

## Livros gastronômicos de 2020 mapeiam cozinha brasileira

Hábitos baianos são substrato mais comum em obras que retratam a complexidade do país

28.dez.2020 às 23h15

**Luiza Fecarotta** (<https://www1.folha.uol.com.br/autores/luiza-fecarotta.shtml>)

**SÃO PAULO** Um sobrevoosobre os livros de comida lançados e relançados neste ano conduz o leitor ao Brasil —este, que teve de ser vivenciado na marra. Eis um bônus da pandemia, ó pátria amada.

À época em que “Não É Sopa”, de Nina Horta, compilou crônicas dos anos 1980 e 90, sabia-se mais da comida inglesa do que da brasileira, dizia ela.

Se isso valia para a anêmica amostra de livros —e hoje não se aplica mais, pois esse mercado editorial inchou—, seu jeito de enxergar a nação, um país engraçado, no qual frutas nativas são exóticas para o próprio povo, persiste.

Essa obra, reeditada pela Companhia de Mesa, converteu-se em um produto sócio histórico, capaz de refletir sobre os hábitos alimentares de uma época. Nina destrincha, em passagens, um Brasil habitado por gente comum que vai à feira, cozinha e aprende sem uma biblioteca.

Rita Lobo partilha com a cronista certo desdém pela esnoberia na cozinha, e traz receitas típicas da mesa do brasileiro, feitas com utensílios caseiros, em “Rita, Help! Me Ensina a Cozinhar”, seu 11º livro.

São receitas que partem do binômio arroz-e-feijão e dão forma ao nosso pê-efe, que estrutura a dieta tradicional do país, pressupõem alimentos frescos e minimamente processados, e reforçam um cardápio equilibrado e mais acessível economicamente.



Fritata de espaguete, feita com sobras de macarrão, do livro “Rita, Help! Me Ensina a Cozinhar”, de Rita Lobo - Divulgação

Serve às duas autoras a imagem que Antonio Candido (1918-2017) irradiou do escrever do rés-do-chão e não do alto de uma montanha —a linguagem é cotidiana, próxima do leitor e o leva à melhor compreensão dos problemas da sociedade, neste caso, ligados aos hábitos alimentares.

Ensinará mais sobre processos que fundam e estruturam o fazer culinário, a obra “400g: Técnicas de Cozinha”, referência na gastronomia que ganhou versão revisada e ampliada pela editora Nacional.

Não há publicações similares no Brasil a exibir ferramentas e conceitos essenciais que darão consistência a cozinheiros amadores e profissionais. O livro passeia por informações teóricas e práticas, à semelhança da dinâmica de sala de aula e reúne quatro profissionais que atuaram na sistematização do ensino da cozinha no país: Betty Kövesi, Carlos Siffert, Carole Crema e Gabriela Martinoli.

Ilustração de Dado Motta para o livro “400g - Técnicas de Cozinha”, escrito por Betty Kövesi, Carlos Siffert, Carole Crema e Gabriela Martinoli - Divulgação

Nos interessa, em particular, o capítulo colaborativo da chef e pesquisadora Mara Salles. Em “Cozinhas do Brasil”, ela sugere sermos um povo com um jeito singular de comer, arranjado a partir da mistura, da fartura. Assim como Horta, que diz que nossa cozinha está perdida mato adentro, para Salles, os guardiões dos nossos ingredientes, técnicas e gestos estão escondidos nas periferias, na floresta, no sertão.

Ela contrapõe a cozinha do interior da Bahia, de comida substancialmente seca, típica do sertanejo, à do Recôncavo, na qual têm expressividade o leite de coco, o camarão seco, o dendê.

No dendê, o óleo sagrado das cozinhas religiosas que chegou com os primeiros escravos africanos, é que se frita o acarajé. Este foi identificado pelo jornalista e antropólogo Bruno Albertim como o relicário mais poderoso de Salvador.

O registro está no livro “Nordeste: Identidade Comestível”, resultado de densa pesquisa etnográfica do Museu do Homem do Nordeste. Lançado neste ano, traduz o habitante dessa região a partir de seus hábitos alimentares cotidianos.

