



INFORMATIVO

mesa digital

Grupo de pesquisa

Culturas
Alimentares
Digitais

O que é @mesadigital?

O informativo “**Mesa Digital**” é parte de um projeto coordenado pelo **Grupo de Estudos de Culturas Alimentares Digitais** com a proposta de estimular a análise, a reflexão e o debate em torno das **culturas alimentares digitais, movimentos sociais e ativismo alimentar digital**. Concentramos nossa análise no debate alimentar mediado pelas tecnologias, ou seja, como diferentes atores utilizam o espaço “online” para se comunicar, se posicionar e debater sobre alimentação. Buscamos também compreender como práticas alimentares cotidianas ganham dimensão pública e de que forma movimentos sociais alimentares expressam suas posições no ambiente digital.

Culturas
Alimentares
Digitais

#4

mesa digital

Nosso **quarto informativo** aborda outra temática extremamente importante para os estudos alimentares: a cultura alimentar. Para abordar essa questão, o Mesa Digital volta-se para a **comida mineira**, principalmente neste mês, pois 5 de julho é considerado o dia da Gastronomia Mineira. Essa data foi definida pelo governo do Estado de Minas Gerais, em 2012, tendo como base o dia do nascimento de Eduardo Frieiro, autor do primeiro livro de gastronomia dedicado à comida de Minas Gerais, “Feijão, angu e couve: ensaio sobre a comida dos mineiros”, lançado em 1966.

p.5 Falar de comida mineira é falar de cultura alimentar, tradição e sociobiodiversidade. Seja pelas cozinheiras no campo, nas pequenas cidades, seja pela alta gastronomia dos chefes de cozinha, a comida mineira ganha força com as novas tecnologias digitais e vem sendo intensamente pesquisada por turistas, curiosos e apaixonados pela gastronomia mineira. No primeiro texto, por meio de um trocadilho “**A comida mineira está logo ali**”, os autores Natália Ferreira Barbosa e Arthur Saldanha dos Santos discutem a noção de comida mineira e suas relações com a cultura alimentar, a sociobiodiversidade e as tecnologias digitais, destacando o seu alcance na atualidade.

p.10 Na sequência, com o título **“Eu faço o que eu gosto de comer”**, o informativo apresenta uma entrevista inédita com a Dona Nenzinha, cozinheira nativa do Norte de Minas Gerais, guardiã agroecológica, detentora dos saberes do plantar e de transformar o alimento em comida. Ela é residente e liderança na comunidade de Abóboras no município de Montes Claros. A entrevista foi conduzida pela pesquisadora do Mesa Digital Natália Ferreira.

p.18 O terceiro texto, intitulado **“Uma comida cheia de mineirice”**, também é uma entrevista inédita com a renomada chef de cozinha Juliana Duarte. Juliana é historiadora e chef de cozinha do seu restaurante “Cozinha Santo Antônio”, que abriu há três anos em Belo Horizonte (MG). O local serve comida mineira com afeto, mas também tem uma relação especial com a sustentabilidade, pois se tornou um ponto de apoio para a realização de compras coletivas agroecológicas locais, além de utilizar ingredientes agroecológicos nos pratos oferecidos no restaurante. A entrevista foi conduzida pela pesquisadora do Mesa Digital Ester Louback.

p.26 O quarto texto, por sua vez, trata-se de uma breve crônica que aborda a comida mineira de maneira descontraída no dia a dia dos mineiros. Esse texto é intitulado-se **“São apenas dez horas da manhã e o cheiro de alho frito já invade as ruas”**, e é assinado por Ester Louback.



TEXTO #1

A comida mineira está logo ali

por **Natália Ferreira Barbosa**
& **Arthur Saldanha dos Santos**

A comida pode ser compreendida como um tipo de símbolo da cultura de determinado povo, grupo ou região (**Montanari, 2013**); central nos aprendizados e saberes passados de geração em geração e na forma como se manejam e se utilizam os recursos locais da biodiversidade.

Com esse viés, em uma busca rápida pelas mídias sociais, como o Instagram, é possível notar que a cozinha mineira tem sido percebida como um elemento capaz de expressar a identidade dos mineiros, nas mais distintas regiões que compõem o Estado. As mídias traduzem que é impossível pensar na culinária mineira sem sentir o cheiro e o sabor do

tutu, feijão tropeiro, torresmo, carne de lata, doce de leite, angu, frango caipira, quitandas, queijos, cachaça, cafezinho, pão de queijo e tanto outros alimentos. Associado a essa comida, aparecem representações de aconchego, nutrição, curiosidade e memória afetiva (principalmente entre as pessoas que estão distantes das minas gerais), e os espaços e ambientes dos quintais e fogões à lenha das áreas rurais.

Ingredientes como milho, mandioca, feijões, arroz, carnes (frango, boi e porco), hortaliças e temperos estão na essência dessa culinária, além de frutos da biodiversidade nativa e de produtos realizados a partir do modo de fazer e dos saberes tradicionais de povos e comunidades. Um conjunto de alimentos que representam gostos e modos de fazer regionais, e refletem a diversificada ocupação do território, marcado por múltiplas influências e culturas.

Mas para além da sua dimensão popular, durante anos, a comida mineira é interesse de restaurantes populares e de alta gastronomia, de profissionais da alimentação e estabelecimentos comerciais, como empórios, bares e lanchonetes. Nestes contextos, ela evoca e comunica um imaginário de comida caseira, afetiva, farta, de sabores genuínos e artesanais, com ingredientes dos quintais e das roças.

