



GLOSSÁRIO DE CULTURAS ALIMENTARES NA AMÉRICA DO SUL

Andrea Ciacchi, Érika Marafon Rodrigues Ciacchi,
Juan Francisco Bacigalupo Araya e Yansy Aurora
Delgado Orrillo (org.)

GLOSSÁRIO DE
CULTURAS ALIMENTARES
NA AMÉRICA DO SUL

UNIVERSIDADE FEDERAL DA INTEGRAÇÃO LATINO-AMERICANA

Diana Araújo Pereira Reitora
Rodne de Oliveira Lima Vice-reitor

EDUNILA – EDITORA UNIVERSITÁRIA

Julio da Silveira Moreira Coordenador da EDUNILA
Leonel Gandi dos Santos Vice-coordenador da EDUNILA
e Bibliotecário-documentalista
Andréia Moassab Membro da Coordenação Executiva
Ailda Santos dos Prazeres Assistente em administração
Claudinéia Pires Assistente em administração
Francieli Padilha Bras Costa Programadora visual
Ricardo Fernando da Silva Ramos Assistente em administração

CONSELHO EDITORIAL

Julio da Silveira Moreira Presidente do Conselho
Leonel Gandi dos Santos Vice-presidente do Conselho
Débora Viletti Zuck Representante dos/as técnico-administrativos/as
em educação da UNILA
Raulandis Magdariaga Perez Representante dos/as discentes de graduação da
UNILA
Janice Scheila Kieling Representante dos/as discentes de pós-
-graduação da UNILA
Selma Passos Cardoso Representante do Instituto Latino-Americano de
Tecnologia, Infraestrutura e Território (ILATIT –
UNILA)
Diego Chozas Ruiz-Belloso Representante do Instituto Latino-Americano de
Arte, Cultura e História (ILAACH – UNILA)
Luiz Roberto Ribeiro Faria Junior Representante do Instituto Latino-Americano de
Ciências da Vida e da Natureza (ILACVN – UNILA)
Ramon Blanco de Freitas Representante do Instituto Latino-Americano de
Economia, Sociedade e Política (ILAESP – UNILA)
Avacir Gomes dos Santos Silva Representante externa - Professora Associada no
Curso de Pedagogia da Universidade Federal de
Rondônia (UNIR)
Edilma de Jesus Desidério Representante externa - Professora voluntária
no Campus do Sertão da Universidade Federal de
Alagoas (UFAL)
Lilibeth Zambrano Representante externa - Coordenadora do Instituto
de Pesquisa Literária “Gonzalo Picón Febres” da
Universidade dos Andes
Ricardo Scavone Yegros Representante externo - Membro da Academia
Paraguaya de la Historia e Diretor Geral da
Academia Diplomática e Consular do Ministério de
Relações Exteriores do Paraguai
Jorge Luiz Favaro Representante externo - Docente em Extensão e
Desenvolvimento Rural na UNICENTRO

Andrea Ciacchi
Érika Marafon Rodrigues Ciacchi
Juan Francisco Bacigalupo Araya
Yansy Aurora Delgado Orrillo
(org.)

GLOSSÁRIO DE CULTURAS ALIMENTARES NA AMÉRICA DO SUL

Núcleo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Soberania, Segurança
e Educação Alimentar e Nutricional – NuSSEAN

APOIO:



Esta publicação e a pesquisa que lhe deu origem foram realizadas graças ao apoio concedido pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), através de recursos oriundos da Chamada MCTI/Ação Transversal – LEI/CNPq nº 82/2013 – Segurança Alimentar e Nutricional no Âmbito da UNASUL e ÁFRICA.

Colaboradores:

Adriana Baldeon Musetti
Cynthia Acosta Gimenez
Elaine Barreto Medeiros Cavalcante
Melrilane Farias Sarges
Núcleo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Soberania, Segurança
e Educação Alimentar e Nutricional

Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil



2026

EQUIPE EDITORIAL

Francieli Padilha Bras Costa Projeto gráfico, capa e diagramação
Matheus Degasperi Ieker Ilustração de capa “Los colores de mi comida”
Leonel Gandi dos Santos Normalização bibliográfica
Natalia de Almeida Velozo e Heloise Reis Ventura Revisão de textos em português
Diana Jazmin Britez Cohene e Julián González Revisão de textos em espanhol
Nelson Figueira Sobrinho Preparação e edição de textos
Julio da Silveira Moreira Conferência de provas e finalização

Catálogo na Publicação (CIP)

G563 Glossário de culturas alimentares da América do Sul / Andrea Ciacchi;
Erika Marafon Rodrigues Ciacchi; Juan Francisco Bacigalupo Araya;
Yansy Aurora Delgado Orrillo (org.). Foz do Iguaçu: EDUNILA, 2026.
PDF (235 p.) : il.

ISBN: 978-65-86342-76-5

1. Culturas alimentares. 2. América do Sul. 3. Soberania alimentar. I.
Ciacchi, Andrea. II. Ciacchi, Erika Marafon Rodrigues. III. Araya, Juan
Francisco Bacigalupo. IV. Orrillo, Yansy Aurora Delgado. V. Título

CDD 613.2
CDU 613.32(8)

Ficha Catalográfica elaborada por Leonel Gandi dos Santos CRB9/2269

Todos os direitos reservados e protegidos pela Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998. É proibida a reprodução total ou parcial por quaisquer meios sem autorização prévia, por escrito, da editora.
Direitos adquiridos pela EDUNILA – Editora Universitária.

Editora associada a:



“Por séculos só falamos uma língua geral criada, mal pronunciando o tupi com bocas portuguesas. Sobrevivemos porque aprendemos a viver aqui com os índios, tirando o sustento dos roçados de plantas que deles recebemos: mandioca, milho, amendoim [...]. Como índios é que caçamos, pescamos e fazemos choças. Com nomes índios é que chamamos as coisas da terra e do céu”.

Darcy Ribeiro



Palavras da Editora

“Las cosas familiares tienen su sentido porque a uno le explica cosas de uno misma, y afinidades. Pero para mí por ejemplo uno de los temas de mi vida, de darme continuidad, ha sido la comida. Yo cocino todos los días de mi vida. Y claro, cocinando he aprendido pensar. Es curioso pero yo asocio mucho el “rumiar ideas” con el proceso cuando estoy cocinando, por eso no puedo que me ayude nadie ni que me llame nadie.”

Silvia Rivera Cusicanqui¹

Se “comer é um ato político”, como diz o ditado popular muito invocado pelos movimentos de agroecologia, então comer na América Latina é um ato de existência, resistência, pertencimento e perpetuação da cultura popular. O livro sagrado ancestral dos maias, Popol Vuh, já dizia que os deuses tentaram criar os humanos com vários materiais e falharam, e só lograram quando moldaram os primeiros homens e mulheres a partir do milho. A existência e o alimento se entrelaçam no ser de Nossa América. O *mero estar* dos povos originários do nosso continente, como definiu Rodolfo Kusch, se realiza através do plantar e do comer. O ser cria seu alimento junto à natureza, e este alimento recria o ser.

A palavra cultura se aplica tanto para o cultivo do alimento como para as práticas de coexistência e sociabilidade. O “corpo de Cristo” da liturgia católica se manifesta através de um alimento, depois que a comunidade reúne e apresenta seus frutos em forma de oferenda. Nas religiões de matriz africana, o alimento é preparado em comunidade e oferecido para o santo. O Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem-Terra, em sua Mística, apresenta ao centro do espaço os alimentos de sua produção familiar, junto com livros, música e poesia. A cultura é o alimento, mas

1 Documentário Historias debidas VIII, do Canal Encuentro, da TV Pública argentina, em abril de 2018. <https://www.youtube.com/watch?v=1q6HfhZUGhc>

também é a música que ilumina a vida. E ela ressoa em muitas línguas, o espanhol, o português, o guarani, o iorubá, o creole, o tikuna, o quechua, o aymara e outras incontáveis possibilidades, desde o primeiro dia em que uma pessoa caminha na UNILA.

O que se come, como se prepara um prato, é um assunto comum quando estudantes de diferentes origens iniciam um diálogo, seja numa aula, num corredor ou numa festa. Falar da comida é uma forma de conhecer o outro e de se (re)conhecer, porque logo vem também a saudade do sabor da infância, da família, da comida de casa, da comida da festa de santo.

As feiras agroecológicas, as “feirinhas” e o famoso “cantinho do sabor” são espaços onde alimentos de diferentes lugares são compartilhados na comunidade intercultural unileira. Cada alimento tem uma história e uma conversa que demora mais que o próprio ato de comer.

Se o eurocentrismo e o pensamento único tentam impor monoculturas do saber, o modelo do agronegócio, como perpetuação da plantação e da fazenda colonial, tenta impor a monocultura alimentar, temperada com agrotóxicos que ameaçam nossa existência em diversos níveis.

Que este glossário, construído a partir de vivências universitárias interculturais, contribua para a riqueza e a diversidade cultural que sustentam a existência dos povos da Nossa América.

Agradecimentos

Este livro não existiria sem a contribuição fundamental das e dos estudantes da UNILA e familiares, direta ou indiretamente, que cederam uma parte do seu tempo para responder as nossas perguntas e servindo na nossa mesa esse cardápio rico, colorido, diverso e inclusivo, no qual não degustamos apenas os sabores, mas as vidas que estão em volta de todos os pratos. A elas e a eles o nosso mais forte agradecimento!

Também agradecemos a toda equipe da EDUNILA, na coordenação do prof. Julio da Silveira Moreira, incluindo colegas que já não estão mais nesse setor, que desde o começo contribuíram para que o serviço e o atendimento fossem exemplares.

Ainda expressamos os nossos sinceros agradecimentos a Matheus Degasperi Ieker pelo desenvolvimento da capa: a partir da sua sensibilidade artística e criatividade pôde traduzir a essência do livro comunicando não só a sua estética como também a nossa riqueza e diversidade cultural.

Às bolsistas e ao bolsista que contribuíram com a coleta de dados percorrendo regiões e comunidades da América do Sul em busca dos fazeres e comerres tradicionais que se mesclam a outros e ao mesmo tempo perpetuam sua ancestralidade.

Agradecemos ao CNPq pelo apoio, graças aos recursos garantidos através da MCTI/Ação Transversal – LEI/CNPq nº 82/2013 – Segurança Alimentar e Nutricional no Âmbito da UNASUL e ÁFRICA.



Sumário

13	APRESENTAÇÃO
19	A UNILA E AS SUAS DIMENSÕES
21	GLOSSÁRIO DE MEMÓRIA, DIVERSIDADE E SOBERANIA NA CULTURA ALIMENTAR SUL AMERICANA
209	COMER NA AMÉRICA DO SUL: UMA ABORDAGEM UNIVERSITÁRIA, MAS NÃO SÓ ACADÊMICA
215	REFERÊNCIAS
231	ÍNDICE REMISSIVO
235	SOBRE OS ORGANIZADORES

Apresentação

Este livro é resultado da pesquisa: “Culturas Alimentares na América do Sul: memória, diversidade e soberania”. O projeto foi apresentado ao CNPq, em 2013, atendendo à Chamada MCTI/Ação Transversal – LEI/CNPq nº 82/2013: Segurança Alimentar e Nutricional no âmbito da União das Nações Sul-Americanas – UNASUL e África. Essa chamada tinha, entre outros objetivos, um que, na Universidade Federal da Integração Latino-Americana - UNILA, não pôde deixar de despertar grande interesse: a criação de uma rede – na América do Sul – de Núcleos de Ensino, Pesquisa e Extensão dedicados à Segurança Alimentar e Nutricional².

Em particular, o nosso projeto se vinculou à Linha Temática 2 (“Educação e atenção nutricional articulado a ações de Segurança Alimentar e Nutricional para promoção da alimentação saudável”), que incluía, como segundo tópico, “Patrimônio alimentar, hábitos, práticas e cultura alimentar”.

Nessa perspectiva, apresentamos um projeto que tinha, como seu pressuposto conceitual mais relevante, a abordagem de aspectos proeminentes da discussão teórica, política e metodológica sobre soberania e segurança alimentar e nutricional, e das práticas que visem à sua obtenção, através de medidas que articulem os saberes acadêmicos e os conhecimentos populares. Assim, esse ponto de partida, além de conceitual, é também político, teórico e metodológico. Ele aponta para conse-

2 Sua ementa, na íntegra é a seguinte: “Apoiar projetos de pesquisa científica e tecnológica, extensão e/ou ensino que visem contribuir significativamente para o desenvolvimento científico e tecnológico do País, nas áreas de Segurança Alimentar e Nutricional - SAN. Os objetivos específicos da ação são: a) Identificação e fomento a núcleos e grupos de ensino, pesquisa, extensão nas cinco regiões brasileiras com expertise na área de segurança alimentar e nutricional que possam apoiar a geração e difusão de conhecimento e tecnologias na área; b) Integração da pesquisa científica em Segurança Alimentar e Nutricional - SAN à Política na mesma área, de modo a estimular que a produção do conhecimento considere as necessidades sociais e da gestão, e o conhecimento produzido na academia possa promover o desenvolvimento social, a segurança alimentar e nutricional, a inclusão social; c) Formação de rede de instituições que promovam intercâmbio de conhecimento e tecnologias e monitoramento contínuo da situação de segurança alimentar e nutricional, incluindo a produção da agricultura familiar, o abastecimento alimentar e compras institucionais até um consumo saudável”. Disponível em http://memoria2.cnpq.br/web/guest/chamadas-publicas?p_p_id=resultadosportlet_WAR_resultadoscnpqportlet_INSTANCE_0ZaM&filtro=resultados&detalha=chamadaDivulgada&idDivulgacao=4301. Acesso em 23. set. 2025.

quências que só podem ser alcançadas, compreendidas e operacionalizadas em duas dimensões acadêmicas: a integração entre ensino, pesquisa e extensão e a interdisciplinaridade. Ambas as perspectivas representam outros tantos desafios à ação dos atores acadêmicos. No nosso projeto, enfrentamos essa tarefa com ações específicas, nas duas dimensões.

Com relação à articulação entre ensino, pesquisa e extensão, destacam-se: 1) a integração, na equipe do projeto, de estudantes (bolsistas e voluntários) dos dois cursos de graduação da UNILA nos quais as temáticas de Segurança Alimentar e Nutricional assumem papel mais relevante: Saúde Coletiva e Desenvolvimento Rural e Segurança Alimentar; 2) a indissociabilidade entre este projeto (caracterizado, pelo CNPq, principalmente, como sendo de pesquisa) e um projeto de extensão, coordenado pela professora Érika Marafon Rodrigues Ciacchi, ativo na UNILA desde 2012 (com a integração entre os bolsistas dos dois projetos): *AcervoSan – Acervo Latino-Americano de Segurança Alimentar*; 3) a oferta, por parte dos docentes da equipe do projeto, de disciplinas da graduação da UNILA, com destaque para os componentes curriculares: “Alimentos, nutrição e saúde”, para o bacharelado em Desenvolvimento Rural e Segurança Alimentar, e “Antropologia da Alimentação”, para o bacharelado em Antropologia, que utilizou materiais e métodos oriundos deste projeto.

No tocante ao desafio da interdisciplinaridade, ele vem sendo enfrentado em várias dimensões, destacando-se: a) a própria formação da equipe executora, com a participação de docentes das áreas da Saúde e das Ciências Humanas e Sociais; b) o formato planejado para o Núcleo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Soberania, Segurança e Educação Alimentar e Nutricional (um dos produtos previstos no projeto), com a participação de docentes e discentes de todas as áreas do conhecimento; 3) a metodologia da pesquisa para a realização deste livro (o outro produto do projeto), que reúne métodos, categorias e temáticas oriundas da Nutrição, da Antropologia e das Ciências Agrárias.

Sendo assim, este livro é fruto de um conjunto de atividades que visaram a registrar e a organizar os saberes e práticas alimentares de países da América do Sul, incluindo as que se encontram nas realidades da sua diversidade étnica e cultural, a partir dos conhecimentos e das experiências dos estudantes da UNILA e das suas famílias. As peculiaridades da UNILA, apresentadas mais adiante, permitiram a realização de um extenso levantamento dos hábitos alimentares da região, considerando

que a nossa universidade tem recebido, desde 2010, estudantes de todos os países da América do Sul de fala hispânica (além de outros procedentes da América Central, do Caribe e do México).

Consideramos que este livro representa a atividade que mais se relaciona com o espírito e os objetivos gerais do projeto e que mais o caracteriza do ponto de vista científico. Através de cerca de setenta depoimentos (obtidos por meio de entrevistas semiestruturadas, feitas pelos estudantes ligados ao projeto) foi possível não só ter acesso à descrição e à enumeração dos hábitos e práticas alimentares desses jovens, residentes em Foz do Iguaçu, mas oriundos do restante da América do Sul (inclusive de outras regiões do Brasil), mas, sobretudo, às representações, valorações, contextos, não só do comer, mas também do plantar, do pescar, do cozinhar. Além disso, foi possível o acesso a esse conjunto de elementos e dimensões também na perspectiva plural e diferenciada dos estudantes que, cidadãos desse ou daquele outro país da América do Sul, pertencem a grupos étnicos diversos, às vezes em situação de contraposição às representações oficiais que o seu pertencimento nacional lhes imporia. Destacamos, assim, acessos diferenciados ao alimento e aos seus contextos culturais, sociais e econômicos.

Esta dimensão da nossa pesquisa beneficiou-se muito pela própria composição da equipe que desenvolveu as atividades. Entre bolsistas e voluntários, contamos com uma estudante peruana, oriunda da Província de Cajamarca, na *sierra norte* do país; com um estudante nascido na capital chilena, Santiago; com uma estudante com dupla nacionalidade: equatoriana e uruguaia; com uma estudante paraguaia e com duas brasileiras, uma natural do Estado do Amazonas e outra de Sergipe.

Este livro, que por ter suporte eletrônico poderá receber, ao longo do tempo, acréscimos e integrações que demandariam, numa obra impressa, recursos vultosos, pretende se tornar um instrumento, entre outros objetivos, de educação alimentar e nutricional, entendida aqui não como “tradução dos conhecimentos científicos” (Boog, 2013, p. 30), insuficiente para a compreensão dos aspectos simbólicos, culturais, das práticas sociais impressas nas várias nuances do comportamento alimentar, mas como, e sobretudo, propulsora para iniciar um diálogo que coloque as tradições culturais como epígrafe de qualquer debate que relacione o homem e o seu alimento, com todas as suas adjacências. Desse modo, Boog (2013) nos faz refletir sobre o conceito de educação alimentar e nutricional que será por ela pormenorizado, primeiro

na educação alimentar como a “transmissão espontânea da cultura alimentar na sociedade” (p. 31) e depois na educação nutricional, pelo seu campo científico, como “um conjunto de estratégias sistematizadas, a partir de vários campos do conhecimento científico, para impulsionar a cultura, a valorização, o direito à alimentação, reconhecendo a necessidade de respeitar” (Boog, 2013, p. 31), mediados pelas buscas compartilhadas, entre educadores e educandos, para a descoberta de, segundo Boog:

novos sentidos para o ato de comer, por meio do qual as pessoas possam construir valores e conhecimentos, ressignificar práticas e desenvolver estratégias que lhes proporcionem condições para alimentar-se saudavelmente, mas também transgredir regras sobre práticas saudáveis, com responsabilidade e temperança, de maneira a não se privar do sabor da vida (Boog, 2013, p. 31 e 32).

Assim, reiteramos que esse conceito tem também orientado o nosso trabalho e, agora, se explicita neste livro, no qual articulamos, na sua seção principal, as instâncias populares e as acadêmicas. Entendemos que práticas e saberes nacionais, regionais, tradicionais e populares, inseridos nas várias dimensões do sistema alimentar, podem e devem ser valorizados assim como os conhecimentos produzidos nos diferentes âmbitos científicos e acadêmicos. Estes, por sua vez, vêm cada vez mais se voltando para as práticas populares. Não é por acaso que os estudos contemporâneos sobre alimentação e cultura (mas também os trabalhos que se colocam nas áreas mais tradicionais da Nutrição e das Ciências Agrárias), admitem, como a Antropologia da Alimentação já faz há mais tempo, o recurso aos métodos etnográficos, justamente com o objetivo de incluírem as práticas e os saberes dos sujeitos coletivos, nos vários cenários sociais e étnicos do mundo.

É com essa literatura e leitura sociocultural que o nosso trabalho dialoga, principalmente na busca de uma abordagem ao mesmo tempo unitária e articulada, capaz de dar conta das complexidades de que se reveste o sistema alimentar da América do Sul

Por essa razão, este livro é estruturado de forma a visualizar a centralidade das experiências sociais que registramos: um capítulo inicial (com a apresentação e a descrição das peculiaridades da formação da Universidade Federal da Integração Latino-Americana e do seu

corpo discente) e um capítulo final (com a discussão dos resultados alcançados pela pesquisa) cercam e envolvem a seção principal da obra: um glossário, que recebe esse nome, por um lado, para que cada prática alimentar registrada seja descrita e compreendida por qualquer leitor, independentemente da sua origem nacional, e, por outro, justamente para enfatizar a equivalência epistemológica das fontes: os relatos e a memória das e dos estudantes e as análises e sínteses (historiográficas, antropológicas, nutricionais, agronômicas, econômicas etc.) da literatura acadêmica.

Nesse glossário, cada verbete possui a mesma estrutura: é introduzido por trechos dos depoimentos dos estudantes (que permanecem na mesma língua em que foram prestados: espanhol ou português) seguidos da contextualização do objeto, com o recurso, às vezes, dos conhecimentos acadêmicos.

Finalmente, não podemos concluir esta apresentação sem prestar o nosso forte agradecimento ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico, sem o qual nem este livro nem o projeto que o subsidiou teriam sido possíveis. Os recursos concedidos foram direcionados (além de a outras atividades) às bolsas dos estudantes envolvidos e à compra dos equipamentos e do material bibliográfico necessários para a concretização desta obra e do Núcleo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Soberania, Segurança e Educação Alimentar e Nutricional.





A UNILA e as suas dimensões

A Universidade Federal da Integração Latino-Americana, criada pela Lei nº 12.189, de 12 de janeiro de 2010 (Brasil, 2010), é uma universidade brasileira, pública e gratuita, com caráter internacional. Sua missão é a de contribuir para a integração latino-americana por meio do conhecimento compartilhado e da cooperação solidária. O caráter internacional da UNILA configura-se por ter metade dos estudantes brasileiros e metade proveniente de outros países da América Latina e do Caribe (UNILA, 2022).

Suas atividades didáticas iniciaram-se em agosto de 2010, quando foram abertos seis cursos de graduação. A sua estrutura e a sua oferta foram se ampliando, até chegar hoje (2025) a vinte e nove cursos de graduação e treze programas de pós-graduação (UNILA, 2022).

A universidade adota o português e o espanhol como seus idiomas oficiais, tornando o bilinguismo uma importante ferramenta para a integração cultural e intelectual. Além disso, todos os cursos de graduação da UNILA incluem, nos três primeiros semestres, o Ciclo Comum de Estudos – no qual são oferecidas disciplinas como “Fundamentos da América Latina”, “Introdução ao Pensamento Científico” e “Línguas Adicionais – Português e Espanhol”. Aliás, o peculiar bilinguismo da UNILA, na qual cada um pode usar e de fato usa a sua própria língua nacional em sala de aula, nas atividades de pesquisa, na comunicação cotidiana, além de outras instâncias, reflete-se também neste livro (em seu glossário).

Atualmente (julho de 2025), a UNILA conta com cerca de 4.000 estudantes matriculados em cursos de graduação e cerca de 550 em cursos de pós-graduação *stricto sensu*. Seu corpo docente é formado por cerca de 450 professoras e professores. No corpo estudantil, a proporção entre estudantes do Brasil e de outros países da América Latina é de, aproximadamente, 60 a 40, respectivamente³. Desde o início das suas atividades, a UNILA tem priorizado mecanismos de acesso capazes de

3 Dados extraídos do sistema SIG+, em 02 jul. 2025, com os parâmetros: aluno ativo, ativo-formando, defendido e trancado. Graduação, lato, mestrado, doutorado. Fonte: SIG + (dados que vieram por email da servidora Raquel Lala da Coordenadoria de Informação e Regulação Institucionais).

compreender as várias dimensões da inclusão socioeconômica. Desde a aplicação de bônus para candidatas e candidatos oriundos de escola pública brasileira à adoção (desde 2014) da política de cotas definida pela Lei nº 12.711/2012 (Brasil, 2012b), regulamentada pelo Decreto nº 7.824/2012 (Brasil, 2012a) e pela Portaria Normativa nº 018/012/MEC (Brasil, 2012c).

Podemos afirmar que a amostra dos estudantes que participaram prestando depoimentos sobre a sua visão dos sistemas alimentares dos seus países de origem é composta por pessoas que pertencem ou convivem com grupos sociais e étnicos possuidores de tradições alimentares peculiares.

Glossário de memória, diversidade e soberania na cultura alimentar sul-americana

Como foi antecipado na apresentação deste livro, encontra-se aqui a parte maior e mais relevante do nosso trabalho. Seu ponto de partida, sua fonte, a matéria-prima que a informa e orienta, é constituído pelos cerca de setenta depoimentos e 107 verbetes de outros tantos estudantes da UNILA, cidadãos de dez países: Argentina, Bolívia, Brasil, Chile, Colômbia, Equador, Paraguai, Peru, Uruguai e Venezuela.

Cada verbete se inicia com trechos de depoimentos, cujos autores são identificados por nacionalidade e curso que frequentavam quando foram entrevistados. Em seguida, um texto de responsabilidade dos organizadores do livro contextualiza cada elemento (fruto, verdura, hortaliça, animal comestível, preparação, ocasião etc.), em muitos casos recorrendo a textos da literatura selecionada.

A maioria dos verbetes inclui também uma ou mais ilustrações fotográficas. Estas, salvo quando indicado diversamente, foram extraídas majoritariamente do sistema *Wikimedia Commons*, uma mediateca com cerca de cem milhões de imagens livres, utilizáveis no contexto ao qual pertence esta obra. Algumas poucas imagens têm como fonte a rede *Flickr*, na qual muitas fotos estão marcadas com “Privacidade de visualização: Público”. Nos dois casos, também fornecemos a indicação do *link* de origem.

No começo do nosso projeto buscamos, paralelamente à realização das entrevistas, a obtenção de imagens originais, por meio dos estudantes e/ou dos seus familiares. Infelizmente, por motivos essencialmente logísticos, os resultados desse viés da pesquisa estiveram aquém do desejado. Mesmo assim, utilizamos aqui cerca de vinte fotos feitas pelos membros da equipe no Equador, no Chile, no Uruguai, no Peru e, no Brasil, em Caicó, Rio Grande do Norte e Manaus, Amazonas, além de na própria UNILA, por ocasião de festas estudantis nas quais foram preparadas e oferecidas comidas de alguns países da região.



Abiu



Figura 1 - Abiu – fruta do Abieiro

Fonte: Magaldi, 2009.

“ Hay otra que se llama abiu, que es así grande, redondita y amarilla. Es como caimito, bueno, es más o menos así, ya el punto es de que la partes y tratas de que no se te pegue en los labios. O sea, la fruta es muy dulce y muy rica, si el líquido de ahí se te pega en los labios es como que te queda pegajoso, y si comes bastante, se te pegan así los labios.

(estudante equatoriana da região amazônica)

Essa estudante equatoriana, nascida e criada na região de Archidona, na Amazônia, menciona uma fruta que no Brasil recebe, sim, o nome de abiu ou abiurana (*Pouteria caimito*) e que em espanhol é também conhecida como *caimito*. Parente próximo do sapoti, há registros do seu uso por etnias indígenas brasileiras, como os Kaixana do Amazonas (Cavalcante, 2014, p. 40-43) e, também, nos demais países amazônicos: Bolívia, Colômbia, Venezuela, Peru e nas três Guianas. Rabelo (2012, p. 37) confirma que “quando os frutos são cortados e degustados, exsudam um látex branco e pegajoso que cola nos lábios das pessoas”.

Acemita Tocuyana



Figura 2 – *Acemita Tocuyana*

Fonte: Elquelosborra, 2014.

“ ummmmm.... Ahorita, es gracioso para mí, porque en realidad la ciudad misma toma como de los pueblitos alrededor, sabes... ese tipo de cosas. Existe la *acemita tocuyana*, que es un pan hecho con *papelón*... con *rapadura*. Viene relleno de queso y es como de un pueblito al lado.

(estudante da Venezuela da região de Barquisimeto, Oeste do país)

El Tocuyo é uma cidade da Venezuela localizada no Estado de Lara, no Centro-Oeste do país. Na sua região, há extensas plantações de cana-de-açúcar, de forma que o *papelón*, que evidentemente não é “papelão”, mas a nossa bem conhecida rapadura, é uma preparação muito popular. Com ele faz-se esse pão doce, que ainda leva noz moscada e canela, como aromatizantes, e um queijo branco ralado.

Agua de Hierba Luisa



Figura 3 – *Aloysia citriodora*, verbenaceae, verbena-limão, escova-de-limão, inflorescência; Jardim Botânico de Karlsruhe, Alemanha.

Fonte: Zel, 2010.

“ (...) eso, sí, mi mamá tiene un montón de hierba luisa. Entonces, hace esa agua todos los días. Caliente o fría. En la mañana siempre la hacemos, y en la noche también se calienta. Y así tenemos el jugo del día, digamos así, para cualquiera que vaya a tomar, mi mamá hace como tres jarras y deja en la heladera o en la mesa y eso acaba. Somos tantos que lo acabamos todo.

(estudiante equatoriana da
Província de Pastaza, região
amazônica do país)

Aloysia citriodora (também chamada *Cedrón*), conhecida (mas não por muitos) no Brasil também como “Lúcialima”, ou mesmo “erva-lúisa”, é uma espécie de verbena, de gosto cítrico, que pode ser usada como tempero, mas que, sobretudo no Equador, é utilizada para essa “água”, uma infusão a ser tomada quente ou gelada, no café da manhã ou como refresco. No Uruguai, na Argentina e no Chile também serve para aromatizar o mate ou o chá. Vale informar que, no Peru, recebe o mesmo nome de *hierba luisa* uma outra planta (*Cymbopogon citratus*), muito mais popular no Brasil, onde é chamada capim-limão.

Aguapanela



Figura 4 - Água Panela com queijo fresco em la Puerta Falsa
Fonte: Neuheisel, 2015.

“ (...) una aguapanela, sí, que sería un agua de panelas. La panela es como un sólido, un dulce muy dulce de caña, si, entonces, lo venden así como un cuadradito sólido y tú lo partes y lo pones en agua y lo pones a hervir y queda aguapanela, así. Entonces, eso se toma todos los días allá; aguapanela es todos los días porque además da mucha energía. Entonces, ¡eso! Como te digo, casi siempre: sopa, seco y aguapanela, o algún jugo de otra cosa por ahí.

(estudiante colombiana do Departamento de Boyacá, na região andina do país).

Mais um falso cognato: essa *panela* é, também, a nossa rapadura, aqui servindo de base para uma bebida grossa, energética, feita simplesmente dissolvendo pedaços dela em água.

Ají



Figura 5 – Ají a venda numa feira de Quito, Equador
Fonte: Baldeón, 2014a.

“ Y así aprendí a cocinar poco a poco, acá no me traje cosas de Perú, no sabía a lo que me enfrentaba... Pero después regresé y me traje las cosas básicas que lleva nuestra comida, como es el ají amarillo, el ají especial, que prácticamente sin eso muchas de las comidas no podrían cocinarse. (...) Por ejemplo: la causa, el cebiche de pollo, el ají de gallina, el arroz con chanchó, que llevaban ají amarillo; la carapulcra. Si te

quieres comer un hígado frito, tienes que ponerle ají panca porque si no... o sea, nuestra costumbre es de ponerle, pues. Entonces tu paladar ya está adiestrado a ese sabor... igual todas las vísceras prácticamente las cocinamos con ají, incluso la chanfainita, que es el pulmón de vaca, un guisito de pulmón de vaca con papitas, incluso la chanfainita lleva ají panca... ¿qué más?... el pollo al maní, distintos platos: escabeche de pollo, muchos platos llevan.

(estudiante peruana, de Lima).

Salpicadas em (quase) todos os pratos, as mil variedades de pimentas peruanas (*Capsicum baccatum*: *ají colorado*, *crystal*, *amarillo*, *panca* etc.) também estão presentes em todos os depoimentos dos estudantes peruanos. Em pasta, moído, em pó, em flocos, fresco, desidratado, mas também com graus diversos de picância, o *ají* é, ao mesmo tempo, poderoso e disposto a tudo, para poder dar os ares e as ardências da sua

graça à alimentação dos peruanos. E não só dos peruanos, evidentemente, posto que, com outros nomes, mas com os mesmos objetivos, circula pela culinária de toda a América Latina. O dedo-de-moça está aí para confirmar. Contudo, é no Peru, entre as outras regiões do continente, que o *ají* aparece principalmente como “acompañante en la alimentación cotidiana en casi todos los sectores sociales” (Rodríguez Pastor, 2014, p. 9). Segundo o pesquisador peruano Rodríguez Pastor,

En el Perú, a diferencia de otros países latinoamericanos —con excepción de México y Bolivia—, casi todas las personas que cocinan llevan en mano alguna variedad de ají: sea para ir a la olla donde algo se está cocinando, sea para ponerlo a la mesa entero o molido, o con el fin que los comensales añadan picante a sus platos (...). (Rodríguez Pastor, 2014, p. 10).

Não é surpreendente que a forte presença das pimentas nas culturas anteriores à conquista espanhola chamasse a atenção de cronistas dos séculos XVI e XVII. O principal deles, Garcilaso de la Vega, no Capítulo XXVII dos seus *Comentarios Reales* (publicados em 1609), informa:

Con estas frutas de los indios, pudiéramos poner el condimento que echan en todo lo que comen, sea guisado, sea cocido o asado; no lo han de comer sin el que llaman uchu, y los españoles, pimientos de las Indias, aunque allá le llaman axí, que es nombre del lenguaje de las islas de Barlovento. Los de mi tierra son tan amigos del uchu, que no comerán sin él, aunque no sea sino unas yerbas crudas. Por el gusto que con él reciben en lo que comen, prohibían el comerlo en su ayuno riguroso, porque lo fuese más riguroso, como en otra parte dijimos. Es el pimiento de tres o cuatro maneras: el común es grueso, algo prolongado y sin punta; llámanle recot uchu, quiere decir “pimiento grueso”, a diferencia del que se sigue. Cómenlo sazonado o verde, antes que acabe de tomar su color perfecto, que es colorado. Otros hay amarillos, y otros morados, aunque en España no he visto más de los colorados. Hay otros pimientos largos de un jeme poco más, poco menos, delgados como el dedo meñique o merguerite; éstos tenían por más hidalgos que

los pasados, y así se gastaban en la casa real y en toda la parentela. La diferencia de su nombre se me ha ido de la memoria; también le llaman uchu como al pasado, pero el adjetivo es el que me falta. Otro pimienta hay menudo y redondo, ni más ni menos que una guinda con su pezón o palillo; llámanle chinchí ullu, quema mucho más que los otros sin comparación, críase en poca cantidad, y por ende es más estimado. Las sabandijas ponzoñosas huyen del pimienta y de su planta. A un español venido de México oí decir que era muy bueno para la vista, y así comía por postre, a todas sus comidas, dos pimientos asados. Generalmente todos los españoles que de Indias vienen a España lo comen de ordinario, y lo quieren más que las especies de la India Oriental. Los indios lo estiman tanto, que lo tienen en más que todas las frutas que hemos dicho (Garcilaso de la Vega *apud* Zapata Acha, 2006, p. 33-34).

Também não é de se estranhar o fato de que, ainda no Peru, existe uma inteira categoria de preparações que recebe o nome de *picante*. Temos, então, *picante de cuy* (cf. adiante: “cuy”), *picante de gallina*, *picante de camarones*, *picante de choclo*, *picante de mariscos*, e até mesmo um *picante de quinua*. E, em mais uma derivação dessa trajetória apimentada, existem, no Peru, restaurantes chamados *picanterías*, especializados em *picantes*. Lembra uma estudante *limeña* da UNILA: “Vas a encontrar restaurantes típicos de comida arequipeña: sus rocotos rellenos, pastel de papa, chicharrones; vas a encontrar así como ese mercadito que te dije hay varios restaurantes que venden comida exclusiva de la selva. Vas a encontrar cebichería, vas a encontrar picantería, vas a encontrar de todo en Lima”.

Finalmente, é válido mencionar que, no Norte do Chile, portanto em regiões que fazem fronteira com o Peru, também há um forte consumo de *aji* (Valdés Vivanco *et al.*, 2014, p. 49-52).

Ajiaco



Figura 6– *Ajiaco santafereño*
Fonte: El Agujero, 2012.

“ (...) el plato más popular en Bogotá? ¡El Ajiaco santafereño!

(estudiante colombiana, de Bogotá).

“ Yo recuerdo que mi mamá preparaba un ajiaco de papas, con ají colorado, pero le echaba el pellejito de chanco reventado. ¿Cómo hacían? Lo secaban en lonjas, en cordel, y el sol

escurría la grasa y se quedaba solamente la piel nada más casi como seca, las cortaban por trozos, las freían y reventaban pues, como cancha, y con eso cuando hacían el picantito, el ajiaco de papas, le echaban ese pellejito ya reventado como chicharrón y le daba un gusto rico y era bien agradable comerlo.” “El ajiaco es una sopa que tiene maíz, cinco tipos de papas. Hay una que se derrite y esa es la que le da lo espeso a la sopa, tiene pollo, tiene unas hojas que en este momento no recuerdo como se llaman y le ponemos encima una especie de aceitunas. Y encima uno le coloca crema de leche...Yo pienso que es un plato muy indígena porque tiene maíz, carne y papas hasta decir basta.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Uma das tantas e tantas sopas, ou ensopados, que circulam pelas mesas da América do Sul, o *Ajiaco santafereño* (de “Santa Fé de Bogotá”, o nome completo da capital colombiana) também junta o líquido, o sólido e o pastoso, através do caldo, das espigas de milho, das texturas das batatas, com o aporte proteico do frango.

Assim como outras preparações, há tantos *ajiacos* quantas regiões e províncias houver na América Latina. No Perú,

Ajiaco es también comida muy generalizada en la República del Perú, país en el cual ha venido a servir el término como genérico en toda una serie de guisos conocidos con los nombres de ajiaco de papas, ajiaco de zapallo, ajiaco de queso, etc. (Zapata Acha, 2006, p. 43).

Mas um poeta peruano, Juan de Arona (pseudônimo de Pedro Paz Soldán y Unanue), também pioneiro da lexicografia no seu país, informava, ainda no século XIX, que “tanto en Chile como en Cuba, el ajiaco es considerado también como un guisado nacional por lo que se concluye que cada pueblo tiene su... ajiaco!” (Arona *apud* Zapata Acha, 2006, p. 43). De fato, no Chile, segundo Montecino, Cornejo e Razeto (2012, p. 35-36), “la preparación del ajiaco se popularizó muy tempranamente (...), especialmente en los mundos populares y campesinos (...)”.

Almojobana



Figura 7– Almojabana, Almojabanita, Arepa de Choclo
Fonte: Vaca, 2008.

“ Acá en UNILA extraño muchas cosas... comí el pan de queso y no se parecía a las almojábanas...

(estudante colombiana, de Bogotá).

Tão simples: um pão, redondinho, mas com queijo na massa. Massa de farinha de milho, claro! Também um dos tantos exemplos nos quais não só na Colômbia, mas em toda a América do Sul de fala hispânica, o milho e os seus derivados substituem o que no Brasil se prepararia com trigo e os seus derivados.

Andu



Figura 8– Guandu

Fonte: Jdvillalobos, 2007.

“ Tem época que é mais difícil conseguir o andu, que é uma coisa que meu pai consome muito... ou o andu fica muito caro. Andu é um grão parente da ervilha. É uma mistura de ervilha com feijão. Não sei como classificar isso. Ele parece uma ervilha. É verde como uma ervilha, mas ele tem mais propriedades parecidas com as do feijão. E faz andu com carne. Faz como se fosse

um feijão. E tem anos que na minha casa já não se consome andu. Por causa do preço, que tá seis reais o litro de andu. Isso quando acha (...) É assim: Tá lá o andu, que são os grãos, e aí a galera vai com uma lata e pega uma medida, que é uma lata de óleo, que é litro. E a medida da lata é o litro. É a medida que vai dentro do saquinho, que geralmente equivale a um quilo. Mas eles dizem que vendem por litro. Isso é com a fava, com o andu, com mangalô, às vezes com feijão-de-corda, feijão-fradinho. Você encontra na feira os litros. Até camarão seco você encontra vendido por litro. Amendoim. Alimentos que são utilizados pra fazer o caruru e o vatapá. O acarajé.

(estudante brasileira, natural do Estado da Bahia).

