

Quitandas Mineiras

Débora Lauar.

Graduada em Tecnologia em Gastronomia, Faculdade Método de São Paulo.

Humberto Cruz.

Graduado em Tecnologia em Gastronomia, Faculdade Método de São Paulo.

Milena F. Sartori.

Graduada em Tecnologia em Gastronomia, Faculdade Método de São Paulo.

Luana Budel (orientadora).

Graduada em Gastronomia. Pós Graduada em Vivências Culturais em Gastronomia. Pós Graduanda em Gastronomia Funcional. Docente na Faculdade Método de São Paulo.

RESUMO

O termo quitanda, embora muito conhecido atualmente como o lugar onde se vendem frutas, verduras e ovos não tem somente esse significado em Minas Gerais, onde lá esse termo é utilizado para as iguarias do café da tarde. Como a maioria das pessoas, de um modo geral, não conhece esse conceito da palavra quitanda, interessante se tornou apresentar um artigo resgatando esse conceito, mostrando sua origem, surgimento e a sua importância para a população mineira que até hoje preserva suas tradições.

Palavras-chaves: quitandas, Minas Gerais, resgate, tradições.

ABSTRACT

The greengrocer's term, although very now known as the place where they sell fruits, vegetables and eggs not only has this meaning in Minas Gerais, where there is the term used for the delights of afternoon coffee. Like most people, in general, does not know the concept of the stall, interesting word became submit an article rescuing this

concept, showing its origin, rise and its importance to the mining population that even today preserves its traditions.

Keywords: greengrocers, Minas Gerais, redemption, traditions.

INTRODUÇÃO

Este trabalho explica o que são as quitandas mineiras, a origem da palavra quitanda e o início deste hábito do povo mineiro, em meados do século XIX onde os principais quitutes eram biscoito de polvilho, roscas, brevidades, sequilhos, bolos e broinhas de fubá, servidos durante o tradicional lanche da tarde.

Uma boa mesa de quitanda é servida com o acompanhamento do cafezinho, preferencialmente preparado através dos coadores de tecido, e sem a necessidade do pão francês, que em Minas é chamado de pão de sal.

A tradição de servir o Café da tarde com fartura de quitutes ainda se mantém nos dias atuais, bem certo de que no interior do estado é um hábito mais presente.

A hospitalidade Mineira, uma característica marcante deste povo, fica completa quando as quitandas preparadas manualmente pelas famílias são servidas em uma mesa farta e repleta de familiares e seus convidados.

BREVE HISTÓRIA DA GASTRONOMIA MINEIRA

O desbravamento de Minas Gerais iniciou-se através dos Bandeirantes no século XVI, os quais procuravam ouro, pedras preciosas e índios para escravizarem. Estes tiveram um papel relevante na culinária mineira devido à utilização de insumos que tinham características de alimentos que forneciam energia para dar força e vitalidade durante suas caminhadas e não deterioravam facilmente. Esses alimentos consistiam em feijão, carne seca, toucinho, mandioca, milho, frutas e carnes de caça (BAZOTE, 2013).

Foi porém no século XVIII que Minas Gerais teve seu ápice começando a atrair milhares de pessoas devido a descoberta de ouro e diamante na cidade, tornando-se o mais importante centro econômico do Reino Português, fazendo com que as atividades produtivas de outras regiões brasileiras se integrassem em um comércio que trazia comida, roupas, ferramentas e artigos de luxo (BAZOTE, 2013).

A falta de espaço nas vilas e povoados nas montanhas ao redor das minas fez com que começassem a surgir pequenas hortas e pomares com alimentos de fácil cultivo que forneciam o sustento diário. Iniciou-se a criação de galinhas e porcos para a utilização dos ovos e carnes nos preparos dos diversos pratos. Como o sal nessa época era escasso e caro, criaram-se pratos à base de temperos fáceis e baratos. Como a cozinha mineira não era requintada, a criatividade se tornou o elemento mais importante, pois era utilizado os ingredientes plantados nos quintais das casas.