---

Produção de óleo de dendê em pequena fábrica de Nazaré, norte da Bahia - Raul Spinassé/Folhapress

---

A cozinha baiana, aliás, é substrato comum de lançamentos e relançamentos recentes. É o caso de “Torto Arado”, de Itamar Vieira Junior, que neste ano recebeu o Jabuti de melhor romance, o mais importante prêmio da literatura brasileira.

Embora a comida não seja seu fio condutor, serve como recurso para dar carne e profundidade aos personagens e à atmosfera de um sertão árido, no qual o próprio leito do rio, sem água, acolhe sementes do plantio, que nem sempre germinavam.

Na história de duas irmãs negras criadas em uma fazenda latifundiária no interior, o dendê feito nos quintais e armazenados em garrafas de cachaça eram levados com a força dos braços à feira, sob o sol a castigar a fome.

Mais acadêmico e erudito é “Manuel Querino - Criador da Culinária Popular Baiana”, do sociólogo Carlos Alberto Dória e do pesquisador da cultura africana, Jeferson Bacelar.

Na obra, Querino (1851-1923) é símbolo da cultura negra pensante do século 19. Partem de sua obra clássica, “A Arte Culinária na Bahia”, para traçar o contexto sóciopolítico que extrapola a “mera coletânea de receitas de origem africana que o integra”.

Assim como a cozinha na Bahia se manifesta em pelo menos três demarcações, como Albertim explicita —a cozinha de substância, a sertaneja e a do azeite de dendê—, o Pantanal é mosaico relevado na culinária diversa.

Esse imenso território, recortado pelas águas de quase 200 rios e 300 tipos de peixes, despertou “Cozinha Pantaneira: Comitiva de Sabores”.

O chef e conhecedor sul-mato-grossense Paulo Machado e a jornalista Cristiana Couto rompem a estrutura clássica dos receituários e respeitam a relação dos pantaneiros com a comida.

São capítulos que refletem os hábitos alimentares em ambientes como a fazenda, o mercado e a cidade, com traços da herança indígena e das influências paraguaia, de japoneses e de libaneses.

Esses livros esboçam a complexidade e a singularidade das cozinhas brasileiras, que, neste ano de confinamento, tivemos o prazer de engolir.

## LIVROS GOSTOSOS

### NÃO É SOPA

Preço R\$ 89,90 (432 págs.)

Autora Nina Horta; ed. Companhia de Mesa

### RITA, HELP! ME ENSINA A COZINHAR

Preço R\$ 19,95 (88 págs.)

Autora Rita Lobo; ed. Panelinha e Senac São Paulo

### 400G: TÉCNICAS DE COZINHA

Preço R\$ 225 (400 págs.)

Autores Betty Kövesi, Carlos Siffert, Carole Crema e Gabriela Martinoli; ed. Nacional

### NORDESTE: IDENTIDADE COMESTÍVEL

Preço: R\$ 70 (224 págs, vol.1; 256 págs, vol. 2); download gratuito no site da Fundação Joaquim Nabuco

Autor Bruno Albertim; ed. Massangana

### TORTO ARADO

Preço R\$ 54,90 (264 págs.)

Autor Itamar Vieira Junior

Editora Todavia

### MANUEL QUERINO – CRIADOR DA CULINÁRIA POPULAR BAIANA

Preço R\$ 30 (252 págs.)

Autores Carlos Alberto Dória e Jeferson Bacelar; ed. P55

### COZINHA PANTANEIRA: COMITIVA DE SABORES

Preço R\$ 80 (180 págs)

Autor Paulo Machado; ed. Bei

## sua assinatura pode valer ainda mais

Você já conhece as vantagens de ser assinante da Folha? Além de ter acesso a reportagens e colunas, você conta com newsletters exclusivas (conheça aqui <https://login.folha.com.br/newsletter>). Também pode baixar nosso aplicativo gratuito na Apple Store ([https://apps.apple.com/br/app/folha-de-s-paulo/id943058711?utm\\_source=materia&utm\\_medium=textofinal&utm\\_campaign=appletextocurto](https://apps.apple.com/br/app/folha-de-s-paulo/id943058711?utm_source=materia&utm_medium=textofinal&utm_campaign=appletextocurto)) ou na Google Play ([https://play.google.com/store/apps/details?id=br.com.folha.app&hl=pt\\_BR&utm\\_source=materia&utm\\_medium=textofinal&utm\\_campaign=androidtextocurto](https://play.google.com/store/apps/details?id=br.com.folha.app&hl=pt_BR&utm_source=materia&utm_medium=textofinal&utm_campaign=androidtextocurto)) para receber alertas das principais notícias do dia. A sua assinatura nos ajuda a fazer um jornalismo independente e de qualidade. Obrigado!

