

# **A COZINHA MINEIRA E AS TÉCNICAS CULINÁRIAS DO FINAL DO SÉCULO XX ATÉ OS DIAS ATUAIS**

Maria Aparecida Teixeira Lamounier <sup>1</sup>

## **RESUMO**

O presente artigo tem como objetivo investigar se as técnicas culinárias adotadas desde o final do século XX até os dias atuais, no preparo dos pratos da Cozinha Mineira, alteram ou não os seus sabores e aromas. Apresentamos a história desta cozinha, desde o seu surgimento até os dias atuais, descrevendo técnicas e equipamentos milenares, rudimentares e artesanais, até chegarmos às técnicas ultramodernas e à Culinária Molecular, com seus equipamentos robóticos, o uso de produtos químicos e transformações celulares e moleculares. Relacionamos a Cozinha Mineira com as tendências de mercado e a globalização do tema Gastronomia. Dessa forma, permitimos a quem o ler possa conhecer um pouco mais de história e onde poderemos chegar, sem, contudo, perdermos a essência de nossas preparações.

Palavras-chave: Cozinha Mineira; História; Técnicas; Tendências; Gastronomia; Mudanças.

## **1 - A Cozinha Mineira: aspectos históricos, culturais e influências**

Se você quiser saber como surgiu a culinária mineira, precisa fazer uma viagem pela História de Minas Gerais, pois uma está ligada à outra. Segundo Eduardo Frieiro, em sua obra *Feijão, Angu e Couve* (1966),

o início do Ciclo do Ouro, nos idos de 1695, quando os portugueses aqui chegaram, fez surgir os primeiros povoados que deram origem às cidades de Mariana e Ouro Preto.

---

<sup>1</sup> Especialização em Docência para Educação Profissional - EAD pelo SENAC Minas - Núcleo de Pós-Graduação, Brasil(2013)

Orientador de Cursos do Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial - SENAC Minas , Brasil

Este foi o ponto de partida para o surgimento da sociedade mineira e suas vilas famosas. Mariana, por exemplo, chamava-se Vila do Carmo e Ouro Preto, Vila Rica. A região, antes do descobrimento oficial, já havia sido descoberta pelos índios. Os portugueses precisavam vigiar as minas, e, para isso, trouxeram os escravos para a realização do trabalho, fazendo com que o espaço, que até então de domínio indígena, passasse para os escravos. Apesar de perder parte de seu território para os “novos moradores”, os nativos contribuíram sobremaneira na formação dos hábitos alimentares dessa nova sociedade.

Ainda segundo Friero

dessa miscigenação nasceu uma das culturas mais características do Brasil. Portugueses, colonos, índios e escravos, juntos em um terreno de grande fertilidade, criaram, fizeram brotar e fazer crescer as raízes da cultura - e por que não, da culinária mineira.

Segundo o autor, havia uma grande dificuldade em trazer para Minas Gerais os alimentos de regiões mais desenvolvidas, como Rio de Janeiro e Bahia, por isto o alimento básico da culinária indígena - o milho foi parar no prato de todos, indiferente da classe a que cada um pertencia, sendo, até hoje, considerado o produto mais tradicional da culinária mineira.

Desde então, são preparadas verdadeiras maravilhas com este grão: broa de fubá ou bolo de milho verde, cremoso e saboroso, acompanhados de seu par inseparável, o café; o mingau de milho verde ou curau é servido como sobremesa e no café da manhã. Já o angu, mistura de fubá de moinho d'água com água e sal, é acompanhamento obrigatório do frango com quiabo ou ao molho pardo, ou simplesmente coberto com carne moída com Ora-pro-nóbis, todos pratos típicos de Minas.

Outro prato de reconhecimento nacional é aquele em que o milho é usado de forma mais rústica - a canjiquinha com costelinha de porco. A canjica de milho branca é usada tanto em pratos salgados quanto para fazer um doce consumido nas festas juninas, acrescido de amendoim e coco.

Devido à inexistência de grandes espaços nas vilas e povoados, surgiram as hortas e pomares de fundo de quintal, onde os moradores plantavam para seu sustento couve, mostarda, taioba, feijão, milho, inhame, cará, abóbora, banana, mandioca, maxixe, laranja, além de outras frutas.

Os pequenos animais, tais como porco e galinha, eram criados em galinheiros e chiqueiros improvisados nos pequenos terreiros, sendo, até hoje, um dos principais

pilares da culinária mineira. Além das carnes, eram usados os ovos, ingrediente indispensável no preparo de uma série de pratos.

