

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO TECNOLÓGICA EM
GASTRONOMIA

BEATRIZ SOUZA DA SILVA
FRANCISCA MARIA CONCEIÇÃO DA COSTA
MARIA EDUARDA DE LIMA MELO

GASTRONOMIA AMAZÔNICA

RECIFE/2021

BEATRIZ SOUZA DA SILVA
FRANCISCA MARIA CONCEIÇÃO DA COSTA
MARIA EDUARDA DE LIMA MELO

GASTRONOMIA AMAZÔNICA

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de tecnólogo em Gastronomia.

Professora Orientadora: Mestra Nathalia Cavalcanti dos Santos

RECIFE/2021

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586g Silva, Beatriz Souza da
Gastronomia Amazônica / Beatriz Souza da Silva, Francisca Maria
Conceição da Costa, Maria Eduarda de Lima Melo. - Recife: O Autor, 2021.
24 p.

Orientador(a): Me. Nathalia Cavalcanti dos Santos.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Tecnólogo em Gastronomia, 2021.

Inclui Referências.

1. Pan Amazônia. 2. Cultura. 3. Características. 4. Amazônia. I.
Costa, Francisca Maria Conceição da. II. Melo, Maria Eduarda de Lima.
III. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 641

Dedicamos esse trabalho a nossos pais, Alda Maria, Djair Correia, Sebastiana Francisca, João Inácio, Anichelle Carolina e Eduardo Xavier, que são nossos exemplos de honestidade e amor ao próximo. Aos nossos filhos, Maria Isabella e Vinícius José, nossas fontes de inspiração. Aos nossos familiares, em especial, Aldione Dias, Junior Bispo, Aline Regina, Severina Maria e Ivaldo Horácio. A nossos amigos, em especial, Carolina Fernandes, Laura Lúcia, Ana Clara, Beatriz da Luz, Carolina Almeida, Luís Felipe e João Pedro. A todos que nos incentivaram a seguir em frente, sempre com muita fé e perseverança ao longo dessa caminhada. E por fim, a todos os nossos colegas e professores, que contribuíram para nosso crescimento profissional.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus pelo dom da vida e por ter nos guiado por todo processo de escrita do nosso trabalho.

À nossa orientadora, Mestra Nathalia Cavalcanti por ter acompanhado todo o processo, pela paciência e por ter nos prestado todo o apoio e auxílio necessários.

Aos nossos pais, que nos apoiaram desde o início, incentivando a todo momento, e não nos deixaram desistir.

Aos nossos amigos e familiares pelo apoio que nos prestaram, pela compreensão da nossa ausência durante esse processo.

Em especial, à nossa querida amiga, Mestra Ramona Gabriela, que prestou toda assistência quando precisávamos e que sempre esteve disposta a nos ajudar e contribuir conosco.

Por fim, agradecemos a todos que direta ou indiretamente nos auxiliaram na realização deste trabalho. Muito obrigada!

“É Nordeste

*O Nordeste é alegria
não tem lugar tão perfeito
craque na gastronomia
do granfino ao prato feito
e por aqui virou mania
de quem vem passar um dia
e quer ficar de qualquer jeito.”*

.”

(Guibson Medeiros)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	9
2 OBJETIVOS.....	11
3 JUSTIFICATIVA	11
4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	11
5 RESULTADOS	13
5.1 A influência da cultura indígena na gastronomia amazônica	13
5.2 Os principais ingredientes e preparações da região amazônica....	16
5.3 A diversidade entre as regiões amazônicas	20
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS.....	23

GASTRONOMIA AMAZÔNICA

Beatriz Souza da Silva

Francisca Maria Conceição da Costa

Maria Eduarda de Lima Melo

Nathalia Cavalcanti dos Santos¹

Resumo: A região amazônica é formada por um departamento francês, a Guiana Francesa e por oito países da América do Sul, sendo eles: Brasil, Bolívia, Colômbia, Equador, Guiana, Peru, Suriname e Venezuela. A cultura alimentar da região amazônica é bastante diversificada, se apresentando a partir de um verdadeiro panorama de contrastes, que vão desde as mais finas preparações às mais exóticas, o que exige de seus apreciadores a exclusão de qualquer tipo de preconceito alimentar. O estudo se justifica através do propósito de disseminar a gastronomia amazônica, de forma que as informações sobre a região sejam propagadas acerca da cultura alimentar da região amazônica, suas especificidades, suas influências e suas diferenças. O presente artigo tem como objetivo apresentar a gastronomia amazônica, evidenciando aspectos culturais, diferenças regionais e especificidades das preparações culinárias desta região. O presente trabalho de conclusão de curso aborda de forma exploratória o tema central “Gastronomia Amazônica”. Para atingir os objetivos propostos, optou-se por uma pesquisa bibliográfica, que segundo Severino (2007) é definida como aquela que é executada diante dos registros solícitos, subsequentes de pesquisas em livros, artigos, teses, entre outros documentos científicos. Durante o Brasil-Colônia, os índios tinham como base para sua alimentação a mandioca, seja preparada como farinha ou em forma de beijus. Na cozinha da Amazônia geralmente são usados peixes frutos oriundos da caça e da pesca. Nos últimos anos, o cenário da gastronomia amazônica vem mudando, uma vez que a mesma figurava como secundária em comparação à gastronomia das cozinhas mineira, nordestina e baiana.

