

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
FACULDADE DE MEDICINA
GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Constance Oderich

UMA INCURSÃO SOCIOANTROPOLÓGICA PELO COMER VIAJANTE

Porto Alegre

2018

Constance Oderich

UMA INCURSÃO SOCIOANTROPOLÓGICA PELO COMER VIAJANTE

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Nutrição, à Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Departamento de Nutrição.

Orientadora: Prof^ª Dr^ª Eliziane Nicolodi Francescato Ruiz

Porto Alegre

2018

UMA INCURSÃO SOCIOANTROPOLÓGICA PELO COMER VIAJANTE

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Nutrição, à Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Departamento de Nutrição.

Porto Alegre, 10 julho de 2018.

A Comissão Examinadora, abaixo assinada, aprova o Trabalho de Conclusão de Curso, elaborado por Constance Oderich, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição.

Comissão Examinadora:

Profª Drª Maria Eunice de Souza Maciel - UFRGS

Profª Drª Vanuska Lima da Silva

Profª Drª Eliziane Nicolodi Francescato Ruiz – Orientadora

AGRADECIMENTOS

Ao concluir este trabalho, gostaria de agradecer:

À querida professora Eliziane, por ter acolhido com tanto carinho este projeto, por todo apoio e ensinamentos passados em cada orientação.

Ao meu companheiro Mateus, por ter embarcado comigo nessa aventura de ser ciclo viajante.

Aos meus pais Valdete e Marcos, pelo constante e grande amor, suporte e apoio especialmente durante minha jornada acadêmica.

Aos meus irmãos Thomas, Henrique e Vinícius, pelo zelo, divergências construtivas e companheirismo durante todo meu desenvolvimento.

Às minhas avós Anna Maria e Elisabetha, por serem mulheres tão maravilhosas e inspiradoras.

Às amigas e colegas de curso, pelo companheirismo e escuta durante a graduação.

A todos ciclistas que fizeram a vivência de viajar pelo Mundo de bicicleta ainda mais especial.

À família do Ciência sem Fronteiras, pela contribuição imensurável na minha formação profissional e pessoal.

RESUMO

Objetivo: este trabalho tem como objetivo fazer uma análise de experiências de viagem junto a comida, considerando a alimentação além do seu aspecto nutricional. Procurou-se expor o ato de alimentar-se pelo olhar sociocultural, atentando-se para diferentes culturas alimentares. **Metodologia:** através de uma viagem de bicicleta por diferentes lugares foi possível vivenciar mais intensamente culturas distintas. Exposta à alteridade, diferenças no fenômeno alimentar de outras culturas geraram estranhamentos e questionamentos, sendo os fatores que fomentaram essa incursão pela sociologia e antropologia. Assim, afim de se aprofundar na complexidade do fenômeno alimentar em uma abordagem qualitativa, utilizou-se os referenciais teóricos da socioantropologia da alimentação para analisar os diários de campo produzidos durante essa viagem por quatro países (Portugal, Espanha, França e Marrocos). **Resultados:** com base nas leituras das ciências humanas, apreendeu-se o quanto a alimentação de um indivíduo é dependente do contexto sociocultural em que o mesmo está inserido. Identificou-se e apreendeu-se características essenciais da alimentação de cada país. Na França, percebeu-se o valor do ritual da alimentação, da comensalidade e da tradição da cozinha francesa. Nesse mesmo país e na Espanha, atentou-se pelo significado mais íntimo da dieta Mediterrânea. No Marrocos, entendeu-se sobre o peso e os reflexos da religião e das condições materiais no comer cotidiano. Por fim, em Portugal atentou-se para uma reflexão mais crítica sobre a origem da cozinha brasileira. **Conclusão:** é indispensável para a formação do nutricionista uma abordagem sobre a sociologia e antropologia da alimentação para compreender o fenômeno da alimentação. Assim, espera-se que esse trabalho contribua para sensibilizar profissionais nutricionistas para uma visão e abordagem mais social, antropológica e crítica em seu papel influente na alimentação de indivíduos.

Palavras-chave: Cultura Alimentar. Antropologia e Nutrição.

ABSTRACT

Objective: This paper's main goal is to analyze the experiences of traveling, focusing on food and considering nourishment beyond its nutritional aspect. The act of eating has been presented and discussed from a socio-cultural perspective, emphasizing differences between each culture. **Methodology:** The author's bicycle trip across different countries made it possible a close relation to local people and culture, as opposed to just being a tourist. The differences between food habits on each culture were the basis for a sociological and anthropological analysis. A qualitative approach was applied and socio-anthropological references were followed in order to analyze travel journals written during this trip across Portugal, Spain, France and Morocco. **Results:** Based on the references considered for this project, it was possible to understand how nourishing is intimately connected to sociocultural context and to identify and learn about each country's essential characteristics. In French cuisine, commensality and tradition are remarkable, as well as all the rituals before, during and after the meals. Furthermore, in this country and in Spain, strong characteristics of Mediterranean diet were noticed. In Moroccan cuisine, religious and economical aspects are significantly more important than in European countries. In Portugal, a critical analysis of the origins of Brazilian kitchen was achieved. **Conclusions:** Sociological and anthropological aspects are indispensable for nutritionists to fully understand the nourishment. This project intends to be a contribution to the education of these professionals and to a socially committed and critical approach of their important role on people's food habits.

Key Words: Food culture. Anthropology and Nutrition.

CONVENÇÕES

Os trechos em itálico no texto representam falas, palavras e expressões das pessoas que se teve contato na viagem, ou, algum termo em idioma estrangeiro. As aspas foram usadas para apresentar conceitos e citações trazidas da bibliografia consultada ou destacar termos.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
2	JUSTIFICATIVA	12
3	OBJETIVOS	13
3.1	OBJETIVO GERAL	13
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	13
4	METODOLOGIA	14
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	18
5.1	PREPAROS PARA O CICLO VIAJANTE E A CENTRALIDADE DA COMIDA: COMER E (SOBRE)VIVER	18
5.2	UMA SINTESE DA ROTINA ALIMENTAR DA VIAGEM	20
5.3	UM BANQUETE AOS DESCONHECIDOS: SOCIABILIDADES E TROCAS EM TORNO DA MESA	22
5.4	A PIZZA COMO SÍMBOLO DA HOMOGENEIZAÇÃO ALIMENTAR	24
5.5	COZINHANDO PARA UMA FRANCESA: O QUE MOSTRAR DA NOSSA COZINHA?	26
5.6	A RESISTÊNCIA FRANCESA: A COMIDA COMO PATRIMÔNIO E A IDENTIDADE QUE SE CONSERVA	29
5.7	O PAGAMENTO DA CONTA DO RESTAURANTE: RECIPROCIDADES E VÍNCULOS	31
5.8	EM TERRAS MEDITERRÂNEAS: A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM SUAS DIFERENTES FACES	33
5.9	MARROCOS: UM CASO PARTICULAR	37
5.10	ARMAZENAMENTO E COMÉRCIO DE ALIMENTOS NO MARROCOS: O PESO DAS CONDIÇÕES MATERIAIS NO COMER COTIDIANO	43
5.11	COMER EM PORTUGAL: UM OLHAR SOBRE A CONVERGÊNCIA E A FUSÃO DAS CULINÁRIAS INDÍGENA, AFRICANA E PORTUGUESA.....	47
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	52
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	54

1 INTRODUÇÃO

Apenas a distância em relação a nossa sociedade [...] nos permite fazer esta descoberta: aquilo que tomávamos por natural em nós mesmos é, de fato, cultural; aquilo que era evidente é infinitamente problemático. Disso, decorre a necessidade, na formação antropológica, daquilo que não hesitarei em chamar de “estranhamento”, a perplexidade provocada pelo encontro das culturas que são para nós mais distantes, e cujo encontro vai levar a uma modificação do olhar que se tinha sobre si mesmo. De fato, presos a uma única cultura somos não apenas cegos à dos outros, mas míopes quando se trata da nossa (LAPLANTINE, 2003, p.16)

Como apresenta Laplantine (2003) na citação que abre este trabalho, os aspectos presentes no cotidiano que nos são familiares, são vistos como normal/natural, uma vez que foram estabelecidos pela nossa cultura. Logo, o que nos é desconhecido, nos gera estranheza. Assim, quando se toma distância do meio usual e nos permitimos a possibilidade de inserção em outra cultura, sensações de inquietação e estranheza manifestam-se. Entretanto, esses sentimentos não precisam ser associados ou interpretados como algo negativo, mas sim como um resultado do contato com algo ainda inexplorado, sendo capaz de gerar curiosidade e interesse pela exploração de outras culturas.

Ao encontro dessa postura de estranhamento, tão paradoxal e necessária no fazer pesquisa social, é possível encontrar em Contreras (2005) uma referência ao estranhamento tão comum quando se olha para os hábitos alimentares (geralmente o dos “outros”); para esse autor:

Uma cultura alimentar é o resultado de um longo processo de aprendizagem que se inicia no momento do nascimento e se consolida no contexto familiar e social. Por essa razão, é fácil compreender que as diferenças na alimentação podem ser vividas como uma mescla de surpresa, estranheza, desconfiança e, em certos casos, repulsa. (CONTRERAS, 2005, p.140).

Foi justamente a partir dos processos de estranhamentos e, ao mesmo tempo, de tornar familiar os hábitos alimentares de pessoas com que se compartilhou a comida em momentos de viagem por outros países é que este estudo se ancora. Foi a partir do olhar para a comida dos outros em diferentes países e da possibilidade de revisitar o próprio ato de comer é que surge o interesse em estudar as escolhas alimentares pela lente de outras referências que não as das ciências biológicas.

A alimentação está muito além de ser apenas algo vital para o ser humano. A ciência da nutrição é capaz de orientar a quantidade de alimentos que devemos ingerir, levando em conta a faixa etária, aspectos físicos, gasto de energia e estado de saúde de um indivíduo. Entretanto, nossas escolhas alimentares não atentam apenas para a obtenção de nutrientes. O que comemos, como comemos, onde comemos, com quem e quando comemos não possui um único significado, uma única orientação. O ato de comer transborda significados, identidades como afirma Bessis (1995):

Dize-me o que comes e te direi qual Deus adoras, sob qual latitude vives, de qual cultura nasceste e em qual grupo social te inclui. A leitura da cozinha é uma fabulosa viagem na consciência que as sociedades têm delas mesmas, na visão que elas têm de sua identidade (BESSIS, 1995, p.10)

Pelo olhar das ciências sociais e humanas é possível apreender o comer a partir de outras entradas que envolvem a seleção, as escolhas, as ocasiões e rituais, interligados com a sociabilidade, com ideias e significados, com as interpretações de experiências e situações dos indivíduos e coletivos (CANESQUI; GARCIA, 2005).

Para definir **o que comemos**, seguimos uma série de regras e leis implícitas pela nossa cultura sobre o que devemos ou não comer (FISCHLER, 1995). Para Fischler (1995), o fato de sermos omnívoros nos torna portadores de uma certa autonomia, liberdade e adaptabilidade: ao contrário de espécies que se alimentam de maneira restrita, temos a capacidade de nos ajustarmos às mudanças de ambientes/ecossistemas e nos adaptarmos a oferta de alimentos alternativos do usual, o que nos proporciona maiores possibilidades de escolha. No entanto, essa aparente liberdade de escolha traz consigo uma responsabilidade de fazermos uma triagem do que consideramos comida diante de uma grande variedade de alimentos. Como afirma o autor:

A variedade de escolhas alimentares humanas procede, sem dúvida, em grande parte da variedade de sistemas culturais: se nós não consumimos tudo o que é biologicamente ingerível, é por que tudo o que é biologicamente ingerível não é culturalmente comestível (FISCHLER, 1995, p. 33).

Além de selecionarmos *o que* comemos, transformamos os alimentos para a forma que iremos comê-los, ou seja, **como iremos comê-los**. Assim, desenvolvemos inúmeras técnicas para manipular os mesmos. Para Montanari (2008, p. 15) “os valores de base do sistema alimentar se definem como resultado e representação de

processos culturais que preveem a domesticação, a transformação e a reinterpretação da natureza”. Ou seja, “a comida é o alimento transformado pelas representações sociais e culturais”, como sintetiza Lima et al (2015, p. 511). Logo, podemos fazer a leitura que a natureza nos fornece alimentos íntegros, mas é a cultura que os transforma em cardápio (LIMA et al, 2015).

Sobre o aspecto **onde comemos**, autores apontam a descoberta do fogo, há mais de 500 mil anos, um importante fator que propiciou o homem alimentar-se em conjunto, além de ser fundamental na transformação do alimento bruto em produto cultural, em comida (FLANDRIN; MONTANARI, 2015). Uma vez que o fogo favoreceu que pessoas se reunissem ao redor do mesmo para prepararem sua comida, distribuí-la e comê-la, além de se aquecerem, momentos ao redor do fogo passaram a ser encontros cotidianos, transformando-se em uma atividade socializadora. Assim, o uso do fogo provocou outras mudanças:

O uso do fogo permitiu ao homem alimentar-se em conjunto, inicialmente ao seu redor em áreas externas, e com o passar dos anos, com a criação do espaço social alimentar, nos ambientes domésticos (a cozinha e a sala de jantar) e, na sequência, com a criação de espaços externos às residências (restaurantes, lanchonetes etc.). Assim, a comida passa a possuir também a função agregadora para os seres humanos (LIMA; NETO; FARIAS, 2015, p. 514).