Com toda essa facilidade de obter os produtos, surgiram pratos com uma simplicidade deliciosa. Leitão à pururuca, linguiça frita e acebolada, couve refogada no alho, tutu de feijão bebum, frutas em compota, cristalizadas e em pasta, frango com quiabo, bambá de couve, rabada com agrião, carne de sol com mandioca, fazem da culinária mineira uma das mais fáceis de serem reconhecidas, seja pelo seu sabor e aroma ou pela facilidade na elaboração dos pratos.

Após 1882, época em que Minas passa a ter um comércio mais ativo com as outras regiões brasileiras, surge a figura do tropeiro. Os tropeiros, comerciantes que iam e vinham, comandando as tropas de animais utilizados para o transporte, traziam e levavam todos os produtos, dentre eles, cachaças, sementes e o precioso sal.

A cachaça, aguardente de cana, importante produto surgido nessa época, foi introduzida em Minas pelos bandeirantes e pelos garimpeiros. Como a região era muito fria, esta foi a forma encontrada para aquecê-los. A bebida chegou a ser um bem tão precioso, que foi usada como moeda de troca para compra de escravos. Atualmente, a cachaça mineira é fabricada em fazendas de praticamente todo o Estado, servida como aperitivo ou aquecendo as conversas nas rodas dos botecos. Transformou-se em produto de exportação, com toda uma legislação específica e bastante rigorosa.

No limiar do século XIX, devido à expansão das fazendas leiteiras de Minas, o leite e seus derivados são incluídos definitivamente em nosso cardápio. O principal derivado, o queijo de Minas, surge e passa a ser a referência do que é ser mineiro. É praticamente impossível encontrar um mineiro que não goste de queijo e das delícias que ele nos proporciona. A mais famosa delas é o pão de queijo. O que começou como simples biscoito de polvilho, consumido internamente, transformou-se rapidamente em estrela nacional. Atualmente, o pão de queijo já é conhecido e muito apreciado até em outros países.

Embora a base da culinária mineira esteja ligada à região mineradora, conhecida como Vilas do Ouro e Diamante, a culinária típica de todos os cantos das Minas Gerais também é de grande expressividade.

No Norte de Minas, onde predomina a criação de gado de corte, o destaque é o consumo das carnes de boi, em sua forma mais tradicional na região, que é a carne de sol. No cerrado destaca-se o arroz com pequi como prato mais conhecido. Nas margens do Velho Chico, temos o peixe como a principal fonte de renda da população, levando

fama às cidades ribeirinhas. Quem nunca ouviu falar das famosas pescarias em Três Marias e Pirapora? No sul, são produzidos laticínios e doces finos, em especial na região de Araxá, onde as doceiras têm fama internacional. No Nordeste, na região de Patos de Minas, são comumente usados temperos naturais, como o urucum e o açafraão, que dão colorido e toque especial à comida.

Com tantos pratos deliciosos e tantas variedades, não é difícil entender porque a cozinha é tão importante para nós, mineiros. A culinária é uma arte que vem ganhando espaço através dos tempos, desde os primórdios do descobrimento ou das conquistas, quando os conquistadores ganhavam distâncias de suas origens para buscar sabores em forma de temperos. A cozinha mineira é um orgulho da gastronomia nacional, com pratos bem temperados, com sua química que combina muito bem com tudo o que é oferecido ao visitante.

## **2 - A preparação dos pratos com o uso de técnicas tradicionais e que sobreviveram ao tempo**

Chão de cimento queimado, fogão construído a partir de técnicas tradicionais, quando não feito a partir dos cupinzeiros que surgem nos pastos ou de latões embutidos nas grossas paredes de adobe. Linguiças ou carnes defumadas, dependuradas. Chaminé ativa, fumaça subindo pelo céu, avisando com seu aroma típico da roça que há quitandas ou "comidas de angu" esperando os comensais. (Mônica Chaves Abdala, 2006)

Que mineiro nunca viveu essa experiência gastronômica típica mineira, nem que seja em um dos muitos restaurantes típicos de comida mineira? São muitos os cereais, são muitas as formas de se fazer um angu com fubá de moinho d'água, de refogar verduras da horta ou dos quintais, como couve, almeirão, taioba, cansanção, ora-pro-nobis... O que dizer do quiabo, da abóbora-menina, da abobrinha? E o pastel de angu? E o galopé? E o chuchu com bacalhau? O torresmo crocante, a carne na lata de gordura, o pernil temperado, o leitão à pururuca, o feijão tropeiro, o franguinho caipira?

Não há como não venerar essa raiz cabocla, caipira que temos nas Minas Gerais e que faz da nossa cozinha uma das mais saborosas do país, recebendo influências que vão dos indígenas aos africanos, passando, obviamente, pelos colonizadores europeus. Por isso, a chamada cozinha tradicional ou típica mineira foi forjada a partir dos séculos XVIII e XIX e em dois momentos distintos e complementares: o de escassez, no auge da mineração do ouro e o de fartura, com a ruralização da economia regional.

