anotado segundo especificações ditadas pela sua Vó Nilda Rosa Branco de Castro

Licor de leite Dona Doca

- 1 l de leite
- 1 kg de açúcar
- 1 l de cachaça de boa qualidade
- 2 limões
- 4 colheres de sopa de chocolate em pó
- 2 colheres de sopa de baunilha

Corte os limões em rodellas, misture tudo e deixe coaltar por 7 dias, depois coe em filtro de papel e coloque em garrafas esterilizadas.

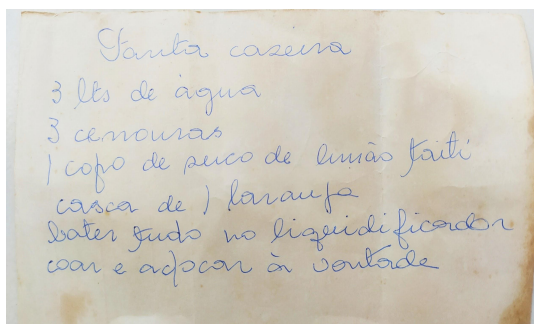
As irmãs Maria José Araújo Diniz e Lúcia Maria Araújo do Alto, preservam algumas receitas de família em seus cadernos. Maria José compartilha uma receita, anotada pela sua mãe Nadyr Machado de Araújo, de um suco refrescante chamado Fanta caseira e Lúcia divide uma receita aprendida com sua avó Laura Machado de Araújo do bolo picnic, ambas receitas faziam parte dos seus momentos de lazer à beira do Rio principalmente na chamada represa, próximo a Tristão Câmara.



Bolo picnic

2 xícaras de farinha de trigo
2 xícaras de de açúcar
1 xícara de maisena
3 ovos
1 xícara de manteiga à temperatura ambiente
1 copo de leite
1 colher de sopa de fermento químico
1 pitada de sal

Bata as claras em neve e reserve. Bata as gemas e o açúcar até obter um creme esbranquiçado, acrescente a manteiga, o leite, o sal e continue mexendo. Acrescente aos poucos a farinha e a maisena sem parar de bater. Ao final coloque o fermento misture e envolva a massa com as claras em neve. Leve para assar em forno pré aquecido no médio por 30min.



Fanta caseira

3 l de água filtrada e gelada
3 cenouras médias
1 copo de suco de limão taiti
casca de uma laranja
Bater tudo no liquidificador coar e adoçar à vontade.