A partir dessa função agregadora do comer, podemos explorar a particularidade **com quem comemos**, ato que envolve repartição e comensalidade (MACIEL, 2001). A partilha do alimento é uma prática característica do Homo sapiens, desde os tempos de caça e coleta (MOREIRA, 2010). Em um de seus artigos, Maciel (2001) traz a origem da palavra companheiro, que provém de *cum panem*, “os que compartilham o pão”. O comer em companhia é um acontecimento social onde as partes envolvidas estão compartilhando, no mesmo local, as mesmas sensações, podendo reforçar a afinidade e semelhanças entre as mesmas e assim intensificar a coesão de um grupo (MACIEL, 2001). Isso representa a comensalidade, palavra que deriva do latim “*comensale*”, onde *Com*: “junto” e *Mensa*: “mesa”, significando a ação de reunir as pessoas em torno da mesa. Em seu artigo *Commensality, Society and Culture*, Fischler (2011), discute que a comensalidade é um aspecto essencial na sociabilidade humana, sendo capaz de transformar o ato egoísta do comer biológico em uma experiência social coletiva. Ainda, o autor aborda que a comensalidade

abarca aspectos relacionados com o ato de comer, sendo eles hábitos culturais, hierarquia e organização social ou atos simbólicos.

Acerca das circunstâncias do **quando se come** e ressaltando-se que a comida compartilhada propicia a sociabilidade e momentos de interação, apreende-se que o homem civilizado não come apenas quando está com fome, sendo um ato carregado de forte conteúdo social e de grande poder de comunicação (FLANDRIN; MONTANARI, 2015). Ainda, além de comer para satisfazer uma necessidade fisiológica e para socializar, o quando se come também é moldado conforme rituais que, mesmo que se modifiquem ao passar do tempo, preservam elementos característicos de nossos antepassados (ZUIN, 2009). Para Zuin (2009):

[...] os ritos estão relacionados não somente ao tipo de alimento e bebida consumidos, mas, também, aos diferentes modos de seu preparo, de sua colheita e de seu cultivo. Nas nossas refeições diárias (café da manhã, almoço e jantar) estamos envolvidos por rituais que se iniciam na preparação e escolha do tipo de alimento a ser consumido, bem como ao uso dos utensílios a serem postos na mesa ou que foram empregados durante o seu preparo. Esses rituais variam de cultura a cultura, todavia eles não deixam de ser universais, já que em todas elas os rituais fazem parte do ato de se alimentar. (ZUIN, 2009, p. 236)

Ainda, todos esses fatores que constroem o *que, como, onde* comemos, *com quem* e *quando* comemos também sofrem influência da distribuição da riqueza na sociedade, grupos e classes de pertencimento, marcados por diferenças, hierarquias, estilos e modos de comer, cruzados por representações coletivas e crenças (CANESQUI; GARCIA, 2005).

A partir do exposto adentra-se neste trabalho questionando-se quais os significados envolvidos no ato de se alimentar? O que, para além da nutrição, orienta nossas escolhas alimentares?

2 JUSTIFICATIVA

Com base nos elementos supracitados, emerge a necessidade de discutir que a alimentação é muito mais que saciar a fome e as necessidades nutricionais, é necessário compreender e interpretar os valores culturais que envolvem a alimentação.

Tal como Carneiro (2003. p. 166) argumenta que “a alimentação também é um fato ideológico, das representações da sociedade - religiosas, artísticas e morais - ou seja, um objeto histórico complexo, para o qual a abordagem científica deve ser multifacetada”. Considero que é de grande relevância explorar os elementos aqui apontados, pois ao se “apoderar” desses conhecimentos dialogando com outras ciências como antropologia, sociologia e história, é possível se produzir uma compreensão maior sobre o ato de se alimentar.

Fonseca et al (2011) também discutem a importância de compreender o consumo alimentar como um fenômeno social para o avanço dos conhecimentos em nutrição. Assim, com uma análise mais qualitativa da alimentação pode-se progredir na construção do conhecimento na ciência nutricional, fazendo uso de uma abordagem compreensiva sobre o alimento e a alimentação nos dias atuais.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL:

Analisar experiências de viagem em torno da alimentação à luz da perspectiva sociocultural.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descrever a alimentação em diferentes localidades (França, Espanha, Marrocos e Portugal) por onde se viajou;
- Explorar e apreender os significados das comidas em diferentes sociedades.

4 METODOLOGIA

A abordagem utilizada neste estudo é a qualitativa, utilizando referencial da socioantropologia da alimentação para analisar diários de campo produzidos em viagem por diferentes países. Rotineiramente durante a incursão, escreveu-se sobre as vivências compartilhadas com nossos anfitriões e sobre outras percepções originadas a partir da estranheza da cultura do outro.

De bicicleta, meu companheiro, Mateus, e eu, percorremos mais de três mil quilômetros pela Europa e África. Durante o outono europeu de 2016, pedalamos de outubro à primeira quinzena de dezembro pela França, Espanha, Marrocos e Portugal, passando por vilas remotas à grandes metrópoles. Quando iniciamos a viagem, o percurso que iríamos percorrer e os locais onde iríamos pernoitar não estava definido. Ao longo da incursão, guiados por mapas e com auxílio de *GPS*, também recebemos dicas de moradores e ciclistas sobre as melhores rotas. Durante os quase três meses de viagem, pedalamos por ciclovias, grandes rodovias com acostamento e estradas de chão, acampamos e passamos a noite na casa de pessoas que conhecíamos pelo caminho na maior parte das vezes

A viagem teve início na cidade de Nantes, região Noroeste da França, de onde pedalamos em direção à Leste por três dias, até chegarmos em Saumur. De lá, pegamos um trem para uma pequena cidade italiana chamada Ventimiglia, localizada na Costa Mediterrânea e que faz fronteira com a França. Cruzando a aduana francesa, percorremos todo litoral mediterrâneo francês até Barcelona. Após uma semana na capital da Catalunha, pegamos um *ferry boat* para o Marrocos, onde pedalamos por 10 dias. Após um episódio de intoxicação alimentar em solos marroquinos, retornamos à Espanha, de onde seguimos pedalando rumo à Oeste, até chegarmos em Sagres, cidade portuguesa onde encontra-se a ponta mais a sudoeste de toda a Europa continental. Por fim, subimos a costa litorânea portuguesa rumo à Lisboa, onde a viagem cessou.

Figura 1. Mapa do trajeto percorrido.



Fonte: Google Maps (<https://maps.google.com.br>) (2016).

Em sua obra “Antropologia de ensaios de viagem”, o francês Franck Michel traz que viajar significa expor-se, arriscar-se à alteridade, à novidade, ao estrangeiro, ao incomum e ao incomensurável (MICHEL, 2000). Entretanto, separa-se dois perfis de pessoas que viajam: os turistas e os viajantes.

Pela definição do dicionário Le grand Robert de La Langue Française (REY, 2001), turista é pessoa que se desloca, que viaje por prazer a um outro lugar, onde não se mora habitualmente (FIGUEIREDO, 2004). O sociólogo francês, Jean Didier Urbain, complementa a visão do turista retratando que o mesmo é alguém que não escreve em viagens, uma vez que não tem tempo para isso e, assim, substitui os relatos de viagens pela fotografia. Entretanto, o mesmo registra sem ver, uma vez que não observa o estranhamento do novo lugar. O turista preocupa-se com outro mecanismo de percepção, de registro de fatos, de narração e divulgação de suas experiências, não de uma análise mais profunda. (FIGUEIREDO, 2004)

Diferente do turista, o viajante é ilustrado como alguém não portador de identidade, uma vez que para o viajante, ter identidade é não ter casa (PEIXOTO, 1987). O mesmo autor expõe que a viagem é um processo de desenraizamento para quem está disposto a viver em outra cultura (PEIXOTO, 1987). Assim, lê-se que o perfil de quem está disposto a inserção em outra cultura, desfazendo-se de sua identidade e buscando estranhamento, é o viajante, não o turista. (FIGUEIREDO, 2004).

Essa inserção do viajante em outra cultura e a paralela análise da mesma pode ser vista como uma atividade da “antropologia ao ar livre” (LAPLANTINE, 2003, p. 58), ou até mesmo de viajante pesquisador, nos termos desta pesquisa. Essa analogia feita pelo antropólogo francês, François Laplantine, traz a importância do viajante/pesquisador não apenas observar as outras culturas, mas conviver, participar dos cotidianos delas, inserindo-se em seu contexto para poder sentir (o mais próximo) das suas próprias emoções. Para viver *como* uma outra cultura, além de falar a mesma língua, o *comer a mesma comida* abre um leque de possibilidades de diálogos, sendo um momento muito favorável para socialização.

Essa inserção em outra cultura e contato com o *outro* ilustra a alteridade. O Dicionário de Filosofia de Abbagnano (2007, p. 35) traz a palavra alteridade como “ser outro, pôr-se ou constituir-se como outro”. Complementando esse conceito, a enciclopédia Larousse Cultural (1998), traz que a mesma simboliza as “relações com outrem”. A alteridade, na verdade, mais do que colocar-se no lugar do outro, seria um dos princípios éticos da antropologia, em que o que se busca é conviver com um outro, sendo quem se é, sem julgamentos e respeitando a existência de diferenças culturais (GEERTZ, 2001).

A experiência da alteridade [...] leva-nos a ver aquilo que nem teríamos conseguido imaginar, dada a nossa dificuldade em fixar nossa atenção no que nos é habitual, familiar, cotidiano, e que consideramos evidente. Aos poucos, notamos que o menor dos nossos comportamentos (gestos, mímicas, posturas, reações afetivas) não tem realmente nada de natural. Começamos, então, a nos surpreender com aquilo que diz respeito a nós mesmos, a nos espiar. O conhecimento (antropológico) da nossa cultura passa inevitavelmente pelo conhecimento das outras culturas; e devemos especialmente reconhecer que somos uma cultura possível entre tantas outras, mas não a única (LAPLANTINE, 2003, p.16).

Quando se lê registros de relatos dos navegadores das grandes navegações ao Brasil, percebe-se que analisar os comportamentos alimentares dos ditos

selvagens era um dos critérios utilizados a partir do século XIV pelos europeus para julgar se convinha conferir aos índios um estatuto humano. Assim, percebe-se que falar sobre alimentos era um dos temas centrais dos relatos. Nos trechos retirados da carta de Pero Vaz de Caminha, citados abaixo, nota-se estranheza que a alimentação dos indígenas causava aos colonizadores:

[..] deram-lhes ali de comer: pão e peixe cozido, confeitos, farteis, mel e figos passados. Não quiseram comer quase nada daquilo; e, se alguma coisa provaram, logo a lançaram fora. Trouxeram-lhes vinho numa taca; mal lhe puseram a boca; não gostaram nada, nem quiseram mais. Trouxeram-lhes a água em uma albarrada. Não beberam. Mal a tomaram na boca, que lavaram, e logo a lançaram fora. [...] Eles não lavram, nem criam. Não há aqui boi, nem vaca, nem cabra, nem ovelha, nem galinha, nem qualquer outra alimária, que costumada seja ao viver dos homens. Nem comem senão desse inhame, que aqui há muito, e dessa semente e frutos, que a terra e as árvores de si lançam. E com isto andam tais e tão rijos e tão nédios, que o não somos nós tanto, com quanto trigo e legumes comemos [...] (BRASIL, [19--]).

No presente estudo, modifica-se a direção, onde é o *colonizado* que faz uma análise dos hábitos alimentares do *colonizador europeu* através de registros de viagem. Na posição de viajante, buscou-se compreender e interpretar os valores culturais da alimentação vivenciados em culturas distintas da Europa e África.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Estando equipados com barraca, a maioria das noites acampávamos em lugares públicos. Entretanto, também passamos diversas noites em casas de ciclistas que conhecemos pela *internet*, casas de moradores que nos abordaram e se ofereceram para nos acolher, pátios de casas onde solicitamos ao dono um espaço para acampar. Apenas no Marrocos ficamos em hotéis e albergues. Assim, foi possível compartilhar momentos à mesa com pessoas de diferentes culturas, o que originou a construção de registros de viagem e as análises que se seguem.

5.1 PREPAROS PARA O CICLO VIAJANTE E A CENTRALIDADE DA COMIDA: COMER E (SOBRE)VIVER

Figura 2. Bicicleta carregada com alforques, barraca, vinho e baguete.



Fonte: Acervo pessoal (2016).

Alforques e bicicletas revisados, estávamos prontos para partir. Na noite anterior à largada da viagem, um casal de amigos franceses nos convidou para tomarmos um *petit déjeuner des voyageurs* (café da manhã dos viajantes) no apartamento deles na

manhã da nossa partida. Sem hesitar, aceitamos o convite. Amelie e Aurelien já haviam feito diversas viagens de bicicleta e nos apoiaram muito em toda a preparação para a nossa, dando desde dicas sobre bicicleta até participando da escolha do nosso fogareiro e panelas de acampamento.

Levantamos cedo, ansiosos pela viagem que estava por iniciar pela França, logo fomos para o apartamento do Aurélien e da Amelie. A mesa estava posta: baguetes, manteiga, mel, geleia caseira, café, chá natural e frutas. Sentamos todos à mesa para desfrutar do belo café da manhã. Enquanto comíamos, Aurélien continuava dando suas últimas dicas, entre elas *Mel e manteiga, a combinação perfeita e preferida dos ciclistas! Sempre carreguem com vocês, porque com qualquer pão que vocês comprarem, é uma ótima refeição.* Aceitamos a dica e compartilhamos que, desde criança éramos habituados a comer pão, manteiga e mel. Saímos de lá com uma nostalgia por termos conversado sobre hábitos alimentares da infância, mas enérgicos pela viagem que se iniciava.

Seguimos rumo à Leste, percorrendo a margem do Rio La Loire, um dos principais da França. Após algumas horas de pedalada, paramos em um supermercado para comprar insumos para o lanche e o jantar. Havíamos acabado de chegar no estacionamento do supermercado quando um homem nos abordou, falando um bom inglês e questionando para onde estávamos indo com as bicicletas carregadas. Contamos que era o primeiro dia da nossa viagem e que estávamos rumo à costa do mediterrâneo. Empolgado e com vontade de saber mais sobre nós e a nossa viagem, Remi se apresentou e nos convidou para irmos fazer um lanche em sua casa. Aceitamos o inesperado convite e fui rapidamente comprar os ingredientes para o jantar enquanto Mateus e Remi ficaram conversando no estacionamento.