Palavras-chave: Pan Amazônia. Cultura. Características. Amazônia legal.

¹ Professora da UNIBRA, Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade Federal Rural de Pernambuco, Bacharel em Gastronomia e Segurança Alimentar pela Universidade Federal Rural de Pernambuco. E-mail para contato: nathalia.santos@grupounibra.com.

1 INTRODUÇÃO

A região amazônica é formada por um departamento francês, a Guiana Francesa e por oito países da América do Sul, sendo eles: Brasil, Bolívia, Colômbia, Equador, Guiana, Peru, Suriname e Venezuela. Para falar da Amazônia, comumente, relaciona-se à Amazônia local, ou seja, do determinado país, já que o conhecimento sobre a região é escasso. Cada região amazônica possui um diferente domínio, porém, continua sendo um único território bastante diversificado (ARAGÓN, 2017).

Alguns chefs brasileiros passaram a buscar saber mais sobre os muitos ingredientes amazônicos, utilizando-os com altas técnicas gastronômicas, fazendo com que a gastronomia brasileira possa ganhar uma nova identidade. O chef Alex Atala utiliza ingredientes amazônicos em seu restaurante: D.O.M, e ganhou fama através de suas inovações diante da gastronomia brasileira (OLIVEIRA, 2018).

Composta por suas extensas florestas e rios, a gastronomia amazônica é constituída, basicamente, por peixes e frutos oriundos da caça e da pesca. Podendo ser considerada a mais genuína das cozinhas regionais é influenciada, principalmente, pela cultura indígena (TREVISANI, 2002).

As gastronomias referentes a cada região representam uma diversidade de misturas e sabores a partir de ingredientes que são definidos não somente em virtude do que o meio oferece, mas também com referência aos gostos culturais dessas regiões, os quais determinarão aquilo que se come (LISBOA E SIMONIAN, 2011).

É interessante lembrar que o ato de comer está muito além de simplesmente saciar a fome, já que sua essencialidade se torna um processo consciente e voluntário que vai se moldando a diferentes costumes e tradições de acordo com a cultura local onde o ser humano se socializa desde o nascimento (MASCARENHAS; GÂNDARA, 2015).

Inicialmente a culinária local da Amazônia era feita sem a adição de sal, açúcar e especiarias, uma vez que esses ingredientes foram sendo introduzidos a partir de influências estrangeiras ao longo do tempo. Vale salientar que a gastronomia Amazônica é bastante preservada por causa da grande distância entre as regiões (CRUZ *et al.*, 2014).

É importante frisar ao se analisar uma cultura que, em seu contexto, a alimentação exerce um papel fundamental na vida das pessoas, não apenas por causa da necessidade de nutrição do corpo e garantia da sobrevivência humana, mas também em detrimento à influência que a cultura social exerce sobre uma determinada região (QUINZANI; CAPOVILLA, 2015).

Uma particularidade na cozinha amazônica são os molhos, que são caracterizados pela mistura do limão, do alho, do sal e do jambu, esse último muito apreciado, cuja principal característica é que, a ingestão dessa erva, provoca no indivíduo o ardor da língua e deixa a boca com a sensação de que estivesse anestesiada (MIESSA, 2013).

A gastronomia é capaz de proporcionar e incitar diversas discussões sobre as maneiras de consumir produtos, bem como seus aspectos identitários, e dessa forma, os conceitos de identidade e cultura são constantemente revisados na época contemporânea. Isso acontece não apenas em virtude de diversos estudos acadêmicos acerca das correntes e dos modos de compreensão culinária, mas também por causa das inúmeras transformações que as populações vêm trazendo às representações e às criações de pratos regionais. Essas mudanças nem sempre são realizadas de maneira harmônica, gerando disputas e tensões por significados e ressignificações (FAVACHO *et al.*, 2018).

A cultura alimentar é estabelecida pelo ato de comer, o qual se submete a condicionantes como o fato do ser humano ter a capacidade de se alimentar dos mais variados produtos, tanto de natureza vegetal como animal, como também devido a sua liberdade de escolhas, ou seja, seus gostos culturais, respaldados pelos ambientes onde os mesmos estão inseridos, formando grupos e comunidades (QUINZANI; CAPOVILLA; CORRÊA, 2016).

A maneira que os índios nativos da América cozinhavam não possuía nenhum tipo de requinte, pois o fogo era utilizado apenas para assar a caça ou a pesca. Diversos alimentos eram consumidos crus e os que necessitavam de cozimento eram feitos em panelas artesanais de barro, não muito comuns à época (CREPALDI, 2012).

Dentre as técnicas de cocção utilizadas pelos nativos da região das Américas, especificamente, da região amazônica está a técnica de moqueio, que é

feito a partir da defumação, onde se coloca a caça sobre o fumeiro fabricado com varas, a qual é secada por meio de fumaça e do aumento da temperatura. Como existe a escassez de gelo, o processo de defumação viabiliza a redução da água disponível no alimento, o que se diminuem as possibilidades de proliferação bacteriana, bem como a contaminação, tanto do alimento como daqueles que o consome (LIRA; COUTINHO; FERST, 2019).

2 OBJETIVOS

- **OBJETIVO GERAL**

Apresentar a gastronomia amazônica, evidenciando aspectos culturais, diferenças regionais e especificidades das preparações culinárias desta região.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Indicar as influências culturais indígenas na formação da gastronomia amazônica;

Descrever as preparações culinárias e ingredientes típicos da gastronomia amazônica;

Evidenciar as características regionais da gastronomia amazônica.

