

Planejamento Operacional da Gastronomia como Fator de Valorização da Identidade Regional no Brasil

Vanessa Rios Milagres¹
Rejane da Silva Oliveira Costa²
Sérgio Barbosa Gomes³

Resumo: Enquanto os seres humanos, enquanto a arte de combinar os ingredientes, os rituais de preparar e servir e o prazer do convívio à mesa estiverem inscritos no universo humano, a gastronomia será uma dádiva, que deve ser recebida e retribuída. Mas como promover a manutenção, salvaguarda, valorização e enriquecimento dos saberes, fazeres e processos gastronômicos que representam a memória e a identidade das regiões do Brasil? Neste trabalho levanta-se e elabora-se as fichas técnicas de preparação de pratos representativos da gastronomia regional brasileira, considerando o resgate histórico-cultural e a padronização das mesmas, como instrumento de qualidade na produção dos pratos, como uma ferramenta de preservação das manifestações e usos tradicionais e populares, bem como na formação dos profissionais da gastronomia. Metodologicamente é uma pesquisa qualitativa, realizada por meio de contato intenso dentro do contexto estudado – as aulas de Cozinha Brasileira, do Curso Técnico em Cozinha, do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), Campus Riacho Fundo, no período de 29 jan. 2014 à 12 jun. 2014 – que incluiu a percepção e a operacionalização pelos alunos do curso de pratos regionais brasileiros. Como resultado prático, apresenta-se as fichas técnicas de preparação dos pratos Pato no Tucupi, Região Norte, Vatapá, Região Nordeste, Arroz Carreteiro, Região Sul, Moqueca Capixaba, Região Sudeste e Galinhada com Pequi, Região Centro Oeste.

Palavras-chave: Turismo. Gastronomia Regional. Memória.

Introdução

A gastronomia é uma expressão cultural que contribui para a consolidação e preservação das cozinhas regionais tradicionais, ao mesmo tempo que abre espaço para novas experiências. Saberes, fazeres e processos gastronômicos, na perspectiva da economia criativa, formam um campo de estudo que abrange relações materiais e imateriais. Conhecimento, criatividade e capital intelectual são seus principais recursos. Na perspectiva do turismo, são produtos da história e da cultura, manifestações e usos tradicionais e populares que portam um potencial de

¹ Turismóloga, Mestrado em Ciências do Ambiente, Doutorado em Desenvolvimento Sustentável. Professora de Ensino Básico, Técnico e Tecnológico, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), Campus Riacho Fundo, Eixo Tecnológico Turismo, Hospitalidade e Lazer, vanesamilagres@gmail.com, <<http://lattes.cnpq.br/0734653329120043>>.

² Tecnóloga em Gastronomia, Professora de Ensino Básico, Técnico e Tecnológico, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), Campus Riacho Fundo, Eixo Tecnológico Turismo, Hospitalidade e Lazer, rejane.oliver@gmail.com.

³ Turismólogo, Economista, Mestrado em Planejamento do Desenvolvimento. Professor de Ensino Básico, Técnico e Tecnológico, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), Campus Riacho Fundo, Eixo Tecnológico Turismo, Hospitalidade e Lazer, sergio.gomes@ifb.edu.br, <<http://lattes.cnpq.br/2391652932444297>>.

atratividade. Conhecimento, experiência participativa, memória e identidade são matéria prima para a atividade.

Uma das maneiras mais fascinantes de se conhecer a alma de um povo, sem dúvida, é através da gastronomia. De acordo com Paulo Solmucci, presidente da Associação Brasileira de Bares e Restaurantes (ABRASEL), “a arte de combinar os ingredientes com os temperos, os rituais de preparar e servir, e o prazer do convívio à mesa, tudo se inscreve no universo mais amplo da herança cultural, esse inesgotável conjunto de valores que determinam nossa identidade” (ABRASEL, 2014). O Brasil não possui uma identidade gastronômica única, mas um conjunto de cores, aromas e sabores variados. Essa diversidade deve-se ao fato de que cada uma das regiões do país possui climas, geografias e heranças culturais muito diferentes entre si.