Por trás da existência e disponibilidade destes alimentos, está o trabalho das agricultoras e agricultores que os produzem, que cuidam, que compartilham e que comercializam; assim como o de pescadores e comunidades que manejam e extraem recursos das florestas e dos cerrados, compartilhando saberes e cultivando uma alimentação repleta de história, tradição, afeto e simplicidade.

Com a ajuda da inteligência artificial, em uma consulta rápida ao ChatGPT (o mesmo tratado no informativo anterior), usamos a palavra-chave “comida mineira” para solicitar uma síntese que pudesse caracterizar esse termo. Os resultados indicaram que ele está relacionado com a riqueza dos sabores e a variedades da alimentação no estado de Minas Gerais, com destaque para o feijão, o arroz, a carne de porco, o frango, o queijo, a mandioca, o milho e a couve como ingredientes mais utilizados.

Essa inteligência artificial informa ainda que esses ingredientes estão relacionados a pratos típicos e regionais, sendo os mais populares encontrados também em outras regiões do país, tais como: o feijão tropeiro, tutu de feijão, frango com quiabo, feijoada, arroz com pequi, vaca atolada, leitão à pururuca, pão de queijo, frango com angu, canjiquinha com costelinha e o famoso queijo. O ChatGPT dá destaque ainda para às sobremesas mais comuns na culinária mineira, como o doce de leite, bolo de fubá, bolo de milho, queijo com goiabada, biscoitos, doce de abóbora com coco, pão de mel e broa de fubá.

Chama à atenção a menção ao pão de mel. Teria este doce típico da Rússia caído no gosto dos mineiros, a ponto de ser considerado também de Minas? Podemos acrescentar à lista as bananadas, o doce de queijo, doce de mamão, doce de laranja da terra, de buriti, rapadura, pé de moleque e outras iguarias; frutos da junção de técnicas e preparos das cozinhas indígenas, europeias e africanas, adaptadas aos recursos locais e às práticas e modos de fazer.

A nossa breve pesquisa não foi limitada apenas à noção de comida mineira. Nos interessa analisar as relações dessa comida com a biodiversidade e a cultura alimentar, a partir da forma como ela é representada. Ainda com o auxílio da inteligência artificial, realizamos uma pesquisa a partir da palavra-chave: “comida da biodiversidade mineira”. Os resultados apontam que a biodiversidade do território influencia de várias formas a comida mineira, fornecendo uma variedade de ingredientes locais e sabores únicos aos pratos típicos, marcada também pelo clima específico de algumas regiões, como são os casos de áreas conhecidas pela produção de queijo como Serro e Serra da Canastra. Outros resultados também ressaltam a riqueza da flora e da fauna do Estado, que contribui para a manutenção dessa diversidade alimentar, que inclui ingredientes como pequi, jiló, quiabo, ora-pro-nóbis, ciriguela, tamarindo, mangaba, buriti, cagaita, guabiroba, cana de açúcar, além de mel, cogumelos, café, mandioca, abóbora e tantos outros.

Repessada historicamente pelas cozinheiras das famílias em áreas rurais e pequenas cidades do estado, as receitas da identidade gastronômica dos mineiros se transformam no trabalho de chefs de cozinha renomados, que propõem releituras e novas combinações, com ingredientes tradicionais locais e de outras regiões do mundo. Muitos desses chefs utilizam as mídias sociais para compartilhar suas preparações e atrair olhares de curiosos e apaixonados por essa comida, tendo em vista o aumento do interesse de pessoas por temas a ela relacionados na internet. Isso faz com que a comida mineira ganhe cada vez mais espaço, instigada principalmente pela divulgação nas redes e pela prática crescente do turismo gastronômico no Estado.

Em ditado popular, podemos arriscar dizer que a comida mineira “atende a gregos e troianos”, apresentando opções que agradam tanto pessoas sem restrições, que adoram conhecer pratos novos ou que querem comer a mesma comida por paixão, quanto pessoas com dietas estritas, vegetarianas e veganas, pessoas com o consumo de carne limitado, como flexitarianos, e ainda os amantes de gorduras, doces, bolos e cafés.

Diversa nas preparações, contos, história, produção, comercialização, compartilhamento e consumo, a comida mineira configura-se como uma importante cultura alimentar no Brasil, com influência internacional. Construída e compartilhada a partir da miscigenação entre os vários povos que habitam e passaram por esse território, é encontrada em outras regiões e não só em Minas Gerais.

Portanto, a comida mineira está logo ali! ●



TEXTO #2

Eu faço o que eu gosto de comer

por **Natália Ferreira Barbosa**

Em celebração ao Dia da Gastronomia Mineira, a equipe do Projeto Culturas Alimentares Digitais entrevista Dona Nenzinha, moradora da comunidade de Abóboras, no município de Montes Claros, onde atua como uma liderança local e, podemos dizer, nacional.

Dona Nenzinha é uma cozinheira nativa, guardiã agroecológica, detentora dos saberes do plantar e do transformar o alimento, quem resultam em uma comida que nutre a alma, que enche de afeto e amor. Cozinheira de mão cheia, uma “mãe” que acolhe, cuida e luta para a preservação do Cerrado, a permanência dos jovens no campo e para manter vivas as tradições, está sempre participando

de eventos e feiras, compartilhando o seu saber.

