

Sabores, saberes e fazeres da Chapada do Apodi



Nilton Xavier Bezerra (Coord.) Ângela Patrícia Alves Coelho Gracindo
Cléia Souza Macedo Kalliane Sibelli de Amorim Oliveira

Nilton Xavier Bezerra (Coord.)
Ângela Patrícia Alves Coelho Gracindo
Cléia Souza Macedo
Kalliane Sibelli de Amorim Oliveira

*Sabores, saberes e fazeres
da Chapada do Apodi*



Natal, 2012

Presidenta da República **Dilma Rousseff**
Ministro da Educação **Fernando Haddad**
Secretário de Educação Profissional
e Tecnológica **Eliezer Moreira Pacheco**

**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Rio Grande do Norte**

Reitor **Belchior de Oliveira Rocha**
Pró-Reitor de Pesquisa e Inovação **José Yvan Pereira Leite**
Coordenador da Editora do IFRN **Paulo Pereira da Silva**
Conselho Editorial **Samir Cristino de Souza (Presidente)**
André Luiz Calado de Araújo
Dante Henrique Moura
Jerônimo Pereira dos Santos
José Yvan Pereira Leite
Valdenildo Pedro da Silva

Todos os direitos reservados

Divisão de Serviços Técnicos. Catalogação da publicação na fonte.
Biblioteca Sebastião Fernandes (BSF) – IFRN

B117

Sabores, saberes e fazeres da chapada do Apodi / Nilton Xavier Bezerra ...
[et al.] -- Apodi : IFRN, 2013.
168 p. : il. Color.

ISBN 978-85-8161-052-8

Inclui Referências.

1. Cultura 2. Gastronomia 3. Tradição 4. Alimentação I. Bezerra, Nilton Xavier.
II. Título

CDU: 392.8(813.2)

DIAGRAMAÇÃO E CAPA

Charles Bamam Medeiros de Souza

REVISÃO LINGUÍSTICA

Kalliane Sibelli de Amorim Oliveira

CONTATOS

Editora do IFRN

Rua Dr. Nilo Bezerra Ramalho, 1692, Tirol. CEP: 59015-300

Natal-RN. Fone: (84) 4005-0763

Email: editora@ifrn.edu.br

Apresentação

Consideradas em suas relações com a natureza e a cultura, a alimentação constitui temática das mais relevantes para o homem, não apenas por ser determinante para o sustento físico e a preservação da saúde e da vida, no que sobressai seu caráter biológico e nutricional, mas também pelo valor social que assume no processo de formação e reconhecimento da identidade de um povo. Nesse sentido, deve-se ao mestre potiguar Câmara Cascudo o imenso contributo para a compreensão do assunto, que teve seu mais completo estudo na obra “História da Alimentação no Brasil”, lançado originalmente em 1963, na qual se apresenta uma densa pesquisa para mostrar como a culinária brasileira foi influenciada por outras culturas.

Imbuídos desse mesmo espírito investigativo, os pesquisadores Nilton Xavier, Kalliane Amorim, Ângela Gracindo e Cléia Macedo, que são professores do IFRN, no Campus Apodi, se acercaram da temática, colocando em ênfase a cozinha da região da Chapada do Apodi, cuja culinária é magistralmente retratada no livro que ora apresentamos: “Sabores, saberes e fazeres”. A obra, escrita numa linguagem simples e cheia de ilustrações, desvela, com autenticidade, ousadia e farto material, os costumes alimentares, as festividades populares e a riqueza gastronômica, incluindo as formas de preparo da comida dessa microrregião oestana norte-rio-grandense. Enquanto registro sócio-antropológico-cultural, o trabalho se reveste de grande importância, por ser inédito e resgatar tradicionais receitas, muitas das quais já quase esquecidas e não praticadas pelos mais jovens.

Confesso que, por ter nascido e me criado em uma fazenda no interior do Estado, ao ler o livro, a descrição das receitas, muitas vezes, me deu “água na boca”. Mesmo não conhecendo algumas delas, minha imaginação foi aguçada, assim como as papilas gustativas foram ativadas, seja pelo pirão de banana verde que acompanha a galinha caipira em Felipe Guerra, pelos filós e farofa de traíra do Sítio Ameno, em Apodi, assim como pela carne de bode preparada com cachaça em Governador Dix-Sept Rosado.

Para além dos aspectos frutivos, nutricionais e culturais, que por si só já justificariam a importância do estudo, não é demais lembrar o contexto da publicação, considerando o foco tecnológico e a vocação agrícola do Campus Apodi, que, a exemplo dos demais Campi do IFRN, busca orientar sua oferta formativa e a realização de projetos de pesquisa e extensão em benefício da consolidação e fortalecimento dos arranjos produtivos, sociais e culturais locais, identificados com base no mapeamento das potencialidades de desenvolvimento socioeconômico e cultural da região.

Em face disso, só nos resta parabenizar os autores pelo trabalho e desejar aos leitores que apreciem bastante a leitura, saboreando para saber e, quem sabe, fazer, mas também para desenvolver o Estado, a Região, o País!

Sumário

Apresentação (Belchior de Oliveira) 3

Prefácio (Maria Isabel Dantas) 9

Introdução (Nilton Xavier) 11

Por uma culinária poética (Kalliane Amorim) 17

Transformações culturais com a apropriação de novas técnicas de produção e manejo animal no sertão potiguar (Ângela Gracindo e Cléia Macêdo) 21

A galinha de capoeira 21

A carne de criação 22

O mel 23

O leite nosso de cada dia 25

A riqueza de uma “cozinha pobre” (Nilton Xavier) 29

O tempo das “coisas estreitas” 37

Governador Dix-sept Rosado 41

Reminiscências da terra do alho 41

Receita de generosidade 44

Doçura a quatro mãos 47

Churrascaria Cearense: “Do pescoço ao mocotó” 49

Caraúbas 51

Gostos sertanejos 53

Bar do Nilson 57

Padaria Sabor do Trigo 58

Restaurante Cozinha Prato Cheio (Mercado Público Delmiro Fernandes de Oliveira) 59

Bar do André 60

Felipe Guerra 63

- O que é que a banana tem 64
- Comidas de inverno 67
- Uma vida açucarada 70
- Bar da Tripa 71
- Padaria 3 Irmãos 71
- De pão também vive o homem 72
- Restaurante da Zila 75

Apodi 77

- Variações de um legado português 78
- E o filó virou “sobrenome” 81
- O “rei da feira” 82
- Bolos, doces e outras histórias 85
- A casa dos sabores adormecidos 89
- Heranças de família 92
- Deliciosas tradições 95
- Tapiocas e beijus enrolados 96
- Amenidades 101
- Sabores insólitos 105
- Inovações na cozinha sertaneja 109
- Restaurante “O Valdevino” 110
- O pão acabou! 114
- Padaria Medeiros 116
- A festa do prado 117
- Comida de festa 123
- Os potes e panelas da Pindoba I 125
- A carnaúba também vai à cozinha 130

Galinha caipira é o máximo 133

Forró com buchada 135

O gosto pela pimenta-de-cheiro 137

Concurso de culinária caprina em Apodi 140

Leite e derivados de engolir a língua e espocar o bucho! 143

Parceria de sabores 147

Alimentos medicinais 148

Mesa posta! (Nilton Xavier e Kalliane Amorim) 151

Receitas 155

Lista de imagens 157

Agradecimentos 159

Os autores 161

Referências 163

Prefácio

No livro Sabores, saberes e fazeres da Chapada do Apodi, os autores nos convidam a saborear um banquete imaginário, gustativo e culinário pelo estilo alimentar da população de Apodi, Caraúbas, Felipe Guerra, Governador Dix-Sept Rosado. Aromas, sabores e temperos podem ser “degustados” esteticamente e imagetivamente por meio de um texto descritivo, poético, encantador e apaixonado, preparado com carinho, esmero, sabedoria e dedicação. Um passeio gostoso por práticas e hábitos alimentares reveladores de modos de vida singulares, em que saberes e fazeres herdados de gerações anteriores são transmitidos e significados no seio da família e entre pessoas conhecidas como referências culturais para essa população.

Numa interlocução com cozinheiras(os), doceiras(os), artesãs(os), comerciantes, feirantes, dentre outros protagonistas, folheando histórias e receitas, os autores interpretam conhecimentos técnicos e empíricos de uma “cozinha popular” frutos de diálogos culinários entre estilos alimentares indígena, lusitano, africano, árabe, engendrados em contextos socioculturais, ambientais, econômicos e históricos. O acervo do patrimônio cultural alimentar apresentado aqui, testemunha e visibiliza, em tom expressivo, formas de sociabilidades, de solidariedades, de comunhão e de divisão do trabalho social e sexual e relações econômicas fundamentadas nos princípios da confiança e do interconhecimento a serem investigadas a posteriori.

O texto expõe ofícios e modos de fazer concernentes a diversos segmentos da alimentação, como técnicas agrícolas, culinárias, de fabricação de instrumentos e utensílios; a formas de aquisição de ingredientes; a lugares de memória gustativa e de produção, fabrico, distribuição e consumo de alimentos, como roçados, cozinhas, terreiros, açougues, restaurantes, bares, botecos, padarias e feiras livres. Os saberes e fazeres descritos ainda expressam as relações complementares e relacionais de gênero, mesmo a mulher aparecendo, em grande parte das situações observadas, como protagonista da cozinha e da alimentação; normas simbólicas que orientam as práticas e as escolhas alimentares, como as preferências e aversões por determinadas comidas e as ocasiões de consumo de cada uma delas.

Dentre as inúmeras comidas que compõe a mesa da Chapada do Apodi, podemos verificar aquelas que são eleitas como substanciosas e/ou fracas (sem sustância), as carregadas e as descarregadas (doentias e sadias, respectivamente), as comestíveis sem e com restrições. Podemos ainda encontrar os modelos de serviços à mesa presentes na região que anunciam distinções e diferenciações sociais e de alimentos e formas de ostentação diante dos convivas, sobretudo em ocasiões excepcionais como nas festas privadas e públicas.

Em se tratando de festa e comida, o texto traz exemplos que mostram a relação intrínseca entre determinadas comidas e contexto festivo. A festa do “Prado” exemplifica essa correlação. Aliás, como em outras sociedades, aqui há as comidas cotidianas e as festivas. A carne de gado está mais para o dia a dia e

a de criação (caprino e ovino) e a galinha caipira para os finais de semana e dias festivos, dito como um dos “pratos” por excelência da culinária da Chapada.

Seja comida de festa ou rotineira, o leitor ainda pode conferir receitas híbridas de iguarias como os pratos feitos à base de carne de criação, de gado, de galinha caipira, de peixe; de raízes (mandioca, macaxeira e batata-doce), de milho e até aquelas – que muitos sertanejos não gostam de lembrar – como as comidas dos períodos de estiagens e de escassez de alimentos, como o pão de macambira. O menu traz o modo de fazer buchada (que em Apodi é recheada com carne de criação), fassura, sopa de carne de sol com nata, bode com legumes, bode assado ou bode cozido, panelada, beiju de macaxeira, pirão de queijo, arroz de leite com queijo, manteiga e nata, dobradinha, pão jacaré, pão doce liso, baião-de-dois, feijão verde com nata e farofa de traíra, pirão de banana verde, costela de boi com pirão de banana verde, pamonha de forno, carneiro ou bode escalado, caldo de carne, etc. Os doces também adoçam o paladar da população e aparecem em forma de doce propriamente dito, de biscoitos, de bolos e de outras guloseimas como o “rei da feira” – o filó –, e o doce remédio geleia de mocotó.

Essas e muitas outras comidas – que o leitor terá o prazer de degustar simbolicamente – são apresentadas como símbolos de construção de sentimentos de identidades, o que reafirma a expressão já corriqueira (mas pouco discutida, como os autores fazem aqui) de que somos o que comemos. Melhor dizendo, a alimentação de uma comunidade expressa suas complexidades e contradições, senão dizer, sua própria existência social, sua identidade.

O texto é resultado de um projeto de pesquisa que tenta inventariar os hábitos e as práticas alimentares da Chapada do Apodi, considerando dimensões socioculturais, ambientais, econômicas e históricas e foi desenvolvido por pesquisadores do Instituto Federal do Rio do Norte, campus de Apodi. Como bons cozinheiros, os autores unem poesia, conhecimento, culinária e cozinha, comida para nos oferecer um menu recheado com as delícias da Chapada. O banquete está posto, podem degustar! Um bom apetite!

Profa. Dra. Maria Isabel Dantas

Doutora em Ciências Sociais – UFRN
Professora de Arte e de Antropologia do IFRN
Coordenadora do Grupo de Pesquisa Cultura, Arte e Sociedade



Mapa ilustrativo da microrregião da Chapada do Apodi no Rio Grande do Norte.

Fonte: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:RioGrandedoNorte-Micro-ChapadadoApodi.svg>. Acesso em 12.dez.2011

Introdução

Por Nilton Xavier

Os hábitos alimentares de um povo são indicativos de verdadeiros complexos culturais, nos quais a escolha pelo consumo de determinados alimentos, dentre outros ignorados como comestíveis, ou o uso do fogo que conserva e transfigura em assados, frituras e cozidos o que anteriormente nossos antepassados ingeriam crus representam somente parte de um todo que abrange múltiplos saberes e fazeres (STRAUSS, 2010). Comer não significa somente ingerir o alimento para a satisfação das necessidades biológicas do corpo, o homem determina para si formas voluntárias de se alimentar e, em consequência, constrói simbolicamente relações entre seus pares e o seu ambiente. A disposição pelo que comer e como comer compreende circunstâncias históricas, ambientais e socioculturais, desse modo, aprendemos desde a infância, no cotidiano familiar, a identificar alimentos recomendados para o consumo diário, ponderando as necessidades nutricionais para as diferentes faixas etárias, outros são evitados por não serem considerados saudáveis ou por contrariar preceitos religiosos, desobedecer a prescrições médicas, não serem acessíveis e até motivar superstições. À parte da culinária do dia a dia, existem ainda aqueles específicos, destinados somente aos finais de semana ou às datas e eventos festivos, sublinhando um calendário ritual em que mesas generosas expõem em abundância

comidas e bebidas partilhadas pelos comensais em batizados, casamentos, aniversários e reuniões; outros são apresentados como distintivos de uma região ou país.

Quem prepara ou serve a comida é conhecedor de vasto conhecimento que abrange o itinerário rotineiro dos mercados, padarias, feiras livres, supermercados, açougues, peixarias, quitandas e mercearias, nos quais decide a escolha dos produtos conforme sua aparência, textura, aroma, disponibilidade, preço e necessidade real de uso. Nesses espaços, por vezes é cliente costumeiro, parceiro de uma convivência com os fornecedores em troca de pequenos benefícios na forma de descontos, indicações seguras sobre a qualidade ou o peso incorruptível de suas compras (CERTEAU, 1996). Protagonistas no espaço das cozinhas, sustenta diariamente o compromisso nobre de nutrir aos outros, decidindo repetidas vezes o que será servido em cada refeição diária, com base no estoque doméstico, sem espaço para desperdícios, adaptando o alimento às variações da estação e aos gostos individuais da família, pensando na reutilização das sobras, transformando-as em outros sabores e emprestando-lhes, de modo surpreendente, novas aparências. Cozinheiros (as) são capazes de calcular o tempo exato de cozimento e manipular corretamente os instrumentais mais adequados de modo a não comprometer as exigências para a feitura de cada receita, nesse repertório estão incluídos painéis de barro, alumínio, ferro, pedra, aço ou vidro, grelhas, facas, colheres, garfos, peneiras, raladores, fogões, fornos, eletrodomésticos. Ao longo da história, as relações de gênero destinaram comumente as cozinhas às mãos femininas, nelas por séculos, uma produção anônima, silenciosa, secundária das decisões masculinas, foi capaz de sustentar gerações de homens e mulheres, edificar valores, reinventar técnicas e saberes, despertar sentimentos só recentemente valorizados como significativos (SILVA, 2010).

A alimentação brasileira suplanta as heranças indígenas, africanas e portuguesas, suas bases são multiculturais, revelando-se mestiça, informal, colorida, temperada, dinâmica, acrescida e reinventada continuamente pelas influências de outros povos que aqui aportaram; consideramos hibridação como “processos socioculturais nos quais estruturas ou práticas discretas, que existam de forma separada, se combinam para gerar novas estruturas, objetos e práticas” (CANCLINI, 2003). Em razão desses intercâmbios, internalizamos dentre uma infinidade de opções, o consumo de mandioca, ovos, carnes de aves, boi, porco, bode e carneiro, milho, açúcar, feijão, arroz, leite de coco, animais de caça, frutas tropicais, peixes, farinhas, café, pimenta e cachaça. A vigilância aos segredos das técnicas de elaboração eficientemente transmitidas pelas avós, mães, tias ou assistentes domésticas, fossem oralmente, pela observação cuidadosa ou dispendo em menor escala do registro seguro de cadernos manuscritos com caprichada caligrafia, enriqueceu o paladar nacional com o preparo de caldos, pirões, temperos, massas, assados, farofas, refogados, molhos, cozidos, recheios, doces e bebidas, consequentes de fermentações, dosagens, aquecimentos, combinações, infusões, adições, tipos de abate, tempos de colheita e maturação.

Servir o alimento, apresentá-lo, apreciá-lo e finalmente consumi-lo são práticas que envolvem diferentes contextos e costumeiramente prazerosos encontros. A comida é servida no âmbito familiar ou comercializada

em locais característicos como bares, mercados, feiras livres, padarias, restaurantes e eventos festivos, bem como no vaivém confuso das ruas por sorveteiros, pipoqueiros, vendedores de pirulito, algodão-doce, cavaco-chinês, quebra-queixo, cocada, amendoim confeitado e tapioca.

Durante as refeições, nos servimos individualmente, partilhamos a comida e a bebida coletivamente, somos servidos, seja com austeridade, em torno de uma mesa de “banquete” forrada com toalha bordada, onde são dispostos convencionalmente conjuntos de talheres, porcelanas, taças translúcidas e guardanapos; ou na informalidade mista de arranjos mais simples com louça de barro, pratos de ágata ou vidro, acompanhados de suportes plásticos, gamelas de madeira, canecas ou copos desiguais; numa esteira de palha, amassando o alimento e o comendo com as mãos, disputando o espaço concorrido de um balcão ou até andando, engolindo apressadamente o *fast-food* para cumprir sem cobranças os horários de trabalho.

No Rio Grande do Norte dos “comedores de camarão”, a comida é reveladora das preferências e decisões que fundamentaram a trajetória da cultura potiguar, apresentando sensíveis variações entre a culinária do litoral, baseada no consumo de frutos do mar, da mandioca e das frutas tropicais e a culinária sertaneja amparada especialmente nos derivados do criatório doméstico do gado bovino, além de caprinos, suínos, ovinos, galinhas, guinés, perus, patos, peixes de açude e doces com especiarias. No cardápio litorâneo, destacam-se o peixe frito crocante empanado na farinha de mandioca, a ginga com tapioca, a tapioca na folha de bananeira, o grude, beijus, os caranguejos, siris e goiamuns ensopados no leite de coco, as peixadas temperadas com coentro, cebolinha, limão e pimenta, devidamente acompanhadas pelos pirões cozido ou “deitado”, o camarão no alho e óleo; água e polpa de coco verde, mangabas, cajus, jacas, goiabas, seriguelas, pitombas, maracujás, jabuticabas, acerolas, mangas, graviolas, sapotis, bananas e pinhas, consumidas in natura ou na forma de sucos e doces. No menu do sertão, são ressaltados a carne de sol com nata, a manteiga e o arroz da terra, creme, nata, queijos de manteiga e de coalho, buchada, picado, traíra, ovas de curimatã, farofa d’água, tripas de porco assadas, galinha caipira com pirão, coalhada, doces de leite, chouriço, filhós, espécie de gergelim, umbuzada e, apesar da atual “clandestinidade” passível de punição, animais de caça como preás, arribações, nambus, rolinhas, marrecas, tatus e tejuas ou “tejos” muito apreciados como tira-gostos. Em todo o Estado, considerando o consentimento do bom “inverno” chuvoso, pratos à base de milho verde, canjica, angu, pamonha, cuscuZ, xerém, milho assado e cozido, feijão verde, castanhas de caju, bolos de leite ou da moça, preto, de macaxeira, ovos e batata, alfenins, rapadura, farinha de mandioca, cajú, umbus, jerimuns, batatas doces, melões e melancias.

Conhecer o Rio Grande do Norte a partir de seus sabores nos permite viajar por uma geografia surpreendente pontuada por delícias que marcam identidades, saberes e fazeres especiais. Os nomes de alguns pratos consagrados pelos potiguares são indicativos dessa “territorialização”: a ginga com tapioca da Redinha, o beiju seco e o camarão de Nísia Floresta, o “Frivilhado” de Barra de Cunhaú, o alfenim figurativo de Assú, o doce de “pelo” de Angicos, os queijos de Riachuelo, os filhós e chouriços de Caicó, as castanhas e

cajus da Serra do Mel. Nesse cardápio imaginário, existiriam outras iguarias e regiões a se descobrir?

A pesquisa na microrregião da Chapada do Apodi foi iniciada no dia 31 de março e concluída em 15 de novembro de 2011, considerando nesse tempo hiatos consequentes da disponibilidade dos pesquisadores e do transporte necessário para percorrer os municípios potiguares de Apodi, Caraúbas, Felipe Guerra e Governador Dix-Sept Rosado, incluindo os perímetros urbanos e a vasta zona rural, campo empírico onde foi realizada a pesquisa. Nesse âmbito, não foram impostas limitações às características dos alimentos, abrangendo tanto aqueles que compõem os cardápios rotineiros quanto os que se destinam a ocasiões especiais, sejam relacionados às refeições dos finais de semana, bem como vinculados às festividades e até ao passado de escassez resultante das severas estiagens. Durante o período de investigação, foi desenvolvida uma abordagem etnográfica estruturada em levantamento bibliográfico, observações e entrevistas, registradas por intermédio de anotações, gravações e fotografias digitais.

No domínio da cozinha popular, identificamos um complexo de práticas diferenciadas ao reconhecermos o conceito de cozinha como um conjunto de técnicas dirigidas à preparação dos alimentos (MONTANARI, 2008). No oeste potiguar, pela proximidade das fronteiras, observamos aqui acolá certo “sotaque” cearense quase tão perceptível quanto aquele empregado em legato na pronúncia sonora de seus habitantes, materializado pelo consumo expressivo do baião-de-dois e, em menor escala, de “maria-isabel”, da rapadura batida e da cajuína.

Nesse território, costuma-se “merendar” (lanchar) nos horários intermediários entre as refeições principais, as merendas são variadas, constituídas por quantidades menores dos mesmos alimentos servidos nessas ocasiões; caldo de carne moída, farofa de cuscuz, escondidinho de carne são exemplos de alimentos consumidos como merendas.

Variações locais são percebidas no formato e preparo do beiju e da tapioca, enrolados como grandes rocamboles e somente distinguíveis pela quantidade de massa de mandioca concentrada na massa, o que confere ao primeiro uma textura mais firme e à segunda outra mais delicada. Em Apodi, o “filó”, doce de massa frita à base de farinha de trigo e polvilhado com bastante açúcar cristal, é consumido avidamente pela população. É desconhecida sua relação com o “filhós” do Seridó, este bem menor e servido acompanhado com mel ou calda de açúcar.

Por falar em açúcar, em algumas padarias da região, à feitura de pães tradicionalmente salgados são acrescentadas pinceladas de açúcar em sua superfície (pão carteira e seda) ou mesmo a receita é reinventada, caso do pão francês metamorfoseado em “pão picanha”, sua versão em massa doce, coberta por uma camada crocante de coco e açúcar. O grude é nome da massa de coco seco com goma de mandioca salgada, bem vinda quando acompanhada de café e também o bolo doce de goma, pesado, bastante popular e aprovado pelas donas de casa. Outro bolo muito saboroso é o de milho verde com especiarias, coco e rapadura, temperos ausentes no preparo de sua variante litorânea. No município de Felipe Guerra, é servido o pirão de banana

verde como acompanhamento da galinha caipira, carne de bode, costela e mocotó; quem já experimentou assegura ser comida apetitosa e leve, desprovida das altas quantidades de gordura utilizadas nos pirões tradicionais.

Pouco se sabe sobre a gastronomia dessa parte do Rio Grande do Norte influenciada diretamente pela alternância das chuvas e das estiagens, os registros são insuficientes, as possibilidades para pesquisa são múltiplas. Reconhecendo o caráter inicial desta obra, ressaltamos a comida como um componente cultural significativo, evidenciando as particularidades que abrangem as técnicas de preparação dos alimentos, os personagens que as realizam, lugares de consumo e tradições alimentares eleitas pelos moradores dos referidos municípios onde a pesquisa foi realizada. Esperamos, dessa forma, motivar a elaboração de futuras produções acadêmicas que aprofundem as interpretações sobre a comida como componente cultural e ampliem o conhecimento sobre a presença humana nas terras sertanejas.

Por uma culinária poética

Por Kalliane Amorim

Cozinhar é dar o beijo mágico que acorda os prazeres adormecidos.

(Rubem Alves)

A poesia é uma arte encantadora, provoca reações mágicas em quem a lê. Depois de ler um poema, não somos mais os mesmos: tudo que nos soava familiar se transforma, pois nosso olhar se renova e vê o novo onde antes só havia o habitual. O poeta, ao dominar as palavras, sabe exatamente como misturá-las para servir ao leitor o seu biscoito fino: a poesia.

A palavra escrita ou falada é a representação da fome humana: fome de conhecimento, de saber. Não por acaso, o verbo “saber” vem do latim “sapere”, que significa tanto conhecer como saborear. Saber é, então, sentir o gosto das coisas. Homo sapiens é aquele que conhece e que saboreia. Quando surgiu esse desejo de registrar os hábitos e fazeres culinários da microrregião da Chapada do Apodi, é porque havia entre nós uma falta, uma lacuna a ser preenchida. Estávamos famintos, precisávamos buscar os temperos marcantes de cada cidade para começar a preparar nosso banquete de palavras. E todo cozinheiro sabe que um banquete começa na imaginação, onde as palavras e as imagens misturam-se numa espécie de alquimia infinita, como medita o escritor Rubem Alves (2003):

O cozinheiro também vive de palavras. Antes de fazer o seu trabalho ele come palavras. O fogo está sempre aceso e as panelas estão sempre fervendo na sua imaginação. Seus olhos veem cores invisíveis, seu nariz sente cheiros ausentes, sua boca sente o gosto de gostos inexistentes. E seu corpo é possuído pela comida que ele ainda não preparou. Sua imaginação é uma cozinha e um banquete.

Da mesma forma que os poetas fazem seu banquete de palavras, os cozinheiros preparam seus manjares, primeiro na cabeça para depois chegar à mesa. Um bom cozinheiro conhece os aromas e os temperos, sabe – porque saboreia – que a presença harmoniosa dos elementos culinários garante a apreciação do prato. Uma apreciação estética e gastronômica, que não termina quando acaba a refeição, pelo contrário, constitui um ciclo infinito de sentir sabor e sentir saudade do sabor. Quantas vezes a simples lembrança de um doce de infância faz emergir sorrisos e salivar a boca? Somos capazes de lembrar o cheiro e o sabor de nossas comidas prediletas, e quanto mais distantes estamos, no tempo ou no espaço, desses alimentos, mais a nossa memória gustativa se acentua: o bolo da avó, a galinha de domingo, o beijo da feira, entre inúmeros exemplos que fazem parte de nossas histórias de vida, são suficientes para prolongar qualquer conversa entre comensais.

Poesia e culinária assemelham-se nesse poder de nos envolver e de provocar transformações em nós. Quando Pablo Neruda (2005) escreveu a Ode à cebola, estava tomado pelo poder da poesia, pois viu numa cebola algo completamente diferente dela:

Cebola
Luminosa redoma
pétala a pétala
cresceu a tua formosura,
escamas de cristal te acrescentaram
e no segredo da terra escura
se foi arredondando o teu ventre de orvalho.
(...)
a terra
assim te fez
cebola
clara como um planeta
a reluzir,
constelação constante,
redonda rosa de água,
sobre
a mesa
das gentes pobres.

A mesma sensação teve o operário do poema de Vinícius de Moraes (2011), um operário cujos olhos haviam se moldado à situação de exclusão, mas que:

(...) certo dia
À mesa, ao cortar o pão
O operário foi tomado
De uma súbita emoção
Ao constatar assombrado
Que tudo naquela mesa
- Garrafa, prato, facção

*Era ele quem os fazia
Ele, um humilde operário,
Um operário em construção.
(...)
Foi dentro da compreensão
Desse instante solitário
Que, tal sua construção
Cresceu também o operário.
Cresceu em alto e profundo
Em largo e no coração
E como tudo que cresce
Ele não cresceu em vão
Pois além do que sabia
- Exercer a profissão -
O operário adquiriu
Uma nova dimensão:
A dimensão da poesia.*

Essa dimensão da poesia, incrustada no cotidiano, capaz de provocar transformações no ser humano, se estende à culinária e vem sendo bastante explorada pelo cinema. No filme dinamarquês *A festa de Babette*, de 1987, a personagem principal pede permissão às suas patroas para preparar um jantar à francesa. No vilarejo onde essas senhoras viviam, o rigor com as questões espirituais traduzia-se em rigor com a própria alimentação: sentir prazer e alegria ao comer era considerado pecado. Babette, uma chef cuisinier até então desconhecida naquela comunidade, prepara um verdadeiro banquete e, pelo poder da comida, transforma a amargura e a tristeza daquelas pessoas em prazer, em alegria.

São inúmeros os filmes que tratam dessa magia que a boa comida opera em nós. Como água para chocolate (1993), *Chocolate* (2000), *Julie e Julia* (2009) são apenas alguns exemplos de histórias poéticas lembrando-nos a todo instante que comer não é só satisfazer as necessidades físicas, é brincar com os nossos sentidos, é preparar um momento onde o afeto possa encontrar seu lugar à mesa.

Por isso, ao pensarmos na constituição desta obra, não podíamos simplesmente falar das delícias gastronômicas das cidades que visitamos, era preciso inserir os valores humanos, recontar e registrar as histórias para que a poeira do tempo não apagasse tantos saberes e colocar uma pitada generosa de poesia para, inclusive, abrir os olhares de pessoas que, de tão habituadas às suas práticas de alimentação, não

conseguiam vislumbrar o caráter poético daquilo que preparavam com tanto esmero.

Muitas vezes, no início das conversas, a primeira reação de algumas pessoas era a incapacidade de acreditar que algo tão “simples” e “corriqueiro” como a comida pudesse despertar o interesse de alguém, já outras simplesmente ficavam surpresas diante do tema da pesquisa. Nesse aspecto, vale lembrar o poema escrito por Alberto Caeiro, um dos heterônimos de Fernando Pessoa (2006), cujos versos dizem:

*O Tejo é mais belo que o rio que corre pela minha aldeia,
Mas o Tejo não é mais belo que o rio que corre pela minha aldeia
Porque o Tejo não é o rio que corre pela minha aldeia.*

Esse poema, extraído da série O Guardador de Rebanhos e belissimamente transformado em canção por Tom Jobim, leva-nos a uma reflexão sobre as representações que construímos a respeito do local e do universal: os valores e as marcas de uma cultura não podem ser inferiorizados, pois são eles que a singularizam, que a tornam única, que identificam as pessoas como pertencentes àquele grupo social. Às vezes, essa consciência de valorizar o que é local fica adormecida por muito tempo. Outras vezes, basta um olhar que saiba acolher as diversidades para despertá-la desse sono profundo.

Assim foram as descobertas maravilhosas que fizemos ao conversar com as cozinheiras e cozinheiros, doceiras e padeiros, agricultores, artesãos e comerciantes que encontramos em cada uma das cidades de nossa pesquisa. Descobertas construídas conjuntamente e compartilhadas com a satisfação que resulta do trabalho, pois um ingrediente característico do local, um jeito especial de inseri-lo no preparo dos alimentos, era percebido por nós como algo surpreendente e mais ainda por aqueles que debulhavam suas histórias e receitas culinárias, tão antigas e de repente tão novas.

E justamente por fazerem parte de cada aldeia, é que essas histórias e receitas são mais belas que as histórias e receitas de qualquer outra aldeia. Para conhecê-las, começemos aqui a nossa travessia pelos sabores e saberes dessa região potiguar.

Transformações culturais com a apropriação de novas técnicas de produção e manejo animal no sertão potiguar

A galinha de capoeira / Por Ângela Gracindo



"Galinha de pinto", Felipe Guerra, 2011.

Presente em todos os terreiros sertanejos, a galinha é um dos animais domésticos mais difundidos no mundo inteiro. Responsável por uma das maiores fontes de proteína na alimentação humana, é valorizada também pela sua rusticidade, resistência às doenças, capacidade de sobrevivência em pequenas áreas, mais particularmente quintais, alimentando-se de grãos de cereais, restos culturais, refugos de hortaliças e frutas.

São animais de ciclo produtivo curto, baixo custo de produção e menor investimento em mão-de-obra. Adaptam-se facilmente a instalações rústicas e são manejadas, na maioria das vezes, pelas mulheres. Enquanto os homens realizam tarefas mais pesadas, como a lida com animais de médio e grande porte, as plantações, as mulheres são responsáveis pelos afazeres domésticos e pelo manejo com as galinhas.

Da galinha se aproveita até o esterco, que pode ser usado nas plantações ou mesmo para alimentar peixes. Os ovos caipiras, que possuem maior apreciação pelos consumidores por seu sabor particular e inigualável, coloração de gemas mais escuras que os de ovos provenientes de granjas convencionais, e a carne da galinha caipira, com consistência mais dura e menos gordurosa que a carne do frango industrial, são algumas das características da avicultura caipira. Há quem diga que os alimentos produzidos com os ovos de galinhas caipiras são mais saborosos. Sabe-se que essa diferença está, principalmente, na alimentação que as aves recebem e que se expressa nas características dos ovos. Além de ser um sistema de produção em que a liberdade dos animais é respeitada, proporcionando-lhes um maior bem-estar, ainda se tem a maior segurança em consumir um alimento livre de resíduos químicos, como os famosos antimicrobianos utilizados na alimentação de aves exploradas em sistemas convencionais, gerando, sobretudo, menor impacto ambiental.

Desse modo, a avicultura caipira representa, além de uma rica fonte nutricional, uma alternativa de renda extra para as famílias rurais.

A carne de criação

O Brasil possui um efetivo de rebanho caprino acima de 7 milhões de cabeças e mais de 400 mil ovinos. Destes, 90% dos caprinos e 70% dos ovinos estão na região Nordeste, segundo dados do último censo agropecuário (IBGE, 2006). A cabra e a ovelha são personagens antigos dos sertões nordestinos, sendo sempre lembradas e citadas por artistas em seus poemas, canções e pinturas, pela sua grande importância social e econômica, sempre como animais rústicos, fortemente adaptados às condições adversas que a região possui. A falta de chuva, o solo pedregoso, a alimentação escassa e de difícil acesso, como é o caso das cactáceas espinhosas, não intimidam esses animais.

As criações de bode e de ovelha no Nordeste do país ainda são consideradas explorações de subsistência, geradoras de renda “emergencial” principalmente para agricultores familiares. E são muitos os produtos dessa atividade, como a carne, o leite e seus derivados, a pele. Porém, a desorganização da cadeia produtiva, a irregularidade na oferta, a falta de padronização e propaganda incentivadora que estimulem o consumo e a exigência do consumidor por produtos nutritivos e com alto padrão de qualidade higiênico-sanitária, ainda são fatores que contribuem para afetar a produção tecnificada.

A “carne de criação”, como é popularmente conhecida a carne de carneiro e de bode, é bastante apreciada pelos consumidores e vem ganhando espaço em restaurantes de regiões metropolitanas, porém o seu consumo ainda está muito associado aos hábitos culturais de uma população rural, de condições sócio-econômicas menos favorecidas, principalmente pela oferta de produtos que fogem ao padrão de qualidade esperado, pois em sua maioria são provenientes de animais já velhos, descartados, muitas vezes abatidos em

condições higiênico-sanitárias deficientes ou até mesmo na clandestinidade, exalando odor desagradável, gordura demasiada e indesejada, o que gera um marketing negativo de um produto tão nobre.

A carne caprina tem se apresentado como uma alternativa de alimentação diferenciada, com os requisitos exigidos pelos consumidores com preços condizentes com a realidade de mercado. A disseminação dos produtos caprinos se dá não só com aumento de produtividade, mas também com a melhoria do plantel (COUTINHO, 2011).

Na Chapada do Apodi, diversas instituições governamentais e não-governamentais vêm trabalhando junto ao produtor em busca de uma maior organização da cadeia produtiva e, conseqüentemente, maior qualidade, visto que se trata de produtos tão apreciados e consumidos. A costelinha de bode assada na brasa, a famosa buchada de carneiro ou de bode, o bode escalado de Felipe Guerra, entre outros, são apreciados não só pela população rural, mas por aqueles que deixaram suas terras e buscam resgatar suas raízes no prazer de degustar a culinária típica da região. São alimentos com características festivas, consumidos principalmente em confraternização de amigos e familiares, muitas vezes considerados pratos especiais, uma vez que o animal antes de ser abatido chega a receber um tratamento diferenciado, uma espécie de “limpa”, quando o intuito é transformar-se no protagonista de momentos tão especiais.

O mel

O Brasil produz cerca de 50 mil toneladas de mel, ocupando o 11º lugar no mundo e 5º lugar em exportação (Portal Brasil, 2011). No Rio Grande do Norte, o município que mais se destaca em volume de produção é Apodi e seu sucesso não se deve apenas a isso, mas à organização dos produtores em associações e cooperativas que fortalecem essa produção.

O mel é um alimento que já chega ao homem quase que completamente pronto. A natureza se encarrega de prepará-lo, diferente da carne, por exemplo. É evidente que existem técnicas de manejo (alimentação artificial de abelhas em períodos de estiagem, processamento e beneficiamento do mel, entre outras), desenvolvidas pelo homem, capazes de melhorar sua qualidade, de alterar suas características sensoriais e nutritivas.

Rico em nutrientes, altamente energético, considerado especial principalmente por ser natural, servido e consumido com a mesma aparência em que foi retirado dos favos, de onde foi originado e extraído, suas características sensoriais podem variar desde a abelha que o produziu (nativas ou exóticas), até as condições climáticas do local, as diferentes floradas, entre outros fatores. O mel mais apreciado para exportação é o mel claro, embora quanto mais escuro ele seja, mais rico em minerais, mais nutritivo. O mel da florada do caju, por exemplo, é naturalmente um mel mais escuro.

O mais conhecido e consumido é o mel produzido pela abelha *Apis mellifera*, abelha exótica com ferrão. Entretanto, o mel das abelhas nativas (melíponas) e sem ferrão é um mel diferenciado em sua coloração, acidez e consistência. Popularmente, o mel é consumido de forma medicinal, e mesmo sem o reconhecimento da medicina tradicional, as pessoas o consomem no intuito de aliviar ou combater os sintomas de doenças respiratórias, como as tosses, as gripes, as secreções pulmonares (famoso “chiado no peito”). Aliado ao limão, o mel é considerado um “santo remédio”.