Essa origem e composição da cozinha tradicional e típica mineira que a nós foi legada nos remetem à análise de dois períodos históricos que marcaram a vida econômica, social, política e cultural em Minas Gerais: o período da mineração, cujo apogeu se deu no século XVIII; e o período da "ruralização", momento de concentração da vida econômica e social nas fazendas, que sucedeu ao declínio das minas e durou do final do século XVIII até o início do século XX.

Os portugueses trouxeram o gosto pelas preparações simples, em que eram valorizadas as qualidades naturais dos produtos; os temperos sofisticados, o cravo, a pimenta-do-reino, a noz moscada, a canela, e outros trazidos da Ásia, em especial do Oriente Médio, e, claro, o prazer e o encantamento pela doçaria, até hoje reconhecida como uma das melhores do mundo. Mônica Abdala (2006) diz que

o casamento perfeito entre os nativos e os negros ocorreu, principalmente, no que diz respeito ao preparo dos alimentos. Dessa união de diversidades surgiu o gosto pela mandioca, inhame, milho, taioba, mostarda, maxixe e pela couve, além do uso e aprimoramento de utensílios como potes, balaios, peneiras, panelas de pedra e de barro, e também o surgimento do fogão à lenha, até hoje indispensável.

Um das mais conhecidas técnicas culinárias disseminadas pela Cozinha Francesa e que foi adotada pela cozinha mineira, única e exclusivamente por necessidade, e que nos remete ao tempo dos tropeiros, é o preparo da carne confitada. Como as viagens duravam muitos dias e até meses, a base da alimentação era composta por produtos não perecíveis, como as carnes salgadas e temperadas com ervas e cozidas por longo tempo em baixa temperatura, e guardadas envoltas na banha de porco, **conhecida e comercializada até hoje como carne de lata**. A mesma carne, quando armazenada nas casas das fazendas, eram servidas aos visitantes, sendo levadas ao fogo em fumegantes frigideiras de ferro batido para ficarem douradas e bem quentinhas.

Porém, é importante saber que, para conservar-se, a carne precisava estar totalmente submersa na gordura, para que não sofresse a ação do oxigênio, o que ocasionaria a sua deterioração. A essa técnica francesa, desenvolvida para preservação da carne de pato e de ganso, deu-se o nome de **Confitar**. Hoje, outras carnes já são confitadas e até mesmo os legumes, usando o azeite como corpo gorduroso.

Segundo Eduardo Frieiro, dizia-se que nada se descobria propriamente de típico nos padrões da cozinha tradicional de Minas. Mas como não? Acha-se o típico na predileção, até hoje existente por certos alimentos e o tradicional na maneira de combiná-

los e, porque não dizer, de prepará-los. Dentre os mais conhecidos citamos: tutu de feijão bebum feito com cachaça e servido com ovo cozido, molho de tomate e cebola, torresmos ou linguiça. O angu sem sal, feito só de fubá e água, acompanha diversos pratos como frango com quiabo, torresmo e galinha ao molho pardo. É servido até como sobremesa, quando adicionamos leite e açúcar.

Não podemos deixar de falar do lombo de porco assado, a galinha assada com miúdos, o guisado de carne com chuchu ou abobrinha, a couve rasgada ou picada bem miudinha, a farinha de mandioca torrada e a boa e saborosa farinha de milho. Enfim, uma comida variada e saborosa, preparada dentro do que de mais tradicional existia em nossas antigas cozinhas de fazenda e guardados a sete chaves nas memórias das boas donas de casa, hábeis quituteiras e também quitandeiras. Temos ainda o doce de leite com queijo, as frutas em compotas, os biscoitinhos, as rosquinhas e, claro, o pão de queijo.

Nas casas, no cotidiano, a lógica da economia de tempos difíceis impôs os alimentos cozidos e o aproveitamento de tudo, inclusive das sobras, gerando composições igualmente saborosas. As farofas e as sopas aproveitavam as sobras de carnes, legumes, feijões e verduras, que ainda compõem o cardápio do mineiro contemporâneo. O mexido, uma mistura de tudo o que sobrou, era comido na primeira refeição da manhã, antes da saída para a lida ou no jantar. Esse prato perdura ainda hoje, sobretudo nas fazendas do interior de Minas Gerais ou mesmo nas madrugadas da capital mineira, em muitos restaurantes de cardápio mais popular e nos botecos.