1. Para a senhora, o que é comida mineira?

A comida mineira é ela, essa comida, né? Que move pessoas daqui de Minas é uma tradição mesmo que a gente tem, né? De usar essa comida de forma que a gente sabe, que é uma comida saudável, é uma comida que muita gente gosta, maioria das pessoas gostam da comida daqui de Minas.

2. Para a senhora, quais seriam os ingredientes principais da comida mineira?

O arroz e feijão tropeiro, né? Carne, beiju, farofa, farofa de mostarda, essas coisas assim, que a gente usa no dia a dia, que eu acho que é a comida mineira, é essa comida simples, mas essa comida saudável, comida que todo mundo gosta, dessa alimentação que é preparada aqui. Farofinha de ovo, bem naturalzinho, uma linguicinha, um torresmo, carne de sol com mandioca, que a gente mais gosta aqui.

3. A senhora cultiva alimentos agroecológicos. Como a senhora vê o uso dos alimentos agroecológicos e nativos na cozinha mineira?

É um orgulho muito grande. Eu, por exemplo, na idade que eu estou, faço questão dessa a alimentação saudável, que a gente fala de dentro do coração. Ela é arrancada de dentro do coração. Para a gente e para quem vai se alimentar com aquela comida, né? Não é luxo, é aquela comida simples, uma comida boa, uma comida bem feita, caprichada. Uma farofa de feijão, farofa de andu, essa que a gente usa e que a gente vai lá colhe, maior prazer, maior orgulho, e

a gente saber que a gente tá produzindo o que a gente vai alimentar e vai alimentar as pessoas, né?

4. E o cozinhar para senhora? A senhora cozinha desde criança? Como que a senhora despertou o desejo pela cozinha?

É do jeito que a gente foi criado, né? Dessa forma, aprendendo, vendo fazer, e a gente foi pegando gosto por isso. Eu, por exemplo, eu faço o que eu gosto de comer, né? Porque eu fazia era beiju, essas coisas tudo, alimentação. Aprendi com meus pais, avós que faziam aquela comida assim.

Mas o que eu mais gosto é a fartura, sabe? Entendeu? Porque cê vai ali, cê tem de tudo, cê faz assim, tem aquela fartura, naquela singeleza, mas só de alimentar as pessoas com fartura. Esse ano eu vou lá pra Expomontes¹, por exemplo, faço minha comida lá, só que é muita comida, mas é a mesma comida que faço em casa, eu tenho o prazer de servir para o pessoal lá na Expomontes.

5. Quais comidas que a senhora vai preparar esse ano na Expomontes?

Estou querendo fazer galinhada, arroz com farofa, frango caipira e pirão. E uma coisa que nós não podemos fazer lá é o arroz com pequi e nem feijão tropeiro. Aí a gente fica inventando. 'Ah, então cês não podem comer o arroz dela?' e diz que não aceita a gente fazer não.

6. Por que não pode?

1. A Expomontes é a maior feira agropecuária da região, onde dentro há um espaço destinado à agricultura familiar para exposição e comercialização dos seus produtos.

Porque lá dentro é da agricultura familiar e saber que é o básico nosso e nós não temos o direito de fazer. Antes a gente tinha, hoje é tirado da gente, quatro anos que nós não podemos fazer lá dentro. O pessoal já gosta muito da comida nossa, né? Que é a comida boa, inclusive o dia que o cara foi dar entrevista lá, o da vigilância sanitária, que foi dar o curso pra nós, aí ele falou que a comida nossa é a comida boa, então a gente fica orgulhoso e é isso que isso incentiva mais, né? A gente fazer parte dessa Expomontes, que é enorme, e assim o povo gostar da comida. É coisa que a gente faz por amor mesmo, né? Por amor.

7. E quando a gente fala do pão de queijo, a senhora acha que representa mesmo Minas Gerais?

O beiju representa mais. E representa mais porque o pão de queijo é tradicional não é só de Minas, eu creio que não é, né? Tem muita gente que gosta, mas o beiju em si eu creio que ele tem mais reconhecimento pra nós.

8. O que a senhora acha do uso dos produtos da biodiversidade na cozinha mineira e a divulgação do uso desses produtos?

Eu acho que esse produto agroecológico, que é produzido da forma correta, que tem que usar eles, eles são de verdade, né? A divulgação, ela tinha que ser mais ampla e valorizar mais o que é, né? Da terra mesmo que a gente produz, né? Porque eles fazem muito, é entusiasmo e faz muita beleza e tudo e acaba que a gente fica meio que “recantilhado”, né? Eu acho que mudar um pouco, né? E

valorizar mais esses produtos.

9. A senhora tem visto na internet alguma postagem ou até mesmo a televisão falando sobre a comida mineira, alguma coisa?

Eu assisto o Terra de Minas.

10. E como que a senhora relaciona essas reportagens, o que estão falando lá com a comida mineira?

Falar é fácil, né? Não é muito fácil, às vezes as pessoas mostram aquela coisa bonita e tudo, mas não mostra a realidade, né? No dia a dia. É poucas as pessoas que eles entrevistam que mostram a realidade. De ir lá na horta, né? Um ovinho caipira, né? Um franguinho caipira. Às vezes eles falam o que é para mais, né mesmo? Mas a realidade para mim é diferente. Às vezes eu estou equivocada, né?

11. A senhora acha que precisa de uma divulgação maior dos produtos agroecológicos nas redes social, no Instagram, ou até mesmo na própria televisão?

Sim.