3 JUSTIFICATIVA

O estudo se justifica através do propósito de disseminar a gastronomia amazônica, de forma que as informações sobre a região sejam propagadas acerca da cultura alimentar da região amazônica, suas especificidades, suas influências e suas diferenças.

A cultura alimentar da região amazônica é bastante diversificada, se apresentando a partir de um verdadeiro panorama de contrastes, que vão desde as mais finas preparações às mais exóticas, o que exige de seus apreciadores a exclusão de qualquer tipo de preconceito alimentar (SANTOS; PASCOAL, 2013).

4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente trabalho de conclusão de curso aborda de forma exploratória o tema central “Gastronomia Amazônica”. Para atingir os objetivos propostos, optou-se

por uma pesquisa bibliográfica, que segundo Severino (2007) é definida como aquela que é executada diante dos registros solícitos, subsequentes de pesquisas em livros, artigos, teses, entre outros documentos científicos.

Após a definição do tema da pesquisa, foram selecionados livros, artigos, monografias, dissertações e documentos oficiais que abordam o tema central: Gastronomia Amazônica. Estes trabalhos foram coletados nas bases científicas do Google Acadêmico, Scielo, Periódicos Capes, Sistebib, Repositório Universidade Nova e Repositório UniCEUB. Além dos artigos e documentos científicos coletados nas plataformas online de busca, optou-se também pela coleta de livros físicos da biblioteca da Instituição de Ensino Superior UNIBRA e do acervo particular do grupo. As palavras-chave utilizadas para encontrar os documentos nas plataformas de busca online foram: 'influência indígena', 'chefs brasileiros' e 'cultura pan amazônica'.

O critério de seleção dos trabalhos baseou-se na relevância e importância acadêmica dos trabalhos, bem como na abordagem do tema central e dos temas secundários que dão suporte à compreensão da "Gastronomia amazônica". Como temas secundários, foram selecionadas as categorias: Especificidades de cada região amazônica, ingredientes e preparações típicas da região, e a influência indígena presente na região amazônica.

Para a construção desta monografia, foram utilizados trabalhos publicados desde o ano de 1997 até o ano de 2021, de modo a abordar a gastronomia amazônica, de forma que evidencie seus aspectos culturais, as distinções entre cada região e suas influências, indicando a ascendência indígena, descrevendo os preparos e ingredientes, e predominando as características regionais da Gastronomia amazônica.

O trabalho foi realizado através de leitura informativa, análise temática, análise textual de artigos, livros e trabalhos acadêmicos. Após a seleção da bibliografia, foram realizadas leituras e análises dos trabalhos selecionados. A leitura elabora-se como fator concludente de estudo, proporcionando o aumento da sapiência, o alcance de referências essenciais ou específicas, expandindo horizontes da mente, desenvolvendo o vocabulário e aperfeiçoando a compreensão de ideias das obras (LAKATOS; MARCONI, 2003).

Após as etapas de leitura e análise, foi realizada uma síntese que culminou nos resultados deste trabalho, os quais são apresentados de forma expositiva e divididos em 3 tópicos que irão abordar as seguintes temáticas: A influência da cultura indígena na gastronomia amazônica; a diversidade entre as regiões amazônicas e os principais ingredientes e preparações da região amazônica.

5 RESULTADOS

5.1 A influência da cultura indígena na gastronomia amazônica

Durante o Brasil-Colônia, os índios tinham como base para sua alimentação a mandioca, seja preparada como farinha ou em forma de beijus, o que levou a região amazônica, especialmente Maranhão, Pará e Amazonas a serem consideradas berço da farinha d'água, alimento forte e substancial (SANTOS; PASCOAL, 2013).

O clima tradicionalmente úmido e quente da região da Amazônia contribui para a grande especificidade culinária da região, a qual tem fortes traços indígenas em sua concepção. De uma forma geral são utilizados produtos retirados diretamente da natureza amazônica, que é tão exuberante, multicolorida e biodiversa (LISBOA; SIMONIAN, 2011).

A partir desse pensamento, cada povo tem sua própria culinária, a partir da qual são refletidos diversos aspectos da sociedade, como características climáticas, culturais, geográficas, sociais e econômicas, fazendo com que o homem faça adaptações ao meio que se vive.

A caça sempre foi uma prática marcante entre o povo amazônico, cujos estados a permitem como forma de subsistência para as populações indígenas, sendo ela a principal fonte de proteína em conjunto com a pesca. As ervas, por sua vez, no passado indígena, eram utilizadas mais com a função medicinal do que culinária propriamente dita, diferentemente de hoje que são usadas como tempero a fim de fornecer sabores aos preparos. A pimenta é um dos condimentos mais usados pelos indígenas (QUINZANI; CAPOVILLA, 2015). Para Crepaldi (2012, p. 37):

A cultura indígena é rica em tradições e costumes, que estão sendo transmitidos de geração para geração, dentre esses costumes se destaca a questão alimentar, seus hábitos alimentares, cercados de mitos, rituais e tradições, isso não é diferente nas etnias do estado do Mato Grosso, muitas

delas, ricas em lendas a respeito da origem dos alimentos, as restrições alimentares, bem como os rituais para o preparo de algumas receitas.