Compras feitas, fomos os três pedalando até sua casa, que ficava a poucos metros dali. Remi é um artista francês que também viaja de bicicleta com projetos relacionados a arte e educação infantil. Enquanto conversávamos sobre suas experiências de viagem e admirávamos suas pinturas, ele nos trouxe suco de maçã, uma baguete, manteiga, algum tipo de patê de carne e chocolate. Ficamos sentados em sua sala por cerca de uma hora, lanchando, conversando e ouvindo muitas dicas sobre viajar de bicicleta. Por fim, quando estávamos comendo o chocolate de sobremesa, Remi completou *Ah, chocolate é a principal fonte de energia durante*

longos dias de pedaladas! Carreguem sempre uma barra de chocolate com vocês, só precisa ter cuidado para não derreter.

Assim, logo na largada da viagem passamos por duas situações onde a comida aparece como elemento central, não sendo importante apenas para sobrevivência. A comida foi como um gatilho para a socialização: primeiro, fomos convidados para um café da manhã, depois, para um lanche. Ainda, em ambas situações o doce foi citado pelos ciclistas como um alimento essencial para a viagem. Assim, mostra-se o quanto a comida pode falar sobre um grupo, sendo como uma lente para interpretar diferentes contextos e modos de vida de diferentes grupos. Desde o início da viagem, percebemos que pela cultura viajante dos ciclistas a comida seria um grande elo socializador e que o doce provavelmente estaria presente. Logo, a comida será vista nessa incursão como elemento central, como cultura:

Comida é cultura quando produzida, porque o homem não utiliza apenas o que encontra na natureza [...], mas ambiciona também criar a própria comida [...]. Comida é cultura quando preparada, porque, uma vez adquiridos os produtos base da sua alimentação, o homem os transforma mediante o uso do fogo e de uma elaborada tecnologia que se exprime nas práticas da cozinha. Comida é cultura quando consumida, porque o homem, embora podendo comer de tudo, [...] na verdade não come qualquer coisa, mas escolhe a própria comida, com critérios ligados tanto às dimensões econômicas e nutricionais do gesto quanto aos valores simbólicos de que a própria comida se reveste (MONTANARI, 2008, p. 15-16)

5.2 UMA SÍNTESE DA ROTINA ALIMENTAR DA VIAGEM

Durante a viagem, raramente sabíamos onde iríamos fazer nossas refeições ou passaríamos a noite. Ao escurecer, iniciávamos a busca por um lugar seguro e confortável para montar a barraca e fazermos o que chamávamos de *camping sauvage* (camping selvagem), ou seja, acampar em algum lugar público. Muitas vezes, esse lugar era em meio a mata, a poucos metros da estrada, mas longe o suficiente para ficarmos escondidos. Quando o fazíamos, utilizávamos os utensílios de cozinha que carregávamos para fazermos o jantar: um fogareiro e duas pequenas panelas.

O que cozinávamos, naturalmente, variava de acordo com a localidade que estávamos e com o que havia disponível na mesma. No continente Europeu, tudo que comíamos no almoço e no jantar era proveniente de supermercados ou padarias. Na hora do almoço, parávamos para comprar uma baguete (pão francês, fino e longo,

muito utilizado em todas as refeições na França, acompanhando inclusive o almoço e o jantar) e insumos para fazermos um sanduíche (diferentes variedades de queijo e salada). Então logo seguíamos até chegarmos em algum lugar atraente para fazermos um piquenique, variando entre a beira da praia, da estrada, parques, praças ou margem de rios.

Já para cozinarmos o jantar enquanto acampávamos pela França, Espanha e Portugal, tínhamos o costume de preparar espaguete com legumes e molhos variados, couscous, lentilha, entre outros. Quando chegamos no Marrocos, nossos hábitos alimentares mudaram bastante devido ao que havia disponível nas pequenas vilas por onde passávamos. Ainda, pela grande valorização da moeda estrangeira, era muito acessível comprarmos nosso jantar pronto ou até mesmo jantar em restaurantes com frequência.

Enquanto nos países europeus tínhamos uma certa rotina alimentar e conseguíamos programar nossas próximas alimentações, no Marrocos perdemos essa rotina alimentar. Migramos de um grande e variado consumo de hortaliças e queijos na Europa para escolhas alimentares restritas no Marrocos. Também não estávamos habituados a comer nenhum tipo de carne, apenas se alguém nos preparava ou em algum restaurante. Por outro lado, no Marrocos era praticamente inevitável não comer carne todos os dias no almoço e jantar.

A prática de evitarmos comer carne se originou através de reflexões sobre questões morais, sociais e ambientais, considerando desde a criação animal até os diferentes e múltiplos impactos desse consumo (ambientais, sociais e saúde). Ainda, evitar esse tipo de produto é um incentivo para consumir outros, para buscar alternativas, novos ingredientes e novas preparações, uma vez que normalmente o prato principal de uma refeição é centrado em uma proteína animal.

Na sociedade de consumo, muitos fatores são vistos como indicadores da individualidade do gosto e o senso de estilo do proprietário/consumidor. (FEATHERSTONE, 1995). Assim, entretenimentos de lazer, preferências de comida e bebida, opção de férias, roupas e outros fatores, podem dizer muito sobre um indivíduo. Nós éramos um casal brasileiro que estava viajando de bicicleta pelo continente europeu e que acampava habitualmente. Esse contexto dizia muito sobre nós e, claramente, percebíamos como outros ciclistas que convivemos ao decorrer da

viagem possuíam, muitas vezes, os mesmos estilos, gostos alimentares e preocupações.

Assim, frequentemente quando seríamos recebidos na casa de ciclistas, os mesmos perguntavam se comíamos carne, derivados de leite ou se tínhamos alguma aversão alimentar. Ainda, quando fazíamos refeições nas casas dos mesmos, havia uma grande variedade de frutas, legumes, saladas e alimentos integrais, muito próximo dos nossos. Para Maciel, “mais que alimentar-se conforme o meio a que pertence, o homem se alimenta de acordo com a sociedade a que pertence e, ainda mais precisamente, ao grupo, estabelecendo distinções e marcando fronteiras precisas” (MACIEL, 2001, p. 149).

5.3 UM BANQUETE AOS DESCONHECIDOS: SOCIABILIDADES E TROCAS EM TORNO DA MESA

Uma vez inseridos no meio de grupos de viajantes de bicicleta, descobrimos como essa comunidade é difundida pelo mundo e como existem ferramentas, materiais e livros especializados no assunto. Quando começamos os preparativos para a viagem, logo conhecemos uma plataforma online de cicloviajantes e simpatizantes chamada *Warmshowers*. Os interessados em fazer parte dessa comunidade virtual cadastram-se colocando sua cidade, telefone para contato e dizendo o que estaria disposto a oferecer ao viajante, normalmente comida, um banho quente e uma acomodação, tudo sem custo. Nos cadastramos e a utilizamos somente quando sabíamos que íamos chegar em uma cidade grande, onde o *camping selvagem* seria difícil.

Quando chegávamos na casa dos nossos anfitriões à noite, era sempre uma festa ao sermos recebidos. Uma vez acomodados, geralmente participávamos dos afazeres da preparação do jantar. Nas primeiras vezes, esse ritual era muito prazeroso e divertido, estar ajudando e participando fazia com que nos sentíssemos muito bem acolhidos, em casa. Entretanto, quando essas ocasiões se tornaram mais frequentes, os costumes de preparo da refeição e as conversas ao redor da mesa se tornaram cansativos já que muitas vezes tínhamos passado por um dia exaustivo.

Além da sociabilidade à mesa ser uma grande característica da cultura francesa, também é comum acontecer algum tipo de ritual na chegada de um

estrangeiro à algum lugar desconhecido. O antropólogo francês Genep destaca em sua obra Ritos de Passagem, três fases de cerimônia na chegada de um estrangeiro à uma tribo. A primeira delas, consiste na própria chegada do mesmo, sendo uma fase preliminar de contato; a segunda fase se fundamenta um período de margem, onde ocorre o oferecimento das acomodações e troca de presentes; já a última fase ocorre com a realização de refeições em comum, sendo esse um importante rito de agregação (GENNEP, 2011).

Seguindo a linha da alimentação como facilitador da inclusão social, para Poulain (2004) as práticas alimentares à mesa são onde se tecem e se mantêm os vínculos sociais, além de ser um momento onde é possível transmitir e permitir a interiorização dos valores de um grupo (POULAIN, 2004). Assim, compartilhando refeições com os franceses, era muito evidente o quanto eles valorizam esses momentos à mesa.

Em sua obra Comer: A alimentação de franceses, outros europeus e americanos, um dos temas mais abordados por Fischler (2010) é a diferença entre diferentes sociedades em relação à sociabilidade alimentar. O conjunto de dados que originou a publicação desse livro decorre de um programa de pesquisa entre 2000 e 2002, contando com um universo de 7000 entrevistados, sendo franceses, italianos, suíços, alemães, ingleses e norte americanos, sendo um programa de pesquisa que foi do qualitativo ao quantitativo.

Assim, Fischler evidencia a importância para os franceses sobre a partilha do alimento e a sociabilidade, tanto em casa como fora dela. Quando se questionou o que significava “comer bem” para os participantes, percebe-se que a convivialidade é um caráter de necessidade tão imperativo quanto o equilíbrio nutricional:

Significa fazer uma refeição simples, entre amigos, em frente a uma travessa de frutos do mar. Significa comer um prato tradicional: por exemplo, um cozido com legumes, em família; ir a um bom restaurante de vez em quando (mulher, operária, 50 anos) (FISCHLER; MASSON, 2010, p. 53).

Ter uma refeição equilibrada e, acima de tudo, desfrutar da convivialidade (homem, clínico geral, 46 anos) (FISCHLER; MASSON, 2010, p. 54).

Ainda, os franceses citam o prazer como uma dimensão inerente ao “comer bem”, sendo o prazer tomado em comum o mais valorizado, devendo satisfazer uma exigência importante, a da partilha e da socialização. Assim, Fischler (2010) resume

as características da alimentação francesa em duas palavras-chave: prazer e convivialidade, concluindo:

Se busca a convivialidade propriamente dita, ou seja, um clima de sociabilidade calorosa que resulta de interações interpessoais, de solidariedades familiares ou da amizade, empatia, simpatia e da comunicação que se estabelece entre os comensais. Tal sociabilidade legitima o prazer e, assim que o prazer é dividido, socializado, ele pode, efetivamente, figurar de forma legítima no centro da alimentação como uma de suas funções aceitas (FISCHLER; MASSON, 2010, p. 126).

A comensalidade ao receber convidados é pré-histórica, desde as primeiras civilizações, onde a primeira forma de hospitalidade foi a acolhida amigável (PEYER, 2015). Nesse tipo de hospitalidade, além de acolher o viajante também lhe era oferecido refeição, tudo sem a necessidade de pagamento. De acordo com Peyer, essa hospitalidade criava uma ligação estreita entre o hospedeiro e visitante (PEYER, 2015, p. 437). Assim, se faz uma reflexão sobre as muitas acolhidas amigáveis que tivemos ao longo da viagem. Em nenhuma ocasião que fomos acolhidos nos cobraram algo material em troca. Percebíamos que aquele momento de sociabilidade era recíproco para ambas as partes, ou seja, tanto para quem nos recebia quanto para nós. Estarmos sentados à mesa com os anfitriões era muito mais rico que apenas estarmos partilhando o mesmo alimento. Assim, por mais que o cansaço muitas vezes nos consumia e existisse a barreira da língua estrangeira, o mínimo que podíamos fazer era estar presentes “de corpo e alma”, favorecendo esses momentos de trocas muito ricas.

5.4 A PIZZA COMO SÍMBOLO DA HOMOGENEIZAÇÃO ALIMENTAR

Ainda na França, chegamos de noite no apartamento da nossa primeira experiência com o *Warmshowers*. Isabele, a anfitriã, nos recebeu com um largo sorriso e dizendo que a mesa já estava posta, que era para nos acomodarmos no quarto e em seguida irmos jantar. Famintos e cansados, seguimos suas orientações. Enquanto sentávamos à mesa redonda da sala, a anfitriã saiu da cozinha com uma grande caixa de pizza, dizendo “Achei melhor não arriscar, né? Pizza é uma comida internacional, todo mundo gosta! Tudo bem, né? Encomendei ela da pizzaria aqui do lado”. Rimos e concordamos. Isabele ainda trouxe para a mesa salada verde, azeite

de oliva e um vinho francês. Ela sentou para jantar conosco e a conversa fluiu divertidamente.

Por que a pizza, um dos símbolos da cozinha italiana, é como vista uma comida internacional? De acordo com Fischler (1990), a alimentação comum homogeneizou-se progressivamente. Nos dias atuais, dois processos desenvolvem-se de forma concomitante: a globalização e a mundialização (ORTIGOZA, 2001). O primeiro, embora possua distintos significados, engloba o crescimento de investimentos, produção, comércio e redes de informática, possuindo um peso na economia, na produção e no mercado. Já o segundo processo, a mundialização, envolve aspectos como os modos de vida, comportamentos, culturas e consumos. O que ambos possuem em comum é uma tendência pela homogeneização (ORTIGOZA, 2001), havendo uma tendência a perda da diversidade nos planos políticos, econômico, ecológico e cultural (CONTRERAS, 2005).

Na esfera da alimentação na contemporaneidade, a globalização está sistematicamente presente no comércio de alimentos, onde novas formas de produção e consumo estão em constante desenvolvimento. O sistema de produção de alimentos passou de uma produção doméstica ou em menor escala para um sistema de mercado e um amplo sistema de produção agroalimentar. Assim, uma vez que se desconectou o alimento de seu universo de produção e o mesmo foi colocado num estado de mercadoria, destruiu-se parcialmente, o seu enraizamento natural e suas funções sociais (POULAIN, 2004, p. 52).