Nas mesas sertanejas, o mel é muito apreciado junto às fubas de milho, de gergelim, adoçando a coalhada ou vitaminas. Em Apodi, registramos sua utilização na fabricação de biscoitinhos de mel, confeccionados no sítio Ameno, ou mesmo na caramelização das castanhas de caju da comunidade Córrego, tendo uma grande importância no desenvolvimento local, principalmente porque os dois alimentos, o mel e a castanha de caju, são produzidos em grande quantidade na região, o que agrega valor aos produtos, gera renda para as famílias e fixa o homem no campo. E isso não aconteceu ao acaso, alguns parceiros, como o SEBRAE¹, o Sindicato dos Trabalhadores Rurais, o PDA Santa Cruz², construíram junto aos agricultores a consciência e a percepção de que o trabalho cooperado, formal e organizado poderia trazer inúmeros benefícios para a sociedade. Levando em consideração a importância nutricional, econômica e social do mel para as comunidades de Apodi, ainda é incipiente o seu consumo e sua utilização em pratos produzidos no município.

1 Serviço de Apoio às Pequenas e Médias Empresas.

2 PDA (Programa de Desenvolvimento de Área) é uma metodologia utilizada pelo Conselho de Desenvolvimento das Comunidades Reunidas do Município de Apodi-RN, uma associação civil sem fins econômicos de promoção humana e desenvolvimento social, cultural e educacional, fundado em 1998, com sede e foro no município de Apodi, Estado do Rio Grande do Norte. A instituição conta com o patrocínio da Visão Mundial e a contribuição dos parceiros locais.

O leite nosso de cada dia / Por Cléia Macêdo



Bezerros, Sítio Retiro, Apodi/RN, 2011.

A sofisticação dos alimentos presentes na dieta contemporânea multiplica as possibilidades gastronômicas. A cada dia, mais e mais pessoas têm acesso a uma infindável combinação de ingredientes, o leite, entretanto, tem lugar de destaque pela sua versatilidade, permitindo ser apreciado de maneiras diferentes, como bebida pronta para beber, como matéria-prima de outras iguarias e, finalmente, como ingrediente de inúmeras elaborações de receitas deliciosas.

O Brasil aparece como o sexto no ranking dos maiores produtores do mundo, com mais de 27 bilhões de litros; dentre as propriedades leiteiras, 88,3% são compostas por pequenos produtores (responsáveis por até 100 litros por dia), que representam 18,9% da produção total de leite do país, de acordo com os dados do SEBRAE (2010). A produção de leite no Brasil vem apresentando um constante crescimento, em 2008, a produção nacional apresentou um crescimento de 5,5%, quando comparada com 2007. A região Sudeste apresenta a maior produção com mais de dez bilhões de litros ou 36% da produção nacional, seguido pelo Sul, com oito bilhões de litros produzidos ou 29% do total do país. Atualmente o Nordeste brasileiro é responsável

por 12% de todo o leite produzido no país. O Rio Grande do Norte ocupa o sétimo lugar na produção de leite entre os estados do Nordeste.

Segundo o SEBRAE (2010), o mercado de leite e derivados no Nordeste tem apresentado expressivos números quanto ao seu consumo, esses resultados foram apontados pela Pesquisa do Orçamento Familiar (POF), realizada pelo IBGE em 2008 e 2009, que revela a importância da região no consumo desses produtos. A partir dos dados reunidos dessa pesquisa, foi possível dimensionar o volume de dinheiro que as famílias do Nordeste destinam para a compra de produtos lácteos, principalmente leite e queijo. Em 2008, por exemplo, foram mais de R\$ 5 bilhões, o que corresponde a um gasto médio mensal da ordem de R\$ 420 milhões.

As atividades relacionadas ao leite, como produção, industrialização e transporte, são responsáveis pelo maior número de empregados do setor privado no Brasil. Essa é a conclusão do levantamento feito pela Associação Brasileira dos Produtores de Leite, a Leite Brasil, que contabilizou quase quatro milhões de trabalhadores nas diferentes etapas da cadeia produtiva do leite em 2010. A produção responde por grande parte deste contingente, com um total de 3,8 milhões de trabalhadores distribuídos em aproximadamente 1,2 mil propriedades leiteiras. Já os segmentos de industrialização e transporte da cadeia do leite contribuem com 150 mil postos de trabalho, gerados nos mais de 2 mil laticínios inspecionados pelos órgãos oficiais (MILK POINT, 2010).

O leite é um dos alimentos mais completos que existe na natureza, pois contém todos os elementos nutritivos necessários para o crescimento e manutenção da saúde. Fonte de proteínas (cerca de 30 g de proteínas completas e equilibradas), de matéria gorda (25 g variável em função do tipo de leite), hidratos de carbono (cerca de 50 g), de sais minerais (cálcio, potássio, cloro, iodo, fósforo) e vitaminas (A, B, e D). As proteínas e as outras substâncias do leite também existem noutros alimentos, mas o cálcio é principalmente fornecido pelos derivados de leite, daí o seu consumo não deve ser negligenciado, sendo um excelente alimento para todas as idades. A composição do leite apresenta variações ocasionadas por diversos fatores como: espécie, raça, fisiologia (individualidade, diferenças entre os quartos do úbere, idade), alimentação, estações do ano, doenças, período de lactação, ordenhas (número, intervalo e processo), fraudes e adulterações (GAVA, SILVA e FRIAS, 2008).

O leite de bovino é o leite mais amplamente utilizado como alimento e é, também, misturado a outros ingredientes para elaborar pratos mais saborosos, conquistando o paladar de quem aprecia a boa culinária.

A culinária do Rio Grande do Norte concentra uma grande diversidade de pratos em que são nítidas as diferenças entre culinárias litorâneas e interioranas. Os ingredientes encontrados com fartura no meio rural em função da cultura agrícola e pecuária proporcionam pratos típicos feitos com produtos da terra ricos em sabores, aromas e cores. Da pecuária obtém-se a carne e o leite utilizados na culinária sertaneja.

Nas grandes cidades o papel do leite só é ser processado e embalado de forma segura para estar

disponível para os consumidores. Mas na zona rural brasileira – por exemplo, na região da Chapada do Apodi/RN - algo emocionante acontece quando o leite é processado: provenientes da bovinocultura, os subprodutos produzem ingredientes valiosos como os queijos de manteiga e coalho, nata, manteiga da terra, que serão incorporados às receitas, proporcionando satisfação, comodidade e o prazer de consumir os alimentos produzidos na própria terra. Com o leite se faz o pirão de leite com queijo de coalho; misturado ao açúcar, faz surgirem os mais diversos doces, verdadeiras tentações que habitam os sonhos da gente; com os ovos surgem os cremes, molhos, bolos e pudins. Toda essa alquimia surpreende os paladares dos desavisados se convertendo em uma experiência inesquecível de conveniência à mesa.

A riqueza de uma "cozinha pobre

Por Nilton Xavier

Liforme Instravagante

Luiz Gonzaga

*Mandei fazer um liforme,
como toda a preparação
para botar no arraiá
na noite de São João*

*Chapéu de arroz doce
fornado com tapioca
as fitas de alfinim
e as fivelas de paçoca
a camisa de nata
e os botões de pipoca*

*A ceroula de soro
e as calça de coalhada
o cinturão de manteiga
e o buquê de carne assada
sapato de pirão
e a zenfilhon de cocada*

*As meias de angu
presilhas de amendoim
charuto de biscoito
e os anelões de bolim
os óculos de ovos fritos
e as luvas de toucin*

*O colete de banana
e a gravata de tripa
o paletó de ensopado
e o lenço de canjica
carteira de pamonha
e a bengala de linguiça*

*Vai ser um grande sucesso
no baile da prefeitura
a pulseira de queijo
e o relógio de rapadura
quem tem um liforme deste
pode contar em fartura*

O belo poema musicado de Luiz Gonzaga apresenta de forma bem-humorada uma série de alimentos característicos da cozinha nordestina, mas, infelizmente, assinala nos últimos versos o acesso à mesa farta como um privilégio de poucos, evidenciando distinções sociais expressadas pela comida. O conceito de “cozinha ou comida pobre” ou “popular” está relacionado a um antagonismo que aparta de forma genérica hábitos alimentares da classe aristocrática associada a produtos raros e regras sofisticadas do servir e comer, diferentes daquelas praticadas por camponeses, operários e demais integrantes das classes populares (MONTANARI, 2008; GIARD, 1996).

Durante a pesquisa na microrregião do Apodi, repetidas vezes ouvimos dos moradores menções a alimentos categorizados como “comida grosseira”, “comida caseira”, “comida pesada” ou “comida de sítio”, expressões empregadas como similares, todavia, este último termo sublinha de modo preferencial o consumo e preparo de alimentos produzidos nas propriedades rurais, adaptados às condições ambientais, conforme atesta a escritora potiguar Celina Bezerra (2009):

“Vivíamos debaixo da ordem: não estruir nada e comprar o mínimo! As visitas sempre ouviam de Papai: aqui só se compra café, açúcar e farinha. Exageros à parte, para o dia a dia, além destes, só comprávamos pão, bolachas, rapadura, sal e a aguardente dos aperitivos que ele tomava invariavelmente, todos os dias, antes do almoço. O restante resultava do plantar, colher, criar, tratar, cozinhar.”

Referência similar aparece no poema da cordelista apodiense Deusinha:

*Sinto-me muito orgulhosa
Em hoje poder te contar
Que produzimos no nosso lugar
Queijo, creme, coalhada, manteiga da terra e tudo mais
Arroz vermelho e ainda aqui se faz
Fuba de milho, de castanha e tapioca enfiada
Esses produtos mostram que
Nossa terra é abençoada.*

Tais alimentos compreendem pratos muito diversos, salgados ou doces, mestiçados nas tradições coloniais, até aqueles identificados como “comida de seca”, elaborados com o mínimo de recursos extraídos da caatinga para espantar a fome. À exceção dessa última categoria, tais alimentos são consumidos hoje em dia tanto nas mesas das casas humildes do campo e das cidades, como naquelas mais abastadas, em padarias e também em restaurantes especializados em comida “regional” ou “sertaneja”, revelando uma fragilização dessas fronteiras em nome de elementos culturais comuns acionados para reafirmar as origens familiares e geográficas de seus habitantes. Obedecem a essa classificação, dentre outros, os derivados do leite, a panelada, a buchada de bode, o mugunzá com costela ou mocotó, o feijão com farinha, o cuscuz de milho e até o filó.

Para justificar o sentido de “comida de sítio”, esclarecemos ao nosso leitor o significado de “sítio” na região do oeste potiguar: o termo não se aplica apenas às propriedades rurais privadas (pequenas ou extensas) situadas nos arredores dos ajuntamentos urbanos; sendo assim, chácaras e fazendas são igualmente identificadas por “sítio”. “Sítio” é adjetivo igualmente empregado para designar as comunidades rurais sobreviventes em geral por intermédio de atividades agro-pastoris de subsistência. Parte da população utiliza os sítios como destinos habituais dos encontros familiares nos finais de semana, “lá em nós” (expressão local usada para identificar o lugar) as famílias organizam divertimentos, almoços e bebedeiras; tanto aquelas que residem nas cidades e buscam preservar as raízes camponesas, quanto eventuais visitantes em busca de recreação e descanso.

Nos sítios, a proximidade com a terra e sua dependência, além de todas as tradições humanas subentendidas nessa relação, é expressiva e repercute diretamente nos modos de viver dos seus habitantes. O “povo do sítio” (expressão local) apresentaria, dessa forma, um comportamento diverso daquele vivenciado pelos moradores da cidade, estes últimos, libertos das preocupações diárias com a vida no campo, seriam

supostamente favorecidos, pela maior facilidade de acesso aos serviços públicos essenciais característicos da vida urbanizada (escolas, hospitais, fornecimento de água encanada, energia elétrica, gás, telefonia, etc.) estabelecendo outras prioridades socioculturais, incluindo opções de trabalho, entretenimento e consumo, dentre os quais a assimilação de novos hábitos alimentares. Vale salientar em 2011 a substituição completa do tradicional milho verde na festa junina do padroeiro São João Batista, em Apodi, por lasanhas, tortas salgadas e panquecas nas barraquinhas da quermesse.

Tais mudanças, responsáveis por sinalizar a dinâmica das práticas sociais vivenciadas pela população residente no interior do Estado, teriam criado uma hierarquização apressada entre cidadãos e sitiantes? Os problemas impostos pela total ausência ou restrição dos benefícios públicos e a vigilância diária aos conhecimentos agrícolas e do criatório doméstico em convivência com os rigores ambientais das estiagens características da região do semiárido nordestino, se transformaram em situações indesejáveis por quem não vive ou escapou voluntariamente dessa realidade. Para alguns habitantes das cidades, viver no sítio significou desse ponto de vista uma desvantagem, mesmo considerando viverem do mesmo modo inseridos numa região onde a economia historicamente é alicerçada na agricultura e na pecuária, a expectativa profissional da maioria dos cidadãos é ingressar no serviço público estadual e municipal ou sobreviver do comércio.

Entre os próprios sitiantes, especialmente os mais jovens, é raro encontrarmos interessados em continuar a viver da terra como os seus antecessores, reconhecendo o trabalho no campo como uma atividade bem-sucedida, ao contrário, buscam sobreviver futuramente de outra maneira, exercendo outras profissões. Além disso, os ganhos econômicos gerados pelos programas sociais subsidiados pelo governo federal (Bolsa-Família, Bolsa-Escola e aposentadorias) involuntariamente reforçaram uma situação de afastamento da preservação das técnicas agrícolas e do criatório animal, na medida em que muitos preferem viver comodamente à custa de parentes contemplados nesses programas. Baseado num olhar ancorado por relatos de residentes locais (cidadãos e sitiantes), nota-se no discurso de uma parcela dos moradores da cidade um sutil preconceito atribuído à imagem e ao comportamento de quem vive nos sítios, identificados de modo generalista como “caipiras”, “atrasados”, “mal vestidos”, alvos de piadas de mau gosto que depreciam o trabalho no campo, porém, uma observação mais atenta sobre quais motivos influenciariam essa realidade merece ser investigada em outra pesquisa.

Se por um lado viver no sítio não representa uma unanimidade, a comida de sítio unifica o interesse de todos, bares e restaurantes situados nesses lugares são responsáveis por atrair com regularidade uma parcela expressiva da população aos finais de semana oferecendo pratos originalmente nascidos nas cozinhas sertanejas. A preferência é justificada pelo interesse em manter as tradições culturais e por evocar sabores registrados na memória.

Voltemos a observar as características da cozinha popular, uma de suas conotações mais recorrentes são as estratégias desenvolvidas para driblar as incertezas determinadas pela fome mais emergente ou

pela escassez regular de alimentos, sejam provocadas por variantes naturais ou limitações arquitetadas e impostas por decisões humanas. São próprias desse domínio as técnicas de conservação, sobretudo aquelas que dispõem do uso do sal e das secagens e também da estocagem formulada para vencer as barreiras de tempo e espaço e assim garantir o consumo de alimentos sazonais fora de sua época de produção, bem como, distantes de seus locais de origem. Carnes, peixes, legumes, verduras e frutas, quando cozidos em líquidos, favorecem a economia, o não desperdício, a conservação e reutilização das sobras para a preparação de outros pratos. Alimentos ricos em “sustância”, para “encher o bucho”, muito energéticos, dentre os quais aqueles compostos por quantidades expressivas de açúcar, farinhas e gordura, favoráveis a despertar ligeiramente uma maior sensação de saciedade, costumam centralizar as atenções nas mesas populares. “Explica-se assim o gosto popular pelos farináceos, legumes, castanhas – alimentos ‘de preenchimento’. Explica-se assim o gosto, mais recente, pela massa ou pelas batatas.” (MONTANARI, 2008). Alguns estão relacionados a suprir o desgaste físico dos trabalhadores rurais empreendido em atividades como destocar o mato, construir cercas, arar a terra, produzir farinha de mandioca ou adiar e mesmo substituir as refeições principais quando é necessário ausentar-se por algumas horas do lar ou se deslocar para locais distantes.

A adoção de instrumentais específicos e métodos da cozinha doméstica que privilegiam o alimento cozido em oposição aos assados elaborados em ambientes improvisados e com o mínimo de recursos é, portanto, outra característica evidenciada dessa categoria. Simbolicamente, encontramos aqui uma relação de gênero no qual o âmbito da cozinha com seus vários apetrechos e técnicas de cozimento é atribuído às aptidões femininas, enquanto o controle do fogo destinado aos assados e as técnicas de caça e abate costumam ser associadas a procedimentos masculinos, oposição reforçada na expressão popular que determina o fazer churrasco como coisa de homem e na letra da música Baião de dois, de Luiz Gonzaga:

“Capitão que moda é essa, deixe a tripa e a cuié
Home não vai na cozinha, que é lugá só de mulhé”

Comportamentos sociais assumidos entre homens e mulheres à volta da mesa são expressos muito claramente no ambiente sertanejo contemporâneo, no momento das refeições percebemos atitudes que parecem herdadas de um passado patriarcal: apenas os homens sentados à espera de serem servidos pelas mulheres ocupadas com essa função sem dividir com eles um lugar equivalente à mesa, se portando de pé, atentas às solicitações e deixando para comer depois que todos enfim já estão saciados. Cena similar é descrita por Montanari (2008):

“Pensemos na diferença dos papéis entre homens e mulheres em algumas sociedades camponesas: os homens sentados à mesa, as mulheres em torno, prontas para servir, consumindo em pé sua refeição.”

Em alguns bares e restaurantes administrados por casais, o nome do proprietário batiza o estabelecimento, enquanto o da esposa é obscurecido, mesmo sendo ela a responsável pela elaboração dos pratos consumidos nesses lugares, transformados em indiscutíveis atrativos para o público. Ao homem cabe receber os clientes e servir as comidas e as bebidas, enquanto à mulher se destina o espaço e o trabalho na cozinha.

O mesmo autor atribui especial valor simbólico à partilha da comida, outro costume demonstrado no sertão potiguar, notadamente, quando uma família recebe visitas. Nesses casos, homens e mulheres abdicam de consumir os melhores pedaços e iniciar a refeição para que os convidados ou as visitas sirvam-se à vontade; repartir a comida é gesto interpretado como de extremo apreço, aceitação e respeito àqueles com quem se divide o alimento:

“A atribuição de um pedaço em vez de outro nunca é casual, mas reproduz as relações de poder e prestígio no grupo. Disso, temos testemunhos significativos já na épica grega: nos poemas homéricos, aos hóspedes se oferece o melhor pedaço.”

A preparação de alimentos de subsistência oriundos da economia rural representa outro distintivo da cozinha popular por demandar um tempo maior e exigir habilidades específicas, inconciliáveis com as facilidades das comidas prontas ou semi-elaboradas encontradas em supermercados, mercearias, padarias e açougues. São exemplos os processos para a obtenção dos derivados de leite, a pila dos grãos, as técnicas de abate, corte e salga das carnes, as horas intermináveis à beira dos fogões à lenha para a obtenção do ponto exato dos doces.

Durante a pesquisa, verificamos a ausência dos registros manuscritos dos velhos cadernos de receitas e a preponderância dos conhecimentos orais, fato que resultou numa dificuldade a ser contornada no momento de adaptar as medidas ou quantidades necessárias para as receitas “feitas a olho” ou interpretar “uma porção, um punhado ou uma pitada disso ou daquilo”. Tal dificuldade pode ser destacada mais facilmente entre as cozinheiras que internalizaram as informações experimentadas no cotidiano, transmitidas oralmente pelas mães e avós e aprendidas na observação atenta sem nunca terem se preocupado em anotar os processos, bem como por aquelas que costumam preparar o alimento em grandes quantidades e por essa razão, subtrair as dosagens representou um problema.

Contribuiu para reforçar a oralidade como um aspecto central desses saberes e fazeres, o próprio estranhamento dos colaboradores durante a pesquisa em relação ao nosso interesse por registrar o que para eles constitui algo banal, insignificante ou corriqueiro, além de nas quatro cidades pesquisadas, nas bibliotecas municipais, não encontrarmos menções sobre o tema alimentação como um dado cultural, salvo raríssimas e ímpares citações.

Por exemplo, o escritor Valter de Brito Guerra (2000) descreve os hábitos alimentares das famílias apodienses em fins do século XIX e princípios do século XX como marcados pela simplicidade. Contudo, evidencia uma distinção social presenciada nos tipos de alimentos e nas quantidades consumidas nas mesas das famílias de “nível médio” e da “classe pobre”. Quatro refeições eram servidas durante o dia: o café da manhã, o almoço, a “janta” e a ceia. Pães, queijos e sobremesas são referências ausentes dos cardápios; bolachas, tapiocas e coalhada com rapadura “raspada” são mencionadas, provavelmente, como substitutivos. Alguns acompanhamentos não distinguem a condição social das famílias que em comum consumiam arroz, “feijão temperado”, farinha de mandioca e mugunzá. Alimentos distintivos eram a batata-doce da mesa pobre e, especialmente, a carne bovina ou de criação (caprina ou ovina), inacessível nessa realidade em razão dos preços.

Enquanto as famílias de maior renda costumavam abater um boi para o consumo mensal da casa, complementado pelo abate de carneiros ou de bodes a cada semana, a carne de aves, peixes e, sobretudo, de animais de caça juntamente com o mel silvestre, abundantes na região, atendia as necessidades da população carente. O tipo e o consumo de determinados alimentos são citados como reveladores de pertencimento social, a ingestão de carne historicamente sempre aparece associada às elites, enquanto grãos e caldos são alimentos atribuídos à pobreza, como bem ilustra a escritora Raquel de Queiroz (2000) se reportando à cozinha nordestina elaborada às margens das províncias privilegiadas economicamente:

(...) Mas se não tínhamos riquezas baianas ou pernambucanas, havia as fazendas de gado. E nelas estabeleceu-se como dieta básica, pelo menos entre os pobres, o feijão temperado com um pedaço de carne ou de toucinho, ou, nem isso, o simples feijão de água e sal. Isso podemos dizer falando do povo em geral.” (...) Conclui-se, pois, que o nordestino é um sóbrio; essa frugalidade, contudo, desaparece nas ocasiões consideradas de “festa”: casamentos, aniversários, bodas de prata e de ouro. Tudo isso, claro, tratando-se de famílias abastadas. Mas em muitas famílias de recursos modestos abrem-se exceções, fazem-se até dívidas, para comemorar devidamente um casamento, um batizado ou bodas de prata e de ouro.”

No final dos anos de 1970, a escritora Luce Giard (1996) desenvolveu uma pesquisa realizada com mulheres pertencentes a famílias tecelãs francesas, na qual, igualmente, revela lacunas sociais considerando os hábitos alimentares dos artesãos:

“Uma mulher já de idade, com o mesmo modo de falar, conta as mesmas privações: em sua infância ela jamais tomou leite ou comeu frutas, a não ser uma laranja que ganhou de presente de natal; a comida de todo dia eram fatias de pão com queijo branco (o pão era feito por muito tempo pelo próprio pai para economizar alguns trocados), sopa e algumas vezes batatas. Para o domingo a

mãe comprava um pouco de carne, de última categoria, um pedaço pequeno que ela cozinhava e recozinhava para amaciá-la um pouco e que servia para “dar gosto” ao cozido e “forças” às crianças; neste caso o que devia nutrir era mais o cheiro do que a própria carne: como dizia o veterano Kant, “o cheiro da comida é uma espécie de sabor preliminar.”

O tempo das “coisas estreitas”

Antônio Manuel da Costa, popular como Toinho de Bruaca, 76 anos e natural de Soledade em Apodi, ouviu de seus pais relatos sobre as grandes secas de 1915 e 1930 e vivenciou em 1942 outra de grandes proporções que marcou em sua lembrança a imagem de corpos inativos deitados em redes de dormir, desfigurados pela escassez, nos quais se podia visivelmente contar as costelas. Durante a estiagem, a população local e de arredores se valeu da fonte de água potável existente no sítio arqueológico do Olho d'Água para matar a sede e dos recursos que a caatinga oferecia para driblar o espectro pavoroso e iminente da fome. A necessidade imediata da sobrevivência fez os sertanejos encontrarem na macambira, planta da família das bromeliáceas, uma fonte alternativa de alimento para a improvisação de um “pão” salgado cozido no vapor, bem como na caça de animais da fauna silvestre. Esquadrinhavam na vegetação esturricada e garranchenta os enxames de abelhas nativas como jandaíra, cupira, tubiba e arapuá para a extração do mel, enquanto a carne era obtida com a captura de tamanduás, tatus, pebas e lagartos tejos (teyu ou tejuacú).

Na região de Apodi, o conhecimento popular identifica quatro espécies de macambira: a amargosa, a preta, a “ruim de pé” e do “cabelo grosso”, variáveis no tamanho e nas cores das folhagens, todas caracterizadas pela abundância de espinhos. A folha recebe o nome de “palha” e a base da folha é a “cabeça”, de onde é obtida uma massa branca ou amarelada usada para a confecção do referido pão, a variedade amargosa, de folhas amarelas, recebe esse nome por apresentar intenso amargor sendo imprópria para o consumo humano. Em anos de absoluta privação, decorrente das secas prolongadas, o pão de macambira representava a única refeição disponível, era consumido puro, apenas com a adição de um pouco de sal, desacompanhado da mistura de qualquer outro alimento, sua ingestão provocava a sensação de saciedade.

Para a feitura desse pão, as folhas da planta são presas com os pés devidamente guarnecidos por calçados e perneiras de couro, na sequência, com um facão afiado (confeccionado artesanalmente por um ferreiro) e o auxílio das mãos, retira-se a maior parte das palhas (folhas) com atenção para se livrar dos espinhos ameaçadores dispostos como anzóis nas bordas de cada folha em pares de sentidos opostos. Em seguida corta-se o restante para alcançar a cabeça (base das folhas utilizada para a extração da fécula), de onde então é puxada a película, esta depois é levada para um pilão para quebrar as fibras e separar a massa. O produto é então peneirado numa urupema sobre um alguidar, o bagaço fica na peneira e a massa deposita-se no alguidar, lavada várias vezes, fica sedimentada no fundo do vasilhame. É retirada, passa por uma prensa, depois de seca é quebrada, umedecida e misturada com um pouco de sal, colocada num pano limpo, amarrado num prato e colocado na boca de uma panela com água para cozinhar no vapor, o processo era o mesmo empregado para o preparo do cuscuz ou “pão” de milho.

A massa de macambira chegou a ser vendida na feira livre de Apodi, proveniente do Sítio Góis. Segundo

Seu Toinho, a massa seca não era boa, pois proporcionava um pão de sabor pouco convidativo, a massa fresca fornecia um produto mais palatável. O processo penoso para a extração da massa, o sabor muito específico e as facilidades contemporâneas de acesso a diversos tipos de farinhas, fizeram a massa de macambira desaparecer das feiras, esquecida talvez como uma lembrança infeliz dos tempos mal assombrados pela fome.

Alguns alimentos eram consumidos em igualdade por homens e animais domésticos, caso do miolo do cacto xique-xique, queimado em coivara (fogueira) para eliminar sua forração aferrada de espinhos; aqueles que já o consumiram, asseguram ter esse alimento textura similar à batata-doce. Observam-se duas variedades: o xique-xique “gordo”, de lajedo é mais aquoso e, por essa razão é devidamente descartado; o xique-xique de caatinga, apropriado para esse fim, era encontrado nas áreas arenosas da várzea do Apodi.

Como foi dito anteriormente, o consumo de caça se acentuava nas estiagens quando as restrições alimentares involuntárias se estabeleciam. Longe das proibições legais de hoje em dia, a fome parceira do sol causticante autorizava sem penalizações o abate de animais selvagens em ações de captura predominantemente masculinas, amparadas por uma espingarda ou, quando possuíam, pelo cachorro viralata da família; às mulheres cabia o preparo do que porventura fosse abatido. Vale salientar que nem todos sabiam fazer “diligências” (caçar) para “recursar” (sustentar) a família.

Atualmente, tais atividades sobrevivem na clandestinidade, apesar da correta fiscalização aos abusos que motivaram o extermínio das mais diversas espécies. Não há o estímulo, porém todos sabem que a comida de caça é preferencialmente cobiçada pelos homens que a consomem como tira-gostos “lords” (expressão local que significa algo refinado) de bebidas alcóolicas, por vezes, é encontrada secretamente em feiras-livres, bares, vendida em beiras de estrada ou servida nas mesas domésticas como refinada iguaria de fim de semana.

Em algumas casas apodienses, podemos encontrar armadilhas, armas, chamarizes e outros apetrechos de caça, a perpetuação desse hábito é justificada pela crença popular de que os “bichos do mato” têm mais sabor do que aqueles criados em casa. Apesar das mulheres sertanejas terem herdado as técnicas de preparo com as mães, algumas delas sentem repulsa pela carne de animais de caça e não a consomem, todavia aprenderam a identificar espécies encontradas no período seco e na estação de chuvas. Em geral, esse grupo compreende tejos, nambus, rolinhas, arribações ou avoetes, patos, marrecas, tamanduás, pebas e tatus, a distinção entre os últimos é marcada pelo aspecto esquivo e ágil dos tatus, menos dóceis e mais difíceis de serem capturados.

Durante as grandes secas, sertanejos residentes nas imediações do território onde ocorreu a pesquisa narram cenas chocantes de pessoas cozinhando ou queimando sola de alpercatas de couro para enganar a fome. Da caatinga também se obtinha um pão similar no preparo ao da macambira feito dos caroços encontrados nas vagens do cipó mucunã, tapiocas e beijus de mandioca braba ou “maniçoba”, cardeiro cozido

com sal como macaxeira e “chás de alimentação”, assim chamados para se distinguirem dos chás medicinais, feitos com canela braba, “manjirioba” e frutos da batata de purga, ambos usados como substitutivos do café. Dentre outros animais selvagens, também eram alvos de caça veados, jacus, codornizes e “marias-tacacas” (gambás). Em todos esses alimentos, à exceção dos chás adoçados com açúcar, o sal era o único tempero.

Receita de tejo e tatu

- ▶ *01 tejo de 1 ½ kg (sem o couro, sem as vísceras, sem a cabeça, sem as patas e parte da cauda, cortado, lavado e escaldado); 02 dentes de alho; 01 cebola; corante (colorau), pimenta-do-reino e sal a gosto; óleo o suficiente.*
- ▶ *Misturar todos os ingredientes numa panela com ½ litro de água. Em panela de pressão, por 10-15 minutos se for um animal jovem, se for velho, 30 minutos. Em panela comum, 1 hora de fogo até reduzir o caldo e ficar quase seco.*
- ▶ *A mesma receita pode ser feita com tatu. Acompanha arroz, macarrão, feijão e farofa.*

Governador Dix-Sept Rosado



Cruzeiro e Igreja matriz de São Sebastião,
Governador Dix Sept Rosado/RN, 2011.

Reminiscências da terra do alho

O território pertencente ao município de Governador Dix-Sept Rosado, localizado no Médio Oeste Potiguar, era habitado pelos índios Cariris. Em meados do século XVII o lugar chamava-se Passagem do Pedro (referência ao nome do pioneiro que abriu a primeira trilha transpondo o rio Apodi/Mossoró). Indícios das primeiras construções remontam à segunda metade do século XVIII, situadas às margens desse rio. Nos idos de 1766, o capitão Sebastião Machado de Aguiar, fazendeiro e agricultor já estabelecido na região, residente na fazenda Pau do Tapuyo, se casou com Catarina d'Amorim Oliveira, sem filhos; fizera um voto para São Sebastião, prometendo que, caso nascesse um herdeiro do sexo masculino, edificaria uma capela sob sua invocação. Atendido em suas preces, em 1792, iniciou a construção da capela, momento no qual ocorre a mudança do nome de Passagem do Pedro para São Sebastião. Em 1842, desmembra-se da Freguesia da

Ribeira do Apodi, passando a chamar-se Freguesia de Santa Luzia de Mossoró, quando se transformou em Igreja passando a pertencer ao município Vila Princesa, Comarca de Assu. A construção original foi destruída numa das enchentes do rio Apodi/Mossoró e nova capela foi reerguida na década de 1940. O distrito de São Sebastião mudou para Sebastianópolis em 1943 e em 1951 passa a se chamar Governador Dix-Sept Rosado em homenagem a Jerônimo Dix-Sept Rosado Maia, governante potiguar morto em acidente aéreo na capital sergipana, filho do farmacêutico Jerônimo Rosado, responsável por iniciar o aproveitamento das jazidas de gipsita na região. A extração de gesso significou outra atividade historicamente expressiva no município, criado afinal em 04 de abril de 1963, quando é então desmembrado de Mossoró.

No ano de 1870, principia a produção de alho e cebola na região, o cultivo do alho prevaleceu como a principal economia local por 70 anos. Conforme Reginaldo Silva (2002) existem duas versões para o aparecimento das plantações no povoado:

“A primeira remete a Seu João Jacinto da Costa, em seu folheto Memorial de Santa Luzia de Mossoró consta que foi uma mulher, Joana Batista, através da adubação com “mofumbo moído a cacete”; iniciou o plantio do alho na localidade de Sítio Gangorrinha. Já para historiadores como Câmara Cascudo, quem iniciou o plantio em Gangorrinha foi João Batista. Nota-se nas duas versões que as pessoas têm o mesmo sobrenome podendo-se supor que o cultivo do alho estendia-se ao Sítio Quixaba de São Bento, onde o senhor Vicente Azevedo produzia esse condimento em larga escala, que era comercializado em outras localidades como Assu. A produção do alho era tanta que a Vila chegou a ser chamada de “Capital do Alho”.”

Na opinião de Sebastião Saturnino e de sua esposa Maria Madalena, moradores do Sítio Gangorrinha, ele, filho e neto de agricultores, produtores de alho, cebola, pimentão, amendoim e tomate, as lavouras praticamente desapareceram nos últimos anos em razão das enchentes provocadas pela perenização rio Apodi/Mossoró e da poluição de suas águas por produtos químicos. As plantações situadas em suas vazantes determinavam a formação dos canteiros em parte do leito seco; a época do plantio da variedade de alho conhecida como “paulistana branca”, de sabor picante e cheiro ativo, ocorria nos meses de julho e agosto e o tempo da colheita previsto para quatro meses acontecia entre novembro e dezembro. A cebola proporcionava duas safras por ano devido ao tempo da colheita ser menor, em torno de 70 dias. Conforme o senhor José Maria de Oliveira, debulhavam o alho, plantavam os “dentes” (sementes) considerando o espaçamento de 11 cm entre linhas e entre plantas; para a cebola branca e vermelha, 27 cm entre linhas e entre plantas. Usavam adubação orgânica misturando esterco bovino com folhas de mofumbo (árvore nativa da caatinga), usadas igualmente para a forração dos canteiros como estratégia para preservar a umidade sobre a terra.

A produção compreendia de 10 a 12 toneladas, distribuídas entre o Rio Grande do Norte, Ceará, Paraíba

e Piauí. Além de Gangorrinha, outros sítios localizados às margens do rio respondiam pela expressiva produção dessa hortaliça no município, dentre os quais, Cafundó, Aguilhada, Bonito, Poço Feio, Santana, Quixaba, Juazeiro, Ipueira, Pedrinhas, Lagoa de Paus e Monte Alegre. Na época da safra, a circulação de caminhões pelos sítios era constante e famílias inteiras de agricultores encontravam no alho uma alternativa segura para a subsistência. Quase todas as pessoas, homens, mulheres e crianças sabiam fazer trança de alho entrelaçando as folhas, que assim eram vendidas: cinquenta cabeças em 25 “pareias” (pares), com tranças de alho compondo 01 cento. Nas casas, trançavam ao mesmo tempo folhas secas e animadas conversas.



D. Madalena, Seu Sebastião e José Maria, produtores de alho e cebola. Sítio Gangorrinha, Governador Dix-Sept Rosado/RN, 2011.

Com a construção da Barragem de Santa Cruz, em Apodi, o rio foi perenizado, alagando os canteiros e alterando de modo irreversível práticas culturais características da região. As famílias de agricultores não se lembram de ter sido informadas por nenhum órgão ou representante governamental; nenhum estudo antropológico sinalizou sobre os possíveis impactos consequentes dessa alteração do curso natural do rio e como isso afetaria a situação sociocultural dos agricultores; nem foram feitas orientações com estratégias que pudessem superar essa dificuldade, mantendo a continuidade da cultura do alho na região, responsável durante décadas por mobilizar a economia local e divulgar externamente a cidade de Governador Dix-Sept Rosado como a “capital do alho”.

O desestímulo entre os produtores foi reforçado pela proibição por parte do IBAMA quanto ao uso da

adubação orgânica como suposto agente contaminante das águas, porém alguns identificaram a presença de uma “água dourada” convergindo para o rio, acreditam ser um resíduo oriundo da extração de petróleo desenvolvida na região. Outro motivo é a concorrência desigual com o alho importado da Argentina ou procedente da cidade de Guarabira, na Paraíba, este último, vendido na “feira do alho” em Mossoró, município limítrofe. O alho estrangeiro é mais vistoso em sua aparência, enquanto o paraibano possui sabor mais acentuado, característica similar do alho produzido anteriormente pelos dix-septienses.

Apesar do seu declínio como atividade econômica, a influência marcante da cultura do alho repercutiu, sobretudo, nas práticas populares: os bulbos da planta são utilizados generosamente como tempero indispensável para condimentar carnes de boi, bode e galinha, além do arroz e do “feijão temperado”. Como remédio caseiro, os agricultores recomendam o consumo de alho como uma orientação médica para regular a pressão arterial e o chá de alho como infalível no tratamento da gripe, além disso, é empregado como cicatrizante para umbigos de recém-nascidos, e os produtores rurais usavam pisar o alho com sal e jogar na cocheira para o gado como vermífugo natural. Seu consumo excessivo é evitado, pois o cheiro forte sai no suor e fica incorporado ao hálito, argumentos usados pelos mais jovens para não ingeri-lo.

Receita de generosidade

*O pão de cada boca
de cada homem, em cada dia
chegará porque fomos
semeá-lo e fazê-lo,
não para um homem, mas
para todos.
O pão, o pão
para todos os povos
e com ele o que possui
forma e sabor de pão
repartiremos: a terra,
a beleza, o amor.*

Pablo Neruda
In: Odas elementales. Santiago: Pehuén Editores, 2005.

Irapirema Maria de França Costa, apelidada de “Pirema”, 66 anos, é dona de casa, natural de Governador Dix-Sept Rosado, herdou da mãe, Luzia Sergina de França, a vontade de cozinhar. A cozinheira recorda que sua mãe preparou um almoço para o ex-ministro Aluísio Alves – à época governador do Rio Grande do Norte – à base de galinha caipira, o pai possuía uma bodega (mercearia), ela o ajudava. Gosta de cozinhar e nomear os seus pratos e, na cidade, seu nome soou como a primeira indicação popular de uma pessoa conhecida por se destacar no preparo de alimentos, faz salgadinhos por encomenda e organiza almoços ou jantares em eventos sociais e religiosos. A cebola e o alho ocupam lugar privilegiado em suas receitas.