Assim, uma refeição poderá satisfazer tanto a essencial necessidade humana em se alimentar, como também reforçar as relações sociais no momento em que fortalece a convivialidade, tornando-se, portanto, cada vez mais uma experiência individual. A gastronomia não poderá ser vista de maneira isolada, visto que envolve vários fatores tangíveis e intangíveis que acontecem ao mesmo tempo formando tais experiências.

Salienta-se que a gastronomia tanto é uma arte da cozinha moderna, como tem sido usada para ofertar o turismo, não apenas pelo simples fato de saciar a fome dos turistas, mas como significativa parte de intercambiar a cultura do local a ser visitado (LIRA; COUTINHO; FERST, 2019).

Em se tratando de região Amazônica, ela predominantemente é influenciada pela cultura indígena, apesar de ter sofrido influências também da imigração europeia e dos nordestinos. Atualmente a cozinha amazônica tem crescido e se destacado no Brasil em virtude de seus sabores ácidos e excêntricos, muitas vezes anestésiantes, os quais são explorados e apreciados em restaurantes das maiores capitais do país (MIESSA, 2013).

Para Vieira, Silva e Santos (2017, p. 1):

Os hábitos alimentares da região norte do país possuem uma riquíssima tradição, que mesmo se modificando e recebendo influência de outras gastronomias ainda apresentam uma forte herança indígena e se dividem em frutos do mar, por ser a região mais abundante em água, e frutos da terra, vivendo em função de especialidades regionais.

Na cozinha da Amazônia geralmente são usados peixes, dentre os quais se destacam o pirarucu, o tambaqui e o tucunaré. Destaca-se nesses hábitos alimentares da região amazônica a herança dos índios, que se baseavam na pesca, na caça e no consumo de frutas silvestres e de farinhas diversas. Um exemplo prático dos costumes indígenas é percebido no uso do peixe-boi na culinária onde, por causa do sabor de sua carne, passou a ser comercializada e utilizada de maneira rápida e frequente. Outras carnes exóticas da região são a de tartaruga e

de jacaré, onde da primeira também se aproveitam os ovos e a gordura (QUINZANI; CAPOVILLA, 2015).

A gastronomia Amazônica, por ter origem a partir da culinária indígena, é bastante tradicionalista em relação a sua população local, visto que, mesmo sofrendo algumas influências de outros povos, o consumo de alimentos e bebidas típicas da região continuou sendo a tradição (MASCARENHAS; GÂNDARA, 2015).

Os índios da região amazônica não possuíam conhecimentos referentes à escrita, sendo povo de tradição oral. Muitos deles moravam próximos aos rios por causa da facilidade da pesca, bem como dos solos férteis das praias, locais onde plantavam milho, mandioca, tabaco, algodão e frutas diversas. Os índios eram e são experientes agricultores e suas técnicas existem desde 9.000a.C (QUINZANI; CAPOVILLA; CORRÊA, 2016).

Segundo o Ministério da Cultura:

Boa parte da cultura à mesa na região vem do legado indígena, que expeliu seu conhecimento aos livros de receitas escritas. É considerada por muitos o maior exemplo de culinária tipicamente nacional. Apesar de suas raízes amazônicas, a cozinha regional sofreu influência forte de imigrantes portugueses, logo no início da colonização. Depois, com o ciclo da borracha, outros povos chegaram e deixaram seus traços na culinária, como é o caso de libaneses, japoneses, italianos e até mesmo os próprios nordestinos que migraram para a região nesse mesmo período (BRASIL, 2013, p.18).

Os povos da Amazônia também desenvolveram técnicas culinárias bem peculiares, como o corte titinhado que é realizado em pequenos peixes ou peixes maiores que possuem grande quantidade de espinhas, como é o caso da piranha. Nessa técnica, faz-se cortes pequenos sucessivos e rasos, de forma que as espinhas sejam cortadas finamente, o que permite que sua carne seja assada. Há também o corte chamado de popocado, utilizado no mapará, onde se faz o corte a certa profundidade com o objetivo de que, ao assar, sua gordura é exsudada e permite o cozimento da própria carne.

Segundo Pacheco (2015, p. 1) existe uma:

Riqueza da biodiversidade da Amazônia e o seu valioso patrimônio cultural representado pelo conhecimento tradicional de seus povos sobre as plantas medicinais e comestíveis, frutos, sementes, raízes, fauna silvestre, peixes, deveria representar uma abundante oferta e utilização de proteína, calorias,

vitaminas, minerais, e assim, garantir a saúde, nutrição e qualidade de vida para sua população.

O uso de diversos tipos de pimentas como condimento principal sempre foi comum entre os índios, onde as populações indígenas trabalham com as mais variadas quantidades de pimentas de forma perfeita. Em diversos países a pimenta nativa é usada como pasta para a preparação de sopas e cozidos, onde algumas pessoas a consomem in natura. Na Amazônia acontece a mesma coisa, só que na região foi desenvolvida uma técnica, fabricando-se a pimenta pilada. O sal não era usado pelos indígenas, o qual era substituído pelo pó de algumas cascas de árvores a fim de obter o sabor do alimento.