O lombo, a leitoa e a galinha assados eram pratos de festa, de domingo, de visitas. Na intimidade do dia a dia os cozidos predominavam: o feijão, o angu, o mexido, as verduras e legumes cozidos ou os legumes com carne, frango com quiabo, por exemplo, a mandioca e a canjiquinha com carne, podendo ser costela ou suã de porco, costela de vaca e outros. Maria Lúcia Clementino Nunes (2010) conta-nos em seu livro que

o leite em abundância, queijos variados e ovos possibilitaram a ampliação das quitandas e doces - legados da tradição portuguesa. A canjica com leite era sobremesa constante nas fazendas e, em algumas casas, era a ceia mais apreciada antes de ir dormir. Com o acréscimo do amendoim, fez-se a nossa canjicada. A carne de vaca se tornou mais presente na mesa mineira, mas demorou um século para substituir o costume de consumir, preferencialmente, a carne de frango e de porco, que ainda hoje predominam nos pratos típicos. A presença do café também se tornou definitiva. O bule no fogão a lenha é um forte elemento do cenário da cozinha mineira, em que o café, semprequentinho, era servido acompanhando as quitandas no encerramento das refeições ou na primeira refeição do dia, adoçado com rapadura.

Em Minas, o queijo, que hoje é uma das mais fortes identidades culinárias, foi importado de outras regiões do país, até o final do século XVIII. No cardápio do início do século XIX, os queijos apareciam citados à sobremesa, acompanhando doces ou como complemento de ceias noturnas. No café da manhã, acompanhavam farinha, café ou angu com leite.

A expansão do consumo de queijo em Minas ocorreu como consequência da necessidade de se aproveitar o leite nos locais da província onde se intensificava a pecuária. Hoje, o queijo de Minas ou frescal é iguaria mineira disputada por turistas de todo o país e artigo vendido nos aeroportos, quase como um *souvenir* da cultura gastronômica regional.

Se formos avaliar a lista de pratos acima citados, diríamos que não são pratos exclusivamente mineiros, mas, devido à frequência em nossas mesas e ao preparo tipicamente mineiro, onde a paciência, o amor e a perseverança são ingredientes fundamentais, podemos conferir-lhe uma certidão de nascimento com a chancela das Minas Gerais.

O mineiro é profundamente ligado ao passado e às raízes, porém abraça o futuro na busca do novo. A comida também é assim, composta da tradição de receitas que vêm de geração em geração, sendo transmitidas e mostradas pelas suas influências: africanas, portuguesas e indígenas. A culinária mineira é resultado da união de várias regiões brasileiras, com uma profunda mistura de ingredientes ou substituição de um pelo outro, montando e construindo esta arte. O que veio e vem de fora se incorpora à variedade de alimentos que são utilizados desde os primórdios da constituição do Estado.

### **3 - As novas técnicas culinárias, o uso da tecnologia e a globalização do tema Gastronomia**

Qual o significado do termo cozinha? Bom, cozinha é o espaço físico com a mesa, o fogão, as pias e torneiras, como também é a arte de preparar, cozinhar e conservar os alimentos. Seja em casa ou nos restaurantes, a cozinha modificou-se fortemente e hoje o que vemos são cozinhas menores, mais práticas e cada vez mais dominadas por equipamentos ultramodernos, onde os alimentos são preparados e conservados utilizando técnicas surgidas no final do século XX, início do século XXI e que a cada dia evoluem mais.

Essa situação é resultado direto da globalização da gastronomia, pois passamos a ter acesso a tudo o que ocorre em todas as partes do mundo, desde técnicas e equipamentos a ingredientes dos mais variados, como citamos a seguir:

### **Técnica de cozimento em *sous-vide***

Em francês quer dizer “sob vácuo”. É uma técnica de cozinhar alimentos dentro de sacolas plásticas de material especial, seladas a vácuo, em baixas temperaturas e por um longo período de tempo. Para que tenhamos um bom resultado é preciso equipamentos adequados e conhecimentos básicos. Os profissionais mais experientes conseguem criar ou modificar receitas de uma maneira única. ([http://gastronomylab.com/.](http://gastronomylab.com/))

Enquanto na técnica utilizada para selar carne o alimento é passado por um corpo gorduroso em altíssima temperatura e depois levado ao forno, em temperatura mais baixa para o completo cozimento, no *sous-vide* o processo é inverso, ou seja, com a baixa temperatura e o longo tempo de cozimento, o interior dos alimentos atinge uma temperatura constante. Dessa forma, são mantidas e até acentuadas algumas de suas propriedades organolépticas, como textura, aroma e sabor.