No período da colonização, os portugueses trouxeram em sua bagagem não apenas seus produtos, mas também seus hábitos alimentares que hoje fazem parte da cultura brasileira. Contudo, quando aqui chegaram, encontraram os índios que já habitavam esta terra bem antes de Cabral. Eles viviam e sobreviviam com seus costumes – coletavam, caçavam e preparavam sua própria alimentação. Mais tarde, no período da escravidão, os escravos negros africanos que vieram trabalhar na lavoura da cana-de-açúcar também trouxeram seus costumes alimentares e suas crenças. Posteriormente, imigrantes europeus (espanhóis, italianos e alemães, dentre outros) se estabeleceram especialmente na região Sul e Sudeste do Brasil.

Dessa maneira, a gastronomia brasileira é sustentada principalmente por três pilares culturais – o português, o indígena e o africano. As heranças gastronômicas dessa base foram difundidas por toda a extensão territorial do país. Em alguns Estados, as influências das bases de formação dessa cultura gastronômica são ainda mais latentes. Na Bahia, por exemplo, tem-se a conhecida cozinha afro-brasileira. No Pará e no Amazonas imperam as influências indígenas. Já no Sul, especialmente nos Estados do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina, a cozinha é influenciada, sobretudo, pelos imigrantes italianos e alemães.

Toda essa diversidade gastronômica é fascinante e curiosa. Pratos elaborados em uma região podem ser reproduzidos e outra com o mesmo nome, mas com ingredientes diferentes, como é o caso das moquecas capixaba e baiana, dos vatapás baiano e paraense e dos carurus baiano e paraense. O arroz de carreteiro da região Sul tem o charque substituído por carne seca, pelo jabá ou pela carne de sol em outras regiões transformando-se em “Maria Isabel”.

No Brasil, a comida extrapola a função alimentar e vai adiante, marcando a identidade cultural de seu povo. Essa diversidade de formas e sabores é bastante valiosa para o fomento do turismo em todas as suas regiões. Mas como promover a manutenção, salvaguarda, valorização e enriquecimento dos saberes, fazeres e processos gastronômicos que representam a memória e a identidade das regiões do Brasil?

Num aspecto mais específico e não único, o domínio da história dos alimentos, da cultura dos diversos países e da ciência dos ingredientes, além da criatividade e atenção à qualidade são essenciais ao profissional da gastronomia, na qual o alimento é uma arte. Organizar a cozinha,

selecionar e preparar a matéria-prima, elaborar e organizar os pratos do cardápio, executar cortes e métodos de cozimento, utilizar as práticas de manipulação, operar equipamentos e maquinário de cozinha, armazenar diferentes tipos de gêneros alimentícios e controlar estoque, consumo e custos são algumas de suas principais atividades.

Num aspecto mais amplo e não único, a elaboração de fichas técnicas de preparação podem contemplar as dinâmicas culturais, sociais e econômicas que foram construídas a partir do ciclo de criação, produção, distribuição, circulação, consumo e fruição desses saberes, fazeres e processos. Atividades produtivas que tem como método atos criativos geradores de valor simbólico, elemento central na formação de atrativos turísticos que resultam em produção de riqueza cultural e econômica. A elaboração de fichas técnicas de preparação de pratos que representem a gastronomia regional brasileira pode proporcionar a manutenção, salvaguarda e valorização dos mesmos.

Neste trabalho levanta-se e elabora-se as fichas técnicas de preparação de pratos representativos da gastronomia regional brasileira, considerando o resgate histórico-cultural e a padronização das mesmas, como instrumento de qualidade na produção dos pratos, como uma ferramenta de preservação das manifestações e usos tradicionais e populares, bem como na formação dos profissionais da gastronomia.

Referencial Teórico

A gastronomia é considerada um patrimônio cultural intangível que pode contribuir para movimentar a cadeia produtiva do turismo. Na contemporaneidade ela ganha importância pelos cuidados e sofisticação de seus apreciadores, assim como, pelo seu reconhecimento, principalmente por órgãos internacionais, como valor cultural (GASTAL & PERTILE, 2013).