Vem da Bahia esse depoimento que, ao mesmo tempo, nos introduz a um alimento pouco conhecido e nos alerta para o seu risco de extinção. *Cajanus cajan* é o nome científico dessa leguminosa, mas o nome que se usa no Brasil deriva da língua quicongo, falada no antigo Reino do Congo, o que deve, talvez, ajudar a explicar a difusão desse grão na região da Bahia. Nos *Diálogos das Grandezas do Brasil* (obra de autoria e datação incertas, mas composta na virada do século XVI para o XVII, no Nordeste, provavelmente por Ambrósio Fernando Brandão), o autor faz um dos dois personagens – Brandônio – dizer:

Também se colhem na terra muitas ervilhas, das quais se aproveitam do modo que o fazem em Portugal e da mesma maneira há outros feijões de diferente feição, que se chamam Gandus, os quais vieram aqui de Angola, e se dão em árvores, não muito grandes, com serem de excelente gosto e reputados por maravilhoso legume (Brandão *apud* Câmara Cascudo, 2011, p. 437).

Uma fonte também menciona o uso desse tipo de feijão na Colômbia, para a preparação de uma sopa, ou *sancocho* (WIKIPEDIA, 2024).

Anticucho



Figura 9– Anticucho servido con una pannocchia di mais

Fonte: Dtarazona, 2010a.

“ Otra cosa que se come en Huarmey son los anticuchitos. Ahora me estoy acordando que es clásico: cuando vas a la Plaza de Huarmey y te ofrecen anticuchos hasta cierta hora; hasta las siete de la noche todavía encuentras. Vas un poquito más tarde y ya no tienen las señoras. Anticuchito, anticucho de corazón, de corazón de vaca, que es el anticucho

normal; después está la negrita, que es el anticucho del hígado de la vaca, y la blanquita... (...) El anticucho consiste en un... digamos en un cuadrado de unos —vamos a ser buenas— de unos 3 centímetros y medio de cada lado, que te lo ponen en un palito, como un espeto. Un espeto; en un palito de madera te ponen unos 3 o 4 y lo aderezan, solo que allá tienen la costumbre de aderezarlo con vinagre, ají panca, pimienta, Ajinomoto®, ajo, sal, sillao. Algunos le ponen un poco de mostaza, porque como son vísceras, tienen un sabor fuerte, y lo dejan ahí curtiéndolo de un día para otro o hasta de dos días para que tenga... para que penetre bien el sabor, lo dejan ahí, igual el hígado frito. Y todo eso tiene que ser de un día para otro, mínimo. Si no, te vas a comer sabor a víscera, sabor a sangre en tu comida. Y ya, lo ponen en la parrilla a carbón, y eso sería un anticuchito.

(estudiante peruana, de Lima).

“ ¿Era una urbanización! Se llama, de hecho... ay, ¿cómo se llamaba?, ¡ay no! pertenece al Cercado de Lima. Pertenecía a una urbanización que se llamaba Bancarios, que estaba cerca de la Universidad Católica. Entonces, ahí más o menos nivel (...) clase media, digamos ahí. Y había varios restaurantes; eran buenos, felizmente. Pero sí teníamos nuestro preferido, o nuestra pollería preferida, ese tipo de cosas. Cuando iba con mi hermano también comíamos y engordábamos. ¿Qué más en Lima? Y bueno, claro si querías comer unos buenos anticuchos, no sé... te ibas al centro de Lima, ¿no?

(estudiante peruana, de Lima).

Tanto na descrição dessas estudantes como na literatura – Zapata Acha (2006, p. 72-75) menciona textos peruanos desde o século XVIII, de várias origens – o que nos são apresentadas são cenas muito semelhantes à (bem mais recente) invasão dos espetinhos no Brasil como comida de rua. O mesmo autor menciona que, antes da popularização do nome *anticucho* (sobre cuja origem não há acordo entre os estudiosos), a iguaria era conhecida como *bistec en palito* (Zapata Acha, 2006, p. 73).

Api

“ Cuando yo voy a Bolivia, vuelvo y me traigo muchas cosas: chuños, que son papas deshidratadas que se hacen y traigo unos... tipo harina molida, que hay de todo tipo, de maíz morado con la que se puede hacer api. Es un tipo de bebida, se toma con pastel, tipo un buñuelo, se hace con masa y se hace cocer el api, tipo una harina de maíz morado y se hace hervir en agua y se toma.

(estudiante boliviano, de La Paz).

Uma bebida tipicamente boliviana, mas presente em outras regiões andinas, como em Jujuy, na Argentina e no Peru inteiro, a *mazamorra morada*, é feita com farinha de *maíz morado*, um tipo de milho roxo escuro cozido em água, e aromatizada com canela, cravo e casca de laranja.

Arepas



Figura 10 – Arepas

Fonte: Popo le Chien, 2016.

“ Un desayuno típico en mi casa es arepa. Siempre va a haber arepa en el desayuno. La arepa es una tortilla de maíz delgada, la masa es a base de maíz, agua y sal; eso solamente lleva la arepa. Hay mujeres que se dedican, he visto incluso hombres, aunque es más común ver señoras que se dedican a vender arepas; tie-

nen un fogón de carbón y en las mañanas hacen arepas y la gente compra ahí las arepas ¿por qué? Porque es dispendioso moler el maíz; entonces son arepas de maíz. En mi región se consumen más de maíz. En Bogotá se consumen más de harina de maíz. En mi región no les gustan las arepas. A mí, por ejemplo, no me gusta la arepa de harina de maíz, sino de maíz molido, el maíz queda un poco más grueso y la arepa queda más consistente. Curiosamente es más consistente cuando la haces y es una arepa que queda crocante, más fácil; es bastante delgadita si tú la comparas con la arepa bogotana. La arepa bogotana es más gruesa; en mi región se consumen arepas delgaditas y todo se pone encima, generalmente no se rellenan, entonces, ¿qué se le pone encima? Todo lo que tú quieras, desde un huevo o huevo revueltos, o le pones... carne desmechada, que es carne condimentada, carne picada en trocitos muy pequeños con condimentos y se pone en la arepa.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, no Centro-Oeste do país).

“ La arepa se prepara de la siguiente manera: tienes maíz, claro que depende del objetivo de la arepa, porque hay de varios tipos: algunas que son arepas de choclo tierno, arepa de maíz amarillo o de maíz blanco, saben diferente. Vamos por la más fácil, que es de maíz blanco: vos tenés el maíz, lo compras del mercado fácilmente, vas a cocinar hasta que esté blando, y cuando esté blando lo vas a moler. En las familias tradicionales siempre hay máquinas de moler en la cocina; lo molés y luego sale el insumo principal para la arepa. Le agregas sal, le colocas el colorante para que no queden blancas y luego simplemente asarlas, le das la forma y a asar. Es muy sencillo, requiere mucho trabajo, pero es sencillo el procedimiento.

(estudiante colombiano do Departamento de Antioquia, Centro-Oeste do país).

“ Bueno, para preparar la masa de la arepa se usa una harina que viene preparada, ya es precocida, es industrializada, es una harina a base de maíz verde y lo que haces es preparar la masa, freír o asar, como quieras, y las rellenas. En Venezuela las rellenas con lo que te dé la gana: puede ser con pollo, queso, jamón, carne, jamón con queso, carne con queso, y tienen sus tipos de nombres también. Por ejemplo, una arepa peluda es una arepa con carne desmechada; tú puedes decir una con dominó, que es de caraota negra o poroto, como le dicen, con queso. Hay gente que la come sola, la gente que come *light*, entonces le dicen la viuda, que es una arepa sola, asada sin nada, solo la masita se la comen y ahí hay muchas arepas; hay la que dicen mar y tierra, que combinan frutos del mar; también está la arepa reina pepiada, que es una mezcla de aguacate con pollo; hay de pollo asado, como quieras, hay de todo tipo.

(estudiante venezolana, filha de pais haitianos).

Arepa, arepa, arepas... O nome e a coisa, sempre presentes na alimentação e na memória dos venezuelanos e dos colombianos e, na UNILA, já de todos os demais. É muito comum encontrar estudantes que vendem *arepas* nos corredores e áreas externas da universidade.

Aos poucos, a circulação da *arepa* pode dar resultados inesperados: “por causa da influência dos amigos, a gente passou a comer *arepa*. A gente cozinha com [nome do estudante], venezuelano, ele está sempre por aqui; sempre cozinha com a gente. E sempre faz *arepa*. E a gente sempre acaba comendo *arepa*... e uma coisa que a gente acabou que fazendo: abre a *arepa*, ela no meio, coloca feijão com arroz misturado, e come como se fosse um sanduíche. Isso é uma coisa que eles não fazem na Venezuela e que o [nome do estudante] começou a fazer aqui com a gente”. E essa estudante brasileira, baiana, acrescenta: “Teve uma vez que eu trouxe acarajé frio, mas eu trouxe pros meninos experimentar, para dois venezuelanos, para eles experimentarem porque eu dizia que era a nossa *arepa*”. Porque, afinal, “siempre en toda comida venezolana, no solo de mi región, la mesa así sea o de desayuno o de almuerzo o en alguna variación del almuerzo no puede faltar la arepa”.

Mas, para todos os venezuelanos e quase todos os colombianos, a frase mais repetida é: “¡Me faltan las arepas!”, “¡Me faltan las arepas!”, “¡Me faltan las arepas!”

Arroz con pato; cebiche de pato



Figura 11– Arroz con pato
Fonte: Olachea y Franco, 2007.

**“ Yo, como buena nor-
teña, me mando mi ar-
roz con pollo, arroz con pato,
si puedo —, cuando hay pato—
, mi cebichito de pato.**

(senhora peruana do
Departamento de Ancash, Norte
do país, mãe de uma estudante da
UNILA).

**“ Bueno, en el norte tam-
bién comemos pato,
arroz con pato, cebiche de
pato; se consume, creo, en
todo el norte del Perú.**

(estudiante peruana, de Lima).

Presente sobretudo na culinária do Norte e do Noroeste do Peru, o pato era domesticado desde épocas incaicas. Segundo o cronista Garcilaso de la Vega (1605),

Los indios del Perú no tuvieron aves caseras sino solo una casta de patos, que por semejar mucho a los de acá les llaman así los españoles. Son medianos, no tan grandes ni tan altos como los gansos de España, ni tan bajos ni tan chicos como los patos de por acá. Los indios les llaman *nuñuma*, deduciendo el nombre de *nuñu*, que es mamar, porque comen mamullando, como

si mamasen: no hubo otras aves domésticas en aquella mi tierra (Vega *apud* Zapata Acha, 2006, p. 533-534).

A característica principal do arroz com pato é a sua cor verde, escura, resultado do uso de uma erva que, em espanhol, se chama *culantro*, ou “coentro-bravo”, conhecida no Norte do Brasil também como “chicória”, e, talvez não por acaso, na culinária paraense, ela entra na preparação do pato no tucupi e... na do “arroz de pato”! Já o *cebiche de pato* é isso mesmo: carne de pato que se deixa marinar por muitas horas. Mas, não se come “cru”: no final, ele é cozido com muitos temperos, entre os quais o destaque é para o *ají amarillo*.



Figura 12 – *Ceviche de pato*
Fonte: Salinas, 2009.

Segundo Álvarez Novoa (2013, p. 192-193), trata-se de um prato emblemático da culinária dessa região, que se denomina *norte chico* (no litoral do Departamento de Lima), sendo que o seu consumo “No es cotidiano. Mas bien constituye un plato de gala o de fiesta que algunas familias crían en casa —en sus corrales— estas aves, con la idea exclusiva de prepararlo ‘para la fiesta.’”

Asado al Palo



Figura 13 – *Cordero al palo*

Fonte: Vbugueno, 2014.

“ Cuando es verano, se hace el asado al palo, que se pone el cordero y se cocina a fuego lento, se cocina en bastantes horas... No me acuerdo cuántas horas se demora cocinándose, si, dándose vuelta y toda la cosa o, también, estático.

(estudiante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

Estamos no Extremo Sul do Chile, em Punta Arenas, em Magallanes. Aqui, *verano* significa temperaturas de 15 ou 16 graus, e, assim, se pode assar carne de cordeiro ao ar livre, em grandes espetos. Uma variante peculiar de uma das tradições alimentares mais difundidas em toda a América do Sul: carnes assadas na brasa. Veja, aqui, mais adiante, o verbete *parrilla*.

Banana,

banano, plátano, guineo, maduro



Figura 14 - Plátanos à venda numa feira em Quito, Equador.

Fonte: Baldeón, 2014c.

“ ¿El alimento que no puede faltar dentro de la mesa en mi casa? El plátano, diría yo. Yo lo considero fruta, pero se come como verdura.

(estudiante venezolano nacido na Isla Margarita, no mar do Caribe).

“ (...) la *banana*, que es el guineo que nosotros llamamos, en Bolívia.

(estudiante boliviano, natural da região amazônica e da fronteira com o Brasil).

“ Ya saliendo de Manta, lo que más hay, y eso casi todo en Ecuador, es el banano y a lo que le

llamamos plátano... aquí en Brasil se llama *banana-da-terra*, bueno, no es solamente ese, porque es muy parecido, pero tenemos diferentes versiones, así que la única que yo he visto aquí, muy parecida, es la *banana-da-terra* (...), lo que yo llamo ‘banana’ en mi país, que en realidad le llamo ‘guineo’ y extrañamente hasta eso tiene diferentes nombres en diferentes partes de Ecuador. A lo que yo le llamo ‘guineo’ es a lo que aquí yo veo que le llaman *banano*, que es el amarillo que venden, que todos comen, el grandecito. De ahí tenemos lo que llamamos ‘verde’, que en realidad es el plátano, que en realidad aquí es la *banana-da-terra*, pero nosotros la comemos verde. Aquí, veo que la compran solamente cuando está amarilla, a la amarilla le llamamos

‘maduro’, que es cuando ya está maduro y es el único nombre que le hemos puesto: maduro mismo. (...) El maduro no se puede solamente pelar y comer, es la única diferencia. Nosotros consideramos el guineo, el que se puede pelar y comer ahí mismo, como una fruta o una ensalada de frutas, en cambio el otro... el otro o lo cocinamos, o lo podemos poner al horno, o lo podemos poner en agua... cocinar, o lo freímos, o lo usamos para postre el que es amarillo... en Manabí se usa para postres.

(estudiante equatoriano da Província de Manabí, na costa do país).

“ El plátano es dulce, no es banano. Plátano es otra cosa. (...). Me falta plátano acá. No hay plátano verde, de ese grande no hay, y yo comía más plátano que arroz; ahorita como más arroz que plátano, pero, bueno, ¿qué puedo hacer yo? En mi casa siempre había plátano, porque prefería comer más plátano que arroz. (...) Yo sé que en el Brasil hay, pero yo escuché que en el nordeste, más al norte, hay plátano verde, pero acá, en Foz, no hay y a veces cuando llega, que he escuchado de algunos compañeros hablando, el sabor no es el mismo y puede que llegue tipo una vez cada mes o cada tres meses, porque imagino que se considera un producto exótico y, además, como no es de la región, viene carísimo y al final termino dejándolo así y no compro nada.

(estudiante venezolano da região Nordeste do país).

“ También en mi casa hay una particularidad que se comen muchas frutas, porque la fruta se consigue muy barata. Y mucho plátano cocinado, frito... Todas las formas. Plátano de cocer, no como el que se consigue acá, que es banano.

(estudiante colombiana, de Bogotá).

“ A outra coisa que comia sempre, na Colômbia, que não tem no Brasil, é uma espécie de *banana-da-terra*, que chama de *plátano*, mas, tipo, é semelhante, é da mesma família, mas não é o mesmo. Aí, a gente comia frito ou assado, de todo jeito. É algo bem típico, de sempre... tipo, quase todos os dias.

(estudiante colombiano, natural de Bogotá).

“ A gente consome bastante durante o ano e nas estações, claro. A gente gosta de manga, a laranja produzida na região; graviola o povo gosta muito de comer; cacau o povo também gosta muito, jambo, fruta-do-conde quando tem, abacate e banana da prata todo mundo tem em casa, em qualquer quitanda tem banana da prata. Você não acha banana da prata no supermercado, mas você acha nas quitandas. Em qualquer esquina, qualquer vendinha, na esquina que vende cachaça também vende banana da prata. Lá, por exemplo, eu não conhecia essa banana-caturra, porque lá não tem essa banana. Lá tem a banana da prata, banana-nanica, banana-maçã, banana-pera, banana-da-terra, mas caturra eu não conhecia. Tem a banana-d’água, que se parece com a caturra, mas é diferente também. Lá, a banana da prata é bem consumida. A galera come o ano inteiro: cozida, vitamina, bolo, faz de tudo, tem gente que faz ela desidratada.

(estudante brasileira, natural do litoral do Estado da Bahia).

“ Quando é a galera da Bahia que vai pra casa, eu não me aguento. Banana-da-terra, quando eu trago, é uma festa. Porque os venezuelanos piram. A gente faz purê. Faz um monte de receita. Faz *patacón* e um monte de receitas venezuelanas com a banana-da-terra que eu trago da Bahia, que é a mesma deles e eles bestificados com isso.

(estudante brasileira, natural do Estado da Bahia).

Resumindo, porque a história é longa e sinuosa: é fácil dizer “banana”, mas se ampliarmos para o resto da América Latina, tudo se torna complexo. A botânica, por um lado, esclarece: estamos no gênero *Musa*, na família *Musaceae*. Lá estão, sim, as bananeiras que, porém, não geram sempre frutos comestíveis. Duas são as espécies principais: *Musa acuminata* e *Musa balbisiana*, que podem ser combinadas em variedades híbridas. Uma delas, que produz o *plátano* que tanto se consome na América, fora do Brasil, é a *Musa x paradisíaca*, que, de fato, no Brasil leva o nome de banana-da-terra. Essa nomenclatura pode ser relacionada à angústia do paraíso perdido: hispano-americanos, no Brasil, quando não acham a banana-da-terra, ficam desamparados. Depois, para desencadear mais uma série de possíveis confusões (ao mesmo tempo

terminológicas, agronômicas e gastronômicas), existe uma quantidade muito grande de cultivares, para, finalmente, resultar num dos mais ricos espetáculos cultural-alimentares do continente.

Apesar disso, as bananas são de origem asiática e africana, tendo sido introduzidas nas Américas, via Ilhas Canárias, por dois caminhos: um pela América Central e outro pelo Brasil (Zapata Acha, 2006, p. 578). A introdução foi precoce, pois há registros do cultivo e do consumo dessa fruta já em crônicas do século XVI. Sua difusão também foi bastante capilar, pois, nas suas várias formas, as “bananas” entram nas dietas de muitos grupos étnicos nativos do “novo mundo” (Cavalcante, 2014).

Bandeja Paisa



Figura 15 – *Bandeja paisa: en esta presentación los frijoles están servidos de forma separada, pero por lo general vienen dentro del plato principal*

Fonte: Dtarazona, 2011a.

“ Es el plato típico de Medellín, que son frijoles, arroz, carne molida, chicharrón de cerdo, plátano frito, aguacate, huevo, chorizo.... ¡Es un plato súper! O sea, tiene un montón de cosas.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).

Feijão, arroz, carne moída, torresmos, banana, abacate, ovos, linguiça e mais o que for necessário para fazer desse prato algo que não cabe num prato: só numa bandeja. *Paisa* é o adjetivo para se referir à região de Antioquia, no Noroeste da Colômbia, predominantemente montanhosa. Em 2005, o governo colombiano tentou, sem conseguir, oficializá-lo como *plato nacional de Colombia*, modificando o seu nome em *bandeja montañera*. Mas houve revolta de todos os lados.

Barquillo



Figura 16 – *Polyplacophora* o *Placophora*

Fonte: Ruurmo, 2006.

“ ¿Qué otra costumbre tenemos de comer? ... Cebiche, cebiche de pescado, cebiche mixto, o sea, con diferentes tipos de moluscos, y hay un molusco, que hay... No me acuerdo ahora su nombre... que es propio de la región donde nació mi mamá, de Huarmey... ¡El barquillo! Que es como una lengua, que también están

acostumbrados a comer, pero eso solo lo comemos cuando vamos a Huarmey, porque no hay en otras comunidades.

(estudiante peruana, de Lima).

O *barquillo* (ou *quitón*, como é conhecido em outras regiões do Peru e, até mesmo, do Chile) é um molusco do gênero *chiton* objeto de uma atividade extrativista muito antiga e tradicional no litoral do Peru. A sua parte comestível é uma “língua” carnuda, protegida por uma concha formada por oito placas articuladas. Dizem que é afrodisíaco.

Beiju e tapioca



Figura 17 – *Malcasado e sarolho*
Fonte: Riba28-maps, 2012.



Figura 18 – Beiju do Alto da Sé
em Olinda, Pernambuco
Fonte: Silva, 2012.

“ Toda vez que eu vou à Bahia, eu acabo voltando com a mala mais cheia de comida do que de roupa. Aí, da última vez eu trouxe as coisas que nunca faltam: farinha, azeite de dendê, alguma aguardente da Bahia, que geralmente é a aratã, que é uma destilada com coco. É docinha. Dessa vez eu trouxe beiju, que a galera não sabia o que era beiju, pro povo conhecer beiju. Teve uma vez que eu trouxe acarajé frio, mas eu trouxe pros meninos experimentar, para dois venezuelanos, para eles experimentarem, porque eu dizia que era a nossa *arepa*. Trouxe goma pra fazer tapioca. Porque beiju e tapioca, pra gente, é diferente. O beiju, ele é geralmente mais seco. Ele é muito mais seco. E ele é pequenininho, quadradinho. A tapioca, ela é aberta. E tem o beiju que é macio, que é o

beiju de panela. E o beiju é feito com a farinha e a tapioca é feita com a goma. A goma é a farinha bem refinada. E aí enrola o beiju na [folha] de bananeira e põe pra cozinhar na água. Esse é o beiju macio.

(estudante brasileira, natural do Estado da Bahia).



Figura 19 – “Goma” de tapioca à venda em feira de Manaus, Amazonas, Brasil.
Fonte: Sarges, 2014a.

“ Da minha região, os pratos típicos mesmo são as moquecas, o fruto do mar, o acarajé, a tapioca. Mas as coisas que a gente consome mesmo é a tapioca, que a gente fala beiju, que a galera no Sul fala que é tapioca. Que é aquele pastel, vamos supor, fazendo uma comparação, que é aquele pastelzinho de goma recheado. A gente chama aquilo de beiju, a tapioca pra a gente lá na Bahia é a farinha mais grossa. Que é como se fosse a outra parte da farinha de mandioca. São

vários tipos, né? Tem a goma, que é feito o beiju. Tem a tapioca, que é uma farinha grossa que faz bolo, que dá pra comer com leite e açúcar, é como se parecesse um cereal, mais ou menos. E, daí, tem a farinha de mandioca normal, que a gente come no feijão... essas coisas. Então, a gente tem três tipos de farinha. Então, o povo daqui chama de tapioca. Aí, me chama pra comer tapioca. Quando chego no lugar, eu digo: ‘isso aí não é tapioca, é beiju’. Resultado final: a tapioca a gente chama de beiju, então é beiju.

(estudante brasileira, natural do litoral do Estado da Bahia).

Feito, como a tapioca, com fécula (ou goma) de mandioca, o beiju é, de fato, frequentemente confundido com tapioca. Mas, como se vê na foto acima, na mesma região os nomes podem mudar: os dois primeiros depoimentos vêm ambos da Bahia. Mas a tapioca tem ares mais litorâneos e urbanos, tendo conquistado o Brasil inteiro, inclusive pelo viés do turismo: pessoas que visitavam o Norte ou o Nordeste se acostumavam com a iguaria e, ao reencontrá-la nas suas regiões, levadas

por brasileiros do Nordeste ou do Norte, continuaram apreciando-a e consumindo-a. Parece que o beiju não tem tido a mesma circulação e, inclusive, ainda guarda a aura do seu berço: as tradicionais casas de farinha do interior do Norte e do Nordeste.

Também vale lembrar que não é só no Sul que esse “beiju” baiano é chamado de “tapioca”: acontece o mesmo no litoral do Nordeste, de Sergipe ao Ceará. Um testemunho célebre, norte-riograndense, do folclorista Luís de Câmara Cascudo, mistura lendas e história e contribui assim:

Da farinha [*de mandioca*] procede a dinastia dos beijos e da goma as tapiocas, condimentados com leite de coco, não usado pelo indígena, bordados de canela em pó, com açúcar, a “tapioca-molhada”, “tapioca-de-coco” incomparáveis. Dá ainda uma espécie de beijos sequinhos, delgados, enroladinhos, “punhos”, “crespos”, goma-água-sal, aconselhados aos doentes, aos convalescentes. Tapioca de goma, chata, meio grossa, com manteiga e café, primeiro almoço, ceia velha do Brasil antigo e pacato, à luz dos candeeiros de querosene sentimentais (Câmara Cascudo, 2011, p. 97-98).

Bijao



Figura 20 – Juane

Fonte: Dtarazona, 2008c.

“ Juane, el arroz que lo preparan con palillo, con huevo, con aceituna, con pollo y lo forran en una hoja de bijao, que no es una hoja de plátano. Parece una hoja de plátano, pero no es una hoja de plátano; bijao se llama la planta y las hacen cocinar en esa hoja.

(...) ni siquiera sé dónde encontrar la famosa hoja de bijao.

(estudiante peruana, de Lima).

No Peru, as grandes folhas da *Calathea lutea*, planta aparentada com a araruta, que podem chegar a mais de um metro de comprimento e a sessenta centímetros de largura, são utilizadas para envolver alimentos durante a cocção. Sobre ela, temos um testemunho do século XVII, do padre jesuíta Bernabé Cobo (1582-1657), que relata que “el *vihao* es una planta salvaje parecida a la taragontia, cuyas hojas son mayores, más delgadas y correosas (...). Envueltos en las hojas de *vihao*, cuecen los indios sus bolos y tamales de maíz” (Cobo *apud* Zapata Acha, 2006, p. 104).

Bufo

“ En Nazca, hay un plato que le llaman el bufo, que es hecho a base de los pulmones con papita chiquita, picadita. Este... y ají colorado, muy parecido a la fritanguita, que es un plato típico que ya se está perdiendo y, que otra vez, lo están rescatando, porque ya muy poco la gente... la gente joven es muy práctica. Entonces los platicos, pues, eran muy elaborados y como que el joven, la juventud no tiene tiempo para dedicarse, porque... necesita tiempo para el *chat*, entonces no quiere estar mucho rato en la cocina, quiere una comida así de rápido, al paso. Entonces, estos platos, pues, demoran, hay que limpiar bien los pulmones, sancocharlos, picarlos, luego aderezarlos, preparar el ají colorado, el ajo... En fin, hay todo un proceso; la cocina es todo un proceso, y quita tiempo, realmente requiere tiempo, y, para que salga una cosa bien rica, tiene que ser bien cocidito, bien cocinadito, bien preparadito, para poder degustar como debe de ser bien preparado.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Ou seja: *slow food* para quem? Na região de Nazca, no Centro-Sul do Peru, esse prato tem ares de antiga tradição afro-peruana. É um rico guisado, preparado com entranhas de boi ou de carneiro – pulmões, tripas, miolos – mas, também, banha suína, abóbora, ervilhas, batatas. Vale notar que o nome *bufo* está aparentado com o português “bofe” (pelo viés comum do verbo onomatopeico “bufar”), que também nomeia o pulmão bovino, entrando em muitas preparações populares da culinária do Norte e do Nordeste do Brasil.

Cabeza guateada

“ Hay un asado que se llama cabeza salta, la cual se cocina con el calor de la tierra... Entonces, bueno, me hace acordar a Santiago del Estero.

(estudante argentino da Província de Salta, próximo das fronteiras com Chile, Bolívia e Paraguai).

Uma cabeça de vaca, da qual se tira o couro e que, depois de condimentada com vinagre, sal, alho, *ají* moído e orégano, se envolve numa lona para ficar enterrada no meio de brasas por até doze horas. Típica do Norte da Argentina e, especialmente, da Província de Santiago del Estero.

Cabrito a la nortena



Figura 21 – *Inka Mama - cabrito norteno*
Fonte: Kirk K, 2012.

“ Como buena peruana, he comido de todo; por ejemplo, su cabrito a la nortena, una delicia; plato bandera, en el norte se come bastante.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, no norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

“ Una costumbre de la costa norte del Perú es comer cabrito a la nortena. El cabrito ha sido sustituido con carne normal de vaca, pero puedes hacerla con la carne que quieras, hasta con pollo, dependiendo de la economía. Pero que tiene culantro licuado, y por ahí otras verduritas: alberjitas, zanahorias, choclitos.

(estudiante peruana, de Lima).

Mesmo com as transformações, que tornam a carne de vaca ou mesmo a de frango mais popular e barata do que a do cabrito, essa preparação deixa fortes rastros identitários. Inclusive, a carne deve ficar num tempero à base de *chicha* (cf. “*chicha de yuca*”), bebida fermentada de malte de milho, de origem antiquíssima. Na preparação, também entram mandioca cozida, um tipo de abóbora, *culantro* (cf. “*arroz con pato*”) e vários temperos.

Cachapa



Figura 22 – *Cachapas da Venezuela*
Fonte: Wilfredor, 2011.

“ La cachapa es como una tortilla que se hace con el maíz molido. Yo no sé si has visto la chipa guasu de los paraguayos... es como la misma masa, pero se hace tipo tortilla, tipo panqueque, y se come con un queso llamado queso de mano.

(estudiante venezolana, natural de Caracas).

“ Otra cosa que es muy común y, es típico, es la cachapa con queso y cochino frito... que cachapa es como una masa de maíz recién molido, y que es un poco... bastante suelta, en cuestión de masa, no es una masa concisa como masa para hacer pan, es una masa un poco más líquida pero, por el hecho de ser recién molida, está todavía así porosa de las fibras del maíz y la cuestión y con eso se hace una especie de panqueque grande y en una sartén así... vuelta y vuelta, tú le echas un poco de mantequilla y queso. Hay muchos tipos de quesos en Venezuela, un queso generalmente blando... bien blandito, que se derrite, digamos, se derrite fácil en la cachapa caliente y, de acompañante, a veces está el cochino frito, que es muy característico de comer con cachapa. (...) Ahorita, en mi ciudad, ha habido un cierto incremento de cachapas en la calle, un local así en la calle abre en pleno centro, y solamente vende generalmente cachapa con queso y es un poco menor, más del tamaño de un plato pequeño y le echan su mantequilla, su queso y se ha vuelto una comida rápida en ciertos lugares.

(estudiante venezolano da região Nordeste do país).

“ (...) Me gustaría comer acá, y no tengo acceso: la cachapa... Es un alimento que se prepara igualmente del maíz, pero el maíz tiene que estar más tierno. El maíz se muele hasta que se..., no se muele, se bate hasta que quede como un jugo con leche. Se le echan dos tipos de leche: leche evaporada y normal, leche líquida. Se le echa sal, mantequilla y azúcar, y también huevo se le echa. Y de ese líquido se hace una masa con un poco de harina de trigo. Se hace una masa y se asa.

(estudiante venezolano nacido na Isla Margarita).

Rivalizando em popularidade, na Venezuela, com a *arepa*, esta *cachapa* parece ser uma preparação mais simples, acessível mais facilmente, pois não prevê a fartura que se espera comparecer como recheio da *arepa*. E, ao que parece, também em vias de ganhar *status* de *fast food* autárquico.

Cachina

“ Es el jugo de la uva fresca, fresquísima, que apenas tiene días de fermentación, y también sirve para alegrarse. La gente toma mucho la cachina y también es, este... es como una bebida, eh... alcohólica, porque choca también. La gente se embriaga con la cachina, parece mentira. Y esta cachina la destilan, le llaman traspalear, cuando la pasan de una botija a otra botija o a otro depósito, y se siente el conchito y lo van sacando. Lo que se asienta, lo dejan y van sacando la parte, pues, más depurada, y van haciendo así los vinos.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, no Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Na fronteira do alcoólico e do não alcoólico (com uma graduação entre 10° e 12°), a *cachina* é uma bebida de origem muito antiga, popular sobretudo no Departamento de Ica, no Sudoeste do Peru. Obtém-se deixando fermentar por um período não superior a quinze dias.

Calafate



Figura 23 – Fruto de *Berberis microphylla*
Fonte: Banfield, 2011.

“ Una de las frutas típicas que hay allá —que es bastante característica de la Patagonia, no solo chilena, sino también argentina—: el calafate, que muchos turistas van, y compran su tarrito de calafate, su mermelada de calafate, que incluso, creo, que hay hasta vino de calafate, que es como una especie de uva... No tiene el mismo sabor que la uva, para nada; pero es como la forma de la uva, pero más pequeña y muy, muy violeta.

(estudiante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

Uma baga muito escura, quase preta, de gosto amargo, que é fornecida por um arbusto de folhas espinhentas: *Berberis microphylla*. Um símbolo da Patagônia, lembrado com nostalgia por um estudante natural de Punta Arenas. Valdés Vivanco *et al.* (2014, p. 151) mencionaram que o seu emprego mais comum é na preparação de geleias e de bebidas fermentadas (*chicha*) e informa também que “presenta riesgos debido a la disminución de su consumo y uso en la culinaria, y a la degradación y transformación del ecosistema”.

Calapurca

“ Es de maíz molido, maíz amarillo creo que es. Lo muelen, entonces eso lo hacen cocer con piedra caliente. Entonces eso, y no sé qué ingredientes más. Entonces ahí es la comida que pueden hacer simplemente con la piedra y tiene un sabor especial. Comes con carne y todo ahí pues, es rico.

(estudante boliviano do Sudoeste do país).

“Sopa de pedra”? Quase: sopa “com” pedra. Em poucas palavras: em algum lugar muito frio, como os andes bolivianos, por exemplo, mas não só, faça-se uma sopa, um ensopado, um guisado, enfim, uma preparação rica, variada, calórica, mas que seja literalmente calórica: que esquente. Então, no meio do prato, ponha uma pedra. Uma pedra quente, muito quente – incandescente. O efeito térmico é poderoso, e o efeito visual também é impressionante. Fora a pedra, o prato é baseado em carne bovina, batatas e milho. A versão chilena acrescenta outros ingredientes: carne de cordeiro, frango, cenoura. A versão boliviana, a mais conhecida, é, sobretudo, localizada na região da cidade de Potosí: situada a 3.900 metros acima do nível do mar, no inverno tem temperaturas médias de três graus negativos.

Como *carapulca* (ou *carapulcra*), a sopa é também conhecida no Peru. Cronista do século XVII, o padre jesuíta Diego González Holguín a menciona como “*calapurca*, o *pari rucru*” em seu *Vocabulario de la lengua general de todo el Perú llamada lengua Qquichua o del Inca*, de 1608, um “guisado cocido con piedra ardiendo”. Outro lexicógrafo da época, o padre italiano Ludovico Bertonio, consigna, no seu *Vocabulario de la lengua Aymara* (1612), *calapurca* como “carne, o pescado cocido con piedras calientes que están abrasando echadas en agua con que se cuece la comida” (Zapata Acha, 2006, p. 157).

Caracha



Figura 24 – Almorzando timbuche de carachama

Fonte: Shimokawa, 2010.

“ (...) en mi casa, mi mamá acostumbra cocinar sopa de pescado, unos pescados que se llaman caracha.

(estudante boliviana, natural da cidade de La Paz)

O nome mais frequente desse peixe é *carachama* (*Aphanotorulus unicolor*): um bagre, de couro grosso, presente também em alguns rios da bacia amazônica, no Peru e no Equador.

Carapulcra ou Carapulca



Figura 25 – *Carapulca*
Fonte: Tacowitte, 2016.

“ (...) Por ejemplo, de segundo, su sopita seca con carapulcra, con esa carapulcra de chanchito, que es con papa seca y chanco. Y de postre, unas chocotejitas no están nada mal, que es muy de la zona, muy típico, aunque de postres ahora hay variedad. (...) Bueno, hay la sopa seca, que es de la zona de la región del sur chico; la sopa seca que son los talla-

rines con albahaca y acompañado de una porción de carapulcra. La carapulcra es un plato de papa seca, pero también lo hacen la carapulcra picante de papa con papa fresca, pero lo hacen el mismo procedimiento de la carapulcra.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, no Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Com nome parecido ao da “sopa de pedra” boliviana (*calapurca*), aqui estamos, pelo contrário, no Sul do Peru, e lidamos com uma “sopa seca”, ou seja, um guisado cujos elementos básicos são a carne (suína, bovina ou de ave) e a batata desidratada, a *papa seca*.

Cazuela



Figura 26 – *Cazuela de ave*
 Fonte: Dtarazona, 2010b.



Figura 27 – *Cazuela chilota*
 Fonte: Lufke, 2012.

“ La cazuela es como... depende de lo que de cazuela, de qué sea. Porque, por ejemplo, tienes cazuela de vacuno, con carne de vacuno, papa, choclo; bueno, la misma agua y los aliños que se le ponen. Después tienes la cazuela de pollo, que es lo mismo, solo que cambia la carne.

(estudiante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

“ Si tuviera que decir el plato más común de Santiago... la cazuela... la cazuela de pollo, o de vacuno. Primero que todo es un platito de sopa, con carne, papa, hartas verduras, arroz... Sipo, uno cuando va... siempre pide primero... la cazuela siempre está.

(estudiante chileno, natural de Santiago).

Cazuela é, originalmente, a velha panela de barro – no Brasil, também caçarola. Utensílio universal, ao mesmo tempo ancestral e moderníssimo, hoje presente até nos contextos *gourmet*. Por trás da sua aparente fragilidade, existe a sua poderosa resistência: ao tempo, ao fogo, às modas. Em muitos lugares do mundo, é nela que se preparam sopas, guisados, inclusive os que necessitam de horas e horas de cocção. Em quase todos esses lugares, o nome do recipiente passa a ser, também, o nome da preparação. Na América do Sul não é diferente. Mas, no Chile, a *cazuela* aparece quase como prato nacional. Um prato capaz, como a panela, de perpetuar a tradição: carne (de gado bovino, de frango, de outras aves) e vegetais (abóbora, batata, milho). Mas, por que não, um estudante nosso, argentino, lembrou de repente: “Noooo, el sur, todo el tiempo: una cazuela de camarones. Eso me trae al sur al toque, ¡me encanta!” Assim, *cazuelas de pescado, de marisco* aparecem na Argentina, no Equador, na Colômbia e no Chile também.

Cebiche ou Ceviche



Figura 28 – *Cebiche*

Fonte: Bacigalupo, 2014

“ En mi casa cocina mi mamá con la ayuda de todos. Los fines de semana vamos todos a hacer las compras al mercado, para toda la semana. En la isla hay varios platos típicos, como el cebiche de bacalao, la fritada, la langosta frita. En mi familia se come mucho en fiestas, sobre todo la fritada. También se come mucho pescado, como el bacalao colorado. El cebiche se prepara con bacalao, limón, sal, tomate, hierbas, cebolla y tomate de

árbol; con el agua del pescado se mezcla todo, se pone limón, todo picado. El pescado es suave, se lo cocina hasta estar disuelto, se hace el encurtido y después se pone el pescado. Se sirve con canguil, chifles, arroz o yuca.

(estudiante equatoriana, natural das ilhas Galápagos).

“ Un cebiche... el pescado tengo que comprarlo fresco allá, o bien puedes ponerlo en agua caliente para que se cueza, o solo lo cueces con limón y se pica una ensalada de cebolla y tomate. Pero mi mami me enseñó a hacerlo pequeñito porque no le gusta que se quede la cebolla muy grande. Se le pone mostaza, si quieres, y bastante limón. Porque en el cebiche lo rico es que el limón cueza el pescado; es un poco diferente que en Perú el cebiche.

(estudiante equatoriana, natural das ilhas Galápagos).

“ Tuve la oportunidad de visitar Perú y se llaman igual, pero no son la misma cosa. Son completamente diferentes. El de nosotros es un pescado... o sea, el cebiche consiste en un pescado cocinado y con bastante agua, después de cocinado, curtido en limón. Que a eso le llamamos a dejarlo en jugo de limón después de cocinado, curtido en limón. Luego... también curtimos la cebolla en otro lugar, curtimos el pescado y la cebolla... la dejamos también en jugo de limón. Y algo que yo encontré un poco extraño, pero siempre lo hacía mi mamá y también la chica que trabajaba en casa, era bañar la cebolla en azúcar y luego en sal para después curtirlas. Según ellas, porque quitaba la acidez, pero dejaba un sabor rico en la cebolla. Y al final mezclábamos todo con tomate, cilantro y nosotros... a nosotros nos quedaba como una especie de sopa, pero fría y le echábamos encima salsa de tomate y mostaza. Y siempre tenía que ir con plátano en diferentes versiones, que sería: patacones, que no sabría explicarte como es, o chifles, que le llamamos al plátano cortado en rebanadas muy finitas y fritas. Es la cosa que yo diría que no es sana del cebiche porque de ahí, lo otro encuentro que es súper sano en el cebiche. Y esa es la comida más típica. Nos gusta tanto que tenemos de todo, en la sierra hacen también de pollo, en la costa tenemos de camarón, de langosta, de concha o el cebiche mixto, que es todo junto.