Já a mundialização no setor da alimentação manifesta-se nos hábitos de consumo e gostos das pessoas onde, com a homogeneização cultural, o comportamento de compra das mesmas passa a ser padronizado, deixando de ser um consumidor nacional para tornar-se mundial (ORTIGOZA, 2001). Entretanto, Poulain (2004) também aponta que ao mesmo tempo que a mundialização nivela certas diferenças, ela é o motor de um processo de diversificação-integração, uma vez implica em novas diferenciações alimentares mas também cria espaços em comum entre culturas. Isso ocorre porque, com a mundialização dos mercados e a mestiçagem de populações (tanto pelas migrações quanto pelo desenvolvimento do turismo internacional), ocorre uma troca de produtos e técnicas culinárias. Assim, a apropriação de produtos ou de técnicas de preparo de outras culturas contribui para o surgimento de novas variações alimentares e o desenvolvimento de espaços

comuns que servem de ponte entre os modelos alimentares (POULAIN, 2004). Desta forma, alimentos como hambúrguer e pizza são vistos como produtos transculturais, uma vez que aparecem em espaços intermediários comuns (POULAIN, 2004 p. 46). Assim, por mais que a pizza seja um símbolo da culinária italiana, ela representa elo entre diferentes modelos alimentares.

Quando acabamos de jantar, Isabele disse que ia nos deixar à vontade no apartamento e que iria para a sua casa, pois atualmente estava morando com seus pais. Ela completou dizendo para aproveitarmos o apartamento e ficarmos alguns dias descansando, usufruindo do conforto de um lugar com boa infraestrutura e aproveitamos as atrações turísticas que a região tinha para oferecer. Ficamos surpresos e felizes com a hospitalidade, aceitamos o convite e a convidamos para jantar conosco na noite seguinte.

5.5 COZINHANDO PARA UMA FRANCESA: O QUE MOSTRAR DA NOSSA COZINHA?

O que preparar para uma francesa comer? Queríamos cozinhar alguma comida com identidade brasileira, mas precisávamos encontrar os ingredientes em um supermercado francês, o que limitava muito as nossas opções. Resolvemos preparar um estrogonofe que, por mais que tenha origem russa, é um prato popular para os brasileiros e comumente partilhado em confraternização entre amigos. Escolhemos fazer com carne de frango devido ao preço elevado da carne vermelha na França. Para beber, optamos em servir sidra: bebida alcoólica, preparada com suco fermentado da maçã, gaseificada e típica da Normandia (CONTRERAS; GRACIA, 2011), região noroeste da França, onde o Mateus morou por dois anos.

Isabele chegou e logo servimos a comida à mesa: salada de alface e tomate levemente temperada com azeite de oliva, arroz integral, estrogonofe de frango e batata chips (na França não se encontra batata palha). Explicamos o que era o prato principal e como havíamos preparado o mesmo. Coloquei uma trilha sonora brasileira para tocar enquanto o Mateus servia o prato da nossa convidada com uma pequena porção de cada preparação. Logo, estávamos todos comendo, realizados por estarmos partilhando uma comida feita por nós.

Durante o jantar, Isabelle elogiou diversas vezes a comida e conversamos sobre os mais diversos assuntos, até que, após alguns instantes de silêncio, ela falou empolgada sobre sua percepção: *“Sabe, achei muito interessante esse jeito de vocês comerem. Tudo junto, né? Salada, arroz, frango, chips... Tudo no mesmo prato, na mesma hora. Nós costumamos ter entré, plat principal, fromage, dessert. Para vocês é uma vez só, mais prático. Legal!”*. Claro que nós sabíamos da tradição do *Menu Français*, mas no momento de servir não dávamos conta em colocarmos um prato a mais para a salada e comermos seguindo a tradicional sequência francesa. Rimos e concordamos que para nós era comum não termos esse ritual, já que normalmente as diferentes preparações são servidas simultaneamente, ficando postas à mesa geralmente nas próprias panelas para repetirmos quantas vezes quisermos (e assim Isabelle o fez mais de uma vez).

No artigo *Feijão com arroz e arroz com feijão: o Brasil no prato dos brasileiros* (BARBOSA, 2007), a autora classifica algumas características que aparecem no momento de combinar alimentos, nas lógicas de ingestão da comida, nas técnicas de cocção e nas maneiras à mesa como “específicas” do comer brasileiro. Assim, fazendo uma leitura da situação vivida, ressalta-se que a lógica de ingestão dos alimentos é um aspecto distinto entre culturas alimentares. Em nosso sistema de refeições, vigora o “junto, mas separado”, onde em um mesmo prato serve-se diferentes tipos de comida, mantendo-os separados em pequenos montes (BARBOSA, 2007). Essa forma de ingestão contrasta, como vimos, com a forma sequencial que a comida é ingerida na França e em outros países europeus, onde come-se um prato de cada vez.

Outra característica que difere o comer brasileiro e, desse modo, os nossos costumes, é a informalidade à mesa e a apresentação da preparação, uma vez que é muito comum que as preparações sejam postas à mesa dentro das próprias panelas que foram cozidas. Essa despreocupação com a apresentação da comida também reflete na apresentação dos pratos, onde a aparência dos mesmos é pouco valorizada como determinante de comida boa (BARBOSA, 2007).

Retomando ao momento do jantar, como sobremesa preparamos para Isabelle uma pizza de chocolate ao leite com queijo emmental (queijo de sabor suave comum na França). Escolhemos esse recheio justamente por saber que a mistura de queijo com doce causava estranheza aos franceses. Quando anunciamos o que seria a

sobremesa, Isabele esboçou uma expressão de surpresa e logo disse estar muito curiosa para experimentar, já que era uma mistura de sabores muito peculiar. Isabele experimentou e, quando acabou o primeiro pedaço, disse “*Ah, mas isso é muito diferente e gostoso! Mal posso esperar para preparar essa novidade para os meus amigos! Vou comer mais, tá?*”. Enquanto repetimos mais uma fatia de pizza, explicamos como havíamos preparado a mesma, dando dicas de qual tipo de chocolate e queijo usar.

Resgatando o tema de mundialização e globalização recentemente discutido, embora os dois processos tragam uma tendência de homogeneização de gosto e costumes, Contreras também explica que “a mundialização das trocas culturais contribuiu para a evolução das culturas alimentares e, assim, dos seus hábitos, preferências e repertórios, devido a um desenvolvimento mesclado entre as gastronomias” (CONTRERAS, 2005, p. 129). Ou seja, mesmo que esses processos tendem a homogeneização alimentar, eles também possibilitam uma mescla entre diferentes cozinhas.

Assim, com a apropriação de produtos e técnicas de preparo de outras culturas, criam-se novas preparações alimentares, resultando em formas originais de apropriações de produtos ou técnicas (POULAIN, 2004). Esse é o caso da pizza de chocolate. Com a “internacionalização” da pizza, é possível comprar uma massa pronta da mesma em supermercados de praticamente qualquer lugar do mundo e adaptar o recheio de acordo com a preferência do gosto de quem a cozinha. Assim, a pizza de chocolate com queijo é uma apropriação de um alimento típico italiano, mas *original* na gastronomia brasileira.

Desta forma, traz-se a reflexão sobre as diferentes cozinhas e costumes alimentares. Cada cultura possui uma cozinha peculiar, com diferentes ingredientes, aromas, técnicas de preparo, combinação de alimentos e maneiras de servir e comer. Na cozinha francesa o salgado e o doce se excluem mutuamente, enquanto que em outras culturas, como o agridoce é muito comum (CONTRERAS; GRACIA, 2011). Entretanto, uma vez expostos a novos alimentos e misturas, podemos degustá-los e agregá-los ou não ao nosso leque de possibilidade de preparações.

5.6 A RESISTÊNCIA FRANCESA: A COMIDA COMO PATRIMÔNIO E A IDENTIDADE QUE SE CONSERVA

A homogeneização alimentar oriunda da globalização e da mundialização, pode trazer como consequência uma perda de identidade e um abandono de tradições e pratos, resultando numa decadência da cozinha tradicional, regional ou nacional, uma vez que as cozinhas tradicionais estariam se igualando progressivamente (CONTRERAS, 2005, p. 138). Entretanto, pode-se olhar de uma perspectiva que a globalização pode tanto dividir, quanto unir. Ou seja, como a progressiva homogeneização alimentar do presente provoca, de certa forma, uma nostalgia pelos modos de se alimentar, da cozinha tradicional e de outras particularidades e diversidades que agora pertencem ao passado, ocorre uma revalorização dos mesmos. A partir disso se começa a falar de patrimônio, termo que, de acordo com Contreras, relaciona-se com algo que foi legado pelo passado e que se quer conservar (CONTRERAS, 2005, p.129).

Desta forma, os mesmos processos que levam a homogeneização cultural e alimentar podem também atuar como forças de articulação de resistências, movimentos de afirmação de identidade, que, contrariamente ao que se espera, acaba recuperando-se uma variedade de pratos típicos locais e havendo uma revalorização dos sabores e costumes tradicionais.

Converter o que é próprio em patrimônio significa perpetuar a transmissão de uma particularidade ou de uma especificidade considerada própria e portanto identificada, isto é, permite que um coletivo determinado possa continuar vivo – de um lado, idêntico a si próprio, e de outro, distinto dos demais (CONTRERAS, 2005, p. 130).

Assim, considerando que não são só aspectos físicos que constituem a cultura de um povo, mas sim aspectos contidos nas tradições, nos saberes, nas línguas, nas festas e em diversos outros aspectos e manifestações, a Unesco nomeia essa porção imaterial da herança cultural dos povos como Patrimônio Cultural Imaterial. Entende-se por esse Patrimônio: as práticas, representações, expressões, conhecimentos e técnicas – junto com os instrumentos, objetos, artefatos e lugares que lhes são associados – que as comunidades, os grupos e, em alguns casos, os indivíduos reconhecem como parte integrante de seu patrimônio cultural. Este patrimônio que se transmite de geração em geração, é constantemente recriado pelas comunidades em

função de seu ambiente, de sua interação com a natureza e de sua história, gerando um sentimento de identidade, contribuindo para a promoção do respeito à diversidade cultural e à criatividade humana (UNESCO, 2003).

A fim de serem preservadas, algumas culinárias já são reconhecidas como patrimônio e encontram-se na Lista Representativa do Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade (UNESCO). A primeira culinária a entrar para a lista foi a gastronomia francesa, em 2010.

Considerando algumas passagens descritas nesse texto e tantas outras vividas na França, país onde passamos metade da viagem e com a cultura que mais tivemos oportunidades de conviver, é visível a grande resistência dos costumes da culinária francesa, desde seus rituais até a escolha e cuidado do que comer. No documento que confere a inscrição da gastronomia francesa para a lista de patrimônio cultural, ela é descrita da seguinte forma:

[...] A refeição gastronômica francesa enfatiza a união, o prazer do paladar e o equilíbrio entre o homem e os produtos da natureza. Elementos importantes incluem a seleção cuidadosa de pratos [...]; a compra de produtos bons, preferencialmente locais, cujos sabores combinam bem; o emparelhamento de comida com vinho; a colocação de uma linda mesa [...]. Deve respeitar uma estrutura fixa, começando com um apéritif (bebidas antes da refeição) e terminando com licores, contendo entre pelo menos quatro pratos sucessivos, nomeadamente uma entrada, peixe e/ou carne com legumes, queijo e sobremesa [...] A refeição gastronômica francesa aproxima círculos de familiares e amigos e, de maneira mais geral, fortalece os laços sociais (UNESCO, 2010).

Afirmando o enraizamento da gastronomia francesa com a sua cultura, na pesquisa de Fischler (2010) sobre o Comer ao redor do mundo, os participantes foram estimulados a escolher uma metáfora que ilustrasse a relação daquele que come com o alimento. As opções de metáforas eram: árvore, indústria, templo e carro, estando cada uma associada a diferentes campos simbólicos. Como resultado, árvore foi escolhida por 63% dos franceses. O pesquisador relaciona essa preferência com a afinidade dos franceses com a natureza e com o enraizamento de costumes:

[...] a metáfora da árvore remete à natureza, mas também à identidade local, ao ancoradouro, ou ao arraigamento em um território e uma cultura, bem como ao equilíbrio entre o homem e o meio ambiente. (FISCHLER; MASSON, 2010, p. 115)

Algumas percepções dos franceses sobre a alimentação contemporânea também puderam ser identificadas por Fischler (2010). A maioria dos franceses concorda que os alimentos da atualidade possuem um sabor pior que no passado e que os alimentos e os hábitos alimentares são menos saudáveis que antigamente. Ainda, perguntou-se o grau de concordância sobre algumas afirmações sobre alimentação; sobre a afirmativa “basear-se nas tradições é o melhor meio de ter uma boa alimentação”, mais da metade dos franceses entrevistados concordaram, relacionando que para ter uma alimentação saudável, as tradições surgem como o melhor meio para atingir esse objetivo (FISCHLER; MASSON, 2010).

Desta forma, a alimentação, a culinária e a refeição são, atividades positivas, valorizadas, as quais os franceses desejam proteger contra o que concebem como uma degradação trazida pela modernidade (FISCHLER; MASSON, 2010). Nas palavras de Poulain “a história da alimentação mostrou que cada vez que identidades locais são postas em perigo, a cozinha e as maneiras à mesa são os lugares privilegiados de resistência.” (POULAIN, 2004, p. 38). Assim, os patrimônios podem ser vistos como os novos recursos da modernidade (CONTRERAS, 2005) uma vez que ante a globalização, movimentos de resistência cultural e identitária valorizam a gastronomia como patrimônio, fugindo da uniformização cultural.