No Brasil observa-se uma grande heterogeneidade de alimentos, com a mistura de diferentes etnias, o que torna sua culinária o resultado da soma de diversas culturas, cuja matriz apoia-se na influência indígena, africana e portuguesa. Mas no que se diz respeito aos saberes, fazeres e processos gastronômicos, são urgentes o diálogo genuíno entre ciência, tradição e inovação para a institucionalização da gastronomia brasileira como patrimônio turístico.

Tem faltado:

“la búsqueda y rescate de recetas antiguas para poder utilizarlas tal como eran o modernizarlas; la creación de Escuelas de Alta Cocina que puedan realizar una labor de investigación gastronómica y formación profesional; y finalmente el reconocimiento de los entes nacionales de turismo de la importancia de la gastronomía tradicional y de la nueva gastronomía inventada localmente” (ASCANIO, 2000, p.58).

O aspecto mais relevante para a satisfação geral dos turistas com a viagem é a hospitalidade, dentro desta a gastronomia é um dos elementos mais importantes (SANTOS, 2013). Ela pode ser transformada em atrativo turístico, aproveitando sua história e tradição para

realização de roteiros gastronômicos que valorizem a alimentação e a identidade local. É um patrimônio cultural intangível e tema fundamental para o turismo. Os fatores de maior importância na escolha de um restaurante estão relacionados à gastronomia, à caracterização temática e ao serviço oferecido (MENDES, PIRES & KRAUSE, 2014).

Ela está em todos os lugares e consolida-se como uma forma de lazer no imaginário dos indivíduos (GIMENES-MINASSE, 2013). Por si só, ela promove o deslocamento humano em busca do sabor e experiência gastronômica. Esse deslocamento produz o turismo gastronômico, que por sua vez promove uma reflexão sobre esse patrimônio imaterial que vem sendo discutido por autores de diversas áreas e por vários setores da sociedade.

“Desenvolver o turismo gastronômico é avançar nas discussões de valorização e salvaguarda do patrimônio alimentar brasileiro, valorizando a diversidade de cada região e, portanto, transformando a comida do lugar num atrativo turístico” (PECCINI, 2013, p.216). No entanto, as instituições de ensino pouco direcionam seus discentes para o campo da pesquisa, não direcionando seus olhares também para a construção de um pensamento e prática científica, o que poderia levar a novas descobertas e avanços da área.

Esses futuros profissionais não devem atender apenas a uma necessidade do mercado de trabalho, nem serem reprodutores de uma realidade estabelecida por outras pessoas (MENDES, FALEIROS, 2013).

A gastronomia internacional possui padrões de qualidade que reforçam a sua diversidade e riqueza em praticamente todos os principais destinos turísticos do mundo, como França, Itália, Alemanha e Estados Unidos. No Brasil, a promoção do regionalismo é necessária e urgente, não só como uma preocupação do espaço gastronômico que ocupa, mas o que ela representa para a cultura e o povo brasileiro (PECCINI, 2013).

Ao longo da história a procura do alimento foi associada a itens como religião, luxo, festivais, ofertas, status social, para terminar no prazer e satisfação do ritual. A memória gustativa explica a sensação única que acelera a mente humana de muitos ao apreciar um prato regional. O consumo de pratos típicos reforça as raízes familiares por meio da memória e da identidade. Passadas de geração a geração, despertam sentimentos e emoções que possibilitam a manutenção da gastronomia típica (MARINHO & ALBERTON, 2013).

Livros de culinária, de receitas, e outros tipos de textos difundem as memórias gastronômicas e os hábitos alimentares. Mas na gastronomia, a ficha técnica padroniza as receitas e permite o controle da quantidade assim como da qualidade da produção. Ela consiste em normas e procedimentos a serem seguidos na preparação e serviço de cada um dos pratos, garantindo não só o sucesso operacional do preparo do mesmo, mas a memória gustativa daquele que já o apreciou.

A ficha técnica é um instrumento fundamental em qualquer cozinha de restaurante e quanto maior for o grau de precisão da mesma, mais fácil tende a ficar a administração do negócio (AKUTSU, 2005). É um instrumento gerencial de apoio operacional, pelo qual se fazem o

levantamento dos custos, a ordenação do preparo e o cálculo do valor nutricional (HAUTRIVE & PICCOLI, 2013). Mas é também uma ferramenta de preservação das manifestações e usos tradicionais e populares, da história e da cultura, da memória e da identidade.