12. A senhora acredita que isso traria um valor, um reconhecimento maior para agroecologia?

Justamente. Valor maior porque eu acho que pouca gente sabe, né? Agora que o povo está começando às vezes a conhecer melhor, né? Através da feira, dessas coisas, mas mesmo assim ainda é pobre. Ainda é pouco. E quando a

gente fala assim dessa questão da própria comida, daquela comida que cê vai na horta colher, que cê vai no quintal.

13. Tem algum restaurante aqui em Montes Claros que podemos encontrar uma comida que representa Montes Claros, que representa o Norte de Minas?

Sim, o restaurante nosso, né? Da cooperativa². A comida de lá é boa, comida saudável. Assim, infelizmente ainda pega muita coisa do supermercado, mas eles procuram valorizar a agricultura familiar, a menina que tá na direção lá. Olha, ela me dá um valor tão grande. E fala 'Dona Nenzinha, eu queria tanto que esse dinheiro todo que entra aqui seria só para a senhora e outras agricultoras, né? Que produza da forma correta e ver dinheiro voltar tudo procês', mas aí eu por exemplo vou dar conta, né?, de produzir tudo que é utilizado lá. Tô tentando o máximo que eu posso, hoje mesmo eu tava conversando com ela lá, falou que, o que eu puder fazer da minha produção pra trazer pra cá é um prazer. Ela falou assim, 'além de ajudar a senhora, né? A gente vai tá representando, né?'

14. E como a senhora vê a divulgação do restaurante do Solar, principalmente aqui dentro de Montes Claros?

Eu acho que tem que divulgar mais, né? E pra ter algum meio, não sei, começar de fazer uma coisa a mais mesmo, né? Mesmo que seja uma coisa boa, chique, ela matuta pra

2. O restaurante Solar dos Sertões é um espaço da Cooperativa Grande Sertão destinado à comercialização dos produtos da agricultura familiar e da sociobiodiversidade. Para além da comercialização, de segunda a sábado, o espaço oferece refeições tendo como base os ingredientes advindos de pequenos produtores e agroextrativistas.

isso. Na divulgação do que é da terra mesmo, que a gente produz e que leva pra lá. Eu acho que já tá bom, bem adiantado, mas ainda falta divulgar.

15. E para senhora, dona Nenzinha, qual que é a comida que a senhora mais gosta?

Eu realmente gosto de toda comida, não tem nada que eu não gosto. Eu adoro uma arroz de pequi e carne de sol, arroz, carne de sol, entendeu? Tem aquele arrozinho bem bonito assim, um arrozinho com ovo frito, é a comida que eu mais gosto, eu como de tudo aqui, mas essa comida pra mim...

A gente sempre gosta daquele arroz, feijão tropeiro, carne de sol, aquela comida da roça, aí a gente pegou isso, né? A gente tem um amor muito grande por isso e a gente continua, né? Faz isso por amor, que aprendeu dessa forma, na singeleza, e não tem nenhum curso, é coisa que eu aprendi e adoro, é coisa que eu faço realmente, eu gosto de fazer.

16. Qual receita a senhora recomendaria para as pessoas fazerem em casa e que lembre a comida mineira?

O que você que acha? Feijão tropeiro, arroz com pequi? Qual? a farofa, o arroz, o beiju? Vou falar do beiju.

17. Como é que é o beiju que a senhora faz lá na roça? Como a Senhora faz?

O que eu faço lá, ele é bem simples, né? Aquele beiju que eu aprendi na com minha mãe, minhas tias, é aquele beijuzinho, né? A gente vai lá, molha a goma, vai na pedra

quente lá e espalha, se quiser por uma rapadura, um queijo, que o tradicional mesmo é esse, né? Olha queijo, manteiga, rapadura, só isso.

18. Dona Nenzinha, como é a relação da comida e do afeto para a senhora?

Às vezes, você faz uma comidinha assim, mas você tem aquele afeto, aquele carinho por aquilo. Aí acaba que a comida ela que alimenta e você fica fácil, feliz com aquela alimentação, mas a comida é gostosa porque tudo que você coloca foi o afeto, foi o carinho, né? Como por aquilo que cê tá fazendo, porque depende muito é disso.

19. Que recado a senhora daria para chefs de cozinha mineira?

É mostrar mais a realidade, eu acho que pra eles fazer, eu acho importante, eles estudaram pra isso, né? Eles têm uma formação que nós não temos e às vezes nós temos a formação que eles não têm, que eu acho que é isso, aproximar das pessoas, conhecer melhor. Num mudar essa cara da mineiridade, né? Vai muda o nome, o povo não sabe o que que é. Então assim, se eles continuarem fazendo da forma que a gente faz, que eles melhoram mesmo, que é importante melhorar, pra dar eles uma visão melhor.

Que eu acho que é isso que a gente tem feito, né? Arrozinho com pequi, não sei se eles fazem isso, porque às vezes muda muito o sabor, num tira o sabor da comidinha nossa não.



TEXTO #3

Uma comida cheia de mineirice

por *Ester Louback* e *Marcelo de Podestá*

Em 2012, foi estabelecido pelo governo de Minas Gerais que no dia **5 de julho será comemorado o Dia da Gastronomia Mineira**. Essa data foi escolhida para celebrar a data do nascimento de Eduardo Frieiro. O autor foi o primeiro a se dedicar ao estudo da culinária mineira ao escrever “Feijão, angu e couve: ensaio sobre a comida dos Mineiros”, lançado em 1966, Belo Horizonte (MG). Os estudos de Eduardo Frieiro contribuíram para entender a cultura alimentar do Estado, que, até hoje, é conhecida por sua culinária com forte demarcação rural em suas iguarias.

