

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRACURSO DE
GRADUAÇÃO TECNOLÓGICA EM GASTRONOMIA

Gabriela Silva do Nascimento
Rayssa Nascimento Silva
Anthony Augusto Gamenha Rocha

O CUSCUZ E SUA IMPORTÂNCIA HISTÓRICA PARA O NORDESTE

RECIFE
2022

Gabriela Silva do Nascimento
Rayssa Nascimento Silva
Anthony Augusto Gamenha Rocha

O CUSCUZ E SUA IMPORTÂNCIA HISTÓRICA PARA O NORDESTE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito básico para conclusão do curso tecnólogo em Gastronomia.

Professor(a) Orientador: Pedro Oliveira

RECIFE
2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

R672c Rocha, Anthony Augusto Gamenha
O cuscuz e sua importância histórica para o nordeste / Anthony Augusto
Gamenha Rocha, Gabriela Silva do Nascimento, Rayssa Nascimento Silva.
Recife: O Autor, 2022.
16 p.

Orientador(a): Pedro Oliveira.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. UNIBRA. Tecnólogo em Gastronomia, 2022.

Inclui Referências.

1. Farinha de milho. 2. Cuscuz. 3. Iguarias Nordestinas. I.
Nascimento, Gabriela Silva do. II. Silva, Rayssa Nascimento. III. Centro
Universitário Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 641

RESUMO

O cuscuz é um prato africano originário da região do Magrebe. É uma mistura de sêmola, trigo ou farinha que pode ser cozida de diferentes maneiras. Desde a sua criação original, o cuscuz se adaptou a diferentes culturas ao redor do mundo. Agora ganha novos sabores e formas em cada país que chega, inclusive no Brasil. Este trabalho de pesquisa traça a história do cuscuz através de sua chegada ao Brasil e processamento da farinha de milho – que é o cuscuz brasileiro – em diferentes versões adequadas para várias regiões do mundo. Para demonstrar as diferenças entre o cuscuz brasileiro, utilizou-se a fotografia e o preparo culinário, juntamente com o exame bibliográfico de sites virtuais, livros e periódicos. Observou-se então que o cuscuz brasileiro está intimamente relacionado a farinha de milho, e sua presença no Brasil está associada aos hábitos dos povos indígenas. Foi utilizado em diversas preparações e adaptado às receitas de colonos portugueses e escravos africanos, abrindo oportunidades para diversas formas de criação. A farinha de milho é feita à mão, moendo o grão em um pilão ou moinho. As versões de cuscuz encontradas no Brasil vão desde o nordestino, cozido no vapor e servido com leite ou vendido em bandejas, até as versões paulistas, com sardinha, ovo cozido, tomate e muito mais. Como tal, o cuscuz pode ser considerado uma importante iguaria no país, com múltiplas adaptações, incluindo novos ingredientes, apresentação e consumo, todos baseados na gastronomia local.

Palavras-chave: Farinha de milho, Cuscuz, Iguarias Nordestinas

Dedicatória ao professor (opcional)

AGRADECIMENTOS

De autoria própria de cada aluno.

SUMÁRIO

RESUMO	3
--------------	---

AGRADECIMENTOS	5
-----------------------------	----------

1. INTRODUÇÃO.....	7
--------------------	---

2. METODOLOGIA.....	9
---------------------	---

Este é um estudo de revisão de literatura. Segundo Soares e al. (2014) é uma revisão de literatura que coleta achados de pesquisas desenvolvidas por meio de diferentes métodos, permitindo que os revisores sintetizem resultados sem comprometer a filiação epistemológica dos estudos empíricos incluídos. 9

Os critérios de inclusão identificados foram: artigos completos, completos, originais sobre o tema e online, publicados em português, inglês e espanhol, e publicações que respondessem questões sobre a direção da pesquisa. Os critérios de exclusão identificados no momento da seleção foram: artigos incompletos, artigos duplicados, dissertações, dissertações, monografias, manuais e publicações que não atendiam às diretrizes de pesquisa.....9

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, obteve-se um total de 22 artigos obtidos parcialmente. Após uma leitura mais precisa, obteve-se um total de 11 artigos que acrescentavam de alguma forma ao contexto apresentado ao trabalho, o que condiz com a continuidade da pesquisa. 9

3. RESULTADOS.....	9
--------------------	---

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
-------------------------------	----

No início de seu cultivo, o milho era utilizado basicamente para a subsistência humana. Com o decorrer do tempo foi ganhando importância e transformou-se no principal insumo para a produção de aves e suínos, além de sua importância estratégica para a segurança alimentar do brasileiro ao longo das últimas décadas.20

O cuscuz é um alimento que representa a transformação cultural de uma comida africana, sofreu influências locais brasileira, é um exemplo de comida descolonizada reproduzindo a cultura culinária que cada região do Brasil e essas exercem influências sobre uma única receita e, assim, criou novos sabores, formatos e histórias.20

O presente estudo possibilitou a investigação da história do cuscuz, ressaltando-se a influência dos povos indígenas, africanos e portugueses quanto à originalidade desse prato que veio a se diversificar mediante a cada cultura.....20

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	21
------------------------------------	----

1. INTRODUÇÃO

Por muito tempo, as pessoas ao redor do mundo confiaram em *Zea mays* L. para sua subsistência. O milho – também conhecido como milho – é uma planta classificada como Zeaceae e Gramineae. É uma das plantas domesticadas mais antigas, e seu nome pode ser encontrado em escritos antigos. Acredita-se que mudanças significativas na agricultura em todo o mundo já tenham ocorrido devido ao conhecimento sobre o milho, bem como devido às classificações resultantes desse novo conhecimento. Devido às características visuais compartilhadas entre diferentes gramíneas produtoras de grãos, a palavra “milho” foi aplicada a várias plantas nos tempos antigos. Este termo foi usado para se referir a plantas que estavam indubitavelmente relacionadas e tiveram efeitos semelhantes na agricultura.