Verifica-se a necessidade de pesquisas sobre a gastronomia regional brasileira, principalmente no tocante à elaboração de fichas técnicas de preparação, como instrumento de ensino, pesquisa e extensão, assim como produção de conhecimento, tecnologia e inovação.

Metodologia

Metodologicamente, o levantamento e a elaboração das fichas técnicas de preparação de pratos representativos da gastronomia regional brasileira se deu com base em uma pesquisa qualitativa, considerada apropriada neste caso, pelas seguintes razões: foi realizada por meio de contato intenso dentro do contexto das aulas de Cozinha Brasileira, do Curso Técnico em Cozinha, do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), Campus Riacho Fundo, no período de 29 jan. 2014 à 12 jun. 2014; o papel do pesquisador foi obter um panorama integrado do objeto de estudo, incluindo as percepções dos alunos do curso; os dados para elaboração das fichas, como produção, ingredientes, quantidade, unidade, utensílio e pré-preparo foram levantados, aplicados e revisados para verificação; e o principal foco da pesquisa foi elaborar fichas técnicas de preparo que representassem o mais próximo do real as características regionais dos pratos, servindo assim como instrumento didático pedagógico para padronização das receitas, para controle da quantidade e qualidade da produção e para a manutenção e salvaguarda dos pratos (FLICK, 2013; GRAY, 2012).

Operacionalmente, selecionou-se como problema de pesquisa a seguinte questão: como promover a manutenção, salvaguarda, valorização e enriquecimento dos saberes, fazeres e processos gastronômicos que representam a memória e a identidade das regiões do Brasil?

Buscou-se sistematicamente a literatura sobre o tema turismo, gastronomia e cultura, saberes, fazeres e processos gastronômicos e cozinha regional brasileira. Para cada região brasileira – Norte, Nordeste, Sul, Sudeste e Centro-Oeste - foram identificados cinco pratos tradicionalmente considerados como representativos da gastronomia regional brasileira, por serem os mais citados na bibliografia consultada.

Operacionalizou-se cada prato e selecionou-se um de cada região, considerado tecnicamente mais representativo. Esse processo se deu com base na relevância histórica do prato, do modo de produção, dos ingredientes regionais, do utensílio utilizado e da percepção sensorial do mesmo. Esta envolveu tato, paladar, olfato e visão que remetessem à região brasileira.

O registro dos dados se deu por meio da observação e ação prática, com anotações de campo e preenchimento das fichas técnicas de preparação e de degustação.


Organização e Análise dos Dados

Pato no Tucupi (Região Norte – Pará)

O pato no tucupi traduz a influência tipicamente indígena. É um prato que retrata bem a cozinha do Norte, mais precisamente a paraense. É servido em comemorações, festas e momentos solenes. O líquido utilizado em sua preparação, o tucupi, é extraído da mandioca brava que depois de descascada, ralada e espremida é fervido por vários dias visando a retirada do venenoso ácido cianídrico, deixando-o próprio para a alimentação.

Além do pato e do tucupi, o prato possui ingredientes bastante inusitados, como o jambu, que é uma erva típica da região Norte. De sabor exótico, o jambu possui propriedades levemente anestésicas que provocam uma suave sensação de dormência na boca ao ser consumido.

É um prato muito apreciado e considerado pelos paraenses o mais requintado de toda a culinária brasileira. Segue Ficha Técnica de Preparação do prato Pato no Tucupi, Região Norte do Brasil:

	MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA CAMPUS RIACHO FUNDO
--	---

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO COZINHA BRASILEIRA – REGIÃO NORTE

Produção	PATO NO TUCUPI
-----------------	-----------------------

	INGREDIENTES	Quantidade	Unidade
1	Pato	1	kg
2	Tucupi	1	l
3	Alho	4	dente
4	Cebola picada	1	unidade
5	Tomate sem pele e sem semente	1	unidade
6	Azeite de oliva	50	ml
7	Jambu	1	maço
8	Vinho branco	50	ml
9	Alfavaca	3	folha
10	Chicória-do-Pará	4	folha
11	Pimenta-de-cheiro	2	un
12	Colorau	1	colher de café
13	Sal	qb	
14	Pimenta-do-reino	qb	