## notícias da folha no seu email

### Recomendadas para você

(<https://www1.folha.uol.com.br/folhas/painel/2022/01/allan-dos-santos-diz-que-esta-sem-dinheiro-para-pagar-advogados-e-pede-ajuda-voluntaria.shtml>)

#### PAINEL

**Painel: Allan dos Santos diz que está sem dinheiro para pagar advogados e pede ajuda voluntária**

(<https://www1.folha.uol.com.br/folhas/painel/2022/01/allan-dos-santos-diz-que-esta-sem-dinheiro-para-pagar-advogados-e-pede-ajuda-voluntaria.shtml>)

(<https://www1.folha.uol.com.br/poder/2022/01/rede-de-randolfe-e-marina-se-divide-e-ala-busca-alianca-com-lula-em-vez-de-ciro.shtml>)

#### PODER

**Rede de Randolfe e Marina se divide, e ala busca aliança com Lula em vez de Ciro**

(<https://www1.folha.uol.com.br/poder/2022/01/rede-de-randolfe-e-marina-se-divide-e-ala-busca-alianca-com-lula-em-vez-de-ciro.shtml>)

([https://estudo.folha.uol.com.br/nelson-willians/2022/02/a-desconstrucao-do-governo.shtml?utm\\_source=taboola&utm\\_medium=native&fbclid=IAA4RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQ](https://estudo.folha.uol.com.br/nelson-willians/2022/02/a-desconstrucao-do-governo.shtml?utm_source=taboola&utm_medium=native&fbclid=IAA4RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQ))

#### ESTÚDIO FOLHA

**A desconstrução do governo**

([https://estudo.folha.uol.com.br/nelson-willians/2022/02/a-desconstrucao-do-governo.shtml?utm\\_source=taboola&utm\\_medium=native&fbclid=IAA4RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQ](https://estudo.folha.uol.com.br/nelson-willians/2022/02/a-desconstrucao-do-governo.shtml?utm_source=taboola&utm_medium=native&fbclid=IAA4RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQ))

([https://www1.folha.uol.com.br/blogs/voltaire-de-souza/2022/01/nada-de-panico.shtml?utm\\_source=taboola&utm\\_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQ](https://www1.folha.uol.com.br/blogs/voltaire-de-souza/2022/01/nada-de-panico.shtml?utm_source=taboola&utm_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQ))

#### FOLHA DE S.PAULO

**Nada de pânico**

([https://www1.folha.uol.com.br/blogs/voltaire-de-souza/2022/01/nada-de-panico.shtml?utm\\_source=taboola&utm\\_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQ](https://www1.folha.uol.com.br/blogs/voltaire-de-souza/2022/01/nada-de-panico.shtml?utm_source=taboola&utm_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQ))

([https://www1.folha.uol.com.br/folhas/nycaastro/2022/01/o-covarde-bolsonars.shtml?utm\\_source=taboola&utm\\_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQ](https://www1.folha.uol.com.br/folhas/nycaastro/2022/01/o-covarde-bolsonars.shtml?utm_source=taboola&utm_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQ))

#### FOLHA DE S.PAULO

**O covarde Bolsonaro**

([https://www1.folha.uol.com.br/folhas/nycaastro/2022/01/o-covarde-bolsonars.shtml?utm\\_source=taboola&utm\\_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO\\_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn\\_oeEAQ](https://www1.folha.uol.com.br/folhas/nycaastro/2022/01/o-covarde-bolsonars.shtml?utm_source=taboola&utm_medium=exchange&fbclid=IAA4RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQRt8kGIA64RQufVVO_2WpM0L4gE4N1CN5soktca7yBIAPRACDK81Qh2m0Zn_oeEAQ))