D. Pirema descreveu a receita do “**pão da comunidade**”, um pão de massa levemente doce. Na receita não se usa leite, nem manteiga. São necessários 3 ovos, 4 xícaras de água filtrada, 1 colher não muito cheia de sal, 1 ½ xícara de açúcar, 45 g de fermento biológico (3 colheres) e 1kg de farinha de trigo. Todos os ingredientes são misturados no liquidificador à exceção da farinha de trigo. A massa é misturada com a farinha e em seguida é despejada em formas pinceladas com óleo para descansar e crescer no forno previamente aquecido por 5 a 10 minutos. Quando estiver faltando a medida de “um dedo” aproximadamente para chegar na borda da forma, liga o forno novamente para assar. Quando estiver pronto, pincelar com duas colheres de açúcar diluídas em água. A receita foi repassada gentilmente como sugestão para as pessoas residentes nas comunidades rurais onde o pão nem sempre pode ser adquirido.



Pão da comunidade, Governador Dix-Sept Rosado, 2011.

O nome do prato foi criado pela cozinheira com essa intenção, ela fez questão de diferenciá-lo do pão de Cristo ou pão da caridade, apesar da finalidade da partilha estar presente nos dois alimentos, este último,

produzido somente no período que antecede a Semana Santa, só pode ser feito caso a pessoa receba o soro ou a massa para reproduzir a receita de alguém que já o tenha preparado antes, quem recebe faz resignado a receita que demora cerca de um dia inteiro para ficar pronta, obrigatoriamente divide a massa em três partes iguais para ficar com uma e repartir as demais com outras pessoas, dando continuidade ao bonito gesto que reproduz um fazer especial, símbolo de fé, devoção e generosidade. Observa-se nesse caso que os elementos culturais e religiosos determinam a produção do alimento, o pão desprovido desses aspectos tem sua elaboração terminantemente proibida. Interrogada se não poderia iniciar a produção de novo soro para recuperar o costume da partilha do pão, D. Pirema lamentou o fato de ter perdido o soro original que recebeu no passado, inviabilizando o fazer; segundo ela, o soro do pão de Cristo não possui leite na sua composição, característica especial não observável no soro comum, é composto basicamente por água (aproximadamente 01 litro), sal, e farinha de trigo, em dosagens exatas que influenciam na sua feitura e justificam sua restrição.

Outros pratos elaborados por ela são a galinha caipira temperada com alho, cebola e pimenta-do-reino (sem o acréscimo de água) e um baião-de-dois com queijo de coalho, nata, alho, cebola e coentro.

Bode com Cachaça

D. Pirema prefere elaborar pratos salgados e se orgulha de um bode com cachaça, famoso na região, acompanhado com feijão de corda e arroz refogado com alho. O processo de preparo se inicia com a compra do animal vivo, abatido somente depois de passar recluso por um período de engorda com o consumo de milho. Depois do abate, a carne é cortada em pedaços e “escaldada” com limão para minimizar o sabor característico, em seguida, é lavada apenas para desprender o gosto excessivo de limão, depois vai ao fogo com cebola, sal, alho e óleo passados no liquidificador até começar a fritar levemente. Na sequência, são adicionadas de 02 a 03 colheres (sopa) de farinha de trigo, mexendo sempre até dourar, só depois se acrescenta água numa quantidade suficiente para o cozimento com 02 colheres de cachaça para amaciar a carne. Quando a carne estiver cozida num molho grosso formado pelos temperos, é adicionado coentro picado a gosto. O feijão de corda que acompanha o prato é deixado de molho no dia anterior com 01 colher de açúcar e outra de vinagre. Depois é lavado e vai ao fogo com água sem sal e um pouco de óleo para ferver, quando estiver cozido, se acrescenta sal a gosto, manteiga da terra, cebolinha verde, coentro e queijo de coalho ralado grosso. Como complementos, são servidos arroz refogado com alho, cebola, cenoura e cebolinha verde e uma salada feita com cenoura, maçã ou abacaxi, castanha de caju picada, cebolinha e acelga picados, esta última, exemplar do processo dinâmico de hibridação cultural das cozinhas típicas ou regionais pela apropriação de outros sabores, produtos e técnicas.

Doçura a quatro mãos



O casal "Assis Quito" e "Toinha do Doce", Governador Dix Sept Rosado/RN, 2011.

Antônia Maria de Oliveira ou "Toinha do doce", como é mais conhecida, é sabedora dos segredos do doce de leite "puro com açúcar" e de sua variação com coco "inchado" (nem verde, nem seco); do doce de mamão verde com coco e da espécie de gergelim torrado, doce de sabor similar ao chouriço produzido na região do Seridó potiguar, porém livre do ritual da matança do porco e da adição de seu sangue como ingrediente. Aprendeu o ofício com a mãe, Francisca Freitas de Oliveira. Há 10 anos produz seus doces com a ajuda do marido Assis Marques de Oliveira (Assis Quito), são cerca de 26 kg por semana, divididos entre 13 kg de doce de leite e doce de leite com coco e 13 kg de espécie de gergelim. O casal possui clientes fixos e distribui a produção pelas ruas numa bicicleta. O Natal e a festa do padroeiro São Sebastião são os períodos de maior consumo entre a população e visitantes. Seus doces são acondicionados em latas, lembra de uma única vez em que usou um pote de vidro, a pedido de um cliente que comprou doce de leite para levar à Europa, a transparência do vidro evitaria eventuais problemas de identificação na alfândega.

Espécie de gergelim

Para fazer a **espécie de gergelim**, utiliza 05 "litros" de sementes de gergelim. De início, o gergelim é torrado no fogo para adquirir coloração levemente dourada, em seguida, é moído num moinho manual, nesse

processo, acrescenta-se um pouco de farinha fina de mandioca peneirada. Os outros ingredientes são: mel de rapadura escura, cravo, canela, erva-doce e pimenta-do-reino. A rapadura é derretida para a obtenção da “garapa”, o mel é coado e retorna ao fogo, acrescenta-se o gergelim torrado e moído, mexe até dar o ponto e só então é adicionado o tempero em pó e peneirado. Não usa coco em sua receita, assim aprendeu com a sua mãe e lembra que até a década de 1960 algumas pessoas usavam banha de porco na composição desse doce.

O doce mais “trabalhoso” é o **doce de mamão com coco**, que leva de 7 a 8 horas de preparo. Começa com a escolha do mamão (também “inchado”, nem verde, nem maduro), descascado e picado em pedaços miúdos, a seguir é fervido em água, escorrido e acrescido de coco “rapado” (ralado) para cozinhar com o mel de rapadura até apurar e dar o ponto.

Os doces são elaborados num espaço que abrange a cozinha e o quintal da casa, na cozinha são guardadas quatro grandes panelas ou tachos de alumínio (cada uma delas é usada especificamente para o preparo individual dos doces feitos pelo casal). Nesse ambiente, observamos a existência de colheres de pau artesanais compradas na feira livre da cidade realizada aos domingos e, sobre uma mesa, rapaduras escuras empilhadas aguardavam o momento para serem incorporadas aos doces. No quintal, o gergelim é torrado e moído num fogão a carvão improvisado, semelhante a uma “trempe”, rente ao chão, abrigado por uma cobertura para a proteção de sol e chuva, nele ocorre também o cozimento das misturas que resultam nos doces. Outros acessórios localizados nesse espaço são uma bancada de madeira onde estão fixados um moinho e um ralador de coco, manuais, confeccionados em ferro. O ralador possui serrilhas alinhadas numa peça arredondada.



Da esquerda para a direita e de cima para baixo: gergelim torrado, farinha fina de mandioca; instrumentais de cozinha; trempe para cozinhar os doces; moedor e ralador de coco manuais. Governador Dix Sept Rosado/RN, 2011.

Sopa de carne de sol com nata

▶ *Na casa da doceira Toinha, identificamos duas receitas de pratos salgados: uma sopa de carne de sol com nata, carne cortada miúda, temperada e cozida com alho e cebola. Adiciona-se ½ litro de leite, 03 a 04 colheres de nata, coentro, caldo de carne, chuchu, beterraba, jerimum ou qualquer outro legume disponível picado, arroz e macarrão (os dois alimentos são preparados juntos).*

Bode com legumes

▶ *A outra receita foi uma variação de bode cozido com legumes, temperado com alho, cebola, limão, pimenta-de-cheiro (chamada “pimentel”), tomate, pimentão, jerimum, cenoura e batata inglesa. A carne é servida acompanhada de batata-doce.*

Churrascaria Cearense: “Do pescoço ao mocotó”

José Batista Rios, o cearense, é natural de Fortaleza/CE e reside em Governador Dix-Sept Rosado há quatorze anos, de início montou o “Bar Cearense”, próximo à praça do mercado municipal onde vendia espetinhos de frango, queijo de coalho, carne, coração e rins de boi com farofa, tira-gostos ofertados como desejáveis parceiros da cerveja e da cachaça. O negócio prosperou e hoje administra a Churrascaria Cearense e a Pousada “Danielly”. Noventa por cento da sua freguesia é composta por não dix-septienses, a maioria dos clientes é procedente das cidades de Mossoró, Caraúbas e Natal, funcionários terceirizados de uma empresa de exploração de petróleo atuante no município. O local funciona diariamente das 5h às 21h, servindo um reforçado café da manhã onde é possível consumir desde cedo panelada, cuscuz, arroz, tomate e cebola, além do almoço e jantar; frutas regionais e rapadura são apresentadas como opções de sobremesas.

À frente da cozinha especializada em pratos da gastronomia sertaneja está Jesuíles Ramos da Rocha, conhecido por Nilo. Seu aprendizado na preparação de alimentos compreende os anos de 1981 a 1997 quando trabalhou como taifeiro numa plataforma marinha de extração de petróleo em Guamaré/RN. Nesse intervalo, atuou como copeiro e auxiliar de cozinha, até assumir a função de cozinheiro responsável pela alimentação diária de 700 pessoas. Após essa fase, permaneceu na atividade trabalhando nos restaurantes de diversos hotéis situados na Via Costeira, pólo que atende à exigente demanda turística que se destina à capital do Estado. Responde pela cozinha da Churrascaria Cearense há cinco anos e nos disponibilizou suas receitas de bode assado, bode cozido, baião-de-dois e panelada, cada prato, dentre os demais, é servido duas vezes por semana. O consumo de carne de caprinos é notório entre a população de Governador Dix-Sept Rosado, os rebanhos de bodes e cabras compõem expressivo percentual da pecuária existente no município.

Bode assado

▶ *Limpar 01 pernil ou costela de bode, temperar com vinagre, limão, alho, pimenta-do-reino, colorau e sal a gosto. Levar ao fogo com os temperos e água suficiente para cozinhar aproximadamente por 01 ½ h. Retirar da panela, pincelar a carne com manteiga e levar para assar no forno por aproximadamente 40 minutos. Acompanha batata-doce, farofa, feijão verde e arroz.*

Bode Cozido

▶ *Carne de bode em pedaços, lavar com vinagre e limão. Temperar com alho, pimenta-do-reino, cebola e pimentão picados e azeite de oliva. Levar ao fogo para cozinhar em água suficiente por 2 horas. Como acompanhamentos, feijão, arroz com cenoura, farofa de cuscuz e espaguete ao alho e óleo.*

Baião-de-dois

▶ *4 kg de feijão de corda; 2 kg de arroz branco (não parbolizado); ½ kg de carne picada e misturada (charque, bacon e carne de sol); ½ kg de queijo de coalho picado.*

▶ *Refogar as carnes com manteiga, alho, cebola e cheiro-verde (coentro), reserve. Cozinhar o feijão em água e sal, quando estiver quase pronto, juntar o arroz, quando os grãos completarem o cozimento, misturar as carnes refogadas e o queijo de coalho picado. Acompanha carne de sol ao forno e arroz (vermelho) de leite.*

Panelada

▶ *2 kg de mocotó de boi serrados; tripa, bucho e “lívio”³ de boi.*

▶ *Picar as vísceras, juntar ao mocotó e escaldá-las com vinagre e limão. Temperar com sal, vinagre, pimenta-do-reino, alho picado, tempero completo (líquido) e colorau a gosto. Levar ao fogo com água o suficiente para cozinhar por 04 horas. Depois das carnes cozidas, juntar 01 kg de repolho, cebolas e coentro picadinhos. Acompanha arroz refogado com alho, cuscuz e batata-doce.*

³ “Lívio” ou “livro” de boi são nomes populares dados a um órgão chamado Omaso (também chamado de folhoso). Possui esses nomes, pois seu aspecto interno lembra folhas de um livro. É um órgão do sistema digestivo dos ruminantes, utilizado como ingrediente em paneladas.

Caraúbas



Aspectos da arquitetura de traços ecléticos em Caraúbas/RN, 2011.

O primeiro desbravador da região foi o Sr. Baltazar Nogueira, filho de Manoel Nogueira, fundador de Apodi, Baltazar teria uma fazenda de gado às margens da Lagoa do “Apanha Peixe” (século XVII). No século XVIII, chegou à região natural da província do Cabo, em Pernambuco, o português tenente general Francisco de Souza Falcão, trazendo cartas de sesmarias compreendendo a extensão de terras onde hoje está situado o município de Caraúbas. Casado, dedicou-se à criação e à agricultura num local chamado “Cachoeira”. Numa de suas viagens a Pernambuco, trouxe o sobrinho de sua mulher de nome Leandro Bezerra Cavalcanti que contraiu matrimônio com sua prima Ana de Souza Falcão, fixando residência à margem direita do “Riacho das Caraúbas”, onde situou uma fazenda de gado. Num período de grande estiagem o Sr. Leandro Bezerra cavou um poço que jorrou água abundantemente, gesto interpretado como um milagre atribuído a São Sebastião,

o feito refletiu na construção de uma capela como ex-voto em 1793. A imagem em sua homenagem é procedente do engenho “Muribeca”, em Pernambuco, no entorno dessa capela nasceria a futura cidade de Caraúbas.



Capela de São Sebastião e craibeira ou caraúba em flor, Caraúbas, 2011.

O nome do lugar é originário de uma densa mata de “caraúbas”, “caraíbas”, “caraubeiras” ou craibeiras, árvores nativas de casca amarga e vistosa floração amarela, à margem direita de um afluente do rio Apodi/Mossoró. O local situado nas proximidades da fazenda de Leandro Bezerra se tornou ponto de acesso para a capela frequentada por populares que se dirigiam para “as caraúbas”.

Em 1960, Caraúbas limitava-se ao norte com município de Mossoró, ao oeste com Apodi, ao sul com Patu e ao leste com Augusto Severo. Sua emancipação política ocorreu com a criação do distrito criado em 01 de setembro de 1850. Com a lei provincial nº 601 de 05 de março de 1868 foi elevada à categoria de vila e município com a denominação de Caraúbas. Em 1875 desmembraram-se da comarca de Mossoró os municípios de Apodi e Caraúbas. O decreto de 24 de outubro de 1931 fez com que a sede do município fosse definitivamente transferida para Caraúbas em 30 de novembro de 1914, quando passou à categoria de cidade pela lei nº 372 daquela data.

Gostos sertanejos



D. Amélia Fernandes, Caraúbas/RN, 2011.

Amélia Fernandes nasceu na Fazenda Timbaúba, distante cerca de 19 km da cidade de Caraúbas, filha de Osório Fernandes e Raimunda Fernandes Pimenta. Do pai, desde muito cedo herdou o gosto pela mesa farta e pelo bem servir. A família numerosa compreende os irmãos Deusdete, Jaime, Francisco (Miné), Nicodemos (in memoriam), Ubaldo (in memoriam) e Cassiano Fernandes e as irmãs, Rita, Terezinha, Lurdes e Socorro Fernandes.

Na Fazenda Timbaúba existiam um engenho de cana-de-açúcar para a produção de rapadura e um alambique onde era feita a cachaça artesanal, plantava-se algodão, comercializava-se a semente de oiticica e o criatório do gado bovino motivava a fabricação dos queijos de coalho e de manteiga. Quando o Mobral⁴ aportou na região de Caraúbas, voluntários foram selecionados para atuar com o ensino da educação básica, conforme a metodologia da época havia a exigência de uma aula prática com um tema específico diante de professores vinculados ao projeto. Os temas eram relacionados à realidade local e D. Amélia escolheu propositalmente falar sobre a produção de tijolos, assunto diverso do universo relacionado ao dia a dia das cozinhas. No dia marcado para a aula, outra candidata comprometida em falar sobre a cachaça o fez timidamente e d. Amélia pediu permissão para complementar as informações, detalhando todo o processo de produção da bebida, dessa forma, ganhou a aprovação para atuar como professora, profissão que exerceu por alguns anos.

4 Movimento Brasileiro de Alfabetização, criado pela Lei nº 5.379, de 15 de dezembro de 1967.



No ambiente da cozinha de d. Amélia, queijo de coalho, bolo de ovos e panelas.
Na última imagem, fachada da casa-grande na Fazenda Timbaúba, Caraúbas/RN, 2011.

O aprendizado no universo da cozinha foi iniciado com a mãe ainda criança no preparo da comida “grosseira” da fazenda, amparada pelo auxílio de Alzira, Cristina e Orismídia, moradoras da Timbaúba. Sua memória evoca um cardápio composto pelas carnes de criação (galinha caipira, carneiro e bode), paçoca de carne de sol, “maguzá” (mugunzá) e a coalhada servida como lanche diário.

Dona de uma simpatia espontânea, d. Amélia é popular na cidade de Caraúbas, seu nome é imediatamente citado quando o assunto é o conhecimento privilegiado sobre a alimentação regional. A casa ampla de fachada colorida em verde e rosa e arquitetura de linhas contemporâneas compreende a moradia e espaços anexos que utiliza para abrigar um buffet que atende aos principais eventos sociais caraubenses (públicos ou privados) e também para produzir os mais diversos pratos salgados, doces e licores. O portão largo, generosamente aberto, testemunha o vaivém rotineiro de pessoas que adentram livremente a sua residência para agendar seus serviços ou buscar pratos, taças, talheres, bolos e, oportunamente, ser convidado para um café da manhã ou quem sabe um lanche caprichado. Na retaguarda das exigências que a produção diária de alimentos impõe, d. Amélia conta com a parceria de Ana Cláudia Ferreira, conhecida como “Bebel”, orgulhosa

do brilho impecável de suas panelas.

A fama de doceira é limitante e injusta, pois não abrange todo o saber-fazer que exerce antes de tudo com alegria, a paixão pela cozinha é notória e fundamenta a sua permanência no ofício. Suas mãos experientes se alternam no preparo do beiju de macaxeira, do arroz de leite com queijo, manteiga e nata, no pirão de queijo que acompanha a carne de sol assada, no carneiro com nata e manteiga da terra, no cuscuz com manteiga da terra e leite, na canjica assada, na tapioca com manteiga, nos sucos de frutas regionais com creme de leite, no doce de leite de aspecto acetinado, nos doces de jerimum, mamão com coco, goiaba e caju em pasta e em calda. “Bem apertado” foi uma expressão empregada por ela com o sentido de “bem temperado” ou “bem cozido”.

Seus pratos conscientemente desobedecem à severidade das dietas e o uso do leite e derivados é muito evidente em suas receitas, talvez uma herança dos currais da Fazenda Timbaúba que alimentavam a produção queijeira e a fabricação da farofa feita com as raspas dos tachos, iguaria disputada por todos os filhos de Osório Fernandes.

Doce de palmatória

- ▶ *3kg de polpa do fruto da palma; 1 ½ kg de açúcar; 2 xícaras de água.*
- ▶ *O doce de palmatória é feito com o fruto da espécie nativa de palma conhecida também como “pelo” na região de Angicos e “gogoia” no Seridó potiguar. Os frutos são cuidadosamente descascados e levados ao fogo com um pouco de água e açúcar até a calda ficar em ponto de fio.*

Doce de jerimum

- ▶ *01 kg de jerimum de leite; 1 kg de açúcar; 01 garrafa pequena de leite de coco e 01 coco ralado.*
- ▶ *Misture todos os ingredientes e leve ao fogo mexendo até obter o ponto de geleia, esse ponto é verificado quando a calda fica mais espessa e deixa de pingar da colher usada para mexer o doce. Ao atingir esse ponto, está pronto.*

Pirão de queijo de coalho

- ▶ *Bota-se o leite (5 litros de leite) para ferver com 3 a 4 colheres de sopa de manteiga, 01 cebola grande ralada e 01 molho pequeno de cheiro-verde, quando começar a levantar*

fervura, juntar 300g de queijo de coalho ralado e, aos poucos, farinha fina peneirada em quantidade suficiente, mexendo sempre para não “empelotar”, cozinhar bem, desligar quando o pirão ainda estiver um pouco mole, acrescentar 4 colheres de nata nova sem sal e 150g de requeijão.

Arroz de leite com queijo de coalho

▶ *Levar ao fogo 01 Kg arroz da terra (vermelho) com água e sal, quando estiver quase cozido, escorrer e completar o cozimento com fogo baixo acrescentando 1 ½ litro de leite, 3 a 4 colheres de sopa manteiga, 3 a 4 colheres de nata sem sal e 150 a 200g de queijo coalho ralado grosso ou cortado em cubinhos, retirar do fogo um pouco mole, a textura ideal do prato é cremosa.*

“Beiju” de macaxeira

▶ *01 kg de macaxeira sem casca ralada no ralo fino, espremida e peneirada. Acrescentar 200g de goma seca para dar consistência, misturada com 100ml de leite de coco e 01 coco ralado, passar o coco depois de espremido no liquidificador com um pouco de leite para temperar, sal a gosto. Levar para assar numa tacha (frigideira) de alumínio, o tempo para assar é o mesmo da tapioca.*

Carneiro cozido com nata

▶ *02kg de carne de carneiro cortada em pedaços, lavada com água e limão e temperada com 02 dentes de alho, 01 pimentão pequeno, 01 cubinho de caldo de carne e tempero completo de garrafa a gosto. Levar ao fogo com um pouco de água, quando a carne estiver quase cozida, escorrer o excesso de caldo, acrescentar 3 a 4 colheres de nata, 4 colheres de manteiga de terra, 01 cebola ralada e cheiro-verde picado a gosto, apertar por mais alguns minutos no fogo para apurar o sabor. Os temperos são refogados antes de misturar na carne (alho, cebola, pimentão, caldo de carne e tempero completo, com um pouco de manteiga). Depois que misturar com carne refogar novamente e só depois acrescentar a água.*

“Panela que muito se mexe ou sai insossa ou salgada”

(Dona Amélia Fernandes)

Bar do Nilson



D. Romilda à frente da fachada do Bar do Nilson, Caraúbas/RN, 2011.

O bar existe há aproximadamente 35 anos, era conhecido como “Bar da Areia” por possuir o piso originalmente composto por areia grossa. O nome “Bar do Nilson” é referente à figura boêmia do falecido Ronilson Benevides, primeiro proprietário, evocado na memória dos frequentadores fiéis e também pelo retrato em fotografia colorida exposto com destaque numa das paredes do bar.

Há cinco anos, o local é dirigido por Romilda Benevides de Oliveira, irmã de Ronilson, a mudança significou um alargamento dos serviços de bar para restaurante quando o local passou também a servir almoços. O bar funciona diariamente das 7h às 19h e aos sábados e domingos a clientela aumenta. À época de Ronilson, o cardápio oferecia queijo de coalho assado, feijoada e peixe frito de água doce, este último ainda preferencialmente consumido (tilápia e tucunaré) nos dias atuais, juntamente com uma afamada dobradinha acompanhada por cuscuz temperado com manteiga e cebola. Outras opções de comida foram introduzidas, como o fígado de boi acebolado, a carne de sol, a buchada de bode, o assado de panela e o coração de galinha com batatas fritas. Como acompanhamentos dos pratos são servidos farofa, batata-doce, arroz de leite e arroz refogado, macarrão (espaguete), feijão de corda e vinagrete.

Dobradinha

- ▶ 01 bucho de boi (dobradinha) salgado; 02 unhas de boi (mocotó); cebola, tomate, pimentão e pimenta-de-cheiro verde picados; 05 dentes de alho batidos no pilão; colorau a gosto.

▶ *O bucho é dessalgado em duas águas com limão e vinagre, depois é picado em tiras e cortado em cubos. As unhas de boi são limpas e escaldadas. Numa panela de pressão os ingredientes são misturados e acrescidos dos temperos (não é preciso adicionar sal porque o bucho já vem salgado). O tempo de cozimento é de 1h, o prato é servido acompanhado de cuscuz de milho (na água usada na cuscuzeira são acrescidas 4 colheres de manteiga e 01 cebola picada).*

Padaria Sabor do Trigo

Na padaria existente há 14 anos e administrada por Francisca de Fátima Fernandes Barreto Soares e Wagner Barreto é feito um pão doce muito apreciado pela população. A massa desse pão, leve e de textura delicada, representaria a primeira versão do pão doce consumido na cidade de Caraúbas, anterior ao seu similar coberto com coco. Outro produto amplamente consumido é a bolacha de massa folhada, em outros tempos, vendia-se a tapioca salgada e sua versão doce umedecida com leite, leite de coco fresco ralado (não era utilizado o coco ralado industrializado) e temperada com canela.

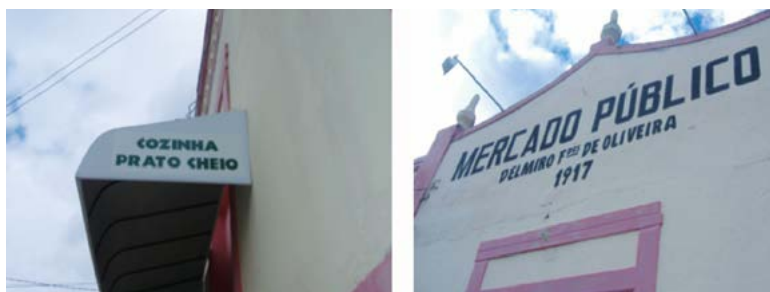
Pão doce liso

▶ *1 kg de farinha de trigo; 150g de açúcar granulado; 50g de margarina; 20g de sal; 20g de fermento biológico seco; 300 ml de água gelada; 6g de reforçador ou “melhorador” (produto vendido em lojas para panificação).*

▶ *Misturam-se todos os ingredientes numa batedeira industrial ou pode ser sovado com a mão, até a massa ficar homogênea. Passar a massa por um cilindro (pode ser para massa de pastel) até ficar mais lisa e maleável. Abrir a massa numa lâmina ou espessura de aproximadamente 01 cm dobrá-la ao meio e cortá-la em pedaços de 70 g para fazer os pães, colocá-los nas assadeiras em que serão assados; cada assadeira comporta uma média de 20 pães, são untadas apenas com óleo e não precisam ser enfarinhadas. A massa então é deixada para descansar por quatro horas nas assadeiras cobertas com sacos plásticos fechados, após esse tempo, retiram-se os sacos para ser levada ao forno por 20 minutos a 150°. Quando a superfície estiver dourada, retira-se do forno e deixa esfriar. Faça um “mel” grosso com açúcar e água e pincele os pães.*

Restaurante Cozinha Prato Cheio

(Mercado Público Delmiro Fernandes de Oliveira)



Detalhes das fachadas lateral e principal do Mercado Público, Caraúbas, 2011.

O pequeno restaurante gerenciado por Ivanildo Vicente da Cunha e Damiana da Silva Cunha ocupa um dos espaços do Mercado Público Delmiro Fernandes de Oliveira, construção histórica de 1917, e é especializado em churrasco e carne de carneiro. Funciona das 7h às 15h, mas, aos sábados, dias destinados à feira livre que se estabelece nas laterais do mercado, atende aos feirantes e moradores servindo o café da manhã e o almoço. O local também é visitado por caminhoneiros e visitantes de passagem por Caraúbas. Os alimentos que compõem o cardápio, além do churrasco e do carneiro cozido, são o picado de fígado de boi, baião-de-dois e feijão de corda servidos igualmente como itens do café da manhã, almoço e tira-gostos, acompanhados por cuscuz, arroz refogado, batata-doce e vinagrete. A bebida é o elemento que varia e define a característica das refeições: café com leite, cerveja, refrigerante, suco de frutas ou destilados.

Carneiro Cozido

▶ *Retira-se toda a gordura da carne de carneiro e corta-se em pedaços pelas juntas, tempera-se com alho, sal, tempero completo (líquido), pimenta-de-cheiro, pimentão, cebola e tomate. Primeiro a carne é refogada no óleo, só depois se acrescenta a água para o cozimento que leva em torno de 1 ½ hora.*

Sopa de costela com nata

▶ *Receita cedida por Gilmar Diógenes Paiva, proprietário por 12 anos do Restaurante e Lanchonete “A Garagem”, fechado em junho de 2011. O espaço frequentado pela juventude caraubense também servia a sopa de frango. A sopa de costela de boi é receita tradicional*

entre as famílias sertanejas, normalmente consumida nas noites dos períodos invernosos quando a temperatura esfria, antagonizando o calor característico dos dias, e o gado fornece mais leite devido ao crescimento das pastagens.

▶ *Refoga-se a costela de boi com todos os temperos (cebola, alho, sal e pimenta-do-reino) e depois se acrescenta a água para o cozimento, quando estiver quase pronta, adiciona-se macarrão (espaguete) quebrado ao meio. À parte, cozinha-se cenoura e batatinha (inglesa), quando cozidas, são batidas no liquidificador com leite, nata, ou creme de leite, a mistura é despejada no cozido de costela, não pode ferver muito, pois o creme de leite ou a nata talham facilmente. No momento de servir, salpicar o prato com cheiro-verde e acompanhar com pão francês.*

Bar do André



Carlos André, responsável por difundir em Caraúbas pratos procedentes das cozinhas dos sítios.

O segundo nome de Carlos André Sales (09/10/1977) denomina o bar situado no bairro Alto de São Severino. Inaugurado em 2009 com horário de funcionamento de sexta a domingo, das 10h às 20h, à exceção do período da Festa de São Sebastião, padroeiro do município, quando abre todos os dias, o ambiente é modesto com piso de areia grossa, mas serve dois pratos à base de feijão verde com nata misturado com tripa de porco frita ou paçoca de traíra, fundamentados na tradição das famílias rurais residentes no Sítio Riacho da Porta, localidade próxima ao Sítio Santo Antônio, nas cercanias de Caraúbas. As receitas, heranças da mãe e da avó do proprietário, atravessaram gerações e sempre fizeram parte do cardápio doméstico, quando André abriu o bar foram incluídas como opções e logo se popularizaram entre os frequentadores do lugar.

Feijão verde com nata e tripa de porco

▶ 1 kg de feijão verde cozido em água e sal; tripa de porco (limpa, cortada, escaldada, escorrida e frita em pouco óleo). O feijão é escorrido e temperado com coentro, cebolinha verde, cebola e tomate picados, acrescido de ½ xícara de nata, a tripa frita e farofa feita com farinha amarela, manteiga da terra ou do sertão, cebola e alho.

Feijão verde com nata e paçoca de traíra

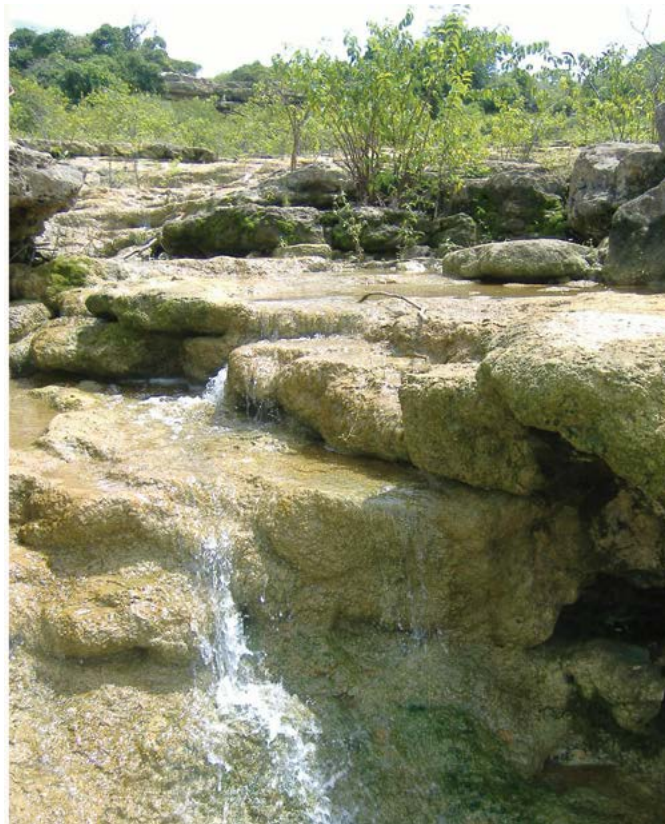
▶ O preparo do feijão é o mesmo daquele usado para acompanhar a tripa de porco. A maneira de preparar a carne que o acompanha é que muda, nesse caso, a carne de traíra, peixe de água doce, muito comum nos açudes nordestinos, característico pela quantidade extraordinária de espinhas. A traíra é comprada fresca, o uso da traíra congelada é desaconselhável, pois libera muita água durante o preparo, alterando as características originais do prato. Em seguida ela é “escalada” (termo referente a um tipo de corte que divide o peixe ao meio deixando-o aberto, sem separá-lo, em duas partes iguais), salgada e exposta ao sol por um dia inteiro. No dia seguinte é cortada em pedaços grandes e cozida em água, escorrida e desfiada para retirar as espinhas características. A carne é então frita no óleo e temperada com tempero em pó (sachê) e colorau, mexendo sempre até dourar, nesse processo, eventuais espinhas pequenas que não foram descartadas anteriormente ficam crocantes sendo consumidas sem apresentar nenhum risco. Na sequência, são acrescidos o feijão temperado e a farofa. Os dois pratos são acompanhados por batata-doce.



Flores de jitrana, espécie de planta trepadeira nativa da caatinga comum na estação das chuvas,

Caraúbas/RN, 2011.

Felipe Guerra



Cachoeira do Roncador, Felipe Guerra/RN, 2011.

Apesar de ostentar um bairro inteiro onde ainda é possível apreciar exemplares de uma arquitetura edificada em princípios do século XX, o município foi criado de modo recente do ponto de vista histórico. Apenas em 18 de setembro de 1963, o antigo povoado de “Pedra de Abelha” desmembrou-se definitivamente de Apodi, apesar de uma tentativa anterior de emancipação engendrada dez anos antes, em 17 de dezembro de 1953. O título original nasceu da expressiva quantidade de enxames de abelhas nativas encontradas nas frestas de pedra calcária abundantes na região. Situado nas proximidades da várzea do rio Apodi/Mossoró, atualmente perenizada pela Barragem Santa Cruz, o nome do município homenageia o bacharel, desembargador, juiz de

Direito, deputado (1891, 1892 e 1895) e líder regional Felipe Neri de Brito Guerra, natural de Campo Grande, também situada no oeste potiguar. As terras férteis de vocação predominantemente agrícola sustentam a produção do arroz vermelho, a fruticultura e o extrativismo da palha de carnaúba.

O que é que a banana tem?

O cultivo da banana juá, conhecida também como “três quinas”, “casca grossa” ou “banana da terra” nas terras úmidas de Felipe Guerra popularizou no município o consumo dessa fruta como ingrediente imprescindível no preparo de diversos pratos, dentre os quais se destaca especialmente o **pirão de banana verde**, acompanhamento tradicional da galinha caipira e, do mesmo modo, da costela de boi e das carnes de bode ou carneiro preparados cozidos. O uso da banana cozida no caldo das carnes, segundo a crença popular, justifica-se como alternativa para supostamente reduzir o teor de gordura no alimento, novidade na gastronomia sertaneja compatível com as mais recentes recomendações médicas. A opção pela banana juá verde, de casca escura e aveludada, é defendida pelas cozinheiras “felipenses” por apresentar características singulares que não seriam encontradas em outras variedades da fruta, devidamente descartadas; uma delas seria a versatilidade para a elaboração de pratos doces e salgados. Essa característica resultou no seu uso como componente diferenciado em feijoadas e sopas, além do afamado pirão de sabor suave e levemente agridoce, iguaria orgulhosamente elaborada nas cozinhas rurais e urbanas do município.

Francisca Lúcia da Silva Pereira e sua filha **Aline Karla da Silva Pereira**, residentes numa propriedade rural nos limites da cidade de Felipe Guerra, gentilmente disponibilizaram as receitas do pirão de banana verde, de um bolo de milho verde e da pamonha de forno (guloseimas consumidas no período junino) e do bode escalado (desossado) assado inteiro, atípico na microrregião da Chapada do Apodi, onde prevalece o consumo da carne cozida de caprinos e ovinos.



Processo de preparo do pirão de banana verde, Felipe Guerra, 2011.

Costela de boi com pirão de banana verde

- ▶ Para 1 ½ kg de costela de boi limpa e cortada em pedaços, 1 ½ kg de tomates, 2 cebolas, ½ cabeça de alho, 2 batatinhas e 1 cenoura em pedaços, ½ pimentão, 1 molho de coentro, 1 colher de margarina, sal, colorau e tempero completo (líquido) a gosto, 300 ml de água, 15 bananas juá verdes, 01 tablete de caldo de galinha e 02 caixinhas de creme de leite.
- ▶ Refogar numa panela de pressão a margarina com a cebola e o alho picados, temperar com o colorau e o tempero completo a gosto. Acrescentar a carne e refogar novamente, adicionar 300 ml de água e deixar cozinhar, à medida que for secando, colocar água aos poucos, somente se houver necessidade, para não perder o sabor. Adicionar os legumes, os tomates e o coentro, verificar o sal e fechar a panela e deixar cozinhar por 20 minutos aproximadamente. Deixar caldo suficiente para fazer o pirão.
- ▶ Para a variação do pirão de galinha caipira, proceder da mesma maneira substituindo a carne, usar os mesmos ingredientes e o mesmo tempo de preparo, com o cuidado apenas de não cozinhar a galinha em panela de pressão.
- ▶ O pirão não leva farinha de mandioca, é feito com 15 bananas juás verdes, descascadas e cozidas no caldo de cozimento das carnes. Amassá-las com um garfo num recipiente, acrescentar o caldo aos poucos. Temperar com 01 tablete de caldo de galinha e juntar 02 caixinhas de creme de leite. Levar ao fogo numa panela e mexer até começar a ferver (aproximadamente dois minutos).

*Tem também comida típica
Pra pessoa pobre oву rica,
Quem comer pé-de-moleque
Muito satisfeito fica
Sem esquecer de geleia,
Mugunzá, bolo e canjica.*

*Carro com algodão doce,
Tem alfenim e pipoca,
Macaxeira, milho assado,
Pamonha com tapioca
Beiju feito com farinha
De massa de mandioca*

Concriz (poeta popular)

In: Festa na terra junina, a capital da cultura. Mossoró, 2006.