No período de 1451 a 1506, os marinheiros de Cristóvão Colombo foram os primeiros europeus a aprender e relatar sobre o milho. Os nativos da América Central se referiam a ela como mahis; Os falantes de espanhol derivaram o termo maiz disso. Os falantes de português o chamavam de milho marroquino, e os ingleses o chamavam de milho indiano. Embora se acredite que seja originário do Marrocos, o milho é um produto americano. A palavra milho é uma abreviação do termo *cor nuthum*. Este termo passou a ser usado para indicar o milho depois de algum tempo. Embora já estivesse presente na Europa, a aceitação do milho não foi notável. No entanto, levou a muitas tradições culinárias na Itália, como a polenta feita de milho. O milho também estava presente no Brasil entre os nativos muito antes da chegada dos colonizadores. Os indígenas chamavam a mandioca de ubatim. Eles normalmente assavam a mandioca ou faziam mingau com ela. No entanto, a mandioca não se sobrepôs aos hábitos alimentares da população local; em vez disso, foi adotado por nativos próximos. Quando os colonizadores portugueses chegaram ao Brasil, novas receitas à base de milho foram inventadas. Essas receitas eram populares entre os brasileiros devido ao relacionamento próximo com as mulheres portuguesas que viviam entre eles (SALDANHA, 2011).

Os portugueses absorveram o uso do milho em preparações como broas, mexudas (caldo com farinha de milho e couves), papas de milho fritas e com leite e açúcar. Já os escravos criaram jeitos diversificados para o uso desse milho, juntando ingredientes que tinham disponibilidade: açúcar mascavo, leite de coco, mandioca. Apenas as técnicas de preparo variavam. Com a fusão das três culturas (indígena, portuguesa e africana), foi-se formando uma culinária própria de São João. As festas religiosas, as fogueiras para assar o milho fizeram surgir preparações como angu, canjica, mungunzá, pamonha, polenta, bolos, pães e cuscuz (CAVALCANTI, 2010).

O cuscuz é um prato originário do Maghreb, região do norte da África, consiste em um preparo de sêmola de cereais, principalmente trigo, como também de farinha, polvilho, milho ou mandioca.

Pode ser incrementado com muitos ingredientes. No Brasil é o equivalente à massa de milho, amassada, temperada com sal, cozida no vapor e depois umedecida com leite de coco, com ou sem açúcar. Originalmente, o fubá era preparado pela moagem manual do milho em casa e, posteriormente, produzido em escala industrial e vendido em todo o Brasil para pronto consumo. É feito com mandioca, arroz, mandioca (mandioca), mas o milho é consumido 95% devido à preferência. Sirva com manteiga como parte do café da manhã ou para um jantar frugal à noite. Dissolve-se em leite, cuscuz com leite; ou em sopas.

Quando foi introduzida no Brasil, início da colonização portuguesa, o processo de preparação da farinha industrializada era feito por meio de pequenos moinhos. Atualmente, em sua cadeia produtiva e de tecnologia, a capacidade diária de produção de grãos das moendas modernas ultrapassa meia tonelada, e existem diversos tipos de equipamentos (CASCUDO, 2004).

Quando foi introduzida no Brasil, início da colonização portuguesa, o processo de preparação da farinha industrializada era feito através de pequenos moinhos. Atualmente, em sua cadeia produtiva e de tecnologia, a capacidade diária de produção de grãos das moendas modernas ultrapassa meia tonelada, e existem diversos tipos de equipamentos. À mão, a preparação da massa de milho, conhecida como "cuscuz", é realizada em um pilão. No Brasil colonial, era comida para sustentar famílias pobres e circulava entre consumidores comuns. A comida preta, trazida pelos escravos e distribuída para venda em bandejas, foi alardeada pelos parentes mestiços dos fabricantes de cuscuz na história da gastronomia brasileira (CASCUDO, 2004).

1.1.OBJETIVO GERAL

O presente trabalho teve como objetivo fazer uma sinopse histórica do cuscuz na alimentação, considerando a origem africana e sua chegada em terras brasileiras, bem como do processamento da farinha de milho (base do cuscuz brasileiro) e mostrar, através da confecção de pratos, suas diferentes versões e formas de consumo encontradas em diversas regiões do Brasil.

1.2.OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desenvolver o contexto histórico ao redor da iguaria surgida inicialmente na África
- Pautar a importância do mesmo em meio ao cenário nordestino
- Desenvolver brevemente as diferentes formas de se produzir cuscuz em diferentes regiões do Brasil.