	UTENSÍLIOS

PRÉ-PRODUÇÃO	
1	Corte e lave o pato. Coloque sal, o alho amassado, a metade da chicória rasgada ou picada, o azeite, a cebola picada, as pimentas picadas, o tomate e o colorau. Deixe no tempero por, pelo menos, 1 hora.
2	Em uma panela, leve ao fogo e deixe o pato refogar até que seque a água dos temperos, mexendo sempre.
3	Adicione água até cobrir os pedaços do pato e deixe cozinhar com a panela tampada.
4	Enquanto isso, limpe o maço de jambu e coloque-o em água fervente por aproximadamente 2 minutos. Escorra a água e reserve.
5	Pegue o caldo do tucupi e ferva com a outra parte da chicória e a alfavaca.
6	Experimente o pato para verificar se sua carne já está macia. Coloque-o em uma forma e leve ao forno a 200°C por cerca de 25 minutos para dourar.
7	Retire do forno, desosse os pedaços do pato já assado e coloque a carne no caldo do tucupi para aquecer juntamente com as folhas de jambu.
8	Sirva quente.

Vatapá (Região Nordeste – Bahia)

O vatapá baiano é considerado uma preparação afro-brasileira pela presença dos temperos e ingredientes africanos como o azeite-de-dendê, o leite de coco e a pimenta malagueta.

No tabuleiro da baiana, o vatapá serve de recheio para o acarajé. Mas também acompanha outros pratos na mesa do baiano. Segue abaixo Ficha Técnica de Preparação do prato Vatapá, Região Nordeste do Brasil:

	MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA CAMPUS RIACHO FUNDO
---	---

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO COZINHA BRASILEIRA – NORDESTE

Produção	VATAPÁ		
	INGREDIENTES	Quantidade	Unidade
1	Pão francês (amanhecido)	200	g
2	Leite de coco	400	ml
3	Amendoim torrado sem casca	50	g
4	Castanha de caju torrada	50	g
5	Gengibre fresco	10	g
6	Cebola	1	un
7	Alho	1	dente
8	Camarão seco dessalgado	100	g

9	Azeite-de-dendê	50	ml
10	Sal	qb	
11	Farinha de trigo (se necessário)	qb	
12	Coentro	qb	
13	Pimenta malagueta (sem semente)	qb	


	UTENSÍLIOS	

	PRÉ-PRODUÇÃO
1	Despedace o pão amanhecido e coloque-o para hidratar no leite de coco.
2	No liquidificador com um pouco de água, bata a cebola, o amendoim, a castanha de caju, o camarão dessalgado, o alho, o gengibre e a pimenta. Reserve.
3	Em seguida, bata no liquidificador o pão embebido no leite de coco.
4	Em uma panela aquecida, coloque o azeite de dendê e as duas misturas. Mexa bem até que a massa solte do fundo da panela.

Arroz de Carreiro (Região Sul – Rio Grande do Sul)

O arroz de carreiro é um prato tão típico quanto o churrasco no sul do Brasil. No seu preparo, utiliza-se o charque – carne seca salgada vinda do sul, com muito mais sal que a carne do sertão e a carne de sol, durando mais tempo (CASCUDO, 2011).

Os peões que percorriam os pampas e os caminhos gaúchos conduzindo cargas, levavam o charque em suas idas e vindas como alimento não perecível. Nas paragens, agrupavam-se para fazer um arroz, que era abundante na região, misturado ao charque, formando um “par perfeito”. Assim surgiu o arroz de carreiro. Segue abaixo Ficha Técnica de Preparação do prato Arroz Carreiro, Região Sul do Brasil:

	MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA CAMPUS RIACHO FUNDO
---	---

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO COZINHA BRASILEIRA - REGIÃO SUL