A mandioca sempre foi usada em toda sua totalidade, sendo a base da alimentação indígena na forma de farinha, massa, folha, amido, tucupi dentre outros, deixando para a Amazônia um paradigma que substitui de maneira eficaz quaisquer alimentos que contenham carboidratos, a exemplo do milho, do arroz e da batata. O guaraná, que faz parte dos deuses de muitos povos indígenas, tem grande poder simbólico e é usado em rituais, passou a ser uma típica bebida da Amazônia. Ainda o cupuaçu, a pupunha e o bacuri se tornaram alternativas de frutas e frutos na alimentação desses povos. É perceptível que entre os povos indígenas não há desperdícios, mas há uma prodigalidade e o respeito aos ciclos da Terra-mãe e de seus habitantes.

Muitos pratos são bem identitários da Amazônia, como o tacacá, apesar de haver uma transculturalidade em virtude das muitas influências sofridas em seus ingredientes e modos de preparo. O tacacá é um prato indígena que originalmente incluía formigas ou peixe, principalmente bacu, tamuatá e gurijuba, os quais eram misturados à goma de mandioca dissolvido em água quente, o que deixava o tucupi aquecido por mais tempo em virtude da densidade da goma.

5.2 Os principais ingredientes e preparações da região amazônica

Na cozinha da Amazônia geralmente são usados peixes, dentre os quais se destacam o pirarucu, o tambaqui e o tucunaré. Destaca-se nesses hábitos alimentares da região amazônica a herança dos índios, que se baseavam na pesca,

na caça e no consumo de frutas silvestres e de farinhas diversas. Um exemplo prático dos costumes indígenas é percebido no uso do peixe-boi na culinária onde, por causa do sabor de sua carne, passou a ser comercializada e utilizada de maneira rápida e frequente. Outras carnes exóticas da região são as de tartaruga e jacaré, onde da primeira também se aproveitam os ovos e a gordura (QUINZANI; CAPOVILLA, 2015).

Há diversos outros produtos também bastante usados na cultura amazonense que é o açaí, o guaraná, o cupuaçu e o bacuri, essa última vem cada vez mais ganhando espaço na culinária, especialmente na fabricação de sorvetes, doces e sucos (BRASIL, 2015).

Em relação a raízes, a mandioca tem ocupado um lugar de destaque, por ela ser a base de várias comidas, além de ser transformada em farinha para a confecção de tapiocas ou bijus e ao ser misturada com água, se transforma em caribe ou chibé, mingau bastante consumido na região. A água da mandioca, que também é conhecida pelo nome de tucupi, é utilizada para a execução do Pato no Tucupi, famoso prato da culinária de Belém (MIESSA, 2013).

Quinzani, Capovilla e Correia (2016, p. 263) falaram acerca da mandioca, ao citarem: “O uso da mandioca na feitura de seus principais pratos. Com a mandioca são preparados o beiju, o tacacá e o tucupi, além de farinhas de vários tipos como a farinha d’água e de Piracuí”.

Ainda em referência às farinhas, o chibé e o caribé também se destacam na culinária da região amazônica. O primeiro é preparado a partir da mistura da farinha de mandioca com água que poderá resultar em um líquido ou pirão, a depender do tempo de descanso da massa. Essa mistura é usada também para diminuir o sal de alguns peixes e do charque assado na brasa. O chibé não vai ao fogo e pode ser misturado também com açúcar (SANTOS; PASCOAL, 2013).

O caribé, por sua vez, se trata de uma espécie de mingau feito ao fogo, onde se mistura farinha d’água, manteiga, alho e sal, e tradicionalmente é consumido através de uma cuia. Seu preparo é indicado para fortalecer os músculos, bem como para o uso em pacientes pós-cirúrgicos ou pelos caboclos quando desejavam um diferente café da manhã (PICANÇO, 2020).

Quinzani e Capovilla (2015, p. 7) demonstram que:

A floresta também fornece uma gama de frutas típicas. São exemplos; o murici, o bacuri, o uxi, a bacaba, a taperá, o cupuaçu e o açaí, que podem ser degustadas in natura ou acompanhadas de farinha, seguindo a tradição da região; e outra gama de frutas memoráveis, como o araçá, pitanga, caju, jambo, ginja, grumixama, ingá, fruta pão, jaca, ananás maracujá, ata, biriba, camapu, camutim, carambola e cubiá. Os frutos processados têm variados consumos, como o prato básico da região, que é o açaí misturado com farinha de mandioca.

Outro ponto interessante da culinária da região amazônica é a mujica, que é uma iguaria de origem cabocla, onde são usadas carnes de caranguejo, peixes e siris pré-cozidas e temperadas com alho, limão, sal e margarina. Depois de misturados os ingredientes, essa mistura é levada ao fogo a fim de se obter um mingau de consistência mediana. No final são acrescentados os temperos verdes (QUINZANI; CAPOVILLA; CORREIA, 2016).

O tacacá é uma outra iguaria feita a partir de subprodutos da mandioca, que pode ser a goma ou o tucupi, misturados ao jambu, ao camarão seco e a outros temperos. Seu preparo contém particularidades, devendo-se seguir sequências complexas, cujos ingredientes principais são preparados e colocados separadamente em vasilhas. O tacacá é geralmente servido em cuias, fabricadas a partir do fruto da cuieira e consumido sem o uso de talheres, assim como todo o seu processo de preparo. Essa iguaria tornou-se uma comida de rua na região amazônica e está fortemente associada aos pertencimentos sociais e costumes dos povos indígenas (LISBOA; SIMONIAN, 2011).