Comidas de inverno

No sertão nordestino, as alternâncias entre a incidência predominante e abrasadora do sol e a ocorrência das refrescantes chuvas anuais que amolecem o solo endurecido determinam o episódio das safras e, por conseguinte, refletem nos hábitos alimentares da população. Para agricultores e pecuaristas, “tempo bom” é aquele no qual o céu escurece rapidamente numa escala de azuis e cinzas profundos, clareia aqui e acolá com os flashes luminosos dos relâmpagos e troveja em alto e bom som anunciando o milagre da renovação da vida adormecida nos galhos, sementes, riachos e açudes. As chuvas, quando ocorrem regulares e bem distribuídas, são sinônimas de esperança, euforia e festa para as famílias sertanejas e também para a caatinga, que logo se apressa em pincelar a paisagem com diversos tons de verde, entremeados de flores, insetos e pássaros multicores.

A água fresca e disponível que alivia a sede propicia a abundância das plantações de milho, feijão, arroz, verduras e legumes, restaura as pastagens naturais, restabelece o criatório dos currais e terreiros, ameniza as restrições domésticas. O tempo entre o plantio e a colheita, situado no primeiro semestre do ano assegura a reserva de alimentos para superar as incertezas dos meses secos e coincide com o calendário festivo das pescarias da Semana Santa e das celebrações dedicadas aos santos juninos, nesse período, tradicionalmente são preparadas as “comidas de milho”, sobretudo, a canjica, a pamonha doce ou salgada, o milho verde cozido ou assado, cuscuz, xerém e bolo de milho.

Outras “comidas de inverno” são o pé-de-moleque (bolo preto), maxixe, quiabo, melancia, jerimum, arroz doce e feijão verde, determinadas do mesmo modo pela prévia existência das chuvas. Conforme SUASSUNA (2010), “Se num tem chuva, num tem São João”. Sem fartura não há ânimo coletivo, não há como promover a festa! Ainda segundo a autora, é nessa época onde os eventos sociais se ampliam em razão dos lucros obtidos com as lavouras: “Se as pessoas lucram (colhem milho e feijão), é nesse período que as atividades sociais se sucedem: batizados, noivados, casamentos, vaquejadas (ou festa de apartação), sambas improvisados, noitadas de coco...”

Bolo de milho verde

Um dos bolos mais apreciados da Chapada do Apodi, encontrado frequentemente nos lares numa combinação bem-vinda com uma boa xícara de café ou exposto de modo tentador nas vitrines convidativas das padarias, é o bolo de leite ou bolo da moça, nome pelo qual é conhecido na região litorânea do Estado. Sua maior característica é a textura cremosa e ao mesmo tempo firme e delicada, diversa da maciez dos bolos de massa fofa e areada. A versão apresentada desse bolo de milho pegou emprestada a aparência do bolo de leite e o sofisticou com o sabor do milho verde, temperado com especiarias e encorpado com a “farinha ou massa do reino”, expressão herdada de tempos imemoriais para identificar a farinha de trigo e distingui-la da “farinha de pau” ou de mandioca (CARVALHO, 2005).

Ingredientes:

▶ 20 espigas de milho verde maduro (descaroçadas, moídas no moinho e peneiradas); ½ kg de açúcar ou o quanto baste para adoçar; 2/3 de um pacote de farinha de trigo ou “massa do reino”; ½ a 1 litro de leite; leite extraído de dois cocos (sem usar o bagaço); água quente (para deixar a massa mole); canela, cravo da índia e erva-doce em pó a gosto; 2 caixas de creme de leite; 300g de queijo mussarela.

▶ Cozinhar a massa do milho com o açúcar, o leite, o creme de leite e os temperos até obter o ponto de canjica. Deixar esfriar numa vasilha, juntar a farinha de trigo, o leite de coco e a água quente, para não esquentar a farinha de trigo, acrescentá-la aos poucos até conseguir uma massa uniforme. Despejar metade da massa numa assadeira untada e enfarinhada, dispor por cima a mussarela fatiada e colocar o restante da massa. Levar ao forno para assar até que enfiando um garfo este saia limpo. A receita dispensa o uso de ovos na massa.

Pamonha de forno

▶ 20 espigas de milho (retirar os grãos, moer e peneirar); açúcar a gosto; 1 pitada de sal; 2 colheres (sopa) de margarina, canela e erva-doce a gosto; 1 pitada de cravo em pó; 2 litros de leite e 2 caixas de creme de leite; ½ kg de queijo de coalho em cubinhos; 400g de mussarela.

▶ Misturar todos os ingredientes (menos a mussarela), despejar numa assadeira untada e enfarinhada, dispor por cima a mussarela. Levar ao forno até assar.

Sou o canto festivo dos galos na glória do dia que amanhece.

Sou o cacarejo alegre das poedeiras à volta dos seus ninhos.

Sou a pobreza vegetal, agradecida a Vós, Senhor,

que me fizeste necessário e humilde.

Sou o milho.

Cora Coralina

In: Poemas dos becos de Goiás e estórias mais. São Paulo: Global Editora, 1985.

Mugunzá

- ▶ *03 pimentas-de-cheiro verdes picadas; 01 pimentão picado; 02 tomates picados; 01 pacote de milho amarelo para mugunzá; 01 kg de carne picada em cubos (de sol ou costela fresca de boi ou charque, na região de Apodi conhecida como “jabá”; no caso de utilizar carne de sol ou jabá, dessalgar as carnes previamente); 04 dentes de alho picados; 02 batatinhas picadas; 02 cenouras picadas; 01 molho de cheiro-verde picado (coentro e cebolinha); 01 caixa de creme de leite; 01 litro de leite; sal e colorau a gosto; 01 sachê de tempero em pó (embalagem amarela).*
- ▶ *Colocar o milho de molho em água de um dia para o outro. Lavar bem, escorrer e depois colocar para cozinhar numa panela de pressão com água e uma pitada de sal por 40 minutos. Reservar. À parte, cozinhar a carne noutra panela com pouca água e os demais ingredientes à exceção do leite, do creme de leite e do cheiro-verde. Quando estiver cozida, juntar o milho cozido reservado e misturar o leite e o creme de leite até obter uma consistência cremosa. Por último, colocar o cheiro-verde picado e abafar a panela. Servir em seguida.*

O mugunzá é comida típica do período junino, vendido e consumido nas barraquinhas da festa de São João, um dos santos padroeiros de Apodi. O município possui dois padroeiros: São João Batista e Nossa Senhora da Conceição, os dias dedicados a essas invocações são marcados por celebrações religiosas e também significam um momento de reencontro entre as famílias apodienses com egressos que retornam à cidade para participar dos festejos e rever amigos e familiares. Os nomes das duas ruas que ladeiam a Igreja Matriz são igualmente dedicados aos santos; da mesma forma, suas imagens portuguesas de grande porte esculpidas no século XVIII dividem espaços equivalentes à esquerda e à direita do altar-mor sem que nenhuma delas ocupe uma posição central para não provocar ciúmes entre os devotos mais fervorosos.

Carneiro ou Bode escalado

Escalar é expressão sinônima de retirar espinhas ou desossar. Protagonistas das pescarias festivas dos açudes, traíras, curimatãs e tilápias também são escaladas para facilitar o consumo da carne entremeadada de espinhas. Para escalar o carneiro ou o bode, é preciso retirar os ossos da coluna ou “espinhaço” e das pernas. A técnica de desossar a carne requer um conhecimento especial: sempre que necessário, após o abate do animal, as famílias que o prepararão chamam pessoas sabedoras dos segredos desses cortes especiais, em Felipe Guerra e região poucos dominam esse saber fazer.

- ▶ *01 carneiro ou bode desossado (sem a cabeça e os mocotós), a carne do carneiro é mais*

recomendável por ser mais macia, suculenta e com o sabor mais suave, menos marcante que a carne do bode.

▶ *Após ser desossada, a carne é temperada com extrato de alho em garrafa, tempero completo a gosto, colorau e pimenta do reino a gosto e sal grosso e permanece nesse molho por cerca de ½ dia. Deixar secar apoiado em varas, preferencialmente durante a noite, e guardar antes do sol nascer para evitar o contato com as indesejáveis moscas. Cortar em pedaços, guardar em geladeira até o momento de assar em churrasqueira. A carne assada é acompanhada por batata-doce e arroz de leite.*

Uma vida açucarada

Maria Rita Menezes de Medeiros, apelidada Rita Bessa, era moradora do Sítio Boqueirão, situado no “Brejo”, região perenizada pelo rio Apodi/Mossoró, após a Cidade Baixa, bairro histórico onde ainda é possível tomar uma cachacinha gelada em charmosas mercearias cumuladas de memórias e identificar as construções iniciais de Pedra de Abelha, nome anterior do município, emoldurado por um longínquo horizonte que acolhe um verde-mar de carnaúbas salpicado aqui acolá por majestosas oiticicas. Aos 14 anos, a menina Rita aprendeu a costurar e fazer doces, desde então não parou mais, se especializando na fabricação de doce de leite, mamão com coco, cocada mole, tomate e banana com coco, acondicionados em latas para facilitar o transporte. Sua receita de **doce de banana juá com coco** contraria o costume popular de aproveitá-la verde, d. Rita prefere utilizar a banana bem madura, com a casca preta, como substitutivo, indica em último caso, seu preparo com a banana prata.

Doce de banana juá com coco

- ▶ *10 bananas juá bem maduras; 1 kg de açúcar; ½ coco seco ralado (não recomenda utilizar coco de pacote industrializado).*
- ▶ *Machucar as bananas com um garfo, misturar o açúcar e o coco ralado. Levar ao fogo mexendo até soltar do fundo da panela (1 hora aproximadamente). Quando pronto, apresenta como características uma coloração avermelhada e textura uniforme.*

Doce de tomate

- ▶ *5 kg de tomates vermelhos e maduros; 2 a 2,5 kg de açúcar;*
- ▶ *Cozinhar os tomates inteiros até soltar a pele, quando esfriar, retirar as peles e as sementes, picar a polpa e juntar o açúcar. Levar ao fogo até obter o ponto de geleia.*

Bar da Tripa

Wellington Alves e Vera Lúcia Alves da Silva são os proprietários do Bar da Tripa, tradicional ponto de encontro que atrai moradores de Felipe Guerra e cidades adjacentes. O bar existe há dez anos, o negócio começou no sítio “Brejo”, em seguida, foi transferido para o local atual onde funciona somente nos dias de sábado e domingo, das 9h às 20h. O nome do bar faz menção ao prato mais consumido pelos frequentadores, tornando-se iguaria tradicional entre os felipenses, são consumidos a cada final de semana de 20 a 25 quilos de tripa de porco. O bar também serve buchada de bode, almôndegas com cuscuz, galinha caipira, farofa e baião-de-dois (estes últimos, servidos como acompanhamentos juntamente com arroz vermelho com leite de coco e coentro, batata-doce e cebolas fatiadas).

O casal se divide em funções bem distintas, enquanto Wellington atende a freguesia e serve as bebidas, Vera Lúcia é responsável por administrar os pedidos que chegam à cozinha.

Tripa de porco frita

- ▶ *Tripa de porco salgada, limpa, lavada, escaldada com limão e cortada em pedaços pequenos.*
- ▶ *Levar a tripa escorrida ao fogo para fritar na própria gordura. É servida acompanhada por baião-de-dois “temperado” com leite de coco (comida que acompanha o peixe frito e tripa), arroz de leite, batata-doce e fatias de cebola.*

Padaria 3 irmãos

Ir atualmente a Felipe Guerra e não provar da bolacha amanteigada e do biscoito de goma da Padaria 3 Irmãos é praticamente impor ao paladar a indesejável privação de experimentar as sutilezas das texturas mais delicadas, daquelas que se desmancham na boca sublinhadas pela personalidade de uma xícara fumegante de café preto. A padaria existe há dois anos e toda tarde atrai uma legião de fiéis consumidores com seu repertório de delícias saídas do forno ainda quentes. Compõem igualmente essa relação: a bolacha pão, o grude salgado e o pão língua de sogra, porém, de todos os produtos, a bolacha amanteigada é sem dúvida a mais procurada, vendida a quilo, sua receita tentadora é segredo não revelado.

Elione da Costa, um dos proprietários, sempre foi padeiro, iniciou-se no ofício numa outra padaria onde propôs a fabricação da afamada bolacha, a idéia inicialmente foi inviabilizada pelos custos de produção encarecidos pelo alto consumo de manteiga. Desobedecendo tais previsões, pediu demissão e abriu o seu próprio negócio. O sucesso da bolacha amanteigada não foi imediato, de início, feita em pequenas

quantidades, somente aos poucos, o “boca a boca” popular validou a sua idéia e consolidou a qualidade do seu produto, hoje em dia, transformado em atração gastronômica da cidade.

Biscoito de goma

- ▶ *1,300 kg de açúcar; 250g de amoníaco em pó; 5g de “fofa” (produto para panificação, para amaciar biscoitos); 200g de manteiga; 1 ½ litro de água, amido de milho o quanto baste.*
- ▶ *Misturar os ingredientes, fazer a massa e passar por um cilindro com 0,5 cm de espessura aproximadamente. Cortar os biscoitos em formato retangular e levar ao forno para assar pincelado com manteiga derretida e açúcar cristal.*

De pão também vive o homem

O pão, alimento milenar revestido de carga simbólica, é lembrado como dos primeiros a ser artificialmente produzido, marcando a divisão histórica entre natureza e cultura. Criar o próprio alimento significou para o homem o controle do uso do fogo, a assimilação das primeiras técnicas agrícolas e o fim da dependência dos recursos naturais sujeitos às consequências das intempéries climáticas. O pão, símbolo universal da alimentação e do trabalho, é ingerido democraticamente, sob as mais variadas formas, nas mesas aristocráticas e naquelas mais humildes, bem como no profano consumo diário nas padarias ou, com devoção, para exaltar a fé e a religiosidade. Diversas passagens bíblicas utilizam a imagem do pão como elemento simbólico para expressar o poder divino, dividir o pão é atitude generosa, algumas receitas implicam obrigatoriamente no exercício consciente dessa prática e só se realizam quando apresentam tal conotação. O pão transfigurado em “Corpo de Cristo” é oferecido em sacrifício no ritual católico da Eucaristia para sustentar o corpo e o espírito, além disso, é igualmente reverenciado nas comemorações do dia de Corpus Christi.

Nas padarias de Felipe Guerra, a véspera da Sexta-Feira Santa é dia de intenso movimento, tanto por parte dos padeiros que se esmeram para dar conta do acréscimo da produção, quanto da população que acorre a esses locais para consumir o pão jacaré, exposto amontoado em todas as vitrines e balcões, o alimento será vendido, ofertado como “esmola” para os amigos e partilhado em família, exclusivamente, no dia em que os cristãos recordam, respeitosos, a Paixão e Morte de Jesus Cristo.

De imediato, a relação de proximidade entre a data religiosa e apresentação visual do pão gerou um estranhamento pela imagem contraditória de um jacaré modelado caprichosamente à mão, adornado com olhos feitos de cinza, grãos de milho ou feijão, na mesma massa cotidiana do pão francês, sem qualquer variação que emprestasse um sabor especial, sendo ofertado e consumido somente na Semana Santa, especificamente na gravidade da Sexta, por cristãos, sem distinções entre mesas católicas ou evangélicas. Por que não outro animal? Nos textos bíblicos são mencionadas pombas, cordeiros, peixes, porcos, galos,

bois, jumentos e até serpentes, estas inclusive pertencentes à família dos répteis, talvez revelassem algum prenúncio que pudesse justificar a presença do jacaré como coadjuvante de uma das passagens do Livro Sagrado.

A maioria dos moradores desconhece as razões que motivaram a confecção do inusitado pão, afirmam ser uma tradição local e concordam em perpetuá-la em respeito ao evento religioso, porém alguns relacionam a figura do jacaré ao costume do jejum católico no qual é aconselhada durante este período a abstinência de carne vermelha – quem já comeu jacaré assegura que é animal de carne branca, característica análoga à dos peixes e crustáceos isentos de qualquer interdição. Estaria aí simbolicamente justificado o seu consumo? O argumento construído em torno de suposições o fragilizava e a dúvida sobre a sua origem permanecia, tivemos então uma indicação para conversarmos com “Chagas Travessa”, o padeiro mais antigo da cidade, saberia ele nos dizer algo mais convincente sobre a procedência do pão?



Pães jacaré, símbolos da Semana Santa em Felipe Guerra, Padaria 3 Irmãos, Felipe Guerra, 2011.

*Eu saí de lá de casa
Aninha me perguntou
Pra onde vai Joaquim Travessa
Me diga que eu também vou
Vou para o Apanha-Peixe
Vou louvar Pedro Sidô*

Francisco Chagas de Góis, nascido em 12/06/1932, herdou o apelido “Chagas Travessa” do tataravô conhecido por “Joaquim Travessa”. A origem jocosa do nome remete a um serviço malfeito na fixação da travessa de uma porta. O padeiro, hoje aposentado, depois de 35 anos no ofício, finalmente nos esclareceu sobre o começo dessa tradição inventada (HOBSBAWM, 1997) em Felipe Guerra: o hábito de “dar esmolas” ou trocar presentes entre familiares, compadres, comadres e amigos durante a Semana Santa é antigo, anterior ao surgimento do pão jacaré; dentre as esmolas, outros pães também costumavam ser trocados apenas com uma ressalva: a massa para pão doce feita no dia a dia era substituída na Semana Santa pelo “pão aguado” (francês), portanto, o consumo de pão na Sexta-Feira Santa com a finalidade da partilha se ancora na memória dos mais velhos, sem precisar datações.

Chagas Travessa aprendeu o ofício de padeiro com Joaquim Padeiro e Chico Brejeiro de Apodi, trabalhou por muitos anos numa padaria situada à Rua da Aurora, na Cidade Baixa, próxima do antigo mercado e em frente ao espaço ocupado pela feira-livre, a construção foi misteriosamente incendiada em 21 de março de 1983. Os anos de experiência fazem-no lembrar-se de receitas e sabores hoje em dia adormecidos no tempo, caso das massas “nem salgadas, nem doces” características dos pães consumidos no passado: “massa fina” ou “duas cabeças” e o “pão sem mistério” feito com massa podre, fermentada de um dia para o outro.

Influenciado por Chico Brejeiro, mestre padeiro de Apodi que modelava pães em formatos incomuns para serem leiloados na Festa de Nossa Senhora da Conceição, dentre os quais jacarés e estrelas, entre 1955-56, Chagas Travessa iniciou em Felipe Guerra a produção artística do pão jacaré, na ocasião, lembra que também modelou peixes e tartarugas, mas os consumidores optaram preferencialmente pela figura do jacaré, ficavam admirados com a forma incomum do bicho e, desde então, o pão tornou-se sucesso de vendas justificando a permanência da figura do animal. Para fazer o pão são necessários 1kg de farinha de trigo, sal a gosto, um pouco de açúcar, fermento e água fria. Misturam-se os ingredientes, sovando até ligar, deixar descansar por 2 horas, após esse período, amassar novamente e modelar o pão, os olhos eram feitos de cinza, “tisna’ ou “tirna” de forno, assado no lastro do forno e não em formas, a modelagem totalmente manual é finalizada pelo acabamento das escamas feitas com uma tesoura própria para esse fim. A explicação para a criação do pão jacaré é muito simples, direta, surpreendentemente desprovida de qualquer intenção religiosa: a imagem foi inspirada na logomarca impressa nas latas de “Querosene Jacaré”, produzido no Brasil pela Esso⁵ e comercializado na década de 1950.

5 Nome comercial da empresa Exxon Mobil Corporation, derivado de Standard Oil Company (“SO”, pronunciado Esso).



Placa e lata de querosene Jacaré, a imagem impressa no rótulo motivou a criação do pão mais conhecido de Felipe Guerra.

Restaurante da Zila

Maria Zilenice de Moraes e Silva, há três anos à frente do “Restaurante da Zila”, situado à entrada de Felipe Guerra, oferece café da manhã, almoço e jantar. Possuía outro restaurante vizinho aos Correios e faz 20 anos que trabalha com alimentação. Serve um cardápio de comida regional composto, dentre outros pratos, por panelada, carneiro cozido, buchada, pirão de banana verde, arroz vermelho cozido no caldo da galinha caipira e feijão com cuscuz.

Feijão com Cuscuz

▶ *Cozinhase o feijão de corda com água, sal e óleo. O cuscuz é feito com farinha de milho, sal e água, quando pronto, retira-se da cuscuzeira e amassa-se com um garfo. Misturar o feijão cozido sem o caldo e temperar com manteiga da terra, nata e queijo de coalho picado a gosto.*

Feijoada com banana verde

▶ *1kg de feijão preto; ½ kg de carne seca em pedaços(de sol); 4 mocotós de porco; 02 linguiças calabresas; 4 folhas de louro; 1 xícara de bacon picado e torrado previamente para retirar o excesso de gordura.*

- ▶ *Junte os ingredientes e leve ao fogo para cozinhar em panela de pressão. Quando cozidos, deixe esfriar, retire o excesso de gordura e misture 05 batatinhas, 02 cenouras e 04 bananas verdes picadas, cozinhar até engrossar o caldo. Por fim, verifique o sal, temperando a gosto.*
- ▶ *Receita gentilmente cedida por Francisca das Chagas da Silva (Chaguinha), funcionária da Biblioteca Municipal Engenheiro João Batista Gurgel.*

Sopa de banana ou mamão verde

- ▶ *Sobras de carne de gado ou galinha cozidos; macarrão tipo espaguete; 01 molho de cheiro-verde (coentro e cebolinha); 03 dentes de alho picados, 02 bananas verdes descascadas e em rodela; 1 ½ litro de água, sal a gosto.*
- ▶ *Levar ao fogo até cozinhar. O mamão verde descascado e picado é substitutivo da banana verde.*

Apodi



Pôr-do-sol na Lagoa do Apodi. Fonte: <http://blogvaleadoapodi.blogspot.com>. Acesso em 10.ago.2011.

A posse das terras localizadas às margens da Ribeira do Apodi data de 1680 quando foram concedidas em sesmaria para os irmãos Manoel Nogueira Ferreira e João Nogueira. Confrontos violentos com os índios Paiaçús, habitantes nativos da região, resultaram na expulsão temporária dos primeiros colonizadores entre 1687 e 1696, a retomada definitiva do território ocorreu anos depois com o retorno dos irmãos Nogueira, sob o comando de Manoel Nogueira como Sargento-Mor da Ribeira do Apodi. Em 1700, padres jesuítas iniciaram a catequização dos indígenas remanescentes, estabelecendo no local a Aldeia do Apodi, uma Missão jesuítica extinta em 1761, quando os últimos nativos foram enfim transferidos para a sede do município, à época situada em Portalegre. A criação do distrito de Apodi data de 1766 e em 11 de abril de 1833, por resolução do Conselho Geral da Província, Apodi tornou-se município, desmembrando-se de Portalegre; em 05 de março de 1887, passou a ser reconhecida como cidade.

Apodi apresenta grandes potencialidades nas áreas da mineração de calcário, da fruticultura com seus plantios de melancia e caju, da agricultura baseada especialmente na produção do arroz vermelho e, em

relação ao turismo, o município ganhou projeção internacional por abrigar o Lajedo de Soledade, segundo sítio arqueológico mais relevante do país em número de pinturas rupestres; além de dispor da Lagoa de Apodi, fonte d'água perene inserida na região do semiárido nordestino, margeada num dos lados por carnaubais e no outro pelos contornos da cidade; da Barragem Santa Cruz, segundo maior reservatório de água doce do Rio Grande do Norte e de um calendário de eventos que evidencia sobretudo o carnaval e as festas dos padroeiros Nossa Senhora da Conceição e São João Batista.

Variações de um legado português



Placa afixada em fachada de casa apodiense, Apodi/RN, 2011.

Um dos sabores mais incorporados à memória gustativa dos apodienses é sem dúvida o filó, doce crocante de massa dourada à base de farinha de trigo, água, sal e açúcar, arredondada ou modelada em tiras, frita em óleo quente, salpicada fartamente com açúcar cristal. Filó é acompanhamento certo do café, seu formato lembra os *cenci*, doces de massa frita e açucarada, comuns na tradição toscana (MONTANARI, 2008). Todos os dias são encontrados na feira-livre, vendido por ambulantes nas ruas, nas portas das escolas, mercearias, supermercados, padarias e na fachada de algumas casas é possível encontrarmos placas de identificação sinalizando nesses locais a sua produção. Inserido nos cardápios das festas de aniversário e até de reuniões

políticas, comer filó se transformou numa tradição em Apodi, consumido obrigatoriamente pelos visitantes vindos das mais diversas procedências ou encomendado por egressos residentes em outras cidades que retornam à terra natal para participar das festividades locais e rever os familiares.

Seu nome é habitualmente pronunciado no singular, às vezes, diz-se “filóis”, distinto do filhós elaborado no Seridó potiguar, inteiramente desconhecido na microrregião da Chapada do Apodi, certo é que esses doces se diferenciam pelo formato, tamanho e cobertura, mas se assemelham pelo nome, composição e feitura. O filhós seridoense é menor, delicadamente modelado em pequenas bolinhas e servido acompanhado de mel de rapadura ou calda de açúcar, a massa também apresenta variações, os mais populares são feitos com farinha de trigo, ovos e manteiga ou então com batata-doce, acrescidos desses ingredientes, o leite de coco ou de vaca; existem ainda versões feitas à base de milho e macaxeira.

Um dos doces mais tradicionais de Portugal, a etimologia da palavra tem origem latina no termo *folium*, diminutivo de folha. Sabe-se que a filhó, filhós ou filhoses (plural) diz-se também no feminino em terras lusitanas, está relacionado à substituição gradual do mel de abelhas pelo açúcar, por volta do século XV, com o desenvolvimento do cultivo de canaviais na Ilha da Madeira. Desde então, seu uso diversificou a doçaria portuguesa, à época já consolidada, tornando-o preferencial à doçura do mel. Filhós é doce de origem conventual, característico das mesas natalinas, foi popularizado também nas festividades carnavalescas, este último aspecto, permaneceu inalterado em algumas regiões do Nordeste brasileiro, identificando-o como comida própria do reinado de Momo. Em Apodi, além da vaquejada, o carnaval é de fato o período de maior consumo, bem como no Ano Novo, atestando essa influência. Nas cidades adjacentes e naquelas que compõem a microrregião da Chapada do Apodi, o doce não é encontrado ou sua produção é pouco expressiva.

Em Portugal, na composição da massa da filhós, observamos a combinação permanente entre a farinha de trigo, ovos, manteiga e açúcar, enriquecida, por vezes, com a presença de suco de laranja, aguardente e em menor proporção mel e abóbora, frita em óleo ou azeite de oliva, servida ora com calda de açúcar, ora polvilhada com a mistura de açúcar e canela ou simplesmente com açúcar. A espessura e os formatos igualmente se diversificam, são finos, arredondados, em tiras ou fritos às colheradas rebaixados ao centro quando se assemelham a flores ou folhas estilizadas.

Existem registros da fabricação desse doce frito nos primeiros anos da colonização brasileira: “Já se viu que em 1587 as mulheres faziam mil manjares, todas as conservas, todas as cousas doces, com as frutas nativas, e surgiram os primeiros bolos, amassados com leite e gemas de ovos e as mil invenções de beilhós, filhoses, ‘sonhos’, ‘coscorões’ denunciando existência para a massa e da banha de porco para frigar” (CASCUDO, 2004).

Em Apodi foi popularizado há quase quatro décadas e não existem registros razoáveis que o identifiquem em anos anteriores. O pioneiro na sua elaboração foi o apodiense Francisco de Assis, figura boêmia, conhecido por “Chico Brejeiro”, padeiro desde os oito anos de idade que trabalhou em diversas padarias locais. De

acordo com a sua viúva, a senhora Júlia Medeiros de Assis, de 79 anos, ele era muito criativo e costumava modelar pães com formatos inusitados para os leilões da festa da padroeira, a massa do pão motivou a feitura dos primeiros filós seguramente produzidos há mais de trinta anos (não soube precisar datações exatas), uma mistura de água, fermento biológico, açúcar, gemas de ovos e farinha de trigo, frita em óleo de soja ou de algodão e polvilhada de açúcar. Nota-se aqui o uso de ovos na massa original numa clara aproximação das receitas portuguesas e seridoenses, entretanto é observada a inexistência de manteiga.



Filós (Feira livre de Apodi – Supermercado Queiroz - Apodi)



Cenci italiano



Filhos de carretilha (Portugal)

De quem ou onde Chico Brejeiro ouviu pela primeira vez o nome “filó”, identificou os ingredientes, o modo de fazer e servir salpicado de açúcar? Uma probabilidade aponta para o Ceará, num período em que trabalhou numa padaria em Fortaleza e lá conheceu um padeiro de Pau dos Ferros que o questionou sobre quais pães sabia fazer, nessa conversa, o conterrâneo potiguar o aconselhou a produzir “pãezinhos” açucarados. A resposta conclusiva por enquanto ficará adormecida no tempo, entretanto foi possível recuperar a receita original com Dona Júlia, sua parceira de vida e cozinha. Nos intervalos do trabalho iniciado nas padarias às 3h

da manhã para que os consumidores degustassem o pão quentinho às 7h e às 15h, o padeiro contava com a ajuda da esposa no espaço doméstico para a confecção dos filós entregues às 11h nas escolas estaduais Antônio Dantas, Ferreira Pinto e Professor Gerson Lopes, acessível e de aparência convidativa, o doce foi imediatamente aceito como merenda pelos estudantes.

Filó com gemas

- ▶ *10 kg de farinha de trigo; ½ pacote (aproximadamente 200g) de fermento biológico; 04 a 05 gemas; ½ kg de açúcar; 1 litro de água para mexer a massa; 1 pitada de sal; 1 xícara (chá) de água fria para desmanchar o fermento.*
- ▶ *Misturar os ingredientes em bacias untadas com óleo, amassar bem e deixar descansar por 30 minutos para fermentar. Cortar os filós numa superfície (redondos ou em tiras) e colocar em formas compridas untadas com manteiga ou óleo para pão doce, deixar inchar. Pincelar com manteiga ou assar no forno ou fritar em óleo quente, nesse caso, deixar escorrer e salpicar com açúcar.*

E o filó virou “sobrenome”

Antônia Célia de Lima Oliveira, conhecida em Apodi como a “mulher dos filós” é casada com Raimundo Nonato de Oliveira, o “Raimundinho dos filós” e produz filós há 28 anos com a ajuda da sua família. De formação evangélica, atribui sua história com o doce a um milagre divino, no passado, vivendo numa difícil circunstância social, viúva do primeiro marido, com um filho pequeno para criar, morando em casa alugada com a mãe e a avó, sem ter uma fonte de renda certa, ansiava ser independente; hoje em dia, graças ao trabalho diário com o filó, adquiriu bens materiais, é proprietária de casas populares, um automóvel e se diz realizada. Tudo começou quando sua irmã Astrogilda, aluna da escola Ferreira Pinto, nela avistou o doce pela primeira vez, um daqueles produzidos por Chico Brejeiro, sem identificá-lo pelo nome, pediu então à sua mãe Maria de Lourdes Lima para comprar uma unidade e propôs que também tentasse fazê-lo para comercializar. D. Lourdes começou com 1 kg de farinha de trigo e relembra que as primeiras tentativas foram frustrantes, nos testes a massa endurecia e durante a fritura não adquiria a coloração dourada pela ausência de açúcar, sua insistência resultou numa mistura bem-sucedida de farinha, açúcar, sal, fermento e água.

Antes da distribuição na feira livre, o doce começou a ser vendido nas escolas e nas ruas, a rápida aceitação pública gerou uma fonte de renda responsável ainda hoje pelo sustento familiar. Além de d. Lourdes e do casal Célia e Raimundo, a produção abrange a participação de maridos, irmãos, filhos, sobrinhos e netos e conta com a adaptação de dois espaços estruturados especialmente para esse fim. Com a mesma massa

do filó, inserindo recheios e descartando a cobertura de açúcar, são elaborados pães de carne e de queijo, enroladinhos de salsicha e empanados de frango, à exceção dos pastéis, feitos com outra massa específica; para amparar essa produção, são consumidos diariamente quatro sacos de farinha de trigo (200 kg), porém, de todos os produtos, o filó é o mais consumido.

A família trabalha em dois ambientes simultaneamente situados em bairros distintos, em cômodos anexos às casas de d. Lourdes e d. Célia, sendo que as vendas ocorrem somente neste último endereço, onde a atividade é iniciada todos os dias durante a semana às 3h 30 e aos sábados às 2h 30 da madrugada, em razão da feira livre, ambiente privilegiado para as vendas. Possuem clientes fixos que encomendam ou revendem os filós, dentre os quais particulares, mercearias, supermercados, ambulantes e padarias, nessas últimas, os filós são polvilhados com açúcar e canela. Aliás, o acréscimo de açúcar à massa frita como cobertura só é feito quando solicitado previamente pelos clientes, o ideal é que o doce seja consumido no mesmo dia de sua feitura, pois endurece de um dia para o outro, contudo, livre do açúcar e guardado em sacos plásticos, conserva nesse breve espaço de tempo suas características originais, razão pela qual se evita imediatamente o polvilhado de açúcar, feito somente antes dos filós serem vendidos.

O “rei da feira”



D. Célia vendendo filós na feira livre de Apodi, 2011.

A feira livre em Apodi acontece todos os dias, aos sábados ela cresce ocupando o espaço das ruas adjacentes para acolher a produção de alimentos e a troca de serviços e bens de consumo entre as comunidades rurais e os moradores da cidade. Dona Célia possui uma banca numa das laterais do mercado municipal, o fato de nomear o filó como “o rei da feira” não é à toa, por ser uma comida extremamente popular e acessível (seis unidades a R\$ 1,00) e apesar de atualmente ser consumido por pessoas de todas as classes sociais, seu consumo é privilegiado pelos mais humildes que o utilizam como substituto do pão, ingerindo-o com café, leite, refrigerante e até dindim (refresco gelado, solidificado).

O custo do filó é sempre inferior ao do pão e, além disso, seu aspecto e sabor agradáveis colaboram para que as famílias optem pelo seu consumo, evidenciado especialmente nos dias em que são feitos os pagamentos das aposentadorias, do programa federal bolsa-família e do funcionalismo municipal e estadual. Alimento simbólico de fronteiras sociais, o filó é facilmente repartido entre as famílias, além disso, por ser muito energético e prover rapidamente a sensação de saciedade, relaciona-se ao âmbito das comidas “grosseiras”, “pesadas” ou de “sítio”.

Filós apodienses

- ▶ *01 kg de farinha de trigo (a farinha não pode ser muito fina); 01 colher (sopa) rasa de sal; 1 xícara de chá de açúcar; 1 colher (sopa) cheia de fermento biológico para pão; água suficiente até ligar a massa.*
- ▶ *Misturar todos os ingredientes até obter uma consistência de massa de pizza. Deixar descansar por 30 minutos, quando a massa crescer, enfarinhar uma superfície para estirá-la levemente e rebaixá-la com um rolo ou com um litro (não pode usar o cilindro de pastel). Deixar numa espessura de 1 ½ cm aproximadamente e cortar com uma faca em tiras de 15 cm. Não pode ser assado imediatamente; depois de cortados, arrumar os filós em bandejas ou assadeiras por 10 minutos para descansar novamente. Só então podem ser fritos, o óleo precisa estar bem quente, a temperatura ideal pode ser verificada com um pouco de massa, a fritura é rápida, ocorre em menos de um minuto, para isso é necessário bastante óleo para a massa não pegar no fundo do tacho, virar com uma escumadeira e colocar numa vasilha para escorrer o excesso de gordura (em Apodi utilizam caixas de papelão para essa função) quando o óleo escorrer, salpicar com açúcar cristal.*



Processo de produção dos filós, casa de d. Lourdes, Apodi/RN, 2011.

Filós de outras paragens

O casal **José Agamenon** e **Ozilene Henrique**, residentes há menos de um ano em Apodi, sempre trabalhou vendendo comida nas ruas, atividade herdada de Seu José Ozineto, pai de Ozilene, natural de Cajazeirinha (PB) e que, além do filó, também produzia no final dos anos 1970, tapioca, salgados, sonhos e bolos na cidade paraibana de Catolé do Rocha, onde viveu, constituiu família e faleceu em 2001. Pedalando numa bicicleta, distribuía sua produção pelas casas, mercearias, postos de gasolina e cabarés, uma ação comercial e bem humorada de Seu José foi modelar o filó “Sukita”, inspirado no apelido e nas formas voluptuosas de uma bela e afamada garçonete local, objeto das fantasias masculinas. A probabilidade alegórica de “comer” “Sukita” transformou o filó num sucesso de vendas entre os homens.

José Agamenon, natural de Areia Branca (RN), informou que a massa para a produção do filó é a mesma do sonho e da “milonga”, doces populares nessa cidade, diferenciados apenas pelo formato e também pela presença ou não de recheio, característica específica do sonho repleto de leite condensado ou goiabada; enquanto o filó é comprido, a milonga e o sonho são arredondados. Verbetes de dicionário citam igualmente o filhó como sinônimo de “sonho”, “coscorão”, “biscoito” ou “bolo” frito no azeite. Ao chegar em Apodi, o casal observou a preferência da população por esse doce, atualmente possuem clientes fixos que diariamente

consomem cerca de 150 unidades. A produção habitual da massa do filó é noturna iniciada entre a meia-noite e 1h da manhã, sua fritura ocorre entre as 3h40 e 4h ainda na madrugada.

A família de seu José é umbandista, devota dos santos católicos Cosme e Damião, sincretizados na religião afro-brasileira como erês, espíritos de crianças; para homenageá-los no dia 27 de setembro, data dedicada especialmente a essas invocações, é costume nos terreiros ou casas de umbanda distribuir doces e guloseimas para as crianças. Em Apodi os filós foram associados à dimensão do sagrado, modelados no formato de ovos, serviram como recheio para 70 “lancheiras” juntamente com bolos, pastéis, coxinhas e pirulitos, as oferendas foram distribuídas a meninos e meninas da cidade e dos sítios situados nos arredores. No altar doméstico situado à entrada da casa, ritualizado por orações, um prato com filós foi ofertado aos referidos santos no qual permaneceu exposto por alguns dias confirmando a crença e a fé nos erês.

Bolos, doces e outras histórias



D. “Rita do doce”, Sítio Melancias, Apodi/RN;

Rita Leite Fernandes de Souza é residente do Sítio Melancias, mãe de oito filhos, agricultora, artesã e vendedora ambulante de doces há 11 anos. Aprendeu a fazer espécie de gergelim e doce de caju com a mãe. Hoje em dia, além desses doces, se especializou na produção de doce de leite, puro e com coco, mamão com coco, goiaba e banana, feitos com alegria e paciência no fogão à lenha de sua cozinha. Sua vida de doceira é posterior ao ofício de artesã da palha de carnaúba, matéria-prima que utilizava para a confecção de vassouras,

chapéus e esteiras. Casada com Raimundo Francisco de Souza, também agricultor, sertanejamente buscou estratégias para reforçar a economia caseira baseada num pequeno criatório doméstico de aves e caprinos e na lavoura de subsistência, os objetos artesanais eram comercializados nas casas das redondezas. Somente em seguida, a venda de cajus e dos primeiros doces financiados pela compra de rapaduras e gergelim por um de seus filhos se transformou em costume.