Em comemoração ao Dia da Gastronomia Mineira, o grupo de pesquisa “Culturas Alimentares Digitais” entrevistou a historiadora e chef de cozinha **Juliana Duarte**. Juliana abriu seu restaurante “Cozinha Santo Antônio” há três anos em Belo Horizonte (MG). O local se tornou um ponto de apoio para compras coletivas agroecológicas, além de utilizar ingredientes agroecológicos nos pratos oferecidos no cardápio.

Estudiosa e amante da cozinha, Juliana atualmente se dedica à obra de Eduardo Frieiro e à culinária mineira em seu mestrado. Ela abriu as portas do seu restaurante para falar conosco sobre culinária mineira, internet e de como é trabalhar com alimentos agroecológicos em seu estabelecimento.

1) Como é gerir um restaurante que trabalha com produtos agroecológicos em seu cotidiano? Quais são os desafios e os benefícios que você percebe?

Isso para mim já era uma coisa que estava nos princípios que eu estabeleci quando decidi abrir o restaurante. Eu falo que, para nós, aqui, o tempo é o nosso mundo... É o tempo da natureza, é entender essa questão dessas sazonalidade e respeitar... É o tempo da história, que é entender o que são as nossas raízes, né?! Conversar com as nossas raízes, mas ter os pés no presente e olhar para o futuro... E o tempo das pessoas também, né? Tem o tempo da vida de cada um... Tentar, na medida do possível, respeitar o tempo das pessoas, inclusive, o tempo que as pessoas gastam aqui. Isso foi uma das primeiras coisas que eu escrevi quando eu pensei em abrir esse restaurante, acho que tem tudo a ver pensar o alimento dessa forma e, portanto, ter fornecedores que me permitem realizar esse propósito. Não é só um

discurso. Porque é difícil, é muito mais fácil pedir as coisas no sacolão, tem sempre tudo lá. Eu uso produtos de sacolão, mas apenas de lugares onde tem um cuidado na escolha do produto, onde vende produtos orgânicos também... Mas hoje eu posso afirmar que 85% ou 90% que vai para o prato das pessoas que comem no meu restaurante vem de hortas agroecológicas ou são produtos orgânicos... Eu sei de onde está vindo aquele alimento que eu tô colocando no prato. Isso é muito legal e é difícil fazer.

2) Essa prática envolve outro conceito, né? Se você oferece sempre o mesmo produto, você não vai conseguir lidar com essa sazonalidade.

Por exemplo, hoje teve couve-flor porque estamos na época dela. A couve-flor é queridinha, todo mundo gosta dela, mas nem sempre eu tenho ela. Então, eu nem coloco as coisas que são muito específicas no cardápio. Eu tenho o cardápio executivo, que muda de terça a sexta, e a cada semana é uma coisa, cada dia é uma coisa. E eu tenho cardápio à la carte. Por exemplo, o prato que tem mais legumes aqui é o que se chama “Terra à vista”, nele eu trabalho com arroz vermelho da Serra do Cipó e legumes. Aí, os legumes eu coloco o que a gente tiver, entendeu? Não está escrito no cardápio quais são os legumes... Tem cliente que pergunta o que que tem no restaurante, mas eu brinco que precisa perguntar o que é que não tem, porque aqui a gente tem praticamente tudo. Eu trabalho com praticamente três fornecedores, então a gente vai mesclando.

3) No seu Instagram, consta que seu restaurante tem comida diversificada, não é um restaurante de comida tradicional mineira, mas as refeições são “cheias de mineirice”.

O que você identifica como mineiro na comida que prepara?

É um restaurante que está em Minas Gerais e, por estar em Minas Gerais, a gente tem muito da comida dos mineiros aqui, mas eu não faço só isso. Aí a gente vai entrar naquela discussão o que é a comida mineira, né? Como que a gente vai definir o que é comida mineira? Se a gente fizer uma definição da comida mineira a partir de pratos típicos, então eu vou te falar que eu não faço apenas comida mineira, mas eu trago muito dessa culinária no nosso cotidiano. Porque eu faço, eu adoro fazer uma costela com canjiquinha, um franguinho com angu e quiabo... Não é um restaurante de comida mineira, mas de casa mineira. Porque na minha casa, a gente comia essas coisas durante a semana, mas nos finais de semana a gente comia outras coisas. A gente tem curiosidade com o mundo, né? A gente come o que tem e também deseja o que não tem, temos muita curiosidade com a comida do mundo, então a gente cozinha pratos de outras regiões. Eu cozinho pratos franceses, por exemplo, e na época do pinhão eu coloco um pinhão, um ingrediente da nossa culinária, por exemplo. Eu vou fazendo umas brincadeiras com a comida. Eu coloco um jeitinho nosso nas coisas que não são tão nossas.

Por exemplo, eu sirvo bacalhau. Apesar de bacalhau não ser entendido como comida mineira, eu tenho essa teoria de que é comida de mineiro, porque desde o século XVIII a gente tem comprovação que comia-se muito bacalhau em Minas Gerais. Vai entender, né? Não tinha peixe fresco, então se comia peixe salgado, e o bacalhau era um peixe com preço acessível. Então eu faço, eu tenho dois preparos de bacalhau aqui, tem um que é totalmente mineiro. É uma receita que eu criei a partir da descrição do livro

que se chama “minha vida de menina”, que é uma menina que viveu em Diamantina no século XIX. E aí ela fala que nos dias de sacrifício, eles comiam bacalhau com abóbora, angu, feijão e couve. Eu montei um prato com esses ingredientes, e é uma delícia! É mineiro? É mineiro.