2. METODOLOGIA

Este é um estudo de revisão de literatura. Segundo Soares e al. (2014) é uma revisão de literatura que coleta achados de pesquisas desenvolvidas por meio de diferentes métodos, permitindo que os revisores sintetizem resultados sem comprometer a filiação epistemológica dos estudos empíricos incluídos.

Os critérios de inclusão identificados foram: artigos completos, completos, originais sobre o tema e online, publicados em português, inglês e espanhol, e publicações que respondessem questões sobre a direção da pesquisa. Os critérios de exclusão identificados no momento da seleção foram: artigos incompletos, artigos duplicados, dissertações, dissertações, monografias, manuais e publicações que não atendiam às diretrizes de pesquisa.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, obteve-se um total de 22 artigos obtidos parcialmente. Após uma leitura mais precisa, obteve-se um total de 11 artigos que acrescentavam de alguma forma ao contexto apresentado ao trabalho, o que condiz com a continuidade da pesquisa.

3. RESULTADOS

3.1.A ORIGEM DA IGUARIA

O cuscuz é o prato nacional dos mouros e árabes com uma tradição milenar. Pode ser feito de milho, arroz, trigo, cevada, milheto e sorgo. Foi trazida para o Brasil pelos portugueses nos primórdios da colonização, utilizando milho e leite de coco; com o passar do tempo, passou a ser consumida regularmente pelos brasileiros (CASCUDO, 2004).

Quase no século XII, os berberes estabeleceram o cuscuz nas regiões ocidental, central e atlântica e o trouxeram para a África quando desembarcaram em campanhas contra o Níger e o Congo. Os portugueses aprenderam sobre o uso do cuscuz através de seu antigo contato histórico com os berberes. O prato era popular em Portugal quando o Brasil apareceu na rota indiana (CAVALCANTI, 2010).

Difundiu-se amplamente na Europa durante a Idade Média através do Islã, que se espalhou na região da Península Ibérica. Na Espanha, durante a Inquisição, o cuscuz foi proibido como símbolo do comportamento muçulmano. No entanto, um prato derivado chamado miga ainda é consumido no país. No Portugal do século XVII, as receitas de cuscuz exigiam farinha de milho ou tapioca, e os resultados eram muito semelhantes ao cuscuz brasileiro atual ou ao conhecido bolo ou pudim cozido no vapor (ALBALA, 2011).

Em Marrocos, é considerado o prato nacional. Neste país, o cuscuz é feito de sêmola e geralmente é consumido com outros elementos, como carne, legumes e frutas secas, e o prato é muito saboroso e aromático. Pode ser adoçado com açúcar e canela e servido com leite ou iogurte num lanche ou

sobremesa. O cuscuz de semolina é chamado cuscusu na Sicília e keskes no Senegal, que são mais semelhantes aos feitos no Marrocos (HANGER, 2000).

Na África ainda existem tipos clássicos, incluindo trigo, sorgo, sêmola de arroz, milho e milho aventureiro, muitas vezes misturados com carne, crustáceos, vegetais, que não são comuns no Brasil, exceto o cuscuz paulista. A versão de milho é mais comum no Brasil do que na África (CASCUDO, 2004).

Um recipiente para cozinhar cuscuz, também conhecido como cuscuz no Nordeste, pode ser feito de barro, com borda alta e profunda, fundo mais estreito que a boca e formato de chapéu. Além disso, pode ser encontrado em outros materiais. Quanto à receita original, apenas o método de cozimento a vapor foi mantido.

Os ingredientes mais comuns são sêmola, arroz, farinha de trigo e sorgo, que são substituídos por fubá de milho (SYLVAN, 1962). O nome cuscuz pode definir o prato cozido ou a semolina utilizada.

Além de ser um dos principais alimentos do norte da África, tornou-se muito popular na Europa e na América do Norte (HAL, 2007).

3.2. A IMPORTÂNCIA DO CUSCUZ NA CULTURA NORDESTINA

Durante a época colonial, portugueses e africanos serviam cuscuz na mesa de muitos brasileiros, principalmente no Nordeste. No livro História da Alimentação no Brasil, publicado em 1967, Câmara Cascudo conta a história da presença do cuscuz em nossa terra (CASCUDO, 2011).

Josué de Castro (1984) em Geografia da Fome, 1956, um clássico da alimentação brasileira no século XX, descreveu o cuscuz como um prato típico do sertão nordestino, alimento básico que salvou muitos sertanejos da fome.

Uma comida de raiz, incluindo as práticas históricas e a preparação do saber, lições aprendidas ao longo das gerações da história colonial (CAVIGNAC, DANTAS, SILVA; 2015); o cuscuz revela essencialmente vestígios da organização social e da actividade económica, esses vestígios mudam ao longo do tempo e do espaço, dos contextos sociais digeridos dentro de nossas cozinhas.

No Brasil, o cuscuz é um alimento de raiz que fala de preferências gustativas transmitidas e lembradas ao longo dos séculos, transformadas em tradições gustativas e, finalmente, com um perfil alimentar próprio. A utilização do termo "identidade alimentar" remete-nos, assim, aos estilos de alimentação que foram moldados ao longo da história, e estes, por sua vez, sugerem uma gama de representações simbólicas e práticas materiais socialmente identificáveis. modos de ser e de se conhecer (CONTRERAS , 2005). ; CAVIGNAC, DANTAS, SILVA; 2015; CASTRO, MACIEL, MACIEL; 2016).

