

Senac MG

COZINHA MINEIRA

TRADIÇÃO E CONTEMPORANEIDADE

Organização

Vani Maria Fonseca Pedrosa



Editora Senac Rio – Rio de Janeiro – 2025

641.598151
S491
CMT

SUMÁRIO

PREFÁCIO	15
AGRADECIMENTOS	19
INTRODUÇÃO	21

PARTE I

COZINHA MINEIRA: DOS PRIMÓRDIOS À CONTEMPORANEIDADE	23
Cozinha mineira ou gastronomia mineira?.....	25

CAPÍTULO 1

A COZINHA MINEIRA SOB A PERSPECTIVA DO DESENVOLVIMENTO ECONÔMICO E ALIMENTAR DE MINAS GERAIS	29
A cozinha mineira dos caminhos, currais e arraiais.....	31
Cozinha mineira das fazendas, vilas e cidades.....	33
Cozinha mineira e modernidade na nova capital: Belo Horizonte.....	34

CAPÍTULO 2

TERRITORIALIDADE DA COZINHA MINEIRA	38
Territórios gastronômicos.....	39
Biodiversidade da cozinha mineira.....	41
Ingredientes.....	42

Caminhos de Minas e cozinha mineira.....	43
Caminhos d'água	43
Caminhos reais.....	45
Caminhos de ferro	47
Em Minas, "tudo é trem"	48
O sal e os caminhos no território	49
Comércio e hospitalidade	51
Comércio e mineiridade com base nas cozinhas das Gerais.....	53

CAPÍTULO 3

AS MÚLTIPLAS CULTURAS QUE COMPÕEM A COZINHA MINEIRA	54
Formação cultural	55
Cultura indígena: a cultura dos habitantes da terra	56
Cultura ocidental	57
Cultura africana	59
A cultura brasileira em Minas Gerais	62

CAPÍTULO 4

INGREDIENTES ESSENCIAIS À COZINHA MINEIRA	64
Águas de Minas Gerais e seus usos.....	65
O sal como ingrediente na cozinha mineira.....	67
Tipos de sal e seus usos.....	68
Gorduras especiais da cozinha mineira.....	70

CAPÍTULO 5

ELEMENTOS DA DIFUSÃO E VALORIZAÇÃO DA COZINHA MINEIRA	72
Festas religiosas, folclóricas e populares	73
Eventos culturais e gastronômicos.....	73

Outros elementos de valorização da cozinha mineira.....	74
Processos para reconhecimento e salvaguarda de produtos e serviços de origem territorial.....	75
Outros tipos de registro	76
Premiações	76
Produtos de origem: identidade territorial globalizada.....	76

CAPÍTULO 6

FORMAÇÃO DO GOSTO	78
Cozinha mineira e seu gosto	79
Gosto.....	80
Elementos que definem o gosto.....	80
Elementos que influenciam na memória social do gosto.....	81

PARTE II

PROGRAMA PRIMÓRDIOS DA COZINHA MINEIRA	83
Primórdios da Cozinha Mineira	86
Nove pilares do Programa Primórdios da Cozinha Mineira no Santuário do Caraça.....	88
Nove Pilares do Programa Primórdios da Cozinha Mineira no Senac MG.....	89

CAPÍTULO 7

PILARES HORIZONTAIS DO PROGRAMA PRIMÓRDIOS DA COZINHA MINEIRA.....	94
Pilar I – Técnicas, utensílios, ambientes e serviços	95
A técnica como ponto comum à cozinha e à gastronomia	96

Utensílios tradicionais em Minas Gerais	98
Técnica de produção de alimentos na cozinha mineira	99
Serviço de mesa e ambiente	101
Receita – Paçoca de carne de sol.....	102

Pilar II – Receitas tradicionais e contemporâneas	104
Receitas tradicionais ou contemporâneas?.....	104
Identidade cíclica das receitas	106
Receitas de arroz: tradição e contemporaneidade	108
Oralidade das receitas em Minas Gerais.....	110
Registros escritos das receitas em Minas Gerais.....	110
Outros tipos de registros e transmissões contemporâneos de receitas	112
Receita – Arroz com pequi.....	114

CAPÍTULO 8

PILARES VERTICAIS DO PROGRAMA PRIMÓRDIOS DA COZINHA MINEIRA	116
--	------------

Pilar III – Horta tradicional	117
Canteiros da horta tradicional de Minas Gerais.....	119
Receita – Guisado de bacalhau.....	122

Pilar IV – Pomar tradicional.....	124
Frutas dos quintais	127
Frutas que deixaram de ser apenas frutas	131
Receita – Duo de porco ao molho de vinho de jabuticaba e vegetais assados	133

Pilar V – Carnes e derivados de animais.....	135
Porco.....	136
Boi.....	139
Aves.....	140
Peixes.....	141
Ovos e mel.....	142
Receita – Frango caipira com palma (cacto).....	143
 Pilar VI – Farinhas, grãos, quitandas e pães	145
Milho.....	147
Mandioca: o pão da terra.....	149
Outras farinhas.....	151
Pães e quitandas.....	153
Receita – Pão caseiro de cará.....	154
 Pilar VII – Laiteria e derivados do leite	156
Leite e derivados.....	157
Receita – Pão de queijo.....	164
 Pilar VIII – Doceria.....	166
Açúcar.....	168
Rapadura.....	169
Doceria tradicional de Minas Gerais.....	170
Doceria moderna de Minas Gerais.....	172
Receita – Rocambole de doce de leite	173

Pilar IX – Bebidas não alcoólicas e alcoólicas	175
Bebidas não alcoólicas.....	177
Bebidas alcoólicas.....	180
Receita – Café de amendoim servido com conhaque	182
 CONSIDERAÇÕES FINAIS	 184
REFERÊNCIAS.....	187
COLABORAÇÃO	198