Tem o “bacalhau abraço”, que tem palmito pupunha, finalizo com couve e ovo caipira... Eu sempre dou um jeitinho... Inclusive, se você for estudar a história, você vai ver que tinha vários tipos de palmitos, comia-se muitos palmitos aqui. Quando a gente elege os pratos típicos de Minas não tem nenhum com palmito. Cadê os palmitos que a gente comia? Tudo isso é uma construção e a gente tem que ampliar essa ideia do que é comida mineira para gente poder entender o que a gente come, e também entender a nossa cultura alimentar.

4) Vi que você utiliza uma linguagem muito afetiva nos seus post e nas interações com seus seguidores. Para você, como o afeto está relacionado à culinária mineira?

Eu acho que a comida está ligada ao afeto. A primeira coisa que a gente aprende na vida é comer. Eu acho que as pessoas sentem muito isso, a comida ligada ao afeto porque eu trabalho muito com a coisa das memórias... Eu sempre achei essencial fazer uma comida que nem a da casa da gente, acho que isso acaba criando essa conexão... Aí até esse respeito que eu procuro desenvolver e tratar também com a nossa história, acho que é uma conjunção de coisas que faz com que as pessoas tenham muito essa percepção.

5) Essa intenção que aparece nas redes sociais do seu restaurante está muito ligada à comida mineira e a co-

mida como lugar do afeto, enquanto se formos pensar em uma cozinha gastronômica internacional, ela talvez separe um pouco esse lugar do afeto da comida. Portanto, te pergunto se a base da nossa cozinha mineira é o afeto ou será essa cozinha mais pé no chão, agroecológica, sazonal que necessariamente vai ser mais afetiva?

Eu acho que [são] as duas coisas, porque o mineiro é muito hospitaleiro, ainda que seja uma construção que a gente foi reforçando, essa característica do mineiro ser hospitaleiro, de abrir as portas da casa, de receber, de fazer questão, de oferecer um cafezinho... 'Eu vou oferecer um cafezinho para vocês agora e se não aceitar é desfeita'... Eu acho que a gente cultivou esses hábitos e o mineiro tem muito disso mesmo, nós fomos educados dessa forma. A minha mãe mesmo, eu digo que ela não gostava de cozinhar, mas era cozinhando que ela demonstrava afeto.

6) Vejo que você coloca sua cara nas redes sociais. Tem muitas fotos suas com os alimentos. Como que é para você compartilhar a sua experiência pelas redes?

No começo foi necessário, eu queria falar, eu queria mostrar que "ó, sou eu que tô aqui, eu tô fazendo!". Eu te juro que eu não pensei "vou me exhibir", "vou aparecer", até porque foi muito natural... Eu acho isso meio louco, mas é tão espontâneo, porque quando eu comecei eu queria mostrar as coisas que estavam chegando aqui... Chegava aquele tanto de verdura, esse negócio lindo! Eu queria é que as pessoas vissem, entendessem o que era aquilo! Entender que era exatamente isso que eu ia colocar no prato delas!

Às vezes, eu sou questionada para mostrar os pratos. Eu até mostro, mas isso tudo é uma estratégia que veio com

os ingredientes. As coisas que chegam de Jaboticatubas, o cheiro... Na época das abóboras, você compra abóboras, mas você não sabe o que virá pra você. Se vai vir uma, duas, três... Às vezes vem uma abóbora cumprida, outra achata-da. Você nunca sabe. E é divertido isso! É muito legal.