Originário do norte da África, do Egito ao Marrocos, o kus-kus é produto de uma tradição

milénar entre mouros e árabes, originalmente feito de arroz, farinha de trigo, sorgo ou cevada, podendo também conter carne ou crustáceos e vegetais. ou frutas. Os berberes, povos indígenas do norte da África, espalharam o kus-kus na parte mais ocidental do continente africano e, devido ao seu contato histórico com os portugueses, aliado às invasões árabes da Península Ibérica na Idade Média, contribuíram ao kus-kus, pudim ou bolo cozido no vapor. Popularizado em Portugal (CASCUDO, 2011; CAVALCANTI, 2010; ALBALA, 2011). Como disse Cascudo (2011)

“...certamente, os portugueses e africanos que vieram para o Brasil conheciam o cuscuz...aqui era feito de milho e embebido em leite de coco” (p. 190).

Quando chegou ao Brasil, o cuscuz assumiu uma forma típica de nossa cultura, preservando o método de cozimento a vapor da receita original. O cuscuz é um recipiente usado no Nordeste para cozinhar cuscuz, em forma de chapéu, com a borda alta e profunda e o fundo mais estreito que a boca, geralmente feito de barro. A partir do século XVII, no Brasil, o prato foi reinterpretado como um expediente diferente e uma questão cultural no substrato original comum à África.

Nos tempos coloniais do Brasil, o milho e a mandioca eram preparados de forma simples, além do leite de coco, e o cuscuz era parte importante da alimentação e sobrevivência das famílias pobres, principalmente entre os povos historicamente escravizados.

Já no século XVIII, era preparada e trazida para os centros urbanos por mulheres negras e vendida em bandejas (CASCUDO, 2011). Atualmente, esse tipo de comércio ainda forma uma rede dinâmica de circulação e consumo de comida de rua em muitas cidades brasileiras, mas é especialmente importante no comércio local de alimentos no Rio de Janeiro, Bahia, Pernambuco e Alagoas (QUINTAS, 2008). 2010). Principalmente no Nordeste, o preparo do cuscuz envolve uma massa de fubá amassada com leite de coco, que pode conter sal e açúcar.

No entanto, as determinações variam muito dependendo de onde é preparado e consumido no Brasil. Também pode ser dissolvido no leite adicionando outros ingredientes como tapioca, arroz ou tapioca ao milho, servido com sopa, umedecido com leite de coco e adicionado de canela, com manteiga, consumido no café da manhã, almoço ou parte do almoço no final da tarde tempo para ser entregue.

Por isso, é preparado de diversas formas e pode ser consumido como o cuscuz na Amazônia com azeite, alho, tomate, pimentão, pimentão, palmito, frango e ovos; na culinária sertaneja do Piauí, as crianças entram; no Cavalos Lannion, cuscuz com flocos de arroz e goma de tapioca, servido com carne seca e frango.

O cuscuz paulista, por outro lado, herda a farinha local e suas origens estão relacionadas à farinha Banderante, sem a necessidade de preparar o cuscuz em panela ou redondo. É cozido em banho-maria no forno e leva carnes, camarões, sardinhas, ovos, tomates, azeitonas, pimentões e

ervilhas, além de azeite e alho (FARIAS et al. 2014).

Durante séculos, o cuscuz incorporou esses hábitos de consumo únicos (comida caseira e comida de rua) na região brasileira, bem como as nuances do próprio comportamento culinário (combinação de ingredientes, métodos de preparo e técnicas de cozimento) que variam de região para região, Compõe um componente específico das diferentes refeições (horário de consumo e localização na estrutura da refeição). A base da receita, geralmente à base de milho e farinha de tapioca, garante o baixo custo deste prato.

A produção de farinha na época colonial era feita por pequenos engenhos (CASCUDO, 2011). Por um lado, a produção hoje é sustentada por pequenas agroindústrias que utilizam a moagem a seco (mais simples e com menos máquinas) e a produzem para consumo local. Ainda é importante, principalmente no Nordeste rural, que haja uma produção artesanal de farinha de milho, na qual as espigas secas são selecionadas e armazenadas para posterior debulha e transformação por moagem em pedra ou pilão (EMBRAPA, 2013).

Por outro lado, fábricas modernas com equipamentos e tecnologias mais sofisticados ampliaram sua capacidade de produção e fluxo de produtos. Esse processo marcou o início de uma nova era moderna, e foi acompanhado pela ampliação do ciclo de produção agrícola do milho geneticamente modificado e pelo processamento em escala industrial de um produto com a marca da novidade na preparação de alimentos.

Para Maciel (2001), a cozinha é uma complicação do comportamento alimentar ao “marcar um território, um lugar, como marcador identitário ligado a uma rede de significados”. (pág. 151). As cozinhas são universais, mas as cozinhas são expressões especiais. Essas práticas transcendem a localização física ou o espaço geográfico/territorial, estão intimamente relacionadas a um sentimento de pertencimento e servem como marcadores de identidade social, uma identidade coletiva na qual os grupos humanos se conhecem e compartilham coletivamente seu significado (ORTIZ, 1985).