Depois de cozidos os alimentos são submetidos à alta temperatura, de preferência em uma grelha ou frigideira, para que aconteça a Reação de *Maillard* - a cor dourada que tanto encanta os comensais. Essa técnica pode ser usada também em vegetais e ovos, além, é claro, de todos os tipos de carne. É importante ressaltar que devido à baixa temperatura, que não permite que os legumes usados em uma marinada liberem seus aromas, deve-se cozinhá-los antes de se adicionar ao produto, procedendo depois à embalagem a vácuo. Explicada a técnica, precisamos apresentar os equipamentos que podem ser utilizados, do mais moderno ao mais arcaico:

- **Roner:** - É um termocirculador que possibilita cozimentos em baixa temperatura, com controle muito preciso de calor. Porém, não há como programar o tempo; essa parte deve ser manual. Funciona como um ebulidor aquecendo a água e a fazendo circular por todo o interior da vasilha, não deixando que as embalagens fiquem coladas às paredes.

- **Forno combinado - vapor e calor seco** - Equipamento que permite tanto o controle da temperatura quanto do tempo de cozimento, como os novos modelos que possibilitam várias preparações simultâneas de produtos diferentes.

- **Panela comum** - É necessário fazer o controle manual, tanto da temperatura da água através de termômetro, quanto do tempo.



## **Usando o Thermomix**

É um equipamento completo, também chamado de Bimby, que substitui mais de 20 equipamentos de cozinha e tem como principais vantagens:

- ✓ Possui diversas opções de cozimento, inclusive com vapor para uma alimentação mais saudável;
- ✓ Cozinha com aquecimento direto (único no mundo da gastronomia);
- ✓ Executa, sozinha, várias operações ao mesmo tempo, por exemplo: cozinha e mexe;
- ✓ Balança incorporada ao sistema de tara;
- ✓ Economiza tempo e otimiza os ingredientes.

Por ter várias funções simultâneas (balança, marcação de tempo, aquecimento e velocidade), este equipamento faz misturas, quentes ou frias, como por exemplo: *sorbet* e sorvete; massa de pão ou pizza com a função sovar; cremes para sobremesa; zabaione; geléias (com as frutas inteiras); risoto; polenta (moendo o milho); purê de batata; tutu de feijão; cozinha verduras ou peixes no vapor; pica; moe; etc. com uma rapidez inacreditável. Basta escolher o programa certo. ( [http://gastronomylab.com/.](http://gastronomylab.com/))

## **Técnica de assar carnes em grelha, no forno, sobre tabuleiro**

Consiste em assar carnes que anteriormente eram fritas em imersão e que possuem alto teor de gordura, a exemplo de costelinha, frango, leitão, toucinho de barriga e outras, sobre uma grelha, fazendo com que todo o excesso de gordura seja depositado em um tabuleiro que funciona como base (apoio). As carnes são temperadas da forma tradicional, porém o que ocorre é uma menor concentração de gordura após a preparação, o que deixa o alimento mais saudável.

Nessa técnica a temperatura do forno não deve ultrapassar 180°C, com o efeito de pururucar as carnes, sendo feito com um maçarico no forno muito alto ou com o uso de uma serpentina para acendimento de churrasqueira. O tempo médio de preparo gira em torno de 40 a 60 minutos, dependendo do tamanho da peça.

Recentemente preparei carnes usando essa técnica para uso em pratos tradicionais da cozinha mineira - torresmo, frango para colocar quiabo e costelinha para fazer com ora-pro-nobis e o resultado foi surpreendente, tanto pelo sabor, quanto pela textura, aroma e o que mais me encantou, sem nenhuma concentração de gordura. A experiência foi inclusive apresentada pelo telejornal da Rede Globo - Bom Dia Minas, no dia 03.05.2011.

## Gastronomia Molecular e a Culinária Científica

Na cozinha do espanhol Ferran Adrià não há lugar para a mesmice. Equipamentos, utensílios e produtos complexos são parte essencial da culinária "científica" desenvolvida por Adrià – que ele batiza de *nueva nouvelle cuisine* –, na qual pontificam temperos em espuma, gelatina quente e líquidos esferalizados (encapsulados numa membrana finíssima).

A gastronomia molecular tem como base a compreensão racional e a transformação dos métodos de cocção, de forma a garantir melhor qualidade nutricional, maior precisão nas técnicas e nos gestos culinários, além de um melhor sabor e uma mudança de textura para os diversos alimentos. É uma maneira diferente de considerar o que se passa dentro das cozinhas. É a exploração laboratorial das receitas e dos alimentos sob o ponto de vista físico e químico. Como na natureza, diferentes cores, formas, texturas e sabores são objetos de curiosidade e diferentes experimentos, pois a criatividade pode ser também retratada pelos mais simples elementos.

A Cozinha Molecular é portanto, a aplicação das técnicas desenvolvidas pela Gastronomia Molecular.

Os restaurantes sabem que precisam atender aos novos valores do público, quais sejam: inovação, busca do inusitado e uma surpresa especial para encantá-los. Por isso, os *chefs* adotaram a postura de desafiar os sentidos, mudar radicalmente as coisas, desconstruindo e reconstruindo pratos que por muitos anos figuraram como clássicos da culinária mundial. (Carlo Petrini - 2009).