Minas Gerais tem como hábito cinco refeições por dia: café da manhã, almoço, café da tarde, jantar e café da noite devido a desgastante atividade da mineração.

A culinária mineira teve diversas influências, sendo adaptada de acordo com suas necessidades e possibilidades.

As primeiras influências vieram dos indígenas e africanos. Ambos trouxeram os utensílios rústicos e de manuseio simples (gamelas, balaios de palha e bambu, potes de madeira e barro, panelas de barro e pedra). Os portugueses contribuíram com ervas finas, temperos típicos do comércio de especiarias desenvolvidos com os asiáticos. As senhoras portuguesas trouxeram novas receitas, louças e impuseram toques de requintes na mesa mineira (BAZOTE, 2013).

Nas fazendas a cozinha é molhada, composta por pratos suculentos. No final do século XIX, o leite e seus derivados se tornam elementos essenciais no cardápio mineiro. O queijo e outros derivados do leite passam a ser mais utilizados como nos preparos do doce de leite, coalhada e pão de queijo.

Com isso diferentes tipos de bolos, roscas, broas, biscoitos, queijos, requeijões, além do café, licores e cachaças receberam o nome de quitutes. Quitanda era o local designado para vender esses tipos de alimentos, que após acabou designando esse tipo de comida (BAZOTE, 2013).

As quitandas (ou kitanda como era conhecida na África) eram um fenômeno tipicamente africano espalhado por todo o continente, sendo seu ponto principal na Região Centro – Ocidental da África, mais especificamente entre os povos kibundo, onde se realizavam trocas ou compras.

Importante explicar que kitanda é uma palavra de origem africana (do dialeto quimbundo) que significa o tabuleiro em que se expõem as mercadorias diversas de vendedores ambulantes ou em feiras livres (SENRA, p. 05, 2012).

Vendedoras negras com trajes vistosos, agachadas sobre os calcanhares, fritavam peixes, bolinhos de feijão, preparavam petiscos nas panelas colocadas em pedras sobre lenha.

Com o grande tráfico atlântico de escravos, esse pequeno comércio acabou por abastecer cidades litorâneas, portos e até mesmo os navios negreiros.

Segundo Selma Pantoja (2008):

“Para garantir a alimentação dos escravos durante a longa viagem até as Américas, os traficantes adquiriam farinha e peixe seco com as quitandeiras de Luanda (estiam panos garridos – vistosos- e de quindas (espécie de cesto cilíndrico sem tampa) à cabeça com vários tipos de frutas como cajus, magas, maboques¹, pitangas e goiabadas) capital de Angola, em locais como a Quitanda da Caponta, a Quitanda da Fazenda, o Largo da Alfândega e a Quitanda Grande. E nem só de comida viviam elas. Vendiam de tudo, e muito: tecidos, linhas, contas, agulhas, facas, pratos, pires, copos, canecas, moringas, garrafas, espelhos...”

As quitandeiras não só se diferenciam por suas especialidades como também pelo colorido de seus adereços e roupas. Quanto as especialidades tinham as que só vendiam peixes; as que ofereciam comidas prontas e as que se dedicavam aos chamados produtos da terra (amuletos, pemba – argila branca usada em rituais religiosos, liamba/cânhamo e macânha/tabaco). As peixeiras formaram uma espécie de cooperativa que ajudavam às colegas menos afortunadas. Assim como elas, haviam outras associações separadas pelo ramo de negócio. Quanto às roupas, cada tipo de tecido era que distinguiam as mais ricas das proprietárias do negócio e das funcionárias (PANTOJA, 2008).

Quando essas vendedoras atravessaram o Atlântico a bordo dos navios negreiros o termo kitandas passou a ser quitandas. Aqui o conceito se modificou porque as mulheres negras, escravas, forras e livres armavam seus tabuleiros nas Ruas de Salvador, Rio de Janeiro, São Paulo e até no interior de Minas Gerais. Vendendo produtos alimentícios e utilidades para o cotidiano dos habitantes, se diferenciando das angolanas pelos tipos de trajes e adornos.