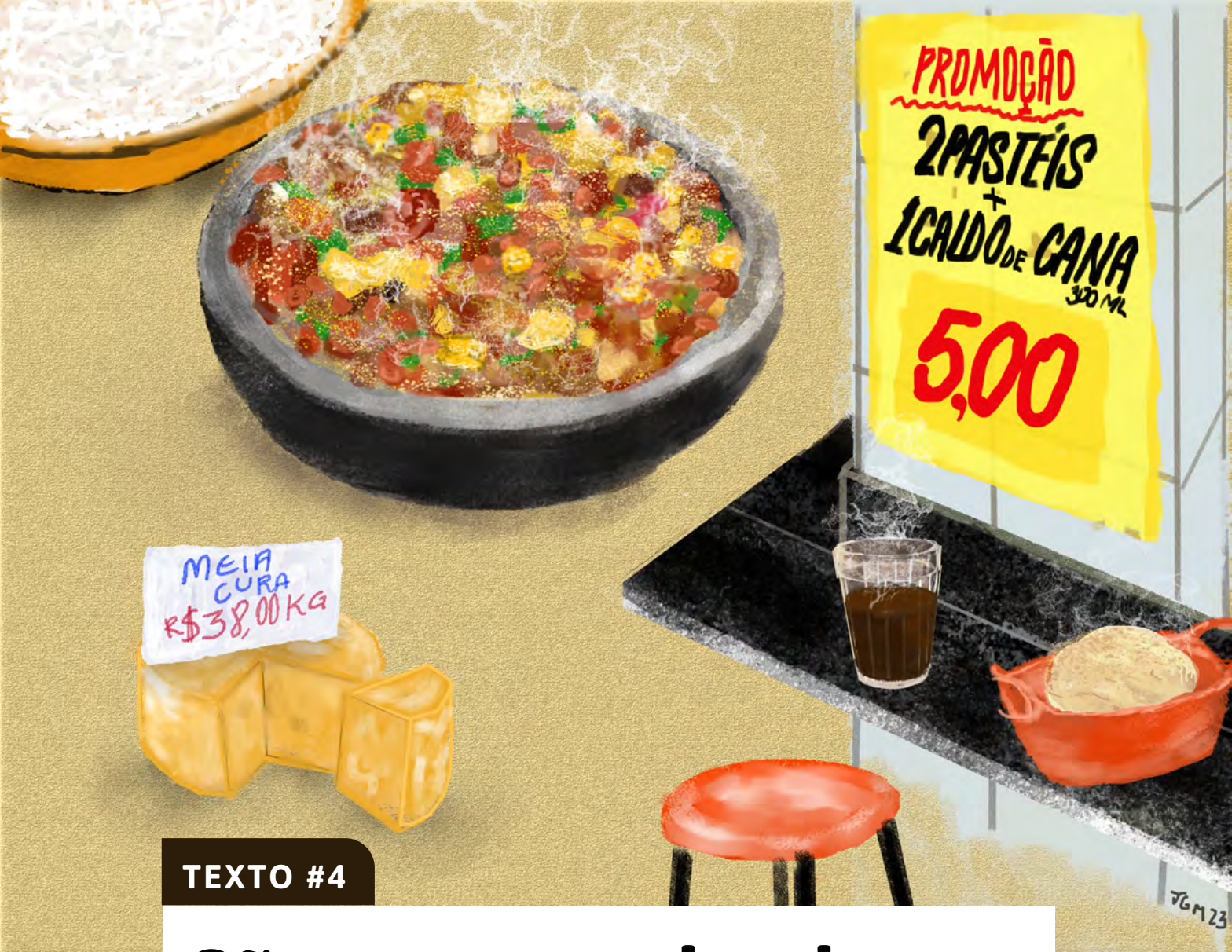
7) Você acredita que a internet interfere nas disputas narrativas sobre biodiversidade e o que entendemos como comida mineira?

Com certeza! A internet cria discursos, cria narrativas. Vai batendo na mesma tecla e vai criando aquilo, e você vai entrando, homogeneizando o que é a comida mineira... Você vai vendo as modas, a comida tem moda. Independente da internet, a comida tem moda.

8) Por fim, pra você, o que é comida mineira?

Essa é a pergunta que não quer calar! Muitas pessoas me perguntam isso, meu desafio hoje é mudar a cabeça e mudar o conceito do que que é comida. Antes de falar o que é comida mineira, é importante falar o que é comida, porque a comida não se resume em ingredientes e a pratos. Comida não é só isso. Comida é o que a gente escolhe, é como a gente faz, é como a gente serve, é como a gente se relaciona com aquela comida, como que a gente estabelece e se sente pertencente a um grupo a partir daquela comida. Pra mim, comida mineira é isso, é um conjunto de coisas. Esses pratos que foram elegidos como pratos típicos mineiros, é a forma que a gente abre a porta da casa e convida para entrar, é como a gente assenta na mesa e conversa e come com calma, é a forma de como a gente prepara a nossa comida, é um jeito de fazer a comida mesmo. É o jeito da gen-

te falar, é as palavras que a gente escolhe, a gente tem um vocabulário. Por exemplo, mineiro não chama canjiquinha de quirela, isso não é a nossa canjiquinha. O vocabulário também compõe esse universo do que é a comida mineira. A minha batalha é ampliar essa nossa visão, entender que os ingredientes que a gente utiliza não exclusivos, outros lugares também utilizam esses mesmos ingredientes, mas a forma que a gente se relaciona com esses ingredientes é diferente. É nossa. Isso também faz toda a diferença.



TEXTO #4

São apenas dez horas da manhã e o cheiro de alho frito já invade as ruas

por Ester Louback

Tropeiro aqui, tropeiro lá. Eu não sei o que tem nessas Minas Gerais que, a cada esquina, você encontra ao menos um lugar que vende feijão tropeiro ou pão de queijo. Pode começar a contar, nunca vi um povo que sente tanta fome. É café com pão de queijo, arroz com feijão tropeiro. Sem falar das pastelarias com preço popular e uma dinâmica tão rápida que dá inveja para qualquer fast food.

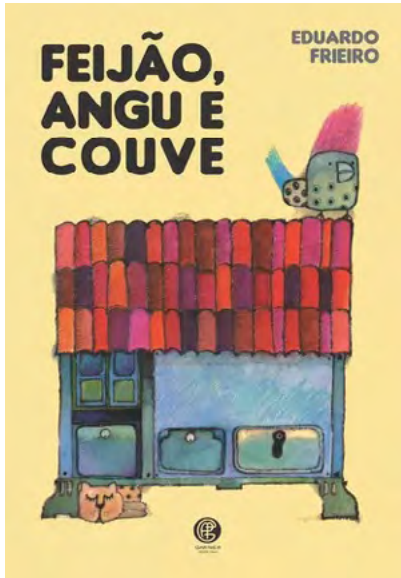
Mineiro gosta de pastel. Gosta de empada. Gosta de caldo de cana, gosta de boteco com estufa. A toda esquina você encontra um barzinho, uma mercearia, um restaurante, uma lanchonete, qualquer portinha tem uma comida gostosa com um preço bacana pra te vender. Mineiro arranja qualquer desculpa para tomar um cafezinho. Mineiro gosta de doce de compota, gosta de cachaça. Aliás, pode pedir a cachaça da roça nos botecos que você não vai se arrepender, preço baixo e sabor bom. Isso sem falar das novas tendências de vinho, cervejas artesanais e queijos dos mais diversos e saborosos que essa Minas Gerais pode produzir. Acho que só vindo de perto esse Estado para entender o que é a comida para um mineiro. Muito mais do que saciar a fome, a comida é partilha, é apreciação, é desculpa para qualquer hora. Comida para mineiro é aconchego, é pertencimento, é casa. Comida é porta sempre aberta para quem desejar entrar. ●