Então, contar a história do cuscuz como parte importante da culinária local e, portanto, contar a história da cultura alimentar local (e regional), é contar a história do povo de todos os estados da região nordeste do Brasil. (e além). nação). Um alimento que chegou através do Atlântico pelas mãos de portugueses e africanos, conjugado com as diversas culturas primitivas locais, características climáticas e de solo, métodos de (re)produção da agricultura e vida social. Toma forma brasileira, é (re)trabalhado no Nordeste, apreciado por diferentes gostos e gostos de diferentes classes sociais, e trazido à mesa no resto do país.

Os gostos relacionados aos gostos socialmente construídos, as emoções cativas evocadas pelos alimentos, as representações simbólicas, os acervos de saberes e práticas envolvidos em sua fabricação e consumo são patrimônios compartilhados coletivamente, por meio do qual o processo de

identificação que produzem constitui a definição da amplitude de sua cultura alimentar. Dessa forma, a preservação da cultura alimentar torna-se uma ação estratégica de defesa da identidade e da tradição, ameaçada pelos padrões alimentares impostos pelo processo de industrialização global, bem como pelo padrão de produção agrícola dominante no Brasil.

Esse reconhecimento dos valores culturais, políticos, sociais e econômicos da especificidade do lugar constitui o processo de hereditariedade: identificar e destacar as tradições como elementos essenciais da reprodução social e cultural que sustentam formas coletivas de vida; identificar e identificar o que as pessoas querem preservar bens materiais e imateriais que sobraram do passado (GIMENES-MINASSE, 2013).

Assim, a geração de patrimônio permite a continuação das particularidades próprias de um grupo, e na atualidade, sobretudo nas economias periféricas, é não só uma tarefa mas também um desafio identificar os valores culturais relativos ao sistema mundial.

3.3. O CUSCUZ NA GASTRONOMIA BRASILEIRA

Em quase todas as regiões do Brasil, o milho encontrou condições geográficas favoráveis para o cultivo. Algumas regiões colhem até duas vezes por ano. Em pequenas parcelas, os agricultores cultivam rosínia de milho para consumo e venda. A superstição de que a época correta para plantar milho é no dia de São José, 19 de março, é a teoria da colheita correta. A farinha de milho era amplamente consumida no Brasil na forma de cuscuz, como alimento para escravos e pioneiros, misturada com carne seca amassada com pilão (LIMA, 1999). Assim, desde o século XVII, o cuscuz se popularizou e adquiriu novas versões no Brasil, tanto no nordeste quanto no sudeste do país (FREIXA e CHAVES, 2009).

O significado da palavra "cuscuz" na culinária brasileira em geral levanta uma interessante questão etnográfica. De norte a sul, o cuscuz tem uma preparação completamente diferente, expressando uma vasta riqueza de recursos culturais para além dos acentos regionais. O milho entrou como matéria-prima básica, processado durante séculos pelos mais diversos grupos de povos, combinado com outros alimentos locais, apresentando um substrato comum - a origem deste prato no Magrebe - em inúmeras estratégias de sobrevivência e técnicas de cozimento foram reinterpretadas (ATALA et al., 2008).

O cuscuz era comercializado por mulheres negras durante o período colonial no Brasil. Eles usam bandejas de estanho colocadas em X-frames, que além de alfenim, arroz doce, alféloa, geleias e muito mais. Desde meados do século XVIII e início do século XIX, essa prática de comércio de paletes era comum em terras brasileiras como Rio de Janeiro, Bahia e Recife (QUINTAS, 2010). Faz parte da

alimentação diária e não falta na mesa dos moradores do campo e das grandes cidades brasileiras, além do tradicional cuscuz comido em casa, o cuscuz com leite, vendido logo pela manhã. em folha de flandres (MAIOR, 2012).

Figura 1: Cuscuz feito na cuscuzeira.



Fonte: CAVALCANTI, 2019

O comércio de cuscuz de bandeja também pode ser visto em Alagoas. Grande variedade, vendida por ambulantes que vendem comida gourmet em Maceió. Folhas flamengas, cuscuz, tapioca, beijus, milho grelhado, etc. Ainda servem como obras-primas da culinária popular aragossiana, produzida por uma pequena fábrica chamada Nordeste, localizada atrás do mercado de Jaraguá Produção de cuscuz, incluindo milho e arroz (BRITO et al. ., 2004).

Em Pernambuco, enraizou-se na cultura e ainda hoje é regularmente encontrado na mesa de jantar de todas as classes sociais. “Forrou a mesa, dispôs os pratos nos lugares de costume, os talheres limpos, os guardanapos, as xícaras, o pão ainda quente do forno, o cuscuz regado a coco, o leite espumante...”. (CAVALCANTI, 2010).

Na culinária amazônica, você pode ver o cuscuz inteiro do norte, como mostra a Figura 1, ele é feito à base de fubá e uma pequena quantidade de tapioca, e vários outros ingredientes como: azeite, alho, tomate, pimenta, pimentão, coração de palma, nuggets de frango, ovos, etc. (Trevissani, 2002).

O cuscuz maranhense difere de outros cuscuz por conter flocos de arroz e seus ingredientes conterem pouca tapioca, água e sal. Em seguida, é levado ao cuscuz, onde é cozido em bateladas, conforme mostra a Figura 2. Como o arroz é amplamente consumido nas mais variadas formas no estado do Maranhão, o arroz maranhense ganhou o apelido de mingau de arroz.