O tucupi, citado anteriormente, trata-se de um líquido amarelado que é extraído da mandioca brava e consegue proporcionar um sabor bastante exótico à comida, especialmente quando misturado ao alho, sal e pimentas do reino e de cheiro. Um dos pratos bastante tradicionais é o pato no tucupi, sendo ele um dos mais famosos pratos culinários da região amazônica, sendo considerada uma fina iguaria que retrata fartura e tradicionalismo. Geralmente é temperado e assado ao forno e depois de pronto, emergido no tucupi fervente com folhas de jambu, essas sendo uma planta nativa cujas folhas proporcionam uma sensação de ardor e dormência nos lábios (MARECO; SIMONIAN, 2019).

É interessante frisar que as comidas e as bebidas tradicionais da região amazônica são bastante atrativas.

Segundo Gimenes (2009, p. 9):

Estas iguarias, preparadas ao longo dos tempos e integrantes da cultura imaterial de suas respectivas comunidades, destacam-se em meio ao horizonte das comidas padronizadas que prevalece nos grandes centros urbanos, e muitas vezes se tornam uma possibilidade de conexão cultural ou com um estilo de vida que se deseja.

Entre as frutas, o açaí tem grande destaque na culinária da região amazônica, pois o açaizeiro, que é uma palmeira, tem abundância na Amazônia, especialmente nas áreas repletas de várzea. Esse fruto tem ocupado lugar de destaque entre o povo da região, independente da classe socioeconômica, e é amplamente consumida, seja em forma de polpa batida misturada com farinha d'água ou com a farinha da tapioca, acompanhada por pratos salgados. Sua polpa também é usada para preparar sobremesas, sucos e sorvetes, o que a torna fonte de renda para boa parte das famílias que vivem na região (MARTINOT; PEREIRA; SILVA, 2017).

Um prato semelhante à feijoada nordestina é a maniçoba, que está intrinsecamente ligada às tradições indígenas e era preparada somente em ocasiões especiais. Após influência de outros povos, essa iguaria sofreu modificações em seu preparo, acrescentando-se os defumados. As manivas são folhas tóxicas da mandioca, as quais são levadas necessariamente ao fogo seis dias a fim de se eliminar todas as toxinas. Na atualidade a maniçoba é vendida já pré-processada, porém é bastante comum na região a existência de famílias fazendo a preparação em suas casas, utilizando fogão a lenha. Sua composição é formada pela maniva, carne de boi e de porco, mocotó, chouriço, toucinho, linguiça, bucho de boi, bacon, charque, além de louro, pimenta de cheiro e cebola (SANTOS; PASCOAL, 2013).

Entre os pescados, o pirarucu tem um lugar cativo, sendo ele o maior peixe de escamas do Brasil, podendo chegar a 2,5 metros e pesar 80kg. Ele é chamado de bacalhau da Amazônia quando salgado, por parecer com o bacalhau tradicional. O piracuí é outra espécie de peixe que foi muito consumida pelos índios e para seu preparo, eles são colocados em um buraco no solo chamado de moquém, onde é feito um fogo à lenha e paus aromáticos. Depois de assados e desfiados, os peixes eram transformados em uma espécie de farinha e consumido com farinha de

mandioca. A farinha de piracuí também pode ser usada para preparar bolos, sopas e mujicas (QUINZANI; CAPOVILLA; CORREIA, 2016).

5.3 A diversidade entre as regiões amazônicas

A história das Américas é marcada pelo aniquilamento de povos nativos que habitavam o continente, resultando em um incalculável prejuízo em relação às referências histórico-culturais dos países. Mesmo diante dessas perdas, a gastronomia e a alimentação, principalmente da Amazônia, continuam como depositárias das tradições alimentares e dos hábitos culturais indígenas (PACHECO, 2015).

Também conhecida por Pan Amazônia, a região é composta por 8 países da América do Norte, sendo eles: Brasil, Colômbia, Venezuela, Equador, Peru, Guiana, Suriname, Bolívia e um departamento francês: a Guiana Francesa (ARAGÓN, 2017).

Figura 1 - Mapa da região pan amazônica.



Fonte: REPAM - Rede Eclesial Pan Amazônica

Nos últimos anos, o cenário da gastronomia amazônica vem mudando, uma vez que a mesma figurava como secundária em comparação à gastronomia das cozinhas mineira, nordestina e baiana. Os chefs, em especial, do sul e do sudeste do Brasil, têm procurado mais sobre essa região, onde, insumos e condutas gastronômicas dos indígenas antepassados podem ser utilizadas para restituir a cozinha brasileira. Desde então, a região tem sido frequentada por pessoas que

procuram conhecer os hábitos e técnicas utilizadas pelos habitantes da região amazônica (OLIVEIRA, 2018).

Por causa da distância entre as regiões amazônicas, a culinária é bastante preservada. De forma original, é sem açúcar, sem sal e sem especiarias, mas ao decorrer dos anos e influenciada por culturas estrangeiras foi ganhando novos temperos (CRUZ, *et al.*, 2014).

Contendo uma gastronomia bastante colorida e diversificada, a população peruana vem conquistando cada vez mais o povo brasileiro. Dentre os pratos variados da gastronomia peruana, ganham destaque o *Ceviche*, o *Arroz Chauf*, *Chicharrón*, *Lomo salteado* e *Papa a la Huancaína*. (RODRIGUES, *et al.*, 2018).