(estudiante equatoriano da Província de Manabí, na costa do país).

“ Un buen cebiche, ¿cómo se prepara? Bueno, un buen pescadito fresco, trozarlo en láminas pequeñas, delgadas, más o menos aproximadamente centímetro y medio a dos por uno y medio a dos también, y luego, este... lavarlo bien por supuesto bien escurrido, su limón, su pimienta, su sal, ajicito, ese ajicito amarillo que le da un rico gusto, si se quiere se puede echar el apio picadito, si no, no, solamente pescado o con mariscos también se puede hacer un mixto y su cebollita enjuagada, bien lavadita, con su rebanada de rocoto ¡qué rico!... ya estoy comiendo (risas)... acompañarlo con su choclito, su canchita, su perejil picado.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).



Figura 29 - *Frito con cebiche*. Cajamarca, Peru.

Fonte: Delgado, 2014c.

“ A mí personalmente me gusta mucho el ceviche. Entonces, el ceviche es del Perú y cuesta muy caro allá, pero yo iba a comer ahí. Bueno, el ceviche se vende en lugares así más burgueses, y yo tenía que comprar ahí porque me gusta demasiado. Es muy común el consumo de ceviche ahí.

(estudante boliviana da capital, La Paz).

Comumente identificado com a culinária peruana, o *cebiche* tem também uma forte tradição no Equador, de onde vêm os três primeiros depoimentos deste verbete. As formas de preparo variam de um país para outro e, claro, também de uma região para outra. Mas o que os nossos estudantes nos apresentam é também outra variabilidade: a social. Existem *cebiches* de “nível socioeconômico” diferente. No “topo da pirâmide” estão peixes e frutos do mar mais nobres, como a albacora, a própria lagosta, mas a estratificação do *cebiche* inclui, mais embaixo, até a sardinha: “Aunque también lo hacemos de pinchagua, que es a lo que le llaman de... bueno, a lo que todos le llamarían sardinas, pero no es... es un pescado mal visto, de hecho el cebiche de pinchagua es como... mal visto, de hecho el cebiche de pinchagua es súper barato porque no es como un pescado sabroso y de ahí sale la sardina, yo no encuentro tampoco que la sardina sea tan rica. Entonces sí, hacemos de pinchagua, la textura parecida a la albacora, el sabor, no tanto”. *Pinchagua* (*Opisthonema libertate*) é, sim, um parente muito próximo da nossa sardinha.

É interessante mencionar o fato de que há registros de algo como um “proto-cebiche” desde o começo da época colonial. No Peru, o cronista Pedro Gutiérrez de Santa Clara informa, na *Historia de las guerras más que civiles que hubo en el Reino del Perú* (1544-1548), que “los indios desta costa pescan (...) y todo el pescado que toman en el río, o en la mar, se lo comen crudo” (Santa Clara *apud* Zapata Acha, 2006, p. 176). Entretanto, a preparação “moderna” do *cebiche* parece datar do século XIX. Zapata Acha, menciona a primeira receita conhecida, em 1860:

Consiste en pedazos menudos de pescado o camarones que se echan en zumo de naranjas agrias, con mucho ají; se conservan así por algunas horas hasta que el pescado se impregna de ají y así se cuece en la acción cáustica de este y del agrio de la naranja (Zapata Acha, 2006, p. 176)

Changua



Figura 30 – *Changua soup*

Fonte: Jorvato, 2015.

“ En mi región también tomamos changua. Changua es agua; se hace con cebolla larga y huevo, pero después que ya se encuentre cocido y toda la cosa, se le agrega leche con tostadas o pan duro. Eso es un caldo en la mañana. Eso se llama changua en Colombia, pero en Bogotá lo hacen con papa.

(estudiante colombiana da região do Oriente).

“ En la cena puede ser la changua o algo livianito, siempre es algo liviano. En mi casa, de cena, siempre hacen algo muy liviano: o una sopa de pasta o mismo la changua o un caldo de papa, que también es agua y papa y alguna carne. Entonces súper, súper digestible.

(estudiante colombiana nascida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

Na Colômbia, a *changua* desempenha o mesmo papel que no Brasil é assumido pela canja de galinha: leve, mas capaz de alimentar. No caso colombiano, porém, trata-se de uma preparação que é muito presente no café da manhã. Leite, ovos, cebola, manteiga e coentro são, na maioria das variantes, os ingredientes fixos dessa sopa, acompanhada de torradas ou pão.

Charqui



Figura 31 – *Charque de carne vacuna*
Fonte: Antunes, 2012.

“ Después comíamos charqui, que es la carne seca que ellos traían de más arriba: de Pampas Grandes, porque el mismo camino que te lleva a Quian te lleva hasta Pampas Grandes, solo que son más horas. Y a veces mandaban carne y lo ponían a secar a la carne que ellos tenían de la vaca, y hacían charqui. Y tenían la costumbre de dejarlo colgado en el techo; tiene un nombre también eso que cuelgan en el techo, tipo unas canastitas para que el gato no las agarre, para que no agarre moscas, nada.

Entonces, como es de estera, incrustan un ganchito y ahí cuelgan en una cosita de paja y ahí ponen queso, carne, charqui y ahí lo dejan, así. (...) Y de ahí nos subíamos con una banca y agarrábamos la carne seca. Como es súper salada, la puedes comer tranquilamente; sí, te la puedes comer. (...) nos robábamos el charqui porque esa es la verdad, robábamos el charqui de la cocina y nos repartíamos un pedazo. ¡Una carne súper salada! Súper salada, no sé si ya estaba lista para comer o si nos podía hacer daño, no sé, hasta ahora no sé, pero supongo que no, porque era carne seca salada, súper salada y comíamos de vez en cuando charqui...

(estudiante peruana, de Lima).

A pequena diferença da grafia não esconde a sinonímia entre esse *charque* peruano, objeto dessa linda memória infantil, e o *charqui* brasileiro. Mas quem será, no Brasil, que sabe que a palavra não é brasileira? Vem do quéchua, *ch'arqui*, de forma que achá-la no Peru não pode ser surpresa para ninguém. Entretanto, o fato de apenas um depoimento se referir a esse tipo de carne seca é sinal, provavelmente, de que a alimentação contemporânea, no contexto de tecnologias de conservação completamente popularizadas e de logísticas de abastecimento muito capilares, já não depende tanto de uma técnica de conservação de alimentos tão ancestral como essa do charque. Com grave prejuízo do sabor, porém.

É necessário considerar que a jovem idade dos colaboradores desta pesquisa influi, muito provavelmente, sobre as suas experiências culinárias. Apesar de haver inúmeras referências a *tradiciones*, a conhecimentos mais antigos, a aprendizados e costumes familiares, parece haver uma discrepância entre essa escassez do *charque* na alimentação dos estudantes da UNILA e a sua forte presença na literatura que temos à disposição, composta, basicamente, por trabalhos desenvolvidos entre as disciplinas de antropologia, de história e de gastronomia, sobretudo no Peru e no Chile. Sobre este país, em particular, Valdés Vivanco *et al.* informa que:

El charqui forma parte del patrimonio culinario de las regiones nortinas [próximas à fronteira com o Peru, portanto], pero debido a las regulaciones sanitarias actuales, su producción se ha visto disminuida y ha sufrido una pérdida de acceso al mercado, a causa de la dificultad que supone para los productores adecuarse a las normativas propias de los sistemas productivos que suelen ser de naturaleza distinta a los sistemas locales (Valdés Vivanco *et al.*, 2014, p. 167).

É bastante razoável concluir que um fenômeno análogo interesse também ao Peru, o que deve, inclusive, afetar a distribuição e o abastecimento inter-regional de alimentos, cada vez mais desenvolvido por empresas para as quais a fiscalização sanitária deve ser mais efetiva e presente. Apesar disso, nos volumes da coleção “*Reconociendo y revalorando las cocinas regionales del Perú*”, publicados em 2013 pela Universidad San Martín de Porres, encontram-se numerosas menções à carne seca, sobretudo numa preparação considerada nacional, *olluco* (ou

olluquito) con charque. O *olluco* é um dos inúmeros tubérculos andinos (*Ullucus tuberosus*).

Em ambos os países, de toda forma, encontra-se (ou encontrava-se) charque preparada com a carne de animais diferentes: além do gado bovino, também de equinos e ovinos e, é evidente, dos camelídeos andinos (lhama, guanaco e alpaca), ponto de partida dessa técnica de conservação de alimentos que se tornou um dos mais relevantes patrimônios gastronômicos da América do Sul.

Charquicán



Figura 32 – *Charquicán*

Fonte: Hurtado, 2016.

“ El charquicán, igual se hace poco, en realidad, porque... no sé por qué... Lo que sí es interesante es que antes se hacía más con pescado seco, pescada seca, que vendría a ser un pescado... pescada, creo que es el nombre técnico del coso. Debe ser algún tipo de pescado, que tú

lo abres ahí por la mitad, era un pescado pequeño, y se dejaba al sol bastantes días y... y eso lo... se hacía con charquicán.

(estudiante chileno natural de Concepción, no litoral do país).

O *Charquicán* é um guisado à base de *charqui*, de carne seca. Mas o nosso depoimento, aqui, traz a memória de uma preparação com peixe seco, menos frequente, mas que o Chile e o Peru conheceram também muito bem.

Na literatura, porém, o *charquicán* típico é preparado com carne seca de gado bovino: “confeccionado primitivamente a base de charqui, ha conservado su nombre, aunque corrientemente sólo se prepara con carne [*fresca*], papas y zapallo molido” (Pereira Salas, 2013, p. 238). Montecino, Cornejo e Razeto (2012, p. 34) corroboram: “el charquicán se mantiene como receta hasta hoy, aun cuando se utilice carne fresca”. De qualquer forma, estamos na frente de um prato que se reveste de grande importância patrimonial, confirmada justamente pela sua capacidade de se transformar através do tempo: a substituição da carne seca pela fresca demonstra, justamente, a resistência da cultura do *charquicán* diante das mudanças sociais.

Chicha de Jora



Figura 33 – *Chicha de jora en vaso*
 Fonte: Dtarazona, 2008a.

“ (...) y la chicha de jora, pero muy diferente la del sur de Arequipa con la del norte. La del norte la fermentan un poco, mientras que la de Arequipa la chicha de jora es fresca; la toman fresca, de un día para otro ya la están tomando como un refresco, no es fermentada, también muy rica, sí.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

“ En las noches de fin de semana, los chicos —tipo de 18, 20 años, de 16 años—, nosotros también, de colados ahí, se reunían tipo a la orilla de la acequia a escuchar en una radio música, pero a pilas, pues era la radio; y tipo música medio andina, medio cumbia, mientras tomaban el... hay un trago que lo guardan en los cántaros, es un trago que lo hacen fermentar como una chicha de jora, una cosa así. Pero lo tienen guardado mucho, mucho tiempo en esos cántaros y no sé, el sabor también lo tengo así presente (risas) es muy rico. (...) ¿Qué más vendían? En ese mercado yo recuerdo mucho la chicha de jora, que era un vaso gigante así de chicha de jora, heladísima, ¡riquísima! También, pero la vendían en la entradita del mercado. ¿Qué más de ese mercado? la chicha de jora y los jugos es lo que más recuerdo.

(estudiante peruana, de Lima).

Uma bebida (fermentada ou não), obtida a partir dos grãos, que podem ser de vários tipos de milho, submetidos ao processo de malteamento (germinação artificial e dessecação). Muito popular no Equador, no Peru e na Bolívia desde muito antes da conquista europeia, a *chicha de jora* é parente próxima da cerveja e até mesmo do uísque. Mas não é a única *chicha* que se consome na América do Sul. Ela pode ser alcoólica ou não, fermentada ou não, e pode ser preparada com vários cereais, como trigo, cevada ou *quinua*, ou com as diversas variedades de milho e de uvas.

Chicha de yuca



Figura 34 - Preparando *chicha de yuca* en Meñempari

Fonte: Aparici, 2011.

“ La chicha de yuca es así simplecito: a la yuca se le pela y se le pone a cocinar en agua. Después que se cocina, tienen las bateas hechas de madera. Entonces, lo que se hace es aplastar: *ch ch ch*, sacas las raíces del medio y, cuando está fría, las pones en un balde. Pero depende de la cantidad... ahí viene lo raro, lo que yo conozco en mi familia y en la zona, yo creo, que para que la chicha quede bien se mastica:

se coge la masa, se mastica y luego lo pone. Después, al siguiente día creo que lo vuelven a amasar. Aplastas la yuca y la vas masticando y la devuelves. Eso lo ponen en baldes y, al siguiente día, como que lo mezclan todo, y después del segundo día ya empiezan a tomar. Pero para mí, a partir del tercer día está bien, después ya se fermenta y se chuman todo, ¿no?. La otra forma, yo he escuchado que mi mamá... que en otros lados le ponen camote, esa papa, la papa dulce.

(estudiante equatoriana da Província de Pastaza, na região amazônica do país).

A descrição do preparo dessa “cerveja” tradicional em muitas regiões da América corresponde àquelas que nos foram consignadas por vários antropólogos. A *yuca* (mandioca), central em tantas dimensões alimentares, rituais e simbólicas da região, se presta, aqui, à preparação de uma bebida alcoólica que remete a uma série de ocasiões: religiosas, festivas, cotidianas. Em muitíssimas regiões da Amazônia encontram-se, com denominações diferentes, bebidas fermentadas obtidas com essa técnica (Cavalcante, 2014). O processo pelo qual a *yuca* ou outros cereais são mastigados e depois cuspidos recebe o nome de *moquear*, uma forma natural de adicionar enzimas que melhoram e aceleram a fermentação.

Chicha morada



Figura 35 – *Chicha morada*

Fonte: Dtarazona, 2008b.

“ Compartimos todo, y en bebida, generalmente, preparamos – cuando hay niños – siempre acompañado de nuestra chicha morada. Eso es de ley: en el norte, centro y sur, costa, sierra y selva, la chicha morada es nuestra bebida sana de bandera.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Originária da região andina, a *chicha morada* já é o refresco nacional do Peru. Obtém-se tradicionalmente fervendo em água o *maíz morado* (uma variedade peruana de milho de cor roxa muito escura) e acrescentando pedaços de casca de abacaxi e/ou de marmelo, aromatizando-o também com cravo e canela. Filtra-se, adoça-se e deixa-se esfriar, podendo ser servido também gelado. A bebida é tão popular que há versões industrializadas dela, em pó, nos tradicionais sachês, ou mesmo em embalagens cartonadas ou de vidro, pronta para o consumo.



Figura 36 - Mais *chicha morada*

Fonte: Stanton, 2009.

Chicharrones



Figura 37 - *Chicharrones con mote*.
Cajamarca, Peru
Fonte: Delgado, 2014a.

“ Hacer poco estaba hablando con mi mamá por Skype®, y me decía que ayer se preparó unos panes de papa con chicharrones.

(estudiante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

“ ¡Uy, que rico! Nuestros chicharroncitos también siempre están, los chicharrones están ahí con su salsita.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, no norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Essas falas vêm do Chile austral e do Peru andino, mas poderiam vir de todo lugar, até de Minas Gerais. O torresmo está aí: criticado devido ao seu elevado teor de gordura e repleto de sabor e de lembranças. A pele de porco, frita, crocante, acompanha outras preparações ou pode vir “*sola*”. No Chile, especificamente, se faz esse pão com torresmo, que também pode entrar na massa de um tipo de *tortilla*.

Segundo Cayllahua Muñoz e Machicao Castañón (2013, p. 95), a preparação aparece principalmente em “reuniones familiares y fiestas patronales”, o que é confirmado por Rodríguez Pasapera (2013, p. 84). Por outro lado, porém, em quase toda a América do Sul hispânica (mas também no México) existem locais específicos para se comer *chicharrones*: As *chicharronerías*.

Chifles



Figura 38 – *Chiflecasero*
Fonte: Dtarazona, 2009a.

“ Los chifles... bueno, solo hay que cortarles a los platanitos [gesto de cómo se corta en rodajas finas el plátano] y freírlos.

(estudante equatoriana da região amazônica).

“ (...) chifles, que le llamamos al plátano cortado en rebanadas muy finitas y fritas.

(estudante equatoriano da Província de Manabí, na costa do país).

Fatiazinhas fritas de banana verde (ou de *plátano*, que, já sabemos, não é bem a mesma coisa), muito populares sobretudo no Peru e no Equador, onde acompanham frequentemente o *cebiche* ou outras preparações à base de frutos do mar.

Chipa Guasu



Figura 39 – *Chipa Guasu*

Fonte: Cambeiro, 2017.

“ ¿Cuál es el plato típico de mi país? Yo creo que sería la sopa paraguaya y *chipa guasu*, las comidas que sí o sí se tienen que hacer cuando se tiene una fiesta o cuando está reunida toda la familia, tiene que estar presente. La *chipa guasu* es muy fácil de hacer: la harina de maíz, no es pre molido, lo que se hace es colocar en la licuadora, se cuele, se coloca

un poco de aceite, leche, queso, huevo y se mete al horno por veinte a treinta minutos. Es muy fácil.

(estudiante paraguaia natural de Ciudad del Este, fronteira com o Brasil).

“ *Chipa guasu* não pode faltar quando tem festa.

(estudante paraguaia, natural da capital, Assunção).

“ A sopa paraguaia é diferente da *chipa guasu*. É que a sopa é mais dura, tem farinha de milho e tem mais óleo. Há quem ainda coloque óleo de cerdo. A *chipa guasu* é como uma torta; é mais saudável, inclusive. A uma pessoa diabética ou enferma do coração também pode dar *chipa guasu*. Uma tem *choclo* e a outra tem farinha de milho, essa é a diferença: *chipa guasu* é mais branquinha – *choclo* é o milho branco, bate ele com o leite, um pouquinho de óleo, ovo e queijo e põe pedaços de queijo colonial e liquidifica tudo e põe no forno. Para a sopa paraguaia, mexe farinha de milho, leite, óleo e faz a massa na mão. Minha mãe, para que ele fique um pouco mais alto e

fofo, ela separa a clara da gema e faz a gema em ponto de neve e muito queijo paraguaio. Depois junta e põe no forno.

(estudante paraguaia, natural de Assunção).

Uma torta (*chipa*) grande (*guasú*). Parece ser apenas uma das dezenas de *chipas* dos nossos vizinhos paraguaios, mas além de ser a maior é também a mais popular, sempre mencionada como o alimento “que não pode faltar” na mesa. Suas origens, todos dizem, são híbridas: nome e ingredientes guaranis, preparo desenvolvido nas missões jesuíticas. Não se usava a categoria *fusión* no século XVI, mas talvez coubesse. Dependendo das classes sociais, pode ser o elemento central de uma refeição, ou mesmo um prato único, ou acompanhar uma refeição mais complexa, como, por exemplo, um *asado*, ou acompanhar um café, um café com leite, ou o *mate cocido*. Sem esquecer, finalmente, a sua diferença da também muito popular *sopa paraguaya*: esta, com praticamente os mesmos ingredientes e a mesma aparência, tem por base uma farinha de milho; a *chipa*, o *choclo*, ou seja, grãos de milho (branco, possivelmente) ralados ou moídos.

Choclos



Figura 40 – Milho peruano

Fonte: Mealing, 2007.



Figura 41 – Milho *flint* (cores diferentes)

Fonte: Fentress, 2006.

“ (...) en los mercaditos... Agarras el choclo y lo vas a pellizcar mazorca por mazorca para saber si ya está o no está. Tú eliges lo que vas a comprar, sientes hasta el olor de lo que vas a comprar. Entonces, es diferente comprar en el mercado. (...) Me acuerdo que subió una vez el choclo y cada choclo estaba 2 soles, me acuerdo hasta había choclo, pero ya las señoras, las amas de casa, en general preferían no comprar. Entonces, cada vez que yo iba, veía el choclo más feo y era porque el vendedor prefiere no comprar, pues. Porque uno, que no le están comprando; y dos, que no le van a pagar lo que él pide. Entonces, prefiere no comprar y te va llegando lo choclos más feos.

(estudiante peruana, de Lima).

A espiga do milho (*Zea mays*) verde recebe esse nome quando é mencionada nos contextos alimentares. Em abstrato, ela é chamada *mazorca*. Assim, quando nos vários pratos da América do Sul (guisados, sopas, *locros*, *sancochos*, *cazuelas*, etc.) encontramos aquela espiga de milho, vai ser o *choclo* a fornecer sabor e cor.

Chonta, Chontacuro



Figura 42 – *Gusanos de chontacuro*
Fonte: Cartolini, 2013.

“ (...) del árbol de chonta, que es todo espinoso. Y cuando se lo corta, y se espera más o menos... —nos dicen que hay que cortarlo en luna llena (¿o es en tierna?)—, bueno, en una de las lunas. Se corta y se espera no cierto, más o menos un mes, y ya vas y partes el árbol, y de ahí sale un gusanito que se llama chontacuro, que es.... o sea, que come solo palmito, porque es el árbol del palmito. Entonces, ahí se cría ese tipo

de gusanitos. Y, por ejemplo, en las ferias venden chontacuros y la gente compra.

(estudiante equatoriana da região amazônica).

“ Se mantiene la tradición de alimentos que mismo como que no se conocen en otra parte del país, aún se mantiene mismo la producción, que son cosas bastante restringidas, que son muy locales. Hay cosas, por ejemplo, frutas que yo consumía en mi región y que no se consumen en ninguna otra parte de Colombia. Chontaduro, ¿por qué? porque el chontaduro es una fruta del Pacífico, es una palma y se consume mucho en la región Pacífica. Pero, por ejemplo, en Bogotá es difícil de conseguir, pero a mi región llega; a mi región llega porque queda cerca al Pacífico y en la región hay bastantes inmigrantes, hay bastantes desplazados del Pacífico. Entonces, trajeron mucho de su

cultura en ciertas partes de la ciudad. Y se consume, por ejemplo, el chontaduro, el chontaduro... hay gente de Colombia que no va a saber decirte a qué sabe el chontaduro porque no lo conoce. (...) El chontaduro se consume cocido, tiene que estar cocido, pero eso lo consigues en puestitos de fruta en la calle o en los lugares más... es más de la calle, lo venden más en la calle, en puestos de frutas. (...) El chontaduro se consume cocido con miel y sal y vas a encontrar como frasquitos, lo venden en vasitos o en bolsitas. (...) La chonta que te digo... esa es por temporadas, esta es ahorita es... febrero, marzo y abril es la temporada de la chonta allá en Archidona, en la Amazonía, y por ende hacen las fiestas, ejemplo es la Fiesta de la Chonta. Ahí eligen a la ñusta, a la chontawarmi y a la reina del cantón también.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, no Centro-Oeste do país).

“ ¿Cómo se consumen los chontacuros?, ¿Le pasan con un palito y lo hacen pincho? No, le pasan un palito y lo asan; eso es uno. El otro le hacen frito, le sacan la tripita y le fritan, y es la que a mí más me gusta; y otro solamente hecho caldito el chontacuro, o sea, lo cocinan en agua nada más, sal, un poquito de cebolla... Le hacen como una mini sopita, le ponen yuquita, así. Serían esas las formas de comer, las más ricas para mí son las fritas, no, digo las asadas... con el palito.

(estudiante equatoriana da Província de Pastaza, na região amazônica do país).

O chontaduro (*Bactris gasipaes*) é, no Brasil, a pupunheira. Na Colômbia e no Equador, ou melhor, nas regiões amazônicas desses países, registra-se o consumo dessas larvas, *chontacuros*, que se alojam justamente nessa árvore, onde um determinado besouro (*Rhynchophorus palmarum*, conhecido no Brasil como “broca-do-coqueiro”) deposita os seus ovos, que se tornam larvas, sendo então coletadas para fins alimentícios. No Brasil, embora haja numerosos registros de práticas de entomofagia, não foi possível localizar exemplos desse tipo específico de larvas, embora eles sejam presentes numa árvore muito popular na Amazônia brasileira. Por outro lado, saindo do aproveitamento proteico

da pupunheira através dessas larvas, sabemos que os frutos de pupunha figuram entre os principais alimentos para as populações tradicionais da Amazônia (Rabelo, 2012, p. 357). Ao mesmo tempo, sobre a entomofagia entre populações nativas da América, Katz (2009, p. 31) lembra que “entre os animais, os que os indígenas comem mais são os insetos (que para eles não constituem uma categoria separada): gafanhotos, formigas, lagartas, larvas de escaravelhos e vespas, e percevejos (esses últimos, comidos vivos)”.

Choros



Figura 43 – *Choros e choros maltones* numa feira de pescado no litoral Sul do Chile

Fonte: Bacigalupo, 2014

“ Choros... ¿los choros? Supongo que los traían de Huarmey, porque en Quian solo hay río, y no hay choros en el río. Mi tía cocinaba mucho sopa de choros. Entonces, supongo que los traían de Huarmey, sopa de choros, y después mis primos se iban a pescar al río, todavía en ese entonces había pescaditos.

(estudiante peruana, de Lima).

Essas conchas pretas inconfundíveis, os *choros* são difundidos e consumidos, na realidade, em todas as áreas do litoral do Oceano Pacífico da América do Sul, sobretudo no Peru e no Chile. No Chile, quando são de um tamanho mais ou menos grande, são conhecidos com o nome de *maltón*.

Daquele lado do continente existem duas espécies, tendo por nomes científicos *Choromytilus chorus* e *Mytilus chilensis*, enquanto o seu congênere do Oceano Atlântico (conhecido no Brasil como mexilhão) é o *Mytilus edulis*.

Chuños, Tunta



Figura 44 - Chuño
Fonte: Eric in SF, 2006.



Figura 45 - *Solanum sp.* (potatoes - moraya, tunta, or chuño blanco) - dried tubers
Fonte: Chapman, 2010.

“ El plato paceño, allá en La Paz se le coloca haba, se le coloca una tunta o papa, se le coloca chuño; no puede faltar. (...) Me hace falta a veces la comida de mi madre, y me hace falta un poco de lo que es el chuño, lo que es lo que no hay acá, el haba tal vez, la cebada, la quinua que acá es muy caro, pero allá hacen por montón. Entonces, son los alimentos que sí nos hacen falta a los bolivianos, y no hablo por mí solamente, sino hablo por todos los bolivianos que en su casa siempre hubo. Y es en este evento, un evento boliviano, que nosotros trajimos para todos, para que ustedes prueben y disfruten un poco de nuestros ricos platos.

(estudiante boliviano, de La Paz).

“ Cuando yo voy a Bolivia, vuelvo y me traigo muchas cosas: chuños, papas deshidratadas (...).

(estudiante boliviano, de La Paz).

Desidratar as batatas é uma das formas mais tradicionais de conservar esse tubérculo, fundamental na alimentação e nos modos de vida de muitas populações andinas. Consumido em todas as regiões montanhosas e nos altiplanos da América do Sul, na nossa pesquisa o *chuño* e a *tunta* foram mencionados somente por estudantes bolivianos, o que deve sugerir um uso mais frequente ainda nesse país. A diferença é, ao mesmo tempo, na cor e na técnica de produção. O *chuño* (ou *chuño negro*) é de cor escura e se obtém congelando a batata, que depois é pisada, sem passar por processos que envolvam água. Já a *tunta* (ou *chuño blanco*) passa por um processamento mais complexo, que inclui uma lavagem.

Gregorio de Losa, um médico peruano do século XVIII, assim se manifesta:

Llaman chuño, los Naturales, a uno de los mantenimientos de mayor sustancia que ellos tienen y más general porque les sirve de pan (...), su temperamento es frío y seco en primer grado; es conocido de todos, hácese de unas raíces que se llaman papas, comida ordinaria de ellos (...), las cuales ponen al hielo de parte de noche, por la mañana las pisan y ponen al sol, esto es hasta que se secan, y hay muchas partes y suertes de chuño, y las más principales son las que llaman moraya o tunta, es muy blanca (...) (Losa *apud* Zapata Acha, 2006, p. 284).

Cocido boyacense

“ Hay un plato que se llama cocido boyacense que lleva... ¡es delicioso! ... Lleva nabo, habas, lleva yuca, papa, racacha, apio, un montón de tubérculos ahí y... y todo va cocinado con carne de vaca, ¿sí?, o carne de res; eso queda muy poca agüita y más espeso. Y así se sirve, y se comen dos, tres platos. Esa es una comida típica de Boyacá.

(estudante colombiana nascida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

Com esse *cocido*, representamos, de certa forma, toda a família dos *cocidos* da América do Sul – essa preparação tão frequente e tão significativa, com as suas fortes cargas nutricionais e simbólicas, ao mesmo tempo. Mais secos, com menos caldo do que a maioria dos cozidos brasileiros, esses *guisos* reúnem traços culturais diversos: neles juntam-se as carnes (bovina, suína e/ou de frango), os cereais, os legumes e os tubérculos (vários tipos de batatas, ervilhas, favas, mandioca, milho...). Parece-nos que a preponderância andina dos tubérculos, sobretudo, ao lado da presença europeia das proteínas animais, faz dessas preparações algo mais profundamente fundido do que os seus poucos equivalentes culturais brasileiros, como, por exemplo, a maniçoba paraense.

Cochino Frito



Figura 46 – *Cochino frito*
Fonte: Pintoandres90, 2009.

“ Otra cosa que es muy común y es típico es la cachapa con queso y cochino frito (...) Hay muchos tipos de queso en Venezuela, un queso generalmente blando... bien blandito, que se derrite, digamos, se derrite fácil en la cachapa caliente y de acompañante a veces está el cochino frito, que es muy característico de comer con cachapa.

(estudiante venezolano da região Nordeste do país).

Acompanhado pela *cachapa*, um tipo de panqueca mais simples do que a *arepa*, esse porco frito é um concentrado de simplicidade – que deve proporcionar grandes prazeres à mesa, justamente por ser tão simples. Pedacos de carne suína, temperados com sal e alho, cozidos e, uma vez evaporada a água, fritos na sua própria gordura. Está feito.

Corviche



Figura 47 – *El clásico corviche en cascol!!!*
Fonte: Souffriau, 2003.

“ (...) hay muchos platos que son derivados del plátano con pescado junto. Vienen también el corviche, que es una masa de plátano con pedazos de pescado y un poquito de maní... maní consumimos mucho.

(estudiante equatoriano, da Província de Manabí, na costa do país).

De aspecto semelhante ao quibe, o *corviche* equatoriano é um bolinho de peixe, frito, cuja massa mistura a banana-da-terra e o amendoim moído – além de muitos temperos.

Curanto



Figura 48 – *Curanto en hoyo*, na ilha de Chiloé, no Sul do Chile

Fonte: Bacigalupo, 2014

“ También hay que pensar que allá en Punta Arenas y Magallanes estamos colonizados principalmente por croatas y chilotos. Chiloé es como una parte bien característica de Chile bien tradicional; o sea, igual tienen cantos propios, comida propia, y eso, sin lugar a duda, influyó bastante en Magallanes, porque tiene a los chilotos que llevaron las costumbres para allá. Por ejemplo, un buen plato de mariscos, que muchas veces en Chile no se ve, en otros países, en otras

ciudades, el curanto, el asado al palo. Las carnes se comen bastante, sobre todo allá, la gente come mucha carne y papa, que es característico de Chiloé. (...) En los fines de semana, mayoritariamente, la gente se prepara su asado, su carne, un curanto. El curanto es una comida bien típica de Chiloé, que se puede preparar de dos formas: uno es al hoyo, que se hace un hoyo en la tierra y con piedras. Las piedras se calientan y las mismas piedras cocinan la carne con los mariscos. Hay carne ahumada, pollo, los mariscos, la almeja, todo, todo eso, entonces. Después, también tienes el curanto a la olla, que eso se usa más en la zona sur donde vivo yo, que es una olla como de un metro, sí, un metro por ahí y bien ancha; no sé el diámetro, te mentiría si te digo el diámetro, que tiene... bueno... Ahí tú lo preparas así: tienes la carne, las papas, el chapalele, que es una masa que se le agregan chicharrones adentro, después a eso le agregas las almejas, mariscos, todos los mariscos que... los choritos y toda la cosa y arriba le pones vino blanco. Y eso se cocina por un buen rato. Y como te decía, eso en una olla grande y,

pues, generalmente, es como para cuatro, cinco personas, imagínate todo eso comiendo y generalmente eso se hace los fines de semana.

(estudante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

O arquipélago de Chiloé, situado no Sul do Chile e que compreende a Isla Grande de Chiloé, ocupa um lugar muito relevante na história e na cultura do país. Com sua formação demográfica e étnica peculiar (presença *mapuche* e outras etnias originárias), aliada à sua característica geográfica, que lhe proporcionou, em certos momentos da história, um relativo isolamento, ela possui (inclusive no imaginário nacional) traços culturais únicos. Na dimensão culinária, teria sido dessa ilha que se difundiu (sobretudo no Extremo Sul do Chile, na Patagônia, para onde se iniciou, em meados do século XIX, um maciço movimento migratório) essa técnica milenar de cocção baseada na utilização de pedras colocadas numa cova, sobre as quais se acende uma fogueira. Uma vez que as pedras atingem uma temperatura suficiente, a brasa é retirada e sobre elas são colocados os alimentos. Trata-se de uma técnica utilizada praticamente no mundo inteiro, mas o elemento que caracteriza essa versão chilena (melhor, *chilota*) é a forte presença da *papa*, tubérculo também cultivado pelos habitantes originários das ilhas, sobretudo os de etnia *mapuche*, em cuja língua (o *Mapudungun*) *kuran* significa “pedra”.

Cuy



Figura 49 – *Cuy con papas*. Cajamarca, Peru

Fonte: Delgado, 2014b.

“ El plato de las papas con cuy (...) Primero le hechas maní y luego haces un refrito con cebolla blanca, con ajo, comino molido, ¿qué más es?, unas hierbas más que no recuerdo muy bien cómo se llaman. Y ahí haces el refrito, y luego tuestas el maní, sacas la corteza, la cascara delgada que tiene, le mandas a la licuadora, lo licuas, mezclas con el refrito,

dejas que hierva por un determinado tiempo y después le echas un poco de leche. Ese sería el acompañado para las papas, papas con maní. Y el cuy generalmente se hacía por primero, ibas a la jaula del cuy, seleccionabas el cuy, veías al más succulento, el más rico, el más gordo. Y, generalmente nosotros utilizábamos, nos comíamos los machos antes que a las hembras, porque las hembras eran las que producían. Entonces los machos eran los primeros que marchaban, así sean pequeños o lo que sean. Matas al cuy, lo destripas, lo lavas y a eso le pones condimentos: ajo, una sazón que se hace a base de verduras y eso, y ahí le hechas con bastante ajo. Después de eso, a veces, rara vez nosotros lo freíamos, la mayoría de las veces nosotros lo asábamos en el horno y eso.

(estudiante equatoriano natural de Salcedo, na região central do país).

“ También mucho cuy, a mí me encanta el cuy, por ejemplo, ¡uy! el cuyfrito es mi delicia [risa], en cualquier estilo el cuy es delicioso. (...) Tenemos de todo, desde los cuyes, porque la gente también se ha dedicado a la crianza de cuy para su consumo familiar y también para negociar, porque también de eso se sustenta muchas veces el hogar,

la economía familiar. (...) Bueno, mi mamá siempre preparaba cuy, y yo también sigo preparando el cuy frito así, con ají colorado, es una forma: a lo huaracino. Y también, por otro lado, también me encanta el cuy *chactao*, cocido así, como al estilo arequipeño, que solamente es con sal o harina de maíz o solo sal, parece *broster*, muy rico, sin nada de condimentos, sin nada de condimentos, solo sal, nada más. (...) El cuy chactado, solamente sal y lo ponen a freír, el aceite tiene que cubrir al cuy, y sobre el cuy le ponen una piedra, para que salga bien crocantito como un *broster*, muy agradable y se come con sus papas sancochadas (...) Bueno, en nuestra familia, por ejemplo, nos hubiera gustado comer mucho el picante de cuy a cada rato, pero, bueno, el cuy es un animalito que está muy caro. Un cuycito está 25 soles, y un cuy alcanza solo comiendo un cuartito cada uno, cuatro personas no... nos moríamos del antojo de comer cuy siempre. Así es que era un plato que nos hubiera gustado con más frecuencia, pero que lo comíamos...

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

“ Criaban. Tenían chanchos, tenían vacas, toros, tenían cuy. El cuy estaba al costado, o sea, el criadero de cuy estaba... no me acuerdo cómo se le dice... Pero el criadero de cuy estaba al lado de la cocina; separado, pero era un cuarto digamos al costado de la cocina y ahí vivía el cuy. (...) Estaban libres en un cuarto, tenían sus casitas construidas así de adobe, sus casitas para los cuycitos. Ya, pues, y así se aseguraban que solo comieran alfalfa, le ponían la puerta y todo para que no entrara algún animal a comer la alfalfa. Y a veces comíamos cuy: ¡juaa!

(estudiante peruana, de Lima).

“ El plato típico de la región son las papas con cuy. En mi casa, mi mami cría cuyes y vende a 15 dólares cada uno. Este plato se come con maní, siempre tenemos para comer junto con la papa chaucha, que es una papa de color amarillo muy rica: la papa es algo que no puede faltar en la casa (...) La receta de las papas con cuero es así: primero se mata al cuy; mi mami es la que le mata, nosotros nunca vimos, pero yo sí se matar. Mi mami le aplasta el cuello contra el pecho hasta que suene y después le saca un ojo para que se desangre, porque si no la sangre queda dentro del cuy y el cuy no queda gustoso. Después

le metes en agua hirviendo para sacarle todo el pelo, se le abre y se le aliña con condimentos por la parte de adentro, se le pone achiote, se licúa ajo, cebolla, pimienta y cilantro, se le pone en las paredes y con la cebolla blanca untas en achiote y se le moja como si le pintaras. Se pone en un palo de escoba con punta fina, como si fuera una lanza, se le mete estirado como si estuviera abrazando el palo y después se lo asa en fuego. Mi papi se sentaba como dos horas dándole la vuelta para que se ase bien, se le pica para sacarle la grasa. Mientras eso, mi mami cocina la papa solo con sal, la papa chaucha. En mi casa siempre había papa chaucha, habas, choclo y queso, también se come mucho tostado, eso era algo que no podía faltar. Mientras se cocinan las papas, se hace el maní, se le tuesta en el sartén después se le pela y le licúa, se cocina con un refrito con cebolla, ajo picado y leche, se cocina mucho. Mi mami le ponía las tripas del cuy al refrito. Después solo se espera que esté asado el cuy, se sirve con lechuga, arriba las papas con la salsa de maní y el cuy asado.

(estudiante equatoriana, de etnia Kichwa-Purua, na serra).

Parece difícil achar no Brasil algo que, como acontece com o *cuy* no Peru e no Equador, consiga ser, ao mesmo tempo, uma iguaria nacional e um animalzinho de que todos gostam, vivo e peludo. Mas no Equador e no Peru, esse roedor (*Cavia porcellus*), que no Brasil é conhecido como “porquinho-da-índia”, é, de fato, uma iguaria cobiçada.

A Índia, neste caso, é a referência europeia às Índias ocidentais, as Américas. Trata-se, de fato, de um animal autóctone conhecido pelas populações locais desde muito antes da chegada dos conquistadores. Muitos cronistas dos séculos XVI e XVII o mencionam, e Garcilaso de la Vega, em 1605, informa que “hay conejos caseros y campestres, diferentes los unos de los otros en color y sabor. Llámánles cuy; también se diferencian de los de España. De los caseros han traído a España, pero se dan poco por ellos. Los indios, como gente pobre de carne, los tienen en mucho y los comen por gran fiesta” (Zapata Acha, 2006, p. 233). Estamos novamente à frente de uma preparação de clara (e reconhecida, no país) procedência indígena, mas que alcança, hoje, mesas e paladares

de todo o Peru, em todas as suas dimensões socioeconômicas, étnicas e culturais. No Departamento de Apurímac, na região andina meridional, especialmente, contam-se muitas e diferenciadas formas de se utilizar o *cuy* (Ccopa Antay, 2013), desde *tallarines con gallina y cuy* até o *pepián de cuy*, um guisado com amendoim e *papas*, o famoso (no país inteiro) *picante de cuy*, o já mencionado *cuy chactado*, mas também nas variantes *relleno* (recheado) e *al palo* (no espeto).