Começou a distribuir sua produção em Apodi todas as quartas e sábados, acondicionada em latas de leite em pó reutilizadas para esse fim, só recentemente passou a usar potes plásticos por sugestão dos clientes. O percurso de Melancias para a sede do município é feito em transportes alternativos, passou a ser figura popular na cidade e seu itinerário compreende a prefeitura, escolas e residências, nesses locais, chega invariavelmente bem humorada, trajando blusa de mangas compridas e chapéu para se proteger do sol inclemente, munida de duas sacolas plásticas para transportar por vez aproximadamente 20kg de doces. O trabalho de doceira é realizado com orgulho, a atividade foi responsável por ajudar especialmente na educação dos filhos, parte deles hoje em dia diplomados em formação superior.

O doce de leite e a espécie de gergelim são os preferidos da clientela, para fazer o primeiro se certifica previamente da existência de limão partido dentro de casa, acredita que se cortarem essa fruta no espaço da cozinha o doce não presta e todo o trabalho será perdido. Também utiliza instrumentais específicos, a feitura de cada doce exige um tacho ou caldeirão (de ferro ou alumínio) individualizado, bem como as colheres de pau usadas para mexer.

Doce de Leite

▶ *D. Rita compra o leite e calcula 16 litros para cada 4 kg de doce ou 8 potes de 500g e cerca de 3 ½ kg de açúcar. Primeiro o leite é levado ao fogo para amornar, antes de criar nata é acrescido do açúcar. Mexer até não sentir mais a presença do açúcar no fundo da panela, mexer de vez em quando, depois de três horas o doce começa a engrossar, nesse instante, é necessário mexer constantemente tendo o cuidado de não deixar subir e escorrer da panela. Quando está pronto, o doce adere à colher e cai em pequenas porções. Mexer um pouco para esfriar e despejar nos recipientes, só cobrir com a tampa quando estiver completamente frio.*

▶ *Na versão com coco, acrescentar 01 coco ralado quando o doce começar a encorpar, colocar o coco para engrossar e cozinhar.*

Espécie de gergelim com coco

▶ *Para a espécie são usadas 3 ou 4 rapaduras escuras (quebradas e colocadas no fogo até*

desmanchar, obter um mel e coar num pano). Colocar num tacho e misturar 01 coco ralado, levar ao fogo até cozinhar, mexendo para não grudar no fundo da panela. Quando começar a ferver juntamente com o coco, colocar o gergelim (torrado e moído) na medida de 2 latas de óleo cheias. Ficar no fogo mexendo até cozinhar, o ponto é quando o doce endurece e adquire consistência. Acrescentar 1 colher (sopa) de farinha de mandioca fina peneirada, 2 colheres (sopa) de canela em pó e 2 colheres (sopa) de erva-doce em pó. Deixar por mais 10 minutos até ficar pronto.

Seu Raimundo, marido de dona Rita, é natural de Pombal, na Paraíba, lá ele contou ser um costume das doceiras a produção da espécie de gergelim com a substituição do coco ralado por farinha de castanha de caju na mesma medida.

Doce de mocotó, um raro sabor

▶ *02 unhas de boi ou mocotós; água o suficiente; 01 rapadura escura; 01 a 02 kg de açúcar; canela e erva-doce a gosto; 05 a 10 cravos-da-índia (os temperos são pilados e passados em peneira fina).*

▶ *As unhas de boi são cozidas em água numa panela de pressão até os nervos largarem dos ossos. Separe a carne cozida (nervos e tutanos), aliás, o tutano é indispensável por emprestar “sustância” ao doce. Passe no liquidificador e em seguida numa peneira. Leve ao fogo para apurar misturada com a rapadura desfeita num mel devidamente coado, acrescente o açúcar e os temperos e mexa até obter um ponto de geleia. No passado se usava passar os nervos numa urupema (peneira de palha de carnaúba) com o auxílio de uma colher de pau.*

Acredita-se que esse doce é bom para os nervos e, por essa razão, ajuda a curar os “doidos” e a recuperar as energias de pessoas acometidas por esgotamento físico e mental. D. Rita, doceira de Felipe Guerra, afirmou ser um doce “bom para a vista”.

Aos 80 anos, Maria da Conceição Barros, apelidada Marieta, foi a única doceira em Apodi a fazer o doce ou geléia de mocotó, hoje infelizmente não é mais produzido, a receita foi gentilmente cedida por ela. A feitura desse doce associada ao tratamento de doenças é plenamente aceita pela população em geral, segundo dona Marieta, sua receita original foi motivada pela intenção da mesma em ajudar uma conhecida “fraca da cabeça” que eventualmente se hospedava em sua casa, ouviu dizer de umas “senhoras antigas” que o doce era medicinal.

Luzenira Morais Freire de Oliveira, “Nira” é agricultora e mora no Sítio Carpina, na várzea do Apodi, aprendeu com a mãe a fazer bolos de macaxeira e de goma, também conhecido na região como “grude doce”, para o consumo doméstico. A habilidade conquistada na cozinha a motivou vender seus bolos em casa, feitos sob encomenda e também a participar nos dias de sábado da feira livre, com uma barraquinha vinculada ao programa agroecológico de agricultura familiar onde vende bolos fatiados. Por essa razão, a produção ocorre sempre às sextas-feiras, restrita à exclusividade de cinco grandes formas retangulares. Além dos referidos sabores, aprendeu com uma senhora apodiense as receitas de bolo de nata e bolo de queijo, este último, modificado em sua originalidade por suas mãos, pela substituição de parte do queijo parmesão pelo queijo de coalho.

Bolo de macaxeira

- ▶ *01 coco ralado; 3 kg de macaxeira crua e descascada; 1 litro de leite; 2 xícaras de farinha de trigo; 1 pitada de sal; 2 colheres (sopa) de creme de nata ou margarina.*
- ▶ *Ralar a macaxeira, passar numa peneira, espremer para deixar só a massa. Misturar aos demais ingredientes e levar ao forno por 1 hora aproximadamente em forma untada e enfarinhada. Esse bolo não utiliza ovos.*

Bolo de goma (grude doce)

- ▶ *01 litro de leite; 01 kg de açúcar; 01 coco ralado; 01 kg de goma seca; 2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina.*
- ▶ *Bater todos os ingredientes no liquidificador. Levar ao forno por 40 minutos em forma untada e enfarinhada.*

Bolo de Nata

- ▶ *01 kg de farinha de trigo; 800g de nata fresca; 01 kg de açúcar; 4 ovos caipiras; ½ litro de leite, apenas o suficiente para deixar a massa na consistência de um mingau.*
- ▶ *Bater todos os ingredientes no liquidificador. Levar ao forno por 20 a 25 minutos em forma untada e enfarinhada.*

Bolo de Queijo

- ▶ *01 kg de farinha de trigo; 01 kg de açúcar; 04 ovos caipiras; 250g de creme, manteiga ou margarina; 50g de queijo parmesão ralado; 1 xícara (chá) de queijo de coalho ralado; 01 caixa*

de creme de leite.

▶ Bater todos os ingredientes no liquidificador. Levar ao forno por 20 a 25 minutos em forma untada e enfarinhada.

A casa dos sabores adormecidos

*“... A primeira lanchonete de Apodi
Foi na mesa da cozinha de Cotó
Bolos, doces e suspiros eram comprados
Por doutores, madames e moleques*

*As maiores intérpretes de sonhos
Para o jogo na milhar e na centena
Foram Dé, Pichal, Nem e Cotó
E nele perdiam a oferta da novena ...”*

Maria Auxiliadora da Silva Maia.

In: Contra-ponto. Queima Bucha, 1ª. edição, 1998.

A menção aos nomes Nem, Dé e Cotó citados nos fragmentos do poema acima, são na realidade apelidos carinhosos de Maria Nazaré, Maria José e Maria Petronila, três personagens hoje em dia sobreviventes apenas na memória dos apodienses, habitantes de um imponente casarão senhorial em estilo neoclássico, ainda existente, edificado em 1850 pelo professor Joaquim Manoel Carneiro da Cunha Beltrão, situado na esquina constituída pelas ruas Nossa Senhora da Conceição e Professor Antônio Dantas, folclorizada atualmente como “Rua do Papôco”, no centro de Apodi. A construção alongada de alvenaria com fachada pintada de branco e ocre vazada por janelas azuis, é dotada de cornijas, platibanda, soleira de pedra calcária e bocas d’água zoomorfas, possui pé direito altíssimo, madeiramento artesanal de carnaúba e cômodos amplos de meia parede pontuados com vários armadores de ferro para redes de dormir que conduzem para um quintal generoso; numa área contígua, encontra-se a cozinha dividida em dois ambientes, outrora, naquele espaço, pulsava o coração da casa.

A partir da década de 1940 e por volta de meio século, as três irmãs habitaram o casarão, exercendo a função de “cozinheiras oficiais de Apodi”, responsáveis pela dieta dos párocos locais, conhecedoras das técnicas de uma doçaria reservada ao preparo de bolos de ovos, suspiros, doces de leite e de frutas, dentre

as quais, notadamente Cotó e, talvez, por essa ressalva, altamente especializada.

No segundo cômodo da cozinha, dispostos cenograficamente, encontram-se o fogão e o forno à lenha com dimensões adequadas à baixa estatura de suas moradoras. Retiradas com uma longa espátula de madeira, deles saíam diariamente delícias cobiçadas por uma clientela diversificada, consumidora de doces vendidos em latas e participante de um cerimonial sem formalidades, iniciado todas as noites com voltas sucessivas pela Praça da Matriz e continuado no casarão em torno de uma grande mesa rústica circundada de tamboretas, onde todos se acomodavam para cumprir o prazeroso ritual de serem servidos individualmente pelas doceiras com fatias de bolo acompanhadas de porções dos seus doces prediletos. Numa época em que não havia energia elétrica em Apodi, iluminada pelas limitações de um gerador, a cena noturna começava às 19h ou pouco antes e terminava com hora marcada, quando às 20h 30 o gerador era desligado, provocando o acendimento de lamparinas a querosene e a alegria da molecada que aproveitava a escuridão repentina para furtar pedaços de bolo e suspiros escondidos entre bolsos e mãos. Frequentar a casa de Nem, Dé e Cotó era considerado um programa muito charmoso, sobretudo pelos jovens enamorados.

Num passado onde a treva do preconceito impedia com veemência uma criança negra de participar do ritual mariano da coroação da Virgem e a possibilidade de aquisição de uma geladeira era motivo de piada por representar algo inimaginável para a condição social de uma família negra, as mãos negras das mulheres do casarão se revezavam para manter democraticamente uma tradição alimentar que persiste na lembrança de gerações. Parte da fama dos quitutes insuperáveis, segundo aqueles que puderam prová-los, é atribuído à preocupação das doceiras em não relaxar os conhecimentos testados no dia a dia e preservar a característica dos ingredientes que utilizavam, faziam questão de vigiar esse aspecto: leite sem adição de água, ovos caipiras, manteiga de qualidade, jacas maduras procedentes de Portalegre e assim por diante. Elaboravam doces de caju, banana, goiaba, jaca, manga e leite, bolos de ovos assados em formas artesanais reaproveitadas de latinhas de manteiga e de sardinha, lembrando o formato diminuto dos contemporâneos *petit gateaus*, além de delicados suspiros. A atenção a tais regras só era quebrada pela ação dos cambistas do jogo do bicho que batiam à porta constantemente revelando um vício que rivalizava em interesse com o preparo dos alimentos ou, então, quando eram solicitadas pela população para interpretar imagens oníricas prontamente associadas às sugestões certas validadas pelas apostas.

Maria da Conceição Silva, apelidada “Dodonha” pôde conviver no casarão antigo com as tias doceiras e perambular pela cozinha quando criança, no entanto, somente na idade adulta se interessou em aprender seus processos culinários. Observar a feitura dos doces lhe valeu recuperar sabores, aromas, cores e texturas similares àqueles produzidos no passado. As receitas de doce de banana e doce de leite são preciosidades herdadas dessa vivência, a cada vez que são produzidas e partilhadas, em analogia ao simbolismo das imagens fotográficas, lembram conversas, ingênuas estripulias, gestos afetuosos, severas advertências, rememoram trajetórias familiares.

Doce de banana

- ▶ *10 bananas (nem verdes, nem maduras); 2 kg de açúcar; 2 litros de água.*
- ▶ *Cortar as bananas em rodelas e levá-las ao fogo numa calda feita com a água e ½ kg de açúcar, acrescentar o restante do açúcar aos poucos até obter o ponto ideal, quando o doce fica grudado na mão e adquire coloração avermelhada.*

Doce de leite

- ▶ *03 litros de leite (puro, sem adição de água); 01 kg de açúcar.*
- ▶ *Ferver o leite, coar para eliminar a nata, juntar o açúcar e levar ao fogo. Para conseguir um doce cremoso é necessário mexer durante todo o processo (em torno de 1 hora). Quando começar a subir na panela, mexer até baixar a fervura, nesse estágio, o doce adquire a consistência de uma canjica fina. Para o doce de leite granulado, mexer só de vez em quando.*

O prédio que abrigou parte da história da gastronomia local, por ser a primeira casa edificada na outrora Vila do Apody e um dos últimos edifícios urbanos do século XIX existentes na cidade, constitui igualmente uma obra de significativo interesse artístico e cultural, cenário onde a memória de uma expressiva parcela da população é ativada por boas recordações. O município infelizmente ainda não dispõe de uma legislação municipal de tombamento, fato que concorre para rarear a cada dia os derradeiros exemplares de uma arquitetura que favorece visualizarmos os estilos e métodos construtivos empregados durante o período colonial e as primeiras décadas do século XX, na região do semiárido potiguar. No casarão onde viveram Nem, Dé e Cotó atualmente subutilizado como depósito, a cozinha adormeceu estranhamente fria; desprovida do calor que alimentava o forno, o fogão à lenha, as expectativas dos comensais e o trabalho de suas ilustres moradoras, encontra-se à espera de um breve restauro que restitua suas feições originais e devolva aos apodienses a possibilidade de perpetuar suas mais doces lembranças.

Heranças de família



Roçado de mandioca da variedade "João Grande", Sítio Carpina, Apodi/RN, 2011

O plantio e o consumo de mandioca (planta arbustiva do gênero *manihot*) são tradições indígenas popularizadas rapidamente pelos europeus aqui aportados desde os primeiros anos da colonização. Farinhas e beijos figuravam com importância no cardápio nativo, incorporados sem dificuldade ao paladar estrangeiro como mantimentos diários, acompanhamentos versáteis dos mais diversos alimentos, capazes de fornecer suficientemente saciedade e nutrição, características que tornaram a mandioca componente básico da alimentação popular nacional. A adaptação às técnicas da cozinha portuguesa nomeou a “farinha de pau” em oposição à farinha ou “massa” do reino, à base de trigo, expressão ainda hoje adotada em alguns lares sertanejos, para a confecção de pães e bolos. Na mesa brasileira, a macaxeira cozida (mandioca doce), as tapiocas e os beijos são substitutivos do pão. Os tapuias, primitivos habitantes das terras situadas às margens do rio Apodi/Mossoró eram caçadores coletores, contudo costumavam cultivar mandioca após as chuvas (JÚNIOR, 2008), nas cercanias das casas “pobres” do sertão nordestino durante o ciclo do gado (século XVII) plantavam-se roçados de mandioca (CASCUDO, 2004) para a subsistência humana.

As casas ou “engenhos” de farinha na zona rural de Apodi, hoje em dia, são testemunhos silenciosos da vocação agrícola do município outrora produtor de mandioca, além das culturas sobreviventes de milho, feijão de corda e arroz vermelho. Não se ouve mais a agitação das alegres farinhadas do passado, responsáveis

pelo beneficiamento da colheita da mandioca e do estreitamento de laços familiares e comunitários, ressaltando aqui uma particularidade histórica das casas de farinha: são constituídas como bens particulares, porém costumam acolher do mesmo modo a produção de vários agricultores de uma determinada região. Os baixos preços obtidos pela venda das sacas de farinha desestimularam o interesse das novas gerações de produtores em sustentar a atividade, afetando a permanência de práticas destinadas a sobreviver saudosamente na memória dos mais velhos. As casas de farinha se transformaram em espaços de memória, museus involuntários onde são evocadas lembranças da vida dos avôs e avós, muitas foram desfeitas, outras ostentam seu maquinário artesanal em desuso ou fragmentado, readaptado por fim para outras funções.

A rotina das farinhadas na região do médio oeste potiguar e, conforme Cascudo (1996), no Nordeste brasileiro, guarda semelhanças com o modelo de fabricação empregado no país durante o século XVI, implica na organização do trabalho especializado de homens e mulheres, em grupos que podem compreender a participação de 12 até 30 pessoas; dependendo da quantidade de mandioca a ser beneficiada, o tempo da farinhada se alarga por até três meses. Esse grupo estruturado por familiares possuidores das roças de mandioca se amplia com o auxílio de amigos ou pessoas conhecidas, composto pelos “arrancadores” responsáveis por retirar as raízes ou “batatas” da terra; um “carroceiro” para transportar a produção até a casa de farinha; as “rapadeiras” que descascavam a mandioca jogando conversa fora ou falando da vida alheia; um “cevador” para triturá-la; um “preneiro” para entremear a massa entre folhas de carnaúba e lidar com a prensa para livrá-la da “manipueira” (caldo amarelado e venenoso, rico em ácido cianídrico); um “forno” sabedor da temperatura ideal para controlar a queima da lenha, torrar a farinha e assar as tapiocas e beijus; “lavadeiras” ou “lavadores” para retirar os derradeiros vestígios de terra das raízes; ensacadores para embalar, costurar a boca dos sacos e finalmente guardar a farinha.

A presença masculina é dominante nas funções que exigem maior força física (arrancadores, carroceiro, preneiro) e ainda em atividades particulares como o forno, cevador e ensacador. As mãos femininas se ocupam das funções que mais se aproximam das técnicas exercitadas no cotidiano das cozinhas: raspar ou descascar as mandiocas e lavá-las. Além disso, cabia à “dona da farinhada”, mulher agricultora proprietária do roçado, a responsabilidade de alimentar os trabalhadores envolvidos enquanto durasse o processo da farinhada oferecendo café da manhã, almoço e muitas vezes o jantar. Em algumas, a produção diária chegava a quatro carroçadas de mandioca e o trabalho iniciado por volta das 5h da manhã só se encerrava após seu total beneficiamento em torno da meia-noite. No café da manhã costumava-se servir ovos, pão de milho (cuscuz), leite, batata-doce, coalhada, café, tapioca e beiju e em menor número pães e bolachas. No almoço, feijão com toucinho, feijão com rabada, torresmo, arroz de leite, pirão, farofa do caldo da carne e cuscuz. O sacrifício de algum animal era indispensável para garantir a “mistura” das provisões, abatiam-se garrotes (bois jovens), bodes, carneiros, galinhas ou porcos. Na noite do último dia da farinhada, um marco festivo pela realização do trabalho bem-sucedido, eram ainda produzidos beijus, tapiocas ou grudes “temperados”

com sal e coco seco ralado, consumidos no local, guardados na farinha e também repartidos entre as famílias dos participantes.

Duas variedades de mandioca são cultivadas na região de Apodi: a “Manipeba” ou “Tardona” é a mais plantada, apresenta como características o crescimento lateral e o tempo maior para colheita, cerca de dois anos “para criar goma e enxugar a batata”, daí advêm seu merecido apelido. A “João Grande”, mais precoce, colhida em oito meses, de crescimento vertical, possui plantas que ultrapassam facilmente os dois metros de altura. Segundo Maria do Carmo Diógenes e João Batista de Carvalho, residentes do Sítio Mineiro, situado nas cercanias da Lagoa de Apodi, essa espécie proporciona mais farinha e menos goma. Sua família organizava farinhadas, a última realizada há cerca de 4 ou 5 anos; o abandono da atividade é justificado, além dos baixos preços de venda, pela regularidade dos períodos de estiagem que comprometem sensivelmente a produção. Em suas terras, uma casa de farinha artesanal resiste de pé, bem como todo o instrumental utilizado para a fabricação permanece preservado, um pequeno plantio de mandioca nos arredores das casas talvez represente o indício da retomada dessa tradição objetivando outros arranjos produtivos, dessa vez com o olhar voltado para o desenvolvimento do turismo rural.

Conforme Câmara Cascudo (1996), o mês de agosto era o mês das farinhadas ou da “desmancha” no agreste do Rio Grande do Norte; no sertão potiguar o período é análogo, justificado pelas técnicas de plantio e maturação das raízes de mandioca no sistema de sequeiro. Normalmente plantada no mês de janeiro, período marcado pelo início da temporada de chuvas no semiárido nordestino, durante os primeiros seis meses do ano a umidade da terra é responsável pelo crescimento das plantas e enraizamento das “batatas” (raízes), ao findar esse tempo, conseguem resistir sem prejuízos à estiagem característica do segundo semestre, quando então são cortadas para “broiar”(rebrotar), recuperar os galhos, a folhagem e encher as “batatas”, acumulando água nas raízes até a volta do período chuvoso, encerrado em meados de junho. É necessário um tempo para que a mandioca fique “enxuta”, perca o excesso de água das raízes, condição fundamental para sua colheita e obtenção de maior rendimento na fabricação da farinha, “se não estiver enxuta não dá farinha”, afirma Seu João de Deus, morador do Sítio Carpina. Esse tempo coincide com os primeiros meses secos (julho e agosto), quando as plantas “mancham” (amarelam) as folhas que caem aos poucos sinalizando o tempo exato do seu período produtivo, normalmente dois anos após o plantio, no mês de agosto, razão pela qual ficou este mês associado ao tempo das farinhadas, quando então precisam ser colhidas e beneficiadas. O plantio irrigado diminui o tempo de colheita em até um ano, porém, a diminuição proposital das regas faz com que o processo de enxugamento das raízes seja intencionalmente provocado objetivando maior produtividade de farinha conforme a expectativa dos agricultores.

Deliciosas tradições



O patriarca João de Deus, responsável junto com sua família pela produção de beijos e tapiocas no Sítio Carpina, Apodi/RN, 2011.

João de Deus da Costa nasceu em 27 de maio de 1948 na mesma casa onde reside até hoje no Sítio Carpina, zona rural de Apodi. Há cerca de seis anos, iniciou a fabricação caseira de tapiocas e beijos numa casa de farinha contígua à sua residência, porém desde os vinte anos cultiva mandioca. Seus produtos são ansiosamente aguardados pelos clientes costumeiros ou por aqueles que os reservam como cobiçadas encomendas adquiridas todos os sábados na feira livre de Apodi, onde são comercializados tentadoramente mornos a partir das 6h da manhã. Os segredos para lidar com a terra fazem parte do seu histórico familiar em pelo menos três gerações; filho e neto de agricultores, ainda sobrevive das práticas agrícolas em sua pequena propriedade onde cultiva uma diversidade de frutas e hortaliças, além de um roçadinho de mandioca para dar suporte ao trabalho na casa de farinha. Quer deixar como um legado precioso para os seus filhos, não apenas os valores materiais da extensão de solo fértil ou da estrutura da casa e do espaço construído com esmero de onde saem as fornadas de tapioca e beiju; para ele, um respeitável patrimônio são os ensinamentos morais deixados pelos antepassados e atualizados no ambiente familiar. Analisa que as implicações da vida urbana no contexto em que vive atualmente concorrem para promover o desinteresse, especialmente entre os mais jovens, de valorizar o trabalho no campo como atividade produtiva e viável em busca de outras oportunidades, muitas vezes efêmeras, incompatíveis com as perspectivas de um futuro mais promissor. Sua consciência não obscurece a importância do conhecimento formal, seus filhos são incentivados a estudar,

porém, sem esquecer a importância das origens campestinas.

No Sítio Carpina, as roças de mandioca sempre existiram, representavam uma tradição entre os seus moradores que chegavam a colher até duas safras por ano, a farinha de mandioca misturada com leite e servida como merenda era costume doméstico. Uma irmã de Seu João possuía uma casa de farinha próxima de sua propriedade, os baixos preços do produto resultaram na demolição desse espaço e no abandono das plantações. Parte da prensa de ferro utilizada hoje por sua família é originária desse lugar.

A fabricação de beijus e tapiocas significou uma estratégia para assegurar a manutenção do complexo de saberes e fazeres exigidos desde o plantio até o processamento e consumo da mandioca, além disso, esses produtos não são elaborados diariamente como o costumeiro pão, essa particularidade cria a cada semana uma expectativa bem vinda para o consumidor e ajuda a sustentar sua comercialização. Se a produção da farinha comprometia a economia campestre, comer tapioca e beiju é hábito muito vivo e presente no dia a dia do povo sertanejo, essas comidas compõem repetidas vezes o cardápio do café da manhã, da merenda ou lanche da tarde e até do jantar em parceria com o queijo de coalho ou de manteiga, a manteiga da terra e uma xícara de café com leite. Alimentar esse costume possibilitou edificar nova casa de farinha com seu interior aparelhado para cada estágio da fabricação de onde saem toda a semana de 150 a 200 beijus e tapiocas. Para manter a regularidade do ofício Seu João compra a goma de um fornecedor que a adquire nas cidades seridoenses de Tenente Laurentino e Florânia. O coco é outro ingrediente possuidor de diferentes procedências, podendo ser obtido na várzea do Apodi, em Martins ou Umarizal.

Tapiocas e beijus enrolados

A forma e consistência da tapioca produzida pela família de seu João são incomuns se comparadas com suas similares dobradas em formato popular de “meia lua” para receber os mais variados recheios ou mesmo àquelas enroladas, porém, bem menores, feitas em massa aberta numa espessura bem fina onde predomina a maior quantidade de goma deixando-as alvíssimas ou em contraste com o amarelo ouro da manteiga de garrafa. Ainda segundo Cascudo (1999), o beiju, *mebyu*, *meiu*, vale dizer enrolado, franzido, enroscado, contraído. O hábito de enrolar a tapioca e os beijus Seu João aprendeu com o pai, visualmente não é possível diferenciá-los, parecem grandes rocamboles, espessos, com suas superfícies encrespadas pela presença do coco ralado na massa. São modelados manualmente com o amparo de formas de madeira e espátulas confeccionadas com talos de carnaúba para assegurar a uniformidade no tamanho, até a dosagem do sal é a mesma. O que individualiza cada um é a composição da massa usada para fazê-los: para a tapioca, são empregadas quatro medidas de goma, uma de massa de mandioca e uma porção de coco, enquanto o beiju é composto por três porções de massa de mandioca, três de goma e duas de coco. Em consequência, a textura da tapioca é mais maleável e delicada, diversa do beiju, mais firme e encorpado, difícil é escolher qual é mais gostoso!

Na fabricação caseira dos beijus e tapiocas, além de Seu João, participam sua esposa Maria Ivonete e os filhos José Fagner e João de Deus Júnior. O processo é dividido em três dias, de quarta à sexta-feira, prevendo as vendas na feira do sábado. No primeiro dia todo o espaço da casa de farinha é previamente lavado com sabão e os cocos são descascados e guardados em balaios e engradados plásticos.

No segundo, o trabalho começa às 10h quando a mandioca é trazida, depositada no chão para o descarte da “cabeça” (parte mais fibrosa intermediária entre a raiz e o caule chamado de maniva), raspada e lavada em duas águas no tanque para eliminar sinais de terra. Depois é colocada na “banca”, uma estrutura de madeira com bordas laterais altas que recebe a mandioca tendo num dos lados uma pequena abertura para o “cevador” (cilindro de madeira dotado com lâminas serrilhadas de metal e acionado por um motor elétrico), responsável por triturar a mandioca. Nesse estágio é separada a manipueira e a goma, na sequência, a massa é prensada entre grades de madeira até enxugar e ficar compactada.

No último dia, no intervalo regular das 8h às 18h, a massa passa novamente pelo cevador, simultaneamente vasilhas e peneiras são lavadas para uso, o coco é ralado num motor elétrico ou à mão quando necessário, a massa passa por uma peneira fina de arame e é depositada numa grande bacia plástica que acolhe por vez o conteúdo de dez beijus, nesse momento, ela é parcialmente umedecida. Adiciona-se o coco ralado e a mistura volta a passar por uma peneira aramada, dessa vez de trama mais aberta, o sal é colocado numa dosagem específica de dois pequenos cálices para temperar 11 beijus.

Antes de a massa temperada ser levada para assar no forno à lenha, de alvenaria, previamente aquecido desde as 6h da manhã com lenha composta por galhos de algaroba, podas de cajueiro e mangueira, uma fina camada de farinha de mandioca forra o espaço onde a massa será acomodada em formas de madeira (18 cm de largura x 35 cm de comprimento; 25 cm de largura x 50 cm de comprimento e, por fim, uma última dividida em três compartimentos iguais de 25 cm de comprimento x 16 cm de largura cada), revirada com um rodo confeccionado com mutamba, árvore nativa de madeira leve e crescimento vertical, para evitar que grude no lastro do forno.

A primeira medida é a mais comum, as demais são utilizadas apenas para atender encomendas, porém, a última proporciona tamanhos menores ocasionalmente usados quando os preços dos ingredientes das tapiocas e beijus aumentam de valor e repercutem no preço final para as vendas, tamanhos menores, são mais fáceis de ser comercializados. Espátulas artesanais feitas de talo de carnaúba são usadas para modelar a forma das tapiocas e beijus, folhas secas de carnaúba previamente higienizadas são molhadas no tanque e deixadas sobre a massa para manter a umidade evitando seu total ressecamento no tempo estimado para assar, cerca de 40 minutos, virados em espaços de vinte minutos para cada lado, a folha de carnaúba após esse processo é dispensada e reaproveitada na próxima fornada. Quando saem do forno, tapiocas e beijus são depositados quentes num pano limpo sobre uma banca de madeira forrada de cerâmica vitrificada, a parte de dentro é borrifada com leite de coco, produto no passado salpicado com as mãos, para que o

formato originalmente firme e retangular adquira maleabilidade, por último, são enrolados em sua forma característica, ensacados em sacos plásticos para não grudar uns nos outros e abafados com panos limpos, dessa forma, conseguem manter a temperatura morna por uma noite inteira até o momento de serem transportados para a feira livre. As folhas de carnaúba podem ser substituídas por folhas verdes de bananeira, nesse caso, não são reutilizadas e emprestam certo sabor à massa.







Processo da produção de tapiocas e beijos, da esquerda para a direita, de cima para baixo: os cocos secos são descascados, partidos e despolpados; a mandioca é igualmente descascada, triturada no cevador, a massa é posta na prensa para a extração da manipueira, no dia seguinte, já seca, é peneirada e acrescida de goma, leite de coco, coco ralado e sal. A massa das tapiocas e beijos é modelada com o auxílio de formas de madeira, dispostas na superfície do forno quente, cobertas com folhas de carnaúba e viradas para assar dos dois lados, na sequência, é umedecida com leite de coco, enrolada e guardada para consumo. Sítio Carpina, Apodi/RN. 2011.

Eventualmente utilizam a macaxeira (mandioca doce) em substituição à mandioca, com a ressalva dessa render bem menos, mesmo utilizando quantidades semelhantes na produção. Para o homem do campo existem algumas diferenças sutis entre a mandioca e a macaxeira, grosso modo, a entrecasca da macaxeira é rosada, enquanto a da mandioca é branca ou levemente amarelada; a macaxeira contém mais massa e a mandioca possui mais goma; a planta da macaxeira é mais baixa a da mandioca é mais alta. Quando cozidas,

a macaxeira facilmente se abre e possui sabor agradável enquanto a mandioca não é comestível, é tóxica, amarga e não cozinha prontamente. Nas variedades mais comuns da macaxeira os brotos são arroxeados e os da mandioca são verdes, esse último aspecto é pouco convincente pela multiplicidade dessas plantas exteriormente similares se considerarmos, sobretudo, o formato das folhas e do caule.

Amenidades



Casa sede do Sítio Ameno, construção edificada em meados do século XVIII, Apodi/RN, 2011.

O sítio Ameno é identificado em Apodi antes de tudo como um lugar de memória por ainda abrigar em suas terras uma das derradeiras casas rurais erguidas na região durante o século XVIII, edificada conforme a tradição oral por mãos escravas. A estética da arquitetura colonial envolvia formas simplificadas, alicerce elevado, pé-direito altíssimo, paredes largas, madeiramento artesanal de carnaúba, fachada com alpendre frontal, beirais aparentes, portas e janelas em arco abatido, sótão e cômodos de meia parede simetricamente divididos por um corredor de acesso, dispostos da entrada para os fundos da casa, em sala de visita, quartos, sala de jantar e cozinha aparelhada com fogão à lenha.

Na década de 1930, a propriedade foi adquirida pelo casal Ana Maria de Oliveira e Severino José da Silva, procedentes das cidades seridoenses de Florânia e Parelhas, de um senhor conhecido apenas pelo apelido de “Zé Menino”, segundo proprietário do lugar que havia comprado as terras dos pioneiros. Desde então, o Sítio Ameno se constituiu em herança para os descendentes que, apesar de terem construído outras casas adjacentes à antiga sede, deixando-a desabitada, buscam preservá-la juntamente com os objetos pessoais deixados pelos antepassados. O acervo inclui malas, roupas, louças, mobiliário, instrumentos agrícolas e um singelo oratório doméstico com as imagens originais dos santos de devoção da família.



Jardim construído por D. Matilde numa das laterais da sua casa. Sítio Ameno, Apodi/RN, 2011.

Numa dessas novas construções, ladeada por um vistoso jardim, incomum quando comparado à realidade das demais residências encontradas na zona rural do semiárido nordestino e caprichosamente cuidado pela sensibilidade da senhora Matilde Rego, sua filha Maria Nazaré Gomes Oliveira, juntamente com outras cinco mulheres agricultoras, produzem alimentos derivados de mel. Com o apoio do PDA Santa Cruz, o grupo nomeado “Delícias do Mel” iniciou o trabalho há quatro anos para diversificar os produtos consequentes da extração do mel, trabalho desenvolvido pelos irmãos e maridos apicultores.

Produzem balas, bolachas, bolos e cocadas de mel com amendoim, receitas ainda timidamente consumidas pela população ao compararmos a realidade de Apodi, reconhecida como cidade que detém atualmente o título de maior produtora potiguar de mel de abelhas. Salientamos que esse fato nos despertou certo estranhamento pelo número reduzido de pratos à base de mel identificados durante a pesquisa de campo. O mel é vendido para o Programa Compra Direta, vinculado ao PRONAF – Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar, e consumido nas merendas das escolas e creches do município, porém, apesar da população preferencialmente consumi-lo puro ou então misturado às fubas de milho e

gergelim, algumas crianças rejeitam o produto sinalizando a necessidade de uma reavaliação nas estratégias para torná-lo mais atrativo. Quem sabe o maior investimento na distribuição e apresentação dos produtos elaborados com mel não resolveria o problema da aceitação?

No Ameno, os alimentos são preparados na “casa do mel”, local afastado das residências e destinado especificamente para o beneficiamento do produto por apresentar melhor estrutura quando comparado às cozinhas domésticas e possuir um teto forrado, aspecto que concorre para aprimorar a necessária higienização do processo. De início, as receitas aprendidas pelas mulheres foram registradas em apostilas, entretanto, tiveram os textos originais convenientemente corrigidos pelas experiências herdadas das práticas cotidianas das cozinhas, testadas repetidas vezes no dia a dia. O gesto resultou no aumento da qualidade dos produtos.

Bolo de mel

- ▶ *02 xícaras (chá) de mel (recomenda-se usar o mel novo); 04 ovos caipiras; 04 colheres (sopa) de manteiga; 02 xícaras (chá) de açúcar; 03 xícaras (chá) de farinha de trigo; 02 colheres (chá) de canela em pó; 01 pitada de cravo-da-índia em pó; 01 colher (chá) de bicarbonato de sódio; 01 pitada de sal.*
- ▶ *Bater a manteiga, o açúcar, o sal e os temperos. Adicionar os ovos depois de bem batidos e por último a farinha de trigo. Colocar a mistura num forno quente durante 01 hora. O fermento é dispensável porque o mel exerce o mesmo efeito.*

Bala de mel

- ▶ *06 copos de leite; 04 copos de açúcar; 01 copo de mel; 02 colheres (sopa) de manteiga ou margarina; 02 colheres (chá) de bicarbonato de sódio.*
- ▶ *Misturar todos os ingredientes e levar ao fogo até obter o ponto de bala ou aparecer o fundo da panela. Para verificar o ponto certo, colocar um pouco da massa numa xícara com água fria, ela deverá endurecer. Despejar em um mármore ou assadeira untada com manteiga, deixar esfriar e cortar em quadradinhos. Usar como medida o copo americano.*

Cocada de mel com amendoim

- ▶ *02 xícaras (chá) de mel; 04 xícaras (chá) de açúcar; 04 xícaras (chá) de amendoim cru descascado; 02 colheres (chá) de bicarbonato de sódio.*
- ▶ *Misturar os três primeiros ingredientes e levar ao fogo mexendo de vez em quando até dourar. Retirar do fogo e misturar rapidamente o bicarbonato, despejar numa forma untada com manteiga e, antes de esfriar completamente, cortar em quadradinhos.*

Bolacha de mel

▶ 02 copos de mel; 02 copos de açúcar; 01 copo de leite; 04 colheres (sopa) de manteiga ou margarina; 02 colheres (sopa) de sal amoníaco (encontrado em lojas de produtos para panificação); 02 colheres (chá) de canela em pó; 02 colheres (chá) de cravo-da-índia em pó; 06 ovos caipiras; 02 kg de farinha de trigo.

▶ Bata a manteiga com o açúcar e acrescente os ovos um a um sem parar de bater. Em seguida, acrescente o mel, o cravo e a canela. À parte, dissolva o amoníaco no leite morno e despeje na massa alternando com a farinha de trigo. De início, bater numa batedeira até ficar uniforme, depois de adquirir consistência e peso, amassar com as mãos até desgrudar, abrir a massa na espessura de ½ centímetro e cortar as bolachas no formato desejado. Leve para assar em forma untada com manteiga e enfarinhada. Assim que tirá-las do forno, pincele com água adoçada com mel.

Farofa agridoce de traíra

A receita cedida por Eliane de Lima Oliveira, residente no Sítio Ameno, e confirmada por sua tia Maria Oliveira da Silva, de 74 anos, atualmente moradora do Sítio Retiro, representa para a família outro patrimônio tão significativo quanto o referido casarão legado da senhora Ana Maria. Dona Maria, uma de suas filhas, aprendeu a fazê-la com a mãe.