Uma característica muito interessante da gastronomia peruana é a forma que seus alimentos eram preparados. Por exemplo, para cozinhar faziam um buraco no solo e lá eram colocadas pedras que foram aquecidas anteriormente no fogo. Carnes, ervas, batatas e milhos eram inseridos por cima dessas pedras e, outras pedras, também aquecidas, eram postas por cima dos alimentos (ROCHA, 2019).

O cacau, o café, a malagueta (ou *aji*) são alguns dos principais produtos utilizados na região que são (ou podem ser) cultivados na zona amazônica por conta de sua terra de ótima qualidade. O *aji* é a especiaria mais vendida no mundo, contendo a maior diversidade no Peru (ROCHA, 2019).

Na Bolívia, a base da alimentação é mais saudável. Ela possui um fundamento em culturas estrangeiras, com poucas técnicas indígenas. As refeições são compostas por um grupo de quatro condimentos e especiarias, que são: o açafrão, o cravo, a canela e a pimenta. O doce tem uma presença importante na cozinha, não só em relação a sobremesas, ele foi inserido em comidas salgadas, como por exemplo, a torta de carne. Alguns de seus principais pratos são: *Charque con yuca y llajua de maní*, *Sopa de Guineo* e *Chairo con plátano verde* (REYES, 2009).

A cultura venezuelana foi formada a partir de várias influências, como a indígena, a espanhola e africana, que deram ascendência à culinária crioula. Os primeiros a chegar foram os indígenas, que faziam suas próprias plantações e cultivavam, principalmente a mandioca e o milho. A partir de um destes ingredientes

pode ser feita a *arepa*, alimento clássico na cozinha venezuelana. Alguns de seus pratos típicos são a *Cachapa*, o *Tequeño* e o *Pabellon* (CHIRINOS, 2017).

Também presente na região amazônica, a Colômbia, que é um país muito rico em cultura, deixa marcas nítidas de que a gastronomia amazônica influencia sua identidade. Na culinária colombiana se destaca o uso de vegetais e condimentos. Entre seus pratos típicos, estão: o *Ajiaco*, *Patacones*, *Tamales*, *Chicaron*, entre outros (RODRIGUES, *et al.*, 2018).

No Brasil, ao falar de gastronomia amazônica, pode-se destacar a cultura indígena, que influenciou desde os primórdios a culinária brasileira. Os indígenas ensinaram como moderar ao usar condimento e sal, as vantagens de consumir alimentos de forma imediata, sem secagem ou defumações (SENAC, 2019).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo relata a importância da comida amazônica, de forma que suas ascendências, divergências e sua singularidade sejam propagadas. Diante disso, a pesquisa teve como objetivo geral apresentar a gastronomia amazônica, evidenciando aspectos culturais, diferenças regionais e preparos culinários deste território.

O desenvolvimento deste artigo possibilitou o conhecimento da cultura alimentar da Amazônia, apresentando suas características regionais, onde, cada área possui distintas particularidades. A malagueta, por exemplo, é encontrada com mais facilidade e variedade no Peru.

Também foi visto que sua culinária é de uma individualidade magnífica, de sabores completamente distintos e exóticos, herdados da influência indígena, que além de seus ingredientes, deixou juntamente suas técnicas de preparo.

A partir deste trabalho, verificou-se que determinados assuntos sobre a gastronomia pan-amazônica são restritos, quando essa, que é extremamente rica em cultura e sabor, deve ser muito mais valorizada e praticada, pode-se afirmar que essas restrições se dão também pelos produtos serem de difícil acesso em outras regiões do país.

Assim, no discurso da gastronomia amazônica, precisa analisar junto o contexto cultural que envolve essa região, desde a sua origem na cultura indígena e sua alimentação, nas múltiplas influências culinárias de migrações e imigrações, bem como nas conjunturas que submergem a floresta amazônica com seus admiráveis ingredientes dentre peixes, caças e frutas. Culturalmente, para o aprofundamento do estudo da gastronomia amazônica, deve-se abranger o povo da selva e as diversas etnias locais e assim apontar os subsídios nativos na nossa alimentação porque esta é a mais indígena das nossas gastronomias.

Destarte, considerado o multiculturalismo da região e realizado um investimento nessas particularidades gastronômicas seria possível fomentar o turismo cultural da região, a valorizar a gastronomia e a eternizar técnicas, ingredientes e receitas em desuso.

REFERÊNCIAS

ARAGÓN, Luis Eduardo. A dimensão internacional da Amazônia: um aporte para sua interpretação. **Revista NERA**, ano 21, n. 42, p.15-33 , dossiê, nov. 2018.

BOER, Luciema de; REJOWSKI, Mirian. Dimensões da Hospitalidade em um Restaurante Comercial. **Turismo e Sociedade**. v. 9, n. 1, p. 1-23, 2016.

BRASIL. **Alimentos regionais brasileiros**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. **Aromas, cores & Sabores do Brasil**. Brasília: Ministério da Cultura. 2013

BRITO, Carolina do Couto *et al.* **A identidade gastronômica de uma rede hoteleira da cidade de Manaus**. IX Fórum internacional de turismo do Iguassu. Foz do Iguaçu – Paraná – Brasil, junho, 2015.