Produção	Arroz Carreiro (Rio Grande do Sul)		
	INGREDIENTES	Quantidade	Unidade
1	Charque	500	g
2	Cebola	1	unidade
3	Arroz Branco	200	g
4	Dentes de Alho	2	unidade
5	Tomate	2	unidade

6	Óleo Vegetal	50	ml
7	Sal	qb	
8	Pimenta-do-reino	qb	
9	Salsa	qb	

*qb = Quanto Baste

UTENSÍLIOS	

PRÉ-PRODUÇÃO	
	Lave bem a carne em água corrente e deixe-a de molho de um dia para o outro.
	Retire toda a água e corte a carne em cubinhos.
	Aqueça a panela com o óleo vegetal e acrescente a carne.
	Quando a carne estiver dourada, junte o alho em pasta e a cebola picada.
	Acrescente o tomate sem pele e sem semente (concasée) e deixe cozinhar até que seque toda a água.
	Coloque o arroz e deixe-o fritar.
	Adicione água fervendo e abaixe o fogo até o arroz cozinhar.
	Finalize com a salsa.

Moqueca Capixaba (Região Sudeste – Espírito Santo)

A moqueca capixaba é o prato mais tradicional do Espírito Santo. É uma preparação essencialmente brasileira, com grande influência indígena. Essa iguaria não é privilégio apenas dos capixabas. Existe, também, a moqueca baiana com algumas diferenças e rivalidades à parte.


Os capixabas defendem que a melhor moqueca do País é a deles. Inclusive, existe um dito popular que afirma que “moqueca é capixaba, o resto é peixada”. Já os baianos dizem que “se não tem azeite-de-dendê e leite de coco, é ensopado de peixe”.

O capixaba é zeloso na preparação de sua moqueca. Utilizam peixe fresco de boa procedência. Os preferidos são o robalo, o badejo ou o dourado, mas depende do gosto e do bolso de cada um. Também utilizam azeite doce e, para dar cor ao prato, o colorau extraído do urucum que, além da cor, retira a acidez do tomate.

O mais importante para o capixaba é a panela onde é feita a moqueca que, necessariamente, tem que ser de barro. Esse utensílio dá sabor inigualável à preparação pois demora mais tempo para concentrar o calor. Contudo, depois de quente, mantém a temperatura por muito mais tempo.

A panela de barro tornou-se uma atração à parte no Espírito Santo. Na cidade de Goiabeiras há uma Associação das Panelas de Goiabeiras que elevou suas panelas de barro ao patamar de

Patrimônio Capixaba, tornando-as bens imateriais. Segue abaixo Ficha Técnica de Preparação do prato Moqueca Capixaba, Região Sudeste do Brasil:

 <p>INSTITUTO FEDERAL BRASÍLIA Campus Riacho Fundo</p>	<p>MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA CAMPUS RIACHO FUNDO</p>
---	---

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO
COZINHA BRASILEIRA – REGIÃO SUDESTE

Produção	Moqueca Capixaba
-----------------	-------------------------

	INGREDIENTES	Quantidade	Unidade
1	Robalo/ Badejo / Dourado em postas	800	g
2	Cebola em tiras	1,5	unidade
3	Tomate sem pele e sem sementes em tiras	5	unidade
4	Alho	2	dente
5	Azeite doce	100	ml
6	Caldo de peixe	200	ml
7	Colorau	qb	
8	Sal	qb	
9	Pimenta-do-reino	qb	
10	Coentro	qb	
11	Cebolinha	qb	

	UTENSÍLIOS	


	PRÉ-PRODUÇÃO
1	Esquente uma panela de barro no fogo. Junte o azeite, o alho amassado e a metade da cebola e do tomate.
2	Coloque as postas do peixe por cima e cubra com uma camada de cebola e de tomate, mais o caldo do peixe.
3	Polvilhe com um pouco de cebolinha e de coentro. Tampe a panela e cozinhe por cerca de 20 minutos.
4	Tire um pouco antes de o peixe estar cozido, pois a panela de barro retém muito calor, podendo fazer com que ele passe do ponto ideal.
5	Finalize com a cebolinha e o coentro restantes.
6	Sirva com pirão de peixe e arroz branco.