5.7 O PAGAMENTO DA CONTA DO RESTAURANTE: RECIPROCIDADES E VÍNCULOS

Ainda pedalando pela costa do mar Mediterrâneo, não poderíamos estar mais felizes com as paisagens que passávamos. Como não havia ciclovia ao longo de todas as praias, em alguns momentos andávamos pelo acostamento de grandes estradas. Foi em uma dessas ocasiões que encontramos um ciclista parado no acostamento com o pneu furado e tentando consertar a câmara do mesmo.

Logo paramos para ajudá-lo. Em um primeiro momento Pierre exitou, dizendo que não queria atrapalhar a nossa viagem e que conseguiria arrumar sozinho. Insistimos, uma vez que percebemos que tínhamos ferramentas mais eficientes para arrumar a câmara. Pierre agradeceu a gentileza e, enquanto os três colocavam a mão na massa, a conversa fluiu.

Sempre quando contávamos que éramos brasileiros e estávamos em nossa primeira viagem de bicicleta, despertava muito interesse aos ouvintes. Dessa vez não

foi diferente. A bicicleta do Pierre já estava pronta para rodar quando ele nos convidou para almoçarmos em sua casa. Estava perto do meio dia, o sol estava muito quente e ele gostaria de poder conversar mais conosco, assim como nos oferecer uma cortesia pela ajuda. Felizes, aceitamos o convite.

Como Pierre estava sem bagagens e em uma bicicleta *speed*, ele anotou seu endereço em um papel e falou que iria pedalando na frente, a fim de chegar mais rápido em casa para se preparar para o almoço. Quando chegamos lá, Pierre veio ao nosso encontro e disse que achou melhor nos proporcionar um almoço em um restaurante que ele costumava frequentar, perto dali. Poucas vezes nos dávamos o luxo de comer em restaurantes, mas esta era uma situação especial, uma vez que estaríamos compartilhando a refeição com um amigo que havíamos acabado de conhecer.

Chegamos no restaurante, um lugar pequeno, aconchegante e com algumas mesas na rua, onde sentamos. Além do cardápio com pratos à la carte, o restaurante contava com duas opções de *menu du jour*, sendo uma com salmão e outra com costela bovina. Pierre aconselhou que eu comesse a opção com peixe enquanto eles comeriam a com carne vermelha. Sem questionar, aceitamos sua sugestão.

Após uma duradoura e descontraída conversa, o garçom veio recolher os pratos e trazer a conta. Logo nos prontificamos para pagar a nossa parte do almoço. Entretanto, Pierre fez questão de pagar a totalidade da mesma, negando nossa contribuição. Poucas vezes partilhávamos da sociabilidade alimentar em um espaço público, ou seja, em algum restaurante. Estávamos mais habituados a compartilhar refeições com outros convivas na casa de alguém, sendo esta a primeira vez que nos encontramos na situação de dividir a conta.

Claude Fischler traz em sua obra *Comer: A alimentação de franceses, outros europeus e americanos* (2010) a situação da partilha de uma refeição em um restaurante e o pagamento da conta. O autor aponta três soluções para o momento de pagar a conta: uma pessoa paga por todos, divide-se a conta pelo número de convivas ou cada um paga por aquilo que consumiu. A partir disso, Fischler faz uma reflexão sobre cada solução.

Enquanto que a primeira solução representa um caráter mais individualista, as outras duas levam em conta a ocasião e experiência social, o momento compartilhado. Assim, a solução de dividir a conta pelo número de convivas mesmo que nem todos

tenham consumido a mesma coisa indica, de certa forma, que o que está se pagando é o fato de estar junto entre amigos, compartilhando uma experiência.

Já a terceira solução, como ocorreu na situação descrita, um dos convivas pagar a conta para todos pode significar tanto razões de prestígio ou de preeminência quanto uma reciprocidade entre os convivas, ou seja, uma condição explícita ou implícita “na próxima eu pago”. Desta forma, tanto na ocasião dessa vivência no restaurante quanto durante outras ocasiões na viagem era evidente a reciprocidade existente entre a comunidade de ciclistas. Percebia-se uma sociabilidade perpetuando-se através do tempo, mostrando-se existir uma corrente de cooperação entre ciclistas. Ou seja, havia uma reciprocidade futura ou “em dívida” com qualquer ciclista. Naquele dia, Pierre nos proporcionou um almoço. Em outra oportunidade, nós poderíamos estar retribuindo esse almoço para outro viajante de bicicleta.

5.8 EM TERRAS MEDITERRÂNEAS: A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM SUAS DIFERENTES FACES

Figura 3. Almoço com frutos do mar à beira do Mediterrâneo, em Menton - França.



Fonte: Acervo pessoal (2016).

Chegando na *Côte d'Azur* (Riviera Francesa), logo percebemos uma grande diferença na oferta de alimentos no supermercado. Tínhamos chegado em terras da dieta mediterrânea, dieta atualmente vista como um modelo de dieta saudável do ponto de vista nutricional e a ser seguido uma vez que é fundamentada em frutas, hortaliças, grãos integrais, azeite de oliva, oleaginosas, frutos do mar e escassa em doces e carnes vermelhas (OLDWAYS, 2009). O interesse pela dieta mediterrânea iniciou-se na década de 50 devido a constatação de taxas muito baixas de mortalidade por doenças cardíacas e outras não transmissíveis nas regiões ao redor do Mar Mediterrâneo e até os dias de hoje continua sendo muito estudada (CANESQUI; GARCIA, 2005).

Em nossa primeira parada para almoço em um supermercado na região mediterrânea, logo percebemos que a oferta de frutos do mar era muito grande e variada. Embalagens descartáveis com porções individuais de lula, marisco, polvo e camarão estavam disponíveis na prateleira refrigerada, prontas para o consumo e acompanhadas de um garfo descartável. Compramos uma porção de mix de frutos do mar frescos e uma baguete para fazermos nosso piquenique à beira da praia.

Dias depois, quando fomos recebidos por um ciclista que morava em uma pouco urbanizada e aconchegante praia mediterrânea, o mesmo fez questão de nos levar para passear e comprar ostras, dizendo ser fundamental experimentarmos essa maravilha do mediterrâneo, tradicional da região. Quando voltamos para sua casa, Jean preparou três diferentes especialidades de ostras para nós: ao vinho, gratinada e com vinagre de figo.

A dieta mediterrânea, assim como a culinária francesa, também é considerada um Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade (inscrita por Chipre, Croácia, Espanha, Grécia, Itália, Marrocos e Portugal), sendo caracterizada por

[...] um conjunto de habilidades, conhecimentos, rituais, símbolos e tradições referentes a culturas, colheita, pesca, criação de animais, conservação, processamento e, particularmente, o compartilhamento e consumo de alimentos. Comer juntos é a base da identidade cultural e da continuidade das comunidades em toda a bacia do Mediterrâneo. É um momento de troca e comunicação social, uma afirmação e renovação da identidade familiar, grupal ou comunitária. A dieta mediterrânea enfatiza valores de hospitalidade, vizinhança, diálogo intercultural e criatividade, e o modo de vida guiado pelo respeito à diversidade. [...] Inclui o artesanato e produção de recipientes tradicionais para o transporte, conservação e consumo de alimentos, incluindo pratos e copos de cerâmica. [...] Os mercados também desempenham um papel fundamental no cultivo e transmissão da dieta

mediterrânea durante a prática diária de troca, acordo mútuo e respeito mútuo (UNESCO, 2013).

Assim, está exposto que a dieta mediterrânea está muito além de ser vista apenas do ponto de vista nutricional. Seu próprio significado deriva da palavra grega *díaita*, que quer dizer “modo de vida” determinado não somente pelo clima mediterrâneo e alimentos disponíveis, mas também pela cultura. Nesse contexto, através de uma reflexão que une as dimensões nutricional e cultural, discute-se sobre a viabilidade e a real necessidade de transpor modelos de dieta de uma população para outra, enfatizando principalmente o caso da dieta mediterrânea.

Garcia (2005) traz duas considerações sobre intervenções em prol da introdução a um novo modelo alimentar em uma dada cultura. A primeira aborda que, independentemente qual seja a prescrição alimentar, a mesma será reinterpretada e reintegrada nas práticas alimentares empregadas em uma segunda cultura, com valores e organizações alimentares distintas. Dessa forma, a prescrição ao ser ressignificada sofrerá alterações.

Em sua segunda consideração, a autora aborda sobre a desconsideração com o patrimônio cultural alimentar dos povos, cenário das intervenções nutricionais. Garcia discute ainda que,

Quando se tenta impor a adoção de um outro modelo de dieta ou mesmo recomendações pontuais de inclusão e exclusão de alimentos, negligencia-se a cultura alimentar receptora por não se levar em consideração o impacto e a forma que essas mudanças propostas serão absorvidas por essa estrutura culinária (CANESQUI; GARCIA, 2005, p.278).

Portanto, praticamente na totalidade das vezes, a dieta mediterrânea é simplificada a frutas, verduras, pescados e azeite de oliva. Assim, além de ser descontextualizada do meio em que é considerada patrimônio, a mesma é reduzida a nutrientes ou itens alimentares, desconsiderando tanto o resultado desse rearranjo quanto a sua própria identidade culinária como patrimônio de outra cultura (CANESQUI; GARCIA, 2005).

Assim, pela ciência da nutrição prescrevemos a dieta mediterrânea devido aos seus alimentos saudáveis e, de certa forma, ainda adaptamos a mesma para os alimentos que temos disponíveis no extenso território brasileiro, por que não abordar a dieta saudável ao encontro das características regionais discutidas pelo novo Guia

Alimentar para a População Brasileira? Esse instrumento encoraja hábitos alimentares saudáveis, englobando as particularidades culturais e seus diferentes contextos, valorizando o comer em companhia, considerando preferências regionais, entre outros.

O Guia Alimentar para a População Brasileira contribui para a construção de uma concepção ampliada de alimentação adequada e saudável, que engloba além dos aspectos nutricionais, aspectos *sociais* e antropológicos. Nesse sentido, a alimentação

é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis” (BRASIL, 2014, p. 8).

Assim, construir um modelo de dieta pautada apenas na racionalidade nutricional, reduz a alimentação à relação saúde e doença. Nesse sentido, apreende-se que na necessidade de orientação nutricional, tanto individual quanto coletiva, é muito importante analisar o contexto em que está sendo feita essa orientação. As dimensões culturais e sociais das práticas alimentares também precisam ser consideradas na orientação nutricional, não bastando apenas olhar o nutriente. A alimentação possui diversas dimensões e referências, sendo muito heterogênea para ser simplificada em números e combinações de nutrientes. Assim, considerando o que foi abordado, será que encorajar um modelo de dieta reduzido à nutrientes está sendo considerando todo o complexo e profundo cenário do ator de alimentar-se?

5.9 MARROCOS: UM CASO PARTICULAR

Figura 4. Peixes grelhados na beira da estrada



Fonte: Acervo pessoal (2016).

Como já comentado, nossos hábitos alimentares em terras marroquinas mudaram bastante. Além do contraste da limitada variedade dos gêneros alimentícios com a abundância de carne, outros aspectos do comer em um país africano nos causaram grande estranhamento e se mostraram relevantes. No livro *Alimentação, Sociedade e Cultura* (2011), Contreras discute que:

as cozinhas costumam ter uma dimensão étnica, regional e ou nacional, constituindo um aspecto da identidade do grupo. [...] Muitas pessoas só se dão conta de que têm gostos socialmente definidos e uma maneira específica de comer quando saem de seu país [...] formas distintas de cozinhar (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 140)

Assim, uma vez viajando por diferentes cozinhas étnicas, percebe-se o sabor e aroma específico de cada uma. A exemplo, Contreras aponta princípios aromáticos básicos de diferentes cozinhas, onde cominho, canela, gengibre, cebola, tomate e frutas representam o Marrocos. O livro *História da Alimentação* aponta que no período das cruzadas (Idade Média) houve uma dominação cultural e comercial do mundo

árabe por parte dos ocidentais. Assim, explica-se o uso de especiarias no Ocidente, uma vez que foram influenciados pela condimentada cozinha árabe (FLANDRIN; MONTANARI, 2015).

As especiarias apresentam um importante papel na história do mundo, uma vez que um dos estímulos dos europeus se lançarem às conquistas dos oceanos e outros continentes era a busca pelas mesmas assim como busca por ouro e prata (FLANDRIN; MONTANARI, 2015). O porquê do uso das especiarias nunca teve uma resposta bem definida. Explicações de que as especiarias serviam para conservar alimentos ou mascarar o gosto repugnante de carnes malconservadas, se mostraram inconsistentes. Entretanto, sabe-se que as especiarias eram utilizadas porque acreditava-se na sua natureza medicinal e que as mesmas facilitavam a digestão dos alimentos, principalmente das carnes (FLANDRIN; MONTANARI, 2015). De qualquer forma, independentemente do motivo que levava a sua utilização, sabe-se que seu uso marcava uma distinção social e cultural.

Outro aspecto relevante do comer no país africano manifestou-se quando fomos recebidos na casa de um marroquino. Já estava escurecendo e estávamos longe de chegarmos em uma vila com opção de hospedagem. Em ocasiões como essa em solos europeus, teríamos parado em frente a uma casa com pátio e solicitar um espaço para montarmos a barraca para passar a noite ou acamparíamos em algum lugar perto da estrada. Entretanto, com a particularidade da cultura árabe, ainda não tínhamos nos sentido à vontade para o fazê-lo.

Apreensivos com a falta de alternativas, paramos perto de uma pequena construção para pedir orientações. Enquanto conversávamos olhando para a casa, logo fomos percebidos. Um jovem veio em nossa direção, questionando se estávamos perdidos e precisando de algum lugar para ficar. Explicamos que estávamos procurando algum local para acampar perto da estrada. O jovem disse que não achava apropriado dormirmos na rua e explicou que a próxima vila era distante. Mounir tinha cerca de trinta anos e era muito gentil. Explicou que a casa era de seus pais e que os mesmos tentavam sobreviver vendendo chá e pão no boteco que ficava no primeiro piso da casa. Sem delongas, Mounir falou que fazia questão de ceder seu quarto para passarmos a noite. Atônitos com a proposta, não contestamos.