O mesmo vale para o cuscuz, que encontra uma mudança em sua estrutura básica em outras

partes do país e passa a ter uma característica característica da região maranhense, é servido com bife seco ao sol e ovos (LEAL, 1998).

Figura 2: Cuscuz Maranhense.



Fonte: COELHO, 2021

O mesmo vale para o cuscuz, que encontra uma mudança em sua estrutura básica em outras partes do país e passa a ter uma característica característica da região maranhense. É consumido com carne seca e frango (LEAL, 1998).

No sertão do Piauí, pratos tradicionais como frango ao molho, ensopado de frango ou ensopado de cordeiro ainda podem ser encontrados nos restaurantes, todos acompanhados de tapioca mole, cozida ou frita, e sempre cuscuz. Nesta guloseima campestre à base de cuscuz, são as crianças, não as vacas, que fazem o pote maior. É uma área que caracteriza a vida e, portanto, a cozinha simples. Então a vantagem do cuscuz está nessa simplicidade que se mostra em todo o Brasil (DÓRIA, 2014).

Seja na capital ou no interior, de forma mais simples, em festas pop ou jantares, São Paulo é representada pelo cuscuz paulista, como mostra a Figura 3. A sua refeição original, o cuscuz, chegou até hoje, apresentando um aspecto requintado mas ainda rústico e delicioso como característica de um prato aristocrático, quase acabado há quinhentos anos. Pode ser feito em forma normal ou em forma redonda com furos, dispensando a necessidade de uma forma de cuscuz. Outros insumos foram adicionados como: camarão, carne, sardinha, ovos, pasta de tomate, azeitonas, azeite, alho, pimentão, tomate e ervilha (FERNANDES, 2009).

Figura 3: Cuscuz Paulista.



Fonte: CAVALCANTI, 2016

3.4. O PROCESSAMENTO DA FARINHA DE MILHO

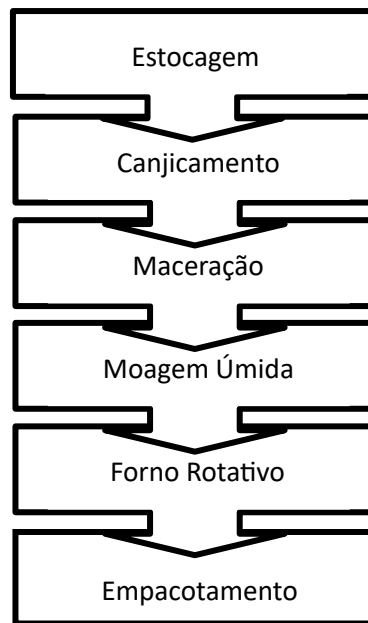
O fubá é amplamente utilizado na culinária brasileira em diversas formas e é considerado um produto de baixo custo amplamente disponível no mercado. É rico em carboidratos e ainda contém cerca de 10% de proteína (GUERREIRO, 2006).

O milho pode ser industrializado por meio de processos de moagem úmida e seca, sendo este último o mais utilizado no Brasil. Isto é devido aos requisitos mecânicos pequenos e simples.

As indústrias de processamento de milho que utilizam este processo são geralmente de pequena escala e dedicadas quase inteiramente ao processamento para consumo local. A tendência recente é que esses produtos estejam concentrados em indústrias de maior porte. Como a maioria das indústrias é pequena e focada no abastecimento local, a proximidade com os mercados é mais importante do que a localização das fontes de produção de milho (EMBRAPA, 2013).

O processo de produção da farinha de milho que pode ser visto na figura abaixo, segue metodologia descrita por Guerreiro (2006).

Figura 4 - Fluxograma da Produção de Farinha de milho.



Fonte: Guerreiro, 2006.

- Armazenamento: Os grãos devem ser armazenados em local seco e arejado, longe de insetos e roedores. Canjicamento: Inclui a retirada do germe do milho utilizado na produção de óleo.
- O grão é passado pela polenta (uma série de facas colocadas no eixo de acionamento, seguidas de peneiras para separar a polenta e o farelo). Este processo resulta na degerminação, descascamento e limpeza da polenta.
- Impregnação: 5 dias em tanque de alvenaria com grão amolecido em água. É um processo lento com fermentação e drenagem a cada dois dias.
- Moagem úmida: Ocorre durante a drenagem, os grãos úmidos são enviados para um moinho de discos. O processo é projetado para obter uma substância fina, homogênea e úmida para posterior peneiramento.
- Forno Rotativo: Colocar a polenta no sedimento e espalhar uniformemente através de uma coqueteleira na placa do espeto e aquecer a uma temperatura de $\pm 300^{\circ}\text{C}$.

Logo após chegar ao prato, a massa de milho é espremida com rolos para formar “biscoitos”, formando bijus, e a partir desta etapa a farinha é virada para que ocorra a secagem ou assamento, sendo retirada por ventilação. forno para que caiam na caixa de armazenamento, depois retire-os e embale-os.