Para dar suporte a toda essa gama de modernidade, e porque não dizer, de produtos inusitados, os cozinheiros que aderiram à culinária molecular passaram a utilizar elementos antes encontrados apenas na indústria alimentícia e que têm base na alteração da estrutura química dos alimentos: hidrocolóides, enzimas, algas desidratadas, gelatinas, etc.

Com o uso desses produtos surgiram técnicas que são descritas, reverenciadas e aplicadas pelo Chef brasileiro Kaká Silva:

- **Gelatinização ou Gelificação** - Uso de agar-agar, goma xantana ou goma gelana: após a dissolução do agar-agar em líquido quente são adicionados adoçantes, corantes, aromas e pedaços de frutas. A mistura líquida é colocada em formas, onde esfria e adquire a forma desejada. Fica com uma consistência mais mole. Já a goma gelana cria formas diferentes e mais firmes, como um espaguete de beterraba feito a partir de um suco de beterraba, que é levado ao

fogo, acrescido da goma gelana e fervido. Essa mistura é colocada em tubos de PVC ou mangueiras utilizadas para soro e depositadas em vasilhas com gelo. Para a extrusão do espaguete, enchemos uma seringa com água e injetamos nos tubos, e eles sairão imediatamente.

- **Espumas e ares** - Para o preparo de espumas usamos o sifão ou garrafa de *chantilly*. Elas podem ser quentes ou frias, e quando preparadas frias a gelatina em folhas ou o agar-agar são usados. Para o preparo das quentes usamos o creme de leite fresco. Nas duas opções o gás utilizado é o óxido nitroso, disponível em cápsulas. O sifão deve ficar em banho-maria ou no *freezer*. Os ares são feitos a partir de sucos batidos com um *mixer*, e retirada apenas a espuma que se forma na superfície.

- **Esferificação** - A esferificação é o que o próprio nome diz, ou seja, é aprisionar um líquido dentro de uma esfera perfeita. São usados sais, sendo a base o alginato, que reage com o cloreto de cálcio ou com uma mistura de gluconato de cálcio e lactato de cálcio. O alginato é uma substância geleificante, já utilizado há muito tempo na indústria alimentícia, e funciona como aditivo para alterar a viscosidade de sorvetes e bebidas. A reação química entre o alginato com o cálcio e outros elementos parecidos com o cálcio, resulta na formação da película que reveste as esferas. As pequenas esferas, conhecidas como caviar, são feitas à base de alginato de sódio, com o banho de cloreto de cálcio. Para as esferas um pouco maiores, que apresentam textura de gel por dentro, como esferas de manga, usamos a goma gelana com o banho de lactato de cálcio. Já as grandes são feitas a partir de lactato de cálcio e gluconato de cálcio, com o banho em alginato de sódio.

- **Transformação** - Através do uso de maltodextrina N-Zorbit, ocorre a alteração da estrutura de óleos e gorduras. Aplica-se para fazer azeite em pó e nutella em pó, dentre outros, que, quando em contato com a saliva, voltam à forma e sabores originais.

- **Ligação de proteínas** - A transglutaminase faz a ligação entre as proteínas lisina e glutamina, colando as proteínas definitivamente. Ela vem sendo utilizada para maior aproveitamento das carnes, com um adicional de 18%. Necessita de 12 horas de refrigeração após a aplicação, para que ocorra a reação completa e fique bem colado. A colagem é visível quando crua, mas após a preparação não deixa marcas e nem gosto no alimento. Muitos restaurantes a estão utilizando para criar carnes mistas, ou seja, usando peixes de cores diferentes e colando, como é o caso do linguado com o salmão, originando o peixe de duas cores. O lombo de bacalhau, quando muito fino, pode ser aumentado com o uso deste produto, colocando um sobre o outro e também fazendo a colagem.

#### **4 - Relação entre as novas técnicas e os novos equipamentos com a cozinha mineira - aplicações, possibilidades e tendências**

Em se tratando de gastronomia mineira alguns restaurantes se destacam pela forma tipicamente mineira como preparam seus pratos, mantendo a tradição familiar, de geração em geração, de colocar fogões à lenha no centro do salão, onde as panelas de pedra, fumegantes, oferecem todas as iguarias da cozinha mineira. Outros, porém, adotam técnicas mais modernas, instalam equipamentos de última geração e trabalham a montagem dos pratos de forma individualizada, dando um toque de contemporaneidade.

Chegam, inclusive, a usar produtos tradicionais de nossa cozinha para preparar pratos que têm origem em outros países, como é o caso do ragú de quiabo, *confit* de costelinha, caponata de jiló, *carpaccio* de palmito pupunha, entre outros.