Mounir nos levou para o segundo piso da casa, onde havia apenas o seu quarto. A casa era simples, sem luz elétrica e saneamento básico. Ele ligou duas velas

e disse para ficarmos à vontade que mais tarde ele viria conversar conosco. Alguns minutos depois, Mounir trouxe, em uma bandeja, chá de menta, pão, azeitonas e azeite de oliva e sentou para conversar conosco, mostrando-se bastante curioso sobre o Brasil e a nossa viagem. Colocamos em cima da mesa o que tínhamos para compartilhar de comida: uma barra de chocolate, duas bananas, algumas bergamotas e uvas. Logo que experimentamos os aperitivos que ele trouxe, elogiamos e ele respondeu satisfeito que tudo era produzido em casa *temos oliveiras aqui no pátio, todo ano nessa época a minha mãe prepara azeite de oliva e azeitonas em conserva. Temos também um forno de barro lá na rua, amanhã eu mostro para vocês. Todo dia de manhã temos pão fresco.*

Após uma longa conversa sobre o Brasil, Mounir levantou-se e disse que em breve voltaria. Quando retornou, trouxe consigo outra bandeja com dois pequenos pratos. *Trouxe para vocês uma tajine de cabra. Essa é especial da minha mãe, tem cenoura, maçã e batata. O meu pai abateu a cabra mais cedo... Tajine* é um prato típico marroquino, já havíamos comido antes na viagem, mas não tão saboroso quanto essa. Terminamos de comer a *tajine* e Mounir acabou com a barra de chocolate. Por mais algumas horas, continuamos conversando e aprendendo palavras em árabe, que Mounir estava fazendo questão de nos ensinar.

Com essa passagem, procura-se trazer a discussão que a comida mostra ser um fator importante para sociabilidade entre indivíduos independente da classe social.

Nas recepções, a dimensão da sociabilidade e a convivialidade exercida através dela é um dos fatores determinantes para a percepção da qualidade e importância daquele evento para aqueles que dele participam. A visão do comensal de uma refeição como situação inesquecível está diretamente associada às emoções, simbologias e sentimentos envolvidos neste evento. Neste sentido destaca-se que compreendida como um gesto de compensação, a hospitalidade envolve a transposição de um espaço estabelecendo um ritual de acolhimento (RODRIGUES, 2012, p. 95).

Ainda, além de oportunizar a comunicação entre os convivas, o que é oferecido pelo anfitrião pode sugerir sua posição social. Rodrigues aponta que alimentos e refeições podem ser símbolos de riqueza e distinção entre camadas sociais. Entretanto, ao dissertar sobre a cozinha árabe, Rosenberger (2015), salienta que, por mais pobre e inóspito que seja o meio, a hospitalidade era a lei do deserto: oferecia-se ao viajante o que se tinha de melhor (ROSENBERGER, 2015, p. 340). Não ficou claro se a *tajine* foi preparada especialmente para nós, mas pela expressão de Mounir,

deduzimos que esse prato não fazia parte do cotidiano da família. Assim, discute-se que nem sempre a comida típica está presente na rotina alimentar, tanto por motivos econômicos, onde limita-se o consumo de certos alimentos devido a renda, quanto pelo próprio hábito alimentar.

A constituição de uma cozinha típica vai assim mais longe que uma lista de pratos que remetem ao “pitoresco”, mas implica no sentido destas práticas associadas ao pertencimento. Nem sempre o prato considerado típico, aquele que é selecionado escolhido para ser emblema alimentar da região é aquele de uso mais cotidiano. Ele pode, sim, representar o modo pelo qual as pessoas querem ser vistas e reconhecidas (MACIEL, 2001, p. 152)

O peso que as tradições possuem em seus hábitos alimentares e outro aspecto relevante sobre a alimentação dos marroquinos. A interferência religiosa no comer marroquino é explícita, uma vez que a maioria desses é muçulmana e busca na Lei Islâmica (*Shari'a*) uma fundamentação para condutas do cotidiano como alimentação, vestuário, casamento.

O Alcorão contém muitos versículos com conselhos sobre alimentação saudável relacionados à interligação entre saúde física e espiritual. O encorajamento para comer somente alimentos bons e puros geralmente é combinado com avisos para lembrar-se de Deus e evitar Satanás. Alimentação saudável não apenas satisfaz a fome, mas também tem um efeito sobre a qualidade da nossa adoração (STACEY, 2015).

Além de especificar proibições e períodos de jejum (*Ramadan*), a religião islâmica também dita como devem ser produzidos os alimentos, uma vez que os mesmos devem seguir regras escritas no Alcorão (ALIMENTOS HALAL BRASIL. [2018]. online). Assim, esse livro sagrado especifica o que é puro e impuro, lícito (*Halal*) e ilícito (*Haram*), denominando de *Halal* os alimentos que seguirem as regras contidas no mesmo. Um exemplo para que uma comida seja considerada *Halal* é a forma de fabricação da carne, descrita:

A jurisprudência islâmica permite o consumo de carnes e derivados produzidos de acordo com as seguintes normas: O animal deve ser lícito e ter o seu consumo permitido. O sangrador deve ser muçulmano. O sangrador deve estar consciente e com a intenção de degolar. Deve-se ter certeza que o animal esteja vivo no momento do abate. Direcionar a frente do animal para Meca no momento do abate. A degola deve ser realizada com uma faca de metal afiada. O sangrador deve mencionar o nome de Allah (Deus) enquanto degola dizendo: “Bismillah” (ou seja, em nome de Deus). Abater cortando a garganta do animal pela frente e não por atrás. Degolar todas as quatro vias de uma vez (traquéia, esôfago e jugulares) e não apenas cortá-las. A

garganta deve ser mantida com a cabeça durante a degola. A cabeça não deve ser cortada intencionalmente durante a degola. A saída de uma quantidade natural de sangue do animal abatido deve ser observada. O animal deve mover-se imediatamente após o abate, pois é uma prova de que estava vivo (ALIMENTOS HALAL BRASIL. [2018]. online).

Além da carne, outros alimentos e produtos industrializados devem seguir especificações islâmicas, o que fez grandes e conhecidas companhias alimentícias e redes de *fast food* se adequarem a esse mercado. Entre os alimentos *Haram* (proibidos), estão a carne de porco e qualquer bebida fermentada, esta última interdição busca impedir que os muçulmanos orem embriagados (ROSENBERGER, 2015, p. 339).

Ao decorrer da viagem, percebeu-se que o alto consumo de chá verde quente e adoçado é outro aspecto saliente na cultura alimentar marroquina, sendo bebido acompanhando ou não de uma refeição e costuma ser oferecido como cortesia em restaurantes. Desde o século XIX, o chá tornou-se bebida essencial das populações da África do Norte, onde a aceitação no Marrocos teria sido estimulada pelo importante papel desempenhado pelos negociantes ingleses (LEMPS, 2015, p. 622), que transportavam o chá produzido na China. Sugere-se que prática de adoçar o chá deve ao fato de sua expansão ter ocorrido paralelamente à expansão das plantações de cana-de-açúcar e conseqüente crescimento do consumo de açúcar (FLANDRIN; MONTANARI, 2015). Hoje, juntamente com os chineses, os árabes são os maiores consumidores de chá do mundo e associa-se a grande adesão do chá pelos muçulmanos devido a proibição do consumo de bebidas alcóolicas (GRACINDO, 2013).

Entretanto, constatou-se que o chá é uma atividade social exclusiva dos homens, que costumam lotar bares para conversar e beber chá, sempre sem a presença feminina. Ainda, além do consumo de chá em locais públicos ser exclusivamente masculino, a pesquisadora Ina Gracindo aponta que o preparo do chá no Marrocos também é tradicionalmente um privilégio desse gênero (GRACINDO, 2013). Assim, é reforçado que a religião é um fator muito influente para a determinação de aspectos no cotidiano, como a distinção de locais públicos, frequentados por homens e locais privados, frequentado por mulheres.

O livro *Women in the Middle East: A History* (KEDDIE; BARON, 2006) aborda que a criação das esferas femininas e masculinas, com espaços bem delimitados, foi conseqüente a formação das cidades a partir da formação de excedentes alimentares

provenientes da domesticação de animais da agricultura no Oriente. Essa diferenciação entre os gêneros limitava as mulheres à casa devido aos cuidados dos filhos e a responsabilidade pelo bom funcionamento da mesma enquanto que os homens assumiam papéis na política e governos, na religião e na esfera econômica. Desta forma, devido a preocupação dos homens com a pureza de seus descendentes, as mulheres ficavam reclusas ao espaço doméstico, havendo também políticas públicas para que as mesmas fossem mantidas em casa (LIMA, 2015). Assim o antigo Código de Família marroquino (*Moudawana*), era marcado por uma hierarquia na instituição familiar, centrada no conceito da obediência da mulher com seu marido.

Outro isolamento feminino muito perceptível no cotidiano é a vestimenta com o uso do véu. Desde a era pré-islâmica esse adereço é utilizado como barreira simbólica entre homens e mulheres, sendo também capaz de diferenciar classes de mulheres e significar respeito perante a sociedade uma vez que cobre cabelo e parte do corpo (LIMA, 2015). Assim, devido à essa segregação sócio-religiosa da vestimenta, as mulheres não podem passar do espaço público ao privado sem acobertarem seus corpos e cabelos.

Ó Profeta, dize a tuas esposas, tuas filhas e às mulheres dos fiéis que (quando saírem) se cubram com as suas mantas; isso é mais conveniente, para que se distingam das demais e não sejam molestadas; sabei que Alá é indulgente, Misericordiosíssimo (CHALLITA, 2010, capítulo 33, versículo 59).

Mesmo já conhecendo parte da cultura marroquina, raros foram os momentos em que me senti confortável em locais públicos (com exceção dos locais turísticos), uma vez que muitas vezes era a única mulher presente em bares ou restaurantes de pequenas vilas. Quando nos comunicávamos com marroquinos, praticamente na totalidade das vezes minha presença era ignorada, não havendo palavras dirigidas a mim. Ainda, embora os dias estarem quentes, me sentia coagida a usar calça, blusa de manga comprida e cabelo preso.

Nas bases do islamismo que são os cinco pilares da fé, a distinção se demonstra nitidamente, e estes cinco pilares são: a profissão de fé (que pode ser chamada de testemunho), a oração cinco vezes ao dia, a esmola ritual (a zakat), o jejum (autopurificação) durante o mês do Ramadã e a peregrinação a Meca (PACE, 2005). Estes cinco pilares repercutem diretamente nos valores culturais e modos de vida, e as diferenças de gênero se tornam bem claras quando no desenvolvimento de alguns pilares (LIMA, 2015).

Assim, mesmo havendo um novo Código de Família marroquina desde 2004,

onde é defendido a igualdade de gênero, em diversas esferas a distinção entre gêneros permanece presente, parecendo inexistente ou mesmo pouco visível a apropriação da cultura da igualdade por parte da população.

5.10 ARMAZENAMENTO E COMÉRCIO DE ALIMENTOS NO MARROCOS: O PESO DAS CONDIÇÕES MATERIAIS NO COMER COTIDIANO

Figura 5. Venda de alimentos fresco na medina de Fès.



Fonte: Acervo pessoal (2016).

No livro *História da Alimentação*, é abordado os ofícios da alimentação na formação de cidades durante a Idade Média. Para as novas cidades, enviava-se burgueses para povoar as mesmas, onde esses eram comerciantes, pescadores, açougueiros e padeiros. Esses lugares de comércio de alimentos eram instalados em locais de aglomeração, podendo ser lojas no primeiro andar de imóveis ao longo das ruas, pequenas tendas ou postigos de madeira, onde vendia-se os produtos por essa janela. Os lugares de comércio de alimentos eram estreitamente vigiados pelas autoridades locais, a fim de averiguar se a comida era “boa e honesta” para os outros habitantes e se as mesmas estavam em quantidade suficiente (FLANDRIN; MONTANARI, 2015)

Entretanto, os meios de distribuição de alimentos passaram por grandes mudanças. A partir dos anos 60, os supermercados começam a se popularizar, possibilitando uma distribuição de produtos em grande escala, onde a alimentação se tornou um mercado de consumo em massa. Fischler expõe essa transformação da alimentação em produtos:

Concebidos e comercializados com o apoio das mais modernas técnicas do *marketing*, *packaging* e publicidades, são distribuídos por redes comerciais que não cessam de aperfeiçoar seu poder e complexidade, colocando em ação uma logística extremamente elaborada (FLANDRIN; MONTANARI, 2015 p. 846).

Os produtos distribuídos passam a ter também a finalidade de economizar o tempo de preparo nas cozinhas, industrializando também a transformação culinária, sendo produtos cada vez mais perto do estado de consumo e se tornando um alimento com valor agregado (POULAIN, 2004). Ainda, os alimentos são desenvolvidos com a finalidade de serem mais fáceis de transportar, estocar, exibir e conservar nas prateleiras, da mesma forma que os produtores da agricultura selecionam os alimentos conforme sua aparência e duração (POULAIN, 2004).

Em sua obra *Sociologias da Alimentação*, o sociólogo Poulain (2004) também aponta que *entre 1969 e 1991*, os hipermercados passam a representar de 10,4% para 62,2% das compras alimentícias e o pequeno comércio, principalmente de especiarias, desmorona, passando de 24% das compras em 1961 para 3,8% em 1991 (POULAIN, 2004). Mesmo que esses resultados sejam da realidade francesa, pressupõe-se que essa alteração também se deu em centenas de outros países.