Finalmente, é válido lembrar que o pequeno *cuy* é também apreciado em outras regiões andinas. No Equador, sobretudo, “es el animal emblemático de esta cocina y se consume asado o a la brasa, aunque las comunidades campesinas suelen prepararlo en sopa o locro” (Pazos Barrera, 2005, p. 233). Mas não só:

En los pueblos del altiplano, el cuy interviene en prácticas tradicionales relacionadas con la familia y el entorno social. Entra en peticiones de mano, bodas y compadrazgos. Sus piezas se reparten de acuerdo con la importancia de los miembros de la familia. Entre los campesinos mestizos el cuy es alimento obligado en comidas de fiesta y homenaje; acompañado con papas cocidas es signo de respeto y prosperidad (Pazos Barrera, 2005, p. 234).

Dulces



Figura 50 – *Agradable y dulce mora*

Fonte: Samuelistok, 2013.

“ El dulce de camote, que no me acuerdo cómo se prepara; el dulce de calabaza que, bueno, primero es hervir la calabaza, se utiliza leche, te comes las pepitas de la calabaza y le sacas la cosita que tiene adentro y te las comes. Del membrillo también, no sé cómo se prepara, no recuerdo más, creo que eso... eso es por Semana Santa.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Y se hacen dulces especiales en esas fechas; entonces, por ejemplo, en Navidad se hace leche asada, se hace natilla, se hace dulce de mora, se hace dulce de uchuva... ¡es así como un banquete!

(estudiante colombiana, de Bogotá).

De batata-doce (*camote*), de abóbora (*calabaza*), de marmelo (*membrillo*), de mora, de *uchuva* (*Physalis peruviana*): preparações caseiras, familiares, simples, que acompanham, em toda a região, a oferta da biodiversidade vegetal. Destaque para a *uchuva*, que começou há pouco tempo a frequentar os pomares e os empórios *gourmets*, onde é conhecida por seu nome científico – *physalis* – incompleto, porém, pois no Peru e no resto da região chama-se literalmente *Physalis peruviana*, e que, no Brasil, tem elevado custo, além de ser pouco conhecida, principalmente em relação à sua origem andina. Nessa região, contam-se dezenas de espécies em estado silvestre. O seu *dulce*, muito popular sobretudo na Colômbia, faz-se deixando a fruta cozinhar em água e açúcar.

Empanadas



Figura 51 – *Empanadas venezolanas*

Fonte: Wilfredor, 2009.



Figura 52 – *Empanadas cordobesas*
(Argentina) caseras

Fonte: Carlosdisogra, 2013.

“ Después la empanada criolla, que son las empanadas típicas de Argentina. Y la empanada criolla lleva cebolla, cebolla de verdeo, papa o huevo... cuadril o bola de lomo, que es carne... O sea, se fritada toda la verdura, después la carne y armas tipo relleno, solamente que las empanadas criollas tienen como un bordecito al costado. (...) tienen todas la misma forma, pero diferente sabor... la empanada salteña, de la tucumana, de la santiagueña, de la cordobesa. Por ejemplo, en Tucumán comen la empanada con pasa de uva, y en Santiago del Estero no le ponen la pasa de uva. Después sé que en Córdoba le ponen azúcar a la empanada, cosa que en Santiago del Estero no lo hacen.

(estudiante argentina da Província de Santiago del Estero, no Norte do país).

“ La empanada gallega es un *pastel*, así muy finito y generalmente la rellenas con mariscos o con pollo, o con atún, algún tipo de pescado, alguna cosa así. Y es sumamente finita, mi mamá tenía unas



Figura 53 – *Empanadas salteñas*

Fonte: Rivero, 2008.

bandejas y las hacía así... es súper *chévere*⁴, porque tú lo comes caliente y tipo es rico, pero tipo lo dejaste enfriar y está.... También como que da para comérselo perfectamente, entonces nosotros lo llevábamos para viajar. Cuando teníamos así reuniones en casa, mi mamá lo hacía, porque como que rendía y a la gente súper le gustaba. Entonces como que tipo eso sería bien

común en un día especial, por ponerte una cosa así. Cuando la cachapa tendía a ser una cosa así bien *chévere*, como que era una cosa que comíamos así que era bien tradicional venezolano y que nos gustaba. (...) Una empanada criolla, es la... es una empanada en forma de media luna que nosotros hacemos con la harina que hacemos la arepa... harina pan. Eso lo rellenas con diferentes cosas, caraotas, queso, pollo, cazón... hay una que nosotros llamamos empanada de pabellón, que el otro día descubrí que era un invento de nuestra región, pero está bien nacionalizado, que es como que el pabellón que es caraota... plátano, huevo, carne mechada y arroz, todo eso lo pones dentro de una empanada y bueno, son gigantes. Ese tipo de cosas, comerlas con picantes... eso es lo que tú podrías desayunar una mañana bien criollo. (...) Son relativamente accesibles, hay precios para todos. De hecho, es más barato comer arepas o empanadas que ir a una panadería. Podrías ir a una panadería y comer cosas más... tipo tomar té. Y generalmente vienen acompañadas, las empanadas siempre te las van a vender en una mañana o con jugo de fruta, puede ser con refrigerante, o puede ser con malta. Eso sería lo que... alguna de las tres. Generalmente el venezolano tiende a escoger por malta o por jugo de frutas.

(estudiante da Venezuela, da região de Barquisimeto, Oeste do país).

4 *Chévere* é um neologismo hispano-americano, muito difundido sobretudo na Venezuela, de uso sobretudo juvenil, cuja tradução mais adequada parece ser “legal”, “bacana”.

A variedade e diversidade de *empanadas* na América do Sul hispânica parece bem maior do que a dos pastéis brasileiros, aos quais costumam ser comparados, pelo menos no senso comum do país lusófono. Além disso, esses e outros depoimentos de estudantes da UNILA apontam para um consumo de *empanadas* também familiar, em casa (café da manhã, lanches da tarde e/ou da noite) e não só na dimensão (também bem brasileira) de comida de rua.

Farinhas de mandioca



Figura 54 - Vários tipos de farinhas de mandioca à venda em feira de Manaus, Amazonas, Brasil
Fonte: Sarges, 2014c.

“ Tinha... um costume, da família da parte do meu pai, que era nordestino, e eu achava muito estranho porque eu sou de São Paulo, outra cidade, outra cultura, assim, e ele misturava no café da manhã um prato de feijão com leite e farinha (...).

(estudante brasileira, natural de São Paulo).

“ Olha, o alimento que não pode faltar é a farinha... a farinha.... é a

farinha. Porque, por exemplo, se por algum motivo não tem feijão, lá a gente come a farinha, a farofa de água molhada. Esquenta um pouco a água, põe a farinha, põe sal, se quiser pode pôr tempero também, cebola, tomate, pimentão. Faz tudo junto com a farinha e água morna, e come, almoça aquilo ali, frita um ovo e come. O principal alimento do baiano é a farinha. É tanto que aquelas pessoas que vivem de dieta, a primeira coisa que elimina é a farinha de mandioca. E é um sacrifício muito grande fazer isso. Que a gente é acostumado, é a base principal da nossa alimentação. Tanto é que na roça, no interior, se faz um mingau de farinha de mandioca pras crianças comerem. Tem o escaldado, que as crianças comem bastante também. É um alimento-base mesmo, e a gente gosta muito também. Comer feijão com farinha, farofa, farofa de qualquer caldo. É como a gente come.

(estudante brasileira, natural do litoral do Estado da Bahia).

Farinha, no Brasil, quando se fala só farinha, é porque é de mandioca. Quando é de milho, por exemplo, se diz farinha de milho; de trigo, farinha de trigo. Mas, para além das nomenclaturas e dos usos (pois nem tudo o que se faz ou se pode fazer com a farinha de mandioca se pode fazer com a farinha de milho, e vice-versa), está claro que a posição mais proeminente, no Brasil, cabe à farinha. De mandioca. Câmara Cascudo a chama de “Rainha do Brasil”:

Quando a posse da terra começou a ser feita nasceu o elogio da mandioca. Os cronistas afirmavam, unânimes, ser aquela raiz o alimento regular, obrigatório, indispensável aos nativos e europeus recém-vindos. Pão da terra em sua legitimidade funcional. Saboroso, fácil digestão, substancial (Câmara Cascudo, 2011, p. 90).

O folclorista potiguar, em páginas que se tornaram célebres, incluídas na sua *História da Alimentação no Brasil* (publicada pela primeira vez em 1963), apresenta um extenso relato, que inclui citações de cronistas e viajantes, observações pessoais, conjecturas, informações geográficas, históricas, antropológicas, mitológicas, linguísticas e nutricionais:

O brasileiro decidiu-se a chamar mandioca, do tupi, e não *yuca*, como diria o taino do Haiti, professor na matéria. Mas manteve a denominação de “farinha” do latim *farina*, e não do nheengatu *uí, cui, uí-puba, uí-atã, pira-cuí*. Os indígenas faziam farinha de peixe seco, macaxeira, carás, amendoim, banana, arroz, posteriormente. Os subprodutos ficaram na língua tupi, beiju, carimã, tapioca, manicuera, caldo da mandioca doce (macaxeira, aipim), apenas fervido sem engrossar, manipuera (diz-se no Nordeste manipueira) (Cascudo, 2011, p. 99).

Mas, mesmo com todas as ressalvas, a farinha não perde a sua majestade: “Fraca, incompleta, irregular, defeituosa, subalterna, inferior, com tantos títulos no libelo acusatório, a mandioca, rainha do Brasil, continua inabalável no seu trono...” (Cascudo, 2011, p. 101).

Já a farinha de milho, que aproxima o Brasil do resto da América do Sul, embora presente em inúmeras preparações, de Norte a Sul do país, goza, de fato, de patente menor com relação à de mandioca. Além disso, a diferença principal entre a farinha de milho brasileira e a dos demais

países da região reside no fato de que, aqui, há um número muitíssimo menor de variedades do *Zea mays*. Basicamente, o mais difundido e consumido é o “milho branco”, do qual se obtém, também, a farinha, utilizada em mil preparações, doces e salgadas. Câmara Cascudo, de novo, usa uma metáfora monárquica:

O milho era uma presença na alimentação indígena mas não constituía determinante como a onipoderosa mandioca e a macaxeira (aipim), amável e fácil. Certo é que o plantavam comumente e o milharal é um documento do trabalho humano porque essa gramínea só se reproduz semeando-se. Acompanha o homem, prestando-lhe um auxílio generoso. Não teve, no Brasil, o domínio da orla do Pacífico, América Central e do Norte onde era soberano absoluto mas pertencia à classe dos familiares que não atingem o posto da indispensabilidade. (...) Para o resto do continente e mundo insular ameríndio o milho (...) é uma égide. As civilizações asteca, inca, chibcha, maia, alimentaram-se do milho e as populações contemporâneas são devotas à herança pré-histórica (Câmara Cascudo, 2011, p. 107-108).

Por fim, vale lembrar que no Brasil e em outros países da América do Sul o uso da farinha de milho experimentou duas longas viagens: a *polenta*, que veio nas malas, na memória e na cultura dos italianos do Norte que emigraram para a América do Sul, desde o século XIX. Ela é o resultado da difusão europeia do milho, que iniciou logo depois da conquista da América, no século XVI.

Frijoles,

porotos, caraotas, feijão



Figura 55 – *Caraotas*

Fonte: García, 2014.

“ Bueno, lo emblemático de mi región, que es como compartido por la región de Antioquia —porque en realidad a esa región se le denomina el viejo Caldas, y eso mucho antes fue parte de Antioquia—, son los frijoles. Los frijoles son como emblemáticos.

[¿Cómo se comen generalmente los frijoles?]⁵ Es una comida cargada, es una comida muy calórica, porque llevan: el arroz, el frijol va cocinado

con plátano y eso está condimentado con tomate, cebolla, con azafrán, allá, se utiliza mucho el azafrán para dar color... se consume con carne, a veces carne de cerdo; por ejemplo, costilla de cerdo... y con aguacate, así se come en mi casa, por ejemplo; es bastante cargado, es una comida bastante cargada (...). El plato más típico de mi región son ... ellos le llaman a veces frijoles carreteros, no, frijoles montañeros... y es muy parecida a la bandeja paisa, que es el plato típico de Medellín, que son frijoles, arroz, carne molida, chicharrón de cerdo, plátano frito, aguacate, huevo, chorizo... es un plato ¡super! O sea, tiene un montón de cosas. Pero, entonces, en mi región se come como que más suavemente.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).

5 Neste livro, as perguntas do entrevistador aparecem entre colchetes, de modo a diferenciá-las das respostas do entrevistado.

“ En la casa de mis papás, el frijol es muy importante; entonces, creo que, mayormente, cuatro veces a la semana son frijoles en el almuerzo. En los fines de semana hacen las sopas, si hay algún evento especial hacen una comida diferente. (...) Todos dicen que la comida típica es la bandeja paisa, pero la bandeja paisa es una comida muy tradicional, una comida de todos los días. Me parece a mí que no es tan típico, tan representativo, sino que es la comida normal, que es, básicamente, arroz con frijoles y carne (...). Arroz con frijoles me quedan muy ricos, entonces, con los frijoles cargamanto, que es una variedad de frijoles. Es un frijol rojizo, eso preparaba con cerdo, te cuento como los preparaba, son secretos de la abuela, no se pueden revelar (...). Pues, para comenzar, los remojava, en la mañana los ponía a remojar para que a mediodía estuvieran más blandos para facilitar la cocción, porque son muy duros, secos. Listo, remojava como 6 horas y a mediodía que estaban blandos, comenzaba, sobretodo los preparaba con orejas de cerdo, ¡qué rico! Limpiaba las orejas de cerdo, las chamuscaba, las limpiaba otra vez, las cortaba y a la olla. Luego, los frijoles, que los separaba primero para ver cuál estaba bueno y, cuál no; zanahoria, plátano verde, cebolla... le ponía cubitos de Maggi® para darle sabor, y sal, y a la olla de presión una hora (...) En mi mesa... no puede faltar... los frijoles. De la familia de la que vengo es muy importante los frijoles.

(estudiante colombiano, do Departamento de Antioquia, no centro-oeste do país).

“ En Venezuela, la comida típica es el pabellón, que es lo que más comen en el almuerzo, que es: carne mechada, frijoles negros, plátano maduro, banana madura frita... no sé qué, y arroz blanco. Es la comida típica venezolana, tipo lo que más se come y todo.

(estudiante venezolana de Caracas, com país haitianos).

“ Los alimentos que más consumes en Venezuela, en específico sería mucho el maíz, maíz, caraotas... que sería frijol, frejol, feijão...

(estudiante venezolano da região Nordeste do país).

“ Una empanada criolla es la... es una empanada en forma de media luna que nosotros hacemos con la harina que hacemos la arepa... harina PAN. Eso lo rellenas con diferentes cosas: caraotas, queso, pollo, cazón... Hay una que nosotros llamamos empanada de pabellón, que el otro día descubrí que era un invento de nuestra región, mas está bien nacionalizado, que es como que el pabellón que es caraota... plátano, huevo, carne mechada y arroz, todo eso lo pones dentro de una empanada y, bueno, son gigantes.

(estudiante da Venezuela, da região centro-oeste do país)

“ La preparación favorita... (...) la arepa, porque siempre [consumimos] la arepa o el pollo, [u] otro tipo de comida también que se prepara con la misma harina, que siempre es mañanero [se consume por la mañana]. Y es importante para nosotros y para la salud de todos los niños en ciertos sentidos, [ya] que es recomendable. Y en la tarde, el resto ya sería como *feijão*, que nosotros le llamamos caraota, y cualquier tipo de frijoles, arroz y pasta.

(estudiante venezolano, natural de Caracas).

“ ¿Qué se come? Carne, huevo, huevo frito, carne molida, frijol, arroz, aguacate, mmmmm... plátano, plátano frito. Y antes de eso está la entrada, porque nosotros... si vas a un restaurante normal en Colombia, tienes la entrada que, por lo general, es sopa o algún grano... tienes sopa y seco, vulgarmente decimos: ‘le voy a dar sopa y seco’: le voy a ofrecer todo lo que tengo. Entonces la sopa, en el caso de la bandeja paisa, es la mazamorra, es una sopa hecha en leche, con maíz blanco, dulce, se coloca la rapadura, que nosotros llamamos ‘panela’, al lado... se coloca al gusto para endulzar esa sopa, y el frijol, a veces no viene en la misma bandeja... viene como frijolada, que es una sopa de frijoles... Es un plato pesado, pero es el más tradicional... se conoce en todas partes. Se come mucho en la parte andina.

(estudiante colombiana, de Bogotá).

“ A veces me comía un plato de porotos antes de salir a la escuela o antes de ir a trabajar, no sé, me comía un plato de cazuela y partía (...). Ahora hay otros factores que influyen también, a veces, en la alimentación de uno, como la falta de tiempo y otras cosas que yo,

como te digo, si bien dejaba otras comidas, a veces no comía ninguna de las otras, pero el almuerzo era fijo: poroto, cazuela, estofado, lenteja... bueno, las legumbres que siempre están, y los fines de semana es carne.

(estudiante chileno, natural da Patagônia).

“ Mira, en el campo es común que encuentre *bolinhos*, *mbeju*, *chicharró*. Es como *chicharrón com farinha de milho*, ese tipo de comida se encuentra en el interior; poroto, ensalada de poroto, poroto con pata de buey, o típico de puchero, puchero con arroz, con *macarrão*... ese tipo de comida es infaltable en el interior o campo.

(estudiante paraguaio, natural da região Norte do país).

“ A mí me gustan los porotos y la cazuela. Porotos con rienda y longaniza. En el verano, ensaladas... casi la mayoría ensaladas: ensalada de porotos verdes, poroto granado... siempre la tradición del poroto.

(vendedora do mercado La Vega, em Santiago do Chile).

“ En invierno son más legumbres: porotos, lentejas, garbanzos.

(estudiante chileno, natural da região metropolitana de Santiago).

“ Como era uma cidade, a gente comprava tudo no supermercado. Mensalmente, fazíamos a compra de mês. Mas chegou uma época, quando eu era criança, que meu pai era alcoólatra e abandonou a casa e a gente passou um momento bem apertado na vida. A gente passou a depender da cesta básica do bairro, da assistente social. E, bom, tinha dias que tinha só arroz e feijão e a vizinhança ajudava, né, que éramos uma mãe solteira com duas filhas, eu tenho uma irmã mais velha, e minha mãe, sempre guerreira, conseguiu colocar comida na mesa. (...) Tinha [*algum hábito alimentar da família*] da parte do meu pai, que era nordestino, e eu achava muito estranho porque eu sou de São Paulo, outra cidade, outra cultura, assim, e ele misturava no café da manhã um prato de feijão com leite e farinha e metia pra dentro. (...) O feijão é a base da comida brasileira e a minha mãe cozinhava no domingo, ou melhor, a cada três dias ela cozinhava sem temperar e separava num saquinho o do almoço e da janta e, a cada refeição, ela

descongelava e temperava. Mas eu tinha o costume, desde criança, de roubar o feijão sem sal. Eu pegava um copo e colocava na panela de pressão e saía comendo o feijãozinho da mainha.

(estudante brasileira, natural de São Paulo).

“**Feijão, tenemos la costumbre de comer arroz con feijão, normalmente se come en los viernes y no sé si es parte de la cultura, pero nosotros estamos, como vivimos en la frontera... la mayor parte de la población tiene la costumbre de comer feijão, y la farofa también se come muchísimo.**

(estudante paraguaia natural de Ciudad del Este, fronteira com o Brasil).

“**Arroz e feijão não podia faltar nunca. O feijão era sempre gordo, bem temperado. Com louro, bastante cebola, alho, pimenta. Ela fazia um tempero que ela batia no liquidificador com bastante coisa, chegava a ficar verdinho assim. Cheiro-verde, coentro não podia faltar. E sempre uma mistura. A base das refeições era essa. Arroz, feijão e uma mistura. Mistura é carne. Qualquer tipo de carne. Frango. (...) Não podia faltar arroz e feijão, todo dia. Almoço e janta. (...) Arroz e feijão. Isso não falta nunca. Almoço e janta têm que ter. E eu faço um feijão gordo com porco, com linguiça, bacon, pedaço de osso, mocotó, Joelho de porco. Sempre coloco, mesmo que não tenha nada, que seja só um pedaço de linguiça, eu boto. Pra dar aquela sustança, pra engrossar o caldo. E sempre faço bem temperado com caldinho grosso, com tempero baiano, que é um tempero seco que vai uma porrada de coisa, vai pimenta, vai cominho, louro, sal a gosto, bastante cebola e alho, dou uma refogada e isso vai no feijão. Às vezes, a gente come arroz, feijão, ovo e farinha... e banana, quando a situação tá mais embaçada.**

(estudante brasileiro natural de São Paulo e filho de pais do Rio Grande do Norte).

“**Meu pai come feijão toda a semana. Ele pode comer qualquer coisa, mas ele tem que comer o feijão. Tem que ter o feijão sim ou sim. E dia de domingo, geralmente, a gente faz outra coisa. Macarrão, ou alguma coisa no forno... uma lasanha. Ou então é churrasco. Aí, tem farofa, churrasco, arroz, salada de cenoura e feijão-fradinho. (...) Era minha mãe que fazia comida todo dia. A comida era comida do dia. Sempre perguntava o que a gente queria comer. Tinha as coisas que eram obrigação a gente comer. Tem que comer. Um pouquinho de**

salada e um pouquinho de feijão. Eu não gostava de feijão. Então, ela me obrigava a comer mais salada do que o normal e alguma hortaliça verde-escura. Tipo couve, espinafre, essas coisas. Porque já que não comia o ferro do feijão, ela supria de outra forma. Tipo acarajé. Eu comia acarajé porque eu não sabia que era de feijão. Quando eu descobri que era de feijão, eu parei de comer. Minha mãe mandou eu tomar vergonha na cara. ‘Quem foi que contou pra essa menina que era de feijão? Era a única fonte melhor de ferro que essa menina comia’. E aí, ela sempre fazia.

(estudante brasileira, natural do Estado da Bahia).

Então, talvez para alguma surpresa dos leitores brasileiros, encontramos uma forte presença do feijão também na Colômbia, na Venezuela, no Chile e no Paraguai. Esses estudantes estão entre os poucos na UNILA, mas é de se imaginar, também, em outras universidades brasileiras, a não se cansarem com a onipresença dessa leguminosa nas refeições do país (“Cuando yo como, a mí el poroto con el arroz ya me hostigó, es siempre lo mismo”, diz o estudante do Sul do Chile, representando tantos outros hispano-americanos fartos de tanto feijão com arroz). Uma onipresença, no caso brasileiro, que vem de longe, inclusive no plano das representações e dos simbolismos, como nos lembra Câmara Cascudo (2011, p. 433): “Os cronistas do Brasil quinhentista mencionam feijões e favas na alimentação indígena”. O já mencionado *Diálogo das Grandezas do Brasil*, na virada de 1500 para 1600, atesta que “o outro legume também muito bom são feijões, como os nossos de Portugal, que se dão em grande quantidade, dos quais também usam em verde e depois de secos” (Brandão *apud* Câmara Cascudo, 2011, p. 437). O feijão desempenha vários papéis na mesa brasileira, sendo ao mesmo tempo sinônimo de cotidianidade protagonizando, na feijoada, uma função festiva (Fry, 1982; 2005): “chegavam as festas de Natal e Ano Novo, Dia das Mães... era aquela abundância de três meses de comida e de tudo, né, e a gente acabava cedendo nos dias de festas, comia de tudo e acabava tudo da mesa. Sempre tinha peru, um porco inteiro, galinha e de tudo, muito salpicão, feijoada (...). Às vezes, a gente faz um banquete.

Sempre que pode faz uma feijoada. Faz alguma coisa assim. Sempre que rola, a gente cozinha um rango mais glamouroso”, diz a mesma estudante paulista.

Com relação aos vários nomes que assume o *Phaseolus vulgaris* na América do Sul, pode-se notar que *poroto* é o termo mais usado, ao passo que na Venezuela usa-se *caraota* para se referir, sobretudo, ao feijão-preto, embora o substantivo possa também ser seguido pelos adjetivos *rojo* ou *blanco*. A origem do termo venezuelano seria indígena, de uma etnia do grupo Arawak, os Caquetío (Zavala, 2015), ao passo que *poroto* é palavra de procedência quechua (*purutu*), segundo Zapata Acha (2006, p. 585).

Finalmente, cabe mencionar com mais detalhes o caso chileno. Valdés Vivanco *et al.* (2014, p. 63-78), no contexto de uma pesquisa que envolveu alimentos tradicionais do país, alguns dos quais em risco de extinção, lista cinquenta e quatro variedades de feijões, alguns dos quais carregando nomes (“*boca de señorita*”, “*bombero negro*”, “*corazón rojo*”, “*dedo*”, “*gitano*”, “*vaquita*”...). Um número significativo e surpreendente, sobretudo àqueles que, no Brasil, têm a experiência de uma gama muito mais reduzida.

Guaba ou Guava



Figura 56 - Ingá *Inga edulis*

Fonte: Perrone, 2007.

“ Lo que hay en mi casa, alrededor, lo que mi papi ha sembrado full es: hay árboles de guabas de esas flacas y de las gorditas y hay bastantes cañas alrededor también. Hay eso y hay otro tipo de guabitas que son las de río, que son súper chiquitas, chiquitas, súper chiquitas. Y la fruta es como... son

como las vainitas, pero en grande. Se las abre y allí adentro están sus semillitas con una cosa carnocita blanca que eso es lo que se le come.

(estudante equatoriana da região amazônica).

Este depoimento, vindo da Amazônia equatoriana, é o único que menciona um dos nomes espanhóis da *Inga edulis*, conhecida no Brasil como “ingá”, a vagem produzida pela “ingazeira”, por sua vez também conhecida como “ingá-cipó”. Sabe-se que se trata de uma árvore largamente distribuída na América do Sul, inclusive no Brasil, com exceção da Região Sul (Yuyama *et al.*, 2013, p. 51), mas, mesmo assim, o consumo dessa vagem parece limitado mesmo à região amazônica. Lembrando que o que se come é a polpa das sementes, contidas nas vagens. Rabelo (2012, p. 132-135) também informa que o fruto do ingá-cipó “é muito importante na dieta de animais silvestres como os macacos e os pássaros” e que os frutos “são vendidos em feixes” nas pequenas feiras do Amazonas. Finalmente, Cavalcante (2014, p. 41 e 46) menciona o consumo do ingá por várias etnias indígenas da Amazônia, tanto no Brasil como na Colômbia.

Guaraguara

“ De mi ciudad hacia el norte del estado hay una represa de agua, que ahorita es una represa también de peces que se llaman guaraguara, que son pescados de río y, la verdad es que es tipo autóctono... sí, creo que sería autóctono de esa localidad... que se cosecha mucho, bueno, que se produce mucho de esos peces y tienen bastante producción en el territorio del estado, y son bastante buenos. Pero es un pescado de río que generalmente, en cuanto a sabor, es diferente al de playa, de agua salada (...), Un plato típico de mi región es esa sopa de guaraguara, que es pescado de río... ese que te dije, que es la sopa – el sancocho.

(estudante venezuelano da região Nordeste do país).

Hypostomus plecostomus é o nome científico desse peixe, um bagre (ou *corroncho*, nome popular) presente em águas internas de quase toda a América do Sul, onde recebe denominações variadas: de *guaraguara* a *pez diablo*, *pez gato*, mas, também, *chupacristales*, *chupavidrios*, *limpia vidrios*, *chupapiedras* e assemelhadas, pois, para além do uso gastronômico (limitado, ao que parece, à região Nordeste da Venezuela), se trata também de um peixe de aquário muito comum, desempenhando, justamente, essas funções de limpeza. Mas o *sancocho de guaraguara* é um ensopado desse peixe, com muitos temperos e, naturalmente, pedaços de milho.

Guatita



Figura 57 - La caserita ecuatoriana menu
Fonte: Stevens, 2008.

“ Hay un lugar específico, que le dicen ‘los kioscos’, que es una calle llena de lugares para comer prácticamente de todo: de arroz con carne, parrillada de carne, parrilla de mariscos, **guatita...** en general del Ecuador. Vas a encontrar varias comidas típicas del Ecuador allá en Galápagos.

(estudiante ecuatoriana, natural das ilhas Galápagos).

“ Este es uno, de más de 50 mercados fijos a nivel metropolitano, en el caso de Quito, que llevan características iguales en el comercio de alimentos en Ecuador, incluidos los mercados nocturnos, los cuales se encargan más de la venta de platos tradicionales ya elaborados, como ocurre en el caso del redondel de la Vicentina, un barrio que se encuentra ubicado en el centro-este de Quito. La variedad de platos que se sirven, como, por ejemplo, la **guatita**, que es un plato fuerte servido con arroz y la panza de la res en una salsa de maní cocinado con leche y condimentos, este plato es más consumido en la **región costa**.

(estudiante ecuatoriana).

Estamos no Equador, inclusive na sua província insular que compreende o arquipélago das Galápagos. A *guatita*, também conhecida com esse nome no Chile e no Peru, é uma das preparações mais populares que incluem partes do intestino, popularmente chamadas de “tripas” (em espanhol, também chamada *mondongo* – veja mais adiante). Esse prato, que inclui *maní* (amendoim em pasta), batatas e vários temperos, tem se tornado, também, uma comida de rua no Equador.

Guatusa (Ecuador)



Figura 58 – A Central American Agouti (*Dasyprocta punctata*) in Gamboa, Colón, Panama

Fonte: Gallice, 2019.

“ No creo que todos lo coman, pero más la gente indígena sí lo comen, o sea, así: guatusa, danta, capibaras, dantas, venados... más a las riberas de los ríos lo comen. De ahí también hay ranitas que se comen, hay serpientes también que se comen (...). Ahorita ya está prohibido el consumo de esas especies, o sea, pero igual hay en lugares que los venden. Ejemplo, en las ferias del Tena hay, o sea, ¿cómo te

explico? No, no es legal, no lo venden legalmente, igual la gente compra porque es como que una carne muy preciada y muy costosa. Entonces, por lo general, en mi familia casi ya no consumimos eso. Ejemplo: mi papá una vez cazó una guatusa, pero es que esta guatusa merecía morir (risas); lo que pasa es que en los cultivos de yuca van y se meten y comienzan a dañar todas las yucas, o sea, comen de aquí, comen de acá y dañan todo, y siempre pasa eso, entonces ya mi papi enojado por eso ya fue y la mató. Eso pasó solo una vez, ejemplo. Pero... estaba rica... De ahí, una vez tuvimos una guatusa de mascota desde que nació y una vez que fue grande y todo eso, y como ya se nos iba a escapar... para que no se escape, porque ya se estaba yendo, bueno... mi mami le tiró un machete y le dio un machetazo y murió. Pero que conste, que la guatusa vivió muy feliz, como un gato así, o sea, se paseaba por toda la casa (...). Uno de los platos de ahí de la Amazonía te digo es la mazamorra de algo, o sea, mazamorra que es el rallado de plátano y... pero con... ¿cómo te digo? con una carne... la carne típica que es la guatusa, o así. Pero en este caso pues, nosotros lo hacemos de pollo,

pero pues de pollo criollo porque, pues, yo misma lo cojo y lo mato, y todo eso.

(estudante equatoriana, da região amazônica).

O depoimento acima também vem da Amazônia equatoriana e insere esse hábito alimentar no contexto do consumo de outros mamíferos silvestres, comum a toda a região amazônica. Menos popular e consumido do que o *cuy* peruano, a *guatusa* é, no Equador, também um roedor utilizado na culinária, especialmente na região amazônica do país.

Trata-se daquilo que, no Brasil (sobretudo, na Amazônia), é conhecido como “cutia”, mamífero cuja caça e consumo por muitas populações indígenas são bem documentados por etnografias desde o século XIX. No caso do Equador, ele se torna protagonista de uma *mazamorra*, um ensopado espesso, cuja textura é dada, principalmente, pelo *plátano* ralado ou pelo milho, também ralado.

Guayusa



Figura 59 – *Ilex guayusa*

Fonte: Culbert, 2014.

“ En la mañana se toma guayusa, que es una hoja, que es como té que hay full así en la Amazonía, que se la cocina y se la toma caliente, a veces bien concentrada, o sea, eso también es algo típico de nuestros ancestros; coger las hojas de guayusa y cocinarlas así, pero en una olla pequeña con un poco de agua, así, que se concentre. Ellos cogían como en un tazón y se lo tomaban, así todito... es amargo si te lo tomas bien concentrado y con eso es como que les da mucha fuerza. (...) siempre tiene que haber jarras de guayusa en la nevera (...). Para que no sea tan concentrado se le pone como unas seis o siete hojas ahí, en una olla, más o menos grande y, con eso basta. Le pones, y si está fría te la tomas con limón y es rico, eso de ahí es para el almuerzo. (...) y si estoy en la casa de mis abuelitos igual, o sea, ellos siempre toman

guayusa en las mañanas, ellos se levantan a las tres de la mañana o a las cuatro de la mañana a tomar guayusa. Es que ya es costumbre levantarse a esas horas y ya tiene que estar la guayusa calientita y a veces la dejan ahí y, al siguiente día, la vuelven a calentar y se toman eso mismo.

(estudiante equatoriana, da região amazônica).

Um refresco ancestral, também oriundo da Amazônia equatoriana. Uma infusão de *Ilex guayusa*, parente do azevinho, mas que cresce exclusivamente na região da selva do Equador. Por conter cafeína (numa proporção praticamente igual à do café), justifica-se esse uso em forma de chá energético, sobretudo de consumo matinal, o que, mais recentemente, tem ensejado a sua industrialização e distribuição internacional.

Gusanos

“ Los chontacuros no son los únicos gusanos que se comen; hay otro tipo de gusanos que crece en vuelta... en la palma, en la palma del morete. En esa hoja grande se reúnen unos gusanos que son gorditos, como espinosos, pero... no son espinosos, y a este... esos también se los come, se los recolecta... (...) De ahí, hay otros gusanitos que se comen... creo que son de otro árbol, que son del cacao blanco, que igual se los recolecta y son más gorditos. Y hay otros que son de la guaba mismo, que también vienen por temporadas, son como... esos son como muy espinosos y a esos cogen e igual los saben cómo que asar y así, eso sí no me gusta como lo hacen...

(estudiante equatoriana da região amazônica).

Na Amazônia equatoriana, mais um exemplo de entomofagia de origem indígena, na qual também se descortina a força e a extensão dos conhecimentos botânicos e zoológicos tradicionais.

Horchata

“ (...) *horchata*, que é outra bebida tradicional, que é tipo uma infusão de ervas, um monte de ervinhas que vêm assim, em uma sacolinha, ou se não você pega no mercado... pega um monte. Você pode jogar um pouco de limão ali. Você pode beber frio ou quente, tanto faz; então, isso tem no almoço e na janta também.

(estudante equatoriano natural de Loja, na região Sul da *sierra*).

Outra bebida refrescante muito tradicional no Equador, mas na região Sul do país, tanto que seu nome completo costuma ser *horchata lojana*, da Província de Loja, próxima da fronteira com o Peru. Diferentemente das *horchatas* espanholas, que são obtidas de uma erva específica (*chufa*) ou mesmo de amêndoas, aqui se utilizam, segundo a tradição, até vinte e oito ervas e flores diferentes, incluindo a camomila, a menta, a verbena, a erva-cidreira, a violeta, a rosa, a begônia, o cravo, a borragem, a linhaça e outras e outras....

Humitas



Figura 60 – Humitas en chala típicas de Argentina

Fonte: Katz, 2010.



Figura 61 – Se están extinguendo!!!
Llévese las últimas humitas de la
temporada... aproveche a proveche...
quedan pocas!!!

Fonte: Koba, 2007.

“ En la casa de mi abuela, en el interior, había un molino y ahí preparaban. Y eran unas humitas riquísimas, que tenían un queso así sabroso, sabroso que no me lo puedo sacar de la cabeza... y hacían un montón de humitas; como te digo, que esa cuestión de compartir estaba muy presente. Mi abuelita le compartía a la vecina, no sé, diez humitas dulces y diez humitas de queso saladas. Y otro día tal vez la vecina, como su esposo trabajaba en una pesquera, una cosa así, la vecina le traía pescados a mi abuelita o le hacía tortillas de lapa, tortillas de mariscos, qué sé yo. Entonces, hay esa cuestión de intercambio, pero desinteresado, era como: ‘tengo esto, tengo mucho, tengo un montón, me sobra – te doy.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Mini carritos con... lo básico en realidad, ponte tú, tienen lechuga, tienen tomate, tienen limón... humitas también, depende de la temporada, son bastante común que se pongan a vender en las calles.

(estudiante chileno, natural de Concepción, no litoral do país).

“ Existen todavía varias comunidades y la presencia de la comida tradicional es muy fuerte. Se come humita, que es una crema de maíz, y el locro, una especie de *feijão* pero con porotos blancos. (...) El plato preferido de mi familia es humita.

(estudiante argentina, natural da Província de Tucumán).

No Peru, na Argentina, no Chile e também em regiões do Paraguai, da Bolívia e do Equador, esses pacotinhos de massa de milho cozidos na própria folha que envolve a espiga são parentes muito próximos das pamonhas brasileiras. Em ambos os casos, podem ser doces ou salgadas.

A origem da palavra é quechua (Zapata Acha, 2006, p. 372) e a maioria dos testemunhos mais antigos (do século XVII), incluindo verbetes de dicionários, crônicas e receituários, localizam-se no Peru.

Juane de gallina



Figura 62 – Juane

Fonte: Dtarazona, 2008d.

“ Juane, que es el arroz que lo preparan con palillo, con huevo, con aceituna, con pollo y lo forran en una hoja de bijao, que no es una hoja de plátano, parece una hoja de plátano, y las hacen cocinar en esa hoja. Esos son los platos que yo más conozco, por parte de mi papá y por parte de su mamá, que preparaban en mi casa, que cocinaban para comer, y que yo también he aprendido.

(estudiante peruana, natural de Lima, cuya familia paterna é da região amazônica).

Juane (de galinha, com ou sem arroz) é uma comida peculiar da Amazônia peruana que utiliza as folhas da *Calathea lutea*. O nome do prato remete a Juan, João, São João – ou seja, trata-se de uma comida junina:

Comida regional de la selva, a partir de arroz, huevos, aceitunas y presas de gallina, envueltos en hojas de 'bijao' o plátano, formando una bola, que según la creencia popular recuerda la cabeza de San Juan. El juane de arroz es la comida favorita para el 24 de junio, día de San Juan (Zapata Acha, 2006, p. 388).

La once

“ La once se toma por la tarde, y es eso, alguna bebida caliente porque allá hace mucho frío, entonces tú tomas una bebida caliente; puede ser chocolate, por ejemplo, con alguna harina. Entonces, puede ser arepa, puede ser mogolla, puede ser papa, y así, y comes tantas cosas como para el final de la tardecita.

(estudante colombiana nascida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

Esse depoimento vem da Colômbia, mas o costume da *once* (inclusive com esse mesmo nome) é comum tanto na própria Espanha como nas colônias americanas. Antonio de Alcedo (1735-1812), ilustrado equatoriano, no seu *Diccionario geográfico-histórico de las Indias Occidentales o América* (1786/1789), menciona:

Llámase así la costumbre que hay en todos los países cálidos de América de sacar a las gentes que están de visita rosoli, porque con el excesivo calor están disipados y lánguidos de lo que sudan, del mismo modo que se saca por la tarde de refrescar (*apud* Zapata Acha, 2006, p. 489-490).

Com o tempo, essa tradição se tornou mais substancial e, hoje, esse lanche ou merenda do final da tarde pode incluir pães (como as *mogollas* colombianas), frios, bolos, chá, café, chocolate: tornou-se quase um ritual, especialmente em Bogotá e no Chile. Nesse país, segundo a Academia Chilena de la Lengua (2019, p. 11), corresponde a “Comida principal de la tarde, que se toma entre el almuerzo y la cena, que consiste generalmente en una bebida caliente acompañada de pan”.

Llapingacho



Figura 63 – *Llapingachos and chorizos*
Fonte: Gary Soup, 2010.

“ Llapingacho es papa, tortilla aplastada y frita. Es la papa común, pelada, hervida, aplastada y luego lo fríes con un poco de aceite. También adicionas carne de res, chorizo, —creo—, huevo, una ensalada: tomate.

(estudante equatoriano natural de Salcedo, região central do país).

Mais uma utilização da *papa*, da batata, aqui em forma de purê, frito e a serviço de uma proteína animal, que lhe define a posição social: da carne mais nobre ao ovo. Há menções, na literatura (Pazos Barrera, 2005, p. 242-243), a uma versão do *llapingacho* assada na chapa, e não frita.

Locro



Figura 64 – *Locro argentino*
Fonte: Cambeiro, 2025.

“ La gran mayoría de los pueblos de Tucumán fueron exterminados o diezmados, pero existen todavía varias comunidades y la presencia de la comida tradicional es muy fuerte. Se come humita, que es una crema de maíz y el locro, una especie de *feijão*, pero con porotos blancos.

(estudiante argentina, natural da
Provincia de Tucumán).

“ (...) el locro, que es a base de maíz, carne, zapallo y... otras verduras más, que también son típicos de Argentina.