Os territórios das quitandeiras acabaram virando pontos de referência nos centros urbanos. Em Salvador, no século XVIII, a feira era conhecida como a

¹Maboque é o nome popular de uma fruta endêmica das regiões tropicais da África.

Grande Quitanda; em São Paulo se fixaram na Rua Quitanda Velha; no Rio de Janeiro estavam na Rua da Quitanda e no Mercado da Praia do Peixe ficavam as negras que vendiam angu.

Em outras regiões a palavra quitanda acabou ganhando outro significado. Na Rua Centro-Oeste, era conhecida como um espaço de venda de doces ou pastelarias, onde as mulheres africanas, escravas ou forras adaptavam receitas portuguesas com os ingredientes brasileiros (PANTOJA, 2008).

Se em Luanda esse tipo de comércio era realizado exclusivamente por mulheres, aqui no Brasil os homens também trabalhavam nesse tipo de comércio. No Rio de Janeiro foram os portugueses os que mais se destacaram como quitandeiros (PANTOJA, 2008).

Figura 1: Quitadeiras em Luanda



Fonte: NOBRE, 2012.

Figura 2: Quitadeiras – Rio de Janeiro, RJ, c. 1875 (Marc Ferrez – Acervo Instituto Moreira Salles)



Fonte: IGRGABRL, 2013.

SURGIMENTO DAS QUITANDAS EM MINAS GERAIS

Embora a palavra quitanda nos remeta à pequenos estabelecimentos comerciais onde se vendem ovos, frutas, verduras, cereais, material de limpeza e pequenos objetos da lida doméstica, em Minas Gerais além dessa definição, aplica-se também as comedorias ligeiras, em sua maioria de origem africana, mas desenvolvidas pelo gênio culinário das pretas velhas em colaboração com as sinhás-donas (BONOMO, 2013).

As cozinheiras que fazem e vendem quitandas são conhecidas também como biscoiteiras. Diferentemente do restante do país, a palavra quitanda refere-se à pastelaria caseira (bolos, rosquinhas, broinhas, broas, biscoitos e sequilhos) (BONOMO, 2013).

Há relatos do termo quitanda em meados do século XIX, onde os principais quitutes eram: biscoitos de polvilho assados ou fritos, brevidades, roscas, sequilhos, bolos, broinhas de fubá e as mães bentas² (BONOMO, 2013).

Não há registros anteriores ao século XIX devido ao Estado de Minas Gerais não possuir alimentos suficientes para suprir a população pois era um período de escassez.

A partir do século XIX a produção de alimentos melhora começando assim a ter uma fartura dos mesmos. Para evitar o desperdício, começou, então, a produção das quitandas, tendo como primeiro registro o biscoito de polvilho, feito pelas cozinheiras escravas que o preparavam nas fazendas mineiras para os seus senhores (ABDALA, 2006).

Cascudo sequer cita o pão de queijo nas suas mais de 600 páginas sobre a cozinha brasileira. É provável que esse “silêncio” da literatura sobre o tema se deva basicamente a dois fatores. O primeiro diz respeito às alterações ocorridas nas possibilidades de abastecimento, pois as fazendas proporcionaram relativa abundância de gêneros. Para a confecção das quitandas aproveitavam-se os excedentes, e não as sobras, como nos períodos difíceis da povoação das Minas (ABDALA, 2006).

²Mães bentas: pequeno bolo assado, cuja massa é feita com farinha de arroz e leva coco ralado.

Embora algumas iguarias presentes na quitanda sejam reproduzidas em outras regiões a diferença está no regionalismo e os ingredientes típicos dos mineiros.

No século XIX, por sua vez, nomeado como período da ruralização nas Minas, há uma concentração nas atividades agrícolas e pecuárias, que geram os excedentes aproveitados no preparo das quitandas. Dentre eles leite, ovos, açúcar e manteiga (GONÇALVES, 2012).