▶ A farofa de traíra é comida destinada para “dar sustância” aos trabalhadores rurais que necessitam de muita energia para destocar a terra, limpar o mato ou fazer cercas, atividades praticadas de inverno a verão; é comida de sítio e sua composição agridoce é enriquecida com farinha de mandioca e rapadura escura. Para fazê-la é necessário escalar as traíras, salgá-las e deixá-las ao sol por um ou dois dias para secar, são assadas na brasa, em seguida retira-se as espinhas maiores, depois a carne é socada num pilão, batida com farinha e rapadura. Para 02 a 03 traíras, são misturadas 02 xícaras de farinha e ¼ de rapadura. A mistura é acrescentada para enriquecer o sabor dos ovos fritos, ou então, consumida pura. É servida como merenda, não substituindo o almoço.

Bife de caju

▶ Lavar os cajus, retirar as castanhas, fazer o suco e reservar o bagaço. O bagaço servirá de base para a receita, é fervido em água por 3 a 4 minutos, bem espremido para ficar pouco úmido e colocado numa vasilha. Acrescenta-se pimenta de cheiro-verde, sal a gosto, alho, cebola, coentro, um envelope de tempero em sachê e “massa do Reino” (farinha de trigo) em quantidade suficiente apenas para ligar os ingredientes. Modelar os “bifes” e fritar em óleo quente. É servido como tira-gosto para cachaça.

Fuba de gergelim

▶ O nome é “fuba”, pronunciado sem o acento agudo na letra “a”. Para fazê-la são necessários 1 kg de sementes de gergelim torradas; ½ kg de farinha de mandioca e um pedaço de rapadura escura para adoçar. Bater tudo num pilão até homogeneizar as texturas e os sabores. É consumida pura acompanhada de café ou suco de frutas.

Queijo de manteiga

▶ Para 1 kg de queijo, empregar 8 a 10 litros de leite, acrescentar uma concha de soro pela manhã e deixar coalhar até a noite. Retirar a nata, colocá-la num pano limpo e pendurá-lo deixando o restante da noite para escorrer todo o soro. No dia seguinte colocar a coalhada num tacho, para 10 litros de coalhada, juntar 3 litros de leite (tirado no mesmo dia). Mexer em fogo alto com uma colher de pau até o leite engrossar, aos poucos ele vai juntando e encorpendo a massa até formar um bolão, o ponto certo é quando vai coalhando. Colocar um caldeirão ao lado do tacho coberto com uma urupema. Na medida em que for cozinhando, retirar o soro deixando apenas o queijo, esperar amornar e depositar sobre a urupema para espremer com as mãos. Após esse processo, picar a massa miudinho, colocá-la noutra recipiente com aproximadamente ½ litro de manteiga do sertão ou em quantidade suficiente e 1 colher (sopa) rasa de sal, machucando com uma colher de pau até desmanchar o bolão, mexendo continuamente no fogo. Nesse processo, a massa do queijo adquire consistência ligada e lisa, quando estiver com aparência uniforme e o bolão completamente desmanchado, despejar numa vasilha ou forma plástica.

Farofa da raspa do tacho

▶ Colocar um pouco do leite em que foi espremido o queijo e uma pitada de sal, mexer com uma colher desprendendo as porções de queijo impregnadas nas laterais e no fundo do tacho. Com esse produto, acrescido de um pouco de farinha de mandioca, é feita uma farofa consumida ainda morna e disputadíssima como deliciosa iguaria.

Sabores insólitos

Maria do Carmo da Silva é agricultora, natural de Apodi, há três anos produz doces caseiros atualmente vendidos em sua residência localizada no Sítio Retiro. No início, como ambulante, percorria as ruas da sede do município oferecendo sua produção de porta em porta. Destaca-se pela fabricação da geleia de manga, um doce atípico na região, apesar da existência de jovens mangueiras sombreando as fachadas conjugadas

das casas apodienses e dos velhos exemplares de copas escuras e imponentes, situados nas faixas de terras úmidas da região do vale. Obedecendo a uma sequência silenciosa e temporal, no período da safra em fins do segundo semestre do ano, essas árvores intercalam flores, frutos, cores, sabores e perfumes oferecidos generosamente à população que infelizmente, por vezes, os ignora, deixando-os apodrecer aos seus pés; situação similar é observada com as cajaranas maduras empregadas exclusivamente para o consumo de sucos. As mulheres alegam desconhecer o preparo do doce, comprometendo o aproveitamento da polpa, as mangas são normalmente consumidas in natura, talvez isso explique a aceitação restrita do doce feito com essa fruta pelos moradores e o fato dele ser preterido em relação aos de caju, goiaba e mamão com coco e até pela espécie de gergelim com especiarias, consumida como sobremesa recomendável para o fortalecimento dos ossos. O trabalho da doceira Carminha, aprendido solitariamente, foi motivado como estratégia para reforçar a economia doméstica e prover o acesso dos filhos à formação escolar.

Geleia de manga

- ▶ *10 mangas maduras (não é aconselhável o uso de manga espada, as variedades rosa e ouro conferem melhor sabor); 01 kg de açúcar.*
- ▶ *Descascar as frutas e processá-las no liquidificador. Misturar o açúcar e levar ao fogo até obter o ponto de geleia.*

Doce de caju com cravo-da-índia

- ▶ *A acrescentar à feitura do doce de caju 01 colher (sobremesa) de cravo-da-índia em pó.*

Espécie de gergelim sem farinha

- ▶ *2 ½ litros de gergelim; 01 rapadura escura; 1 ½ kg de açúcar; 01 colher (sopa) de erva-doce; 01 colher (sopa) de cravo-da-índia; 01 colher (sopa) de canela em pó; 01 colher (sopa) de goma de mandioca (substitutiva da farinha de mandioca) ou 01 colher (sopa) de farinha de trigo.*
- ▶ *Misturar todos os ingredientes e levar ao fogo até dar o ponto, perceptível quando aparecer o fundo da panela e desprender com facilidade das laterais.*

Doce de maracujá

- ▶ *10 ou 12 maracujás grandes previamente aferventados por 5 minutos e em seguida cortados, escorridos e desprovidos da polpa e da película que envolve as sementes; 01 kg de açúcar.*

► *Misturar os ingredientes e levar ao fogo até adquirir uma coloração dourada. Quando estiver quase pronto, acrescentar a polpa (sem sementes) de 01 maracujá.*

Molho com “ciência”



Molho de pimenta com leite exposto ao sol, Agrovila Palmares, Apodi/RN, 2011.

De amplo uso nas mesas sertanejas, apresentando uma atraente coloração alaranjada, o molho de pimenta malagueta com leite é indispensável para temperar os caldos de carne e de peixe, o baião-de-dois, o feijão e a galinha caipira. Para fazê-lo, é preciso esperar pacientemente o prazo de uma semana quando seu processo enfim se completa. Para a sua elaboração são consumidas de 100 a 150 pimentas malaguetas maduras; sal a gosto (01 pitada); 02 dentes de alho picadinhos; “corante” ou colorau a gosto; 01 a 02 colheres (sopa) de óleo de soja e 01 litro de leite puro (sem adição de água) e cru (sem fervura).

Todos os ingredientes são batidos no liquidificador com apenas uma pequena parte do leite e despejado numa garrafa transparente de vidro ou de plástico. A medida total de 01 litro do produto será completada diariamente, acrescida aos poucos até atingir o tempo de uma semana. Durante esse período, diariamente, a cada acréscimo, a garrafa com o molho é agitada e exposta constantemente ao sol para curtir aproveitando

todas as horas de luz do dia. Quando fica curtido, a gordura do leite ou a “manteiga” sobe, separando-se da mistura de pimenta, indicando o ponto propício para o consumo.

Maria da Conceição Moreira Alves, residente na Agrovila Palmares, município de Apodi, assegura que o molho, quando pronto, consegue preservar suas características originais por até um ano, entretanto alterações nos ingredientes e no modo de fazer concorrem para que ligeiramente apodreça, comprometendo de modo irreversível o seu consumo.

Dona “Ica”, apelido de Francisca Helena de Paiva, vizinha de Maria da Conceição, aprendeu a fazer fuba de milho com a mãe na comunidade de Soledade. A fuba é uma farinha torrada de milho consumida pura ou misturada com mel de engenho ou de abelhas, servida como merenda. Para fazê-la, é necessário torrar 03 kg de milho seco, mexendo-o constantemente com uma colher de pau, em panela de barro ou de ferro, num fogão à lenha, até ficar “roxinho”, com o cuidado de não deixá-lo estourar e virar pipoca. Quando atingir tal coloração, colocar os grãos num pilão de madeira e socá-los até obter uma farinha. Em seguida, peneirar a fuba numa peneira fina, e quando passar na peneira, voltar a pilar. A fuba pode ser obtida pura, sem adição de outro ingrediente ou, se assim preferir, no momento de pilar o milho, acrescentar 01 rapadura escura para enriquecer o sabor. A fuba de gergelim também encontrada e produzida na região divide com a fuba de milho as preferências populares.



Molho de pimenta e fuba de milho, pilão usado para quebrar os grãos de milho torrado.

Agrovila Palmares, Apodi/RN, 2011.

Os fogões e fornos à lenha são frequentemente encontrados nas casas rurais como opção para baratear os custos com o gás de cozinha e pela disponibilidade de uso da lenha resultante da poda dos cajueiros, da

algaroba (espécie exótica) e de plantas nativas da caatinga. No espaço das cozinhas esses dois equipamentos convivem sem rivalidades, sendo ambos utilizados no preparo diário de alimentos.

Inovações na cozinha sertaneja

Além do milho, do feijão e do arroz, o sorgo ou “sordo”, como chamam os agricultores, é outra cultura agrícola largamente difundida nos assentamentos e propriedades rurais do município de Apodi. Seu plantio acompanha a estação chuvosa e é aproveitado largamente para a obtenção de silagem, empregada como ração animal nos meses mais secos do ano, quando as pastagens naturais secam e repercutem sensivelmente no criatório de gado. Porém, ainda timidamente, começou a ser utilizado na alimentação humana. Dona Ica costuma fazer um bolo de sorgo para o consumo familiar, igualmente elogiado pelos vizinhos e amigos.

Bolo de sorgo



► *Lavar 01 litro de sorgo e colocar numa panela com 01 ½ litro de água até ferver. Passar os grãos por um moedor manual e em seguida por uma peneira, reservar. Levar ao fogo 01 rapadura em pedaços e ½ litro de água até obter uma garapa. Misturar à massa de sorgo 01 copo (americano) de massa do reino; 01 coco seco ralado; ½ colher de canela em pó; ½ colher de cravo-da-índia em pó e a garapa de rapadura. Despejar numa forma untada com manteiga e enfarinhada e levar ao forno à lenha por ½ hora aproximadamente.*

Rita Gomes de Melo Oliveira, também moradora da Agrovila Palmares, participou em 2009 do curso “Saberes e Sabores do Semiárido”, patrocinado pelo PDA Santa Cruz e pelo Centro Feminista 08 de Março, da cidade de Mossoró. O curso realizado ao longo de um ano, através de reuniões mensais, atribuiu um certificado de participação para as alunas e objetivava o reaproveitamento de frutas e grãos. Resultantes desse aprendizado, dona Rita nos forneceu a receita de **bolo de feijão de corda**, “exótica” para os padrões regionais, e uma variação do **bolo preto** ou “**pé-de-moleque**”, elaborado com fubá de milho.

Bolo de feijão de corda

▶ *01 litro de feijão de corda cozido com caldo e um pouco de sal, amassado na mão e coado para tirar a pele. À polpa de feijão, misturar 02 xícaras (chá) de farinha de trigo com fermento; 02 ovos batidos (claras e gemas separadas); 01 ½ colher (sopa) de manteiga e 02 xícaras (chá) de açúcar. Despejar a massa em forma untada e enfarinhada e polvilhar a superfície da massa com cravo-da-índia em pó. Levar para assar em forno alto por aproximadamente 35 minutos.*

Bolo pé-de-moleque

▶ *Massa de milho moído ou 01 pacote de fubá triturado com um pouco de leite (não usar água e deixar descansar por 10 minutos); mel coado feito com 01 rapadura preta e 1 ½ litro de água derretida no fogo. Voltar o mel ao fogo com ½ casca de laranja seca até ferver, acrescentar 1 ½ colher (sopa) de erva-doce em pó e a mesma quantidade de canela e cravo-da-índia. Misturar 2 ½ xícaras (chá) de farinha de trigo aos demais ingredientes, retirar a casca da laranja e levar ao fogo para esquentar, mexendo sempre até obter um “pirão”. Despejar a massa numa forma forrada com folhas de bananeira untadas com óleo e previamente amolecidas na água quente. Enfeitar a superfície com castanhas de caju, inteiras ou trituradas, cobrir toda a massa com as folhas de bananeira como um envelope e levar ao forno por 35 minutos para assar. Na impossibilidade de não dispor de folhas de bananeira, assar em forma untada e enfarinhada.*

Restaurante “O Valdevino”

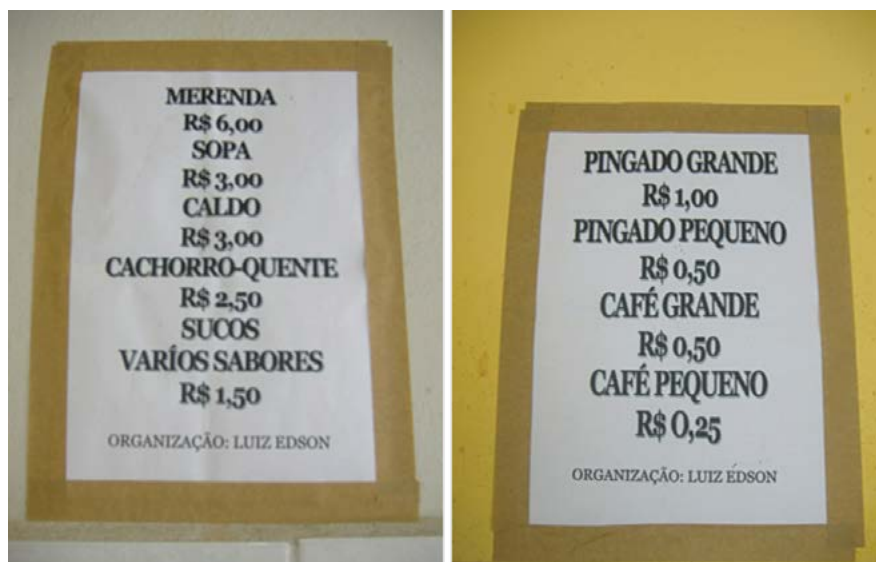
Em 1975, vinda do Sítio Baixa Fechada, a família de Maria das Dores e Manoel Valdevino de Oliveira, constituída por mais treze filhos vivos, inaugura em Apodi a “Sorveteria Ki Frio” num dos locais anexos a um imponente edifício que abrange quase um quarteirão inteiro, utilizado no passado como armazém para o beneficiamento do algodão, e hoje em dia infelizmente apresentando parte de sua estrutura original

desfigurada por contínuas e mal sucedidas reformas. Após sete anos estabelecidos com a sorveteria, dona Maria começou a vender pratos da comida caseira, alterando definitivamente os rumos do comércio e dando início à história do Restaurante O Valdevino, um dos lugares mais conhecidos da cidade. O nome do local presta uma justa homenagem ao falecido proprietário, porém, involuntariamente, como observado em outros espaços, subtrai a importância da participação feminina na condução dos negócios amparados na produção de alimentos.

Atualmente gerido pelos irmãos Manoel Valdevino de Oliveira Filho e Luiz Edson de Oliveira, o restaurante é ponto de encontro de feirantes, habitantes dos sítios, viajantes e moradores de Apodi, que o procuram para consumir um afamado caldo de carne, infalível para dar energia e curar a ressaca das grandes festas que compõem o calendário anual (carnaval, vaquejada, festas juninas e shows de música popular). O horário de funcionamento diário atende às peculiaridades dos clientes, costumeiramente das 5h às 13h 30 – 14h, abrindo aos sábados às 4h para servir o café ou a “merenda” da manhã. Sua localização justifica o início das atividades logo nas primeiras horas do dia por encontrar-se situado numa das esquinas próximas do Mercado Público, contígua às ruas ocupadas pela feira livre. Além disso, especialmente os shows de forró nos clubes da cidade começam por volta do início da madrugada, encerrando-se quando o dia já está claro. O prédio antigo foi demolido para dar espaço ao ambiente atual, edificado no mesmo lugar; não existe nenhum letreiro na fachada para identificação pelos transeuntes, a tradição do “boca a boca” é responsável pela frequência. A empresa familiar conta com o auxílio de quatro funcionários permanentes e mais dois para apoio aos sábados, dia de maior movimento.



O cardápio serve além do referido caldo de carne, o prato mais procurado e consumido, outros exemplos da culinária sertaneja ancorada nas comidas elaboradas nas casas e sítios da região. Para os desavisados, existe uma distinção entre os cardápios da merenda e do almoço, porém não é possível identificar à primeira vista no que exatamente diferem. Logo cedo é habitual as pessoas consumirem o caldo de carne moída, mão de vaca ou mocotó, sopa de costela, cuscuz de milho, arroz, verduras, carne de bode, panelada de gado e galinha cozida, alimentos repetidos igualmente no almoço. Entretanto, para o almoço, o cardápio se amplia com a oferta de buchada de carneiro, baião-de-dois, macarrão, feijão, carnes assadas de frango, boi e carneiro. Outra particularidade é a quantidade de alimentos que aumenta sem restrições o volume dos pratos: para os consumidores “comer bem é comer muito”, o tamanho do prato no almoço importa e é necessário, já na merenda, as porções são um pouco menos generosas. As bebidas igualmente sinalizam as diferenças, pela manhã o café ou o “pingado” (café com leite) são acompanhamentos da merenda, no almoço, sucos, água e refrigerantes cumprem essa função.



Por outro lado, a “fatura” expressada pelas quantidades consideráveis de comida, aliada aos preços muito acessíveis dos alimentos, transformam-se em atrativos para o restaurante mantendo fiel a sua freguesia. A mesma preocupação foi expressa pelo proprietário do Restaurante “Prato Cheio” em Caraúbas, para ele, o prato volumoso é obrigatório para não frustrar a expectativa dos clientes diante do sugestivo nome do restaurante.



Há 25 anos Luiz Edson aprendeu a cozinhar com a mãe e desde a “aposentadoria” da matriarca à frente da cozinha do restaurante, ele assumiu esse posto. Hoje, com idade já avançada, dona Maria “fiscaliza” de vez em quando a dinâmica da cozinha e a qualidade da comida. Com sua experiência, Luiz atesta a origem da maioria das receitas como comidas feitas nos sítios, à exceção da panelada de gado, prato relacionado à cidade.

Caldo de carne moída

- ▶ *01 kg de carne de gado moída; 02 cebolas picadas; 04-05 tomates picados; 08 pimentas-de-cheiro verde picadas; 02 litros de leite cozido; 03 colheres (sopa) cheias de creme; 02 molhos de cheiro-verde picados (coentro e cebolinha); 01 pitada de pimenta-do-reino; sal a gosto; 30 litros de água e 01 kg de farinha de trigo diluída em parte da água.*
- ▶ *Juntar todos os ingredientes num liquidificador (no restaurante usam um liquidificador industrial), bater para unificar a mistura e levar ao fogo para cozinhar por 15 minutos.*

O pão acabou!



Fachada da Padaria Sena ainda em funcionamento, Apodi/RN, 2011.

Antes de fazer história como o proprietário da mais antiga padaria de Apodi, Raimundo Celso Sena, natural do Sítio Xique-Xique, zona rural do município de Caraúbas, trabalhou como produtor rural. A transferência da família para Apodi ocorreu em 17 de setembro de 1959, determinada pelo casamento com a sua prima carnal Maria José Sena com quem teve quatro filhos: Zélia, Zilmar, Hélio e Zildete; um dia após sua chegada começou a trabalhar. No início, montou sociedade com o irmão Epitácio Sena e um terceiro sócio não aparentado, originando a Panificadora Santo Antônio, nome pouco lembrado pelos apodienses; no entanto, o gosto diferenciado do pão francês e o nome da “padaria de Raimundo Sena” ou simplesmente “Padaria Sena” encontraram lugar seguro no porto da memória popular.

Até o dia 06/11/2011, quando infelizmente fechou as portas, após cinco décadas de funcionamento, a

padaria ocupava o mesmo lugar: um prédio de esquina que ainda conserva no alto da sua fachada o capricho rebuscado da arquitetura eclética característica das primeiras edificações do século XX, desigualmente opostas às intervenções ‘modernosas’ dos acessos principais na parte inferior do edifício, responsáveis por desfigurar a beleza charmosa de outrora. Avizinhava-se com o Restaurante O Valdevino, num lado, e defronte ao Mercado Público, do outro, espaços unificados pelas ruas estreitas que recebem a exposição desconchavada dos produtos da Feira da Pedra.

Nos primeiros anos, aludindo à diversidade das atuais lojas de conveniência, a padaria dividia o mesmo ambiente com uma mercearia diversificando a oferta de produtos, o local costumava abrigar temporariamente as “feiras” das famílias vindas dos sítios nos dias de sábado até o final da manhã, quando enfim as transportavam aos seus respectivos destinos após resolver suas pendências na cidade.

A dissolução da sociedade, firmada com o irmão Epitácio e o outro sócio, sobreveio em fins da década de 1960 e coincidiu com o envolvimento mais efetivo dos filhos de Raimundo Sena no negócio, assumindo as atribuições administrativas e a direção da “cozinha”. Esse fato repercutiu na ampliação das opções dos produtos diários, limitados originalmente ao “pão normal”, à bolacha água e sal, ao biscoito doce e aos bolos de ovos e de leite. Com a mudança, foram introduzidos: o biscoito champagne feito exclusivamente numa bateadeira artesanal de madeira; os bolos de batata-doce e macaxeira, receitas testadas e aprovadas na cozinha doméstica de d. Maria José; os sequilhos amanteigados, de coco com goma e de amido de milho, criticados constantemente por seu Raimundo pela baixa rentabilidade em comparação ao tempo de trabalho dispensado em seus preparos; os filós polvilhados de açúcar e canela; os pães de leite e de queijo e as famosas “picanhas” apodienses, na realidade, pães doces cobertos fartamente com uma cobertura coco e açúcar cristal. As picanhas eram feitas de duas formas, a receita mais tradicional era composta com a massa do pão doce, assada em grandes placas e dividida aos pedaços quando assada. A outra consistia numa variação caracterizada pela modelagem redonda do pão num tamanho menor. É desconhecida a associação do pão ao nome “picanha”, uma hipótese seria sua generosa cobertura açucarada pouco recomendável àqueles afeitos aos cuidados contemporâneos da alimentação equilibrada e livre de excessos, pela similaridade calórica com a capa de gordura do mais cobiçado corte nacional de carne para churrasco. A massa da picanha é a mesma do pão doce, sua cobertura consumia aproximadamente 01 kg de açúcar e dois cocos ralados para uma placa grande.

Nessa época, seu Raimundo, que também chegou a atuar como padeiro, costumava repetir seu ritual cotidiano de acordar pontualmente à meia-noite para começar o trabalho na padaria, sem dispensar o hábito de passar na casa de cada um de seus funcionários chamando-os nominalmente para auxiliá-lo nas tarefas do dia. À custa de reclamações, o costume permitia simultaneamente controlar os horários de chegada das filhas em casa nos dias de festa em razão da residência da família se encontrar à época no mesmo quarteirão onde se situava a padaria.

Padaria Medeiros

Na década de 1960, Alberto Medeiros de Ataíde principiou o negócio de padaria no município de Felipe Guerra, afastou-se temporariamente do setor de panificação de 1974 a 1985, quando saiu de sua terra natal e decidiu comerciar numa mercearia localizada no Sítio Miracel, num local conhecido como “Poço do Tilon” – uma referência ao nome do “coronel” Tilon Gurgel, produtor de cera de carnaúba e proprietário de vastas extensões de terra na zona rural de Felipe Guerra, local para onde a família por fim regressou novamente em 1984.

Dando continuidade ao ramo de padaria, seus filhos, Edione Medeiros e Moisés Medeiros de Ataíde, transferiram-se para Apodi entre 1991-92 e desde então são responsáveis pela Padaria Medeiros, juntamente com Antônia Suerda da Silva, esposa de Moisés, e mais dois irmãos. Dentre os diversos produtos expostos nas gôndolas e vitrines, incluindo os pães vendidos diariamente para acompanhar o café da manhã e da tarde, salgados e beijus se destacam, além do bolo de leite e da bolacha de coco. Esta última, produzida desde a inauguração, criada originalmente por um padeiro procedente da cidade de Baraúna, é considerada o “carro-chefe” do negócio por ser muito procurada e ter consolidado ao longo dos últimos 19 anos o nome da padaria, sua receita é mantida em absoluto segredo, sabe-se apenas que à massa são misturados leite de coco natural (não é utilizado o produto industrializado), óleo de soja, farinha de trigo, açúcar e sal, sem adição de fermento.

Durante a Semana Santa, obedecendo ao histórico familiar pautado nas tradições felipenses, a padaria também produz o pão jacaré em Apodi, vendido aos pedaços para ser ofertado como “esmola”.

Bolo de leite (medida para 11 bolos)

▶ *08 litros de leite; 03 kg de farinha de trigo; 1 700 kg de manteiga ou margarina; 28 ovos; sal a gosto; 01 litro de leite de coco; 100g de leite em pó; 02 kg de açúcar; 01 coco ralado.*

▶ *Bater os ovos com a manteiga derretida e o açúcar, juntar o sal, o leite em pó, o coco ralado, o leite de coco e 04 litros de leite. Acrescentar os demais ingredientes, misturá-los e levar ao forno médio (180 graus) em forma untada com manteiga e polvilhada com farinha de rosca por aproximadamente 40 a 50 minutos.*

A festa do prado



Público se aglomera em torno da pista de corrida para assistir ao prado. Comunidade de Pindoba I, Apodi/RN, 06/11/2011

No pequeno Sítio Pindoba I, município de Apodi, nas proximidades da cidade de Felipe Guerra, o “prado” é sinônimo de festa, símbolo da maior brincadeira ou divertimento que existe na comunidade. Prado também significa o local onde há mais de setenta anos são realizadas corridas de cavalo, uma prova de velocidade distinta da corrida das argolinhas também existente no oeste potiguar, porém caracterizada como prova de destreza e habilidade. Cada prado hoje em dia envolve um público estimado em centenas de pessoas, compreendendo habitantes locais e visitantes chegados de outros municípios do oeste e de outros estados, sobretudo Ceará e Paraíba. Quem participa do prado é conhecido como “pradista”, a brincadeira não obedece a um calendário rígido, acontecendo em qualquer época do ano, para isso basta existir o interesse entre os donos dos cavalos e apostadores. Começou com as “carreiras de jumento” organizadas por “Valdemar dos Cavalos”, natural de Apodi, e Aécio Valentim, morador da Pindoba, num local situado na várzea do Apodi, no

entanto a construção de estradas carroçáveis na área provocou a transferência do Prado para o terreno atual adquirido pela associação de moradores.



Populares firmam suas apostas nos momentos que antecedem ao Prado.

O Prado envolve obrigatoriamente apostas em dinheiro firmadas entre os seus participantes, entretanto eles costumam igualmente apostar sacos de feijão, vacas, motos e até automóveis, os donos dos animais concorrentes são os que mais apostam. De início, são estabelecidos pactos entre os proprietários dos animais que participarão das corridas, em cada uma delas até três conjuntos formados pelos jóqueis e suas montarias disputam numa extensão de 300 metros (cem metros a menos que o percurso original) a consagração popular como ganhadores do Prado, o número de conjuntos é determinado pelo número de baias existentes no local. Antecedendo sessenta dias da data marcada para o Prado, é acordado o “pé da aposta”, em valores atuais de R\$ 2.000,00; feito o acordo, começa a fase de preparação dos animais para o evento. Dois conhecidos empresários da região, um de Apodi e outro de Caraúbas, mantêm seus animais sob os cuidados dos moradores da Pindoba, pagos para prestar esse serviço. Ao longo do ano, os cavalos são guardados em baias individuais ventiladas e recebem um tratamento diário que compreende banhos, escovação, caminhadas, cuidados veterinários, ração especializada e feno. Na fase de preparação para as corridas, essa atenção é redobrada e os animais recebem alimentação suplementar, as ferraduras são vistórias mensalmente e passam a receber a vigilância cotidiana de três pessoas: o tratador se responsabiliza por alimentar, escovar,

banhar e observar diariamente as condições físicas e sanitárias do animal; o passeador, apenas passeia com o animal para manter ativa sua musculatura, essencial para o bom desempenho no momento da corrida e finalmente o jóquei corre com o animal, treinando-o para verificar a disposição e resistência do cavalo, explorando os limites de sua performance. As regras contemporâneas do prado determinam a participação de jóqueis mirins pesando até 30 kg, tais condições são desejadas de modo a não interferir na velocidade atingida pelos animais. Alguns jóqueis são oriundos de escolinhas de equitação, eles participam durante todo ano de um circuito de prados existente em diversas cidades do Rio Grande do Norte e em estados vizinhos, onde recebem uma ajuda de custo pelos treinos e corridas, sendo hospedados e alimentados nas casas das famílias que zelam pelos cavalos.

Se o animal por alguma razão adoecer durante o período anterior ao dia da corrida, seu proprietário terá o direito de adiar o prado por até quinze dias até que o animal seja tratado e se restabeleça, porém, se após esse tempo um dos pradistas desistir do evento alegando as condições impróprias de seu cavalo para a disputa, ele obrigatoriamente terá que arcar com a metade do valor acertado no “pé da aposta” para manter a sua reputação como pradista.

Existem “prados bons” e “prados fracos”, os mais concorridos são aqueles nos quais os animais são registrados, indicando para o público sua aptidão para as corridas, prados de jumento eventualmente são organizados e também despertam o interesse popular, os menos apreciados com um número ínfimo de participantes são prados com cavalos de carroça ou sem registro.



Apostadores circundam a baia de um dos cavalos concorrentes para avaliação do animal antes de decidir suas apostas.

Até os momentos finais que antecedem a corrida, com duração média de 20 segundos, os apostadores se dirigem às baias para avaliar e decidir em qual animal por fim investirá seu dinheiro e suas expectativas. Além disso, os grupos rivais representados pelos animais concorrentes enumeram seus históricos e suas vantagens de modo a influenciar aqueles que ainda estão indecisos. Não se ganha além do valor que é apostado, se alguém apostar uma importância específica e o cavalo em que apostou for o vencedor, ele receberá exatamente a mesma quantia investida, se perder, o prejuízo também não será maior. A quantidade extraordinária de participantes do prado, especialmente aqueles vindos de outras regiões, ao chegar à Pindoba I, não encontrará local, nem ninguém que se responsabilize exclusivamente pelo recebimento das somas investidas, diversas pessoas ao mesmo tempo podem guardar informalmente o dinheiro, com a única ressalva de distinguirem pelo menos algum conhecido que costume participar da brincadeira e mereça sua confiança. Além dos amigos, é comum numa mesma casa ou família encontrarmos oponentes do prado entre pais e filhos, entre irmãos e também entre primos, cada qual valorizando o seu cavalo preferido.



No dia marcado para o prado, são vendidos ingressos individuais para o evento que se inicia durante a tarde por volta das 16h30 até as 17h, “quando o sol esfria”. Na porteira do espaço preparado para a corrida, o acesso do público é controlado com a apresentação dos ingressos, familiares dos donos dos animais competidores são isentos de cobrança e se apressam em se justificar anunciando em voz alta: “o prado é nosso!”. Previamente, faz-se a conferência da abertura das cancelas, acompanhada com minúcias pelos donos dos cavalos, testada quantas vezes forem necessárias, tendo o auxílio dos soltadores (tratadores) que condicionam os cavalos nos boxes e os mantêm calmos até o momento da prova. Outro personagem de grande importância no prado é aquele que puxará as cordas que liberarão concomitantemente as cancelas

para que os animais saiam em disparada. Só poderá assumir esse posto uma pessoa de conduta exemplar, reconhecida e aprovada pelos participantes. Conferido o bom funcionamento das cancelas, é dado o sinal para que a corrida finalmente aconteça. Antes disso, na linha de chegada, um pequeno grupo observado continuamente por um “juiz” e pelos curiosos apostadores dos cavalos rivais, fixa numa estrutura artesanal feita de madeira e composta por dois canos dispostos obliquamente em forma de “v”, linhas de costura que servem para amarrar bolas de sinuca de cores distintas conferidas milimetricamente por todos e presas por um pino metálico atado com tiras de borracha. Essas linhas atravessam a pista delimitando os limites da chegada, cada cor simbolizando um animal, quando o primeiro conjunto ultrapassa esse limite, a linha é partida, as bolas são soltas dessa amarração e caem indicando para o público os vencedores daquele prado. Provocados pela euforia coletiva expressada pelos vitoriosos, os donos dos cavalos derrotados, logo após a conquista dos oponentes, propõem uma revanche: “vamos virar o prado!”.



Sequência da fixação das linhas de chegada, Pindoba I, Apodi/RN, 2011.

O total das somas das corridas do ano de 2010 foi estimado em cerca de quarenta mil reais, um número considerável quando observamos a realidade modesta dos moradores da Pindoba I, entretanto, não é exclusivamente o dinheiro que motiva a realização da festa, conforme atesta José Oscar Batista, apelidado Deca: “prado só se bota com amigo”, é antes de tudo uma brincadeira que envolve confiança, amizade e respeito entre os participantes. Alguém que por acaso aja de forma desonesta ao desconsiderar tais regras, fazendo confusão ou “botando boneco”, estará definitivamente excluído da brincadeira pela perda da sua reputação como pradista, algo ultrajante, muito negativo e mal visto pela comunidade.



Largada do prado. Pindoba I, Apodi/RN, 2011. Fotos: Ângela Gracindo.

Comida de festa

No dia marcado para o prado ou começando logo na manhã seguinte, as pessoas se reúnem para organizar uma festividade que acolhe vencedores e derrotados na disputa, prossegue o respeito mútuo entre os componentes, sem espaços para provocações gratuitas ou sérios desentendimentos. Durante as comemorações, são servidas comidas e bebidas para marcar a realização do prado e a vitória do conjunto ganhador. Os festejos pela manhã, nos quais os participantes se reúnem à frente dos poucos bares existentes no local, intercalam bebidas alcoólicas e tira-gostos e se estendem até a madrugada do dia seguinte, é costume o proprietário do cavalo vencedor financiar uma parte da carne que será consumida assada ou alguns engradados de cerveja. A “comida assada” e a “comida cozinhada” são arranjadas e preparadas entre os próprios moradores ou oferecida por amigos que contribuem doando com antecedência animais vivos que serão abatidos para esse fim. Esse cardápio é composto por carne de gado e também por carneiros, galinhas, guinés e porcos, identificados como bichos de criação. Os homens se ocupam dos assados (churrascos), as mulheres, lideradas pela ceramista Miriam Valentim, aprontam a comida cozinhada (carnes cozidas), os acompanhamentos (arroz refogado com pimentão, alho, cebola, cheiro-verde e cenoura e farofa torrada com alho e cebola) e também se ocupam de servir aos participantes e convidados. Cerveja, cachaça, whisky e refrigerante são as bebidas mais consumidas. A estrutura da festa se completa com a música de amplo apelo popular gerada pelos carros aparelhados com paredões de som; no passado, serestas com música ao vivo foram organizadas com essa intenção. As comidas são servidas após as 17h, constituindo-se num jantar, e o espaço onde as mesas são dispostas compreende a área situada nas proximidades da baía do cavalo vencedor, numa clara tentativa de homenageá-lo e ao mesmo tempo inseri-lo como participante efetivo das comemorações.

A descrição da cena acima se relaciona às representações universais dos banquetes populares que superam os hábitos cotidianos do beber e do comer e se constituem num acontecimento social oportuno para esquecer por alguns instantes do passado, das preocupações do presente e celebrar coletivamente o trabalho, a vitória, a abundância, a alegria e a esperança renovada em um futuro promissor (BAKHTIN, 2010).

No dia do evento, vendedores ambulantes vindos de outras localidades também costumam comercializar informalmente doces, pipocas, salgados, cigarros e dindins (sucos de frutas congelados em sacos plásticos) para disfarçar a ansiedade e refrescar do calor intenso enquanto o público aguarda o momento da competição.



Nas imagens acima, ambulantes à espera dos apostadores reunidos entre as mesas de um dos bares da Pindoba I.

Os potes e panelas da Pindoba I



Potes de barro da Pindoba I. Os objetos acima abrangem a produção de três ceramistas.

A Pindoba I também é conhecida como uma comunidade louceira, o acréscimo do numeral ao nome é para diferenciá-la do povoado homônimo conhecido por Pindoba II. Lá há mais de três gerações a produção semestral da cerâmica utilitária local é exercitada exclusivamente por mãos femininas, dentre os objetos são confeccionados potes, panelas, alguidares, “potes de lata”, quartinhas e panelas de feijoada; ignoram a produção da cerâmica figurativa e nem se motivam a iniciá-la, as ceramistas são unânimes: “dá muito trabalho!”. A explicação para a restrição da atividade apenas no segundo semestre do ano é justificada pelas mudanças climáticas que normalmente incidem na região do semiárido nordestino e pela falta de interesse das mais jovens; atualmente, não mais que dez ceramistas desenvolvem a atividade.

A terra onde está situada a comunidade da Pindoba I compreende a várzea do rio Apodi/Mossoró, é plana, de terreno argiloso, sua paisagem é caracterizada pela presença de carnaúbas, palmeiras indicativas dos solos úmidos; na estação chuvosa, de janeiro a junho, a área onde estão localizados os barreiros é completamente

alagada, impossibilitando o acesso das louceiras, nome pela qual as ceramistas também são conhecidas; outra razão é o excesso de umidade que dificulta a produção, “o barro não enxuga” e favorece repetidas vezes a quebra da louça. A louça é produto dos meses secos, no inverno os homens se responsabilizam integralmente pelo sustento familiar através do criatório e da venda de animais domésticos e do plantio de arroz, feijão, milho e milheto.

O aprendizado das ceramistas é ensinamento transmitido pacientemente pelas mães e avós, o trabalho é organizado entre o final da manhã e o início da tarde, elas começam por volta das 10h 30, para conduzirem anteriormente os afazeres domésticos e adiantarem as refeições, fazem um breve intervalo para almoçar e retomam a atividade às 13h, estendendo-se até as 14-16h. Gostam de fazer cerâmica, pois a atividade realizada em casa as mantém próximas dos familiares. Tudo principia com a identificação dos barreiros, na área escolhida, distante das casas e cercada pela vegetação nativa. Se a terra é fofa, representa um bom indício para a existência do barro “preto”, é necessário então cavar um palmo para verificar a presença da camada argilosa abaixo da superfície areenta; porém se a terra for dura, provavelmente o barro não será encontrado. Quando o barreiro for identificado, este fornecerá matéria-prima por alguns anos até se esgotar completamente, daí em diante, o processo recomeça para a localização de outra reserva. Cada ceramista possui o seu barreiro, com a estiagem, a argila seca e para obter o barro propício para a modelagem das peças elas levam baldes de água para o local escavam o interior do barreiro com enxadecos (pequenas enxadas), molham a argila, cobrem com sacos de nylon sobrepostos com pedras e suas próprias ferramentas para manter a umidade até o dia seguinte quando enfim extrairão a argila descartando pedras e restos de matéria orgânica. Cumprida essa etapa, com as mãos, elas fazem grandes bolões e os depositam em sacos à beira dos barreiros, em quantidade suficiente para a confecção de dois potes ou mais. Os sacos são amarrados e o peso considerável de cada um deles é equilibrado sobre suas cabeças, em seguida os transportam vencendo a distância até as suas casas, tendo ainda pelo caminho o obstáculo de uma cerca de arame farpado que transpõem com admirável facilidade.