(estudiante argentina da Provincia de Santiago del Estero, Norte do país).

Este rico ensopado, encontrado em toda a região andina da América do Sul, foi mencionado aqui por estudantes argentinos, mas é presente também no Peru, na Bolívia, no Paraguai e no Equador, apresentando uma grande diversidade de versões, tanto nos ingredientes quanto nas formas de preparo. Mas uma certa característica comum permanece em todas elas, de forma que estamos novamente às voltas com um dos tantos *guisos* americanos, ora mais grossos, ora mais pastosos, ora mais líquidos, com forte presença de identidades anteriores à conquista.

Lulo



Figura 65 – Lulo

Fonte: Acca~Commonswiki, 2017.

“ Una fruta que tiene mucha importancia en el país es el lulo... Es una fruta que, yo no tengo certeza si se da en tierra caliente o tierra fría, pero en Cali, el lulo se machaca, se le coloca hielo y se toma... Es una fruta que es, así peludita, piel fina... Lo lavan, le quitan los pelitos con la esponja, lo lavan muy bien, lo parten y lo colocan a la licuadora... se come con todo y cáscara. Tú lo ves y es un jugo verde, pero es delicioso, es ácido... es refrescante como el maracuyá.

(estudiante colombiana, natural de Bogotá).

O nome científico (*Solanum quitoense*) revela o parentesco dessa fruta (com diâmetro de quatro a seis centímetros) com a batata, o tomate e a berinjela e, assim batizado por Lamarck, sua origem equatoriana. Mas, aqui, estamos na Colômbia, e o *lulo*, também chamado de *naranjilla* no próprio Equador, protagoniza esse suco.

Maito



Figura 66 – *Maito* cozinhando no fogo

Fonte: Sauvemel73, 2017.

“ En la palma, en esa hoja grande, se reúnen unos gusanos que son gorditos, ya, este (...), esos también se los come, se los recolecta. (...) mi papi va, los baja y los deja en un balde con agua, ya prácticamente durante dos días y ahí los gusanitos van desechando todo, todo, todo. Y mi papi coge, y para no aplastarlos, simplemente los licúa y los hace en un maito —lo que te dije que es envuelto en hoja—, y lo asa, y es muy rico también

(...). Lo que es típico de mi región, lo que es lo más visto y hablado, es el *maito de tilapia*. La tilapia, como te dije, se la envuelve en hojas, se lo pone a asar y una vez que ya está se lo sirve con palmito, pero el palmito cocinado, no como aquí; bueno, el palmito cocinado, que es un palmito blanco y hay un palmito verde, que es prácticamente una hierba, así toda peludita que en la punta se forma como un chorito y eso se lo corta y eso es palmito, también se come. Se lo sirve con ese palmito, con el palmito verde, si quieres con aguacates, con patacones, yuca especialmente y ensalada.

(estudiante equatoriana da região amazônica).

“ En Santa Clara no hay un supermercado, no hay uno así, no, solamente hay tienditas, tiendas de señores donde tienen tal y tal producto; no hay tiendas grandes y hay un mercado que hacen cada domingo donde sacan a vender... Pero esos son productos ya de la sierra: tomate, frutilla; cosas así, que eso viene de afuera, o pescado,



Figura 67 – *Maito de Tilapia*

Fonte: Iestrella, 2017.

que viene de la costa, pescado de mar o mariscos, pero solamente son los domingos, y... digamos lo que está cerca de todas las familias son para comprar, mismo verduras de la sierra, tomates, cebollas, esas cosas. Mariscos y esas cosas es un lujo allá, ya cuesta más. Y si cuesta menos el pescado, ya viene en mal estado,

ya se huele a podrido, pero mismo así la gente compra, porque... gente indígena sobre todo compra eso y hacen el maito, eso que le envuelven en la hoja... utilizan la hoja de... se me fue el nombre, pero es una hojita así, como la hoja de plátano... tipo achira... ¡esa! creo que así se llama. Nosotros le decimos maitupanca, por eso no sé cómo... varias veces me dicen, pero me olvido, eso ya es *maitupanca*, *maitupanca* es en quíchua... en quíchua. Hoja del maito, ¿no? Entonces se ponen varias hojas, encima el pescado y sal, solo lo que se echa es sal, lo envuelven, lo ponen a asar en el fuego lento y en el carbón. Y eso se hace... no es necesario ponerle pimienta o condimentos, ¡nada!; solamente así y se come. De hecho, ahí en la zona lo que se hace muy común es la tilapia, creo que la tilapia no es de la zona, es muy exótica de ahí, pero se ha hecho como muy parte de la cultura indígena quíchua de la zona, es algo extraño, verás, como le dicen el plato típico: el maito de tilapia, es así allí, y es como te dije, la tilapia en las hojas solo puesta con sal, es delicioso, muy rico. Y es como que ya lo hemos hecho parte de nuestra cultura, no sé cuántos años que llegó la tilapia allá, pero, es así.

(estudiante equatoriana, de etnia indígena, natural da região amazônica).

Estamos novamente no Equador, na sua região amazônica, e encontramos o *maito*, um tipo de preparação extremamente tradicional, em que se envolve em folhas de *bijao*, bananeira (*plátano*) ou de cana-da-índia (*achira*) desde larvas (*gusanos*) até a recém-introduzida tilápia.

Majadito



Figura 68 – *Majadito*

Fonte: Beck, 2015.

“ Comemos tres veces al día: desayuno, que generalmente uno come pan con leche, puede ser con jamón o huevo; en la tarde, almuerzo, hay un plato típico que es... le llaman majadito. El majadito es hecho de arroz mismo, así, tipo... ¿Cómo lo puedo explicar? Tipo arroz a la valenciana; bueno, no lo debes conocer, viene con su plátano maduro y su huevo frito, ese es el plato tradicional de allá (...) En días de fiesta

puede ser un chancho. Para Año Nuevo lo ponen al horno y lo rellenan con majadito, que se llama ‘chancho relleno’. Es el chancho entero, mete majadito dentro y lo costura... majadito es arroz con colorante.

(estudiante boliviano natural da região amazônica e da fronteira com o Brasil).

Na Bolívia, o *majadito* é uma preparação tradicional, simples, baseada em arroz e temperos, podendo eventualmente conter carne de charque ou carne de boi ou de frango. Nas versões menos aprimoradas, a proteína do *majadito* é o ovo, que é acomodado em cima do arroz, ao lado do *plátano maduro* frito.

Majado

“ (...) o también majado, que es cocinar el plátano, (...) y cuando ya está cocido, prácticamente botar el agua y todo eso, y poner... o sea, aplastar el plátano y hacer majado, y ahí con mantequilla y huevo frito encima.

(estudante equatoriana da região amazônica).

“ Lo que siempre, siempre se hace allá es... en las mañanas, es el majado de plátano, el plátano aplastado y eso, plátano cocinado, aplastado con huevo (...). Se cocina el plátano, después se le aplasta, se pone al fuego otra vez, le echas un poquito de aceite o manteca de cerdo para freír, pero es toda la masa así, ahí le echas un poquito de cebolla, y ya después pones en los platos. Y lo que se hace, como somos muchos no da para poner un huevo en cada plato, entonces se hace batir y ahí también le pones un poquito de cebolla y ya sería eso.

(estudante equatoriana, de etnia indígena, da região amazônica).

Aqui estamos no Equador e logo se percebe que esse *majado* difere do *majadito* boliviano. Sai o arroz e o *plátano* assume o papel de protagonista. É também conhecido, por isso, com um nome maior: *majado de verde*. Na literatura, porém (Zapata Acha, 2006, p. 426-427), encontra-se também um *majado* peruano, tradicional da Província de Piura, no Norte do país. Lá, o *plátano* é frequentemente substituído pela mandioca (*yuca*).

Maní

“ De ahí, el maní que también la gente sale a vender bastante, que simplemente lo cosechan, lo lavan y lo cocinan. Y luego ya lo salen a vender.

(estudiante equatoriana da região amazônica).

“ Pelas las papas, las pones a hervir el plato de las papas. Las papas con cuy, primero le echas maní y luego haces un refrito con cebolla blanca, con ajo, comino, comino molido, ¿Qué más?... unas hierbas más que no recuerdo muy bien cómo se llaman y ahí haces el refrito, y luego tuestas el maní, sacas la corteza, la cáscara delgada que tiene, le mandas a la licuadora, la licuas, mezclas con el refrito, dejas que hierva por un determinado tiempo y después le echas un poco de leche, ese sería el acompañado para las papas, papas con maní.

(estudiante equatoriano natural de Salcedo, região central do país).

“ En otras zonas comen el cuy frito, el cuy al maní. (...) el pollo al maní... (...) Y al medio día sería el almuerzo, que también va acompañado de caldo de quinua, de arroz, más que todo de quinua, de trigo, de chuño, que es batata deshidratada, sería más que todo de maní.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Vienen también el corviche, que es una masa de plátano con pedazos de pescado y un poquito de maní... maní consumimos mucho. O, a veces, plátano con salprieda, que es la combinación de sal, maní y cilantro (...). No sé si te podré explicar, porque los platos tienen nombres raros, los manabitas son muy buenos para poner nombres, entonces tenemos el viche, que es una especie de sopa de pescado, con maní.

(estudiante equatoriano da Província de Manabí, na costa do país).

“ De todo, a mí, por ejemplo, me gusta más la sopa de maní (...). Se mete fideo, verduras, el maní se hace moler, se mete la sopa al caldo y se hace cocer, con pollo o con carne: eso me gusta hartó.

(estudante boliviano, natural de La Paz).

“ La variedad de platos que se sirven, como, por ejemplo, la Guatita, que es un plato fuerte servido con arroz y la panza de la res en una salsa de maní cocinado con leche y condimentos, este plato es más consumido en la región costa.

(estudante equatoriana).

“ Las papas con cuero es de aquí mismo, del Ecuador, de la sierra. Se le prepara... las cocinan las papas... sería la papa gabriela, que no es muy mala y es amarillita... se le cocina... bueno... las papas con cuero se prepara, primeramente, con las papas... las papas se les cocina (la papa gabriela) para que sea un poquito más durita. Se le cocina y, aparte, se le cocina al cuero. Eso se le encuentra en cualquier lado igual. Cuero es de cerdo, de chanco. Se le cocina aparte, y aparte se le cocina el maní. Una hora de cocción del cuero, porque es un poquito duro. Aparte, se licúa lo que es la leche y el maní... Ya cuando esté todo eso preparado, se le junta con el maní y el cuero. Y se le prepara con cebolla, salsita y un poco de condimentos que es un poquito de ajo y se le pone eso en una olla con las papas y se le sirve... nada más.

(estudante equatoriana).

Depoimentos que vêm do Peru, da Bolívia, do Equador, mas há registros também no Paraguai e no Chile. Em todos esses países, o *maní* (*Arachis hypogaea*), que no Brasil é conhecido como amendoim, é apreciado e consumido em numerosas e diferentes preparações, o que não acontece na América portuguesa. No Peru, há vários testemunhos de cronistas desde o século XVII. O mais conhecido deles, Garcilaso de la Vega, em 1608 informa:

Hay otra fruta que nace debajo de la tierra, que los indios llaman íchic y los españoles maní (todos los nombres que los españoles ponen a las frutas y legumbres del Perú son del lenguaje de las islas de Barlovento, que los han introducido ya en su lengua española, y por eso damos cuenta de ellos); el íchic se asemeja mucho, en la médula y en el gusto, a las almendras; si se come crudo ofende a la cabeza, y si tostado, es sabroso y provechoso; con miel hacen de él muy buen turrón; también sacan del íchic muy lindo aceite para muchas enfermedades (Vega *apud* Zapata Acha, 2006, p. 430).

Marraqueta



Figura 69 – *Marraqueta com tomate*

Fonte: Bacigalupo, 2014

“ Lo que nunca faltó, el pan... la marraqueta. La marraqueta en el almuerzo siempre estuvo, podía faltar jugo, pero la marraqueta estaba ahí. En la once tampoco puede faltar la marraqueta o la hallulla...”

(estudiante chileno, natural de Santiago).

“ El desayuno, lo más típico es una marraqueta con palta y la acompañas con té, es como lo más típico.

(estudiante chileno, da área metropolitana de Santiago).

“ [¿Qué no puede faltar?] Una marraqueta... (risas). ¡Claro! (...) [¿Algún pan en especial?] Sí: ¡¡¡Hallulla!!! O marraqueta... no, la marraqueta mejor... ¡marraqueta con palta!

(estudiante chileno, natural de Santiago).

Marraqueta é o pão do dia a dia no Chile: o pão francês dos brasileiros (inclusive compartilhando a mesma preparação). Mas, diferentemente do que acontece no Brasil, onde o pão é presente sobretudo nas mesas do café da manhã e nos lanches, no Chile ele é elemento que não pode faltar em nenhuma refeição. O nome *marraqueta* é utilizado também em outros países da América do Sul (Bolívia, Peru, Argentina), enquanto o mesmo tipo de pão é chamado de *pan felipe* no Paraguai e, no Uruguai, *pan marsellés*, o que nos leva de volta à França... Ainda cabe mencionar o fato de que o Chile seria, segundo informações não oficiais, o segundo país do mundo em consumo de pão *per capita* (SOCHOB, 2017), o que parece consistente com a ênfase dos nossos depoimentos. Mas também na Argentina, e talvez se possa fazer a hipótese de a emigração europeia ter tido influência nisso, não se imagina uma refeição sem pão à mesa. Diz uma estudante da UNILA, da região de Santiago del Estero, no Norte do país: “¿qué no puede faltar en la mesa de mi casa? Creo que en todas las mesas de Argentina, es el pan. El pan, cosa que nosotros, cuando estamos en Itaipu Parquetec⁶, se siente esa falta de comer con pan.”

6 Parque Tecnológico de Itaipu, área onde funciona um *campus* da UNILA, em Foz do Iguaçu, e um restaurante frequentado pelos alunos.

Masato

“ (...) mi papá me enseñó a cocinar todo lo que tiene que ver con harinas, y mi mami me enseñó a cocinar todo lo que tiene que ver más con la comida tradicional. Como mi mamá es hogareña, la harina, que son las arepas, la mantecada, el panga, el mucoya... todas esas cosas que se hacían con harina de molino, mi papá me enseñó a cocinar, sí, y la sopa, la chicha, el guarapo, el masato, todo eso me enseñó a cocinar mi papá. Y mi mami me enseñó a cocinar el arroz, la sopa, las verduras.

(estudante colombiana nascida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

Neste lindo percurso de divisão do trabalho e dos processos de ensino alimentar dessa estudante colombiana, aparece o domínio de uma bebida tradicional, ancestral, muito próxima da *chicha*, com a qual compartilha o método da fermentação através da mastigação e as matérias-primas possíveis: *yuca* (mandioca), milho ou arroz.

Massaco



Figura 70 – *Massaco* preparado por estudantes bolivianos na UNILA

Fonte: Bacigalupo, 2014

“ Acá, en el Beni, de donde yo soy, hay un plato que usted puede comer por la mañana, en el desayuno, que es el massaco, que está hecho de plátano, plátano verde frito, y es molido en una especie de aparato que es... es llamado de tacu. Y usted puede hacer eso; massaco con bife, con carne y su huevo... su café de mañana *aí fica legal*. Ahí el massaco es muy conocido, todo el mundo quiere cono-

cerlo, que es muy rico y saludable. Eso es en el oriente, ahora en el occidente, donde hace más frío, no sé cómo sea, creo que es diferente por las costumbres.

(estudante boliviano natural da região amazônica, na fronteira com o Brasil).

Esse prato, muito popular na Bolívia, sobretudo na sua parte oriental, é mencionado por esse estudante que mora na cidade de Guayaramerín, cidade-irmã da brasileira Guajará-Mirim, no Estado de Rondônia (a divisão entre as duas se dá pelo rio Mamoré, atravessado diariamente por centenas de pessoas, de balsa, em ambas as direções). Assim, não é nada surpreendente encontrar o *massaco* também do lado brasileiro.

Trata-se de mais uma das inúmeras preparações hispano-americanas protagonizadas pelo *plátano*, que, amassado com sabedoria, se faz base acolhedora para proteínas: carnes, (verdes ou secas) e ovos.

Mazamorra

“Bebidas típicas: el claro de mazamorra es muy típico, entonces, acompañan las comidas con el claro de mazamorra. Es básicamente el líquido que acompaña a la mazamorra. ¿Sabes qué es la mazamorra, cierto? [*¿Cómo es la mazamorra?*] Es una pregunta muy complicada. La mazamorra es maíz pilado, cocinado durante tres horas y que se infla. Nuestras mazamorras son diferentes, entonces, es un maíz que lo golpean al comienzo, en las familias tradicionales tienen el pilón que es como un pocito donde está el huequito donde aplastan el maíz, entonces, es un maíz golpeado que se cocina durante tres horas y se hinchan unos granos gigantes de maíz, me decían: ¡qué maíz tan grande! Es porque cuando lo golpean y se hincha, entonces queda así tan grande, pero muy rico, y no es dulce, entonces se cocina en agua y se hace el líquido espeso que es el claro de la mazamorra. Entonces, algunos acompañan la comida con el claro, y no con jugo, ni con chocolate, ni con gaseosa.

(estudiante colombiano do Departamento de Antioquia, no Centro-Oeste do país).

“(...) porque nosotros, si vas a un restaurante normal en Colombia tienes la entrada, que por lo general es una sopa o es algún grano... tienes sopa y seco, vulgarmente decimos: le voy a dar sopa y seco... le voy a ofrecer todo lo que tengo. Entonces, la sopa, en el caso de la bandeja paisa, es la mazamorra, es una sopa hecha en leche, con maíz blanco, dulce, se coloca la rapadura, que nosotros llamamos panela, al lado... se coloca al gusto para endulzar esa sopa.

(Estudiante colombiana de Cinema e Audiovisual, de Bogotá).

“Como que yo tengo que hacer el desayuno, el almuerzo y la merienda, pues ellos simplemente me dicen: preparas bien la comida, y con eso basta; pero tengo que ver qué tengo que hacer que les guste. Uno de los platos de ahí de la Amazonía, te digo, es la mazamorra de algo... o sea, mazamorra que es el rallado de plátano

pero con... ¿Cómo te digo? Con una carne... la carne típica, que es la guatusa o así, pero en este caso, pues nosotros lo hacemos de pollo, pero, pues, de pollo criollo, porque, pues, yo misma lo cojo y lo mato y todo eso (...). Mazamorra se puede hacer de cualquier cosa, simplemente coges, lavas bien esa semilla, la partes en la mitad, o sea, lo limpias y ya lo pones en una olla con agua caliente; ya luego rallas el plátano, ya cuando esté hirviendo con eso haces mazamorra y la sopa queda morada, ya de ahí también, bueno eso de ah.

(estudiante equatoriana, da região amazônica).



Figura 71 – Mazamorra de calabaza

Fonte: Dtarazona, 2007.

“ (...) le llamamos catu o mazamorra, creo que le dicen. Que sería el rallado de plátano con el pollo, el gallo más grande, y yuca. Entonces siempre llega un familiar, llega alguien, así, catu le decimos, que sería mazamorra el rallado del plátano y eso.

(estudiante equatoriana da Província de Pastaza, na região amazônica do país).

“ Y en la cena, una mazamorrита con su segundito, una cosa ligera; o una sopita o una crema de verduras, generalmente su mazamorra (...) -Costumbres limeñas, creo que es una costumbre en Perú, pero más asentada en Lima: comer pollo a la brasa. ¿Qué más?... Hacer en Semana Santa los siete dulces, siete mazamorritas diferentes, siete postres diferentes: mazamorra morada, arroz con leche, mazamorra de yuca, de camote, de membrillo, de calabaza, eso es lo que recuerdo (...). Es muy común comerte un arroquito en invierno, que te vayas al centro de Lima a comerte un combinadito, que le llamamos, que es de arroz con leche y mazamorra morada..., también está la mazamorra de yuca, se ralla la yuca y se hace bolitas, se le pone a hervir con otras cosas.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).



Figura 72 – *Mazamorra morada* peruana
Fonte: Bernal, 2016.

“ Ya la mazamorra morada yo no sé preparar, porque hemos optado por hacerlo más fácil: comprar el sobre de mazamorra morada y hacerlo. Pero la mazamorra se hace una parte como se hace la chicha morada: se hace hervir el maíz morado con membrillo, con piña, con manzana, con canela, con clavo de olor, y también se utiliza la harina de papa, que es el

chuño... en algunos lugares creo que utilizan la harina de camote y lo preparan. ¿Cómo lo preparan? No sé, (...) mi mamá y mi tía, porque ellas ya lo han preparado, digamos, de la manera tradicional. Solo que, en el cotidiano, si un fin de semana hay que ir a preparar, mi mamá opta por preparar un sobre de mazamorra morada, pero si hubiera, no sé, un evento grande fuera, que van a poner mazamorra morada, lo preparan en unas tremendas ollas. Lo preparan con chuño, chicha, y eso.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Algo que yo me acuerde que preparaban era la mazamorra. ¡Qué rica mazamorra!, me encantaba la mazamorra que hacía mi papá. Bueno, yo sé preparar. Prácticamente yo agarro la mazamorra, calientas un poco de agua, canela y vas mezclando y tienes que estar verificando al gusto del cliente. Al gusto de la persona vas poniendo el azúcar. Al gusto de los hijos, que siempre andan reclamando, ahí ya tú vas haciendo algunas modificaciones. Pero la base de eso sería la mazamorra, el agua y la canela. Tal vez mis compañeros peruanos le adicionen otra cosa, no sé, pero prácticamente es lo que yo aprendí.

(estudiante boliviano, natural de La Paz, com pais peruanos).

“ Y bueno, si querías comer unos buenos anticuchos, no sé, te ibas al centro de Lima. Si querías comer un postre, igual, también por la cuestión del ambiente. Si te ibas a ‘Chabuca’⁷ a comprar un arroz con leche y una mazamorra, la cuestión cambia, ¿no?. Claro, siempre

7 A Alameda Chabuca Granda é uma praça, um mirante no centro de Lima.

está la señora por donde vivíamos que vendía el combinado: el arroz con leche con la mazamorra morada o la mazamorra de calabaza. Le compraban porque está cerca y también es rico, pero es otra sensación cuando vas a ‘Chabuca’ y están todas las señoras con su gama de postres y todos los olores se mezclan y tú vas flotando por ahí para mirar cuál te acercas a comprarle, es diferente.

(estudiante peruana, de Lima).



Figura 73 – Mazamorra con leche (Argentina).

Fonte: El Rrienseolava, 2011.

“ [...] por ejemplo, cosa que ya se perdió dentro de Santiago capital y de las ciudades principales como es Frías, Lavanda y Terma. Por ejemplo, te comen la mazamorra, que es a base de maíz, pero tienes que poner una olla con agua, el maíz hacerlo cocinado, y eso se hace como un almíbar o algo así y se lo puede comer con leche... que eso tiene muchas proteínas, muchas vitaminas, y que es una de las comidas típicas de los aborígenes de Argentina, la mazamorra.

(estudiante argentina da Província de Santiago del Estero, Norte do país).

Ora cremosa, ora bebida refrescante; ora líquida, ora semilíquida, ora espessa; ora de banana, ora de milho, ora de abóbora; ora doce, ora salgada: na mazamorra latino-americana, encontramos a mais alta concentração de polissemia cultural. Nela, se encontram gamas abundantes de relações sociais e culturais com as ofertas alimentares da natureza, tanto nas terras altas como nas terras baixas da América do Sul. Em praticamente todos os casos, encontramos uma raiz indígena a partir da qual o aporte europeu é bastante limitado.

Mogolla

Um tipo de pão, bem redondo, do qual se conhece apenas a versão colombiana, ou melhor, as versões, pois a *mogolla* pode ser fabricada com farinha de trigo ou de milho.

“ La once se toma por la tarde, sí y es eso: alguna bebida caliente, porque allá hace mucho frío, entonces, tú tomas una bebida caliente. Puede ser chocolate, por ejemplo, y con alguna harina. Entonces, puede ser arepa, puede ser mogolla, puede ser papa, y así, y comes tantas cosas como para el final de la tardecita.

(estudante colombiana nascida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

Mondongo



Figura 74 – *Sopa de mondongo del chocolos*
Fonte: Dtarazona, 2011.

“ Agora, quando vou a Assunção, quando sou convidada a ir na casa dos meus tios, de minhas primas, primos que vivem em nossa cidade, próxima de Asunción, era muito parecido, mas, por exemplo, como se tinha mais miúdos, se comia mais miúdos. Eu creio que é o gosto de cada família e em variedade também, por exemplo, que

depende muito do seu gosto; *menudencia* é igual a mondongo, miúdos, vísceras.

(estudante paraguaia natural de Assunção).

“ Típico no sé si lo es, pero sí es común verlo, sobre todo en los restaurantes tradicionales, luego, vas y te ofrecen la bandeja paisa. Pero como te dije, no lo veo nada típico, es muy normal la sopa de mondongo.

(estudante colombiano, do Departamento de Antioquia, no centro-oeste do país).

“ Sí, es típico de la costa, porque en realidad yo creo que es típico de la costa sur del país si me pongo a guiar por la historia, porque las vísceras, la comida con vísceras de nuestro país viene de la comida de los afroperuanos, o sea, de los descendientes de los esclavos traídos al Perú. Es que a ellos no les permitían comer carne, entonces ¿qué les daban? les daban lo que sobraba. ¿Por qué la realceza en la vida va a comer corazón de pollo, pata de pollo, hígado de vaca o corazón de vaca, pulmón... menos pulmón de vaca o mondongo? Entonces todo eso les daban a los esclavos y ellos preparaban, obviamente.

Comenzaron a preparar sus comidas y muchas de esas comidas han ido modificándose a lo largo de los años, han tenido influencia de otro tipo de cocinas; aunque tal vez ese tipo de comidas no tanto, porque algo que caracteriza a nuestra comida es que tiene influencia de diferentes países: de España, de los chinos, de los árabes (...). Mi mamá... no sé: '¡Álvaro, dame medio de cebolla!'. Álvaro se llamaba. Ya ves, hasta me acuerdo su nombre, Álvaro, toda la vida con Álvaro (risas).



Figura 75 – Mondongo o patasca

Fonte: Nikofabio, 2007.

Hasta ahora, no sé qué me mandó comprar mi mamá que... hay cosas que no sé elegir, no, entonces: 'Álvaro, dame las más bonitas porque si no mi mamá me las tira por la cabeza, ya le conoce a mi mamá'. Y así mi mamá compraba, qué sé yo, tomate, cebolla, papa – 'ya señora, para su mondongo le doy hierba buena' – y le da ¡pa! un ramo de hierbabuena, o si no culantro, o si no perejil, o si

no un tronquito de... ¿cómo se llama?... apio, no un apio entero, no, sino un pedacito de apio y así hasta ahora.

(estudiante peruana, de Lima).

O capítulo da alimentação latino-americana que envolve vísceras e miúdos é um capítulo rico e que só pode ser lido à luz da história social de cada um dos países da região. Nele, os protagonistas são muito frequentemente os afro-latino-americanos, como no caso do Peru e no caso brasileiro da feijoada.

Nas preparações que envolvem *mondongo*, estamos diante de pratos que utilizam partes do intestino e do estômago de alguns animais, principalmente dos bovinos. Nesses casos, que encontramos também na

Colômbia, na Venezuela e em todo o cone sul, parece que tanto a origem social dessas comidas quanto a percepção generalizada em relação à própria origem do seu ingrediente principal têm contribuído para o fato de que o consumo de iguarias baseadas em vísceras, em geral, não parece conseguir ultrapassar algumas barreiras sociais estando, portanto, entre estigmatização e marginalização.

Morete



Figura 76 – Moriches juvenes (*Mauritia flexuosa*)

Fonte: Mordaz, 2014.

“ Frutas típicas, ¡sí hay! ya sé me olvidó... Hay el morete, que es... de hecho aquí abajo en la heladería hay un... si has visto en la heladería, y ahí tiene mil frutas ¿no?, ¿cierto?, verás de la primera a la segunda es el morete, pero aquí no lo he visto pero ahí está el morete, es como... bueno; es una fruta que es como... es como si tuviera escamas, es redondita, tiene escamas, lo pelas eso y lo de adentro, lo que es amarillo simplemente te lo comes, es como de una palmera (...). Nosotros

tenemos que coger esa fruta cuando ya se cae, entonces se cae y ahí recolectamos, se la lava bien a la fruta y lo ponemos en una olla con agua fría, y ahí la ponemos a calentar y tenemos que estarla moviendo hasta que sintamos más o menos el calor en la mano, de ahí ya la apagamos y la ponemos a enfriar a que solita se suavice. Si no hacemos eso, no se suaviza, o a veces si la ponemos a hervir también se endura. (estudiante equatoriana da região amazônica).

Muito comum e conhecida na região Norte, no Brasil essa palmeira ganha o nome, de origem tupi, de buritizeiro (*Mauritia flexuosa*), cujo fruto é o buriti. Na América espanhola, é conhecida como *morete*; na Amazônia equatoriana, como *moriche*; na Colômbia, como *aguaje*; no Peru, é utilizada para um suco chamado *aguajina*.

Mute

“ Se hacen solamente en fechas especiales, por ejemplo, en un cumpleaños o en Semana Santa... Pascua. Bueno, en mi casa es especial, porque en mi casa, todavía es muy gastronómica... Entonces, por ejemplo, en una Navidad se hace sancocho, o se hace ajiaco, o se hace mute... las tres son tipos de sopas y tienen de todo, tienen desde maíz, carne... tienen de todo, tipos de papas diferentes... son sopas que siempre tienen de todo, siempre con arroz, siempre se comen con maíz y/o con aguacate (...). El plato preferido de mi familia... el mute, mute santateliiano... porque hay mute boyacense... mi familia es de la frontera entre Santander y Boyacá. Los platos son similares, pero, por ejemplo, en Santander se come mucho cabrito... Entonces, a mis tías les gusta comer cabrito, que se cocina, de hecho, con la sangre del cabrito. Entonces, es, de hecho, impresionante (risas)... A mí nunca me han dado el placer de ver la preparación de eso, pero sé que a mi familia le gusta prepararlo y saben prepararlo... y, hay mute santateliiano y mute boyacense. El mute es básicamente una sopa con más granos que el ajiaco y con carne roja y con, a veces pedazos de, ¿cómo se dice? ... como de piel... de cayo, que eso le da un sabor un poco más fuerte, tiene verduras así esparcidas... es un plato con unas características muy fuertes.

(estudiante colombiana, de Bogotá).

“ Los platos típicos de mi región... Bueno, hay una sopa que se llama mute, es... el mute es preparado con hueso de cogote, tiene banana de la tierra, tiene papa, tiene zanahoria, tiene arvejas, habichuelas, tiene también carne de pollo. Es una sopa con todo.

(estudiante colombiano natural do Departamento do Chocó, no Noroeste do país).

“ [¿Cuándo regreses a tu tierra, a Boyacá, que esperarías comer?
¡Uy, de todo! (risas), arepas, sancocho, ajiaco, mute... ¡nossa!
Hay muchas cosas, sí.

(estudante colombiana do Departamento de Boyacá, na região andina do país).

Pela sua relevância na Colômbia e pelo entusiasmo com que três estudantes desse país, mas de regiões diferentes, se referem a ele, o *mute* merece um verbete à parte, assim como os tantos outros ensopados da região e como, por exemplo, seus primos também colombianos, o *ajiaco* e o *sancocho*.

Natilla



Figura 77 – Um prato de *natilla* colombiana

Fonte: Mtam, 2009.

“ En las fiestas de diciembre —al menos dentro de mi familia—, se consumen cosas que no se consumen normalmente, como la natilla. Se hace natilla, que es un postre que lleva... en mi casa se hace de maíz de arepa, harina, que es una harina industrializada de maíz, y es un postre que lleva leche, pan y panela. Se prepara con panela en mi casa, maíz, pasas,

clavos, canela, y es típico en Colombia. Pero, en general, en Colombia es típico de diciembre, o sea, no solo es de mi región, en diciembre que se consume.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).

Mais uma versão (desta vez colombiana) de um doce muito popular no Brasil: o curau (assim conhecido no Sudeste) ou canjica (como é chamado no Nordeste). Há, porém, um semestre de diferença: na Colômbia, é tradicional no Natal; no Brasil, nas festas juninas. Outra diferença interessante está no uso, na Colômbia, da *panela* (rapadura) para adoçar a preparação.

Pachamanca (Peru)



Figura 78 – Pachamanca Peru

Fonte: Javi270270, 2008.

“ De parte de mi abuelo paterno, yo conozco la ciudad donde nació, pero no sé mucho de las tradiciones de su comida. Porque una de las comidas que más preparaban es la pachamanca, pero la pachamanca se ha extendido a varias zonas del país, entonces, no es oficialmente de Huancayo, que también comíamos mucho pachamanca (...). La preparación, debajo de la tierra, por lo general, es

un horno de piedra debajo de la tierra donde pones —si quieres—, tres tipos diferentes de carne o solo dos, puede ser carne de chanco, pollo y vaca. Y pones camote a hervir, papa, habas, que no me gustan las habas, o sea, no me gustan las habas sancochadas, pero la sopa de harina de habas de mi abuela materna que, es de Áncash, en la sierra, se prepara mucho. Ella siempre nos preparó sopa de harina de habas con queso, huevo, cebollita china y... las habas sancochadas y las humitas, que tampoco sé cómo se preparan, pero son muy ricas, son humitas dulces, y en eso consiste un plato de pachamanca (...). Si vas de turista a Huancayo, y te vas, no sé, a algunos restaurantes campestres, porque hay restaurantes justamente para que los turistas se queden ahí, uno de los que todos que te van a ofrecer es la pachamanca, creo que incluso que también, preparado de una manera diferente, cuyo frito me parece, pero el plato fuerte es la pachamanca.

(...) de repente hasta de una manera más casera todo el mundo lo consume, pero en Lima no es que todo el mundo lo consuma, uno hasta por la misma distribución de la ciudad no hay cómo hacer un hueco de tu platillo para crear tu horno, pero no, tienes que... en Lima tienes

que ir un poquito más lejos, a un restaurante campestre que te ofrezca pachamanca, pachamanca a la antigua, ¿no?. Porque también es que te ofrezcan en cualquier restaurante, pachamanca a la olla, que es la misma preparación, pero a la olla ya no es en el horno debajo de la tierra.

(estudiante peruana, de Lima).

Mencionada apenas por uma estudante, peruana, a *pachamaca* (do quechua pacha, terra, e manca, panela) pertence à pequena, mas antiga e fascinante categoria das preparações que exigem a construção de um “forno na terra”. Aqui mesmo já vimos o *curanto* patagônico, mais meridional.

Paiche



Figura 79 – *Arapaima gigas*

Fonte: Citron, 2008.

“ Por ejemplo, de la región de mi abuela materna se acostumbra mucho a comer el paiche, que es un pescado oriundo de la selva.

(estudante peruana, de Lima).

Uma parte da família dessa estudante *limeña* tem origem na região amazônica do Peru. É de lá que chega o conhecimento desse imenso peixe de água doce, o *Arapaima gigas*, muito conhecido no Norte do Brasil como Pirarucu. No país vizinho, a carne desse peixe também é conservada por meio da salga, defumação ou desidratação. Sabemos que, no Brasil, leva o apelido de “bacalhau da Amazônia”. No Peru, segundo Zapata Acha (2006, p. 497), “su carne [...] se le conserva como el bacalao (seco salado; ahumado)”. O mesmo autor menciona, nas páginas seguintes, mais quatro formas diferentes de utilização desse peixe, tanto fresco como seco. Diferentemente do que na Amazônia brasileira, onde começaram programas de criação em cativeiro, no Peru o pirarucu, ou o *paiche*, ainda precisa ser pescado, ou melhor, caçado, com a antiga técnica do arpão. O peixe está em perigo de extinção.

Panela



Figura 80 – *Panela*

Fonte: Jdvillalobos, 2010.

“ Hay cosas, por ejemplo, en mi casa que son fundamentales que haya, además de esos granos, y siempre toda la semana se va a consumir granos y todo esto: verduras frescas, panela... panela, no sé cómo se llama en otras partes. Aquí se llama *rapadura*, que es producida de la caña de azúcar y a partir de allí haces una bebida dulce. *[Me contaban que eran unas barritas... tipo endulzante]* En bloque sí... es endulzante,

pero mira que no es tan refinado, lo que pasa es que el azúcar es el producto de refinamientos y se purifica el compuesto. La panela tiene otras cosas, incluso queda una bebida de color oscuro porque es de un color café más o menos; ¿y qué pasó? ellos utilizan, en mi casa por lo menos, la aguapanela, que es la bebida que se hace de esa panela; se utiliza como base para el chocolate, que siempre en la mañana se va a tomar chocolate, y en mi región en particular el chocolate no se hace en leche, a veces se hace en leche pero es una opción hacerla en leche, pero generalmente se va hacer en la aguapanela, es un chocolate oscuro; se hace en esa aguapanela, ahí se disuelve el chocolate, y en la mañana y en la tarde-noche se consume café, mucho café en mi casa. Entonces la aguapanela se utiliza como base de eso.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).

“ La panela es como un sólido, un dulce, muy dulce de caña, entonces lo venden, así como un cuadradito sólido y tú lo partes y lo pones en agua y lo pones a hervir y queda aguapanela así.

(estudiante colombiana do Departamento de Boyacá, na região andina do país).



Figura 81 – Rapadura à venda em Caicó,
Rio Grande do Norte, Brasil
Fonte: Sarges, 2014b.

“ Las arepas andinas se hacen a base de la harina de trigo, se le coloca, depende, se le coloca un huevo, le colocas azúcar o le puedes colocar panela también, si querés, le colocas un toquecito de canela pre molida y le colocas agua, un toquecito de aceite, mantequilla y un huevo, o dos huevos, y si quieres, también, le puedes colocar leche.

(estudante venezuelano natural do Estado de Táchira, na região andina).

Os estudantes (colombianas e venezuelano) já se entenderam: a *panela* é a rapadura brasileira. Esse nome, entretanto, é usado somente na Venezuela, na Colômbia e no Equador. Nos demais locais de língua espanhola (inclusive na Espanha, ou melhor, nas Ilhas Canárias, de onde chegou à América no século XVI) leva muitos outros nomes: *piloncillo*, *papelón*, *empanizao* e, no Peru, *raspadura*. Mas se aqui no Brasil se trata de um elemento que traz em sua carta de identidade a marca dos engenhos açucareiros do Nordeste, com todo o sistema escravista que lhe era atrelado, na América espanhola a produção de açúcar (e da *panela*, portanto) não tem trajetórias diferentes. Os *ingenios azucareros*, em várias regiões, também funcionaram, no período colonial, à base de mão de obra escrava indígena.

Papa



Figura 82 – *Variedades de papa*

Fonte: Lin Linao, 2006.

“ (...) un puntarenense, por ejemplo, tú le puedes dar carne y papa, y ya está feliz (...). Sí, bueno, como te comentaba... allá la gente si quiere plantar papa, lechuga o zanahoria, lo que sea, tiene que hacerse un invernadero, donde le llega el sol, está apartado del viento, de la lluvia, del frío, de la escarcha,

entonces ahí uno recién puede consumir vegetales recién salidos de la tierra. Bueno, eso igual da respuesta a que las condiciones igual no te permiten plantar, ¡las papas sí! Incluso las papas, hay una papa magallánica que crece a pesar del viento, la escarcha y toda la cosa; aunque si hay escarcha y mucho viento se quema, y la semilla queda la pura semilla, pero podrida. Pero, cuando el tiempo te acompaña, la papa igual es bastante... aguanta, aguanta bastantes climas, pero igual eso hace que no se puedan plantar muchas cosas allá entonces por eso hay que recurrir a los invernaderos.