Entretanto, uma vez na África, parece que essa mundialização dos mercados e sua relação com novos hábitos alimentares ainda não ocorreu de forma significativa. A maioria das cidades marroquinas possuem uma medina: parte antiga da cidade cercada por fortificações, que foram construídas como proteção às invasões. Hoje, as medinas são conhecidas como o centro histórico, uma vez que se encontram cercadas pela parte nova da cidade. Caminhando pelas estreitas ruelas e becos que as compõem, percebe-se que as mesmas são, de certa forma, organizadas, havendo uma divisão entre as áreas para o comércio, com mercados tradicionais (conhecidos como *souks*); áreas residencial e de hospedagem e áreas onde encontram-se os artesãos. Assim, encontrou-se muitas tendas especializadas, onde era possível comprar especiarias e frutas secas, frutas e verduras frescas, carnes, doces à base

de nozes e amêndoa, roupas, sapatos e acessórios com couro de cabra, tudo em tendas específicas desses produtos. Praticamente todos os alimentos eram vendidos a granel, não havendo espaço significativo para produtos industrializados. O transporte de mercadorias nas medinas era feito por força animal, por burros de carga.

Também encontramos postigos onde forneiros assavam pães para a vizinhança, produziam pães em larga escala para distribuir pelos bares restaurantes e bares da cidade ou vendiam pães e doces para os passantes. O pão marroquino geralmente é feito de trigo ou sêmola, possui consistência firme e um formato de disco. Ele sempre acompanha as refeições, uma vez que os árabes dispensam o uso de talheres, comendo com apenas três dedos da mão direita e com o auxílio do pão.

A carência de refrigeração de alimentos em vilas remotas também foi um aspecto que nos causou estranhamento. As técnicas de estocagem utilizadas por muito tempo pelos árabes para a conservação de alimentos foram herdadas de civilizações anteriores, mantendo-se a prática de estocagem em silos subterrâneos, secagem de carne e frutas e a salga do peixe (ROSENBERGER, 2015). Entretanto, nos dias de hoje, nas vilas mais remotas e até mesmo nas cidades grandes, era muito comum encontrar carcaças cruas inteiras de animais penduradas para o lado de fora do açougue, sem refrigeração. De imediato, essa prática nos gerou estranhamento e desconfiança em comer o alimento, entretanto, muitas vezes não tínhamos alternativas e percebemos os locais encaravam isso com naturalidade, não restringindo seu consumo.

Outros alimentos que somos habituados a ingerir refrigerados (como sucos, refrigerantes, queijos, etc.), no Marrocos não encontrávamos em mercearias, uma vez que não era comum as mesmas possuírem equipamentos de refrigeração. Infere-se que essa falta de refrigeração se deve ao fato da ausência, escassez ou elevado custo de energia elétrica, ainda que tanto esse fator quanto o saneamento básico são precários em muitas regiões marroquinas.

Como consequência da forma de comercialização de alimentos no Marrocos, ao contrário do que estávamos habituados na Europa, em solos marroquinos sempre comprávamos nossas refeições prontas, uma vez que em muitas vilas pequenas havia apenas uma borracharia, um açougue e um pequeno bar ou lancheria. Embora fosse muito visível a falta de segurança alimentar dos locais onde os alimentos eram preparados e que as carnes ficavam expostas sem refrigeração, todos os dias

comemos nessas condições, uma vez que era perceptível que essas condições eram triviais aos marroquinos.

Assim, virou habitual comermos o que as vilas ofereciam: um sanduíche com pão marroquino (onde o principal recheio era a carne), alguma carne assada na brasa acompanhada de pão ou, no caso de uma vila maior, um prato de carne com legumes (*tajine*), sendo sempre pratos onde o ingrediente principal era a proteína animal. Entre as carnes mais comuns e apreciadas pelos marroquinos, estão os caprinos e as aves, sendo também as que possuem um preço mais acessível. A carne bovina, mesmo não sendo a preferida, também estava presente nos açougues e, algumas vezes, era a única opção.

Logo, salienta-se que a alimentação sofre muita influência dos recursos presentes, assim, nas palavras de Contreras:

As formas de alimentação, os produtos consumidos e a forma de cozinhá-los, relacionam-se com os recursos locais, as características do clima e dos solos, ou seja, com o território, as formas de produção, a agricultura, a pecuária e também as formas de armazenamento e comércio. Relacionam-se ainda com os conhecimentos, com as práticas culinárias inscritas em todo o contexto socioeconômico determinado. Devido a esse conjunto de elementos, a alimentação e tudo a ela relacionado são percebidos como “marcadores étnico” (CONTRERAS, 2005, p. 141).

Figura 6. Venda de pães em postigo na medina de Fès.



Fonte: Acervo pessoal (2016).

5.11 COMER EM PORTUGAL: UM OLHAR SOBRE A CONVERGÊNCIA E A FUSÃO DAS CULINÁRIAS INDÍGENA, AFRICANA E PORTUGUESA

Em Portugal, frequentando supermercados e padarias, logo percebemos uma semelhança com os produtos encontrados no Brasil, principalmente no que diz respeito aos doces. Nos restaurantes, comemos desde pratos característicos de Portugal, como a sardinha e o bacalhau à bras, quanto pratos comuns aos brasileiros, como estrogonofe de carne, polenta e broa de milho. Essas semelhanças e o reconhecimento de alimentos que também fazem parte da identidade culinária brasileira trouxeram um sentimento de pertencimento ao local, remetendo a um ambiente familiar e assim fazendo-nos sentir mais íntimos à Portugal, mais perto de casa.

Percebendo as particularidades e semelhanças entre as cozinhas portuguesa e brasileira, procura-se fazer uma breve reflexão sobre a influência dessas para a construção do que são essas cozinhas hoje e perceber onde se originam essas semelhanças. Para a elaboração deste tópico, fundamentou-se amplamente na obra História da Alimentação do Brasil de Luís da Câmara Cascudo (2011), onde o autor expõe sobre a participação indígena, africana e portuguesa na alimentação brasileira e as influências entre essas próprias cozinhas.

A cozinha de um povo é criada em um processo histórico que articula um conjunto de elementos referenciados na tradição, no sentido de criar algo único - particular, singular e reconhecível. Entendendo a identidade social como um processo relacionado a um projeto coletivo que inclui uma constante reconstrução, e não como algo dado e imutável, essas cozinhas estão sujeitas a constantes transformações, a uma contínua recriação. Assim, uma cozinha não pode ser reduzida a um inventário, a um repertório de ingredientes, nem convertida em fórmulas ou combinações de elementos cristalizados no tempo e no espaço (MACIEL, 2004).

Assim, interpreta-se que a cozinha portuguesa, mesmo já consolidada, transformou-se e recriou-se ao entrar em contato com novos ingredientes e alimentos descobertos durante as grandes navegações. Mesmo a culinária brasileira tendo sido construída com a influência desses colonizadores, muitos alimentos próprios ao continente americano fizeram o caminho inverso, sendo introduzidos na Europa e provocando transformações em sistemas alimentares já existentes (MACIEL, 2004). A batata, a pimenta e o milho foram os três primeiros produtos da América a atravessarem o Atlântico e se expandirem pelo mundo (CASCUDO, 2011).

A cozinha brasileira é vista como o resultado de um processo histórico que incluiu e excluiu elementos da cultura alimentar indígena, como a mandioca, o amendoim e o milho; africana, como o azeite de dendê e a melancia, e portuguesa, como o açúcar, os ovos e o leite (RODRIGUES, 2016). Assim, tem-se a cozinha brasileira como o resultado da junção de elementos diversos. Entretanto, Maciel (2004), em seu artigo Uma cozinha à Brasileira, salienta a importância de olharmos de uma maneira mais ampla e crítica o que seriam as “contribuições” desses três diferentes grupos sociais para a formação da cozinha brasileira.

O problema está na maneira como a diversidade é percebida e utilizada. Converter a participação dos povos fundadores e fundantes da nacionalidade em “influências” ou “contribuições”, em suma, em “vestígios”, é uma ação redutora que ignora o processo histórico em que se deu essa participação,

processo este que envolveu desigualdades, conflitos, discriminações e hierarquizações (MACIEL, 2004, p. 28).

Desta forma, é importante perceber que as “contribuições” dos três diferentes grupos aconteceram em um contexto de grande hierarquia e conflitos, uma vez que se tratava de um período de colonização e de regime escravocrata.

O português, em posição de colonizador, instalou-se para ficar definitivamente nas novas terras, reproduzindo o seu ambiente familiar e trazendo consigo o costume da criação de animais, quintal e horta (CASCUDO, 2011). Além dos novos verdes plantados nos solos da colônia brasileira para o consumo rotineiro dos portugueses, a principal ocupação foi para a produção de cana de açúcar. Com o objetivo de explorar novas fontes de riqueza (além da extração de recursos naturais brasileiros) e manter a colônia brasileira ocupada com algo rentável, os portugueses colocaram em prática o que já dominavam desde o século XV nas Ilhas do Atlântico (FERLINI, 1994).

O açúcar, praticamente uma especiaria, alcançava então altos preços e dispunha de mercado em expansão. De produto medicinal na Idade Média, o açúcar passava lentamente a gênero de primeira necessidade. Durante longo período a Europa fora abastecida pela produção das plantações do Mediterrâneo. Essa ‘indústria’ começou cerca de 700 d.C, quando os árabes introduziram o plantio de cana na Sicília e na Espanha moura. A produção açucareira florescera, até sucumbir durante o século XVI em virtude da competição das novas plantações americanas (FERLINI, 1994, p.16)

Assim, o colonizador introduziu no Brasil a matéria prima do açúcar e as mãos das portuguesas apresentaram o seu uso na cozinha. Juntamente com o ovo da galinha, alimento até então não utilizado pelos negros e indígenas e com a farinha de trigo, o doce português logo ganhou apreço.

Fernão Soropita fala nos farténs da Beira. É o primeiro doce de Portugal que o almirante Pedro Álvares Cabral oferece ao indígena tupiniquim de Porto Seguro, na sexta-feira, 24 de abril de 1500: Deram-lhes ali de comer; pão e peixe cozido, confeitos, fartéis e figos passados. Primeiro ato de conquista. A posse pela gula. Esse fartém, fartel, fartes, caracterizado pelo recheio de creme, o primeiro bolo comido no Brasil por um brasileiro, ainda se como em Portugal (CASCUDO, 2011, p. 303).

Maneja grandes elementos, açúcar, ovos, canela, leite e manteiga de vaca, a goma da mandioca local, sabores que viajaram de Portugal, das Índias, do arquipélago malaio, moluca, numa química misteriosa insuperável. A portuguesa inaugura a sobremesa que negros e amerabas desconheciam. Comida doce, fazendo-se comer sem vontade, comida de passatempo, sem

intuito de alimentar, aperitivo, para abrir o desejo, acompanhando bebidas, ajudando conversas, motivando convívios, era inteiramente distante da noção negra e indígena de comer para sustentar-se. Surgia agora nas mesas a sedução dos bolos e massas douradas, recobertos pelas camadas de ovos batidos, folhados, fartéis, beilhós, filhós, sonhos (CASCUDO, 2011, p. 241).

O açúcar conquistou a todos, incluindo-se imediatamente na gustação coletiva. Farinha de mandioca com açúcar, união de dois produtos geograficamente distanciados nas origens, foi gulodice vulgar por todo o Brasil (CASCUDO, 2011, p. 243).

De acordo com registros da época, a cozinha dos índios é vista como primitiva e rudimentar, mas a mesma apresentou e difundiu diversos gêneros alimentícios até então desconhecidos e deixou diversos pratos à base de milho e mandioca, além de pratos compostos de farinha e carne assada pisada no pilão e peixe seco. Cascudo também descreve as indígenas como as primeiras cozinheiras que o português dispôs, na ausência ou mesmo na proximidade da mulher legítima, a mestra inicial da cozinha brasileira (CASCUDO, 2011, p. 158). Assim, no início da cozinha colonial houve a atuação da senhora portuguesa e da cunhã.

Como o colonizador já plantava e colhia nas terras brasileiras os temperos e alimentos que havia trazido de Portugal, a cunhã precisava aprender com a mulher branca como manejar esse mundo novo de alimentos (CASCUDO, 2011). Ao mesmo tempo que a cunhã estava conhecendo esses alimentos, ela apresentava suas técnicas de preparar carnes e peixes, assados na brasa. Ainda, a mão da cozinheira portuguesa deu preço as iguarias indígenas, onde faz o beiju mais fino, mais seco, do polvilho, goma da mandioca, e molhou-o com leite (CASCUDO, 2011). Assim, alimentos exclusivos da fauna indígena foram então modificados pelas técnicas da tradição portuguesa, assim como o que não era da colônia brasileira e vinha de Portugal tornou-se brasileiro pela continuidade do seu uso (CASCUDO, 2011).

Posteriormente, Cascudo retrata uma concorrência entre as mucamas, criadas negras, e as cunhãs, onde esta última foi sendo empurrada para o sertão, seguindo os índios de sua tribo que não haviam se adaptado às rotinas açucareiras. Cascudo descreve que a negra caiu como avalanche, afastando a cunhã que desaparecia. A mucama encheu as cozinhas senhoriais, foi discípula maravilhosa em ambas as fórmulas do sabor culinário e sexual solicitadas (CASCUDO, 2011).

O desaparecimento da cunhã não lhe retira o direito inegável de ter sido a primeira cozinheira histórica, revelação fecunda da terra virgem, mãe do primeiro brasileiro, bronzeado e trêfego, marabá que a civilização do “progresso” mataria, guerrilheiro, bandeirante, garimpeiro, mosquete de

Guararapes, na inesquecível servidão jubilosa quando o Brasil engatinhava, aprendendo a andar (CASCUDO, 2011, p. 160).