Outro fator que corrobora para o aparecimento da quitanda na região é a criação de gado que propicia um relativo excedente de leite favorecendo o aumento da produção de queijo. Com o armazenamento dos queijos, eles perdem água, amarelam e passam por um processo de endurecimento que alguns denominam de cura ou meia cura. Neste sentido, aos poucos, foram sendo feitas várias receitas tendo o queijo como ingrediente essencial. Sequilhos, biscoito de queijo, pudins, queijadas, ameixas de queijo³, além do afamado pão de queijo são alguns exemplos (GONÇALVES, 2012).

Como na época a farinha de trigo ainda era um alimento raro, o fubá foi o principal ingrediente na preparação das quitandas mineiras.

Às vezes, erroneamente, confunde-se quitandas por quitutes. Enquanto quitutes são pratos de almoço, elaborados com sal, as quitandas são as iguarias do café da tarde (ATO EVENTOS, 2008).

Observa-se que em poucos lugares do Brasil se preserva tanto os costumes das quitandas servidas no lanche da tarde como em Minas Gerais. Engloba tudo que é servido com café exceto o pão.

São servidos:

- Biscoitos de polvilho;
- Pão de queijo (surgiu nas mãos das quitandeiras, que ao terem uma disposição maior da quantidade de queijo aumentaram sua participação na receita do biscoito de goma -feito a base de polvilho e leite – e o enrolaram em forma que pequenas bolinhas, as quais depois de assadas chamaram de pão de queijo) (SOUZA, 2008 apud NUNES, p. 56-57, 2001);
- Broas de fubá;

³Ameixas de queijo: doce feito a base de queijo e caramelo.

- Curau e pamonha;
- Cuscuz de fubá;
- Beiju (herança indígena, feito com mandioca e água);
- Mané-pelado;
- Brevidade;
- Broa cremosa;
- Biscoito de queijo;
- Pudim de pão;
- Bolo de milho verde;
- Broa de fubá de canjica e;
- Bolinho de chuva (polvilhado com açúcar e canela, a mesma receita passou a ser usada em padarias recheados de creme e receberam o nome de sonho).

Fato interessante é de que ainda hoje as quitadeiras ainda vendem suas quitandas por encomendas, como no passado. Esse tipo de venda é bem típico do interior de Minas, sendo que na capital só é possível comprar as quitandas nas padarias (BONOMO, 2013).

As preparações feitas pelas quitadeiras são preparadas em sua própria residência e o cliente passa para buscá-las. São entregues ao cliente em latas de plástico ou de alumínio (antigamente eram em latas de margarina).

Num contraste entre o tradicional e o moderno, importante ressaltar que as receitas são feitas da mesma forma que antigamente, inovando nas questões dos utensílios (como por exemplo: a batedeira, o liquidificador e os fornos elétricos).

Apesar da importância das quitadeiras, o ofício ainda não foi registrado como patrimônio cultural (BONOMO, 2013).

Figura 3: Quitanda Mineira



Fonte: ÁGUAS CLARAS NEWS.

A seguir estão as seis principais receitas feitas pelas quitandeiras. Dentre elas não poderia faltar o biscoito de polvilho que segundo consta foi o primeiro a ser produzido pelas mesmas.

RECEITAS TRADICIONAIS



Fonte: autoria própria.

PÃO DE QUEIJO

INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
Água	100	gr
Leite	200	gr
Óleo	80	gr
Sal	5	gr
Polvilho azedo	500	gr
Ovos	100	gr

Modo de preparo:

1. Fazer o escaldo com o leite, óleo, água e sal.
2. Escaldar o polvilho e deixar esfriar.
3. Soltar com as mãos depois de frio.
4. Juntar os ovos e amassar.
5. Coloque o queijo ralado.
6. Amasse e adicione um pouco de leite frio.
7. Leve ao forno para assar.



Fonte: AVELAR, 2013.

BOLO DE FUBÁ

INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
Leite	600	gr
Ovos	150	gr
Açúcar	260	gr
Fubá	100	gr
Farinha de trigo	60	gr
Manteiga	40	gr
Fermento em pó	12	gr
Queijo parmesão ralado	50	gr
Sal	QB	----

Modo de preparo:

1. No liquidificador coloque todos os ingredientes e bata.
2. Despeje numa assadeira e leve ao forno para assar.
3. Depois de assado, se quiser, polvilhe com açúcar misturado com canela.