(estudiante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

“ Hay algo muy curioso, mira, porque en mi ciudad y en muchas partes en Colombia, vas a conseguir un lugar que se llama revoltería y eso es algo muy de los barrios de Colombia, incluso lo vi en Bogotá cuando fui. Son tienditas pequeñas, cual tienda de barrio, pero se dedican exclusivamente a vender frutas y verduras, y todo como que lo relacionado a eso. Entonces, generalmente, en mi ciudad por lo menos, las personas van y compran, hacen sus mercados en cadenas de supermercados, de supermercados de la ciudad, pero las cosas que se consumen: las verduras y las frutas que se consumen a diario, se

compran en esas tiendas, en esas revolterías; entonces ahí es donde llega todo. Lo más curioso es que, mira, por ejemplo, esas revolterías llegan los *jeeps*, *jeeps* de esos carritos de las fincas cercanas a llevar plátano o papa, por ejemplo; bueno, creo que la papa no se consigue ahí, pero a llevar plátano, a llevar maracuyá, a llevar las diferentes frutas, guayabas también se da, hay mucha guayaba y otras variedades de guayaba agria, que es algo que por ejemplo solo he visto en mi ciudad. No creo que...incluso gente de Colombia, no conoce la guayaba agria, es otra variedad de guayaba, y...cosas que se den, así como en las fincas cercanas, directamente se compran a esa finca desde esa revueltería. Cosas que no se dan en la región se compran en una plaza de mercado, tipo moras. La mora también es de región fría, entonces la mora no se da ahí; la papa posiblemente tampoco es de la región (...). También se consume carne con verduras, guiso de carne con verduras, eso generalmente también en mi casa se va a comer... Hay otro plato que se llama sopa de callo... que es como uno de los... que también es como muy en la onda de esto, mira, es así más o menos como queda *[mostrando la foto del plato]* que es con uno de los estómagos, uno de los estómagos de la vaca, el componente principal, la proteína de esa comida, pero además de eso lleva papa, papa criolla, como hay tantas variedades de papa en Colombia... la papa criolla es especial para ciertas preparaciones, es una papa pequeña, amarilla y se utiliza para hacer ese tipo de preparación, por ejemplo. (...) lo que pasa es que en Colombia hay muchísima oferta, entonces tienes muchas más posibilidades de escoger dónde compras las cosas, es como que muy accesible porque dentro... tienes como en todas partes grandes cadenas de supermercados donde puedes conseguir incluso frutas, verduras y todo lo que quieras. Puedes escoger comerlas o comprarlas allá en esas grandes cadenas de supermercados o comprarlas en barrios, de productores tal vez más locales, de gente que las está produciendo en las fincas de los alrededores y todo. Algunas de las cosas, no todas, mismo la papa, por ejemplo, es una parte importante de la dieta en mi casa, la papa no es de mi región, es de regiones adyacentes, del altiplano colombiano, de partes más frías, pero se consume bastante ahí; entonces mismo que se consiga en la revoltería también las puedes conseguir en las grandes cadenas de supermercados.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).



Figura 83 – *Papa andina*

Fonte: Montesinos, 2010.

“ (...) sí, porque la papa se consume, se hace en Boyacá, sí es la región para... los granos y todas esas cosas también de otras regiones. Nosotros lo único que producíamos directamente son las carnes, pero igual era igual de costoso, o el café.

(estudiante colombiana da região do Oriente).

“ En la producción, por ejemplo, de papas, nosotros las clasificamos por tamaño. O sea, las más grandes van en un solo costal y decimos que esas son papas de primera. De ahí van las papas más pequeñas, papas de segunda, entonces el costo es de acuerdo al tamaño. Muchas veces a la calidad de las papas, por ejemplo, si la papa estaba, yo qué sé, plagada o estaba con puntitos tomates y eso, entonces la papa ya baja completamente de precio, es de acuerdo al aspecto que da cada producto.

(estudiante equatoriano natural de Salcedo, na região central do país).

“ Y también tiene bastantes zonas de campiñas, zona rural que se dedican a la agricultura y producen bastante pallar, frijol, papa. Parece mentira, pero Paramonga... el norte chico... como tiene bastante agua todo el año, entonces mucha gente de Huancayo baja a esa zona solo para el cultivo de la papa, que vienen a hacer sus campañas de papa, y sacan papa, pero buena calidad de papa. Y a pesar de que es una zona costera... Y buena variedad de papa: la canchan, la revolución, este... la papa la tomasa que es muy rica, este... varias variedades de papa que se han aclimatado si se quiere y este... tiene muy buena producción papera.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, no Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).



Figura 84 – Batatas peruanas
Fonte: Bauer, 2004.

“ En Pampas Grandes tú la consigues... el año pasado, el anteaño pasado sí que iba a venir me iba a traer camuflada en la maleta unas papas, pero como la familia del esposo de mi tía, la hermana de mi mamá, tiene familia todavía en Pampas Grandes, es de la misma ciudad que mi abuelita, le mandan constan-

temente... le mandan cosas de Pampas y le mandaron muchas papitas, papitas 100% orgánicas, como son papas de este tamaño así son chiquititas: papas amarillas, papas moradas, papa rojo con blanco, papas azules. Entonces la novedad eran las papitas azules que yo nunca había comido. Entonces mi tío, ni corto, ni perezoso: ¡ya que se las lleve! para que Pedro pruebe acá las papas. Son tan ricas las papas, Yansy, que te las puedes hervir y comértelas así sin nada, ¡no necesitas ponerle nada! ni sal porque son muy ricas, ¡chiquititas las pobres! (...) Le pregunté a otro tío —que también ha nacido en esa ciudad— por qué ellos no cultivan, sino su hermano, su hermano que todavía vive allá, él es el que cultiva. Pero un día, no sé, se me prendió el foco y le pregunté, no sé, me entró en duda cómo hacen para sembrar ese tipo de papa específicamente, y me dijo que, ellos solamente siembran y que con el pasar del tiempo van dando diferentes tipos de papa, o sea, no es que... solo da y no siempre va a dar del mismo tipo de papa. Por ejemplo, esta papita azul el otro año no sale más azul sino morada y de repente ya no va a crecer nunca más esa papa, algo así. Entonces ellos siembran y cosechan, entonces salen diferentes tipos de papa, de todo tamaño y forma. Bueno, el tamaño máximo creo que es así nada más [mostrando el tamaño de la papa, parecido al de una manzana pequeña], no hay papa más grande, las demás 100% transgénico. Y muy ricas esas papitas, y al final no pude traerlas, me las olvidé, unas papitas azules, así más o menos. Y después está la papita que parece una uva que también crece allá, que es una papa que tiene toda la forma como si fuera una uva media moradita oscura, pero es una papa y tiene un sabor raro, especial también, no es como la papa amarilla o la papa blanca o la rosada que estamos acostumbrados a comer. Bueno allá todavía crecen muchas cosas 100% orgánicas, libres de transgénicos y segura.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Porque mi abuela tiene sus campos de cultivo allá. Y ellos siempre trabajan, se levantan desde las cinco o cuatro de la mañana ya están despiertos, regando todo el campo, porque es gigante los lugares y hay que tomarse su tiempo. Aparte ellos se acuestan a las 6 de la tarde creo, jejeje, bien temprano. Y (...) se dedican solo a eso pues, de eso es lo que viven, de lo que cultivan y luego hacen intercambio, digamos mi abuela... no sé, cultivaba papas, o cultivaba yucas y su vecina cultivaba, no sé qué puede ser... arroz (risas) aunque no, el arroz no... Pero bueno, por ejemplo, el arroz. Entonces mi abuela le daba un costal de papas y un costal de cebollas, y la vecina le daba arroz o le daba otra cosa que ella sembraba, ¿me entiendes?

(estudiante peruana, de Lima).

“ *[¿Qué es lo que no podría faltar en tu mesa, en tu casa?]* En mi familia, las papas, en mi casa se come papa ¡mucha papa! mucha papa y muy rica, y se come papa a toda hora: en la mañana el caldo de papa sí, o si no el caldo de papa. Entonces hay papas cocinadas y tú comes papa todo el día, siempre papas cocidas, papa, papa, papa, papa... ¿solo cocinada o frita? No, frita casi no. En ensalada sí, o rallada, pero frita casi no, porque sería como algo como para picas, como se dice en español eeh... *piqueos...*, sí, sería algo como para picar durante el día. Entonces comes papa si te da hambre, comes papa así con la aguapanela, por ejemplo, así como unas onces. Siempre papa.

(estudiante colombiana nacida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

“ El ajiaco es una sopa que tiene... tiene maíz, cinco tipos de papas, hay una que se derrite y esa es la que le da lo espeso a la sopa.

(estudiante colombiana, de Bogotá).

“ Hay productos que se hacen en la ciudad mismo y otros que se traen de afuera. Por ejemplo, en La Paz hay mucha variedad de papa; y en Oruro, esos lugares, y se producen saliendo de lugares hacia el campo. La quinua... (...) Es bien diferente lo que producen y lo que se hace es muy diferente que acá. Por ejemplo, allá el caldo, las sopas que hay aquí no hay, y por ejemplo el pan bien diferente... papa igual, allá hay varios tipos de papas como 200 tipos y bien ricos, hartas cosas que no se pueden decir, no hay caso de hacer.

(estudiante boliviano de La Paz).

“ ¿Qué alimento no puede faltar dentro de la mesa? En la comida, es papa, siempre.

(estudante boliviano do Sudoeste do país).

“ El plato típico de la región son las papas con cuy. En mi casa, mi mami cría cuyes y vende a 15 dólares cada uno. Este plato se come con maní, siempre tenemos para comer junto con la papa chaucha, que es una papa de color amarillo muy rica: la papa es algo que no puede faltar en la casa.

(Estudante equatoriana, de etnia Kichwa-purua, Província de Chimborazo, na região da *sierra*)

Batatas: vindas do Chile austral, Colômbia, Peru, Bolívia, Equador... Cordilheira dos Andes. Terras altas. Trata-se da maior contribuição, em nossa opinião, da experiência social americana para a alimentação do mundo inteiro. E não é apenas uma contribuição nutricional. Na história social, natural, botânica e técnica da *papa* e dos outros tubérculos andinos, concentra-se o que há de mais rico e diversificado em termos de sabedorias humanas nas suas relações material e simbólica, com a natureza.

Se hoje a ciência agrônômica tem sido capaz de desenvolver milhares de variedades e cultivares de batatas, na busca de todas as dimensões possíveis de viabilidade e de rentabilidade em todas as latitudes possíveis, os antigos (antiquíssimos, segundo a arqueobotânica – mais de cinco mil anos desde a primeira domesticação daquela que conhecemos como *Solanum tuberosum*) habitantes da cordilheira e os seus descendentes, que incluem os camponeses e os indígenas contemporâneos, têm sido capazes de desenvolver e adaptar as batatas às condições geológicas e climáticas que encontravam também milhares e milhares de variedades ancestrais nativas.

Há de se considerar a distância, aparentemente infinita, entre os métodos modernos da taxonomia e de todas as demais Ciências Agrárias e Biológicas, e os saberes e as práticas dos indígenas. Essa distância está começando a ser vencida pela atuação do CIP (*Centro Internacional de la Papa*), um grande e respeitado centro de pesquisa sobre o universo dos tubérculos andinos fundado em Lima em 1971. Como se lê na sua página *web*, esse centro público foca “la seguridad alimentaria, el bienestar y la igualdad de género de las personas pobres que dependen de los cultivos y sistemas alimentarios de raíces y tubérculos en el mundo en desarrollo” (CIP, [s.d.]). Para tanto, parece-nos que as duas dimensões principais do CIP são: conservar a diversidade, através de um imenso banco de germoplasma; e, por outro lado, numa aparente contradição com a extrema tecnologização da atuação e das instalações do CIP, valorizar os saberes, os conhecimentos e as práticas locais e populares em volta das *papas nativas*.

A que poderíamos definir essa quase onipresença da batata nos relatos e nas mesas dos estudantes que participaram desta pesquisa mostra que a *papa* não é só um alimento com importância nutricional, mas, também, um elemento identitário, talvez o mais forte, talvez o único,⁸ que remete, diretamente, sem desvios nem atalhos, às sociedades contemporâneas da América Latina com todas as suas alteridades, diversidades, estratificação e conflitos, à história completa da região, a história mais antiga possível, em que a conquista europeia, vista nessa perspectiva, é apenas um detalhe. Qualquer mulher ou homem da América do Sul, talvez com a única exceção dos brasileiros, repete, a cada dia, a cada preparação que inclua algum tipo de *papa*, um gesto de um ritual muito antigo, um gesto fundador de soberania.

8 Poderíamos pensar também na *quinua*, mas a sua história recente, uma repetição, com nova roupagem, de processos coloniais, afasta esse grão andino desta análise. Cf., aqui, adiante, o verbete *Quinua*.

Papas con cuero

“ Las papas con cuero son de aquí mismo del Ecuador, de la sierra. Las preparas, las cocinas y sería la papa gabriela, que no es muy mala y es amarillita... bueno, las papas con cuero se prepara primeramente con las papas... Las papas se les cocina (la papa gabriela) para que sea un poquito más durita. Se le cocina y, aparte, se le cocina al cuero (eso se le encuentra en cualquier lado igual, cuero es de cerdo, de chanco) una hora, porque es un poquito duro. Aparte, se licua lo que es la leche y el maní... ya cuando esté todo eso preparado se le junta con el maní y el cuero. Y se le prepara con cebolla, salsita y un poco de condimentos que es un poquito de ajo y se le pone eso en una olla con las papas y se le sirve... nada más. También se puede servir con un plato de arroz.

(estudiante equatoriana).

“ La receta de las papas con cuero es así: primero se mata al cuy; mi mami es la que le mata, nosotros nunca vimos, pero yo sí sé matar; mi mami le aplasta el cuello contra el pecho hasta que suene y después le saca un ojo para que se desangre, porque si no la sangre queda dentro del cuy y el cuy no queda gustoso, después le metes en agua hirviendo para sacarle todo el pelo, se le abre y se le aliña con condimentos por la parte de adentro, se le pone achiote, se licúa ajo, cebolla, pimienta y cilantro, se le pone en las paredes y con la cebolla blanca untas en achiote y se le moja como si le pintaras, se pone en un palo de escoba con punta fina, como si fuera una lanza, se le mete estirado como si estuviera abrazando el palo y después se lo asa en fuego. Mi papi se sentaba como dos horas dándole la vuelta para que se ase bien, se le pica para sacarle la grasa, mientras eso mi mami cocina la papa solo con sal, la papa chaucha. En mi casa siempre había papa chaucha, habas, choclo y queso, también se come mucho tostado, eso era algo que no podía faltar. Mientras se cocinan las papas, se hace el maní, se le tuesta en el sartén después se le pela y se licúa, se cocina con un refrito con cebolla, ajo picado y leche, se cocina mucho. Mi

mami le ponía las tripas del cuy al refrito, después solo se espera que esté asado el cuy. Se sirve con lechuga, arriba las papas con la salsa de maní y el cuy asado.

(Estudante equatoriana, de etnia Kichwa-purua, da Província del Chimborazo, na região da *sierra*).

Um exemplo equatoriano de cozinha que assume uma dignidade que falta a outras preparações mais requintadas ou blasonadas. A ancestralidade da batata e a sobra do animal trazido pelos conquistadores - o porco - num encontro simbólico e saboroso que, no Equador, estão se tornando comida de rua, também.

Parrilla, asado, churrasco



Figura 85 - *Asado en Uruguay*
Fonte: Baldeón, 2014b.

“ En las tardes de los domingos el olor a leña es el plato principal de la mayoría de las casas en Uruguay. El pedazo de asado de res colocado en el parrillero, de lado una rueda de chorizo mixto (carne de chanco y res), algunas papas y boñatos de guarnición, hacen de los domingos de los uruguayos una tradición en familia. La carne representa una de las comidas más consumidas por la sociedad uruguaya, mismo siendo de un costo alto, la tira

de asado, como se la conoce, ya pasó por varios subsidios del gobierno para garantizar el acceso de todos a comer carne.

(estudiante uruguaya).

“ Nasci em São José dos Campos, interior de São Paulo. Meu avô por parte de mãe era italiano e minha avó tinha origem... uma mescla de guarani com filho de mucama. E da parte do meu pai eram nordestinos, meus avós. Vinham do Piauí. Ambos nasceram em São José também, meu pai e minha mãe. Nasci em 1992, tenho 22 anos. Sou de uma região que está entre... se chama Vale do Paraíba, está entre a costa de São Paulo e a serra da Mantiqueira e aí a cidade é cidade, quer dizer, metrópole mediana. E bom, fui criada com uma alimentação... bom, meu pai era de uma família de professores de Humanas que viveu a ditadura militar e foram militantes, então, eles tinham essa consciência sobre o capitalismo e eram bem, assim, ideológicos. E meu pai, desde criança, nunca nos fomentou isso do material, da alimentação que

normalmente nessa geração... que geralmente davam, Mc Donald's®, Coca-Cola®, ele sempre me falava que eram do capitalismo selvagem. Sempre nos proibiu, ou melhor, nunca fomentava, não levava como todo pai que leva o filho pra agradar, pra experimentar. Mas a gente cresceu já sem vontade de comer porque ele já ensinou assim. E desde criança eu seguia muito meu pai, assim, por que ele não comia muita carne. Ele viajou pela Arábia Saudita um tempo, morou... numa época difícil do Brasil e ele teve um hábito alimentar justamente contra comer o porco, que era um tabu pra sociedade muçulmana, que era uma carne suja pra cultura deles e ele aprendeu também disso e também com os hábitos de agradecimento, que é arrotar depois de comer e isso eu puxei dele, que é o agradecimento pro chefe da família de que tá satisfeito e agradecido. Bom, a minha mãe... ela já é apaixonada em comer carne, é carnívora e ela odiava fazer o peixe pro meu pai, e meu pai era pescador, ele gostava de pescar de final de semana como um *hobby* e minha mãe nunca gostou de tratar o peixe. Então, meu pai também não queria fazer, mas acabava fazendo porque ela não comia peixe e odiava o cheiro do peixe e a gente não comia carne e ela adorava carne de porco. Então, a metade do congelador era carne de porco e a outra metade era peixe. Ficava aquele cheiro na geladeira que era uma briga em casa desde criança. Mas desde pequena já aprendi mais ou menos assim o costume da família. Mas chegavam as festas de Natal e Ano Novo, Dia das Mães, era aquela abundância de três meses de comida e de tudo, né?, e a gente acabava cedendo nos dias de festas, comia de tudo e acabava tudo da mesa. Sempre tinha peru, um porco inteiro, galinha e de tudo, muito salpicão, feijoada, churrasco todo final de semana, era aquela família festeira.

(estudante brasileira natural do interior de São Paulo).

“ Durante a semana, a gente come mais o arroz, feijão, carne e salada. No domingo, se faz as mesmas comidas, só que se faz outras também. Por exemplo, faz arroz, macarrão, maionese, salada, aí frita uma carne, faz uma moqueca de peixe, é tudo muito misturado. Vai comer churrasco, mas também faz a moqueca, cozinha uma galinha da terra. Quando é domingo e a gente faz uma comida legal, faz muita coisa.

(estudante brasileira natural do litoral do Estado da Bahia).

“ Não, o pescado é mais caro que a carne... e isso porque todo paraguaio é muito carnívoro também.... Eu creio, inclusive, que é um costume intocável que um domingo, que todos os domingos se consuma um assado, um churrasco. (...) Nem todos os domingos, mas, sim, a maioria... ainda que se varia, um talharim, uma coisa ou outra...porque é um domingo. Eu vim aqui no Brasil e, por exemplo, não tenho a possibilidade de comer todos os domingos um churrasco, por exemplo. E eu como muita carne, muita... Sim, com mandioca... sempre temos churrasco e mandioca. Algo forte. Como todo bom paraguaio, sopa, chipaguaçu e churrasco!

(estudante paraguaia, natural de Assunção).

“ *[Tinha alguma comida de festa, de final de semana, que era diferente?]* Tem uma coisa, por incrível que pareça, eu sempre pedi a meu pai e ele dizia que era luxo. Então, quando ele trazia, era tipo: eu ia fazer aniversário, aí ele comprava uma pinha pro final de semana. Pinha é uma fruta parecida com fruta-do-conde. E é minha fruta favorita. E pinha é muito cara. Chega a ser 5 reais uma pinha. E eu pedia, ele ia lá e me dava quando tava na época da fruta. Eu insistia muito, aí ele me dava. Mas geralmente de final de semana mesmo o que a gente fazia de diferente era churrasco.

(estudante brasileira, natural do Estado da Bahia).

“ En los fines de semana, mayoritariamente, la gente se prepara su asado, su carne, un curanto.

(estudante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

“ *[Que comidas vocês consomem final de semana?]* Pollo al horno con puré de papas y los domingos pastas o asado: ese con la sopa paraguaya. (...) *[Quais são os alimentos preparados para dia de festa?]* No puede faltar el asado de... se come tanto carne bovina como carne de cerdo, la mandioca, los embutidos que sería el chorizo y morcilla, que sería sangre de la vaca en la tripa y la sopa paraguaya.

(estudante paraguaia natural de Ciudad del Este, fronteira com o Brasil).

“ *[¿y la preparación más popular de donde tú eres? Que tú digas: aaaah, sí, mi tía, mi abuelita... todos comen.] Asado. [Y si salen a comer, ¿qué comen?] Asado. Sin duda. [¿Y si salen a comer comida rápida?] Pizza y asado. [¿Y el plato típico del país, según tu... o los platos típicos?] Carne, asado... y después, yo creo que, no sé, pero no, es que no creo que haya un plato típico. Las regiones se caracterizan por tener siempre sus platos, entonces no... no... Por ejemplo, yo creo que en el norte lo que es el fuerte es las empanadas, pero en el noroeste no es un plato, es una comida normal... sería el fuerte el mate. En Buenos Aires, Córdoba y Rosario es fuerte la tradición italiana... pizza y pasta. Y en el sur ya cambia, el corderito patagónico.*

(estudiante argentino da Província de Salta, próximo das fronteiras com Chile, Bolívia e Paraguai).

“ *[Y el plato más popular de la región, que tú digas que Santiago del Estero se caracteriza por...] El asado, la empanada. O sea, si tú vas a Santiago del Estero a una reunión, a una fiesta, lo que no va a faltar es el asado, la empanada, el mate, la tortilla, el rosquete... (...) [¿Un buen asado cómo se hace?] Bueno, tiene que llevar costillas, salchichas, chorizo, vacío... ¿qué más? Las verduras a la parrilla, por ejemplo, la cebolla, el morrón, la zanahoria y tiene que ser con ensalada de lechuga, tomate, repollo, pepino, ensalada de papas con huevo.*

(estudiante argentina da Província de Santiago del Estero, Norte do país).

“ *[¿Cuál es la comida favorita de la familia?] El asado de los domingos.*

(estudiante paraguaio natural da região de Assunção).

Uma das situações alimentares mais ligadas ao senso comum: o homem da América do Sul tem um fascínio por carne assada. Mas, ao olharmos bem, é uma prática festiva, especial, que apenas interrompe o verdadeiro *continuum* da comida da região: sopas (no sentido hispano-americano da palavra e da coisa) e batatas.

Justamente por isso, a preparação da carne assada requer, ao mesmo tempo, técnicas que extrapolam a simples churrasqueira ou *parrilla*, avançando, ou recuando, para modalidades mais ancestrais e rituais diferenciados.

Parillada de Mariscos

“ *[¿Hay algún plato típico en Galápagos?] Mariscos, una parrillada de mariscos, langostas y frutos del mar. [¿Y la preparación preferida de tu familia?] ¡Una parrillada de mariscos!.*

(estudante equatoriana, natural das ilhas Galápagos)

A fartura marítima de ilhas como as Galápagos permite essa variante. Ela é praticada em outras latitudes, também, mas nesse arquipélago equatoriano assume uma dimensão diferente.

Pejesapo

“ Y así otra cosa, eh, no rara, poco común, que comemos en Huarney, también porque nuestros papás crecieron en Huarney, el papá de Diego y mi mamá crecieron comiendo mucho pescado, muchas cosas del mar, muchísimas... y una de esas cosas es el pejesapo, un pescado que, como sabemos, el pescado actualmente es caro. En Lima ya no puedes darte el gusto de comer pescado todos los días o, incluso, dentro de los días que te puedes comprar un pescado tienes que ver de qué precio, porque hay de todos los precios, y me dijeron mis tíos y mi mamá que el pejesapo es uno de los pescados más caros porque así nomás tampoco no se vende. Y dio la casualidad que un pescado le ofrecieron a mami Carmen, aquella vez que estuvimos en Huarney: un pejesapo. Y consiguieron el pejesapo y lo hicieron tipo una sopa. Ese sí no me gustó, porque aparte que tiene los ojos medio saltados como una rana, su piel es no sé, medio babosa, no lo sé, como una gelatina, se cocina como una gelatina y medio morado, pareciera una gelatina cuando ya se está cuajando y su carne es babosa... es así media...hay ¿cómo te explico? no sé, pero es muy húmeda, muy húmeda y no, no, no, a mí no me gustó para nada, a mí no me gustó el pejesapo, pero también tuvimos que comer porque en mi casa no te preguntan si quieres comer, te lo comes porque te lo comes y ya pues, lo comimos. La única vez que comí ese pescadito en mi vida. No sé también con qué frecuencia se venderá, se venderá o no se venderá, no sé; pero eso es lo que recuerdo: su textura es así como de una gelatina, su pellejo, es como un pellejo que tiene encima y la carne es toda babosa así, muy húmeda. Tal vez porque fue sopa y no fue frito, no sé; pero su pellejo era así todo blandito ¿me entiendes? por lo mejor el pellejo del pollo, por ejemplo, es un poco duro, pero este parecía una capa de gelatina y peor que era morado... el pejesapo.

(estudiante peruana, de Lima).

A identificação segura desse peixe, desse “peixe-sapo”, não é tarefa fácil, pois em muitos países e muitas línguas se encontram “peixes-sapos”, feios na aparência, assim como esse do relato da nossa estudante. Mas é muito provável que se trate do *Sicyases sanguineus*, descrito, ainda em 1797, no periódico *Mercurio Peruano* e que é comum no litoral chileno e peruano:

El pejesapo es el de más noble y el que se conoce por más gustoso al paladar entre todos los demás de esta costa. Es mayor la cabeza que su cuerpo, y se parece a la de aquél, de donde le viene el nombre (*apud* Zapata Acha, 2006, p. 539)

Pepián

“ (...) mi mamá preparaba el pepián, por ejemplo, que es un plato que muy pocos lo preparamos, el pepián de choclo, el pepián de arroz también, que lo hacen con el arroz molido y con pavo, pepián de pavo, este... también lo preparan con chancho, bien rico; con choclo o con arroz, es muy agradable.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, no Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

Menos famoso do que o seu homônimo guatemalteco, o *pepián* peruano é também um guisado muito tradicional, preparado com milho verde ralado, carne de porco ou mesmo de peru, queijo, ovos cozidos, azeitonas, *ají*... A literatura (Zapata Acha, 2006, p. 540-545) também menciona, pelo menos no Peru, muitos *pepianes* distintos: de arroz, de milho, de camarão, de peru, de coelho, de *cuy*, de peixe (*lisa*, ou seja, a tainha). Em todos eles, o aspecto pastoso e colorido doa sabor à proteína principal.

Pepito

“ Un pepito es un pan canilla, un *baguette*... y entonces, pones carnes, pollo —así, picado—, puedes poner carne, pollo o los dos, y tipo como que eso lo cocinas picadito y lo ponen encima del pan, ponen queso parmesano, queso de año, o ponen varios tipos de quesos... ensaladas y salsas por montones. En diferentes... eso que es algo también, bastante propio de la comida de calle de mi región.

(estudiante da Venezuela, da região de Barquisimeto, no oeste do país).

Um sanduíche muito elaborado, tanto nas formas do pão, frequentemente tipo *baguette*, como nos recheios e nos molhos, à venda cada vez mais em quiosques de rua da região polarizada por Barquisimeto, no Estado de Lara – no Oeste da Venezuela.

Pescado encocado

ou encocado de pescado

“ *[¿Cuál sería la preparación más popular de esa provincia?] Yo creo que un encocado de pescado o de camarón. [¿Cómo se hace?] La verdad no sé cómo se hace, pero sé que tiene el zumo del coco, se hace como un refrito de pescado o el camarón y se lo tiene que echar esa leche de coco porque eso es lo que le da el sabor. Y ya sale el pescado.*

(estudiante equatoriana, natural das ilhas Galápagos).

Ainda nas Galápagos, onde já encontramos uma *parrillada de pescado*, encontramos agora esse ensopado de peixe com leite de coco.

Pichi del niño

“ Sí, hay platos que ya no se preparan por lo que son muy laboriosos para preparar, entonces ya se están perdiendo. Por ejemplo, dentro de los refrescos que en Nazca se está rescatando también ahora es el famoso este... pichi del niño, que lo preparan en navidad. Es un refresco, como un ponchecito en base al jugo de la uva que se extrae, se lava la uva, se desgrana y se pone a una olla a fuego y solitas revientan las uvas, revientan dejando libre la pulpa y el jugo, no hay que hacerlo hervir, solo calentarlo nomás, porque revientan las uvas, luego se cuele, se sacan todos los hollejos y ese jugo, este... ese jugo de la uva sazona que ya está madurando, sobre todo la uva negra... se adiciona a un agua de canela, clavo y azúcar que lo preparan y lo enfrían; entonces se mezcla, se le agrega como preparar una limonada, como si fuera jugo de limón y eso se toma, y para servir se echa el mango sazón, casi maduro, picadito chiquitito, chiquitito, como picar la manzana a la chicha morada, y se le echa a este ponchecito que se le llama agraz, que en el muy cotidiano le dicen pichi del niño, porque se sirve en la navidad. Es una bebida que se sirve en la navidad para la noche buena, en esa zona en la región en el sur chico, por eso le llaman pichi del niño, porque en la noche buena que se acostumbra a beber o tomar, así es.

(senhora peruana).

“Xixi de menino”. E, no Natal, então, xixi do Menino Jesus. Sim, é esse o nome jocoso desse suco ou refresco, mencionado por uma senhora de mais de sessenta anos, cuja biografia a levou a morar de tempos em tempos em quase todas as regiões do Peru. Refrescante, colorido, cheio de sabores (uva, manga, canela, cravo), vem do Departamento de Ica, no Centro-Oeste do país, carinhosamente apelidado de *el sur chico*.

Pisca andina

“ La característica general de la alimentación en mi familia es muy diferente, ya que mi familia tenía un vínculo, rasgos colombianos. Y, bueno, ellos adaptaron tipo una comida muy diferente en nuestra casa, ya que se cocina a lo venezolano y se cocina a lo colombiano también, es una *mistura* entre los dos países y esas dos culturas. Y en casa nosotros todos los días tomamos muchísima sopa, todos los días se toma sopa y en la mañana en casa se acostumbra a hacer arepas de maíz y, también, se hace la pisca andina. La pisca andina es un caldo que se prepara con papa, se le coloca un potecito de cebolla, ajo, cilantro, queso, leche, se le coloca también un toquecito así, no mucho, de cimarrón que es una plantica que se cultiva mucho en el Táchira, para que le dé sabor a la sopa, se le coloca galleta de soda para que también le dé un sabor muy rico y se toma todas las mañanas eso en Venezuela. Es un desayuno, pero un desayuno muy nutritivo.

(Estudiante venezolano natural do Estado de Táchira, no Oeste do país, região andina, fronteira com a Colômbia).

Uma sopa – seria chamada assim também no Brasil, pois sua consistência é mais líquida que pastosa – protagonizada pela batata e pelos temperos (alho, coentro, cebola) e com o acréscimo de alguma proteína, como leite, queijo ou ovos.

Plato Paceño

“ El plato paceño, allá en La Paz, se le coloca haba, se le coloca una tunta o papa, se le coloca chuño —que no puede faltar—, se le coloca un poco de ensalada: una lechuga, tomate y un poco de queso. Y algunos le ponen también un choclo encima así para rematarlo. La preparación es separada: el haba se le pone en una olla a presión, el haba, el choclo y la papa; entonces, como ellos requieren de un tiempo mayor para cocinar, se les pone en una olla a presión durante unos 30 minutos y después vas sacando la papa que es la que sale antes que la haba y el choclo. Ahí después tú haces por separado... Vas cortando el queso, puedes hacer la ensalada por separado y es un plato simple, ahí tú vas juntando entonces cada una de las preparaciones que hiciste en diferentes ollas (...). A mi madre le encanta colocar un montón así, de montaña de comida, pero hay gente que le pone un poco... de todo un poco, ¿no? Mi madre siempre le puso así una montaña de comida ‘para que mis hijos comieran mucho’... decía mi madre, y le ponía, le adicionaba arroz, le adicionaba un poco de fideo al plato paceño, porque el plato paceño es una comida simple y reconocida también.

(estudiante boliviano da capital, La Paz, mas filho de pais peruanos).

“ Tiene muchos platos típicos, pero, en La Paz lo que le caracteriza es el plato paceño, que tiene muchos carbohidratos, tiene el maíz que llamamos de ‘choclo entero’ de maíz, tiene *batata*, haba, carne y *queijo*, carne y *queijo frito*.

(estudiante boliviana da capital, La Paz).

É um *seco*, ou seja, algo que se diferencia das *sopas*: sem caldo, para se comer sem colher. Uma homenagem da capital boliviana, La Paz, a todo um repertório culinário das “terras altas”: milho (a espiga inteira ou em pedaços, sem debulhá-la ou ralar seus grãos), *papa*, favas, carne, queijo. Prato único, poderia ser definido, mas existe a possibilidade de que ele entre numa refeição formada também por uma *sopa*.

Puchero



Figura 86 – *Puchero argentino* servido

Fonte: Carlosdisogra, 2010.

“ Comemos puchero, que es la carne con verduras hervidas: papas, zapallo, zanahoria, acelga.

(estudiante argentina da Província de Santiago del Estero).

“ En el campo es común que encuentre *bolinhos*, *mbeju*, chicharrón, es como chicharrón con *farinha de milho*, ese tipo de comida, o si se encuentra no interior, poroto, salada de poroto, poroto con pata de *boi*, o típico puchero, puchero con arroz, con *macarrão*, ese tipo de comida é infaltable en el interior, o campo.

(estudiante paraguaio, do Norte do país).

“ Si quieren, les cuento sobre el puchero: el puchero es un plato típico de Uruguay, porque se utiliza mucho la verdura... Es una olla grande, que tú le metes toda la verdura que tienes en la huerta. Por lo general, es de familia grande, dónde se producía mucha verdura y todos plantaban y cuando llegaba la hora de comer, ya tenía la familia preparada, la olla gigante... gigante... de verdura, con alguna carne, así como era muy común el pescuezo de la oveja... ¡riquísimo! (...) Yo tengo 25 años y mi madre lo cocinaba, mi abuelo lo cocinaba, mi tatarabuelo lo cocinaba, mi bisabuelo lo cocinaba, mi tataratataratatarabuelo sé que lo cocinaba también, así que seguro hace muuuchas décadas. (...) cien por ciento tienen que ser de la huerta de mi casa porque ya saben que los productos que venden en el supermercado son malos. Tienen gusto a plástico. Y, por eso, la idea siempre cuando se hace puchero, sí o sí tienen que ser de la huerta... y, también, la carne porque la carne tiene otro sabor cuando es de casa.

(estudiante uruguia do Departamento de Flórida).



Figura 87 – *Puchero*, Uruguay

Fonte: Peel, 2017.

“ O que eu sempre lembrava que se fazia na casa da minha avó, da minha tia ou mesmo na casa da minha mãe é o que chamamos de *puchero*, que é uma sopa. Uma sopa com carne e osso. Vai vários legumes. Eu, por exemplo, gosto muito. É o que eu mais senti saudade quando vim pra cá.

(estudante paraguaia da capital, Assunção).

Mais uma *sopa* do aparentemente infinito inventário de preparações líquidas, semilíquidas e/ou pastosas que na América do Sul são o centro da alimentação tradicional. E mais um nome que serve, em vários países, para nomear pratos diferentes.

Quinua



Figura 88 – *Quinua em grão*
Fonte: Grupocolombio, 2012.



Figura 89 – *Sopa de quinua*
Fonte: Luna, 2018.

“ En el almuerzo, mi mamá prepara una sopa de pollo o quinua, y arroz con pescado.

(estudiante equatoriana natural das ilhas Galápagos).

“ Me hace falta, a veces, la comida de mi madre y, me hace falta, un poco de lo que es el chuño, que es lo que no hay acá, el haba tal vez, la cebada, la quinua que acá es muy caro. (...) A mí me gustaría consumir la quinua, la quinua acá es muy cara. Allá en Bolivia la quinua es barata, se produce... se cocina por cantidad y tiene así, tiene su gusto, sus ingredientes especiales, que solo hay allá...

(...) Y las caseritas, claro, ni

mi madre consiguió hacer. Entonces, hay puntos especiales donde la quinua es cocinada de forma muy cariñosa, muy agradable donde la gente va.

(estudiante boliviano, de La Paz).

“ Y al medio día sería el almuerzo, que también va acompañado de caldo de quinua, de arroz, más que todo de quinua, de trigo, de chuño que es batata deshidratada (...). Es mi mamá sola que prepara los alimentos en mi casa. Mi madre es comerciante y vende productos del campo para ciudad, ella produce quinua.

(estudiante boliviana natural da cidade de La Paz).

Planta domesticada há milhares de anos na região andina da América do Sul, a *quinua* se tornou hoje um alimento emblemático.

Logo depois da chegada dos conquistadores europeus, o seu uso por parte das populações nativas foi logo registrado. Em 1553, Pedro Cieza de León, autor de uma *Crónica del Perú*, menciona que “hay otro bastimento muy bueno, a quien llaman *quinua* (...) de la cual hacen brebajes, y también la comen guisada como nosotros arroz” (*apud* Zapata Acha, 2006, p. 601). Desde então, e até bem pouco tempo, ela foi sempre considerada comida indígena, o que não favoreceu sua difusão nas outras camadas sociais e étnicas da região. Foi só nas primeiras décadas do século XX que apareceram as primeiras pesquisas bromatológicas que começavam a assinalar as potencialidades nutricionais do grão (León, 2013, p. 148).

Mais recentemente, a peculiar articulação entre movimentos de valorização dos patrimônios, inclusive agrícolas e alimentares, das populações ancestrais do mundo inteiro, por um lado, e pesquisas que têm atestado a riqueza nutricional do grão da *quinua* e dos seus derivados – ricos em valores proteicos, além do seu destacado conteúdo de ferro, ácido fólico e outras substâncias – transformaram-na em alimento de destaque, étnica e dieteticamente correta. Esse processo de *food gentrification*⁹ (que culminou, em 2013, com a proclamação desse ano como “Ano Internacional da Quinoa” por parte da ONU) acabou, paradoxalmente, por fazer dela mais uma *commodity* preciosa para a receita de exportação de países como a Bolívia, o Equador e o Peru. Assim, o preço da *quinua* nesses mercados internos tem aumentado sensivelmente.

Portanto, não é surpreendente que, na nossa pesquisa, da qual participaram como colaboradores cerca de vinte pessoas oriundas dos três países que são os maiores produtores de *quinua*, apenas três delas tenham mencionado o uso familiar desse grão.

⁹ O conceito de *food gentrification* é muito recente (Anguelovski, 2015) e aponta justamente para fenômenos pelos quais a repentina “ascensão” em termos de prestígio e reconhecimento de um alimento, antes relegado às camadas populares e/ou tradicionais de alguma parte do mundo, tem efeitos fortíssimos sobre os agentes sociais envolvidos na sua produção e consumo originários.

Reviro



Figura 90 – *Reviro*

Fonte: Duarte, 2012.

“ (...) y la media mañana está compuesta por comida, así... con más caloría, más pesada, debido a la fuerza que se utiliza mucho en el campo. Entonces, puede ser un tipo de polenta: reviro, que es hecha de harina de trigo y cosas así...”

(estudante paraguaio, do Norte do país).

Comida calórica, portadora de energia, necessária ao trabalho agrícola, no interior do Paraguai. O *reviro* desempenha essa função com a maior simplicidade possível: mistura de farinha de trigo com sal e água, regada a gordura (azeite, óleo, banha, manteiga). Se houver, também é feito com um ovo.

Rompe colchón



Figura 91 - *Rompecolchón*
Fonte: Wilfredor, 2013.

“ De mi isla, la preparación más conocida, el alimento más conocido, tradicionalmente se llama ‘Rompe Colchón’. Es una comida que se hace a base de moluscos marinos, camarones, os-
tras, mejillones.

(estudiante venezolano nacido na Isla de Margarita, no mar do Caribe).

Um dos colaboradores da nossa pesquisa, estudante venezuelano da UNILA, nasceu e cresceu num dos paraísos turísticos do Caribe, a Isla de Margarita. Nas suas praias, portanto, turistas do mundo inteiro, mas, na sua maioria, europeus e norte-americanos, encontram oferta de comidas artesanais, entre as quais esse “*Rompe Colchón*”, ao qual foi atribuído esse nome sugestivo por seus pretensos poderes afrodisíacos. Trata-se, na realidade, de uma espécie de ceviche ambulante, com forte presença de vinagre, a conservar os moluscos e os crustáceos que o compõem. Vale também lembrar que se trata de uma preparação muito popular em todas as praias da Venezuela.



Figura 92 – *Vendedor de Rompecolchon en Isla de San Carlos, Estado Zulia*
Fonte: Wilfredor, 2012.

Sancocho



Figura 93 – *Sancocho de espinazo de cerdo*
Fonte: Daguerrea, 2015.



Figura 94 – *Sancocho de gallina criolla*
Fonte: Wikiraices, 2015. Figura

“ También en mi casa es muy común comer, tomar, sancocho. Sancocho es un tipo de sopa que lleva plátano, papa, yuca y un tipo de carne, generalmente carne de res... En mi casa eso se come, por ejemplo, acompañado de arroz y con una ensalada (...). Es como para fechas especiales que se hace un sancocho de gallina, así para ciertos momentos, no es de siempre eso. Más común el sancocho de carne.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).