Ao chegar ao espaço de trabalho anexo às suas casas, elas depositam os sacos contendo o barro, os estendem e começam sobre eles a amassar a argila com os pés, essa operação para unificar a textura da massa e liberá-la do excesso de umidade leva em torno de dez minutos, não é preciso adicionar areia ou outro composto para torná-la mais refratária e o saco de nylon é empregado para evitar que fique grudada no chão, antes usavam uma camada de areia fina. Nesse estágio, após abrirem o barro com os pés, puxam a massa com as mãos enrolando-a e repetem o gesto até identificar o ponto adequado para a modelagem, conforme d. Rita: “quando começa a peidar tá amassado!” referindo-se à consistência macia da matéria plástica análoga a uma cera que libera nesse ponto bolhas de ar contidas em seu interior.



Obtenção da matéria-prima nos barreiros, transporte, preparação da massa argilosa e modelagem manual.

Para modelar os objetos, as ceramistas forram o chão com uma camada de areia fina encontrada nos terreiros de suas casas, retiram do bolão de barro a quantidade suficiente para fazer uma peça e modelam primeiramente o bojo, uma forma circular e achatada que servirá de base para sua confecção. Desconhecem o uso do torno de origem europeia e dominam duas técnicas herdadas das tradições indígenas, usam empurrar com as mãos a parte interna do bojo para formar as paredes e para a elaboração dos potes costumam utilizar a “fiada”, rolos ou tiras de barro sobrepostos e alisados. Nesse processo, dispõem do auxílio da “cuia” feita com sandálias de borracha como amparo para arredondar a peça, revelando aqui uma substituição de um artefato artesanal por outro adaptado de um produto industrializado; da “taleta” confeccionada com o talo da carnaúba e facas para “rapar” e afinar as paredes; do sabugo de milho para texturizar a superfície externa, algumas mulheres adotaram o uso do pente plástico para esse fim. Diferente da função intermediária de corrigir possíveis imperfeições na forma do objeto, ação finalizada pela fricção de seixos rolados (pedras arredondadas), praticada em comunidades oleiras do litoral, o uso do sabugo é observável na região do oeste potiguar como recurso para emprestar valor estético aos objetos, pois ranhuras não são removidas, permanecendo como característica, de maneira especial, nos potes após a queima. Painéis não recebem tal tratamento, tendo a superfície interna e externa alisadas com pedras molhadas em água. Os potes possuem ainda suas “bocas” adornadas com leves rebaixamentos provocados pela pressão dos dedos das ceramistas ou com tiras de couro dobradas que imprimem bela textura. Nenhuma outra peça merece tanta atenção, o pote é a mais produzida sugerindo ser aquela que desperta maior interesse na confecção. A “modernidade” dos produtos industriais, a falta de incentivo e divulgação concorreram para que o uso da cerâmica entre os moradores da Pindoba diminuísse consideravelmente, os alguidares já serviram como recipientes para lavar pratos, as quartinhas esfriavam no passado a água de beber. De todos os objetos produzidos, resistem as painéis nas casas de algumas mulheres porque “comida em panela de barro é mais gostosa” e em todos os lares figuram os potes, dividindo o ambiente com geladeiras e filtros d’água.





Página anterior, detalhes, detalhes do arame farpado usado para reter a dilatação da cerâmica durante a queima. Acima, forno mostrando arcos de sustentação onde são acondicionadas as peças para a queima; forno recoberto com cacos de cerâmica em dia de queima. Pindoba I, Apodi/RN, 2011.

No “verão”, após serem finalizadas, as peças passam cinco dias secando à sombra antes do dia da queima, feita em fornos confeccionados com tijolos artesanais e amarrados com arame farpado para conter seu inerente processo de dilatação; situados numa área à frente das casas das artesãs, são construções circulares feitas por elas mesmas, esses fornos são compartilhados por outras ceramistas e seu uso é justificado por laços familiares e de amizade. Antes de queimar, arrumam as peças numa grelha localizada no interior do forno colocando as primeiras em pé e calçando-as com tijolos para que não se encostem às paredes; as demais são ajeitadas nas intermitências e todas são completamente cobertas com cacos de cerâmica resultantes das queimas anteriores. Para queimar, usam lenha de algaroba e carnaúba, o fogo é feito do lado de fora, na boca do forno são colocadas brasas para esquentar e só depois é introduzida a lenha, uma lenha fina, ao contrário das antigas ceramistas que usavam o talo da carnaúba, descartado hoje em dia por ser muito combustível e provocar chamas altas que refletiam em indesejáveis escurecimentos das peças. O tempo da queima varia entre 5 a 6 horas, duas horas após sua finalização já é possível retirar o barro transformado na cerâmica de coloração avermelhada. Os objetos são dispostos lado a lado nas proximidades do forno compondo uma vitrine improvisada ao ar livre, às margens da estrada sinuosa de terra que corta o povoado. No período

em que ocorre o prado a cerâmica é exposta nesse ambiente despertando o interesse, sobretudo dos visitantes externos, é uma ocasião oportuna para incrementar as vendas. Em outros momentos, a produção é adquirida por compradores fixos ou vendida pelos maridos das ceramistas que a distribuem nas lojas de objetos artesanais de Mossoró. As artesãs não reclamam da demanda e informam que as vendas se mantêm regulares.

A permanência da atividade cerâmica na comunidade ultrapassa seu caráter funcional diante do maior acesso da população em geral a outros bens. Conformados em guardiões da água preciosa para o sertanejo sujeito aos rigores das estiagens ou talvez evocando sabores guardados na memória de seus habitantes, os potes e panelas são símbolos culturais da história de vida de cada morador da Pindoba, tal aspecto por si só justificaria a continuidade desse ofício como um patrimônio significativo para o município de Apodi e para o Rio Grande do Norte, sua relação com a festa do prado reforça sua importância.



À esquerda, panelas com asas e tampas feitas sob encomenda, distintas das panelas comumente produzidas na Pindoba I (à direita) que costumam apresentar apenas um discreto apêndice arredondado, mais decorativo do que funcional.

A carnaúba também vai à cozinha

A utilização da palmeira carnaúba (*Copernicia prunifera*) como matéria-prima para a confecção de uma infinidade de artefatos produzidos e empregados pelos potiguares seria argumento suficiente para justificar a realização de nova e ampla pesquisa. Sua importância é imensa para quem sobrevive do extrativismo da

cera procedente das folhas ornamentais em forma de leque; transfigurou sua madeira leve e resistente em componente da arquitetura popular ou determinou às demais partes da planta funções que incluem até símbolos religiosos como os belos trançados feitos do olho (folhas jovens) usados na Missa do Domingo de Ramos. O artesanato feito da carnaúba representa apenas um aspecto a ser estudado; no entorno de Apodi, envolve predominantemente a participação feminina, é prática semestral realizada nos meses secos, período no qual ocorre o período de corte das folhas realizado de junho a dezembro; durante o inverno, homens e mulheres trabalham na agricultura. Apesar da presença de vastos carnaubais enfeitando a paisagem da região, marcos naturais das extensões dos cursos d'água ou terrenos abrejados, atualmente a falta de incentivo e os baixos preços obtidos com as vendas dos produtos são fatores que promovem o desestímulo entre os artesãos e o sensível declínio da atividade.

Os objetos são diversos, caprichosamente trançados, resultantes muitas vezes de conhecimentos herdados das mães e avós, materializados na elaboração manual de bolsas, chapéus, esteiras, vassouras, balaios para transportar feijão, frutas e pães, cestos para guardar roupas e urupemas.

Considerada um instrumental de cozinha, a urupema, urupemba ou “arupemba” é uma peneira confeccionada com os talos que unem a folha da carnaúba ao tronco e cipó “bugi”. De múltiplos usos na rotina doméstica, serve para peneirar a goma de mandioca da tapioca, a massa de milho para “fazer pão”, secar feijão, sacudir o milho seco, escorrer o queijo, o arroz e até o macarrão. No mês de junho, período no qual é mais procurada, em virtude das festas dedicadas aos santos juninos, é indispensável no preparo da canjica e da pamonha de milho verde.

No Sítio Barra, Margarida Maria Pinto e sua filha Noemi da Silva Pinto se especializaram na confecção da urupema, nesse ofício, existe uma clara distinção entre o trabalho masculino e o feminino, aos homens cabe recolher as folhas e os talos da planta no mato, além de identificar e cortar na vegetação nativa o flexível “cipó bugi” que dará a forma circular ao objeto; eventualmente, auxiliam no processo de descascar e retirar os nós do cipó. As mulheres são responsáveis por todo o processo de beneficiamento da matéria-prima e finalização dos objetos. O trabalho para a produção da urupema é iniciado com a secagem ao sol e a racha dos talos em hastes longas e finas, seguido da sua raspagem e “entrança” (entrelaçamento). Os talos são tratados num dia e entrançados no outro, a forma da entrança inicialmente é retangular e só depois é adaptada à feição circular do objeto, somente após o seu término são feitos os arcos, estes são presos com uma fita de palha de carnaúba para adquirir e firmar a silhueta arredondada, retirada depois que a peça é costurada. O processo é concluído quando o trançado é afinal preso no arco com fitilho plástico costurado com agulhas artesanais feitas com chaves ou abridores de embalagem de latas de carne em conserva.

A produção semanal permite a realização de 10 a 20 objetos distribuídos na feira livre de Apodi com preços variando de R\$ 3,00 a R\$ 4,00, é costume os compradores tentarem regatear esses valores para baixo e nem sempre as peneiras são vendidas, frustrando as expectativas dos artesãos.



Talos secando ao sol; entrança iniciada; "agulhas" artesanais feitas de chave de latas de carne em conserva; hastes de cipó bugi fixadas para dar o formato circular do objeto; urupemas prontas, Sítio Barra, Apodi/RN, 2011.

Grandes esteiras de palha feitas com as folhas do olho da carnaúba, trançadas e costuradas, foram utilizadas num passado recente, ainda vivo na memória de muitas famílias apodienses, como substitutiva da mesa no momento das refeições; parte da população comia sentada no chão forrado com a esteira estendida no centro da cozinha, nela eram dispostos os alimentos, pratos, panelas, alguidares, copos e colheres (o uso de garfos e facas é mais contemporâneo). Situação vivenciada não apenas por aqueles que possuíam origem humilde e nem sempre podiam adquiri-la, mas também nas casas mais favorecidas nas quais a função primordial da mesa era subvertida simplesmente para um ornamento elegante da casa. À mesa de jantar, as pessoas se reuniam somente em ocasiões muito especiais como em dias de festa ou quando recebiam um visitante ilustre para expressar maior formalidade. Com o passar do tempo, os adultos passaram a ocupar seus lugares sentados à volta das mesas enquanto as crianças permaneceram nas esteiras. Com essa mudança o tamanho original do objeto diminuiu. Hoje em dia o costume inexistente e a imagem da esteira servindo de mesa sobrevive apenas na lembrança.

Galinha caipira é o máximo



Aves de criatório doméstico, Sítio Melancias, Apodi/RN, 2011.

Corrigindo o título acima, para apodienses e visitantes, galinha caipira é “no Máximo”, mais precisamente no Bar e Restaurante Máximo Gama, situado no Sítio Caboclo, zona rural do município. O local, administrado por Francisco Máximo de Oliveira Gama, serve atualmente a mais famosa galinha caipira da região. A origem do lugar começou de forma inusitada a partir de um comício realizado no Sítio Caboclo em 1988, quando a irmã do proprietário, à época candidata, tentava uma vaga na Câmara Municipal. Não havia estrutura alguma, geladeira, nem sequer energia elétrica, lembra Máximo. Durante o referido comício, ele levou algumas caixas de isopor com cerveja e refrigerante para vender, forradas com pó de serragem de madeira para conservar a temperatura gelada das bebidas. Nesse dia, percebeu que o imediato interesse do público resultou em boas vendas, foi quando decidiu iniciar o negócio de bar; montou na cidade de Apodi um barzinho e nele trabalhou por cinco anos, não servia nem tira-gostos, apenas cerveja, cachaça e refrigerante.

Entre 1994-95 regressou para o local no sítio de origem e por sugestão da sua esposa, Arlene Magna de Oliveira Gama, começou a servir a galinha caipira como opção para tira-gosto e almoço, iniciando modestamente o serviço de restaurante. Máximo Gama atribui o sucesso atual da sua afamada galinha caipira aos primeiros frequentadores que divulgaram o prato através de um eficiente boca a boca e também de alguns comentários elogiosos feitos nos programas das rádios locais. Confere como outro fator a identificação da sua clientela com a informalidade do espaço rural onde mesas rústicas dispostas sob a sombra convidativa das árvores consentem aos frequentadores ficarem mais à vontade, porém, sem dúvida, dentre os demais

pratos que hoje em dia compõem o cardápio, o maior atrativo é a constância do sabor habitual da galinha cozida e temperada, acompanhada por batata-doce, arroz de leite, arroz solto, feijão verde e do tradicional pirão.

Apesar do nome do bar e restaurante enfatizar a figura atenciosa do seu proprietário, que atende e serve pessoalmente aos pedidos, são as mãos e a experiência da cozinheira Arlene as verdadeiras responsáveis pela popularização da desejada galinha aprovada pelo público em geral e também divulgada por artistas e políticos de destaque no cenário nacional que já passaram pelo lugar. Ela conta que certa vez clientes habituais questionaram o sabor da galinha; surpresa, investigou as razões do estranhamento e identificou como motivo o tempero que uma de suas auxiliares, mesmo sob sua orientação, emprestou involuntariamente ao prato. Ao identificar o problema não teve dúvidas e, de imediato, refez a galinha como de costume e apaziguou os ânimos.

Galinha caipira do Máximo Gama



Galinha caipira acompanhada de pirão, arroz de leite e feijão de corda, Sítio Caboclo, Apodi/RN, 2011.

- ▶ *01 galinha limpa, cortada em pedaços e temperada com limão; 01 batatinha; 01 cenoura; 01 pimentão; 01 pimenta-de-cheiro verde; 01 cebola e 03 dentes de alho picados; tempero completo de garrafa, sal e colorau a gosto.*
- ▶ *Colocar todos os ingredientes numa panela com a carne e ½ litro de água e cozinhar por 20 minutos. Transferir para uma panela de pressão e cozinhar por mais 20-30 minutos. Para o*

pirão, retirar o caldo da galinha, colocar três punhados de farinha fina e amarela de mandioca, mexer até dar o ponto (quando ferver e cozinhar a farinha). Ao servir a galinha, salpicá-la com coentro picadinho.

Forró com buchada



O Nordeste brasileiro concentra mais de 90% do rebanho caprino nacional. Um dos clássicos da gastronomia nordestina que desperta o paladar dos que já provaram e provoca restrições injustas naqueles que o desconhecem é a buchada de bode. A buchada é um elemento da chamada “comida grosseira” feita nos sítios, assim caracterizada por ser muito energética e propiciar maior saciedade, é herança das mesas rurais sertanejas onde o aproveitamento total da carne implicava na garantia da sobrevivência na realidade incerta das secas, no entanto isso não significa ausência de sabor e uma elaboração apressada do alimento, ao contrário, tais aspectos justificam a popularização do seu consumo em todo o país como um dos símbolos da cozinha regional.

Sinônimo de buchada em Apodi é a Casa Forrozeira Quadra do Evandilson, no Sítio Lagoa Rasa, existente há 27 anos. O espaço, a princípio “anônimo” e cercado de arame farpado com estacas de sabiá, é resultante de sucessivas ampliações no terreno lateral da casa pertencente à família de Antônio Evandilson de Oliveira e Alizandra Viana Fernandes. As marcas dessas ampliações no chão de cimento, coberto por um trançado bem feito de palha de coqueiro, obra de um artesão local, são apresentadas orgulhosamente pelo próprio Evandilson como indícios arqueológicos que rememoram momentos históricos significativos. Ao concretizar cada uma delas, moradores dos arredores comentavam: “aí foi o assunto!”. Só servia bebidas e a música não era ao vivo. A estrutura atual é murada e dispõe de palco para apresentações de forró diante de uma área

livre interna, sombreada lateralmente por árvores onde o público dos shows se acomoda.

O cardápio nasceu há 3-4 anos em razão das insistentes solicitações por tira-gostos de um grupo amador de jogadores que utilizava uma quadra de futebol aos domingos nas proximidades do bar, ao final de dois meses testando sua aceitação, a comida começou a ser oferecida ao público em geral permanentemente. Hoje em dia, a maioria dos pratos aprendidos com a mãe e a avó de Alizandra, dirigente da cozinha, são exemplos da alimentação consumida nos sítios do oeste potiguar, indicativos culturais das tradições alimentares dessa região. Aos sábados e domingos são servidos cabeça de bode; fússura; fígado e costela de porco; peixe cozido e assado (tilápia); carneiro cozido; guiné (galinha de angola ou capote); frango assado; carne bovina e a buchada de bode ou carneiro. Há dois anos, coincidindo com a construção do palco e a divulgação de concorridos shows de forró, os serviços se ampliaram durante a semana com a venda sob encomenda de “quentinhas” (marmitas), nas quais os clientes pedem para inserir suas comidas preferidas. A prioridade do público pela buchada a elegeu como o prato mais popular, a cada final de semana são consumidas em média trinta buchadas pelos moradores de Apodi e cidades próximas. A carne é adquirida de um fornecedor local que abate o animal, pois Alizandra não confia comprar a buchada pronta.

Buchada de bode



Criação de caprinos, Felipe Guerra/RN, 2011.

► *Tripas, rins e bofes (pulmão) de bode limpos, escaldados e picadinhos; bucho (estômago) limpo, com a pele previamente raspada, cortada, escaldada com limão e costurada; 03 dentes*

de alho, 02 pimentas-de-cheiro verde, 01 pimentão, 01 cebola e 01 molho de cheiro-verde (coentro e cebolinha) picados; sal e colorau (colorífico) a gosto.

▶ *Misturar todos os ingredientes, rechear o bucho e finalizar a costura. Levar ao fogo com água suficiente para realizar um pré-cozimento junto com os mocotós, o sangue coagulado e a cabeça do bode e os mesmos temperos do recheio por cerca de 2 horas se o animal for velho, se for novo, o tempo se reduz pela metade. Reservar. O cozimento só se completa no dia seguinte com mais 1 hora no fogo ou até que espetando o couro do bucho com um garfo este esteja macio. O prato é servido com arroz, farofa, batata-doce, tomate, cebola e jerimum.*

Fussura

▶ *01 kg de fígado de carneiro ou de bode picado miúdo, 01 cenoura, 01 batatinha, ½ pimentão, ½ cebola, 01 molho de cheiro-verde e 02 dentes de alho picados; sal e colorau a gosto.*

▶ *Cozinhar todos os ingredientes com 02 xícaras de água por 1 hora ou até engrossar o molho. É servida com os mesmos acompanhamentos da buchada.*

O gosto pela pimenta-de-cheiro



Pimenta-de-cheiro verde, Feira livre de Apodi/RN, 2011.

Por volta de 1973 foi iniciada a produção comercial da pimenta-de-cheiro na região da várzea do Apodi e, em consequência, a substituição histórica e gradual da pimenta-do-reino utilizada até então como tempero cotidiano. O pioneiro João de Deus da Costa multiplicou no Sítio Carpina as primeiras sementes, obtidas com uma senhora residente no Sítio Trapiá que possuía uma planta em seu quintal. Dois tipos de pimenta-de-cheiro foram introduzidas: a “vermelha redonda” de sabor mais adocicado e suave, e uma variedade nativa, popular nas regiões Norte, Nordeste e Centro-Oeste, cultivada hoje em dia de modo preferencial em Apodi, conhecida como “pimenta americana” ou “pimenta-de-cheiro do norte” (espécie: *Capsicum chinense* Jaquin). Possui frutos de aparência levemente cônica e irregular, com coloração amarelo leitoso quando maduros. É consumida diariamente pela população, preferencialmente verde, apesar de, quando madura, não alterar seu aroma intenso e característico, conforme alguns consumidores, similar ao do leite de cabra, motivo pelo qual é muito apreciada e do mesmo modo rejeitada.

As plantas apresentam crescimento vertical, suas folhagens compactas de tonalidade verde-clara atingem mais de um metro de altura e mantêm-se produtivas em média por três anos, quando começam a diminuir a quantidade de frutos e precisam ser substituídas. O agricultor João Ismar da Costa, apelidado “Chapeuzinho”, residente no Sítio Bravo, cultiva com adubação orgânica alface, cheiro verde (coentro e cebolinha) e pimenta-de-cheiro, é o maior produtor da região, responsável por abastecer semanalmente uma rede de supermercados local e a feira-livre com cerca de 100 kg de pimenta. A safra ocorre de maio a agosto e a lavoura melhora no período chuvoso, as plantas são suscetíveis aos efeitos da estiagem e ao aparecimento de fungos, por isso necessitam de irrigação regular e aplicações eventuais de fungicidas. Na feira, é distribuída também por outros pequenos produtores, ocupando diversas bancas por onde se esparramam informalmente colorindo o ambiente com sutis variações de verde e amarelo. No período de entressafra ou estiagem, a produção é procedente da Bahia trazida por dois caminhões que a cada quarta-feira abastecem os feirantes de hortifrutigranjeiros.

A construção de hortas caseiras não é uma prática comum na região do Apodi, ainda assim, plantas dessa pimenta figuram aqui acolá nos quintais das casas rurais para abastecer as necessidades da cozinha doméstica. Conforme atesta Gomes (2000):

“O homem sertanejo do Rio Grande do Norte não come salada habitualmente em suas refeições. Este tipo de preparação só para um dia especial, ou quando sabe que vai receber alguém que o considera importante e não come o mais “grosseiro” (feijão, farinha, rapadura). As hortaliças que eram consumidas cozidas foram bem aceitas como foi o caso do milho, feijão, batata, entre outros, mas, as hortaliças folhosas, as verduras propriamente ditas, eram rejeitadas e diziam mais: não sou lagarta ou camaleão pra comer folha verde”.

A pimenta de cheiro destina-se a temperar pratos variados à base de peixe, galinha caipira, carne de boi, bode, carneiro e arroz, é consumida crua ou cozida e seu uso para a produção de conservas ou molhos é desconhecido, nesse último caso, se utiliza apenas a pimenta malagueta, adotada igualmente como poderosa aliada para afastar inveja e mau-olhado. Seu consumo notório em Apodi justifica-se porque a produção é limitada à demanda gerada pelo município, nas cidades adjacentes seu consumo é mais restrito. Parte dos moradores admite a substituição da pimenta-do-reino pela pimenta-de-cheiro como cuidado preventivo com a saúde, a pimenta-de-cheiro supostamente seria menos agressiva ao aparelho digestivo.



“Chapeuzinho” diante de sua horta de alface e pimenta-de-cheiro, Sítio Bravo, Apodi/RN, 2011.

Concursos de culinária caprina em Apodi



Cabrito descansando à sombra de um estábulo, Sítio Carrasco, Apodi/RN/2011.

Um evento para valorizar a atividade dos criadores de caprinos do município de Apodi foi idealizado há 10 anos, surgia então a “Caprifeira”, patrocinada pela prefeitura municipal (Secretaria de Turismo) em colaboração com a ASFOCO (Associação de Fomento à Caprinovinocultura), tendo o apoio da EMATER, SEBRAE/RN, EMPARN, SENAI e COOPAPI (Cooperativa dos Apicultores de Apodi). Em 2005 o evento, realizado todos os anos no mês de agosto em proximidade com o período de uma concorrida vaquejada, mudou de nome passando a se chamar “Oeste Leite”. Nesses encontros, abertos à população em geral, algumas edições contaram com mais de 200 produtores, uma média de 150 produtores visitavam o evento nos dias de exposição durante esses anos, principalmente devido às caravanas que vinham dos recantos de Apodi e de outros municípios como Felipe Guerra, Mossoró, Umarizal, Pau dos ferros, Caraúbas e demais municípios adjacentes. Os produtores trocam experiências ou solicitam junto às instituições envolvidas orientações técnicas gratuitas para a melhoria no trato com os animais, abrangendo cuidados sanitários, aprimoramento genético e a produção de rações e pastagens; além disso, expõem e comercializam seus produtos e promovem atividades artísticas e culturais visando socialização, entretenimento e lazer.

Parte dessas atividades realizadas desde o início e que instigam o interesse popular são os concursos de gastronomia (chamados de festival de culinária caseira) divididos em pratos à base de carne de bode (pernil e buchada) e, num outro grupo, uma seleção dos queijos produzidos com leite de vaca e de cabra, sendo que sobremesas não são sugeridas. Os concursos compreendem duas categorias de participantes, porém

no início eram três categorias: queijo de vaca, queijo de cabra e carne caprina ou ovina. Nos últimos anos foi reduzido especificamente para pernil e buchada, participam apenas produtores de carne e derivados de caprinos residentes na zona rural e os restaurantes locais. Com aproximadamente quinze dias ou um mês de antecedência, os organizadores do evento divulgam dia e horário agendados para o concurso.

Como critérios para julgamento dos pratos, são observados aparência (beleza) e sabor, e para evitar votos tendenciosos, no dia do concurso, todos os pratos são numerados, tendo o nome dos participantes ocultos da comissão julgadora. Entre um prato e outro, pão, vinho e água eram servidos à comissão, constituída por representantes de diversos segmentos da sociedade em número total de seis componentes. Nas primeiras edições, as mulheres ou homens que preparavam os pratos explicavam como era feito, mas percebeu-se que o julgamento poderia ficar tendencioso e optou-se pela numeração. Podem ser acrescentados de acompanhamentos julgados como integrantes da apresentação visual de cada prato e os resultados são divulgados no dia seguinte, quando os vencedores recebem um troféu e valores simbólicos em números atuais de R\$ 150,00, R\$ 100,00 e R\$ 80,00, correspondentes respectivamente às classificações de primeiro, segundo e terceiro lugar. Conforme as necessidades dos participantes, no evento, são disponibilizadas mesas, fogão e um forno micro-ondas. Ao final das apresentações, os pratos eram oferecidos à população.

Atualmente o OESTE LEITE está na sétima edição e nesses anos já ocorreram edições em Apodi, Mossoró, Umarizal, Caraúbas, Felipe Guerra, Pau dos Ferros, Rafael Fernandes, Messias Targino, Tetente Ananias e Patu. Nos primeiros anos, os campeões municipais decidiam em uma grande final, em Apodi, os melhores pratos da região Oeste.

A senhora Marineti Pinheiro de França, filha de Francisco Joaquim de Sales, que nomeia o Parque de Vaquejada de Apodi, é matriarca de uma conhecida família no cenário da pecuária caprina e da liderança política local, sempre participou desses concursos ganhando repetidas vezes as primeiras colocações. As receitas originárias de tradições forjadas na cozinha doméstica através de gerações são atualizadas nos frequentes encontros familiares realizados nos finais de semana, acolhidos nos alpendres e salões de sua propriedade localizada no Sítio Carrasco, próxima ao Sítio Góis, região conhecida como notória na produção de queijos. Sua filha Nájila Antônia de França herdou da mãe o interesse pelas práticas culinárias e divide com ela os méritos e troféus amealhados das participações sucessivas nos concursos destinados aos criadores. Para ambas, símbolos de estímulo e reconhecimento pela dedicação que empregam na realização dos pratos. Premiadas nas últimas edições, as receitas do pernil de bode com vinho e do queijo de leite de cabra foram disponibilizadas pelas autoras.

Queijo de coalho com leite de cabra

► *Para 01 kg de queijo usar 10 a 12 litros de leite de cabra; coalho de bode (glândula do animal encontrada nas vísceras, vendida salgada nas feiras livres para coagular o leite). No*

caso de não achá-la facilmente, utilizar o coalho industrializado em pó, na medida de ½ colher (café) rasa do produto.

▶ *Ao misturar o coalho no leite, aguardar de 10 a 15 minutos para coalhar. Quebrar em seguida a coalhada com o auxílio de uma colher (é prática na região também se utilizar o braço, desde que devidamente higienizado), repetir nesse processo o mesmo tempo determinado para a coagulação do leite; durante a operação, a coalhada desce e o soro sobe. Escorrer o soro e depois fervê-lo por 15 minutos aproximadamente no fogão à lenha. Salgar a coalhada e colocá-la na prensa para retirar o restante do soro que costuma criar uma nata reservada para fazer manteiga de garrafa, também conhecida como “da terra ou do sertão”. Para a produção do queijo no Sítio Carrasco, são utilizadas formas artesanais feitas de madeira ou de canos de PVC seccionados. Deixar o queijo imerso num recipiente fechado com o soro quente por até 3 horas. Retirar a tampa até amornar, retornar o queijo para a prensa revestida com um pano limpo e espremer até retirar completamente os últimos vestígios de soro. O tempo nesse estágio compreende cerca de 20 minutos. Retirar da prensa no dia seguinte.*

A mesma receita pode ser feita com leite de vaca.



Formas artesanais para a produção de queijos, Marineti Pinheiro de França. Sítio Carrasco, Apodi/RN, 2011.

Pernil de bode assado com vinho

- ▶ 01 pernil de bode de 2 a 3 kg (limpo, sem pele, sem gordura e perfurado com um garfo); sal grosso e alho a gosto; 01 copo de vinho branco seco.
- ▶ Deixar a carne marinando nos temperos por 4 a 6 horas. Levar o pernil ao forno envolvido em papel alumínio por 4 horas a 160°. 40 minutos antes, retirar o papel alumínio para dourar. Acompanha pirão de queijo, arroz de leite (vermelho), batata-doce e macaxeira cozida com leite e manteiga.

Leite e derivados de engolir a língua e espocar o bucho!



Potes de creme e garrafas de manteiga do sertão, Sítio Retiro, Apodi/RN, 2011.

No Sítio Retiro, a produção regular de derivados do leite existe desde 1990-91 e compreende a elaboração de queijos de coalho, manteiga do sertão, da terra ou de garrafa, creme, nata e borra. Alimentos tradicionalmente incorporados à dieta sertaneja, distribuídos nas redondezas e em churrascarias, mercadinhos e padarias apodienses, consumidos puros, como acompanhamentos ou acrescidos como temperos aos mais diversos pratos para enriquecer o sabor.

Na propriedade da família de **Maria Lúcia Torres**, a produção leiteira gira em torno de 400 litros por dia, colhido em duas ordenhas, desse total, uma parte resulta em 12 a 15 kg de creme e 7 a 8 litros de manteiga, mas é variável conforme a qualidade do leite, classificado na cultura popular entre “forte” e “fraco” quando é observada a maior ou menor concentração de “gordura”, determinante na rentabilidade dos derivados. No local, identifica-se o leite fraco como aquele do período invernos, quando as vacas ingerem pastagem verde em abundância e aumentam a quantidade do leite, entretanto, com menor teor de gordura; na estiagem, apesar dos animais diminuírem a produção e receberem suplemento alimentar à base de ração especializada, o leite é mais forte. Tal observação contraria os estudos científicos na área da Zootecnia e, por esse motivo, merecem uma investigação mais acurada.

A **nata** é o produto de obtenção mais simples, recolhida aos poucos, após a fervura do leite, uma pitada de sal é utilizada como conservante suficiente para aumentar o período de duração e consumo. O creme, diz-se apenas dessa forma, não é identificado pelo nome comercial de “creme de leite” e da nata se diferencia por passar pelo processo de uma desnatadeira elétrica que separa o leite do creme de leite fresco, nome pelo qual é reconhecido quando elaborado e consumido no mesmo dia, por apresentar textura mais fluida e sabor mais suave, diversa daquela apresentada pelo “creme” acrescido de sal, que com o passar dos dias altera a sua coloração inicialmente esbranquiçada para um tom amarelado, adquire textura firme, encorpada e de sabor mais ácido. Esse creme é utilizado para a fabricação da manteiga.

Para fazer a **manteiga da terra**, de processo mais exigente, dona Maria Lúcia conta com a vigilância simpática da nora Wigna Begna. O creme é batido num liquidificador industrial por 30 minutos, a proporção é de 10 kg de creme para 5 litros de manteiga. Na sequência, é levado ao fogo brando, durante essa fase, o leite fica embaixo e a manteiga em cima, sendo retirada constantemente pelo auxílio de uma concha, em seguida, retorna ao fogo, dessa vez em fogo alto por 1 hora até apurar. Após esse tempo, os derradeiros vestígios do leite solidificam formando a borra de coloração marrom. Para obtê-la, a manteiga é coada num pano limpo e próprio para essa função, este ao ser bem espremido produz a borra: uma apreciável farofa escura, solta, fina e salgada, ingerida invariavelmente com farinha de mandioca, açúcar ou rapadura a gosto. É acrescentada para temperar feijão, arroz de leite ou arroz branco cozidos sem sal, sendo a farinha de mandioca componente essencial de sua mistura antes de ser consumida pura. A manteiga sem sal ocasionalmente é feita sob encomenda.

A elaboração do **queijo de coalho** necessita de 11 a 12 litros de leite para cada quilo, acrescidos do coalho natural de “criação” (bode) e um pirex pequeno de sal. O coalho de bode salgado adquirido nas feiras livres é previamente colocado num pouco de água até amornar e só então é misturado ao leite, processo repetido sempre que for reutilizado; guardado em salmoura, pode ser aproveitado por até 3-4 dias, mas após esse tempo perde suas características. Na ausência do coalho natural, admite-se o uso do coalho industrial (líquido ou em pó) conforme as orientações sugeridas na embalagem. O leite em contato com o coalho fica

em descanso de 10 a 15 minutos para coagular, em seguida a coalhada é cortada com uma faca para separá-la do soro, só depois é temperada com o sal. Depois é colocada num “chincho” (forma) forrado com um pano limpo e passa por um processo de prensagem manual, espremendo-se quantas vezes for necessária enquanto tiver soro. Leva-se o soro ao fogo para aquecer, num recipiente, colocar o queijo e cobri-lo com o soro quente deixando-o imerso até esfriar. Quando amornar, retirar o restante do soro em vários panos secos até enxugar completamente. Conservar em geladeira.

Esse processo é distinto de outro usado no passado que cozinhava o queijo no soro por 30 minutos num caldeirão, alongando o tempo de preparação.

“Comer de engolir a língua!” é uma expressão local que denota total aprovação, é comer com vontade, com gosto! É reconhecer os sabores, valorizar os alimentos, esse dito popular se aplica sem dificuldade ao consumo dos derivados do leite entre os habitantes do oeste potiguar, pois, além do consumo in natura e do celebrado doce cremoso, são presenças marcantes no cotidiano das mesas sertanejas de forma unitária ou conjunta, atualizando a importância histórica e cultural do criatório bovino para o desenvolvimento da região e a gênese de uma cozinha fundamentada em origens camponesas. A manteiga da terra é empregada para fritar ovos, bolachas ou para passar no pão, é tempero comum do feijão verde, da galinha caipira, do cuscuz de milho e da tapioca. O creme, mais versátil, é passado no pão, no cuscuz, na tapioca, na bolacha frita e entra como componente da pamonha e canjica de milho verde, em bolos, arroz, picadinho de carne e creme de galinha, a nata apresenta a mesma utilidade do creme. O queijo é consumido puro, com pão, arroz de leite, baião-de-dois, assado na manteiga ou na grelha. Recordando as expressões populares, espocar o bucho é encher a barriga e aqueles que agradecem pelo alimento servido recebem a seguinte resposta: foi de gosto!



“Borra” e bolachas fritas na manteiga do sertão com cebolas, Sítio Retiro, Apodi/RN, 2011.

Bolacha com cebola frita

▶ *Cortar uma cebola em fatias finas, fritá-la na manteiga da terra, misturar um pacote de bolachas água e sal, mexer um pouco mais para incorporar o sabor e dourar levemente as bolachas. Este prato é usado como merenda, acompanhado de café.*

Bolo de nata

▶ *03 xícaras (chá) de massa do Reino (farinha de trigo) com fermento; 02 xícaras (chá) de açúcar; 200g de creme; suco de ½ limão; 3 ovos caipiras; 1 copo (americano) de leite.*

▶ *Bater o creme com os ovos e o açúcar até obter uma massa homogênea. Colocar alternadamente a massa do Reino com o leite e por último o suco de limão. Levar ao forno para assar em forma untada e enfarinhada por 30 minutos.*

Banana frita na manteiga

▶ *Bananas juá ou “casca grossa” verdes, cortadas em fatias bem finas; sal e colorau a gosto; manteiga da terra o suficiente para fritar até ficar crocante.*

Galinhada com creme

▶ *01 galinha caipira grande, limpa e cortada em pedaços; 03 dentes de alho amassados; manteiga da terra e pimenta-do-reino a gosto; 02 tabletes de caldo de galinha diluídos em 02 litros de água; 01 kg de arroz (parboilizado); 01 lata de ervilhas; 01 lata de milho verde; ½ kg de creme; cheiro-verde a gosto.*

▶ *Cozinhar a galinha com os temperos, juntando o caldo aos poucos, quando estiver quase pronta, acrescentar o arroz até ficar pronto. Juntar o creme, a ervilha, o milho e o cheiro-verde. Acompanha farofa de manteiga da terra e purê de jerimum ou de batata-doce.*

Goda

▶ *Numa frigideira ou “tacha” em que foi preparada uma carne (galinha, porco, carne de boi ou de criação), deixar propositalmente as lascas que ficaram pegadas no fundo da panela. Acrescentar um pouco do caldo de cozimento, 01 cebola picada e cheiro-verde picado a gosto. Mexer até reduzir o caldo e adquirir consistência cremosa.*

Parceria de Sabores

O município de Apodi é considerado o maior produtor potiguar de mel de abelhas e o segundo colocado no ranking nacional, a produção de 500 toneladas de mel é sazonal, consorciada com o plantio de cajueiros, sendo comprometida pelos efeitos da estiagem que repercute na oferta de flores nativas e das árvores frutíferas, por isso os apicultores buscam estocar o produto garantindo a manutenção da atividade em períodos que variam de 10 a 12 meses. A categoria se constituiu em torno de 2002 com a criação da Associação Apodiense de Apicultura (ASSAAP), instituição ainda existente, reunindo apicultores e produtores de caju de seis municípios circunvizinhos: Apodi, Severiano Melo, Rodolfo Fernandes, Umarizal, Caraúbas e Itaú. A associação motivou a criação da Cooperativa Potiguar de Apicultura e Desenvolvimento Sustentável (COOPAPI). Fundada em 2005, a organização é responsável por 10 unidades de beneficiamento que oportunizam aos cooperados treinamentos, capacitações e participações em eventos. Num deles, realizado em Natal, os participantes tiveram contato com as castanhas de caju caramelizadas com gergelim, chocolate, açúcar mascavo e canela, servidas como aperitivos.