Dentre as novas técnicas e equipamentos alguns podem ser aplicados à cozinha mineira. São eles: cozimento em *sous-vide*, mesmo que seja em panela comum; o forno combinado, tanto para o cozimento a vácuo, quanto para acelerar o processo de confitar, o equipamento Thermomix, além, é claro, do processo de assar carnes sobre grelhas no forno.

A cozinha molecular, por todas as características já citadas, não se relaciona de uma forma harmônica com a cozinha mineira, já que uma tem base na pura química e a outra na harmonia de aromas, texturas, cores e sabores, mantendo viva a origem dos produtos.

A tendência é que os restaurantes tradicionais mantenham sua cozinha com as bases que os sustentam há anos. Porém, os que agora se instalam querem estar mais próximos daquilo que de novo acontece, até por receio de não ter condições de competir com os tradicionais. Outra questão fundamental e que deve ser considerada antes de se mudar tudo em um restaurante, do mobiliário ao garçom, da forma de preparar um prato à forma de servir, é a posição do cliente diante de tantas novidades.

Temos clientes que não abrem mão de frequentar restaurantes que os remetem às lembranças de sua infância, às vezes passada no interior de Minas, ou vêm de outros estados e mesmos de outros países para conhecer os restaurantes que cultuam as nossas tradições, seja no preparo e ou no modo de servir, tão propagados pelo mundo.

## **5 - Comprovação da hipótese**

Diante de todas as informações coletadas, pratos testados, como as carnes assadas em grelha no forno, costelinha cozida em *sous-vide*, costelinha e lombos confitados no forno combinado, tutu de feijão preparado no Thermomix e também nas

conversas com o *Chef* Adriano Eustáquio Santos, do SENAC Minas, Adelaide de Castro Engler, *Chef* e Consultora Gastronômica, Maria Lúcia Clementino Nunes e Dona Lucinha, foi possível chegar à seguinte conclusão: **pode-se adotar algumas técnicas culinárias do século XXI, bem como utilizar equipamentos modernos no preparo dos pratos da cozinha mineira, sem que haja alteração de seus sabores e aromas.** Porém, todos são unânimes em afirmar que a química exagerada que hoje é adotada pela cozinha molecular em nada se relaciona com a cozinha mineira.

Dona Lucinha foi bastante enfática ao afirmar que o uso de técnicas e equipamentos modernos faz parte da existência de todos os restaurantes, inclusive nas casas comandadas por ela. O torresmo é assado e somente passado pela gordura quente para pururucar, mas a forma de oferecer os pratos aos clientes não pode ser modernizada, sob pena de haver uma revoada. Existe uma identidade das casas com a história de Minas Gerais e as Cozinhas do Tropeiro e da Fazenda, o que se traduz no serviço de *buffet* em panelas de pedra.

Já para a *Chef* e Consultora Gastronômica Adelaide Engler o toque de modernidade pode ser adotado tanto pelas técnicas e equipamentos, quanto pela forma de servir, já que ela própria adota para preparar comida mineira, a linha de serviço de pratos individuais, com decorações diferenciadas e um toque de comida contemporânea, misturando ingredientes mineiros com técnicas francesa, italiana e tailandesa. Ela busca o que cada um tem de melhor para atingir a plena satisfação do cliente.

Na opinião da *Chef* o que não se deve aplicar à cozinha mineira é a grande quantidade de produtos químicos atualmente utilizada na Espanha, conforme ela mesma pôde constatar em recente visita a restaurantes daquele país, que trabalha com a cozinha molecular.

Segundo o *Chef* Executivo do SENAC Minas, Adriano Santos, a cozinha mineira é a mais contemporânea das cozinhas brasileiras, pois nela encontramos pratos que são traços da influência europeia na culinária regional; temos o frango ao molho pardo, a galinhada, o angu, as quecas, os quindins e os pudins. O movimento de renovação da culinária das fazendas trouxe para os restaurantes uma cozinha rápida, de preparações com essência, sabor e alma.

Os mais conservadores ou cozinheiros de vanguarda preferem uma cozinha, segundo eles, mais tradicional. O que lhes falta, na verdade, é o conhecimento das técnicas e equipamentos, razão pela qual tenham ideias concretadas. Fazendo uma analogia com as cozinhas regionais do mundo, a Alemanha começou este movimento

inovador das técnicas culinárias dentro de suas regiões e a Espanha as difundiram pelo mundo.

Podemos dizer que essa nova forma de cozinhar trouxe o desafio de fazer o que era bom ficar ainda melhor, com cores, texturas, sabores e ingredientes. O principal é fazer uma autêntica cozinha mineira, que proporcione prazer e emoção. Este movimento irá ajudar não só nos processos culinários, mas também no resgate cultural de coisas que há muito foram esquecidas.