Desde a primeira metade do século XVI, muitos africanos de distintas origens embarcaram a força para o Brasil devido a escravidão para cultivo da cana de açúcar no período colonial. Os africanos eram generalizados como “guinês”, mas sabe-se que populações africanas distintas entre si vieram para o Brasil para os engenhos de açúcar, mineração e lavouras brasileiras, cada qual com suas especificações culturais (CASCUDO, 2011). Sem distinguir as diferentes populações africanas, as “contribuições” da culinária africana são muito citadas em livros.

A influência negra na alimentação foi marcante. O uso do quiabo, da banana, a grande variedade de formas de preparo de peixes e de aves, o vatapá, o caruru, a feijoada, o acarajé, o sabor forte do dendê e da pimenta, a utilização do coco testemunham a presença dos escravos na cozinha colonial, trazendo até nós o tempero e a criatividade do africano (FERLINI, 1994, p. 45).

Entretanto, é importante que essas leituras sejam feitas de maneira mais crítica, desromantizando a contribuição da cozinha africana pelo negro escravizado. Maciel (2004) aborda que esses não podiam trazer bagagem material, sendo os elementos tradicionais da cozinha africana trazidos por comerciantes que faziam a rota de comércio de mercadorias e escravos entre Portugal, Brasil e África. Desta forma, os portugueses foram agentes distribuidores de espécies alimentares, trazendo diversas sementes e raízes orientais e africanas para o Brasil e disseminando outros gêneros alimentares brasileiros (CASCUDO, 2011). Assim, valoriza-se que o principal elemento trazido pelos escravos africanos foi a bagagem cultural, que abrange os hábitos alimentares, com suas técnicas, regras e significados (MACIEL, 2004).

Assim, após o contato com a comida em Portugal e do olhar mais atento para nossa culinária brasileiro apreende-se algumas convergências e fusões entre as culinárias indígena, africana e portuguesa. A partir desses elementos é possível analisar alguns aspectos da cozinha brasileira num contexto mais social, apontando algumas singularidades para uma leitura mais crítica sobre a formação da cozinha brasileira e, conseqüentemente da nossa sociedade.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo da graduação em nutrição, foi possível constatar que estão marginalizadas na formação dos nutricionistas a importância das leituras da antropologia e sociologia da alimentação, considerando que essa discussão acaba por se concentrar apenas em disciplinas específicas e iniciais do curso e não sendo transversal ao estudo da alimentação como objeto de trabalho do nutricionista. Entretanto, acreditando que esses são fatores fundamentais para a atuação deste profissional, permiti-me aventurar numa incursão pelas ciências sociais e humanas. Assim, o fenômeno alimentar foi estudado em outras dimensões além do campo biológico, procurando entender as influências, valores, simbologias que estão por trás do que se come em diferentes culturas e lugares.

Através do olhar para as outras culturas e expondo-me ao estrangeiro, procurei o estranhamento para desenvolver um olhar mais apurado para os hábitos da cultura alimentar brasileira. A palavra cultura então foi pensada em seu sentido antropológico, como fornecedora de conhecimentos, valores, símbolos que orientam e guiam as vidas humanas. Assim, busquei experienciar a cultura do outro em sua totalidade, procurando ter uma vivência não como estrangeira, mas sim como quem pertence ao local, atenta ao contexto e situações para que fosse possível estudar o cenário do cotidiano alheio.

Viajar de bicicleta e estar inserida em outras culturas foi um processo de transformação pessoal, mas também de educação. A convivência com a diversidade cultural, com práticas e costumes singulares de cada cultura educou o meu comportamento tanto alimentar quanto social. Assim, fica muito claro que vivenciar outras culturas é capaz de despertar a cultura na qual estamos inseridos, redescobrimos a nossa própria identidade.

Fazer o exercício de olhar para a alimentação em seu contexto amplo, atentando às suas dimensões socioculturais, mostrou-se difícil no início, uma vez que a leitura técnica e acadêmica a qual estava habituada se contrasta bastante a uma leitura no âmbito da antropologia. Ainda, foi custoso distinguir os limites e possibilidades dessas áreas até então pouco exploradas, também se mostrando difícil quebrar e extrapolar a segmentação que se tem entre as ciências biológicas e humanas.

A comensalidade compartilhada especialmente com os franceses; a flexibilidade e tolerância exercitada no cotidiano no Marrocos; os questionamentos e as críticas sobre herança alimentar feitos especialmente em Portugal, foram algumas das ações transformadoras tanto da minha formação social e profissional quanto da minha própria cultura alimentar. As diferentes culturas alimentares germinaram reflexões e uma ânsia pela pesquisa e leitura sobre os significados das mesmas, o que me levou a viajar por leituras sobre alimentação de outras áreas de conhecimento. Hoje, além do crescimento como profissional por ter pesquisado sobre outros campos do saber, percebo meus hábitos alimentares com significado singular, fruto da interação entre fisiológico, cultural e múltiplas vivências individuais.

À luz das percepções levantadas, defendo a relevância da Nutrição ter um enfoque mais socioantropológico nas suas práticas, estudo dos alimentos e da sua relação com as pessoas/consumidoras. Não somos apenas físicos e biológicos para lidarmos com os alimentos apenas como suprimentos de nutrientes, também somos sociais e culturais. Assim, ambas ciências biológicas e humanas devem ser consideradas. Com esta incursão, busca-se sensibilizar o nutricionista para uma visão também antropológica, social e crítica em sua atuação e intervenção como profissional que influencia hábitos alimentares de indivíduos.

Ainda, entendendo o ato de se alimentar em seu contexto mais amplo, numa abordagem mais qualitativa e olhando para os significados simbólicos, sociais e culturais do alimento e das escolhas alimentares, seria possível progredir no entendimento do consumo alimentar. Esse entendimento é um fator importante e que pode agregar nos resultados de estudos com perspectiva mais quantitativa e biológica. Assim, saliento a importância das contribuições dos achados da antropologia para entender e interpretar os significados envolvidos em torno do tema da alimentação, sendo as ciências humanas fundamentais para a prática de atuação do nutricionista.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALIMENTOS HALAL BRASIL. Os alimentos no Islã. [2018]. Disponível em: <<http://alimentoshalal.com.br/os-alimentos-no-islam/>>. Acesso em: 24 jun. 2018

ABBAGNANO, N. **Dicionário de Filosofia**. 5.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

BARBOSA, L. Feijão com arroz e arroz com feijão: o Brasil no prato dos brasileiros. **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, v.13, n. 28, p. 87-116, dez 2007.

BESSIS, S. **Mille et une bouches: cuisines et identités culturelles**. Paris: Autrement, 1995.

BRASIL. Ministério da Cultura. Fundação Biblioteca Nacional Departamento Nacional do Livro. **A Carta de Pero Vaz de Caminha**. Disponível em: <http://objdigital.bn.br/Acervo_Digital/Livros_eletronicos/carta.pdf> Acesso em: 5 mai. 2018

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf>. Acesso em: 16 mai. 2018.

CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D. **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2005.

CARNEIRO, H. **Comida e sociedade: uma história da alimentação**. 7. Ed. Rio de Janeiro: Campus, 2003.

CASCUDO, L. C. **História da Alimentação no Brasil**. 4. ed. São Paulo: Global, 2011.

CHALLITA, M. **O Alcorão**. Rio de Janeiro: Associação Cultural Gibran, 2010.

CONTRERAS, J. **Patrimônio e Globalização: o caso das culturas alimentares**. In: CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D. **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2005.

CONTRERAS, J.; GRACIA, M. **Alimentação, sociedade e cultura**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.

FEATHERSTONE, M. **Cultura de consumo e pós-modernismo**. São Paulo: Studio Nobel, 1995.

FERLINI, A. **Civilização do Açúcar Séculos XVI a XVIII**. 8. ed. São Paulo: Brasiliense, 1994.

FIGUEIREDO, S. L.; RUSCHAMANN, D. Estudo genealógico das viagens, dos viajantes e dos turistas. **Novos Cadernos NAEA**, Pará, v. 7, n. 1 p. 155-188, jun. 2004.

FISCHLER, C; MASSON, E. **Comer: a alimentação de franceses, outros europeus e americanos**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2010. Tradução de Ana Luiza Ramazzina Guirardi.

FISCHLER, C. **El (h)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo**. Barcelona: Anagrama, 1995. Tradução de Mario Merlino.

FISCHLER, C. Commensality, society and culture. **Social Science Information**, Paris, v. 50, n. 3-4, p. 528-548, set. 2011

FLANDRIN, J. L.; MONTANARI, M. **História da alimentação**. 8. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2015. Tradução de Luciano Vieira Machado e Guilherme João de Freitas Teixeira.

FONSECA, A. B et al. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 9, p. 3853-3862, set. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011001000021&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 12 abr, 2018

GEERTZ, C. **Nova Luz sobre a Antropologia**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

GENNEP, A. V. **Os Ritos de Passagem: estudo sistemático dos ritos da porta e da soleira, da hospitalidade, da adoção, gravidez e parto, nascimento, infância, puberdade, iniciação, ordenação, coroação, noivado, casamento, funerais, estações, etc**. 3. ed. Petrópolis, Vozes, 2011. Tradução de Mariano Ferreira.

GRACINDO, I. **Viagem ao mundo do chá**. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2013.

Grande Enciclopédia Larousse Cultural. São Paulo: Nova Cultural, 1998, 24v.

KEDDIE, N.R; BARON, B. **Women in the Middle East: A History**. Yale University Press, 1993.

LAPLANTINE, F. **Aprender Antropologia**. 15. ed. São Paulo: Brasiliense, 2003. Tradução Marie Agnés Chauvel.

LEMPS, A. H. As bebidas coloniais e a rápida expansão do açúcar. In: FLANDRIN, J. L.; MONTANARI, M. **História da alimentação**. 8. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2015. Tradução de Luciano Vieira Machado e Guilherme João de Freitas Teixeira.

LIMA, K. C. O. A assistência de saúde às mulheres muçulmanas: a inclusão da perspectiva da religião para uma prestação de cuidados congruente. In: Congresso ANPTECRE, 5., 2015, São Paulo. **Anais...** São Paulo, 2015

LIMA, R. S.; NETO, J. A. F.; FARIAS, R. C. P. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. **Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 3, p. 507-522, jul. 2015. Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/16072>>. Acesso em: 05 abr. 2018.

MACIEL, M. E. Cultura e Alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin? **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, v. 7, n. 16, p. 145-156, dez. 2001

MACIEL, M. E. Uma cozinha à brasileira. **Estudos Históricos**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 33, p. 25-39, jun. 2004

MICHEL, F. **Désirs d'ailleurs: essai d'anthropologie des voyages**. Paris: Armand Colin, 2000.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2008.

MOREIRA, S. A. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 62, n. 4, out. 2010. Disponível em: <http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252010000400009&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 abr. 2018

OLDWAYS. **Mediterranean Diet Pyramid: A contemporary approach to delicious, healthy eating**, 2009. Disponível em: <https://oldwayspt.org/system/files/atoms/files/OW_MedPyramid_HiResLetter.pdf>. Acesso em: 28 mai. 2018. Oldways Preservation and Exchange Trust.

ORTIGOZA, S. A. G. Mudanças e persistências dos hábitos alimentares no Brasil e seus impactos no espaço urbano. In: Encontro de Geógrafos da América Latina 8., Santiago, 2001. **Anais...** Santiago, 2001. Disponível em: <<http://observatoriogeograficoamericalatina.org.mx/egal8/Geografiasocioeconomica/Geografiaurbana/15.pdf>>. Acesso em: 5 abr. 2018.

PEIXOTO, N. B. **Cenários em ruínas**. São Paulo: Brasiliense, 1987

PEYER, H. C. Os primórdios da hotelaria na Europa. In: FLANDRIN, J. L.; MONTANARI, M. **História da alimentação**. 8. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2015. Tradução de Luciano Vieira Machado e Guilherme João de Freitas Teixeira.

POULAIN, J. P. **Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço social alimentar**. Florianópolis: Editora da UFSC, 2004. Tradução de Rossana Pacheco da Costa Proença, Carmen Sílvia Rial, Jaimir Conte.

REY, A. **Le grand Robert de la langue française**. 10. ed. Paris: Dic. Le Robert, 2001.

RODRIGUES, C. E. A influência da alimentação em quem somos. **Diálogos e Saberes**, Mandaguari, v.12, n. 1, p. 9-24, 2016

RODRIGUES, H. A. F. Alimentação como fonte de sociabilidade e de hospitalidade. **Sinais: Revista Eletrônica Ciências Sociais**, Vitória, v. 1, n. 12, p. 85-100. dez 2012.

ROSENBERGER, B. **A cozinha árabe e sua contribuição à cozinha europeia**. In: FLANDRIN, J. L.; MONTANARI, M. História da alimentação. Tradução de Luciano Vieira Machado e Guilherme João de Freitas Teixeira. 8. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2015.

STACEY, A. Saúde no Islã: Dieta e Nutrição. **Islam Religion**, 2015. Disponível em: <<https://www.islamreligion.com/pt/articles/1892/saude-no-islam-parte-3-de-4/>>. Acesso em: 22 mai. 2018

UNITED NATION EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION. **Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage**, Paris, 2003. Disponível em: <http://portal.unesco.org/en/ev.php-URL_ID=17716&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html> Acesso em: 7 mai. 2018.

UNITED NATION EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION. **Decision of the Intergovernmental Committee: 5.COM 6.14**. Nairobi, 2010. Disponível em: <<https://ich.unesco.org/en/decisions/5.COM/6.14>>. Acesso em: 7 mai. 2018.

UNITED NATION EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION. **Decision of the Intergovernmental Committee: 8.COM 8.10**. Baku, 2013. Disponível em: <<https://ich.unesco.org/en/décisions/8.COM/8.10>>. Acesso em: 7 mai. 2018.

ZUIN, L. F. S.; ZUIN, P. B. Alimentação é cultura: aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar. **Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, São Paulo, v. 34, n. 1, p. 225-241, abr. 2009.