Galinhada com Pequi (Região Centro-Oeste – Goiás)

O pequi é um fruto nativo do cerrado brasileiro, mas foram os goianos que o adotaram como ingrediente indispensável em sua cozinha.

De sabor e cheiro marcantes, combina muito bem com o arroz e o frango. De sua polpa pode-se extrair o azeite, um óleo utilizado como condimento, e também fabricar licores.

O pequi é uma verdadeira iguaria, até pelo cuidado que se deve tomar no momento de consumi-lo. Segue abaixo Ficha Técnica de Preparação do prato Galinhada com Pequi, Região Centro Oeste do Brasil:

	MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA CAMPUS RIACHO FUNDO
---	---

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO COZINHA BRASILEIRA - REGIÃO CENTRO-OESTE

Produção	Galinhada com Pequi		
	INGREDIENTES	Quantidade	Unidade
1	Galinha caipira	1	unidade
2	Vinagre de vinho tinto	2	colher de sopa
3	Pimenta-do-reino moída	1	colher de chá
4	Açafrão da terra	1	colher de chá
5	Alho	6	dente
6	Banha de porco	½	xícara de chá
7	Cebola grande	1	unidade
8	Arroz	500	grama
9	Pequi *	12	caroços
10	Água	1	litro
11	Salsinha	qb	
12	Pimenta de cheiro	qb	
13	Sal	qb	

*O pequi "*in natura*" pode ser substituído pela polpa de pequi em conserva, na proporção de 12 caroços para 8 colheres de sopa.

UTENSÍLIOS

PRÉ-PRODUÇÃO	
1	Corte todas as partes da galinha pelas juntas.
2	Tempere com o sal, o vinagre, a pimenta-do-reino moída, o açafrão da terra e o

	alho amassado.
3	Aqueça a banha de porco em um panela grande (capacidade entre 6 e 8 litros) e coloque a galinha juntamente com todo o líquido do tempero.
4	Refogue até secar os temperos.
5	Pingue água quente aos poucos, mantendo a panela fechada, até que a galinha fique macia e bem dourada.
6	Coloque a cebola e refogue-a.
7	Acrescente o arroz lavado e bem escorrido, os pequis, e refogue tudo mexendo sempre com uma colher sem deixar que se forme crosta no fundo da panela.
8	Acrescente a água fervente.
9	Corrija o sal e misture bem.
10	Tampe a panela, mantendo em fogo médio até que a água seja reduzida ao mesmo nível do arroz, sem secar completamente.
11	Desligue o fogo e deixe descansar por 30 minutos.
12	Salpique a salsinha e a pimenta de cheiro.
13	Sirva quente.

Considerações Finais

A gastronomia é uma expressão cultural criativa e na perspectiva do turismo é matéria prima para a atividade. A diversidade gastronômica brasileira, assim como nossa biodiversidade, envolve um conjunto de cores, aromas e sabores variados. Isto permite a elaboração de pratos, que extrapolam a função alimentar e vão além, marcando a identidade cultural do brasileiro em suas regiões e das regiões no brasileiro.

O levantamento e elaboração das fichas técnicas de preparação de pratos representativos da gastronomia regional brasileira, foram desenvolvidos num espaço de formação profissional que requereu não só do docente, mas dos discentes a pesquisa sobre os aspectos histórico-culturais dos ingredientes, dos utensílios, dos modos de preparo, da espacialização regional destes bem como a sua miscigenação.

Verificou-se que a elaboração e operacionalização das fichas técnicas de preparação desses pratos envolveu um processo de ensino, pesquisa e extensão que desencadeou nos discente a possibilidade real e concreta da manutenção, salvaguarda, valorização e enriquecimento dos saberes, fazeres e processos gastronômicos que representam a memória e a identidade das regiões do Brasil. Também a possibilidade de produção de conhecimento, tecnologias e inovação sobre a gastronomia regional brasileira, principalmente no tocante à institucionalização da gastronomia como patrimônio turístico.

O contexto das aulas de Cozinha Brasileira, do Curso Técnico em Cozinha, do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), Campus Riacho Fundo, foi um campo profícuo de estudo e se mantém aberto a outras formas de experiência transdisciplinares. A literatura científica sobre o tema turismo, gastronomia e cultura, saberes, fazeres e processos gastronômicos e cozinha regional brasileira ainda não é suficientemente relevante, o que demonstra a disponibilidade de amplo campo de atuação para pesquisa.