3.5. PROCESSOS REGIONAIS PARA A PREPARAÇÃO DA IGUARIA

Segundo Professional Chef (2009), cuscuz é definido como sêmola ou grãos quebrados de

trigo, geralmente cozidos no vapor, tradicionalmente em “couscoussière”, feitos de uma composição de banho-maria. O ensopado cozinha na panela de baixo enquanto o cuscuz é cozido no vapor por cima. O termo também se refere a ensopados tradicionalmente usados para este grão.

Na sua forma tradicional originária da África, o cuscuz é feito pulverizando salmoura sobre uma tigela contendo farinha de trigo e mexendo sem amassar, para que não se forme uma rede de glúten. Por esta razão, esta técnica de cozimento também pode ser usada para farinhas de outros grãos.

Os grãos de cuscuz devem ser pequenos o suficiente para serem cozidos no vapor (tradicionalmente nos ensopados aromáticos que acompanham), o que lhes permite desenvolver uma textura única: cria uma sensação aveludada, leve e delicada no paladar. O cuscuz "israelense" ou "grande" é na verdade uma massa extrusada inventada em Israel na década de 1950, feita de massa de farinha de trigo duro em bolinhas de alguns milímetros de diâmetro, levemente tostadas no forno para aprofundar o sabor. É cozinhado e comido de forma semelhante ao arroz ou à massa, ou seja, como acompanhamento (McGee, 2011).

Grãos pré-cozidos, como flocos de milho e aveia, são rápidos e fáceis de fazer, portanto, envolvem menos gasto energético e podem ser preparados por profissionais menos experientes. Por exemplo: flocos de milho ou aveia. Na culinária libanesa, os flocos de milho são usados para fazer "cuscuz": o produto pré-gelatinizado é adicionado à água quente e mantido no fogo por 5 minutos; depois disso, podem ser adicionados com carne, nozes, amêndoas e especiarias (DOMENE, 2011). No interior do nordeste brasileiro, as espigas de milho são secas no verão e guardadas para o cuscuz. Eles debulharam as espigas, colocaram os grãos em pedras, moeram-nos em pó e fizeram cuscuz, colocaram a massa em um pano e colocaram em uma panela de cuscuz. Também pode ser feito de coco.

Muitas pessoas gostam de cortá-los, mergulhá-los em leite de coco e polvilhar com canela. Outros preferem comer cuscuz com leite (MAIOR, 2012).

A famosa versão nordestina do cuscuz, encontrada em dietas caseiras e também vendida em restaurantes, como mostra a Figura 5, envolve fazer uma quantidade generosa de fubá temperado com sal e açúcar, servida em uma panela, água no fundo, banho-maria) e umedecido com leite de coco. Ao contrário da versão paulista, ela evoluiu de uma mala de viagem.

No Sudeste, essa refeição móvel é composta por carne de porco moída, fubá e peixe, cebola e pimentão. A refeição, mais conhecida como lancheira, era embrulhada em panos e colocada em uma bolsa de estopa, burca ou couro, amarrada ao cavalo para continuar a viagem. Mais tarde, essa massa evoluiu para um prato feito em formas de bolo perfuradas, com ovos, sardinha, tomate e palmito, e se tornou uma receita paulistana assinatura, o cuscuz paulista (FREIXA & CHAVES, 2009).

Para o cuscuz paulista, existem dois tipos que podem ser usados na receita: fubá em flocos e tapioca, ambos peneirados. Tempere com sal e água; forre as formas com tomates fatiados, ovos

cozidos, palmito, filés de sardinha, camarão, azeitonas, etc.

Em seguida, cubra com cuscuz, polvilhe com o mesmo recheio e finalize com uma camada de cuscuz. Cozinhe em uma assadeira no forno. Desmoldando a frio, os elementos que compõem o cuscuz emergem na superfície para uma aparência refinada e bela (ABRIL, 2009).

Curiosamente, segundo Dória (2014), nos grandes centros urbanos, as cozinhas de todo o mundo estão sob enorme pressão e passam por uma nova fase, talvez defensiva, das celebrações da gastronomia brasileira. Por meio de seus próprios esforços de estilização, muitos chefs inovadores tentaram colocar essa tradição na imaginação e nas aspirações de um público faminto por novidades. Em uma pesquisa coordenada por Livia Barbosa, antropóloga do Rio de Janeiro, em uma região metropolitana brasileira, as pessoas mencionaram espontaneamente 130 itens diferentes que compõem suas dietas, em que se constata que o consumo de itens regionais é muito alto. A cidade com maior consumo de bens relacionados à culinária tradicional é Recife, com 57,1% de cuscuz de milho.

As farinhas de milho e tapioca, mais comumente usadas na preparação do cuscuz, estão prontamente disponíveis nos mercados de todo o país. Os preços variam de acordo com a região e geralmente não ultrapassam R\$ 4,00 o quilo. O baixo custo dos insumos primários pode ser observado, tornando mais baratas as receitas que os utilizam como base de cuscuz.

O cuscuz de milho é a solução brasileira e americana, onde *Zea mays* domina. E não há leite de coco adicionado em nenhuma região africana. Na África continuaram os tipos clássicos de trigo, sorgo, sêmola de arroz, milheto, ao lado do milho aventureiro, comumente mesclado com carnes, crustáceos, legumes, o que no Brasil, não é o habitual, exceto o cuscuz paulista. É mais encontrado na África branca do que na negra (CASCUDO, 2004).