Fonte: COZINHABRASILEIRA.COM.

ROSCA DE MANDIOCA

INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
Mandioca	500	gr
Ovos	200	gr
Fermento em pó	24	gr
Leite morno	250	gr
Óleo	120	gr
Manteiga	40	gr
Açúcar	130	gr
Sal	12	gr
Farinha de trigo	1000	gr
Açúcar nesper	QB	----

Modo de preparo:

1. Cozinhe a mandioca e passe no espremedor. Reserve.
2. Coloque o fermento com um pouco de leite morno e um pouco de açúcar para fermentar (aproximadamente 30 min).
3. Coloque os outros ingredientes e trabalhe bem a massa.
4. Deixe descansar por aproximadamente 30 min. (bolinha na água)
5. Fazer as roscas untando com gema de ovo e um pouco de manteiga.
6. Deixar descansar por aproximadamente 30 min. (bolinha na água)
7. Assar em forno moderado.
8. Passar manteiga e polvilhar com o açúcar nesper.



Fonte: ONO, 2008.

SEQUILHO

INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
Amido de milho	200	gr
Leite condensado	80	gr
Margarina	50	gr
Coco ralado	10	gr
Ovos	100	gr
Açúcar refinado	40	gr

Modo de preparo:

1. Bata com paddle: o amido, a margarina, o açúcar, o coco ralado e o leite condensado e bater até obter uma farofa.
2. Adicionar o leite condensado até dar ponto.
3. Divida a massa em quatro porções e modele rolos. Corte e modele.
4. Assar em placa untada à 160°C por aproximadamente 35 minutos.



Fonte: SENRA, 2012.

BISCOITO DE POLVILHO

INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
Polvilho azedo	500	gr
Ovos	200	gr
Copo de água	250	gr
Sal	15	gr
Óleo	130	gr
Suco de limão	10	gr

Modo de preparo:

1. Colocar o polvilho numa gamela. Escaldar com água e o sal.
2. Misturar bem, acrescentando o óleo, os ovos um a um e o suco de limão.
3. Colocar no pano espremer diretamente no tabuleiro, que não precisa ser untado.
4. Levar para assar em forno previamente aquecido, até ficar bem seco. Se a massa ficar dura, acrescentar um pouco de água fria.



Fonte: autoria própria.

PÃO DONA HAYDÉ

INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE
Óleo	260	gr
Água	800	gr
Açúcar	65	gr
Fermento	45	gr
Sal	20	gr
Ovos	150	gr
Farinha de trigo	1000	gr

Modo de preparo:

1. Misture todos os ingredientes no liquidificador, exceto a farinha de trigo. Bata.
2. Após misture com a farinha de trigo.
3. Deixar descansar e coloque para assar.
4. Fazer bolinha no copo com água.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após observar que as pessoas atualmente não sabem qual o significado de quitandas em Minas Gerais, e por hoje serem poucas as existentes, optou-se por fazer uma releitura das mesmas, buscando preservar as suas raízes, pois “a cozinha mineira se fez da simplicidade, sem grandes requintes, mas com um ingrediente importante, a criatividade” (SOUZA, 2008 apud SANT’ANNA, 2009).

Num primeiro momento a proposta do presente trabalho era fazer a releitura, não só preservando as raízes, mas mantendo a simplicidade, mantendo alguns ingredientes, e ao mesmo tempo inovando com criatividade para atingir as necessidades exigidas pela nossa sociedade moderna, propagando a cultura regional de Minas Gerais.

Após dar início aos testes, chegamos à conclusão que embora o resultado tenha sido satisfatório, o objetivo do trabalho não estaria sendo alcançado, pois o intuito do resgate das quitandas não seria alcançado, uma vez que estaríamos alterando as receitas originais.