CHIRINOS, Ana Alejandra Carrillo. **O Gosto como elemento de memória, identidade e comensalidade: a percepção dos imigrantes Venezuelanos em Brasília-DF**. 64f. Monografia - Universidade de Brasília, Centro de Excelência em Turismo, Brasília, 2017.

CREPALDI, Gabrielle Balbo. **Alimentação indígena em Mato Grosso: educação ambiental e sustentabilidade entre etnias de estudantes da faculdade indígena intercultural**. Dissertação (Mestrado em Ciências Ambientais). 123f. Cáceres, Faculdade Indígena Intercultural, 2012.

CRUZ, Daniel de Souza *et al.* **Sabores da Amazônia**. Portfólio. 77f. Brasília, UniCEUB, 2014.

ERIG, Geruza Aline. **Territórios Gastronômicos: O caso de Palmas - TO**. Tese (Doutorado em Geografia). 274f. Universidade de Brasília, Brasília, 2021.

FAVACHO, Thiago *et al.* **A castanha “é” do Pará, da Amazônia ou do Brasil? Gastronomia, identidades e identificações no ciberespaço**. Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. XVII Congresso de Ciências da Comunicação na Região Norte - Vilhena - RO. Roraima, maio, 2018.

GAIA, Luciana Dellaquila. **Construção de experiências de consumo a partir da comunicação midiática: Alex Atala e o D.O.M. Restaurante**. 141f. Dissertação (mestrado CMAE) – Fundação Getúlio Vargas, Escola de Administração de Empresas de São Paulo, São Paulo, 2019.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos da metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LIRA, Ana Celina Xavier de; COUTINHO, Helen Rita Menezes; FERST, Marklea da Cunha. **Gastronomia do Amazonas: percepção dos permissionários da Praia do**

Tupé, Manaus, AM. **Turismo e Sociedade**. Curitiba, v. 12, n. 3, p. 77-97, set./dez., 2019.

LISBOA, Aldo; SIMONIAN, Lúcia T. Lopes. Gastronomia internacional e hábitos alimentares amazônicos: expansão e transformação. **Zainak**. n. 34, p. 337-351, 2011.

MARECO, Cássia Araújo; SIMONIAN, Lúcia T. Lopes. A relação turismo e imagem na gastronomia paraense. **Pasos. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural**, v. 17, n. 1, p. 159-178, 2019.

MARTINOT, Jan Feldmann; PEREIRA, Henrique dos Santos; SILVA, Suzy Cristina Pedroza da. Coletar ou Cultivar: as escolhas dos produtores de açaí-da-mata (Euterpe precatória) do Amazonas. **RESR**. Piracicaba, v. 55, n. 04, p. 751-766, Out/Dez, 2017.

MASCARENHAS, Rúbia Gisele Tramontin; GÂNDARA, José Manoel Gonçalves. O papel da gastronomia na qualidade e na competitividade dos destinos turísticos. **Cultur**, ano 09, n. 1, fev. 2015.

MIESSA, Vanessa Prestes. **Introdução à gastronomia**. Instituto Federal do Paraná, Curitiba: e-Tec, 2013.

OLIVEIRA, Juan Oreste Braga de. **Amazônia dos sabores: A Amazônia e o campo da gastronomia**. Dissertação (Mestrado em Sociedade e Cultura na Amazônia). 116f. Manaus, Universidade Federal do Amazonas, 2018.

PICANÇO, Miguel de Nazaré Brito. Caribé: bebida que dá sustança ao corpo e alma cabocla. **Anthropológicas Visual**. v. 6, col. 1, n. 1, 2020.

QUINZANI, Suely Sani Pereira; CAPOVILLA, Vinicius Martini. A identidade da cultura gastronômica acreana. **Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**. São Paulo, v. 3, n. 2, maio, 2015.

QUINZANI, Suely Sani Pereira; CAPOVILLA, Vinicius Martini; CORRÊA, Ana Alice. A pluralidade gastronômica da região amazônica: sabores acreanos, paraenses e do Alto Rio Negro. **Revista Hospitalidade**. São Paulo, v. 13, n. 2, p. 248-271, ago., 2016.

REYES, Yolanda Borrega. **Viaje por los sabores y saberes de Bolivia**. La Paz - Bolivia. Editorial All Press, 2009.

RODRIGUES, Samara Bermeguy Porto *Et al.* **A Diversidade Social e Cultural na Fronteira Amazônica Brasil-Colômbia-Peru**. III Seminário Internacional em Sociedade e Cultura na Pan-Amazônia. Universidade Federal do Amazonas - UFAM Manaus (AM), novembro, 2018

SANTOS, Valdirene F. Neves dos; PASCOAL, Grazieli Benedetti. Aspectos gerais da cultura alimentar paraense. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**. São Paulo, Ano 5, n. 1, p. 73-80, Jan-Jun. 2013.

SENAC. **Culinária Amazônica - O Sabor da Natureza**. 1 ed. São Paulo, Editora SENAC São Paulo, 2019.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. 23 ed. São Paulo, Cortez Editora, 2007.

SOUZA, Esther Maria Oliveira de. **Caracterização físico-química, nutricional e aceitabilidade de um pão enriquecido com farinha múltipla composta por ingredientes amazônicos**. 45f. Dissertação (Mestrado em Ciências dos Alimentos) - Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2014.

TREVISANI, Bruna. **A Cozinha Amazônica**. 1.ed. Brasil, Editora Melhoramentos, 2002.