A indicação dos pratos mais representativos da gastronomia regional brasileira neste trabalho foi permeada pela percepção individual de cada envolvido no trabalho. Isto significa que pode haver outros pratos considerados mais representativos e relevantes indicados por outros. Que outro métodos sejam mais eficazes, eficientes e economicamente criativos. Mas neste trabalho, não há intimidação com essa afirmação, pois o principal foco da pesquisa foi elaborar fichas técnicas de preparo que representassem o mais próximo do real as características regionais do pratos, servindo assim como instrumento didático pedagógico para padronização das receitas, para controle da quantidade e qualidade da produção e para a manutenção e salvaguarda dos pratos.

Considera-se a ação aqui iniciada uma dádiva, que deve ser recebida e retribuída. O desafio de desembrulhar a gastronomia brasileira, principalmente a regional, permanece em aberto, enquanto os seres humanos, enquanto a arte de combinar os ingredientes, os rituais de preparar e servir e o prazer do convívio à mesa estiverem inscritos no universo humano.

Referências Bibliográficas

- AKUTSU, R.C. [et al]. (2005). A Ficha Técnica de Preparação como Instrumento de Qualidade na Produção de Refeições. In: Revista Nutrição, v.18, n.2.
- ASCANIO, A. (2000). Turismo: Vieja y Nueva Gastronomía Iberoamericana y del Caribe. In: Turismo em Análise, v.11, n.1.
- CASTRO, F.M.M. & SANTOS, J.G.M. (2012). A Cultura A Cultura Gastronômica como Atrativo Turístico: Relato de uma Experiência de Pesquisa nos Restaurantes de Aracaju(SE). In: Revista Hospitalidade, v.IX, n.2.
- FLICK, U. (2013). Introdução à Metodologia de Pesquisa: um Guia para Iniciantes. Porto Alegre: Penso, 2013.
- GASTAL, S. & PERTILE, K. (2013). As Comidas de Rua entre Fixos e Fluxos. In: X Seminário da Associação Nacional Pesquisa e Pós-Graduação em Turismo, Universidade de Caxias do Sul. Anais...
- GIMENES-MINASSE, M.H.S.G. (2013). A Formação Superior em Gastronomia – uma Reflexão Preliminar a partir das Dissertações de Mestrado Defendidas sobre a Temática até Dezembro de 2012. In: X Seminário da Associação Nacional Pesquisa e Pós-Graduação em Turismo, Universidade de Caxias do Sul. Anais...
- GRAY, D.E. (2012). Pesquisa no Mundo Real. Porto Alegre: Penso, 2012.
- HAUTRIVE, T.P. & PICCOLI, L. (2013). Elaboração de Fichas Técnicas de Preparações de uma Unidade de Alimentação e Nutrição do Município de Xaxim – Santa Catarina, Brasil. In: e-Scientia, v.6, n.1.

MARINHO, K.B. & ALBERTON, A. (2013). Comida Local e Memória Gustativa: Percepções na Tirolerfest de treze Tílias (SC). In: X Seminário da Associação Nacional Pesquisa e Pós-Graduação em Turismo, Universidade de Caxias do Sul. Anais...

MENDES, B.C. & FALEIROS, P.B. (2013). O Ensino da Pesquisa Científica em Cursos Superiores de Tecnologia em Gastronomia. In: Revista Hospitalidade, v.X, n.1.

MENDES, M.C., PIRES, P.S. & KRAUSE, R.W. (2014). Relevância da Gastronomia em Restaurantes Temáticos: um Estudo de Caso em Balneário Camboriú (SC). In: Revista Rosa dos Ventos, v.6, n.1.

PECCINI, R. (2013). A Gastronomia e o Turismo. In: Revista Rosa dos Ventos, v.5, n.2.

SANTOS, G.E.O. (2013). O que Determina a Satisfação dos Turistas Internacionais no Brasil? In: Turismo em Análise, v.24, n.3.