## **6 - Metodologia**

### **Objetivo geral:**

Verificar a interferência das novas técnicas culinárias do final do século XX até os dias atuais na cozinha mineira.

### **Objetivos específicos:**

- Adequar a cozinha mineira às técnicas culinárias modernas, utilizando equipamentos e utensílios de última geração, sem que ela perca a sua essência;
- Comprovar que mesmo modernizando a forma de preparo da comida mineira ela continua sendo referência de cozinha regional;
- Elencar pratos da culinária mineira que podem ser preparados com técnicas modernas, sem que o produto final seja descaracterizado.

Para atingir tais objetivos foi necessário, primeiramente, conhecer as técnicas culinárias que surgiram desde o final do século XX até os dias atuais, e como elas podem ser utilizadas para preparar os pratos tradicionais da cozinha mineira. A pesquisa sobre tais técnicas e a sua aplicação foi realizada utilizando a internet, livros específicos e artigos científicos que contemplam o assunto.

Feito isto, chegou o momento de discutir o assunto com profissionais da área. A melhor forma foi conversar com profissionais que praticam a tradicional cozinha mineira e com aqueles que adotam as técnicas culinárias modernas, para saber de cada um deles qual a sua experiência e posição diante do problema apresentado.

Em Belo Horizonte um dos principais restaurantes de cozinha mineira é o Dona Lucinha, com unidades no Bairro São Pedro e na região da Praça da Liberdade. Ele representa a culinária mineira de raiz, tradicional, com divisão em duas modalidades – a Cozinha do Tropeiro, onde prevalecem as comidas mais secas, e a Cozinha da Fazenda, mais elaborada, que apresenta preparações com caldos e molhos, legítimos

representantes da Casa Grande. A proprietária, Dona Lucinha, foi a base para conceituar a cozinha tradicional.

Para obter informações sobre o uso das modernas técnicas culinárias na cozinha mineira foi preciso conversar com os *Chefs* Adriano Santos, do SENAC Minas e Adelaide Engler, Consultora Gastronômica. Como não havia tempo suficiente para a preparação de pratos, os *chefs*, com base em suas experiências pessoais e conhecimentos empíricos, fizeram considerações sobre os processos diversos e o seu emprego na cozinha mineira, posicionando-se sobre a interferência ou não nos sabores e aromas.

Através das impressões coletadas nessas conversas foi possível verificar se a hipótese – de que a adoção de técnicas culinárias do final do século XX até os dias atuais, na preparação de pratos da cozinha mineira, não altera os seus aromas e sabores –, é verídica ou não.

## 7- Considerações finais

Pois bem, confirmada a hipótese de que podemos adotar técnicas culinárias do final do século XX até os dias atuais, na preparação de pratos da cozinha mineira, sem alterar os seus aromas e sabores, lançamos este desafio aos *chefs*, cozinheiros, proprietários de restaurantes e amantes da cozinha mineira.

Vamos modernizar as cozinhas, adotar técnicas modernas e apropriadas, sem abusar da adoção de produtos químicos para alterar sabor, aroma ou textura. Podemos, sim, tornar ainda melhor o que já é excelente, mantendo o que temos de mais brilhante, a nossa capacidade de transformar elementos básicos em pratos elaborados, saborosos e que carregam em sua composição doses elevadas de amor, dedicação e, como diz Dona Lucinha, muita paciência, marca registrada de nós, mineiros.

## REFERÊNCIAS

ABDALA, Mônica Chaves. In: Revista do Arquivo Público Mineiro. Ano XLII, n.2, jul./dez. 2006.

ATALA, Alex; DÓRIA, Carlos Alberto. **Com unhas, dentes e cuca**. SENAC São Paulo, 2009. 352 p.

FRIEIRO, Eduardo. **Feijão, angu e couve**. Centro de Estudos Mineiros. Universidade Federal de Minas Gerais, 1966. 293 p.

<http://gastronomylab.com/>. Acesso em: 28 jun. 2011.

MAINCENT, Michel. **La cuisine de Référence**. BPI Hotel/Restaurant, 2002. 1040 p.

NUNES, Maria Lúcia Clementino; NUNES, Márcia Clementino. **História da arte da cozinha mineira**. Editora Larrouse, 2010. 178 p.

PETRINI, Carlo. **Slow Food: princípios da nova gastronomia**. SENAC São Paulo, 2009. 246 p.

TEICHMANN, Ione Mendes. **Tecnologia culinária**. EDUCS, 2009. 364 p.

WEBER LAMBERDIÈRE, Manfred. **As revoluções de Ferran Adrià**. L&PM Editores, 2008. 208 p.