Mesa Digital Recomenda

Nesta quarta edição do informativo, trazemos indicações de referências bibliográficas para quem deseja saber mais sobre história, sociologia e narrativas da culinária mineira. Dessa vez, contamos também com a participação de pesquisadores do Grupo de Estudos e Pesquisa “Tutu - história da alimentação e das práticas alimentares” (UFMG) para indicar referências sobre o tema.

Junte-se à Mesa e sirva-se à vontade!



Feijão, angu e couve – Eduardo Frieiro (1966)

Considerado o primeiro livro sobre a culinária mineira, publicado pela primeira vez em 1966 em Belo Horizonte (MG). Eduardo foi pioneiro em se debruçar pela etnografia dessa culinária que, até hoje, é tema de pesquisa em diferentes áreas das ciências humanas. O livro foi indicado pela chef de cozinha e historiadora alimentar, Juliana Duarte. Segundo a pesquisadora, este livro é referência obrigatória para quem deseja estudar sobre o tema.



Nossa Comida tem história – Org. José Newton Coelho Menezes (2020)

O livro reúne ensaios sobre a culinária mineira feito por diferentes pesquisadores da história e da cultura alimentar. A obra celebra o tricentenário de criação da Capitania de Minas Gerais e é um convite para mergulhar nas raízes da culinária mineira, sendo esta um dos maiores patrimônios do estado. Além de abordar a comida regional de Minas sob diferentes perspectivas, a obra é também um espelho da evolução social dos costumes mineiros.



Cachaça Mineira: produção e consumo de aguardente no século XVIII – Valquíria Ferreira da Silva (2019)

Um mergulho na história de Minas Gerais e do Brasil, em especial, no que tange à relação da produção e consumo da cachaça, prática associada diretamente ao período de intensa mineração no estado. O livro relaciona a aguardente ao período da escravidão, ao universo das suas representações, tipos e perfil dos consumidores e suas redes de abastecimento. Leitura indicada por José Newton Coelho Menezes, professor adjunto de História da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).



Receita de mineiridade: a cozinha e a construção da imagem do mineiro – Mônica Chaves Abdala (2007)

A obra contribui na compreensão do processo de construção das identidades de Minas Gerais. De forma crítica, a autora destaca que o ato culinário desempenha um papel fundamental na constituição do mito da mineiridade. O livro foi indicado pelo pesquisador Daniel Coelho de Oliveira, professor de Sociologia da Alimentação na Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES).

AUDIOVISUAL



O mineiro e o queijo

2011 – 1h12 min

O documentário realizado pelo mineiro Helvécio Rattton retrata a história do queijo artesanal em Minas Gerais. O longa é um olhar político e poético para a história do patrimônio alimentar do Estado. Além disso, o filme demonstra as dificuldades encontradas por produtores mineiros para exportar os queijos devido a legislação vigente.



A dona do tacho

2021 – 23 min

Retrata a história da cozinheira Nelsa Trombini, fundadora do Xapuri, restaurante localizado em Belo Horizonte (MG). O Xapuri se tornou o principal restaurante da culinária tradicional mineira no país.

Ficha Técnica

Editor científico

Daniel Coelho de Oliveira (Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, Brasil)

Editores Executivos

Arthur Saldanha dos Santos (Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, Brasil) e Marcelo Aragão de Podestá

Assistente de Editoração

Ester Louback, Jéssica Santana Silveira Dias e Natália Ferreira Barbosa

Diagramação e webdesign

Marcelo Aragão de Podestá

Conselho Editorial

Fausto Makishi (Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG), Ariane Fernandes da Conceição (Universidade Federal do Triângulo Mineiro - UFTM), Andrea Maria Narciso Rocha de Paula (Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES), Thatiane Lopes Oliveira (Instituto Federal do Norte de Minas Gerais - IFNMG) e Fábio Dias dos Santos (Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES)

Periodicidade: Quadrimestral

Informativo Mesa Digital

Logradouro: Sala do Programa de Pós Graduação em Sociedade Ambiente e Território | Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES) | Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro, Avenida Rui Braga, S/N – Prédio 7 – Sala 202.

Autor Corporativo: Grupo de Estudos em Culturas Alimentares Digitais – Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES)

Ilustrações: Julia Gontijo @jugomds (capa e p.26)

Imagens: Ricardo Bacelar (p.5), Natália Ferreira (p.10), Instagram **Cozinha Santo Antônio** (p.18), Marcella Pio (p.28) e Luiz Eduardo Gomes via **Dall-E** (p.32)

Publicação: Julho/2023

Receba o mesa digital pelo email

Clique e assine o informativo.



Comentários? Sugestões?

contato@mesadigital.org

www.mesadigital.org