O resgate não foi possível, pois nas receitas antigas alguns ingredientes utilizados são substituídos por outros atualmente (como por exemplo: a banha de porco que foi substituída pela margarina; a nata pelo creme de leite), antigamente utilizava-se o fogão a lenha e o forno de barro, substituídos pelos fornos elétricos e industriais, sem contar com a incorporação de novos instrumentos na cozinha, como as batedeiras e os liquidificadores por isso resolvemos montar um fichário de receita com as principais receitas das quitandas mineiras adaptadas aos novos ingredientes, equipamentos e materiais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABDALA, M.C.. **Sabores da Tradição**. Revista do Arquivo Público Mineiro, Belo Horizonte, n. 1, p. 118-129, julho–dezembro 2006. Disponível em: <http://www.siaapm.cultura.mg.gov.br/acervo/rapm_pdf/Sabores_da_tradicao.PDF>. Acesso em 14 de março às 23 h.

ÁGUAS CLARAS NEWS. **Quitandas de Minas.** Disponível em: <<http://www.aguascalrasnews.com.br/empresa/quitanda-de-minas/896>>. Acesso em 03 de março de 2014 às 22h.

ATO EVENTOS. **Café com Quitanda.** 2008. Disponível em: <<http://ativaeventotur.blogspot.com.br/2008/10/caf-com-quitanda.html>>. Acesso em 01 de março de 2014 às 10h.

AVELAR, Eduardo. **Bolo de Fubá com Cenoura.** 2013. Disponível em: <<http://www.eduardoavelar.com.br/noticias/bolo-de-fuba-com-cenoura/>>. Acesso em 22 de junho de 2014 às 20h.

BAZOTE, Sylvio. **Comida mineira.** 2013. Disponível em: <<http://historiasylvio.blogspot.com.br/2013/01/cozinha-mineira.html>>. Acesso em 03 de março de 2014 às 22h.

BONOMO, J. R.. **A culinária mineira como signo e patrimônio cultural imaterial.** IICONINTER: Congresso Internacional Interdisciplinar em sociais e humanidades, Belo Horizonte. Outubro 2013.

COZINHA BRASILEIRA. **Rosca de mandioca.** Disponível em: <http://www.cozinhabrasileira.com/paes/rosca_de_mandioca.html>. Acesso em 22 de junho de 2014 às 20h.

GONÇALVES, A. A. O.. **Do Regional ao Nacional: A cozinha e a identidade do mineiro.** RECS: Revista Eletrônica de Ciências Sociais, Uberlândia, v. 2, n. 2, p. 1-6, julho 2012. Disponível em: <<http://www.sociais.ufu.br/recs/edicoes/v2n2/9.pdf>>. Acesso em 14 de março de 2014 às 23h30.

IGRGABRL. **Exposição Traz Fotos Raras de um Passado não tão Distante: a escravatura no Brasil.** 2013. Disponível em: <<http://www.teckler.com/pt/IGRGABRL/Exposiçao-traz-fotos-raras-de-um-passado-nao-t-180199>>. Acesso em 22 de junho de 2014 às 20h.

NOBRE, Alexandre. **Quitadeiras em Luanda**.2012. Disponível em: <<http://cliickk.blogspot.com.br/2012/01/quitadeiras-em-luanda.html>>. Acesso em 03 de março de 2014 às 15 h.

ONO, Marisa. **Sequilhos da Mãe**. 2008. Disponível em: <<http://marisaono.com/delicia/?p=261>>. Acesso em 22 de junho de 2014 às 20h.

PANTOJA, Selma. **Da Kitanda à Quitanda**.2008.Disponível em: <<http://www.revistadehistoria.com.br/secao/artigos/da-kitanda-a-quitanda>>. Acesso em 03 de março às 12h.

SENRA, R. ; SENRA, I.. **Quitandas de Minas: receitas de família e histórias**. 2ª ed.. Belo Horizonte: Editora Gutenberg, 2012.

SOUZA, Gabriela Ribeiro. **Sabores de Minas em Belo Horizonte: uso turístico da gastronomia mineira**. 2009. 73 f.. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Turismo). Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2009. Disponível em: <<http://igc.ufmg.br/novosite/v2/images/igc/biblioteca/TUR39.pdf>>. Acesso em 28 de fevereiro de 2014 às 16 h.