“ Allá también se consume algo que se llama sancocho, el sancocho es... siempre como que han sido muy representativos en todo

Colombia, porque ellos siempre van a ser para un paseo. Allá en Colombia, cuando tú vas de paseo a un río, se llama paseo de olla, porque usted lleva todo; usted lleva la olla que puede ser así de grande [mostrando el tamaño], papa, yuca, gallina, cilantro, cebolla. Y allá se hace una hoguera y se pone a hervir, y se pone a hacer todo el sancocho allá; y usted mientras tanto se va bañando y relajada... ese es el sancocho... de olla, y eso es lo más representativo también en todo Colombia. Se pone a calentar primero el agua, y después se agrega todo, se agrega papa, yuca, plátano y la gallina; se agrega todo y se pone a cocinar, también se le agrega cebolla, el guisito, a veces allá se utiliza mucho el

caldo Maggi®, se agrega y se deja tapado, ya, hasta que todo se cosa y todo se haga.

(estudante colombiana, da região do Oriente).

“ (...) **está el sancocho que es, por ejemplo, en Boyacá... en toda Colombia hay sancocho. Sí, pero en Boyacá, como producimos pollo mismo en las casas, el sancocho de gallina que se hace. Entonces es gallina, yuca, papa y plátano verde y ya; y se hace un caldo, se cocina la gallina y se sirve como un caldo, ese es más caldo, sí, porque queda menos espeso que la sopita, que el cocido, por ejemplo (...). Pero igual, el problema de la tradición es que tiene que luchar contra la industria, sí, contra la producción, contra la gran producción, sí. Entonces, creo que la gente hace lo que puede con lo que tiene, si no, dejarán. Por ejemplo, yo cuando vivía en Bogotá no dejaría de preparar un sancocho, pero lo voy a preparar con pollo que fue producido en esas granjas, sí que le ponen hormonas, y lo voy a preparar con yuca que fue producida por una de esas... por ejemplo, con yuca transgénica, yo qué sé, ¿sí me entiendes? No dejaré de hacer el sancocho, pero ya no es el mismo sancocho que comía mi mamá, por ejemplo. Entonces, creo que la tradición igual se acomoda al medio, sí, al medio de producción. Y, así está todo el país, o sea, por lo menos, en la parte que yo conozco, es la misma dinámica.**

(estudante colombiana do Departamento de Boyacá, na região andina do país).

Sopa ou ensopado, à base de tubérculos, carnes e verduras – incluindo nelas o *plátano* – é uma preparação que, com o mesmo nome e algumas variantes, se encontra também em outros países da América do Sul, sobretudo no Equador e na Venezuela, enquanto no Peru recebe o nome de *sancochado*. É na Colômbia que ele assume ares de prato nacional. E são colombianos os estudantes da UNILA que o mencionam.

No país, várias regiões rivalizam pelo posto de “berço” do *sancocho* (Moreno Blanco, 2005, p. 193-194), mas sem alcançarem unanimidade, o que faz com que a identidade do *sancocho* se dilua na nação inteira. Mas, se atentarmos para o seu parentesco com a *cazuela*, o *ajiaco*, o *puchero*, o *mute* e os mil outros *cocidos y sopas* da América do Sul, logo reconhecemos laços familiares mais amplos.

Seco

“ El seco es arroz, puede ser lentejas, o frijoles, o garbanzos, o algún grano, papa. Papa siempre hay allá, porque es el lugar de la papa en Colombia... allá siempre siembran papa. (...) generalmente, te sirven sopa y luego te sirven seco, que sería arroz... sí, alguna carne... (...) El seco, generalmente, tiene arroz o pasta, sí, con papa... papa siempre, y alguna ensalada y plátano, plátano hartón, sí ese de fritarse, ese, ese sí es casi todos los días, no es de la región, pero es de una región vecina, así que también es muy barato. Y eso es el seco... Hay, pues, una carne que tampoco es de la región, pero es de la misma región del plátano, entonces, también es muy barata, o si no, ya el pollo que sí es de la región porque es pollo criollo sí, entonces, es pollo que matan de unos campesinos que crían así, ese... (...) La tradición de tomarse la sopa, de tomarse el seco y el jugo, así, en orden, y que eso es suficiente para irte a trabajar, para irte a estudiar y sí, y la verdad, sí me sentía que con esa alimentación estaba, ¡bien!, sí, o sea, en todo momento me sentía nutrida.

(estudiante colombiana nascida na região amazônica e emigrada para Bogotá).

“ ¿Qué se come? Carne, huevo, huevo frito, carne molida, frijol, arroz, aguacate, mmmmmm plátano, plátano frito. Y antes de eso, está la entrada porque nosotros, si tú vas a un restaurante normal en Colombia, se puede hacer de cualquier cosa, la entrada por lo general es sopa o es algún grano... tienes sopa y seco, vulgarmente decimos: le voy a dar sopa y seco... le voy a ofrecer todo lo que tengo.

(estudiante de Bogotá).

Aqui, estamos numa categoria alimentar fundamental, fundacional do sistema alimentar dos países de língua espanhola da América do Sul. O *seco* é não só o prato principal, mas o complemento da outra metade da refeição, representada pela *sopa*. Nessa categoria entram, portanto, todas as preparações que, assim como acontece com as *sopas*, podem juntar tubérculos, grãos, verduras, incluindo o *plátano*, e as proteínas animais, mas sem o contexto líquido ou semilíquido das *sopas*.

Assim, revela-se uma opção oposta à que, no caso do Brasil, foi interpretada por Roberto DaMatta como uma representação sintética da autoimagem da sociedade brasileira transformada em estilo alimentar. A visão desse antropólogo (1987) pode ser reproduzida no trecho seguinte:

os chamados pratos nacionais brasileiros, como a “feijoada”, a “peixada”, o “cozido”, o “vatapá” e o “caruru” (representantes exemplares da cozinha baiana), são todos pratos que decididamente combinam o sólido com o líquido; as carnes e o peixe com os legumes e verduras. Temos uma culinária que enfatiza a combinação de itens alimentares que, em outras cozinhas, são servidos individualmente e em diferentes “cursos”; ou seja: numa ordem temporal definitiva. Entre nós, porém, damos atenção ao espaço, e harmonizamos o feijão-preto com carnes variadas, a couve, a laranja, o torresmo e a farinha branca de mandioca, comendo com um estilo curioso: tirando um pouco daqui e dali e misturando tudo no centro do prato. Tal com a ordem da mesa – onde um prato principal está cercado por pratos secundários, numa perfeita hierarquia alimentar – no prato de cada conviva há também um centro claro, feito pela comida principal que teve a personalidade para reunir todos em sua volta. Neste contexto, é como se uma gradação fosse enfatizada em todos os níveis. A grande refeição brasileira é a que consegue reunir numa só ocasião pratos e pessoas principais, mas todos com a disposição da “mistura” controlada e de “bom gosto” que é o grande símbolo brasileiro da sociabilidade. (Damatta, 1987, p. 23)

Essa ordem temporal, na América do Sul onde se comem *papas* e *plátano*, está determinada pela alternância, e não pela alternativa, de *seco* e *sopa*.

Sopa paraguaya



Figura 95 – *Sopa paraguaya*

Fonte: Aterovi, 2008.

“ [Que comidas vocês consomem final de semana?] Pollo al horno con puré de papas y los domingos pastas o asado, ese con la sopa paraguaya (...) Yo creo que el plato típico sería la sopa paraguaya y chipa guasu: las comidas que sí, tienes que

hacer cuando tienes una fiesta o cuando está reunida toda la familia, tiene que estar presente.

(estudante paraguaia natural de Ciudad del Este, fronteira com o Brasil).

“ [Você pode citar cinco alimentos que você considere típicos do Paraguai ou de sua região?] Então, a sopa paraguaia, que é sólida, a *chipa guasu*, que tipo é uma torta de milho, o *puchero*, que eu tanto amo e sinto saudade, a *tortilla* que é feita de massa...”

(estudante paraguaia natural da capital, Assunção).

Para quem mora na fronteira com o Paraguai é uma das primeiras coisas que se aprendem sobre o país vizinho no quesito alimentação: uma sopa que vai ao forno, que se corta com uma faca, que se mastiga, e sem líquido nenhum. Mas, como os amigos paraguaios se cansam de dizer, é esse o resultado do encontro singular das tradições guarani e da herança jesuítica: aqueles com suas comidas pastosas e estes com os seus ovos e seu leite de vaca.

Hoje, no nome da *sopa paraguaya*, chama mais a atenção o adjetivo do que o substantivo. O acréscimo desse, que não deixa de ser um etnônimo, revela o grau de envolvimento da sociedade paraguaia com as características e as peculiaridades da sua alimentação.

Sopaipilla



Figura 96 – *Sopaipillas* chilenas

Fonte: Bacigalupo, 2014

“ (...) las que están en la calle... hay la **sopaipilla... venden también la sopaipilla, con mayonesa y ketchup. A lo largo y ancho de todo Chile: sopaipilla.**

(estudiante chileno natural de Punta Arenas, no Extremo Sul do país, Patagônia chilena, próximo à Antártica).

“ **comida en la calle... el completo, sopaipilla y papas fritas... La sopaipilla es masa... es harina con... mi mamá las hacía con zapallo, zapallo bien caliente y las ponía a freír.**

(estudiante chileno natural de Santiago).

Uma massa de farinha de trigo com abóbora e frita, presente nos pontos de venda de comida de rua no Chile, mas com outros nomes em outros países. Doce ou salgada, com ingredientes variados, mas mantendo a base da farinha de trigo e do óleo para se fritar, como a *torta frita* uruguaia.

Sopas

“ Geralmente, as pessoas, segunda-feira, já estão tomando essa sopa. Não importa se faz quarenta ou cinquenta graus de calor, eles tomam sopa ao meio-dia. Por isso, quando vim aqui, sempre falava para os nossos amigos brasileiros: ‘Vamos comer uma sopa no almoço?’. Eles ficavam ‘estranhados’ porque aqui não se tem o costume de comer sopa no calor. Lá, não importa se é quente ou frio.

(estudante paraguaia da capital, Assunção).

“ (...) hay otro plato, que se llama sopa de callo...que es como uno de los... que también es como muy en la onda de esto. Mira, es así: más o menos queda (mostrando la foto del plato) que es con uno de los estómagos, uno de los estómagos de la vaca, el componente principal, la proteína de esa comida. Pero además de eso lleva papa, papa criolla, como hay tantas variedades de papa en Colombia, la papa criolla es especial para ciertas preparaciones. Es una papa pequeña, amarilla y se utiliza para hacer ese tipo de preparación, por ejemplo.

(estudante colombiana do Departamento de Risaralda, no Centro-Oeste do país).

“ En la casa de mis papás, el frijol es muy importante. Entonces, creo que, mayormente, cuatro veces a la semana son frijoles en el almuerzo, (el) fin de semana hacen las sopas (...) Yo estaba en el colegio, entonces, yo despertaba súper tarde y yo directo almorzaba y me iba al colegio, por lo general era sopas. El almuerzo, donde mi hermana, suele ser sopas, entonces, eran sopas de pollo, de res, de cerdo, sopa de pescado. En la noche, que regresaba del colegio, había lentejas o sopa de garbanzos o arroz con frijoles.

(estudante colombiano do Departamento de Antioquia, Centro-Oeste do país).

“ La mayoría de las veces, yo estoy acostumbrado a comer colada, colada de acelga, colada de choclo, colada de haba, colada de cuy, colada de todo, había sopas y lo que nunca faltó en la casa fueron

sopas y coladas. ¿Cuál es la diferencia? Sopa es algo más simple, un fluido y colada es un poco más grumoso, más espeso. ¿Pero salado? Sí, los dos son salados, ahora, hay una diferencia entre colada dulce y colada de sal, colada de dulce, no hay sopa de dulce (...). Muchas de las veces nosotros cocinábamos, yo cocinaba a veces arroz, a veces sopa, coladas, es que no se podría decir que había una padronización de comidas, porque era muy variada, se comía... No sé, ¿cómo podría decir? a veces hacíamos sopa, a veces colada, a veces arroz, arroz con pollo, con jugo de carne a veces, sopa con pollo, a veces sopa con carne de res. O a veces simplemente en la noche, pues hacíamos un café con pan, café con pan o en la mañana igual se comía lo que había sobrado del día anterior, a veces, era una sopa, una colada (...). Bueno, generalmente, en el almuerzo, digamos, una sopa de pollo: primero, agregabas agua, los vegetales, los condimentos, primero, ajo comino, lo que era, ¿qué más?... cebolla, zanahoria, pimienta y eso, que le da el sabor a la comida, luego le echas el pollo. El número determinado de personas que estén o los pedazos o no sé, a veces se hacía por pedazos, o a veces se hacía al azar, luego de eso dejabas hervir, luego, le echabas las papas y dejabas hervir por determinado tiempo, echas un poco de arroz le dejabas hervir, nada más. Entonces, el dejar hervir por un determinado tiempo y ahí la sopa, claro que le pones sal a comienzo ¿no? (...) y luego le pones, creo que vegetales, apio y perejil, para que le dé el sabor y ya le dejabas hervir por 5 minutos más y ya está... (...) Sí: tiene una padronización, generalmente, es arroz seco y acompañado más una sopa, la sopa puede ser: sopa de verdura, sopa de pollo, sopa de ¿cómo es?, puede ser colada, puede ser... de todas las sopas que hay allá... sopa de fideo, más el jugo, eso es un almuerzo.

(estudiante equatoriano natural de Salcedo, na região central do país).

“ Para el almuerzo siempre se hacen sopas, arroz muy poquito. En mi casa no es como en las otras casas, donde el almuerzo son dos platos: sopa y arroz. En mi casa es bien sopa o bien arroz, pero en grandes cantidades. Y en cuestión de sopa es lo que te mencioné: el catu, que es el rallado de plátano con las otras verduras ya fuera ¿no? o el caldo de pollo.

(estudiante equatoriana, da Província de Pastaza, na região amazônica do país).

Siempre había una ensalada en casa, mi mami siempre hacía ensaladas, sopas también hacía todo el tiempo: sopa de verduras, frijoles, lenteja (...). En el almuerzo, mi mamá prepara una sopa de pollo o quinoa y arroz con pescado.

(estudiante equatoriana natural das ilhas Galápagos).

“ La alimentación antigua era mucho más elaborada, se cocinaba más tiempo. Bueno, también las familias eran más grandes, de hecho, quitaban más tiempo, cocinaban más cantidad, pero, también, se preparaban sopas, muchos caldos (...). En el almuerzo, una sopita o una entrada una ensalada o una huancaína, su sopa y, segundo, dependiendo del tiempo que uno disponga. Cuando uno trabaja no hay mucho tiempo, pero siempre no falta la sopa.

(senhora peruana do Departamento de Ancash, Norte do país, mãe de uma estudante da UNILA).

“ ...no me gustan las habas. O sea, no me gustan las habas sancochadas, pero la sopa de harina de habas que mi abuela materna, que es de Áncash, en la sierra, se prepara mucho. Ella siempre nos preparó sopa de harina de habas con queso, huevo y cebollita china. Mi tía cocinaba mucha sopa de choros, entonces supongo que los traían de Huarney, sopa de choros (...). Aquella vez que tuvimos en Huarney un pejesapo, y consiguieron el pejesapo y lo hicieron tipo una sopa.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Inclusive, no le hablé del... sobre la sopa de pescado. La sopa de pescado allá lo cocinan, mi madre no consigue cocinar. Entonces, mi madre tiene que salir a la calle a esos puntos... esos puntos donde venden, donde vienen las señoras desde el lugar más interior de la ciudad, vienen a la ciudad y muestran sus comidas. Entonces, mi madre nos lleva a todo el mundo, así, a comer la sopa de pescado y por más que sea, sí, un poco elevado el precio, la comida vale la pena, vale la pena y (...) tienen que probar. Si van a La Paz tienen que probar la sopa de pescado.

(estudiante boliviano, de La Paz).

“ Las habas son de nuestra chacra. Cuando está verdecita, está verdecita, y cuando la habita ya está sequita, la traemos y la vendemos por kilos para cocinarla. Esa habita la mojamos y después la cocinamos, hacemos nuestra sopa con carnegita, patita de res, carnegita de carnero, si no también puro, su oreganito, su cebollita china. Ese plato es bien rico.

(vendedora no mercado de Cajamarca, Peru).

“ [En la provincia] también preparaban el queso (...) Era muy rico ese queso. O acostumbran también tomar mucha sopa de queso y papa, que, así, exquisito, a mí me encantaba. Yo lo recuerdo como sopa de queso, es muy típico allá. O sea, ¿te estoy hablando de qué lugar en específico? de Camaná, que está en el Departamento de Arequipa, ¿ya?, pero en Camaná es una historia, porque en Camaná yo viví cerca de cuatro años (...). Cuando volví a Lima, viví con unos tíos que, bueno, ellos tenían una chica que los ayudaba. Ella preparaba los almuerzos para mi hermano y para mí, pero la señora cocinaba horrible así, a mí no me daba ganas de comer porque hacía una sopa así súper fea, que incluso yo bajé mucho de peso, porque no sé... yo recuerdo que era horrible esa sopa. O sea, el cambio que di de comer tan rico allá en Camaná o Cotahuasi —qué sé yo—, a Lima, y comer una sopa súper fea preparada así en menos... en un tiempo que la tipa ni siquiera se esmeraba para hacerlo rico. En fin, eso fue feo para mí, la comida.

(estudiante peruana, de Lima, que passou a infância no interior).

“ Bueno, ya... siempre había sopa de verduras; eso es infaltable en mi casa. Eso es ¡infaltable! Siempre tenía habas, nabos, arveja, zanahoria. Era una carga de verduras gigantesca. Después había seco y... (...) Lo que más consumía era, digamos, sopas, sí, entonces... Entonces, verduras: habas, arveja, papas, acelga, espinacas, zanahoria, todo lo que se le ponía a la sopa, así. Porque allá se come mucha sopa y... generalmente te sirven sopa y luego te sirven seco, que sería arroz... sí, alguna carne, y ya, pero lo que más comía eran verduras, digamos, dentro de todo siempre hay arvejas, habas, zanahoria, todo eso (...). Porque hay como que esa creencia de que la sopa es como que más nutritiva, sí, entonces nunca falta la sopa. Sí, tiene que haber sopa porque si no hay sopa es como que quedas con hambre, sí, como que quedas incompleto. Entonces eso.

(estudiante colombiana do Departamento de Boyacá, na região andina do país).

“ Cabe resaltar que en los últimos años se ha dejado de producir y consumir alimentos oriundos de la zona, que, según la gente, ahora se dedican a comprar sus alimentos. Son los más viejos los que aún conservan sus costumbres milenarias y continúan consumiendo harinas de papa y maíz en sus diversas variedades (pepián, chochoca, papa seca, etc.), sopas caseras, alimentos del campo, entre otros. Mientras que los más jóvenes han dejado de consumir tales comidas, para consumir generalmente alimentos y platos provenientes de la costa.

(estudiante peruana da Província de Cajamarca, na região andina).

“ Bueno en el desayuno, que era la primera comida del día, ese sí era un poquito más completo porque era más o menos un caldo, que era como una sopa que es echa con agua, papa y *salsinha*, como ustedes le dicen, y un plato de avena y un pedazo de pan integral. Eso en el desayuno (...). Los platos típicos de mi región, bueno, hay una sopa que se llama mote, es... el mote es preparado con hueso de cogote, tiene banana de la tierra, tiene papa, tiene zanahoria, tiene arvejas, habichuelas, tiene también carne de pollo. Es una sopa con todo, y otra sopa que se llama sancocho que también lleva lo mismo: lleva de todo.

(estudiante colombiano natural do Departamento de Chocó, no Noroeste do país).

“ Depois, no almoço, a gente sempre costuma fazer na primeira refeição um prato de sopa, nunca falta sopa, sopa de qualquer coisa. Geralmente, na minha cidade, tem um *plato* que se chama ‘*blanco*’. Então, esse é feito com *plátano*, leva um pouquinho de leite, queijo, coentro e basicamente isso; então, sempre a gente faz isso: sopa, se não sopa de macarrão e alguma sopa mais, acho que nunca falta sopa de segunda a domingo. Sempre tem sopa no almoço e depois vem a segunda refeição, que vem a ser o arroz com alguma coisa acompanhando. À noite, geralmente tem sopa, ou se não só sopa ou só arroz, ou se não tem sopa e arroz, mas depende também. (...) Sinto falta do que seria no almoço a sopa. Aqui quase não se consome sopa, isso é muito esquisito, em todas as refeições mesmo.

(estudante equatoriano natural de Loja, na região Sul da *sierra*).

“ Los fines de semana... los dos, sábado y domingo, no puede faltar la sopa de pollo, la sopa de pollo nunca, nunca falta. Aunque haga calor, la sopa de pollo está ahí. El que quiere toma, pero siempre está. El plato preferido de mi casa es la sopa de pollo, sí, la sopa de pollo de mi mamá.

(estudiante chileno, natural de Santiago).

“ [¿Qué se come?] Carne, huevo, huevo frito, carne molida, frijol, arroz, aguacate, mmmmmm... plátano, plátano frito y antes de eso, está la entrada. Porque nosotros... si tú vas a un restaurante normal en Colombia, se puede hacer de cualquier cosa, la entrada por lo general es sopa o es algún grano... tienes sopa y seco, vulgarmente decimos: le voy a dar sopa y seco... le voy a ofrecer todo lo que tengo. Entonces la sopa, en el caso de la bandeja paisa, es la mazamorra, es una sopa hecha en leche, con maíz blanco, dulce, se coloca la rapadura, que nosotros llamamos panela, al lado... se coloca al gusto para endulzar esa sopa, y el frijol, a veces no viene en la misma bandeja... viene como frijolada, que es una sopa de frijoles...

(estudiante colombiana, de Bogotá).

“ Ahí generalmente éramos los cinco comiendo... Lo normal era comer sopa, alguna crema de auyama... zapallo, apio... Tipo, el almuerzo era comer una sopa, probablemente de auyama, que es el zapallo; apio, papa, alguna sopa, alguna crema de alguna cosa y después comíamos, arroz, carne, alguna ensalada o puré con alguna cuestión así... algún grupo de carbohidratos, alguna carne, algún vegetal...

(estudiante da Venezuela da região de Barquisimeto, no Oeste do país).

“ [¿En tú familia, qué plato es su favorito?] Yo creo que, en mi casa, si les dieran a escoger, escogerían sopa (...). Digamos que la sopa era una alternativa para muchas personas, para una casa donde vivían casi 20 personas, que era la casa de mi familia, entonces creo que la sopa es el plato típico de mi familia.

(estudiante venezolano, da região Nordeste do país).

“ Bueno, en nuestra casa el alimento que no puede faltar así en cualquier momento del día es la sopa, la sopa nunca falta en casa (...). Mi familia tenía un vínculo, rasgos colombianos y, bueno, ellos adaptaron tipo una comida muy diferente en nuestra casa, ya que se cocina a lo venezolano y se cocina a lo colombiano también, es una *mistura* entre los dos países y esas dos culturas y en casa nosotros todos los días tomamos muchísima sopa, todos los días se toma sopa y en la mañana en casa se acostumbra a hacer arepas de maíz y también se hace la *pisca* andina.

(estudiante venezolano natural do Estado de Tachira, na região andina).

“ Mi abuelito siempre trabajó en el campo. Él cría gallinas, cuyes, varios animales. Por esa razón, él nos da varias cosas, como cebada, quinua, arroz de cebada, papas, machica. El resto compramos en el mercado mayorista, que es muy barato. Dentro de mi casa una de las características más importantes es la forma de servir el almuerzo. Nosotros solo comemos el plato seco o sopa, que puede ser por la tarde o por la mañana. Es sopa por la tarde y arroz por la mañana, o, al contrario, nunca se repiten los platos en la semana.

(estudiante equatoriana de etnia Kichwa-Purua, Província de Chimborazo, na região da sierra).

Presente em todos os países da América do Sul de língua oficial espanhola (no Brasil, certamente, existem sopas, mas não desempenham a função desempenhada nos países vizinhos), essas *sopas* são mais do que sopas. Nelas, de forma análoga ao que acontece com os *secos*, se reúne, em gestos alimentares altamente simbólicos, por um lado, e nutritivos, por outro, o que a natureza e a cultura, em diálogo dialético, oferecem: grãos, tubérculos, verduras, cereais e outras gramíneas, frutas (o *plátano*), hortaliças, proteínas animais de todas as origens – mas mergulhados, sempre, em algum tipo de “caldo”, que, por sua vez, também pode ter várias origens, características e texturas: água, leite, leite de coco, caldo de verdura ou de carne, grãos moídos, etc.

Sudado

“ A mi mamá, lo que más le gusta cocinar es, por ejemplo, sudado de pollo, porque es fácil de cocinar, es rápido y ella siempre está haciendo muchísimas cosas. Entonces, es lo más común también que vas encontrar en mi casa, sudado de pollo, que es pollo con yuca, papa y plátano dulce, plátano maduro ya cocido. Y eso pues, va condimentado y se acompaña con arroz y una ensalada, una ensalada de lechuga con zanahoria, con limón y ya; de pronto pepino y así.

(estudiante colombiana do Departamento de Risaralda, Centro-Oeste do país).

“ En el almuerzo, mi mamá prepara una sopa de pollo o quinua y arroz con pescado... como se dice... como sudado, que no es frito, sino con verduras al vapor...

(estudiante equatoriana, natural das ilhas Galápagos).

“ En Semana Santa, bueno por ahí la costumbre de preparar algo que contenga pescado, porque no se puede consumir carne y... entonces preparan alguna cosa que tenga pescado y si nos juntamos. Mi familia se junta, y cada uno prepara un plato diferente que contenga pescado: tallarines con mariscos, arroz con mariscos, pescado, sudado o alguna cosa así...

(estudiante peruana, de Lima).

Sudado é termo coloquial que se atribui às preparações que, na Espanha e, talvez, na própria América do Sul, nas camadas que não apreciam a mistura com o popular, seriam os *estofados*, ou seja, “estufados”. Mas, nessa técnica, percebe-se o papel desempenhado pelo vapor, de forma que podemos considerar os *sudados* hispano-americanos próximos daquilo que se chama “no bafo”.

Tamal



Figura 97 – *Tamales de Lunahuaná*

Fonte: Dtarazona, 2009b.

“ En Lima puedes encontrar restaurantes. Un restaurante que hace tiempo que no voy —espero que siga cocinando igual de rico—, es el Tarwi, por ejemplo, era el único restaurante ancashino que recuerdo, por ejemplo, que preparaban muy bien, donde podían encontrar un picante de cuy, o

un tamalito verde, o un plato con habas, o un jamón ancashino con mote, cosas así; platos típicos de Ancash, por ejemplo.

(estudiante peruana, de Lima).

“ Tem umas coisas que a gente chama de *tamal*, que é feita com milho. Então, é uma massa que leva... vai recheio de um monte de coisas. Então, você cozinha numa panela grande; então, aí, ela coloca cascas de laranjas, pedacinho de laranja, aí, e fica muito gostoso.

(estudiante equatoriano natural de Loja, região Sul da *sierra*).

No Equador e na Colômbia, e em outros países andinos, o *tamal* é a preparação elaborada com massa de milho cozida, com um recheio de carne, acompanhada de cebola, outros temperos, ovo cozido, passas e outros ingredientes – que podem variar de acordo com a região ou a cultura familiar – envolvidos em folhas de bananeiras. Assemelham-se, portanto, às *humitas*, embora aceitem e demandem uma quantidade e variedade muito maior de outros ingredientes. Daí que, dependendo dos casos, podem representar quase uma refeição completa.

Taxo

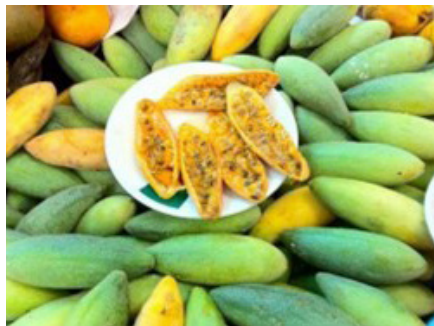


Figura 98 – *Curuba*
Fonte: Fibonacci, 2008.

“Taxo es algo parecido a la granadilla, pero es como de una forma ovalada que generalmente es amarilla cuando madura (...). Es como la granadilla, igualita a la granadilla, sino que, en forma ovalada, tiene una corteza un poco más... la corteza del taxo es más suave, que se lo puede pelar con facilidad. Eso lo utilizábamos, muchas de las veces, eso solo iba a la

venta. Pero, los taxos y los tomates de árbol, toda fruta que era, que llegaba al nivel de madurez, era muy dulce, la mayoría de las veces nosotros lo comíamos así. (...) muchas de las veces hacíamos jugo de taxo, jugo de tomate de árbol y eso. Pero, como te digo, esos jugos solo los acompañábamos cuando hacíamos arroz o cuando hacíamos algún almuerzo en específico”

(estudiante equatoriano natural de Salcedo, na região central do país).

Semelhante à *granadilla*, que, no Brasil, se chama maracujá: estamos na mesma família das *passifloras*. O *taxo*, que também recebe o nome de *curuba*, é muito presente nos Andes.

Tomate de árbol

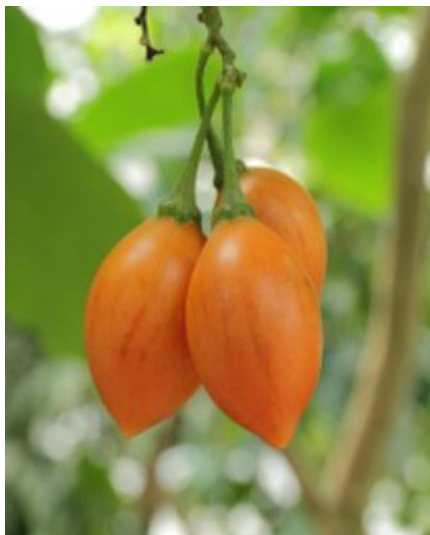


Figura 99 – *Solanum betaceum*

Fonte: Johansson, 2012.

“ Tomate de árbol, como es... maíz, papas, como ya te digo, es una agricultura familiar y se produce de todo, también producían yuca, en mi familia (...). Nosotros tratamos de evitar en lo máximo el monocultivo, porque el terreno se desgasta, se erosiona, no hay mayor producción, no hay buena producción, entonces, cada determinada fecha, nosotros cambiamos de productos. Son 6 meses que nosotros sembramos maíz, se cosecha, e inmediatamente se le deja descansar un mes, dos meses y ahí se le siembra, yo qué sé, papas

después de eso, después de la producción de papa, vuelta se siembra, tomate de árbol, que pasa tipo 2 años y medio, claro, 2 años y medio hasta su culminación, volver a tumbar los árboles y eso, y así es, tipo un círculo. Aparte de esos productos también se cosecha ¿cómo es? cebolla, haba, tomate de riñón... solo tomate de árbol. (...) ejemplo, por un determinado tiempo, creo que la sequía arrasó parte de la sierra, entonces, no había producción de verduras ahí en donde el costo de las verduras se elevó, en cambio, había otras temporadas en las que el tomate de árbol... muchas, ¿cómo se llama esto? muchas heladas, muchas heladas. Entonces, los tomates se ennegrecían y entonces se perdían los tomates de la producción y, con eso, pues, se escaseaban los productos en la feria y eso hacía que el precio del tomate aumentase, por la escasez, por la demanda.

(estudiante equatoriano, natural de Salcedo, na região central do país).



Figura 100 – *Tomate de arbol*
Fonte: Stuff, 2005.

Solanum betaceum: o nome científico dessa fruta revela o parentesco real com o tomate propriamente dito. Mas, aqui, trata-se de uma fruta usada mais para sucos e menos para molhos.

Tortilla



Figura 101 – *Feria campesina, Collao Concepción Chile.*

Fonte: Huenchuelo, 2010.

“ [Você pode citar cinco alimentos que considere típicos do Paraguai ou de sua região?] Então: a *sopa paraguaya*, que é sólida; a *chipa guasu*, que é tipo uma torta de milho; o *puchero*, que eu tanto amo e sinto saudade; a *tortilla*, que é feita de massa: *harina*, ovo, leite, sal e queijo, isso aí você faz uma massa e frita, isso aí não falta na meia manhã do *paraguay*o.

O *paraguay*o nove horas tem que tomar, tem que comer *tortilla*, ou alguma outra comida; mas, geralmente, é *tortilla* mesmo, antes de tomar o *tererê*, porque o *paraguay*o tem que tomar o *tererê* também depois do *desayuno*, porque a gente tem o café da manhã bem cedo e logo, no meio do almoço e café da manhã, tem o *desayuno* também.

(estudante paraguaia natural da capital, Assunção).

“ (...) estas tortillas de... este pasto verde... ¿cómo se llama? Pasto verde... ¡Acelga! Las tortillas de acelga siempre estaban en mi casa, las tortillas de papas fritas para mí: papas fritas picadas en cuadrito, con huevo... pal sartén, vuelta y vuelta.

(estudante chileno natural de Santiago).

“ Una merienda común por lo general allá es mate. Es rara la gente que te toma un té, un café, pero por lo general es mate con tortilla, rosquete, tostadas con dulce o tostada con queso. (...) si tú vas a Santiago del Estero a una reunión, a una fiesta, lo que no va a faltar es el asado, la empanada, el mate, la tortilla, el rosquete...

(estudante argentina da Província de Santiago del Estero, Norte do país).

Mais um termo que se presta a polissemias. A *tortilla* de que nos falam os estudantes argentinos, paraguaios e chilenos não é, evidentemente, a mesma *tortilla* espanhola, mexicana ou mesoamericana. É algo muito mais relacionado ao pão.

A versão chilena pode ser pão, mas no depoimento do nosso colaborador é mais incrementada: apresenta a que é feita de acelga ou com uma massa de batatas. Já a versão argentina e a paraguaia limitam-se à farinha de trigo, podendo inclusive ser assadas na brasa, sobretudo quando acompanham um *asado*.

Tostada caroreña

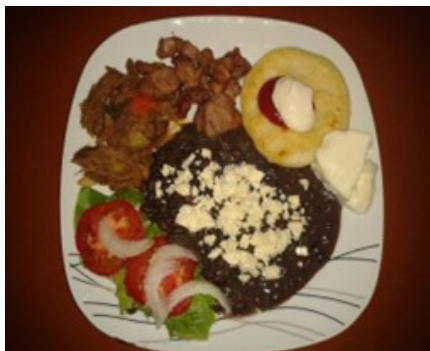


Figura 102 – *Tostada caroreña*

Fonte: Valeriafloresg, 2014.

“ ¿La preparación más popular de la región? Existe una cosa que se llama **tostada caroreña**, que es como una arepa frita, pero con montones de cosas: mortadela, ensalada...

(estudiante da Venezuela da região de Barquisimeto, Oeste do país).

O nome dessa preparação menciona a cidade de Carora, no estado venezuelano de Lara, próximo de Barquisimeto, onde nasceu o nosso estudante. Ele nos apresenta uma versão com mortadela, mas essa arepa frita costuma levar muito mais: *caraotas* (feijão-preto), carne de porco, batata frita, *plátano*, salada.

Tripa mishqui

“ En la calle... sí, son comidas muy tradicionales, sería el tripa mishqui, que es el asado de... [¿cómo es?...] el asado del intestino del chanco, creo, que es y de la vaca (...). No es nada, es solamente él, un poquito, es condimento y el intestino asado, eso.

(estudante equatoriana da Província de Pastaza, na região amazônica do país).

“ (...) otro es la ‘mishqui burger’, que es la tripa de la res asada, y servida en un formato de hamburguesa. En este caso, se da la interesante mezcla de uno de los modos occidentales de alimentación, como es la hamburguesa, adaptados a las comidas propias de la región, como es la tripa mishqui.

(estudante equatoriana, natural de Quito).

Mais uma versão, desta vez equatoriana, de uma iguaria de tradição popular: o intestino do gado bovino assado. Em outros países da região recebe outros nomes (como *chinchulín*, sobretudo) e apresenta formas e apresentações diferentes. Os dois depoimentos acima mostram, entretanto, uma particularidade equatoriana: sua venda em situação de rua e a sua transformação em forma de hambúrguer, o que diz muito sobre as relações entre tradição e globalização nos sistemas alimentares da América do Sul.

Vori vori

“ El típico plato de Paraguay, que sí o sí las personas quieren, es caldo de pollo con vorí vorí. Es una bola pequeña que se hace con la masa de harina de maíz y solamente eso: tipo *bolinho*. Eso sí o sí se encuentra imprescindible en mi región y en todo Paraguay.

(estudiante paraguaio do Norte do país).

“ La comida que le caracteriza a la región norte del Paraguay: Vorí vorí, locro, *kumanda*. [¿Es una comida sólida o líquida el vorí vorí?] Tiene el sólido que es el vorí y, el líquido, que es el caldo. Los ingredientes son maíz, grasa, verdura y depende, si le querés poner carne o, solamente, con queso, agua y sal.

(estudiante paraguaio natural do Norte do país).

Como em quase todas as *sopas* da região, o caldo do *vori vori* é espesso e as bolinhas de farinha de milho flutuam nele. Bolinhas, em guarani, a língua do povo a cuja tradição somos levados através dessa preparação, se diz exatamente *vori*. No plural: *vori vori*. Nas versões mais incrementadas, o prato apresenta também pedaços de frango e alguma verdura, enquanto o caldo também pode ser de origens diversas, de galinha ou de legumes.

Comer na América do Sul: uma abordagem universitária, mas não só acadêmica

Atravessamos, nos depoimentos de cerca de setenta pessoas, dotadas de um arcabouço de elementos culinários, aspectos muito relevantes dos sistemas alimentares de todos os dez países da América do Sul.

Tentamos uma aproximação entre os depoimentos dos estudantes da UNILA que convidamos a nos falar da sua comida (para a qual alguns deles talvez atentassem pela primeira vez), recebendo tanto respostas rápidas quanto comentários muito articulados e originais sobre vários temas conexos, com as nossas próprias reflexões. Alguns verbetes tornaram-se quase miniensaios, na busca de um diálogo que, na escrita, é muito mais difícil. Sabemos, entretanto, que o nosso ponto de vista é essencialmente brasileiro. Estarmos convivendo, já há cerca de quinze anos, com esse universo multicultural dos estudantes e dos colegas hispano-americanos não é elemento suficiente para anular ou apagar as nossas alteridades. Antropologicamente, é claro, isso é uma vantagem epistemológica bem conhecida.

Por outro lado, lidamos com situações simetricamente opostas: as falas, as reflexões, as narrativas de muitos (não de todos, tivemos três brasileiras e um brasileiro entre os entrevistados) dos colaboradores da pesquisa expressavam o outro sentido, ou a outra face desse sistema de alteridades: ter que buscar na memória um conjunto de práticas, de representações e de conhecimentos que se situam fora do Brasil, inclusive simbolicamente. Desse modo, entendemos que este produto da pesquisa – este *e-book* – não poderá deixar de ser um instrumento aberto, em processo, continuamente disponível para usos diversos e para aprimoramento e amplificação das práticas alimentares. Sua trajetória será incontornável por nós e pelos demais atores que têm estado atrás dele e nele mesmo: os organizadores, os outros colaboradores, a editora universitária da UNILA, a equipe do NuSSEAN. Apostamos que este material possa se tornar um elemento capaz de gerar novas discussões

– inclusive, como anunciamos desde o começo, nas dimensões da educação, da educação em saúde, da educação alimentar e nutricional.

Por enquanto, neste capítulo traçamos um primeiro balanço dos resultados a que nos parece possível chegar com base nos materiais registrados e aqui parcialmente apresentados¹⁰.

De início, o que se percebe é uma visão de conjunto. A leitura do material, que não substitui, evidentemente, a degustação de todos esses alimentos mencionados, descritos ou comentados, leva-nos a reconhecer uma certa familiaridade nos sistemas alimentares da América do Sul. Sobre tudo com relação aos países de fala espanhola, notam-se alguns elementos comuns. Eles, porém, contêm a visão do seu contrário: uma diversidade intensa. Começamos pelos elementos assemelhados ou assemelháveis.