Com isso, cita-se uma das receitas mais famosas no nordeste brasileiro que é o cuscuz recheado. Essa receita varia de cozinheiro para cozinheiro podendo ter como recheio diversos tipos de ingredientes, um exemplo comum é a charque.

Para preparar o cuscuz recheado, você precisará de flocos, água, carne seca ao sol, queijo, óleo, cebola, tomate, sal, pimenta do reino e coentro. A maneira de preparar o cuscuz recheado é bem simples. Ao contrário do cuscuz de São Paulo, o cuscuz nordestino é cozido em pequenas porções em uma panela de cuscuz.

O primeiro passo para fazer o cuscuz nordestino é hidratar e deixar de molho os flocos por 5 minutos. O recheio de cuscuz é feito de carne seca ao sol cozida em panela de pressão por 20 minutos, picada no liquidificador e refogada com tomate e cebola. Quando o recheio estiver pronto e os flocos hidratados, comece a montar o cuscuz recheado. Para fazer isso, basta espalhar o cuscuz com a carne moída e o requeijão secos ao sol em uma panela de cuscuz. Por fim, deixe cozinhar por 15 minutos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

No início de seu cultivo, o milho era utilizado basicamente para a subsistência humana. Com o decorrer do tempo foi ganhando importância e transformou-se no principal insumo para a produção de aves e suínos, além de sua importância estratégica para a segurança alimentar do brasileiro ao longo das últimas décadas.

O cuscuz é um alimento que representa a transformação cultural de uma comida africana, sofreu influências locais brasileira, é um exemplo de comida descolonizada reproduzindo a cultura culinária que cada região do Brasil e essas exercem influências sobre uma única receita e, assim, criou novos sabores, formatos e histórias.

O presente estudo possibilitou a investigação da história do cuscuz, ressaltando-se a influência dos povos indígenas, africanos e portugueses quanto à originalidade desse prato que veio a se diversificar mediante a cada cultura.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRIL Coleções. Cozinha Regional: São Paulo. São Paulo: Editora Abril, 2009.

ALBALA, K. Food culture of the world. Santa Barbara: ABC-CLIO, 2011.

ATALA, A; DÓRIA, C.A; COUTO, C. Com unhas, dentes & cuca: prática culinária e papo-cabeça ao alcance de todos. São Paulo: SENAC São Paulo, 2008.

BRITO, A.M.B.B; SANTANA, M.M; CORREIA, R.L.R.S. Kulé-Kulé: educação e identidade negra. Maceió: EDUFAL, 2004.

CASCUDO, L. C. História da Alimentação no Brasil. São Paulo: Global, 2004.

CAVALCANTI, M. L. M. História dos Sabores Pernambucanos. Recife: Fundação Gilberto Freyre, 2010.

CAVALCANTI, Pedro .Cuscuz Nordestino. Comidinhas do Chef. 2019

CAVALCANTI, Pedro .Cuscuz Paulista. Comidinhas do Chef. 2016

CHEF PROFISSIONAL. Instituto Americano de Culinária. São Paulo: SENAC, 2009.

COELHO, Emanuellen. Cuscuz Maranhense. São Luís, MA. 2021

DOMENE, S. M. A. Técnica Dietética: Teoria e Aplicações. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

DÓRIA, C.A. A Culinária Materialista. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2009.

DÓRIA, C.A. A Formação da Culinária Brasileira. São Paulo: Três Estrelas, 2014.

EMBRAPA. Processamento do Milho. Agência Embrapa de Informação Tecnológica. Disponível em: <<http://www.agencia.cnptia.embrapa.br/gestor/milho/arvore/CONT000fdyq37cx02wx5a900e1ge5b1sjh62.html>>.

FERNANDES, C. Viagem Gastronômica Através do Brasil. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2009.

FREIXA, D; CHAVES, G. Gastronomia no Brasil e no Mundo. Rio de Janeiro: Senac, 2009.

GUERREIRO, L. Farinhas não tradicionais - Dossiê Técnico. Rede de Tecnologia do Rio de Janeiro, 2006

HAL, F. Authentic Recipies from Morocco. Singapura: Periplus, 2007.

LEAL, M. L. M. S. A História da Gastronomia. Rio de Janeiro: SENAC, 1998

LIMA, C. Tachos e Panelas: Historiografia da Alimentação Brasileira. Recife: Editora Aurora, 1999.

MAIOR, M.S. Comes e Bebes do Nordeste. Recife: Fundação Joaquim Nabuco, 2012.

McGEE, H. Comida & Cozinha. Ciência e Cultura da Culinária. São Paulo: WMF, 2011.

QUINTAS, F. A saga do Açúcar. Recife: Fundação Gilberto Freyre, 2010.

QUINTAS, F. Segredos da Velha Arca. Recife: Editora Bagaço, 2003.

SALDANHA, R. M. Histórias, Lendas e Curiosidades da Gastronomia. Rio de Janeiro: SENAC, 2011.

SYLVAN, F. A vida religiosa do milho em Timor. Mensário das Casas do Povo, ano XVII, nº 195, Lisboa, setembro de 1962.

TREVISANI, B. A cozinha amazônica. São Paulo: Melhoramentos, 2002.