A ideia motivou a realização de vários testes entre os cooperados no intuito de criarem um produto diferenciado que despertasse o interesse popular e incrementasse as vendas. Surgiram dessas avaliações as castanhas caramelizadas com uma mistura de mel de engenho e mel de abelhas (produto exclusivo de Apodi) e as castanhas com pimenta malagueta, ambas consumidas como aperitivos para cachaça e cerveja. A proporção para a elaboração desses produtos é sempre de 3 kg de amêndoas para 01 kg de açúcar.

Castanha de caju caramelizada com mel

- ▶ *03 kg de castanhas de caju fritas sem sal; 750g de mel de engenho; 250g de mel de abelhas.*
- ▶ *Colocar os méis numa panela em fogo baixo, mexendo sempre, para açucarar por 5 a 7 minutos. Quando secar, voltar ao fogo com um pouco d'água, acrescentar as castanhas e mexer até o mel cobrir totalmente as amêndoas, mexer continuamente tendo o cuidado para não queimar (preservar o fogo baixo). É servida como tira-gosto para cachaça.*

Castanha de caju com pimenta

- ▶ *5 kg de castanhas de caju cozidas ou desidratadas; 02 colheres (sopa) de pimenta-malagueta triturada com 01 pitada de sal.*
- ▶ *Fritar as castanhas em gordura vegetal de palma até avermelhar as amêndoas, escorrer o excesso de gordura e misturar a pimenta. É servida como petisco para cerveja.*

Alimentos medicinais



Raiz de "capitão", planta nativa da caatinga, usada no preparo de lambedores. Apodi/RN, 2011.

A produção e o consumo de alguns alimentos são justificados pela atribuição popular que os reconhece mais como componentes de uma medicina caseira e menos pela sua capacidade nutritiva de saciar o corpo. Considerados eficazes na cura das mais diversas enfermidades, sua aceitação é comprovada pelos depoimentos daqueles que se submeteram aos “tratamentos” familiares e, mesmo desprovidos da garantia de uma comprovação científica, narram aliviados como conseguiram se livrar dos indesejáveis sintomas das doenças, reforçando a credibilidade das receitas, repassadas livremente para amigos, conhecidos e também no espaço doméstico de geração em geração. Estudos científicos que pudessem provar ou contradizer a eficácia da medicina popular praticada no sertão certamente dariam uma interessante contribuição para a população residente no interior, necessitada muitas vezes de melhorias no acesso à assistência médica de qualidade.

Como exemplos desses alimentos, identificamos doces, lambedores (xaropes caseiros) e chás. A motivação do preparo é primordialmente voltada para auxiliar na cura de algum mal, com essa intenção são feitos os doces de mocotó e a “bala de laranja”, jamais consumidos como meras sobremesas. Quem come doce de mocotó assim o faz para fortalecer os nervos, melhorar a visão e a mente, restaurando-a dos sintomas nocivos do estresse. A bala de laranja na realidade é um doce de laranja cristalizado, talvez por ser muito raro na região na qual ocorreu a pesquisa e, também, pela aparência distinta dos conhecidos doces cremosos ou em calda, no formato de pequenos cristais, é consumido para combater a gripe e problemas de

garganta; da mesma forma, a espécie de gergelim é considerada boa para os ossos.

Os lambedores são feitos com a fervura de folhas, flores, sementes, cascas e raízes adoçadas com mel de açúcar, rapadura ou de abelhas. Nas receitas, revela-se a importância das plantas nativas da caatinga para o sertanejo, combinadas com árvores frutíferas e ervas rasteiras cultivadas nos quintais. Prescritos como medicamentos naturais que desafiam a alopatia ou empregados como paliativos para acelerar os processos de recuperação da saúde, os lambedores são usados para sanar as mais diferentes moléstias, muitas vezes uma única receita é empregada como fortificante, vermífugo e para combater asma, cansaço, prisão de ventre, reduzir o colesterol e dissipar os sinais da tosse e da gripe. Chás medicinais, distintos dos “chás de alimentação” substitutivos do café, são igualmente ingeridos com a mesma finalidade, outras vezes, são usados na forma de infusões ou de banhos.

Bala de casca de laranja doce

- ▶ *Laranjas da terra; açúcar o suficiente; canela em pau e cravo-da-índia a gosto.*
- ▶ *Lavar, cortar e retirar a polpa das laranjas e cortá-las em tirinhas finas e em pedaços pequenos, deixar de molho por dois dias trocando a água 3 vezes por dia, esquentar no último dia. Leve ao fogo para cozinhar em calda rala até o ponto de fio médio e as cascas ficarem transparentes e brilhantes. Retirar do fogo, escorrer o mel numa urupemba e deixar secando ao sol por um a dois dias. Quando secar, polvilhar açúcar.*

Lambedor para gripe e tosse

- ▶ *½ romã (cascas e sementes); ½ limão; 10 pedaços pequenos de raízes de ipepaconha (*Hybanthus calceolaria*); 4-5 pedaços de raiz de “pai gonçalo” ou “capitão”; 02-03 dentes de alho; 01 molho pequeno de hortelã da folha grossa; 01 raiz de “betônica” (pode ser substituída por “capitão” ou angico branco); 3 pedaços de casca de cumaru (*Dipteryx odorata*); 2-3 pedaços de casca de angico branco; botões amarelos da flor do agrião (*Spilanthes Acmella*).*
- ▶ *Cozinhar as plantas, fervê-las bem e coar o equivalente a 01 litro de chá, adicionar 01 kg de açúcar e levar ao fogo até engrossar. Guardar em garrafa e tomar 01 colher (sopa) pela manhã após o banho matinal.*

Lambedor com mel de abelhas

- ▶ *01 pedaço de casca de angico branco; 01 pedaço de casca de cajueiro; 01 pedaço de casca de jatobá; casca de uma romã; 01 pedaço de casca de jucá; 01 pedaço de casca de quixaba; 01 pedaço de casca de ameixa.*

▶ *Lavar as cascas e cozinhá-las em água por 2 horas, coar o chá e misturar ½ litro de mel de abelhas. A medida das cascas utilizadas na receita equivale ao tamanho de um dedo médio, à exceção da casca de jucá, adicionada em quantidade menor. Esse lambedor é recomendado para combater asma, gripe e tosse.*

Chás salutareos

O chá da casca de “mameleiro” ou marmeleiro (*Croton sonderianus* Muell.Arg.) é usado para prisão de ventre ou quem tem intestino “desastrado”. O chá da folha do mamoeiro possui a mesma indicação.

O chá obtido da mistura das folhas de manjerona, hortelã e cumaru, deve ser aspirado pelo nariz para combater a sinusite.

É importante destacar que as receitas dos lambedores e dos chás foram registradas como manifestações da cultura popular; mesmo sendo considerados medicamentos naturais não recomendamos a sua ingestão sem que haja uma devida avaliação médica, princípios ativos contidos nas plantas podem causar danos irreversíveis à saúde e até matar pessoas sensíveis às suas propriedades.

Mesa Posta!



Percorrer itinerários, estradas, becos e sítios, adentrar as casas, a intimidade perfumada das cozinhas, reconhecer os contextos e registrar histórias tão diversas quanto apuradas no tempo, vividas por personagens residentes na microrregião potiguar da Chapada do Apodi, propiciou desvendarmos novos aspectos da cultura norte-riograndense ainda alheios ao universo comum dos habitantes da capital.

Naquele âmbito, salvo quando não fazem parte das tradições familiares de grupos procedentes do interior do Estado, o contato com a comida popularizada como “sertaneja” limita-se ao consumo dos alimentos elencados nos cardápios dos restaurantes especializados em comida regional ou então são fragmentos vendidos nas embalagens das padarias, açougues e supermercados. Alguns ingredientes são obtidos em feiras livres, eventos semanais que se renovam e persistem mesmo diante dos avanços da modernidade. Nesses casos, muitas vezes os consumimos e degustamos como agradáveis produtos, em igualdade com uma infinidade de outros mais, industrializados ou embalados com sabores “estrangeiros”, ignorando seus processos, fabricantes e procedências, desconhecendo sua importância como um dado cultural significativo, expressão de saberes e fazeres especiais.

A proximidade dos municípios pesquisados, situados numa região em particular, supostamente concorreria para nivelar as preferências alimentares de seus habitantes, porém, apesar de identificarmos a predominância do consumo da carne cozida de ovinos e caprinos, da batata-doce e do arroz de leite como

acompanhamentos regulares, do doce de leite e da espécie de gergelim como itens obrigatórios da doçaria local, conseguimos perceber sutilezas que individualizam os hábitos alimentares dessa região potiguar, surpreendentemente desconhecidas por seus habitantes quando questionados sobre a existência do consumo de determinados pratos nas referidas cidades adjacentes. Casos do pirão de banana verde de Felipe Guerra, do filó de Apodi, do alho como tempero essencial em Governador Dix-Sept Rosado, da paçoca de traíra e do uso marcante de derivados de leite em Caraúbas.

Como expressões culturais, identificamos categorias como a “comida de sítio”, que privilegia o consumo de alimentos originados da terra e apresenta similaridades com a “comida grosseira” ou “pesada” originalmente representadas por pratos ricos em açúcar, gordura e proteína animal, necessários para prover rápida sensação de saciedade e proporcionar o vigor físico indispensável para quem lida diariamente com as atividades agro-pastoris; a produção de potes, panelas e urupembas como instrumentais produzidos artesanalmente, objetos não destituídos das funções cotidianas; o uso atual de expressões coloniais como a “massa do reino” para identificar a farinha de trigo e diferenciá-la da farinha de mandioca. Manifestações de uma cozinha aparentemente “pobre” transfiguram-se em rica linguagem pela multiplicidade de leituras a elas relacionadas. As práticas alimentares de um território são patrimônios culturais de um povo e, portanto, compreendem várias identidades, posições sociais, gêneros, sentidos religiosos e também revela em sua gênese processos de hibridação. Mesmo quando nas últimas décadas ideologicamente aparece classificada no senso comum como “típica” ou regional, reinventa saberes e fazeres e comumente extrapola o uso de pratos e recursos locais assimilando sem reservas outros produtos, sabores e técnicas.

Não eclipsando as contribuições históricas de nativos, europeus, africanos, e demais povos que aportaram em terras brasileiras, responsáveis por fundamentar as bases da alimentação nacional, percebemos que o preparo de pratos nascidos ao longo dos anos desses intercâmbios e a princípio identificados como característicos da culinária “típicamente” nordestina ou potiguar continuam a ser elaborados, porém, quando ampliamos a concepção de cozinha para um conjunto de regras, verifica-se a livre incorporação de influências externas, materializadas no uso de bebidas, alimentos e temperos industrializados, procedentes das mais longínquas regiões, além da substituição de instrumentos originalmente artesanais por eletrodomésticos e similares produzidos industrialmente.

Estamos cientes de que o tema é extenso e não se esgota nesse brevíssimo registro, entretanto, a mesa está posta! Estimamos que essa obra se constitua num estimulante aperitivo para novas interpretações e proporcione ao leitor interessado em conhecer a cultura do Rio Grande do Norte deliciosas descobertas.

Nilton Xavier

Eram fins de março quando iniciamos nossa pesquisa sobre as práticas culinárias da microrregião da Chapada do Apodi. Começavam a cair as primeiras chuvas no sertão, e toda a paisagem, anteriormente uma manta alvacentas sobre a terra, transbordava os mais variados tons de verde, com florezinhas brancas, amarelas, roxas e vermelhas estampando o sertão. As juremas e os mofumbos, exalando perfume, margeavam a estrada junto às belas jitiranas, que exibiam seus lilases para o sol, derramando-se aos nossos olhos em cachos, e das xananas, alegrando de amarelo o rasteiro do caminho. Se não fora o trabalho que nos aguardava e o longo caminho a percorrer, o bom mesmo teria sido ir a pé, tocando as plantas, sentindo-lhes o cheiro, descobrindo-lhes os nomes. Toda essa exuberância da terra inundava nossos olhos, e quem quer que ande por essas estradas sertanejas sabe do milagre que é ver, depois de tanta seca e tanto cinza cansando a nossa vista, os galhos retorcidos se cobrindo de um verde tão viçoso e fértil.

Milagre também foi conviver com as pessoas que abriram as portas de suas casas e acolheram, com sua simplicidade e hospitalidade, um grupo de professores com o anseio de descobrir as nuances da gastronomia dessa região potiguar. Bater palmas à entrada de portas desconhecidas e ser recebido com um sorriso atencioso e solícito é costume nas cidades interioranas, onde ainda é possível desfrutar a deliciosa sensação de ser amigo de longa data logo no primeiro encontro, especialmente quando o assunto da conversa se trata de algo tão significativo como a alimentação.

Falar sobre o ato de cozinhar é, para quem prepara o alimento, despertar memórias, agregar afetos, revelar identidades muitas vezes anônimas no espaço das cozinhas, reinventar práticas repetitivas e infundáveis com o nobre propósito de alimentar os outros. Nesses espaços onde a mão do homem une aquilo que a natureza oferece separadamente, deparamo-nos com receitas que nos apressávamos em registrar enquanto nossos colaboradores as conheciam de cor – “cor” vem do latim “cordis”, que significa coração, assim saber de cor é guardar no coração. Em raríssimos casos, tivemos acesso a registros escritos das receitas, algumas bem descritas e explicadas, outras com anotações imprecisas de ingredientes e modos de preparo, porém todas elas dispensáveis pelas cozinheiras, cuja memória se encarregava de determinar as quantidades de cada ingrediente, os instrumentais necessários para a feitura dos pratos, os gestos indispensáveis para a mistura das substâncias, numa confluência de saberes e fazeres que tivemos a alegria de descrever ao longo desta obra.

Entremeando as receitas, cada entrevistado ia desfiando também sua história pessoal, as ocasiões festivas em que a comida foi protagonista, como no almoço servido por dona Pirema e sua mãe a uma importante figura política; os períodos de extrema necessidade em que a comida foi salvação, como no preparo do pão de macambira, descrito por seu Toinho, de modo a aliviar a fome nos meses de seca; os momentos de fé, em que a comida é símbolo da caridade, como na troca de pães jacaré na Sexta-Feira Santa em Felipe Guerra, tradição inventada por seu Chagas Travessa; as memórias de infância em que a comida era sinônimo de alegria, como no relato emocionado de dona Amélia Fernandes sobre a “fartura” na Fazenda Timbaúba, que permitia a seu

pai, Osório, distribuir leite a todos os sitiantes – segundo a cozinheira, vender leite era prática desconhecida nos tempos de sua meninice; os instantes de tristeza em que a comida já não pôde ser preparada para o deleite dos fregueses, como no depoimento úmido de lágrimas de dona Zildete, ao lamentar o fim da Padaria Sena, que produzia tantas iguarias certamente inesquecíveis pela população apodiense.

Conhecer as receitas culinárias cedidas por essas pessoas e as histórias escondidas atrás de gestos, panelas e alimentos, certamente será uma lembrança que levaremos conosco, uma confirmação de que cozinhar, além de uma necessidade para a manutenção da vida, é a forma mais natural que o ser humano encontra de cultivar os laços afetivos, reacender as memórias mais ternas e sentir prazer, seja em preparar ou degustar os alimentos.

Nossa mesa está posta, nosso banquete servido. Esperamos que o leitor encontre nele a mesma satisfação que sentimos em buscar os ingredientes, prepará-los e servi-los de modo a saciar a fome de conhecimentos sobre os sabores, os saberes e os fazeres dessa região potiguar repleta de particularidades em sua culinária. Estamos certos de que outros banquetes virão, preparados por outras mãos igualmente afeitas a servir bem aos convivas e a revelar as riquezas que residem no âmago das cozinhas potiguares.

Kalliane Amorim

Receitas

1. Arroz de leite com queijo de coalho
2. Baião-de-dois
3. Bala de casca de laranja doce
4. Bala de mel
5. Banana frita na manteiga
6. Beiju de macaxeira
7. Beijus e tapiocas enrolados
8. Bife de caju
9. Biscoito de goma
10. Bode assado
11. Bode com cachaça
12. Bode com legumes
13. Bode cozido
14. Bolacha com cebola frita
15. Bolacha de coco
16. Bolacha de mel
17. Bolo de feijão de corda
18. Bolo de goma (grude)
19. Bolo de leite
20. Bolo de macaxeira
21. Bolo de mel
22. Bolo de milho verde
23. Bolo de nata
24. Bolo de nata
25. Bolo pé-de-moleque
26. Bolo de queijo
27. Bolo de sorgo
28. Buchada de bode
29. Caldo de carne moída
30. Carneiro cozido
31. Carneiro cozido com nata
32. Carneiro ou bode escalado
33. Castanha de caju caramelizada com mel
34. Castanha de caju com pimenta
35. Cocada de mel com amendoim
36. Costela de boi com pirão de banana verde
37. Creme
38. Dobradinha
39. Doce de banana
40. Doce de banana juá com coco
41. Doce de caju com cravo da índia
42. Doce de jerimum
43. Doce de leite
44. Doce de leite
45. Doce de mamão com coco
46. Doce de maracujá

47. Doce de mocotó
48. Doce de palmatória
49. Doce de tomate
50. Espécie de gergelim
51. Espécie de gergelim com coco
52. Espécie de gergelim sem farinha
53. Farofa agridoce de traíra
54. Farofa da raspa do tacho
55. Feijão de corda
56. Feijão verde com nata e paçoca de traíra
57. Feijão verde com nata e tripa de porco
58. Feijoada com banana verde
59. Filó com gemas
60. Filós apodienses
61. Fuba de gergelim
62. Fuba de milho
63. Fussura
64. Galinha Caipira do Máximo Gama
65. Galinhada com creme
66. Geléia de manga
67. Goda
68. Lambedor para gripe e tosse
69. Lambedor com mel de abelhas
70. Manteiga do sertão
71. Molho de pimenta malagueta com leite
72. Mugunzá
73. Nata com sal
74. Pamonha de forno
75. Panelada
76. Pão da comunidade
77. Pão de macambira
78. Pão doce liso
79. Pão jacaré
80. Pernil de bode assado com vinho
81. Pirão de queijo
82. Queijo de coalho
83. Queijo de coalho com leite de cabra
84. Queijo de manteiga
85. Receita de Tejo e tatu
86. Sopa de banana ou mamão verde
87. Sopa de carne de sol com nata
88. Sopa de costela com nata
89. Tripa de porco frita

Lista de imagens

Página 11- Mapa ilustrativo da microrregião da Chapada do Apodi/RN

Página 21 – Galinha de pinto, Felipe Guerra/RN

Página 25 – Bezerros, Sítio Retiro, Apodi/RN

Página 41 – Cruzeiro e Igreja Matriz de São Sebastião, Governador Dix-Sept Rosado/RN

Página 43 – Produtores de alho e cebola, Sítio Gangorrinha, Governador Dix-Sept Rosado/RN

Página 45 – Pão da comunidade, Governador Dix-Sept Rosado/RN

Página 47 – O casal “Assis Quito” e “Toinha do Doce”, Governador Dix-Sept Rosado/RN

Página 48 – Produtos e instrumentais de cozinha para a produção da espécie de gergelim, Governador Dix-Sept Rosado/RN

Página 51 – Casario de época, Caraúbas/RN

Página 52 – Igreja de São Sebastião e craibeira em flor, Caraúbas/RN

Página 53 – Retratos de d. Amélia Fernandes, Caraúbas/RN

Página 54 – Na cozinha de d. Amélia, queijo coalho, bolo de ovos e panelas. Fachada da Fazenda Timbaúba, Caraúbas/RN

Página 57 – Bar do Nilson, Caraúbas/RN

Página 59 – Mercado Público de Caraúbas, detalhes das fachadas lateral e principal.

Página 60 – Bar do André, Caraúbas/RN

Página 61 – Jitiranas lilázes, Caraúbas/RN

Página 63 – Cachoeira do Roncador, Felipe Guerra/RN

Página 65 – Processo de produção do pirão de banana verde, Felipe Guerra/RN

Página 73 – Pães jacaré, Padaria 3 Irmãos, Felipe Guerra/RN

Página 75 – Placa e embalagem do querosene Jacaré

Página 77 – Lagoa do Apodi

Página 78 – Placa indicando a produção do filó apodiense

Página 80 – Filós apodienses e seus similares europeus

Página 82 – Filós sendo vendidos na feira livre de Apodi/RN

Página 84 – Processo de produção dos filós, Apodi/RN

Página 85 – Rita do doce, Sítio Melancias, Apodi/RN

Página 92 – Roçado de mandioca, Sítio Carpina, Apodi/RN

Página 95 – Retrato de João de Deus, Sítio Carpina, Apodi/RN

Páginas 98,99 e 100 – processo de produção dos beijus e tapiocas enrolados, Sítio Carpina, Apodi/RN

Página 101 – Casa rural do Sítio Ameno, Apodi/RN

Página 102 – Jardim, Sítio Ameno, Apodi/RN

Página 107 – Molho de pimenta com leite, Agrovila Palmares, Apodi/RN

Página 108 – Molho de pimenta, fuba de milho e pilão, Agrovila Palmares, Apodi/RN

Página 109 – Sementes de sorgo, Agrovila Palmares, Apodi/RN

Página 111 – Fachada do restaurante O Valdevino, Apodi/RN

Página 112 – Cardápios de parede, restaurante O Valdevino, Apodi/RN

Página 113 – Consumo do caldo de carne, restaurante O Valdevino, Apodi/RN

Página 114 – Fachada da antiga Padaria Sena, Apodi/RN

Página 117 – Pista para corrida de prado, Apodi/RN

Página 118 – Apostadores de prado, Apodi/RN

Página 119 – Conferência dos animais nas baias, Apodi/RN

Página 120 – Ingresso para corrida de prado, Apodi/RN

Página 121 – Fixação das linhas de chegada, Apodi/RN

Página 122 – Corrida de prado, Apodi/RN

Página 124 – Vendedores ambulantes e encontros de populares em bar da Pindoba I durante a festa do prado, Apodi/RN

Página 125 – Potes, louça utilitária da Pindoba I, Apodi/RN

Página 127 – Processo de extração do barro e modelagem da louça em Pindoba I, Apodi/RN

Página 128 – Detalhes dos fornos para queima da louça, Pindoba I, Apodi/RN

Página 129 – Forno em dia de queima da louça, Pindoba I, Apodi/RN

Página 130 – Panelas da Pindoba I, Apodi/RN

Página 132 – Processo de produção da urupema, Sítio Barra, Apodi/RN

Página 133 – Terreiro de galinhas, Sítio Melancias, Apodi/RN

Página 134 – Galinha caipira servida com pirão, arroz de leite e feijão de corda, Sítio Caboclo/RN

Página 135 – Fachada de restaurante e casa de forró, Sítio Lagoa Rasa (conferir com Cléia), Apodi/RN

Página 136 – Criatório de caprinos, Felipe Guerra/RN

Página 137 – Pimenta de cheiro verde, feira livre de Apodi/RN

Página 139 – Produtor de hortaliças entre suas plantações, Sítio Bravo, Apodi/RN

Página 140 – Cabrito, Sítio Carrasco, Apodi/RN

Página 142 – Cinchos ou formas artesanais para a produção de queijos. Marineti Pinheiro de França. Sítio Carrasco, Apodi/RN.

Página 143 – Potes de creme e garrafas de manteiga do sertão, Sítio Retiro, Apodi/RN

Página 145 – Borra e bolachas fritas na manteiga, Sítio Retiro, Apodi/RN

Página 148 – Raiz de “capitão”, planta medicinal nativa da caatinga, Sítio Retiro, Apodi/RN

Página 151 – Mesa posta para almoço de batizado, Sítios Caboclo/Várzea (Conferir com Cléia), Apodi/RN

Agradecimentos

Apodi

Alizandra Viana Fernandes
Ademar Alves neto
Antônia Célia de Lima Oliveira
Antônia de Oliveira Torres Alves
Antônia Suerda da Silva
Antônio Carlos Targino
Antônio Evandilson de Oliveira
Antônio Manoel da Costa
Arlene Magna de Oliveira Gama
Eliane de Lima Oliveira
Francisca Claudete Câmara Targino
Francisca Helena de Paiva
Francisco Máximo Gama
Guilhermina Marinho
Hélio Sena
João Batista de Carvalho
João de Deus da Costa
João de Deus Júnior
João Ismar da Costa
José Agamenon
José Fagner
José Francisco Neto (J. F. Mulher)
José Oscar Batista
Júlia Medeiros de Assis
Luis Edson de Oliveira
Luzenira Morais Freire de Oliveira
Maria Auxiliadora da Silva Maia
Maria da Conceição Barros (D. Marieta)

Maria da Conceição Moreira Alves
Maria da Conceição Silva
Maria de Lourdes Lima
Maria do Carmo da Silva
Maria do Carmo Diógenes
Maria Ivonete
Maria Lúcia Torres
Maria Nazaré Gomes Oliveira
Maria Oliveira da Silva
Marinetti Pinheiro de França
Miriam Valentim
Moisés Medeiros de Ataíde
Nájila Antônia de França
Noemi da Silva Pinto
Ozilene Henrique
Raimundo Francisco de Souza
Raimundo Nonato de Oliveira
Reginaldo Câmara da Costa
Rita Gomes de Melo Oliveira
Rita Leite Fernandes de Souza
Wigna Begna
Zildete Sena

Caraúbas

Amélia Fernandes
Carlos André Sales
Damiana da Silva Cunha

Francisca de Fátima Fernandes Barreto Soares
Gilmar Diógenes Paiva
Ivanildo Vicente da Cunha
Romilda Benevides de Oliveira
Wagner Barreto

Felipe Guerra

Aline Karla da Silva Pereira
Elione da Costa
Francisca das Chagas da Silva
Francisca Lúcia da Silva Pereira
Francisco Chagas de Góis
Manoel Nazaré Pereira Neto
Maria Rita Menezes de Medeiros
Maria Zilenice de Moraes e Silva
Vantier de Góis
Vera Lúcia Alves da Silva
Wellington Alves

Governador Dix-Sept Rosado

Antônia Maria de Oliveira
Assis Marques de Oliveira
Irapirema Maria de França Costa
Jesuíles Ramos da Rocha
José Batista Rios
José Maria de Oliveira
Maria Madalena
Sebastião Saturnino

IFRN

Belchior de Oliveira Rocha – Reitor
Marcos Antônio de Oliveira – Diretor Geral do
Campus Apodi
Ana Maria Cardoso de Oliveira – Diretora
Acadêmica do Campus Apodi
Alcivan Almeida Evangelista Neto
Faviano Ricelli da Costa e Moreira
Maria Isabel Dantas
Renato Dantas Alencar

Os autores

Nilton Xavier Bezerra é licenciado em Educação Artística – Artes Plásticas (UFRN-1990), Especialista e Mestre em Antropologia Social (UFRN-2004 -2007). Professor de Arte do IFRN Campus Apodi.

Ângela Patrícia Alves Coelho Gracindo possui graduação em Zootecnia (UFRN-2005) e mestrado em Ciência Animal (UFERSA-2010). Professora de Zootecnia do IFRN Campus Apodi.

Cléia Souza Macêdo é graduada em Agronomia (UFV-2000), mestre em Meteorologia Agrícola (UFV-2004), especialista em Educação Profissional Integrada à Educação Básica na modalidade de EJA (IFRN-2011). Técnica em Laboratório Agrícola do IFRN Campus Apodi.

Kalliane Sibelli de Amorim Oliveira é licenciada em Letras com Habilitação em Língua Portuguesa e suas respectivas Literaturas (UERN-2003). Especialista em Leitura e Produção Textual (UERN-2007). Professora de Português do IFRN Campus Apodi.

Referências

- ALVES, Rubem. **Lições de feitiçaria**: meditações sobre a poesia. São Paulo: Edições Loyola, 2003. 198 p.
- ALVES, Rubem; BAUER, Christian. **Está na mesa**: receitas com pitadas literárias. Campinas, SP: Papirus, 2005. 107 p.
- BAKHTIN, Mikhail Mikhailovitch. **A cultura popular na Idade Média e no Renascimento**: o contexto de François Rabelais; tradução de Yara Frateschi Vieira – São Paulo : Hucitec, 2010.
- BETTO, Frei. **Comer como um frade**: divinas receitas para quem sabe por que temos um céu na boca. 3. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2003. 152 p.
- BETZER, Just; CHRISTENSEN, Bo; AXEL, Gabriel. **A festa de Babette**. [Filme]. Produção de Just Betzer e Bo Christensen, direção de Gabriel Axel. Dinamarca, Playart Pictures, 1987. DVD, 103 min. Drama. Dolby Digital 2.0.
- BEZERRA, Celina; ARAÚJO, Laércio Bezerra de; AMMANN, Safira Bezerra. **Meninos de Sítio**. 2. ed. Natal-RN: Ed. Os autores, 2009.
- Boletim Setorial do Agronegócio**, SEBRAE, Recife-PE, 08/2010.
- Cadeia do leite é a maior empregadora do setor privado**, 04/2011. Disponível em: <http://www.milkpoint.com.br/mercado/giro-lacteo/cadeia-do-leite-e-a-maior-empregadora-do-setor-privado-71209n.aspx>. Acesso em 10.dez.2011.
- CASCUDO, Luís da Câmara. **Diz-me o que comes...** (Acta Diurna – Natal-RN, 13 de junho de 1947).
- CASCUDO, Luís da Câmara. **História da Alimentação no Brasil**. 3. ed. São Paulo : Global, 2004.
- CANCLINI, Nestor Garcia. **Culturas híbridas**: estratégias para entrar e sair da modernidade. Tradução de Heloíza Pezza Cintrão e Ana Regina Lessa. 4. ed. São Paulo: EDUSP, 2003. (Ensaio Latino-Americanos, I). 385 p.
- CARVALHO, Gilmar de. **Artes da tradição**: mestres do povo. Fortaleza: Expressão gráfica / Laboratório de Estudos da Oralidade UFC / UFCE, 2005. 269 p.
- CERTEAU, Michel de; GIARD Luce; MAYOL Pierre. **A invenção do Cotidiano**: 2. morar, cozinhar; tradução de Ephraim F. Alves e Lúcia Endlich Orth. Petrópolis, RJ: Vozes, 1996.
- CONCRIZ. **Festa na terra junina, a capital da cultura**. Prefeitura Municipal de Mossoró; Secó; Secretaria Municipal de Cidadania/Fundação Municipal de Cultura. Prêmio Fomento, edição 2006.

- CORALINA, Cora. **Poemas dos becos de Goiás e estórias mais**. São Paulo: Global Editora, 1985.
- COUTINHO, Jean Pereira. **Produção e caracterização da carne de sol da carne de caprinos da Raça Anglo Nubiana elaborada com diferentes teores de cloreto de sódio**. Dissertação de Mestrado. Itapetinga, BA: Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, 2011. 63 fl.
- GAVA, Altair Jaime; SILVA, Carlos Aberto Bento da; FRIAS, Jenifer Ribeiro Gava. **Tecnologia de alimentos: princípios e aplicações**. São Paulo/SP. Ed. Nobel. 2008.
- GOMES, Maria Marluce. **História da Gastronomia do Rio Grande do Norte**. Natal: alternativa, 2004.
- GUERRA, Valter de Brito. **Apodi, sua história**. Fundação Guimarães Duque – Fundação Vingt-un Rosado. Coleção Mossoroense, vol. 1145 – Abril de 2000. 242 p.
- HOBBSAWN, Eric; RANGER, Terence. **A invenção das tradições**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997 (Coleção Pensamento Crítico; v. 55).
- HOUAISS, Antônio; VILLAR, Mauro de Salles. **Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa**. 1. ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.
- IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Agropecuário 2006**. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/economia/agropecuaria/censoagro/2006/agropecuaria.pdf> Acesso em 03.mai.2011.
- JÚNIOR, Valdeci dos Santos. **Os índios Tapuias do Rio Grande do Norte**. Mossoró: fundação Vingt-un Rosado, 2008. Coleção Mossoroense, Série C, v. 1531).
- MAIA, Maria Auxiliadora da Silva. **Contra-ponto**. Mossoró: Queima Bucha, 1ª ed. 1998.
- MINTZ, Sidney W. **Comida e Antropologia: uma breve revisão**. Revista Brasileira de Ciências Sociais. São Paulo: vol.16, nº 47, out. 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php/ing-pt>. Acesso em 12.nov.2011.
- MONTANARI, Massimo. **Comida como cultura**. Tradução de Letícia Martins de Andrade. São Paulo: Editora Senac, São Paulo, 2008.
- MORAES, Vinícius de. **Operário em construção**. Disponível em http://www.viniciusdemoraes.com.br/site/article.php3?id_article=206. Acesso em 05.set.2011.
- MORAIS, Marcus Cesar Cavalcanti. **Terras potigüares**. Natal/RN: Dinâmica Editora, 1998.
- NERUDA, Pablo. **Odas elementales**. Santiago (Chile): Pehuén Editores, 2005.
- OLIVEIRA, Maria Joelma de; MORAIS, Manuella Falcão de. **“Caraúbas”, Ontem e Hoje**. Mossoró/1998.
- PESSOA, Fernando. **Poemas completos de Alberto Caetano**. São Paulo: Martin Claret, 2006.

PINTO, Marcos. **Casas e casarões que fizeram a história de Apody.** Coleção Academia Apodiense de Letras (AAPOL). Fundação Geraldo Ferreira Pinto. Apodi/RN, 2008.

PORTAL BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. **Produção de mel cresce 30% em 2010.** Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/noticias/arquivos/2011/03/2/producao-de-mel-cresce-30-em-2010>. Acesso em 14.out.2011.

QUEIROZ, Rachel de. **O Não Me Deixes** – suas histórias e sua cozinha. São Paulo: Siciliano, 2000.

SENAC. DN. **Arte e Rituais do fazer, do servir e do comer no Rio Grande do Norte:** uma homenagem a Câmara Cascudo. Arthur Bosisio Júnior (Coord.); Daliana Cascudo Roberti Leite; Raul Giovanni da Motta Lody. Rio de Janeiro: SENAC Nacional, 2007. 152 p.

SENAC. DN. **Culinária Nordestina:** encontro de mar e sertão. Arthur Bosisio Júnior (Coord.); Raul Lody; Humberto de Medeiros et al. Prefácio de Claude Troigrois. Rio de Janeiro: Ed. SENAC Nacional, 2001. 152 p.

SENAC. DN. **Culinária caprina:** do alto sertão à alta gastronomia. Arthur Bosisio Júnior (Coord.); Raul Giovanni da Motta Lody. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2005. 152 p.

SENAC. DN. **O pão na mesa brasileira.** 2. ed. Arthur Bosisio Júnior (Coord.); Raul Giovanni da Motta Lody. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2005. 152 p.

SILVA, Marcelo Medeiros da. **Vozes da Alimentação:** traços do feminino em receitas culinárias. In: DEPLAGNE, Luciana Eleonora de Freitas Calado (org.). Vozes femininas na literatura ocidental: corpo, espiritualidade e relações de gênero. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB, 2010. 138 p.

SILVA, Reginaldo Claudino da. **Terra do alho, da cal e do petróleo.** Mossoró: Reginaldo Claudino, 2002. 230 p.

Sorveteria Confeitaria Brasileira. Nº 185, 2009 Disponível em: <http://www.publitechbrasil.com.br/pdf/S185/Sorveteria%20185%2049.pdf>. Acesso em 10.dez.2011.

STRAUSS, Claude Levi. **O cru e o cozido.** (Mitológicas v.1) Título original: Le cru et le cuit (Mythologiques I) Tradução: Beatriz Perrone-Moisés. São Paulo: Cosac Naify, 2010.

SUASSUNA, Ana Rita Dantas. **Gastronomia sertaneja:** receitas que contam histórias. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2010.

Imagens e dados:

Lata de Querosene Jacaré

<http://lista.mercadolivre.com.br>

<http://www.jpop.com>

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Esso>

Acesso em 21/08/2011.

Filhós - <http://docesconventuais.wordpress.com/2011/03/12/filhos>

<http://www.descubraportugal.pt/edicoes/tdp/registo.asp?id=3561&tipo=r>

<http://www.gastronomias.com/portugal/algarve096.html>

Créditos iconográficos:

Nilton Xavier Bezerra

Revisão:

Kalliane Sibelli de Amorim Oliveira



Nilton Xavier Bezerra é licenciado em Educação Artística – Artes Plásticas (IFRN-1990), Especialista e Mestre em Antropologia Social (IFRN-2004 -2007). Professor de Arte do IFRN Campus Apodi.

Ângela Patrícia Alves Coelho Gracindo possui graduação em Zootecnia (IFRN-2005) e mestrado em Ciência Animal (UFERSA-2010). Professora de Zootecnia do IFRN Campus Apodi.

Cléia Souza Macêdo é graduada em Agronomia (UFV-2000), mestra em Meteorologia Agrícola (UFV-2004), especialista em Educação Profissional Integrada à Educação Básica na modalidade de EJA (IFRN-2011). Técnica em Laboratório Agrícola do IFRN Campus Apodi.

Kalliane Sibelli de Amorim Oliveira é licenciada em Letras com Habilitação em Língua Portuguesa e suas respectivas Literaturas (UERN-2003). Especialista em Leitura e Produção Textual (UERN-2007). Professora de Português do IFRN Campus Apodi.

O Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte iniciou em 1985 suas atividades editoriais com a publicação da Revista da EFRN, que a partir de 1999 se transformou na Revista Holos, em formato impresso e, posteriormente, eletrônico. Em 2004, foi criada a Diretoria de Pesquisa que fundou, em 2005, a editora do IFRN. A publicação dos primeiros livros da Instituição foi resultado de pesquisas dos professores para auxiliar os estudantes nas diversas disciplinas e cursos.

Buscando consolidar uma política editorial cuja qualidade é prioridade, a Editora do IFRN, na sua função de difusora do conhecimento já contabiliza várias publicações em diversas áreas temáticas.



A cozinha é a alma de uma casa, é o lugar onde o fogo transforma o alimento, é o espaço onde as mãos trabalham e transbordam saberes, despertam memórias, fortalecem vínculos afetivos e saciam a fome do corpo e da alma. Nesta obra, convidamos o leitor a adentrar as cozinhas da Chapada do Apodi para conhecer o que há de mais íntimo e revelador da subjetividade humana, que é a alimentação. Os saberes e fazeres subjacentes à preparação dos alimentos descortinam nossos hábitos e preferências, nossas histórias e identidades, no entanto podem passar despercebidos se a sensibilidade do comensal não se render aos aromas e sabores de uma comida bem preparada, e se sua curiosidade não questionar como o prato foi feito e que mãos habilidosas o prepararam. O fogo foi aceso, as mãos trabalharam, a mesa está posta: que o leitor encontre nesse percurso pela Chapada do Apodi os muitos sabores, saberes e fazeres que perfumam a alma das cozinhas potiguares.