Eles situam-se em duas dimensões, que gostaríamos de definir, respectivamente, histórico-social e cultural, mesmo correndo o risco de usar categorias tão amplas e, ao mesmo tempo, de difícil definição. Na primeira dimensão, parece-nos que as escolhas alimentares que os estudantes da UNILA assinalam através da rememoração qualitativa das suas experiências remete, na grande maioria dos casos, a tradições relevantes e sólidas. Sólidas e relevantes tanto porque de fato nos reconectam ao passado da região: um passado ao mesmo tempo anterior à conquista e fruto dos processos de ocidentalização da experiência social latino-americana; quanto porque são assumidas como tais: a memória desse alimento, o reconhecimento do contexto de uma determinada preparação, são elementos que vivem nas falas e, portanto, se manifestam como agências e afirmações identitárias. O paraguaio sabe da herança guarani na sua mesa; o peruano tem consciência da procedência andina do seu alimento; o venezuelano inclui na sua representação da comida o processo de *criollización* da sua própria sociedade nacional. E essas consciências e representações e esses saberes que, inclusive, no caso da alimentação, envolvem quase sempre práticas reais, na cozinha e/ou em torno dela, são decisivos para a manutenção dessas e outras tradições e, portanto, pensando agora na perspectiva da segurança e educação alimentar e nutricional, também pelas políticas públicas.

10 No glossário, apresenta-se apenas uma parte ínfima do material que resultou da pesquisa. Reservamo-nos a intenção de utilizar mais elementos em projetos e materiais futuros, sobretudo em novas edições deste mesmo e-book.

Mas vemos essa familiaridade, esse conjunto de elementos comuns, também na dimensão que definimos como cultural. Como foi sublinhado em alguns verbetes do glossário, abordando a dialética da *sopa* e do *seco*, o recurso consciente a alguns alimentos que se conectam simbólica e biologicamente à sustentabilidade local (o *plátano*, a *papa*, o *maíz*, o *cuy*, entre outros) e o recurso a técnicas culinárias ancestrais, é muito visível o entrelaçamento com várias esferas da realidade social, econômica, cultural e ambiental da região. Trata-se, na nossa visão, de mais um elemento capaz de ser aproveitado em termos de políticas públicas, quando, por exemplo, nos vários países, se produzem “guias alimentares” para a orientação da população, quanto maior for o reconhecimento desse conjunto de fenômenos, quanto maior for o envolvimento das comunidades, dos povos nestes diálogos, e a sua regionalização no alcance às singularidades do comer, tanto maior será, em nossa avaliação, a efetividade desse instrumento.

Ao lado dessa familiaridade, o reconhecimento dessa fenomenal diversidade de experiências alimentares. Usamos, com muita cautela, o recente conceito de “superdiversidade”, proposto há cerca de vinte anos pelo sociólogo britânico Steven Vertovec (2007). De fato, há uma diferença fundamental entre os cenários que levaram Vertovec a pensar a *super-diversity* e o que nos parece visível no caso da América Latina. Lá, na sociedade britânica, ele sublinha “um nível e um tipo de complexidade que ultrapassa qualquer outra coisa que o país tenha experimentado anteriormente” (Vertovec, 2007, p. 1024), mas a partir de fenômenos desencadeados pelos processos recentes de migrações tendo por origem países do Sudoeste asiático e do Oriente Médio e por meta, justamente, a Grã-Bretanha.

No caso latino-americano, pelo contrário, essa possível “superdiversidade” é um ponto de partida e não um ponto de chegada. Na experiência contemporânea, e não só na que pudemos observar por estes sistemas alimentares, encontramos inúmeras manifestações dessa construção histórica e social e, certamente, as suas consequências em todas as dimensões da vida social. O mundo anterior à conquista (mundo social, cultural, geográfico etc.) e os mundos que andaram se conectando nos vários processos das formações sociais na América do Sul, em formas diversas e com estilos peculiares, não são objetos de reconstruções históricos, mas, no nosso caso, pão cotidiano de qualquer análise social; inclusive da observação e reflexão sobre os sistemas alimentares na região.

Aquilo que se come na América do Sul, um campo muito grande, que inclui também o que não se come, o que se gostaria de comer, o que se planta e se caça e se cria e todas as demais dimensões do sistema, depende, nessa perspectiva, tanto de um *input* do passado, potencialmente muito distante, em alguns casos até mesmo no passado dos mitos e/ou dos imaginários, quanto dos tempestuosos movimentos das sociedades contemporâneas, com todas as suas segmentações, heterogeneidades, alteridades, transculturações – motores desse tipo peculiar de superdiversidade. Algo parecido acontece em outros planos: o linguístico, por exemplo, ou mesmo o estético. O que e como se diz e se representa, na América Latina como um todo, encontra-se em estreita e indissolúvel conexão com essas dimensões e fenômenos.

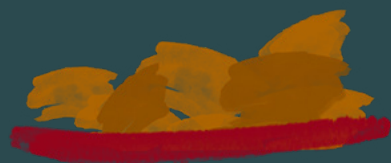
Uma outra esfera parece decisiva, em terceiro lugar, para a definição de um possível sumário de observações, reflexões e análises sobre a alimentação na América do Sul: a biodiversidade e os seus destinos na região. Trata-se, talvez, da dimensão mais explorada em estudos recentes e, também, nas arenas dos conflitos políticos e sociais. Cabem nesta esfera as questões que envolvem a existência e a gestão dos sistemas agroindustriais, da gestão dos territórios, do reconhecimento das práticas agrícolas e pesqueiras tradicionais e artesanais, da reforma agrária e dos seus impasses, das políticas ambientais, do uso dos agrotóxicos, da difusão da agricultura transgênica, do papel dos institutos públicos de pesquisa agropecuária, da posição das empresas de mineração; enfim, uma gama imensa e preocupante de aspectos que cercam a manutenção da biodiversidade, que é o pano de fundo mais visível das escolhas e das práticas alimentares tradicionais na América do Sul. A leitura deste livro permite conhecer plantas e animais que, em muitos casos, se encontram em situação de ameaça severa, ameaça que é logo transferida para as práticas alimentares. Assim abordada a questão, é evidente que nos encontramos no centro mais delicado da segurança e da soberania alimentar.

Finalmente, há um quarto elemento que é necessário sublinhar nesta análise ainda muito superficial – mas provisória. Apresentamos, neste livro, um conjunto de experiências alimentares que têm por origem uma categoria social muito específica: estudantes de uma universidade como a UNILA, a única, acreditamos, que reúne uma comunidade formada por representantes de *todos os países da América do Sul*. Por os estudantes serem jovens, é possível que muitos hábitos alimentares não tenham sido explorados em profundidade, sobretudo pela distância que estão de suas terras, de suas cozinhas, de suas mesas, de seus pratos e de seus

ingredientes. Sintomaticamente, a leitura desse material e do material completo, que serviu de base para a elaboração do trabalho, quase não nos deixa visualizar um espaço de sociabilidade alimentar fora do lar, como o *restaurante*. Se a leitura dos trechos dos depoimentos nos levar a visualizar, territorialmente, os espaços urbanos e rurais onde o alimento se produz, se prepara e se consome, visualizamos um contexto no qual o campo e os bairros são mais caracterizados pela presença do trabalho do que pela atuação do capital.

Os lugares de fala dos nossos colaboradores são também os lugares das suas práticas e dos seus saberes alimentares, são populares, em alguns casos até mesmo contra-hegemônicos. Os casos do *cebiche* peruano ou equatoriano são sintomáticos e exemplares: há camadas também nas relações sociais com a comida – e não tanto em termos de fome, de escassez/fartura, de insegurança alimentar – e nessas camadas e relações se delineiam fundamentalmente escolhas conscientes e não apenas a necessidade forçada de um alimento mais acessível no lugar de outro. Assim, mesmo esse quarto elemento parece-nos comunicar algo relevante: nas fronteiras da segurança alimentar e nutricional a dimensão da soberania é fundamental. Nela se percebe uma *agência*, na medida em que as escolhas alimentares, conscientes, apontam para um caminho que pode ser, também, político. As famílias que na América do Sul mandam as suas filhas e os seus filhos estudarem na UNILA situam-se numa posição social na qual as escolhas culturais, na dimensão da alimentação, refletem uma posição que privilegia o tradicional e não o globalizado, o artesanal e não o processado, o autêntico e não o contrafeito, o popular e não a *haute cuisine*.

Concluimos com a afirmação da impossibilidade de uma conclusão. O desafio que nos atraiu e nos envolveu nesse projeto – *Culturas Alimentares na América do Sul: memória, diversidade e soberania* – incluía, e ainda inclui, a necessidade de trazer para a nossa própria reflexão e de estender, aprofundar para outros planos na discussão acadêmica, na formulação e avaliação de políticas públicas etc., um conjunto de materiais reais, ou seja, produzidos em contextos sociais reais e reconhecíveis. Neste momento, estamos mais num ponto de partida do que num ponto de chegada. Há de se pensar mais e expressivamente sobre a construção de modelos capazes de incluir esse elemento: na academia e fora dela, nos campos científicos e políticos nos quais a comida e os grupos humanos passem a ser elementos centrais do debate sobre soberania, segurança e educação alimentar e nutricional.



Referências

ACADEMIA CHILENA DE LA LENGUA. **Diccionario de uso del español de Chile**. Santiago de Chile: MN Editorial Ltda, 2019.

ACCA~COMMONSWIKI. **Lulo**. 22 fev. 2007. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lulo_r.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

ÁLVAREZ NOVOA, Isabel (dir.). **Reconociendo y revalorando las cocinas regionales del Perú**. Lima: sus otros sabores – Huacho, Huaral, Huarochirí y Canta. Lima: Fondo Editorial USMP, 2013. v. 3.

ANGUELOVSKI, Isabelle. Alternative food provision conflicts in cities: contesting food privilege, injustice, and whiteness in Jamaica Plain. Boston. **Geoforum**, v. 58, p. 184-194, jan. 2015. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0016718514002309>. Acesso em: 17 jul. /2025.

ANTUNES, Pedro. **Charque de carne vacuna**. 10 jul. 2012. 1 fotografia. Disponível em: <https://es.wikipedia.org/wiki/Charqui#/media/Archivo:Charque.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

APARICI, Ainara. **Preparando chicha de yuca en Meñempari**. 10 set. 2011. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/lasfelicidadesdelmundo/6133888294>. Acesso em: 23 set. 2025.

ARBOLEDA MONTTOYA, Luz Marina; ZULETA RUIZ, Claudia Mónica (coord.). **Cultura alimentaria en la zona urbana de Medellín, en cuanto a pautas, prácticas, creencias y significados**. Medellín: Universidad de Antioquia, 2013.

ATERAVI. **Sopa paraguaya**. 29 jan. 2008. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sopa_Paraguaya_2.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

BACIGALUPO, Juan. **Cebiche**. 2014. 1 fotografia.

BACIGALUPO, Juan. **Choros e choros maltones numa feira de pescado no litoral Sul do Chile**. 2014. 1 fotografia.

BACIGALUPO, Juan. **Curanto en hoyo, na ilha de Chiloé, no Sul do Chile**. 2014. 1 fotografia.

BACIGALUPO, Juan. **Marraqueta com tomate**. 2014. 1 fotografia.

BACIGALUPO, Juan. **Massaco preparado por estudantes bolivianos na Unila**. 2014. 1 fotografia.

BACIGALUPO, Juan. **Sopaipillas chilenas**. 2014. 1 fotografia.

BALDEÓN, Adriana. **Aji a venda numa feira de Quito, Equador**. 2014a. 1 fotografia.

BALDEÓN, Adriana. **Asado en Uruguay**. 2014b. 1 fotografia.

BALDEÓN, Adriana. **Plátanos à venda numa feira em Quito, Equador**. 2014c. **1 fotografia**.

BANFIELD. **Fruto de Berberis microphylla**. 9 fev. 2011. 1 fotografia. Disponível em: [https://es.wikipedia.org/wiki/Berberis_microphylla#/media/Archivo:Berberis_microphylla_- Calafate \(1\).jpg](https://es.wikipedia.org/wiki/Berberis_microphylla#/media/Archivo:Berberis_microphylla_-_Calafate_(1).jpg). Acesso em: 23 set. 2025.

BAUER, Scott. **Batatas peruanas**. 30 jan. 2004. 1 fotografia. Disponível em: <https://en.wikipedia.org/wiki/File:Patates.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

BECK, Jan. **Majadito**. 21 jan. 2015. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/janbeck/15707909454>. Acesso em: 23 set. 2025.

BELLUZZO, Rosa. **Nem garfo nem faca: à mesa com cronistas e viajantes**. São Paulo: Ed. Senac, 2010.

BERNAL, Jimena. **Mazamorra morada peruana**. 12 ago. 2016. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mazamorra_morada_peruana.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

BOOG, Maria Cristina Faber. **Educação em nutrição: integrando experiências**. Campinas: Komedi, 2013.

BRASIL. Decreto nº 7.824, de 11 de outubro de 2012. Regulamenta a Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012. **Diário Oficial da União: Seção 1**, Brasília, DF, 15 out. 2012a. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/decreto/d7824.htm. Acesso em: 17 jul. 2025

BRASIL. Lei nº 12.189, de 12 de janeiro de 2010. Dispõe sobre os critérios de partilha de royalties da exploração de petróleo, gás natural e seus derivados. **Diário Oficial da União: seção 1**, Brasília, DF, 12 jan. 2010. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12189.htm. Acesso em: 17 jul. 2025.

BRASIL. Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012. Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. **Diário Oficial da União: seção 1**, Brasília, DF, 29 ago. 2012b. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm. Acesso em 17 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. Portaria normativa n. 18, de 11 de outubro de 2012 (alterada pela Portaria nº 2.027, de 16 de novembro de 2023). Dispõe sobre a implementação das reservas de vagas em instituições federais de ensino de que tratam a Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012, e o Decreto nº 7.824, de 11 de outubro de 2012c. **Diário Oficial da União: seção 1**, Brasília, DF, 15 out. 2012; republicada ou revista por ato em 20 nov. 2023. Disponível em: [https://sisu.mec.gov.br/static/pdf/PORTARIA%20NORMATIVA%20N%C2%BA%2018,%20DE%2011%20DE%20OUTUBRO%20DE%202012%20\(Alterada%20pela%20Portaria%20n%C2%BA%202.027-2023\).pdf](https://sisu.mec.gov.br/static/pdf/PORTARIA%20NORMATIVA%20N%C2%BA%2018,%20DE%2011%20DE%20OUTUBRO%20DE%202012%20(Alterada%20pela%20Portaria%20n%C2%BA%202.027-2023).pdf). Acesso em: 17 jul. 2025.

CÂMARA CASCUDO, Luís da. **Antologia da alimentação no Brasil**. 2. ed. São Paulo: Global, 2008.

CÂMARA CASCUDO, Luís da. **História da alimentação no Brasil**. 4. ed. São Paulo: Global, 2011.

CAMBEIRO, Horacio. **Chipa Guasú (plato)**. 15 abr. 2017. 1 fotografia. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chipa_Guas%C3%BA_\(plato\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chipa_Guas%C3%BA_(plato).jpg). Acesso em: 23 set. 2025.

CAMBEIRO, Horacio. **Locro argentino**. 7 jun. 2025. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Argentine_locro.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

CARLOSDISOGRA. **Empanadas cordobesas (Argentina) caseras**. 28 mar. 2013. 1 fotografia. Disponível em: [https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Empanadas_cordobesas_\(Argentina\)_caseras.JPG](https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Empanadas_cordobesas_(Argentina)_caseras.JPG). Acesso em: 23 set. 2025.

CARLOSDISOGRA. **Puchero argentino servido**. 29 jul. 2010. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Puchero_argentino_servido.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

CARTOLINI, Natalia. **Gusanos de chontacuro**. 30 jul. 2013. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/lobitadelsur/9399341892>. Acesso em: 23 set. 2025.

CHAPMAN, Arthur. **Solanum sp. (potatoes - moraya, tunta, or chuño blanco) - dried tubers**. 4 maio 2010. 1 fotografia. Disponível em: https://www.flickr.com/photos/arthur_chapman/4577041245. Acesso em: 23 set. 2025.

CITRON. **Arapaima gigas captivity**. 23 mar. 2008. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arapaima_gigas_captivity.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

CIP – Centro Internacional de la Papa. **Centro Internacional de la Papa**. Disponível em: <https://cipotato.org/es/>. Acesso em: 25 jul. 2025

CNPQ - CONSELHO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO CIENTÍFICO E TECNOLÓGICO (Brasil). **Chamada MCTI/Ação Transversal-LEI/CNPq nº 82/2013 – Segurança Alimentar e Nutricional no Âmbito da UNASUL e África**. Brasília, 2013. Disponível em: http://memoria2.cnpq.br/web/guest/chamadas-publicas?p_p_id=resultadosportlet_WAR_resultadoscnpqportlet_INSTANCE_0ZaM&filtro=resultados&detalha=chamadaDivulgada&idDivulgacao=4301. Acesso em: 23 set. 2025.

COMMONS: reusing content outside Wikimedia. Disponível em:

https://commons.wikimedia.org/wiki/Commons:Reusing_content_outside_Wikimedia. Acesso em: 17 jul. 2025.

CULBERT, Dick. **Ilex guayusa**. 8 fev. 2014. 1 fotografia. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ilex_guayusa_\(18500702333\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ilex_guayusa_(18500702333).jpg). Acesso em: 23 set. 2025.

CAVALCANTE, Messias S. **Comidas do novo mundo**. Barueri: Sá Editora, 2014.

CAYLLAHUA MUÑOZ, George; MACHICAO CASTAÑÓN, Fredy. **Junín: saborear y cantar en el valle del Mantaro**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013. (Col. Reconociendo y Revalorando las cocinas regionales del Perú, v. 6).

CCOPA ANTAY, Pedro Pablo. **Apurímac: cocina de runas y dioses**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013. (Col. Reconociendo y Revalorando las cocinas regionales del Perú, v. 1).

DAMATTA, Roberto. Sobre o simbolismo da comida. **O Correio da UNESCO**, Rio de Janeiro, ano 15, n. 07, p 22-23, 1987.

DAGUERREROA. **Sancocho de espinazo de cerdo**. 6 dez. 2015. 1 fotografia. Disponível em: https://en.wikipedia.org/wiki/Sancocho#/media/File:Sancocho_de_espinazo_de_cerdo.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

DELGADO, Yansy. **Chicharrones con mote. Cajamarca, Peru**. 2014a. 1 fotografia.

DELGADO, Yansy. **Cuy con papas. Cajamarca, Peru**. 2014b. 1 fotografia.

DELGADO, Yansy. **Frito con cebiche. Cajamarca, Peru**. 2014c. 1 fotografia.

DTARAZONA. **Anticucho servito con una pannocchia di mais**. 03 out. 2010a. 1 fotografia. Disponível em: https://it.wikipedia.org/wiki/Anticucho#/media/File:Anticucho_31072010.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

DTARAZONA. **Bandeja paisa**: en esta presentación los frijoles están servidos de forma separada, pero por lo general vienen dentro del plato principal. 04 jul. 2011a. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Gastronom%C3%ADa_paisa#/media/Archivo:Bandeja_paisa_y_tazon_de_frijoles_del_Chocolos_30062011.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

DTARAZONA. **Cazuela de ave**. 28 jul. 2010b. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cazuela_de_ave_28072010.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Chicha de jora en vaso**. 1 dez. 2008a. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chicha_de_jora_en_vaso.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Chicha morada (olla)**. 9 mar. 2008b. 1 fotografia. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chicha_morada_\(olla\).JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chicha_morada_(olla).JPG). Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Chiflecasero**. 10 maio 2009a. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chiflecasero1.JPG>. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Juane**. mar. 2008c. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Juane_3.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Juane**. 14 mar. 2008d. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Juane.JPG>. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Mazamorra de calabaza**. 18 maio 2007. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mazamorra_de_calabaza2.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Sopa de mondongo del chocolos**. 30 jun. 2011b. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sopa_de_mondongo_del_Chocolos_30062011.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

DATARAZONA. **Tamales de Lunahuaná**. 28 jul. 2009b. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tamales_de_Lunahuan%C3%A1.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

DUARTE, Luciano. **Reviro**. 7 jul. 2012. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:REVIRO.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

EL AGUJERO. **Ajiaco santaferño**. 26 jun. 2012. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/elagujero/7450142274>. Acesso em: 25 ago. 2025

ELQUELOS BORRA. **Acemita Tocuyana**. 2014. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Acemita_Tocuyana.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

EL RRIENSEOLAVA. **Mazamorra con leche argentina**. 6 abr. 2011. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mazamorra_con_leche_argentina.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

ERIC IN SF. **Chuño**. 19 abr. 2006. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chu%C3%B1o.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

FENTRESS, Sam. **Corncobs edit1**. 20 out. 2006. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Corncobs_edit1.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

FIBONACCI. **Curuba**. 18 dez. 2008. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Curuba.jpg>. Acesso em 23 set. 2025.

FRY, Peter. Feijoada e soul food: notas sobre a manipulação de símbolos étnicos e nacionais. In: FRY, Peter. **Para Inglês ver**: identidade e política na cultura brasileira. Rio de Janeiro: Zahar, 1982

FRY, Peter. Feijoada e soul food – 25 anos depois. In: FRY, Peter. **A persistência da raça**: ensaios antropológicos sobre o Brasil e a África Austral. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2005. p. 227-241.

GALLICE, Geoff. **A Central American Agouti (*Dasyprocta punctata*) in Gamboa, Colón, Panama**. 9 ago. 2019. 1 fotografia. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Dasyprocta_punctata_\(Gamboa,_Panama\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Dasyprocta_punctata_(Gamboa,_Panama).jpg). Acesso em: 23 set. 2025.

GARCIA, Gênesis. **Caraotas**. 31 maio 2014. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Caraotas.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

GARY SOUP. **Llapingachos and chorizos**. 27 maio 2010. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Llapingachos_and_chorizos.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

GELBER, Yuval. **Aguaje-fruto**. 1 dez. 2006. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Aguaje-fruto.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

GONZALES DE LA FLOR, Celia Rosa Isabel; MEZA HUAMÁN, Sonia; ARANA GÓMEZ, Sara. **Lima**: sus otros sabores. Huacho, Huaral,

Huarochirí y Canta. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013. (Col. Reconociendo y Revalorando las Cocinas Regionales del Perú, v. 3).

GRUPOCOLOMBIO. **Quinoa en grano**. 7 dez. 2012. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quinoa_en_grano.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

HUENCHUELO, Claudia. **Feria campesina, Collao Concepción**. 14 jun. 2011. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/44322804@N07/4701234934/>. Acesso em: 23 set. 2025.

HURTADO, Eladio. **Charquicán**. 7 out. 2016. 1 fotografia. Disponível em: https://www.flickr.com/photos/eladio_hurtado/30064442452. Acesso em: 23 set. 2025.

IESTRELLA. **Maito de Tilapia**. 29 jul. 2017. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Maito_de_Tilapia.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

JAVI270270. **Pachamanca Peru**. 13 abr. 2008. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pachamanca_Peru.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

JDVILLALOBOS. **Guandu**. 14 nov. 2007. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Guandu_-_14_nov_07_009.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

JDVILLALOBOS. **Panela-2**. 13 maio 2010. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Panela-2.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

JOHANSSON, C. T. **Solanum betaceum**. 7 abr. 2012. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Solanum_betaceum-IMG_0242.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

JORVATO. **Changua soup**. 28 ago. 2015. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Changua_Soup.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

KATZ, Esther. Alimentação indígena na América Latina: comida invisível, comida de pobres ou patrimônio culinário? **Espaço Ameríndio**, Porto Alegre, v. 3, n. 1, p. 25-41, jun. 2009.

KATZ, Marcos. **Humitas en chala típicas de Argentina**. 12 jan. 2010. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Humitas_en_chala_tipicas_de_Argentina8.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

KIRK K. **Inka mama - cabrito norteno**. 5 set. 2012. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/mmm-yoso/7934699824>. Acesso em: 23 set. 2025.

KOBA. **Se están extinguendo!!! Llévese las últimas humitas de la temporada... aproveche a proveche... quedan pocas!!!**. 4 maio 2007. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/leberdron/483435239>. Acesso em: 23 set. 2025.

LEÓN, Elmo. **14,000 años de alimentación em el Perú**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013.

LIN LINAO. **Variedades de papa**. 19 maio 2006. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Variedades_de_papa.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

LUFKE. **Cazuela chilota**. 25 fev. 2012. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Cazuela_Chilota.png. Acesso em: 23 set. 2025.

LUNA, Robert. **Sopa de quinua**. 28 abr. 2018. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Chenopodium_quinoa#/media/Archivo:Sopa_de_Quinoa.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

MAGALDI, Ana. **Abiu – fruta do Abieiro**. 22 mar. 2009. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Caimito#/media/Archivo:Abiu-fruta_do_Abieiro.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

MANZUR, María Isabel; ALANOCA, Nancy. **Patrimonio alimentario de Chile**: productos y preparaciones de la región de Arica y Parinacota. Santiago de Chile: Ministerio de Agricultura, 2012.

MEALING, Jenny. **Milho peruano**. 4 jan. 2007. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Peruvian_corn.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

MINISTERIO DE RELACIONES EXTERIORES. **La lengua y la picantería**. Boletín de Cultura Peruana, n. 103, 20 maio 2022. Disponível em: <https://www.quipuvirtualcultura-peruana.net/boletininternacional103/pdf/Boletininternacional103.pdf>. Acesso em: 23 set. 2025.

MIRANDA, Danilo Santos de; CORNELLI, Gabriele (org.). **Cultura e alimentação**: Saberes alimentares e sabores culturais. São Paulo: SESC/SP, 2007.

MONTESINOS, Edgar Amador Espinoza. **Papa andina**. 21 maio 2010. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Papa_andina.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

MONTECINO, Sonia; CORNEJO, Alejandra; RAZETO, Jorge. **Patrimonio alimentario de Chile**: productos y preparaciones de la región de Valparaíso. Santiago de Chile: Universidad de Chile, 2012.

MORDAZ. **Moriches Jovenes (Mauritia flexuosa)**. 25 abr. 2014. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Mauritia_flexuosa#/media/Archivo:Moriches_Jovenes.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

MORENO BLANCO, Lácydes. Estirpe de una cocina. *In*: Desde los Andes al mundo, Sabor y Saber. **Primer Congreso para la Preservación y Difusión de las Cocinas Regionales de los Países Andinos**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2005.

MTAM. **A plate of colombian natilla**. 24 dez. 2009. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:A_plate_of_Colombian_Natilla.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

NEUHEISEL, William. **Água Panela com queso fresco em la Puerta Falsa**. 28 maio 2015. 1 fotografia. Disponível em: <https://en.wikipedia.org/wiki/Aguapanela>. Acesso em: 23 set. 2025.

NIKOFABIO. **Mondongo o patasca**. 15 jun. 2007. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mondongo_o_patasca.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

OLAECHEA Y FRANCO, Manuel González. **Arroz con pato (Lima)**. 13 jul. 2007. 1 fotografia. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arroz_con_pato_\(Lima\).JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arroz_con_pato_(Lima).JPG). Acesso em: 23 set. 2025.

PANEGASSI, Rubens Leonardo. **O pão e o vinho da terra**: alimentação e mediação cultural nas crônicas quinhentistas sobre o novo mundo. São Paulo: Alameda, 2013.

PAVEZ, Ana María; RECARTE, Constanza. **Sabores da América**. São Paulo: SM, 2013.

PAZOS BARRERA, Julio. Cocinas regionales y signos de la cocina internacional del Ecuador. *In*: Desde los Andes al Mundo, Sabor y Saber. **Primer Congreso para la Preservación y Difusión de las Cocinas regionales de los Países Andinos**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2005.

PEEL, Mike. **Puchero, Uruguay**. 15 mar. 2017. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Puchero,_Uruguay_2017_002.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

PEREIRA SALAS, Eugenio. **Apuntes para la historia de la cocina chilena**. Santiago de Chile: Uqbar, 2013.

PERRONE, Ellen. **Ingá Inga edulis 2**. 2 nov. 2007. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ing%C3%A1_Inga_edulis_2.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

PINTOANDRES90. **Cochino frito**. 27 dez. 2009. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cochino_frito.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

PINTO E SILVA, Paula. **Farinha, feijão e carne seca**: um tripé culinário no Brasil colonial. São Paulo: Senac, 2014.

POPO LE CHIEN. **Arepas**. 6 set. 2016. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arepas_2.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

RABELO, Afonso. **Frutos nativos da Amazônia comercializados nas feiras de Manaus-AM**. Manaus: InPA, 2012.

RIBA28-MAPS. **Sarolho e Malcasado**. 29 jun. 2012. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sarolho_e_Malcasado.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

RIVERO, Gonzalo. **Empanadas salteñas 2**. 27 jul. 2008. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Empanadas_salte%C3%B1as_2.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

RODRÍGUEZ PASAPERA, Ángel. **Huánuco**: cocina tradicional confrontada con la moderna. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013. (Col. Reconociendo y Revalorando las cocinas regionales del Perú, v. 4).

RODRÍGUEZ PASTOR, Humberto. **El Ají peruano em sus regiones y pueblos**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2014.

ROJAS PÉREZ, Héctor Efraín; QUISPE BARRIOS, Flor Nely. **Oyacucho**: recuperación de la memoria de sus sabores. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013. (Col. Reconociendo y Revalorando las cocinas regionales del Perú, v. 2).

RUURMO. **Polyplacophora o Placophora**. 13 out. 2006. 1 fotografia. Disponível em: https://www.flickr.com/photos/rufino_uribe/268806405. Acesso em: 23 set. 2025.

SALINAS, José Luis Ramos. **Cevivhe de pato**. 10 fev. 2009. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/el7mocirculo/3267938073>. Acesso em: 23. Set. 2025.

SAMUELSTOK. **Agradable y dulce Mora**. 28 set. 2013. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Agradable_y_dulce_Mora.JPG. Acesso em: 23 set. 2025.

SARGES, Melrilane. **“Goma” de tapioca à venda em feira de Manaus, Amazonas, Brasil**. 2014a. 1 fotografia.

SARGES, Melrilane. **Rapadura à venda em Caicó, Rio Grande do Norte, Brasil**. 2014b. 1 fotografia.

SARGES, Melrilane. **Vários tipos de farinhas de mandioca à venda em feira de Manaus, Amazonas, Brasil**. 2014c. 1 fotografia.

SAUVEMEL73. **Maito cooking over the fire**. 31 jul. 2017. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Maito_cooking_over_the_fire.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

SCIOLLA, Carolina (compiladora). **Historia y cultura de la alimentación en Chile:** miradas y saberes sobre nuestra culinaria. Santiago de Chile: Catalonia, 2010.

SOCHOB – Sociedad Chilena de Obesidad. **El pan nuestro de cada día.** Santiago: [s.n], [2017]. Disponível em: <https://www.sochob.cl/web/el-pan-nuestro-de-cada-dia/>. Acesso em 23. Set. 2025.

SHIMOKAWA, Lennon. **Almorzando timbuche de carachama.** 6 jun. 2010. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/lshimokawa/4676088510>. Acesso em: 23 set. 2025.

SILVA, Anizio (Olinda) da. **Tapioca do Alto da Sé - Olinda-PE.** 26 maio 2012. 1 fotografia. Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Beiju#/media/Ficheiro:Tapioca_do_Alto_da_S%C3%A9_-_Olinda-PE.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

SOUFFRIAU, Max. **El clásico corviche en casco.** 7 jul. 2013. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/necatpace/9233646686>. Acesso em: 23 set. 2025.

STANTON, Teresa. **More chicha morada.** 10 dez. 2009. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/hralpme/4173550578>. Acesso em: 23 set. 2025.

STEVENS, Gary. **La caserita ecuatoriana menu.** 29 abr. 2008. 1 fotografia. Disponível em: <https://www.flickr.com/photos/garysoup/2452399589>. Acesso em: 23 set. 2025.

STUFF, Michael Clarke. **Tomate de arbol.** 3 fev. 2005. 1 fotografia. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tomate_de_Arbol_\(3842828584\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tomate_de_Arbol_(3842828584).jpg). Acesso em: 23 set. 2025.

TACOWITTE. **Carapulca.** 21 set. 2016. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Carapulca.jpg>. Acesso em 23 set. 2025.

UNILA – Universidade Federal da Integração Latino-Americana. **Uma universidade brasileira, pública e gratuita, com caráter internacional.** Foz do Iguaçu: UNILA, 2022. Acesso em: 19 set. 2025. Disponível em: <https://portal.unila.edu.br/secom/arquivos/cartilha-institucional-06-2022.pdf>

VACA, Miguel. **Almojabana, Almojabanita, Arepa de Choclo**. 4 maio 2008. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Almoj%C3%A1bana#/media/Archivo:Galguer%C3%ADas_II.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

VALDÉS VIVANCO, Diego *et al.* **Arca del Gusto**: catálogo alimentario patrimonial. Santiago de Chile: Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, 2014.

VALERIAFLORESG. **Tostada Caroreña**. 19 abr. 2014. 1 fotografia. Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Tostada_Carore%C3%B1a..jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

VASCONCELOS, Sandra Mary Lima (org.). “... **pra fazer Farofa-fá!**”. Maceió: EDUFAL, 2013.

VBUGUENO. **Cordero al palo**. 8 fev. 2014. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cordero_al_Palo.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

VELIZ-MEZA, Héctor. **Historia secreta y sabrosa de las comidas, bebidas y celebraciones**. Santiago de Chile: Cerro Huelén, 2014.

VERTOVEC, Steven. Super-diversity and its implications. **Ethnic and Racial Studies**, Abingdon, v. 30, n. 6, p. 1024-1054, 25 set. 2007.

WILFREDOR. **Cachapas from Venezuela**. 22 out. 2011. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cachapas_from_Venezuela.jpg#mw-jump-to-license. Acesso em: 22 set. 2025.

WILFREDOR. **Empanadas Venezolanas**. 2 nov. 2009. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Empanadas_Venezolanas.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

WILFREDOR. **Rompecolchón**. 6 jan. 2013. 1 fotografia. Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rompecolch%C3%B3n.jpg>. Acesso em: 23 set. 2025.

WILFREDOR. **Vendedor de Rompecolchón en Isla de San Carlos, Estado Zulia**. 12 out. 2012. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Vendedor_de_Rompecolchon_en_Isla_de_San_Carlos,_Estado_Zulia.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

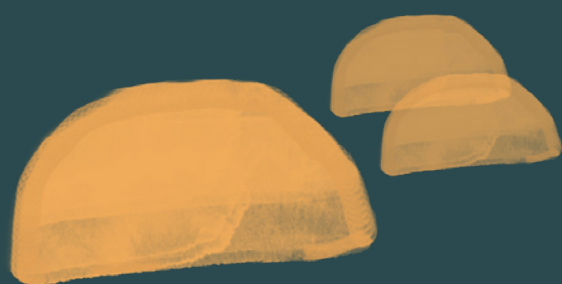
WIKIRAICES. **Sancocho de gallina criolla**. 7 dez. 2015. 1 fotografia. Disponível em: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sancocho_de_gallina_criolla.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.

YUYAMA, Lucia Kiyoko *et al.* **Fruteiras da Amazônia: potencial nutricional**. Manaus: INPA, 2013.

ZAPATA ACHA, Sergio. **Diccionario de gastronomía peruana tradicional**. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2006.

ZAVALA REYES, Miguel Enrique. Las voces caquetías: palabras vivas de una lengua morta. **Boletín Antropológico**. Año 33, n. 89, Jun. 2015, p. 58-76. Disponível em <http://www.saber.ula.ve/handle/123456789/40730>, acesso em 01 nov. 2017.

ZEL, H. **Aloysia citrodora**. 17 jan. 2010. 1 fotografia. Disponível em: https://en.wikipedia.org/wiki/Aloysia_citrodora#/media/File:Aloysia_citriodora_002.jpg. Acesso em: 23 set. 2025.



Índice remissivo

A

Abiu, 25
Acemita Tocuyana, 26
Agua de Hierba Luisa, 27
Aguapanela, 28
Ají, 29
Ajiaco, 32
Almojábana, 34
Andu, 35
Anticucho, 37
Api, 39
Arepas, 40
Arroz con pato; cebiche de pato, 43
Asado al Palo, 45

B

Banana,
banano, plátano, guineo,
maduro, 46
Bandeja Paisa, 50
Barquillo, 51
Beiju e tapioca, 52
Bijao, 55
Bufo, 56

C

Cabeza guateada, 57
Cabrito a la norteña, 58
Cachapa, 59
Cachina, 61
Calafate, 62

Calapurca, 63
Caracha, 64
Carapulcra ou Carapulca, 65
Cazuela, 66
Cebiche ou Ceviche, 68
Changua, 72
Charquicán, 76
Chicha de Jora, 77
Chicha de yuca, 79
Chicha morada, 81
Chicharrones, 82
Chifles, 83
Chipa Guasu, 84
Choclos, 86
Chonta,
chontaduro e Chontacuro, 87
Choros, 90
Chuños, Tunta, 91
Cochino Frito, 94
Cocido boyacense, 93
Corviche, 95
Curanto, 96
Cuy, 98

D

Dulces, 102

E

Empanadas, 103

F

Farinhas de mandioca, 106
Frijoles,
porotos, caraotas, feijão, 109

G

Guaba ou Guava, 116
Guaraguara, 117
Guatita, 118
Guatusa (Equador), 119
Guayusa, 121
Gusanos, 123

H

Horchata, 124
Humitas, 125

J

Juane de gallina, 127

L

La once, 128
Locro, 130
Lulo, 131

M

Maito, 132
Majadito, 134
Majado, 135
Maní, 136
Marraqueta, 139
Masato, 141
Massaco, 142
Mazamorra, 143
Mogolla, 147
Mondongo, 148
Morete, 151

N

Natilla, 154

P

Pachamanca (Peru), 155
Paiche, 157
Panela, 158
Papa, 160
Papas con cuero, 167
Parillada de Mariscos, 173
Parrilla, asado, churrasco, 169
Pejesapo, 174
Pepián, 176
Pepito, 177
Pescado encocado
ou encocado de pescado, 178
Pichi del niño, 179
Pisca andina, 180
Plato Paceño, 181
Puchero, 182

Q

Quinua, 184

R

Reviro, 186
Rompe colchón, 187

S

Sancocho, 188
Seco, 190
Sopaipilla, 193
Sopa paraguaya, 192
Sopas, 194
Sudado, 201

T

Tamal, 202

Taxo, 203

Tomate de árbol, 204

Tortilla, 206

Tostada caroreña, 208

Tripa mishqui, 209

V

Vori vori, 210

Sobre os organizadores

Andrea Ciacchi

Bacharel em Antropologia (Università di Roma – La Sapienza). Mestre em Letras (Universidade Federal da Paraíba – UFPB). Doutor em Estudos Ibéricos (Università di Bologna). Pós-doutorado em Antropologia (Unicamp) e História da Ciência (Universidade de Roma – La Sapienza). Docente da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA), Brasil. E-mail: andrea.ciacchi@unila.edu.br

Erika Marafon Rodrigues Ciacchi

Bacharela em Nutrição (Universidade Metodista de Piracicaba), Mestrado em Enfermagem e Doutorado em Educação (ambos pela Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP). Pós-doutorado em Promoção em saúde pela Università di Roma - La Sapienza. Docente da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA). E-mail: erika.ciacchi@unila.edu.br

Juan Francisco Bacigalupo Araya

Bacharel em Saúde Coletiva (Universidade Federal da Integração Latino-Americana - UNILA), Mestre em Educação em Ciências e Saúde (Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ), Diplomado em Políticas Públicas (Universidad Católica de Temuco). Profissional Assessor da Divisão de Políticas Públicas Saudáveis e Promoção (DIPOL) da Subsecretaria de Saúde Pública do Ministério de Saúde do Chile (MINSAL). E-mail: juan.bacigalupo@minsal.cl

Yansy Aurora Delgado Orrillo

Bacharela em Saúde Coletiva (Universidade Federal da Integração Latino-Americana - UNILA). Mestrado e Doutorado em Educação em Ciências e Saúde (Instituto NUTES de Educação em Ciência e Saúde, Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ). Assessora Técnica da Rede Brasileira de Escolas de Saúde Pública - RedEscola (Escola Nacional de Saúde Pública - ENSP /Fundação Oswaldo Cruz - Fiocruz). E-mail: yansy.orrillo@fiocruz.br



GLOSSÁRIO DE CULTURAS ALIMENTARES NA AMÉRICA DO SUL

Este livro apresenta parte dos resultados do projeto de pesquisa “Culturas alimentares na América do Sul: memória, diversidade e soberania”, desenvolvido com apoio do CNPq. O principal objetivo da iniciativa foi explorar dimensões teóricas, políticas e metodológicas relacionadas à soberania e à segurança alimentar e nutricional, bem como às práticas que buscam promovê-las por meio da articulação entre saberes acadêmicos e conhecimentos populares. A obra oferece amplo panorama das práticas e dos saberes alimentares presentes na região sul-americana, registrados por meio de entrevistas com estudantes da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA). O núcleo central da publicação é composto por um Glossário, elaborado a partir dos relatos desses estudantes, que reúne preparações culinárias e ingredientes típicos ilustrados, comentados e contextualizados à luz de abordagens multidisciplinares históricas e sociais sobre a alimentação na América do Sul. Assim, o livro também constitui uma viagem entre as diversidades geográficas, ambientais e étnico-raciais sul-americanas.

Apoio:

