

MINISTÉRIO DA CULTURA E INSTITUTO EMPREENDE AÍ APRESENTAM

COZINHA MULTICULTURAL

Empreendendo na gastronomia

Ministério da Cultura e Instituto Empreende Aí apresentam

COZINHA MULTICULTURAL

Empreendendo na gastronomia



Patrocínio:



Realização:



MINISTÉRIO DA
CULTURA



Coordenação de Geral e Coordenação de Projetos

Luis Henrique Coelho da Silva
Jennifer Rodrigues da Silva

Coordenação de Pesquisa

Ana Carolina de Carvalho Viotti

Pesquisa

Ana Carolina de Carvalho Viotti, Gabriel Ferreira Gurian, Rafael Afonso Gonçalves e Vitória Marchetto.

Texto

Ana Carolina de Carvalho Viotti, Gabriel Ferreira Gurian e Rafael Afonso Gonçalves

Revisão Texto

Erika Fischer

Coordenação Editorial

Gabriel Ferreira Gurian

Design Gráfico

Gabriel Zanco Sabin

E-Book

Gabriel Zanco Sabin

Audiolivro

Vias Abertas - Comunicação, Cultura e Inclusão

Gráfica

Forma Certa Gráfica Digital Ltda

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP).
Bibliotecária responsável: Luzia G. Kintopp - CRB/9 - 1535.
Index Consultoria em Informação e Serviços Ltda.
Curitiba - PR

V799 Viotti, Ana Carolina de Carvalho
Cozinha multicultural [livro eletrônico] : empreendendo na gastronomia / texto de Ana Carolina de Carvalho Viotti, Gabriel Ferreira Gurian e Rafael Afonso Gonçalves; organização Instituto Empreende Aí. — São Paulo : Instituto Empreende Aí, 2026.
31744 KB; PDF.

ISBN 978-65-979133-1-2
Acompanha um encarte de receitas

1. Gastronomia. 2. Cozinha e cultura. 3. Imigrantes. 4. Receitas.
5. Empreendedores populares. 6. Uberlândia (MG). 7. Rio Verde (GO). 8. Toledo (PR). I. Gurian, Gabriel Ferreira. II. Gonçalves, Rafael Afonso. III. Instituto Empreende Aí. IV. Título.

CDD: 641.5

Apresentação

Abrir este *Cozinha Multicultural* é como sentar-se à mesa de um banquete. A entrada oferece ao leitor uma visão geral da imigração no Brasil, mostrando como o país se formou a partir de sucessivas chegadas – dos africanos trazidos à força na diáspora, dos viajantes que registraram paisagens e costumes, dos imigrantes europeus, japoneses, sírios e libaneses, e, mais recentemente, de populações vindas da América Latina, da África e da Ásia. Essa primeira parte desperta o apetite, situando a diversidade cultural e histórica que molda nossa sociedade, mas também revela experiências marcadas pela instabilidade, pela escassez e pela necessidade de adaptação – contextos nos quais cozinhar quase sempre significou aproveitar ao máximo o que se tinha à mão.

O prato principal é composto pelas histórias e memórias de três cidades: Uberlândia (MG) Rio Verde (GO) e Toledo (PR). São lugares que acolhem haitianos, venezuelanos, colombianos, paraguaios, bolivianos, cubanos, senegaleses, congoleses, marroquinos, argelinos, afegãos e tantos outros povos. Essas presenças revelam como os movimentos migratórios continuam a transformar o Brasil. Aqui o sabor é mais intenso. Narrativas de acolhida, de trabalho, de convivência e de reinvenção de tradições mostram a força da presença migrante no cotidiano local. Ao mesmo tempo, evidenciam práticas culinárias atravessadas pela lógica do não desperdiçar: o uso integral dos alimentos, a reinvenção das sobras, a valorização de partes muitas vezes descartadas e o aprendizado transmitido entre gerações como forma de cuidado, economia e respeito ao alimento.

E, como em toda boa refeição, chega a sobremesa: o encarte de receitas. Nele, os leitores encontrarão pratos que carregam lembranças e afetos – o *griot* do Haiti, o *yassa poulet* e o *thieboudienne* do Senegal, a *soup joumou* haitiana, as *arepas* da Venezuela e da Colômbia, o *calulu* de Angola, o *tagine* do Marrocos, as *empanadas* da Argentina e da Venezuela, a *ropa vieja* de Cuba, o *karkadé* e o *shawarma* do mundo árabe, além de muitos outros. São receitas que permitem saborear de perto aquilo que as histórias revelaram: a comida como ponte entre culturas, como espaço de preservação da memória e como gesto de partilha e, também, como lugar privilegiado de aproveitamento integral, onde nada se perde e tudo pode ser transformado.

E ainda há aperitivos espalhados por estas páginas: pequenas informações deliciosas sobre os ingredientes mais presentes nessas cozinhas brasileiras e estrangeiras, revelando curiosidades, origens e modos de uso que atravessaram séculos e fronteiras. Funcionam como petiscos que acompanham a leitura, completando o banquete com conhecimento e inspiração.

Nosso convite é o de uma experiência completa, daquelas de se faltar e querer repetir. Ao final, esperamos que cada leitor não apenas deguste novos sabores, mas também reconheça, nas histórias aqui contadas, a beleza da convivência e da diversidade que fazem do Brasil um país de muitas cozinhas — cozinhas onde memória, criatividade e cuidado com o alimento caminham juntos.

Sumário

Introdução	6
Uberlândia: Uma encruzilhada de encontros	8
<i>À Mesa da História:</i>	
<i>milho</i>	26
<i>mandioca</i>	28
<i>arroz</i>	30
Rio Verde: Histórias, sabores e memórias no coração do Cerrado.....	32
<i>À Mesa da História:</i>	
<i>tomate</i>	50
<i>quiabo</i>	52
<i>banana</i>	54
Toledo: Construindo caminhos ao Sul e ao Oeste	56
<i>À Mesa da História:</i>	
<i>porco</i>	74
<i>frango</i>	76
Conclusão: a mesa que permanece	78
Leituras para aguçar o paladar	80

Introdução

O Brasil sempre foi uma terra de chegadas. Desde o século XVI, quando se iniciou a colonização portuguesa, o território se construiu a partir da presença originária de populações indígenas e, depois, de povos estrangeiros. A conquista portuguesa se impôs como poder hegemônico, mas a própria formação colonial envolveu uma constante circulação de pessoas de diferentes origens: missionários, soldados, comerciantes, administradores e, sobretudo, a massa de africanos escravizados trazidos pela diáspora forçada. Estima-se que mais de quatro milhões de africanos desembarcaram no território até o final do tráfico, configurando o Brasil como um dos principais destinos da escravidão no Atlântico. Essa violência estrutural deixou marcas profundas, inscritas não apenas nas relações sociais, mas também na cultura material, nos saberes agrícolas e nos sistemas alimentares, nos quais práticas de aproveitamento integral dos alimentos e de adaptação a contextos de escassez tornaram-se fundamentais para a sobrevivência e a transmissão de saberes culinários.

Mesmo antes dos grandes fluxos de imigrantes do século XIX, o Brasil já se projetava para o mundo europeu por meio dos relatos de viajantes estrangeiros. Naturalistas, cronistas e missionários como Jean de Léry, Hans Staden, Alexandre Rodrigues Ferreira, Auguste de Saint-Hilaire, Carl Friedrich von Martius ou Henry Koster registraram paisagens, populações e costumes que despertavam fascínio e estranhamento. Suas narrativas, publicadas em língua estrangeira, alimentaram imagens do Brasil como espaço de abundância, exotismo e diversidade natural, frequentemente silenciando os arranjos cotidianos que tornavam essa abundância possível, entre eles o uso cuidadoso e integral dos recursos alimentares, ao mesmo tempo em que construíam estereótipos e justificavam políticas coloniais. Esses testemunhos antecedem a imigração em massa de trabalhadores livres, mas já revelam como o olhar estrangeiro foi determinante para a forma como o Brasil se reconheceu e foi reconhecido.

É no século XIX, entretanto, que a imigração ganha novos contornos que contribuem para uma redefinição do perfil da sociedade brasileira. Após a independência, e sobretudo na segunda metade do século, a necessidade de mão de obra para a lavoura cafeeira, aliada a projetos de modernização e “branqueamento”, levou o Estado imperial a incentivar a vinda de imigrantes europeus. Italianos, alemães, portugueses, espanhóis, sobretudo, se estabeleceram em diversas regiões, trazendo consigo práticas culturais, religiosas e alimentares que se articularam às realidades locais, incorporando ingredientes disponíveis, reaproveitando sobras e adaptando técnicas tradicionais às condições materiais encontradas no Brasil.

No século XX, os fluxos migratórios diversificaram-se ainda mais e responderam a novos contextos. A partir de 1908, os primeiros japoneses chegaram ao Brasil, estabelecendo-se principalmente em São Paulo e no Paraná, em comunidades agrícolas que marcaram profundamente a paisagem e a cultura do país. Ao mesmo tempo, espanhóis e portugueses mantiveram fluxos contínuos, enquanto refugiados das guerras mundiais — incluindo judeus perseguidos pelo nazismo — buscaram no Brasil um espaço de reconstrução de vidas. Sírios e libaneses consolidaram-se como

atores centrais no comércio e nas redes de sociabilidade, presentes em cidades pequenas e grandes de todo o território nacional. Esses grupos, ao lado de outros contingentes, deixaram contribuições decisivas na vida econômica e cultural, visíveis ainda hoje na língua, na religião, nas festas e, sobretudo, nas cozinhas brasileiras.

As décadas de industrialização e urbanização também transformaram as migrações internas em protagonistas do processo, com nordestinos e populações rurais deslocando-se para o Sudeste e para os novos polos urbanos. Ainda assim, o Brasil reafirmou-se como espaço de acolhida e pluralidade cultural, reinventando-se continuamente pelas chegadas de povos diversos, em contextos nos quais cozinhar com poucos recursos e evitar o desperdício constituiu uma experiência compartilhada por amplos setores da população.

Já no século XXI, a imigração assumiu feições ainda mais plurais, com a chegada de haitianos, venezuelanos, colombianos, paraguaios, bolivianos, cubanos, senegaleses, congoleses, marroquinos, argelinos, árabes de diferentes origens e afegãos. Assim como japoneses, sírios e libaneses deixaram marcas no século XX, esses novos grupos hoje trazem consigo idiomas, músicas, religiosidades e formas de trabalho que se entrelaçam ao tecido social brasileiro. Suas presenças são também celebradas à mesa: receitas das mais variadas e usos surpreendentes de ingredientes também consumidos no Brasil compõem um repertório culinário vivo que está acessível nesta obra, convidando à descoberta e ao reconhecimento da pluralidade migrante no Brasil.

Além disso, experiências recentes mostram como o país vem criando políticas e práticas de acolhimento que dialogam diretamente com esses fluxos. Universidades desenvolveram processos seletivos específicos para refugiados, recebendo centenas de inscrições de jovens vindos da Ucrânia, Síria, Colômbia, Venezuela, Angola, Cuba, Gana e Irã. Em cidades de fronteira, mas não só, iniciativas municipais e parcerias acadêmicas têm garantido acesso de migrantes e apátridas à educação, à saúde e à assistência social. Casas de acolhimento e o trabalho de organizações não governamentais oferecem abrigo, alimentação e orientação, muitas vezes baseadas em redes solidárias e cozinhas coletivas, onde o cuidado com o alimento e a redução do desperdício assumem papel central, enquanto pesquisadores e instituições de todo o país buscam compreender os desafios do refúgio e da mobilidade humana contemporânea. Essas ações reforçam a imagem do Brasil como espaço que, apesar de contradições e dificuldades, busca transformar a diversidade em convivência.

A alimentação é talvez a linguagem mais imediata e potente desse processo de recepção, acomodação e readaptação. É na cozinha que migrantes recriam suas histórias, adaptam tradições ao novo território e oferecem ao Brasil sabores que logo se tornam familiares, ampliando o mosaico gastronômico nacional. Comer juntos, provar novos ingredientes e experimentar modos de preparo são formas de integração cultural que transcendem barreiras sociais e linguísticas, reafirmando a vocação brasileira de transformar diferenças em convivência.

Neste *Cozinha Multicultural*, percorreremos um pouco mais da história de três espaços – Uberlândia (MG) Rio Verde (GO) e Toledo (PR) –, onde as migrações contemporâneas encontram terreno fértil e dialogam com economias locais, tradições regionais e novos hábitos de consumo. A cada receita e a cada memória narrada, veremos como o Brasil segue sendo um país feito de chegadas, encontros e permanências, em que a comida funciona como ponte entre culturas, gerações e histórias de vida.

Uberlândia

Uma encruzilhada de encontros





A maior cidade do Triângulo Mineiro, a segunda maior do estado de Minas Gerais, com 137 anos completos em 2025, desde sua emancipação, Uberlândia é um centro urbano contemporâneo de destaque, bem como um dos principais povoações do antigo “Sertão da Farinha Podre”, como era chamada a região até a primeira metade do século XIX. Situada a 553 km de Belo Horizonte, 414 km de Brasília e 563 km da cidade de São Paulo, o município mineiro é um importante polo econômico, comercial e cultural entre o Sudeste e o Centro-Oeste, com um PIB entre os 30 maiores do país, fruto de um acelerado desenvolvimento nos últimos setenta anos, em meio à descentralização industrial do eixo RJ-SP. “Ninguém mais poderá frear o surto de progresso de Uberlândia”, declarou o narrador do documentário *Uberlândia, Cidade Menina* (**leia o QR Code ao lado**), com datação estimada da década de 1940, recuperado pela Close Comunicação e tornado acessível digitalmente pelo Museu Virtual da cidade. Testemunhava-se, assim, um ímpeto resolutivo de crescimento em direção ao futuro, que também atraiu muitas pessoas, de diferentes cantos do país e do mundo.



A urbe viu o crescimento de sua população acompanhar essa ascensão produtiva e os incrementos na infraestrutura urbana, a partir dos anos 1950. Já era a maior demografia do Triângulo em 1970, o que a fez pouco visada – mas não ignorada – na implementação do Programa de Centros Intermediários do governo mineiro, considerado bastante necessário para a melhor distribuição populacional, o incremento das condições de vida, uma maior geração de empregos e o desenvolvimento de infraestrutura social e urbana no estado, entre o final daquela década e o início dos anos 1980.

Um documento que expõe conclusões decorrentes dos estudos encomendados no contexto do referido programa resume bem os fatores que propiciaram o crescimento de Uberlândia e de outras cidades de sua macrorregião:

O Triângulo Mineiro, estrategicamente localizado entre São Paulo e o Centro-Oeste do País, beneficiou-se desta posição quando da evolução do sistema viário, interligando estas áreas do território nacional. As condições favoráveis de recursos naturais, os solos adequados à atividade agropecuária e a expansão do mercado consumidor paulista favoreceram o desenvolvimento econômico da área. Os centros urbanos beneficiaram-se desses fatores e estruturaram-se, principalmente, como centros de comercialização e beneficiamento da produção agropecuária. As áreas de influência expandiram-se (sobretudo a de Uberlândia) em direção ao sul de Goiás. No período 1970-74, foi a segunda Região de Programação em termos de desempenho econômico (MINAS GERAIS, 1982, p. 26).

O desenvolvimento econômico e urbano, aliado à localização geográfica – um ponto histórico de passagem tanto nos eixos norte-sul quanto leste-oeste –, apoiada pela rede viária favorável para as iniciativas produtivas do município, sobretudo no ramo agropecuário, tornaram-no atrativo para populações diversas vindas de fora, fossem de outras regiões, ou mesmo de outros países. Nos anos 1980, a cidade também participou de um segundo convênio com o governo do estado, com distribuição de bilhões de cruzeiros para incremento de planejamento, administração e infraestruturas social e econômica, que, segundo constatado pela Avaliação do Programa Nacional de Capitais e Cidades de Porte Médio realizada pela Faculdade de Arquitetura e Urbanismo da Universidade de São Paulo (FAUSP) em 1982, foi definitivo para consolidar Uberlândia como um centro fundamental em sua macrorregião, bem como intermediário incontornável entre as metrópoles paulistas, mineiras, goianas e o novo Distrito Federal, no Planalto Central.

Graças a essas décadas de desenvolvimento, investimentos e crescimento econômico e populacional, Uberlândia abriga hoje cerca de 760 mil habitantes, dos quais mais de 5 mil são imigrantes, vindos de pelo menos 123 nações diferentes, segundo dados oficiais – os números reais provavelmente são bem maiores – do Sistema de Registro Nacional Migratório (Sismigra) da Polícia Federal, e levantamentos feitos pela Cátedra Sérgio Vieira de Mello da Universidade Federal de Uberlândia (UFU). É a terceira cidade no estado

em população de migrantes internacionais, de acordo com o Atlas da Migração Internacional em Minas Gerais. De modo que são muitas trajetórias reunidas num local que enseja o encontro de várias tramas de vida, desde antes do seu nascimento “oficial” no século XIX.

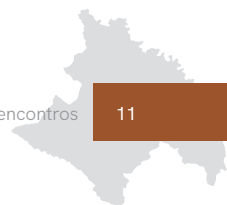
De sesmaria a vila emancipada

Uberlândia foi fundada a partir de sesmarias concedidas entre 1817 e 1818 para portugueses e luso-brasileiros, alguns deles vindos dos arredores da Villa Rica de Ouro Preto, como Cachoeira do Campo. Essa era uma forma de incentivo à povoação de “terras devolutas” na paragem então denominada “Overava”, no chamado “Sertão da Farinha Podre”. A localidade foi berço da construção de uma identidade do futuro Triângulo ligada a Minas Gerais (RIBEIRO, 2008), já que o território havia sido parte da capitania de São Vicente, no século XVII, e, depois, da província de Goiás, até 1816, sendo sempre “disputado” por seus vizinhos. Como Ouro Preto, antiga capital, com trajetória longa enquanto polo gravitacional e destino atrativo de pessoas inicialmente interessadas pelas minas de ouro, e também como Belo Horizonte, cidade relativamente jovem, pretensamente planejada como centro administrativo de um estado republicano com olhos para o futuro, Uberlândia tem sua história feita a partir dos movimentos e dos encontros de muitos, inicialmente num território tido como “de passagem”, que depois se tornou destinação e, mais adiante no tempo, enamorou-se com as ideias de progresso.

Nos seus primórdios, era uma paragem importante entre São Paulo e as terras com potencial aurífero além de Minas – especialmente quando já escasseavam as jazidas tradicionais na sua região central –, como Goiás e Mato Grosso, o que fez com que, entre os séculos XVIII e XIX, o chão do Triângulo fosse percorrido por diversas pessoas com origens fora dali. Não podemos nos esquecer, é claro, dos habitantes originários da região, nomeadamente os indígenas Caiapós e Bororós, que protagonizaram contatos ora pacíficos ora hostis com as várias levas de transeuntes estrangeiros.

Assim como hoje, o Triângulo era delimitado por dois grandes rios, o Grande, ao sul, e o Paranaíba, a norte e a oeste, cursos d’água que também serviram de rotas para a importante circulação fluvial. Assim, ao final do período colonial, o “Sertão da Farinha Podre” servia como ponto de apoio para as tais expedições que rumavam mais ao interior em busca de metais preciosos. Depois, nos tempos de D. João VI, no início do século XIX, com maiores incentivos de ocupação, entre eles a doação de pedaços de chão segundo a legislação portuguesa relativa a terras devolutas, terras então direcionadas para possíveis colonos, deu-se maior povoamento da região, especialmente com lusitanos e brasileiros. Enxergava-se ali, afinal, muito potencial.

O padre Leandro Rabelo Peixoto e Castro escreveu uma carta ao então presidente da província de Minas Gerais, José Teixeira de Vasconcelos, em 02 de outubro de 1827, depois da visita do religioso à região com intento de fundar



ali um seminário em terras doadas à Congregação da Missão de São Vicente de Paula de Ouro Preto. No documento, ele se mostra positivamente surpreso, empolgado, e enaltece a riqueza natural do que viria a se tornar o Triângulo:

Não posso deixar de dizer que na minha viagem ao sertão do Novo Sul da Farinha Podre vi talvez o mais fértil terreno da América; [...] um país o mais saudável, o mais abundante de águas, o mais próprio para criações por causa dos singulares capins sempre verdes e pelos bebedouros salitrosos, como pelos apartadouros naturais e muito peixe que se encontra em todos os rios e córregos, em uma palavra, a abundância de todos os frutos que ali produz me faz crer o que acima disse [...]. A água [...] anda depositada junto da superfície, é a causa de que este solo esteja sempre fresco, coberto de capins formosos. [...] Vi mandioca de cinco a seis meses que tinha maiores raízes que as de seis anos nas Gerais. Vi bananeiras que de seis meses davam cachos que cada um tinha (eu contei) cento e sessenta bananas de uma admirável grandeza. [...] Vi ananases de mais de palmo e meio de extensão, e me disseram que os há maiores. Vi melancias nascidas à toa pelo campo, de sementes que ali caíram e produziram grandes frutas. O milho e todos os frutos, de um modo o mais vantajoso, produzem (apud PONTES, 1970, p. 89-90).

Segundo o historiador Hildebrando Pontes, o documento em questão é um dos mais antigos sobre o Triângulo e foi seguido pela referida fundação do estabelecimento de instrução, que operou até 1879. Este, por sua vez, também atraiu “corrente imigratória mais notável daqueles tempos” (PONTES, 1970, p. 89), auxiliando no povoamento da Farinha Podre numa época em que o então arraial, que precedeu Uberlândia, era conhecido como Nossa Senhora do Carmo e São Sebastião da Barra de São Pedro de Uberabinha. Povoamento protagonizado não apenas por brasileiros, lusitanos e alguns representantes dos grupos imigratórios que vinham ganhando maior presença no país na segunda metade do século XIX, como italianos e germânicos, mas também por africanos e afrobrasileiros, alguns livres ou libertos, outros tantos ainda sob o jugo da escravidão.

A narrativa dominante sobre a Farinha Podre e seus núcleos habitados era plenamente favorável à terra em si, como atestou também outro viajante, o célebre Auguste de Saint-Hilaire, de passagem pela região nos idos de 1820. Além de todas as benesses naturais e produtivas descritas pelo padre Peixoto e Castro em 1827, eram notáveis também as vantagens fluviais do território, “o poder ser navegado, importar e exportar o que quiser”. Essas características figuravam entre “o que mais engrandece este sertão” (apud PONTES, 1970, p. 89-90), propiciando uma reputação de terra próspera e destino desejável.

Na ocasião de elevação a arraial e a distrito de Uberaba em 1852, consolidou-se o citado nome de São Pedro de Uberabinha – apesar de “Uberabinha” fazer referência ao rio que serpenteia pelo território uberlandense até hoje, não à cidade vizinha – e a homenagem à padroeira, Nossa Senhora do Carmo. Em

1891, quando elevada a vila, emancipando-se de Uberaba e ganhando sua própria comarca, o nome foi abreviado para Uberabinha. Até que em 1929, depois de uma série de implementos urbanizadores sob a batuta de João Severiano da Cunha, que garantiram à localidade o status de cidade, abandonou-se o diminutivo da vizinha e ela finalmente recebeu o nome de Uberlândia, cuja etimologia proposta foi a da junção entre o latim *uber* (“fértil”, “frutífero”) e o germânico *Land* (“terra”, “país”), ecoando os elogios pioneiros do padre Peixoto e Castro e de Saint-Hilaire, e sublinhando a qualidade daquele território que prometia prosperidade para aqueles que o buscassem. E não foram poucos os que o fizeram, reiterando a longevidade dessa promessa.

Olhos voltados para o futuro

Ponto crucial que já fazia parte da paisagem uberlandense em 1929 foi a sua própria estação da importante Companhia Mogiana de Estradas de Ferro. A empresa, inaugurada em 1872, no município de São Paulo, paulatinamente estendeu sua malha ferroviária em direção ao interior paulista, chegando a Ribeirão Preto em 1883, adentrando o Triângulo Mineiro em 1889, com parada em Uberaba e, finalmente, alcançando Uberabinha em 1895.

Mas por pouco a então vila não foi contemplada pelo trajeto da ferrovia, nem se beneficiou dos muitos desdobramentos desses trilhos, que passaram a conectar de modo mais direto e prático os estados de São Paulo e Goiás. Inicialmente, pretendia-se construir a estação em Estrela do Sul, hoje a cerca de 100 km a nordeste de Uberlândia, ou em Miraporanga, que atualmente é o mais antigo distrito da cidade, a 35 km em sentido sudoeste. Acontece que houve uma mobilização das elites locais, que se dirigiram até Campinas, sede da Mogiana, e pleitearam pela instalação da estação em São Pedro de Uberabinha, pelos idos de 1893, o que se concretizou dois anos depois. Decretava-se, assim, o início do período considerado o de expansão comercial (MARTINS, 1998), em que o Triângulo Mineiro se tornou um ponto de comercialização e distribuição de mercadorias entre duas importantes porções do interior brasileiro.

A ferrovia fomentou o comércio intrarregional e o inter-regional, com a intermediação do Triângulo, de forma caracterizada por historiadores como irreversível. Ligando a recém-emancipada vila mineira ao interior paulista e aos grandes centros a sudeste, chegando a Campinas, à cidade de São Paulo e ao porto de Santos, houve possibilidade de escoamento das produções vindas do Centro-Oeste, bem como as próprias de Uberabinha, sobretudo

UBER + LAND

(fértil, frutífero) *(território, país)*

“Talvez o mais fértil terreno da América.”

Leandro Rabelo Peixoto e Castro, 1827



Vista parcial da cidade. Década de 1920.

de carne, charque e manteiga. A demanda a sudeste, aliás, frequentemente girava em torno de alimentos, devido à expansão populacional no estado de São Paulo e a sucessivos reveses da lavoura paulista, que prejudicaram bastante o abastecimento interno.

Mas essa conexão através do Triângulo – nome, aliás, cunhado e consolidado no início do século XX – também facilitou e estimulou movimentos no sentido contrário. Viu-se a chegada de vários imigrantes, particularmente de portugueses, famílias que firmaram uma comunidade própria, organizada enquanto colônia e bastante integrada ao município, mas também dos chamados “árabes”, sobretudo sírios e libaneses, cujo fluxo imigratório para o Brasil teve início em fins do XIX, principalmente como forma de fuga da opressão otomana em seus respectivos países; gente que, em Uberlândia, teve atuação comercial e política proeminente nas décadas desde então.

A cidade e a região foram palcos de incrementos urbanos e interurbanos, no que tangia a transporte, comunicação e energia. Em 1910, a Estrada de Ferro de Goiás alcançou Araguari, outra cidade do Triângulo Mineiro, efetivando a ligação ferroviária iniciada pela Mogiana – que havia inaugurado estação naquela mesma paragem em 1896, um ano depois da de Uberabinha. A ligação foi viabilizada pela Ponte Afonso Pena, construída no ano anterior, a ponte pênsil mais antiga do Brasil. Assim, dois anos depois, em 1912, os caminhos de ferro abertos, bem como mais estradas para carros de bois e os primeiros veículos automotores, permitiram a ligação definitiva entre Goiás, Mato Grosso e São Paulo. Foi naquele ano, aliás, que se viu a instalação da Companhia Mineira de Autoviação Intermunicipal (CMAVI), responsável pela viabilização de 4000 quilômetros de vias de rodagem naquele período, interligando cidades exteriores à rota ferroviária.



Estação da Mogiana, 1908.

O que tornou a então Uberabinha um entreposto ainda mais obrigatório nessa rota – “obrigatoriedade” fluante no século XIX, com as alternativas fluviais de transporte e a mudança gravitacional de pontos importantes a norte e a noroeste, que agora havia ficado para trás –, posição privilegiada da qual se beneficiou muitíssimo a futura Uberlândia.

Devido às históricas turbulências, conflitos políticos e armados no mundo durante a primeira metade do século XX – Revolução Russa, Primeira e Segunda Guerras Mundiais, entre outros eventos –, vários foram os deslocamentos populacionais que levaram imigrantes ao Brasil e a Uberlândia. Uma porção de italianos, refugiados do regime fascista, encontraram abrigo no Triângulo, por exemplo. Mas a cidade ainda estava em crescimento, o que levaria a seu momento de virada no início dos anos 1950.

Foi na gestão do prefeito Tubal Vilela da Silva (1951-1954) que os planos de desenvolvimento urbano deram um novo passo. Contratou-se uma equipe de engenheiros de Belo Horizonte – capital que já nasceu de um ímpeto de planejamento e arquitetura deliberada para uma nova sede do governo do estado, ainda na Primeira República, durante os anos 1890 – para a montagem de um plano de expansão da antiga São Pedro de Uberabinha. Uma espécie de “expansão programada”, com vistas para o que se almejava de futuro: progresso e desenvolvimento. Assim, traçou-se um novo mapa para a cidade, prevendo nova organização de bairros, abertura de praças, novas áreas de expansão e de acomodação residencial e industrial.

Outro ponto crucial que influiu positivamente no desenvolvimento de Uberlândia foi a construção de Brasília, a nova capital federal que visava a interiorização e a integração administrativa do país. A implementação de um

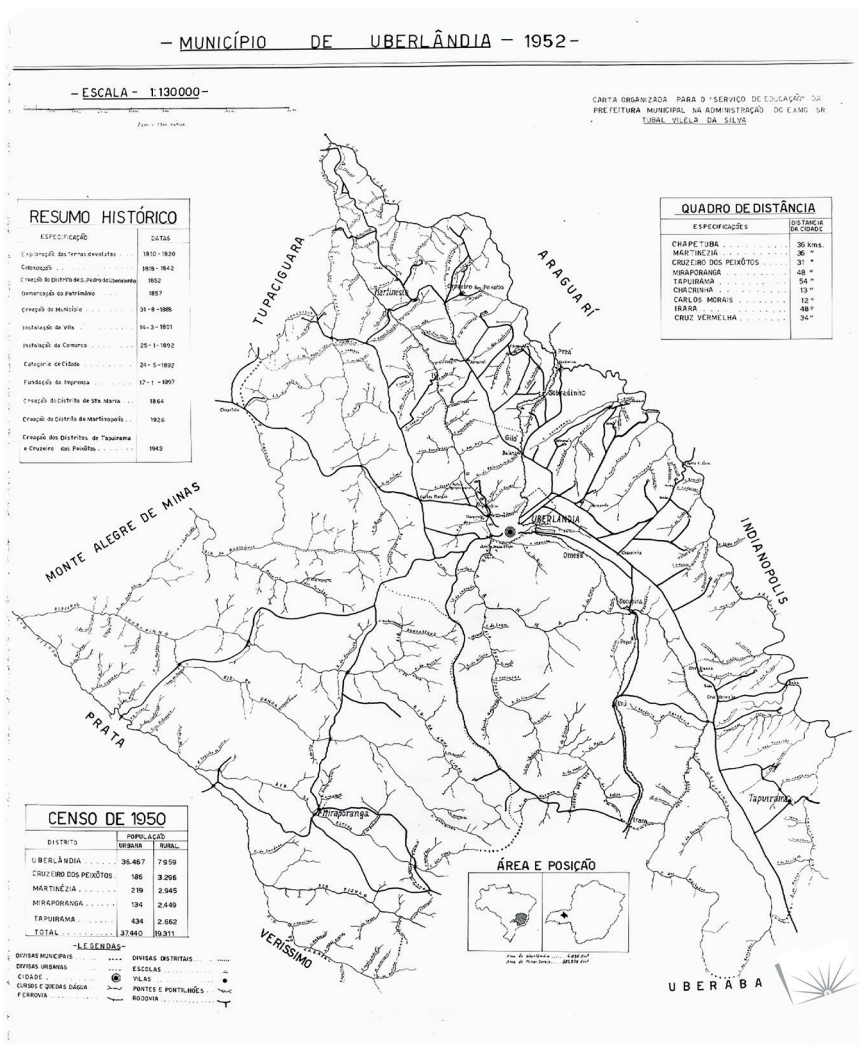
novo polo gravitacional no Planalto Central entre 1955 e 1960 contribuiu para o fortalecimento do transporte, da comunicação e do comércio interestadual naquela direção, caminho que, para os que vinham de São Paulo e da região Sul, deveria passar pelo Triângulo Mineiro. O que, a reboque, trouxe dinheiro, investimentos em infraestrutura e indústrias, além de novas pessoas, de outros pontos do Brasil e de outras nações.

Gerando oportunidades

Fruto de vários investimentos estatais, resultado de iniciativas agropecuárias e industriais, acompanhados de um relevante crescimento populacional, Uberlândia foi destino de muitos migrantes e imigrantes na segunda metade do século XX, sobretudo a partir dos anos 1970. O Centro de Estudos Políticos e Sociais da Fundação João Pinheiro conduziu uma pesquisa em 1984, indagando aqueles que se transferiram para a cidade no Triângulo sobre as razões que os levaram para lá. Oportunidades de emprego, boa infraestrutura e vínculos familiares, bem como “vários motivos”, não especificados, foram as principais razões, indicando a atratividade do município naquela época, bem como um apelo semelhante tempos antes, que haviam motivado os familiares daqueles então recém-migrados a se mudarem. Ainda que a pesquisa não os contemple especificamente, é possível que estendamos esses fatores aos migrantes internacionais. E, de fato, constatamos o impacto desses fluxos nos índices populacionais. Segundo censos do IBGE, se a população urbana – a variação é inexpressiva nas áreas rurais – de Uberlândia era de 111.466 pessoas em 1970, ela passou a 488.982 em 2000, um crescimento de 338,7% em três décadas.

Houve, à época, novo fôlego para a imigração portuguesa em direção ao Brasil. Entre os estímulos, estavam a desistência de participação nos conflitos que vinham ocorrendo nas remanescentes colônias lusas, como Angola (1961-74). Durante essa “ascensão” de Uberlândia, a cidade pareceu um destino convidativo e favorável para o estabelecimento desses portugalenses.

No mesmo período, o município acolheu outros migrantes, nacionais e internacionais, em diversos setores produtivos. Um dos negócios mais destacados a fazê-lo foi a Charqueada e Frigorífico Omega, em funcionamento entre as décadas de 1940 e 1980, marco dos produtos da pecuária, sobretudo o gado bovino, tão associados ao Triângulo Mineiro. Também é possível citar a projeção da rizicultura. Desde o começo do século XX, milhares de toneladas do cereal saíam da região, a maior parte em direção ao interior paulista, sobre os trilhos da Companhia Mogiana. Atividade essa que continuou relevante até a segunda metade da centúria. Produzia-se no campo, no setor agrícola, três vezes mais do que a média do estado de Minas Gerais, enquanto, no espaço urbano, via-se a profusão de iniciativas de manejo dos gêneros vindos do ambiente rural, em que se destacaram justamente o beneficiamento de arroz, o curtume e a charqueada. Concomitantemente, o



setor de comércio e de serviços só cresceu, permitindo a alocação de novos profissionais vindos de fora, bem como o atendimento às demandas da crescente população uberlandense.

Ao final do século XX, em 1998, o patamar de desenvolvimento econômico da cidade motivou a produção de um documentário em curta-metragem, feito para apresentar Uberlândia como uma opção viável para potenciais empresas investidoras, a chamar o município de "A porta do Mercosul no Brasil Central". Justa alcunha ou não, fato é que o crescimento econômico, infraestrutural e populacional notável desde os anos 1950 consolidou a relevância de Uberlândia, e explica, ainda que parcialmente, a sua atratividade enquanto destino para diversos migrantes internacionais ao longo dos anos.



Arquivo do IBGE.

Carlos de Castro Botelho; Tomas Somlo. Uma rua comercial de Uberlândia (MG), 1953.

Uberlândia hoje

Crises humanitárias provocadas por governos autoritários, por invasões estrangeiras ou por organizações internas fundamentalistas e extremistas; golpes de estado; crises climáticas e de abastecimento; desigualdades crônicas. Esses e outros fatores levam, ainda hoje, diversas populações a evadirem suas fronteiras de origem e ganharem o mundo em busca de condições melhores de vida. Da nossa vizinha Venezuela, passando pelo Haiti, aos mais distantes Marrocos e Afeganistão, não são poucas as origens e culturas dos imigrantes que encontraram refúgio em nosso país. Assim, Uberlândia recebeu gente de mais de 123 nações, pessoas que hoje compõem quase 1% da população da cidade.

Segundo dados do IBGE, somente entre 2010 e 2022, o número de residentes imigrantes em Uberlândia cresceu 220%. Uma porção de iniciativas foi posta em prática em resposta às demandas dessa comunidade. ONGs, como o TAARE - Trabalho de Apoio a Migrantes Internacionais e a Refugiados Udi, trabalham pelo acolhimento, assessoramento jurídico e outras orientações importantes para o estabelecimento pleno e pela autonomia de diversos imigrantes no município. A Universidade Federal de Uberlândia conta com grupos de estudos, em nível de graduação e pós-graduação, sobre migrantes internacionais, além da Cátedra Sergio Vieira de Mello, voltada para questões relacionadas à população em condição de refúgio. A Universidade também destina vagas, na forma de ações afirmativas, para refugiados e imigrantes nos seus cursos de graduação.

Em escopo mais ampliado na cidade, destaca-se ainda o Festival Nham, que acontece anualmente e reúne gastronomias de diversos países, enquanto coloca imigrantes residentes como protagonistas. Na edição de 2025, foram servidos pratos de 11 nacionalidades diferentes.

Também cabe assinalar algumas ações do poder público local, como o Projeto de Lei para a Política Municipal para a População Migrante em Uberlândia, em tramitação desde 2023 que dispõe sobre o Plano Municipal de Políticas para a População Migrante, Refugiada, Apátrida e Retornada. Uma ação do Legislativo, em parceria com a Cátedra Sergio Vieira de Mello da UFU, cujo objetivo é a implementação de políticas e serviços públicos, e o asseguramento de acesso por parte dos migrantes aos direitos e garantias sociais, impedindo a violação desses direitos, além de combater a xenofobia e o racismo, fomentando também a participação social e a coordenação de ações junto à sociedade civil.

Essas iniciativas, ainda que em estágios diferentes de aplicação, colhendo resultados variados, mostram a percepção da relevância dessa população imigrante e o desejo de bem acolher, com dignidade, essas pessoas na rotina da maior cidade do Triângulo Mineiro – o que, infelizmente, não é uma regra para boa parte dos centros urbanos que se tornaram destino de grupos de migrantes internacionais.

Devido às eventualidades do presente, são muitas as pessoas, com suas respectivas histórias e relações particulares com a comida e com o ato de cozinhar, que vieram para a mesma região. Elas dão prosseguimento à reputação da cidade de Uberlândia como encruzilhada de encontros, enquanto mostram a importância e a força dos costumes que amparam as suas próprias identidades, muitíssimo alicerçadas pela mesa.

Voltando-nos para essas realidades propriamente ditas, conheceremos a seguir um pouquinho de três trajetórias de vida que se convergiram no Triângulo. São exemplares das tendências cada vez mais evidentes dos deslocamentos e radicações de indivíduos estrangeiros diversos no nosso país, integrando-se à sociedade brasileira, enquanto ainda preservam o que há de mais precioso na essência do seu ser, da sua identidade, divulgando também a riqueza do mundo para os que optam por enxergá-la e experimentá-la; e do histórico uberlandense como cidade receptiva, que, de um ponto de passagem, tornou-se destinação final almejada e cheia de promessa.



Uberlândia, 1969. Fundo Documental do "Correio da Manhã".



***Histórias de
migrantes
internacionais
em Uberlândia***

As receitas são como mapas. Mapas para uma lembrança, para um passado, para um pertencimento. E não um mapa que funciona apenas para os poucos que souberem lê-lo, mas um mapa compartilhável, cujo destino pode ser um convite à partilha: a mesa que transporta, que apresenta sabores novos, ou que revisita sensações e afetos que mexem completamente com os que estão ali sentados, dividindo momentos e sensações.

Elas, as receitas, também são democráticas. Ainda que haja uma certa barreira do saber-fazer, além do acesso a certos insumos e equipamentos, ela não se compara, nem de longe, com uma alfândega ou posto imigratório qualquer, com todas as exigências burocráticas, de passaporte, razão de visita e às vezes até de vistos de obtenção complicada. Basta mergulhar nessas receitas para que um novo universo, por vezes completamente alheio à nossa própria realidade cotidiana, pulse da página e, tão logo, transborde da panela.

A seguir, três pessoas abriram suas portas e compartilharam um pouco desses seus “mapas”. Rotas que acessam sabores do Afeganistão, do Marrocos e da Venezuela, e que, para os que falarão a seguir, também são rastros que levam à terra natal, da qual foram privados por motivos diversos, muitas vezes em partidas forçadas provocadas por guerras e crises políticas. Mas o que sobressai é a coragem refeita em terras estrangeiras.

Samiha, Homa e Luis Eduardo. Seus nomes são a primeira marca de uma identidade que a cozinha ajuda a manter viva. Cozinha essa, seja doméstica ou mesmo comercial, que é o espaço onde tais identidade são reafirmadas, diariamente, com as mãos na massa, em atos de memória ativa. Gestos que os localizam no mundo, no presente, sim, mas sem abandonarem os vínculos com o passado.

Para alguns, como o venezuelano Luis Eduardo, a cozinha se tornou trincheira de resistência e forma de sustento. Seu restaurante, o Margarita Drinks & Foods, é um bastião da venezuelanidade em Uberlândia, onde se recusa a misturar sabores para não trair a memória da mãe, cujos gestos ele agora reproduz. Para outros, como a afegã Homa e sua família, cozinhar os pratos típicos do Afeganistão é um ato de sobrevivência cultural, uma forma de “mostrar a nossa cultura, a nossa comida para outra pessoa”, em um novo país que lhes ofereceu paz.

Assim, vemos não apenas a quantos destinos levam, mas quantas vidas são tocadas e elevadas pelas receitas reproduzidas, adaptadas, transformadas e partilhadas. Percebemos também as vidas que não puderam acompanhar esses imigrantes, mas que jamais serão esquecidas: familiares, amigos, colegas, antigos amores e todas as pessoas que partilham e reafirmam essas identidades que ganham continuidade diária na cozinha desses que passaram a residir no Brasil. E, claro, vislumbramos as novas memórias e laços construídos nessa nova terra, tecidos ao redor do fogão, da mesa, do balcão, na vizinhança ou no restaurante, pela partilha de um prato ou pelo simples compartilhamento de um modo de fazer, de uma receita.

A comida é uma ponte, que atravessa longas distâncias, barreiras linguísticas e catástrofes, conectando presente, passado e futuro, reacendendo memórias e incandescentes esperanças. A mesa é o vocabulário que a todos reúne, onde tudo se entende.

Homa: refúgio e paz nos aromas da cozinha familiar

Uma nova vida em busca de paz. Foi essa a motivação que levou Homa a sair do Afeganistão com a sua família, composta também pelas matriarcas – avó, mãe e tia – há quatro anos. Uma decisão forçada tanto pela guerra quanto pela perseguição. “Quando o Talibã chegou, minha avó não conseguiu morar lá”. Escolheram então o Brasil, em busca de liberdade e oportunidades. “Aqui é [terra] boa para estudar, trabalhar. A gente mora livre aqui”.

A cozinha é o elo mais forte com sua cultura. Ela cita com carinho os pratos que são sua herança: *kabuli palau*, um arroz com cenoura e uvas-passas; *bolani*, um pão achatado, recheado e frito, próprio para ocasiões festivas; e o *mantu*, pequeno bolinho, feito em várias unidades, recheado – a receita dela leva frango, cenoura, cebola e pimentão – e cozido no vapor, prato que, ela diz, melhor representa sua história e a de seu povo, por ser muito tradicional e servido em festas, e que Homa preparou para o Festival Nham de 2025 – onde ela serviu como representante da gastronomia afegã na edição realizada entre 14 e 16 de agosto.

São as mulheres da família que carregam esses saberes da cozinha. “Minha avó, minha mãe sabe muito, minha tia”. É lindo reparar que o sabor e o cheiro dessas comidas são marcantes até para quem cresceu rodeado por elas, todos os dias. “A nossa comida é muito cheirosa. Cheira uma comida boa, não sei explicar”, ela diz. Os ingredientes principais são relativamente simples, e muito comuns em preparos típicos brasileiros – ainda que ela perceba as diferenças de tipo, como no caso do arroz, que “lá é um pouco grande, mas aqui é pequenininho”. Ainda assim, são insumos indispensáveis, como a cebola, o tomate, a batata etc. Sendo assim, adaptar as próprias receitas no Brasil requer paciência. Mas as mulheres da família persistem, usando o que encontram. “Nós também fazemos nossa comida com arroz brasileiro, feijão brasileiro”, declara.

E, claro, não podia deixar de haver alguma conquista por parte da culinária brasileira. Homa diz que o pão de queijo foi um dos pratos que agora fazem parte da rotina da família, embora ainda elas, as matriarcas, não tenham aprendido a fazê-lo. E aderiram também ao arroz misturado ao feijão, algo que não se vê no Afeganistão.

Para Homa, compartilhar sua comida é não só um modo de reafirmar sua identidade, mas também uma forma de mostrar quem ela e sua família são, um movimento igualmente importante. “A gente gostaria muito de mostrar a nossa cultura, a nossa comida para outra pessoa”. Uma disposição que também a levou a participar do Nham. E que, como bem conta, faz com que preparem esses pratos para amigos brasileiros, que dizem sempre gostar muito das receitas. Assim, cozinhar é, para sua família, um ato de preservar e compartilhar sua identidade.

Samiha: sabores itinerantes e políglotas

Uma vida viajada encontrou no Brasil um novo lar. Samiha é do Marrocos. Trabalhava por lá como enfermeira, ofício que exerceu por 10 anos. Isso até sair pelo mundo.

Já percorreu pelo menos cinco países, residindo em alguns deles, como os Emirados Árabes Unidos, em experiências que lhe permitiram o domínio ou o conhecimento básico de seis idiomas. “Já falo inglês, francês, turco, árabe, um pouquinho italiano, um pouquinho espanhol”. Quando concedeu entrevista para este livro, em agosto de 2025, havia cinco meses desde sua chegada ao Brasil.

Veio à procura de uma vida melhor, dando sequência na itinerância em busca de recursos. Na sua perspectiva, o Marrocos “não tem muito trabalho”, o que fez com que sua existência por lá fosse árdua, enfrentando dificuldades para obter comida, sustento financeiro, até mesmo acesso à internet. Assim, decidiu sair do país natal que tanto ama. “Quando lá tem [...] trabalho, não deixa mais país”, conta, com alguma dificuldade na pronúncia do português, língua que se esforça para aprender. Além disso, o Marrocos sedia uma marcada desigualdade social, onde “tem pessoas que tem muito dinheiro e pessoas que não tem nada de dinheiro”. O contraste entre as condições de vida de Samiha lá e cá pareceu evidente em pouco tempo, pois ela afirma já ter estabilizado sua vida no Brasil. Já pegou gosto pelo país, onde se sente acolhida e vê que os brasileiros a tratam bem por nutrirem uma perspectiva positiva sobre o seu lugar de origem. Contudo, mantém família no Marrocos, especialmente a mãe, para quem manda dinheiro periodicamente.

Trabalha duro, começando o dia logo cedo em um supermercado. Mas sua grande paixão e talento residem mesmo é na cozinha. “Já tenho experiência com comida árabe, comida de Dubai, comida da Turquia e comida marroquina”. Espeelhando os lugares por onde passou, relacionados aos idiomas que domina. Enumera com orgulho os pratos que faz: “pastel marroquino, pão marroquino, bolo... cuscuz marroquino... frango marroquino... salada”. Ela cozinhava para a família no Marrocos, “já fazia para a mamãe”, diz. E faz questão de marcar um ponto de separação importante entre os comeres marroquino e brasileiro: a fonte principal de carboidrato de todos os dias. O brasileiro, “se precisa, come arroz”. “Nós”, os marroquinos, “não. Precisamos comer pão”. Um traço que liga os seus compatriotas a todo um repertório que Samiha reconhece como “cultura árabe”.

Aqui no Brasil, na necessidade de reprodução dos seus pratos usuais, com gostinho de casa, ela diz encontrar todos os ingredientes sem muitos problemas. Mas também se deixou conquistar por preparos típicos ou comuns do cotidiano uberlandense: “É pão do queijo, pastel do queijo. Já comi muito. Se pedir aqui pizza, é muito bom. Pizza doce. [...] É muito bom, fazem muita comida boa”.

Ainda assim, ela preserva e compartilha sua cultura através da comida, especialmente com outros marroquinos do seu entorno, que se deliciam e reforçam laços comuns ao redor do que ela prepara. Para Samiha, cozinhar é uma forma de cuidar e se conectar.

Luis Eduardo: preservação e projeção de identidade como “ganha pão”

O “ganha pão” como bastião de uma identidade. Luis Eduardo é venezuelano, da ilha de Margarita. Sua jornada até o Brasil foi longa e difícil. Morou sete anos no Peru antes de chegar aqui durante a pandemia, sem os documentos necessários. “Fiquei aproximadamente 4 meses sem documentação... vendendo era só bala na rua”. Até ser auxiliado por uma ONG, com orientação jurídica, a regularizar a situação.

Sua história com a cozinha começou longe de casa. “Eu nunca cozinhei na Venezuela. Minha mãe, ela fazia... Ela não gostava que a gente ficasse cozinhando”. Em vez do fogão, trabalhou desde muito novo vendendo roupas no mercado turístico – espaço fundamental da sua ilha natal –, sendo comerciante nessa área ao longo da vida. Mas no Peru, por necessidade, descobriu seu talento. “Eu comecei a fazer comida, a gente começou a falar, ah, não, você cozinha muito bem”. Tendo dado certo por lá, “quando eu cheguei ao Brasil, eu pensei que faria o mesmo. Eu vou mostrar a culinária venezuelana desse jeito, que é a base da minha comida”.

A saída do país natal se deu por questões políticas, como declara. “A situação do governo estava muito ruim”, ele e sua família tiveram que entregar o ponto em que trabalhavam no comércio, passaram dificuldades, até decidirem ir para o Peru, onde permaneceram por sete anos. Durante a pandemia de COVID-19, vieram então para o Brasil e para Uberlândia.

Hoje, ao lado da esposa, é dono do Margarita Drinks & Foods, onde vende comida típica venezuelana, preparada por eles, e ainda reserva um espaço para empório, com produtos vindos direto da Venezuela. Sua especialidade é a *ahyaca* (ou *hallaca*), um prato complexo preparado nos natais de lá, que ele aprendeu observando a mãe. “Ela fazia para vender e tudo, só que a gente não mexia com nada disso”. Aqui, ele aperfeiçoou a receita e o prato se tornou seu carro-chefe. “Eu tenho quatro anos vendendo esse pastel¹ e é o mais vendido que eu faço”. Imagina-se que a similaridade com a pamonha – que Luis também reconhece –, tão querida no Triângulo Mineiro, bem como em Goiás, tenha ajudado na popularidade dessa versão venezuelana entre os uberlandenses.

1. “Pastel” é uma designação generalista para massas, que ainda povoa o vocabulário hispânico, dos latino-americanos e dos espanhóis, bem como dos portugueses, cuja confeitaria também é “pastelaria”. Distingue-se da definição mais restrita que temos no Brasil.

Ao procurar os ingredientes certos para a transposição dos preparos venezuelanos, alguns desafios logo se mostraram evidentes, boa parte por conta da língua. “Como é o nome em português de tal corte de carne?”, dúvida que ele cita como exemplo. Milhos de variedades diferentes, queijos... Depois de testes e adaptações, chegou-se a um meio-termo em várias receitas, pois nem tudo sai exatamente como Luis se lembra. “São sabores diferentes, temperos”. Além do mais, ele se recusa a misturar a culinária venezuelana com a brasileira em seu negócio. “Não posso mexer com uma gastronomia que eu não conheço”, justifica. Um cuidado que também ajuda a preservar a essência do Margarita. Contudo, apesar de assumir a pouca familiaridade que tem com a gastronomia brasileira, seu modo de falar não esconde que já adotou um vocábulo tipicamente mineiro, em poucos anos de Uberlândia: o “trem”, que serve para se referir a qualquer coisa e, mesmo assim, é entendido por qualquer habitante do estado.

Para ele, cozinhar é a “melhor coisa do mundo”. Seu restaurante é mais que um negócio; é um ponto de encontro da comunidade venezuelana, quiçá a mais numerosa de imigrantes na cidade, e uma forma de mostrar sua cultura para os clientes brasileiros. “A gente dá a conhecer o que é a cultura, o povo, que também é um povo trabalhador”. A *ahyaca* é o prato que ele escolhe para representar sua história, por simbolizar família, união e celebração. É o elo aromático e reconfortante com sua ilha natal e com a mãe, cujos gestos ele honra todos os dias.

À Mesa da História

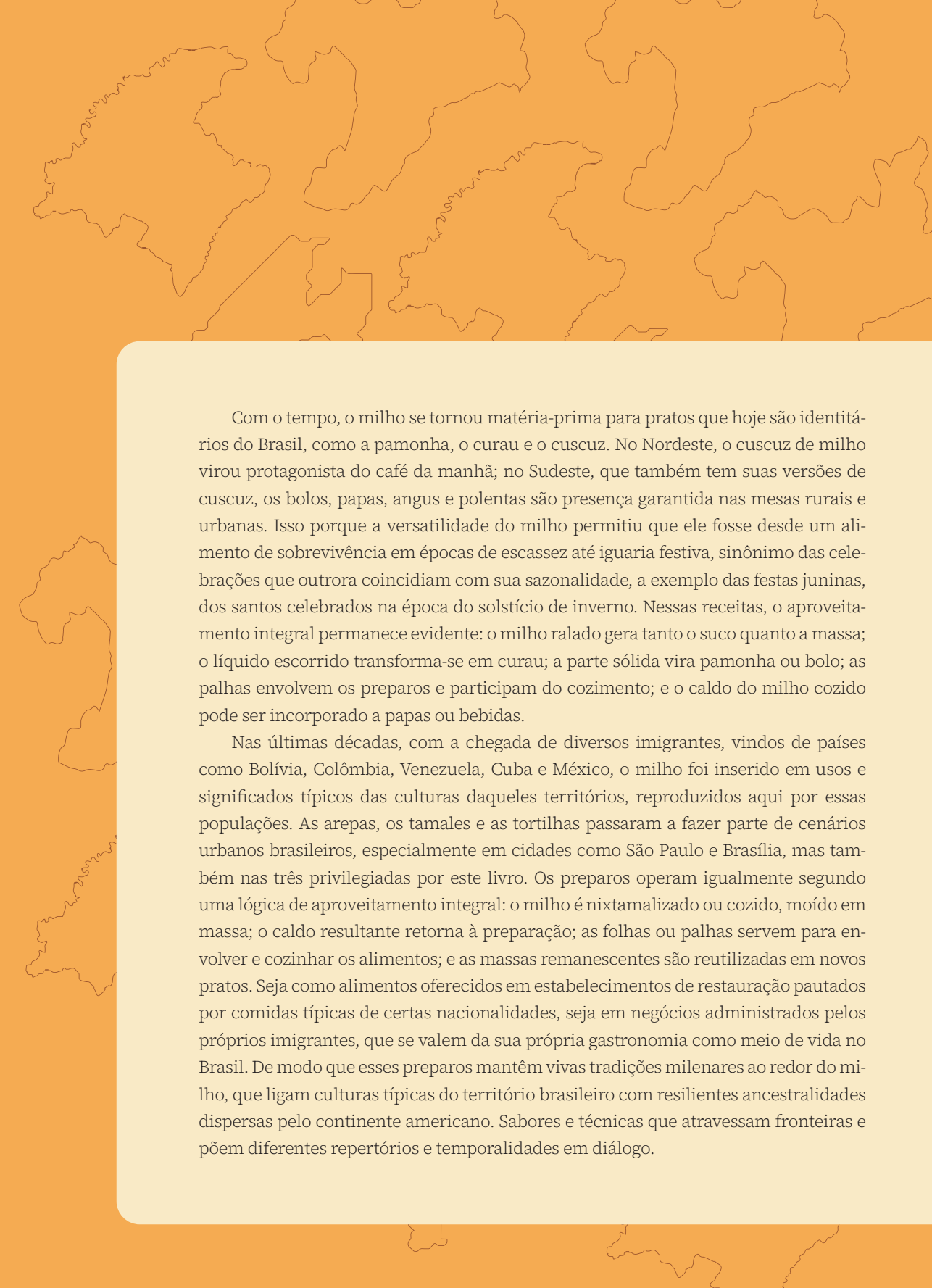
milho

O REI DAS AMÉRICAS



Conhecido como *abatí*, ou *avati*, pelos indígenas do Brasil, sobretudo os falantes do tupi, o milho, *Zea mays*, era muito mais do que um mero alimento cotidiano para esses povos, era parte do seu ser, da sua relação com o território, até mesmo parte de mitos fundadores do mundo. Um ponto partilhado também com outras culturas das Américas, há milênios. Fosse assado na brasa, transformado em farinha ou ainda em bebidas fermentadas, o milho se fez presente no basilar de todos os dias, bem como em rituais sagrados e celebrações, momentos fundamentais de transmissão de cultura e identidade entre gerações de um mesmo povo, em práticas marcadas pelo uso integral do grão, da espiga e dos subprodutos do preparo, nos quais nada se perdia e tudo era transformado.

Se avançarmos ao período colonial brasileiro, veremos o milho citado já nos primeiros documentos que tratam da passagem de Cabral em 1500. No século XVI, nomes como José de Anchieta já registram o cereal como destaque, ao lado da mandioca, na alimentação dos povos nativos, bem como uma alternativa rapidamente adotada por colonos e missionários europeus. Servia ainda, com grande valor, em deslocamentos e expedições dentro do território. Em formas diferentes, do grão na espiga às farinhas em diferentes graus de processamento, transformadas em pães, bolos, papas e mingaus, o milho alimentou, sem exceção, todos os extratos sociais e culturas do período colonial, sendo particularmente valorizado por permitir o reaproveitamento de sobras, a secagem e o armazenamento prolongado, estratégias fundamentais em contextos de escassez, mobilidade e instabilidade.



Com o tempo, o milho se tornou matéria-prima para pratos que hoje são identitários do Brasil, como a pamonha, o curau e o cuscuz. No Nordeste, o cuscuz de milho virou protagonista do café da manhã; no Sudeste, que também tem suas versões de cuscuz, os bolos, papas, angus e polentas são presença garantida nas mesas rurais e urbanas. Isso porque a versatilidade do milho permitiu que ele fosse desde um alimento de sobrevivência em épocas de escassez até iguaria festiva, sinônimo das celebrações que outrora coincidiam com sua sazonalidade, a exemplo das festas juninas, dos santos celebrados na época do solstício de inverno. Nessas receitas, o aproveitamento integral permanece evidente: o milho ralado gera tanto o suco quanto a massa; o líquido escorrido transforma-se em curau; a parte sólida vira pamonha ou bolo; as palhas envolvem os preparos e participam do cozimento; e o caldo do milho cozido pode ser incorporado a papas ou bebidas.

Nas últimas décadas, com a chegada de diversos imigrantes, vindos de países como Bolívia, Colômbia, Venezuela, Cuba e México, o milho foi inserido em usos e significados típicos das culturas daqueles territórios, reproduzidos aqui por essas populações. As arepas, os tamales e as tortilhas passaram a fazer parte de cenários urbanos brasileiros, especialmente em cidades como São Paulo e Brasília, mas também nas três privilegiadas por este livro. Os preparos operam igualmente segundo uma lógica de aproveitamento integral: o milho é nixtamalizado ou cozido, moído em massa; o caldo resultante retorna à preparação; as folhas ou palhas servem para envolver e cozinhar os alimentos; e as massas remanescentes são reutilizadas em novos pratos. Seja como alimentos oferecidos em estabelecimentos de restauração pautados por comidas típicas de certas nacionalidades, seja em negócios administrados pelos próprios imigrantes, que se valem da sua própria gastronomia como meio de vida no Brasil. De modo que esses preparos mantêm vivas tradições milenares ao redor do milho, que ligam culturas típicas do território brasileiro com resilientes ancestralidades dispersas pelo continente americano. Sabores e técnicas que atravessam fronteiras e põem diferentes repertórios e temporalidades em diálogo.

À Mesa da História

mandioca

RAIZ DE MUITAS TERRAS



A mandioca é uma planta que viaja bem. Originária da América do Sul, domesticada há cerca de 8 a 10 mil anos pelos povos indígenas da Amazônia, a hoje chamada *Manihot esculenta* espalhou-se pelo continente e, com a colonização portuguesa, cruzou o Atlântico rumo à África e à Ásia. Chamam-na também de *aipim*, *macaxeira* ou *cassava*, nomes que mudam conforme o sotaque e a história de quem a cultiva.

Desde os primeiros tempos de contato entre os povos indígenas e a raiz, ela se mostrou um ponto focal de sustento e aproveitamento. Diversas culturas desenvolveram técnicas sofisticadas para processá-la, eliminar seu veneno natural, domesticar e modificar certas variedades, até ficarem mais “mansas”, e transformar cada parte da planta em recurso útil, do próprio tubérculo às folhas, das cascas aos líquidos extraídos no beneficiamento. Nada se perdia.

No Brasil, a mandioca é fundação cultural. Foi base da dieta indígena muito antes da chegada dos europeus, sustentou comunidades inteiras durante o período colonial, serviu de refeição na dura travessia atlântica de populações escravizadas e segue presente nas mesas do país: do beiju das aldeias à farofa das festas, da tapioca ao pão de queijo que leva polvilho. Seu aproveitamento integral sempre esteve no centro dessas práticas: a raiz ralada gera massa e líquido; a parte sólida transforma-se em farinha, beiju ou tapioca, enquanto o sumo, quando fermentado, dá origem ao tucupi, base de caldos e molhos. As cascas podem alimentar animais ou enriquecer o solo, enquanto as folhas, ricas em nutrientes, são cozidas e consumidas em diversas regiões amazônicas e africanas, em pratos como a maniçoba. Mesmo as sobras retornam à cozinha, num ciclo contínuo de transformação.

Quando migrantes e refugiados chegam ao Brasil, a mandioca costuma ser um reencontro. Haitianos, venezuelanos, africanos e latino-americanos a reconhecem como parente próxima de alimentos de suas terras: o *fufu* africano, o *casabe* caribenho, a *arepa de yuca* venezuelana. Nesses preparos, não raro repete-se a lógica ancestral do aproveitamento total. Em Toledo, Uberlândia e Rio Verde, ela aparece nos mercados, nas feiras e nas cozinhas solidárias, lembrando que comer é também partilhar origens.

A mandioca tem a força de uma raiz que não se rompe. Ela cresce mesmo em solos pobres, resiste à seca, à distância, ao esquecimento. Por isso, em muitas culturas migrantes, seu sabor é o da persistência, o gosto do que permanece. Raiz que alimenta corpos e memórias, planta que ensina a transformar escassez em abundância, a mandioca segue atravessando tempos e territórios, sustentada por saberes de aproveitamento integral que fazem da cozinha um lugar de continuidade e partilha cultural.

À Mesa da História

arroz

O GRÃO DO ENCONTRO



O arroz é uma das sementes mais antigas da humanidade – e também uma das que mais viajou. Duas espécies acompanham a história das migrações humanas: o *Oryza sativa*, de origem asiática, domesticado há mais de dez mil anos nas margens do Yangtzé; e o *Oryza glaberrima*, o arroz vermelho africano, cultivado há pelo menos três mil anos nas planícies alagadas da África Ocidental, entre o Senegal e a Nigéria. Já nesses contextos, o cereal foi parte de sistemas que prezavam pelo aproveitamento amplo da planta, das palhas e caules destinados à construção, ou convertidos em combustível do fogo, às cascas, que protegiam o grão no armazenamento e depois retornavam à terra como fertilizante.

Quando o tráfico de pessoas escravizadas ligou a África às Américas, atravessaram o oceano não apenas corpos, mas também conhecimentos. Conta-se que algumas mulheres africanas escondiam grãos de arroz entre as tranças do cabelo, e ainda que essa imagem pertença mais ao campo do símbolo e da ornamentação pelo dourado que os grãos têm antes de descascados, ela expressa o essencial: o saber de cultivar, colher e cozinhar o arroz vermelho foi trazido consigo, transmitido como herança viva.

Esses saberes moldaram as paisagens do Maranhão, do Recôncavo Baiano e de outras regiões úmidas do Brasil colonial. Mas o arroz vermelho africano, resistente e de sabor marcante, logo se tornou alvo de desconfiança. Seu cultivo foi regulado pelas autoridades coloniais, e depois, o império preferiu o arroz branco asiático como investimento. Mesmo assim, o *Oryza glaberrima* sobreviveu nas beiras de rios, nos quintais e nas pequenas roças camponesas. Sua cor vermelha passou a ser lembrança e resistência, um sinal de continuidade no exílio.

No Brasil moderno, o arroz encontrou o feijão, e dessa combinação nasceu o prato feito – o nosso PF, síntese perfeita da diversidade e da igualdade à mesa. Reunindo o grão asiático e a leguminosa americana, o arroz com feijão tornou-se símbolo nacional e alimento democrático, presente do norte ao sul, nas cozinhas domésticas, nos restaurantes populares e nas marmitas de trabalhadores. É o sabor do cotidiano e, ao mesmo tempo, a prova de que a mestiçagem cultural também se cozinha e dá caldo! E mesmo nesse contexto de cozinhas urbanas contemporâneas, persistem algumas práticas de aproveitamento, enquanto novas soluções são desenvolvidas, fruto da criatividade, dos contatos interculturais e de sensibilidades contemporâneas relacionadas à disponibilidade de alimentos e aos impactos ambientais de sua produção. O arroz “dormido” vira bolinho, ou vai para o forno em nova roupagem; os restos retornam à panela em novos pratos; e até água do arroz é preservada e usada para fins de saúde. Assim, mantem-se viva uma lógica ancestral de transformação contínua do alimento, na qual o desperdício é um interdito.

Hoje, o arroz é alimento de convergência. Na mesa das famílias brasileiras e migrantes, ele aparece em múltiplas versões: o *diri kole ak pwa* haitiano, o *asopado* venezuelano, o *arroz kesu* paraguaio, o *jollof rice* africano. Em cada prato, uma combinação de mundos e memórias.

Símbolo de fartura, o arroz continua a unir povos. Seja branco, vermelho ou dourado, é um grão de travessia: pequeno como uma semente, mas vasto como a história de quem o cultiva. E, em cada cultura que o acolhe, permanece a certeza de que alimentar é também saber aproveitar, transformar e fazer render, para então compartilhar, através de gestos cotidianos que conectam passado, presente e futuro.

Rio Verde

*Histórias, sabores e memórias
no coração do Cerrado*





Rio Verde é hoje uma das cidades mais expressivas do sudoeste goiano, referência econômica e social no interior do Brasil. Localizada a cerca de 220 km de Goiânia, a capital do estado, e próxima das divisas com Minas Gerais e Mato Grosso do Sul, o município ocupa posição estratégica na rede urbana e logística do Centro-Oeste. A cidade surgiu de uma ocupação do século XIX, ligada inicialmente à pecuária extensiva e à agricultura de subsistência, mas logo se consolidou como núcleo administrativo e religioso a partir da criação da paróquia de Nossa Senhora das Dores, em 1848. Ao longo do tempo, o território acompanhou os ritmos de transformação do Cerrado: de sertão percorrido por tropeiros e boiadas, transformou-se em área de lavouras mecanizadas e, por fim, em polo agroindustrial de projeção nacional. Segundo dados do Censo de 2022, Rio Verde conta com mais de 225 mil habitantes,¹ número que a coloca entre as cidades médias mais populosas de Goiás, com uma área territorial de mais de 8 mil km². Sua economia atual é marcada pelo peso do agronegócio, com destaque para a soja, o milho e a produção de carnes, mas também pela presença de comércio diversificado, serviços de educação superior e atividades culturais, situando-a como centro regional dinâmico.

1. <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/>

Uma cidade entre rios e fronteiras

Essa posição de destaque não se explica apenas pela produção agrícola, mas também pela capacidade de atrair migrantes, investimentos e inovações ao longo de sua história. Rio Verde tornou-se ponto de convergência de fluxos internos – mineiros, paulistas, nordestinos, sulistas¹ – e, mais recentemente, de imigrantes internacionais, como haitianos e venezuelanos, que se inserem em cadeias de trabalho urbano e agroindustrial. Essa diversidade humana se reflete na cultura, na religiosidade e na mesa da cidade, que abriga tanto os sabores tradicionais goianos, como o arroz com pequi e o empadão, quanto pratos e costumes trazidos por diferentes grupos. Além disso, a localização geográfica privilegiada e a infraestrutura de transporte, que conecta a cidade às rodovias federais e à hidrovía Tietê-Paraná por meio do Porto de São Simão, reforçam seu papel de entreposto comercial e logístico entre o Centro-Oeste e o Sudeste do país. Hoje, Rio Verde é conhecida por ser um espaço de encontros, de memórias e de reinvenções culturais, onde passado sertanejo, modernização agrícola e diversidade migratória se encontram e se entrelaçam.

Os primeiros contornos de um espaço sertanejo

O próprio nome Rio Verde é uma chave para compreender a geografia e a memória da cidade. Ele deriva do rio homônimo, curso d'água de águas claras que atravessa a região e que, desde o período colonial, servia de referência para viajantes, indígenas e colonos. Essa ligação entre topografia e identidade local não é mero detalhe: rios e veredas foram fundamentais para fixação humana, fornecendo água, pesca e caminhos de circulação. A escolha do nome, preservada na documentação oficial desde o século XIX, revela o papel estruturante do rio que deu sentido à ocupação do território e moldou a paisagem simbólica da comunidade. Estudos toponímicos² mostram, aliás, que a região intermediária de Rio Verde é pontuada por nomes de origem indígena, em grande parte tupis, associados a acidentes geográficos, animais e plantas, o que indica a presença ou a memória de povos originários muito antes da formação do núcleo urbano. O topônimo Rio Verde, assim, não apenas batizou o lugar, mas reafirmou a centralidade da natureza na identidade local.

Antes da chegada dos colonos luso-brasileiros, o sudoeste goiano era território de grupos indígenas, sobretudo os Kayapó meridionais, mas também outros povos que circulavam pelas bordas do Cerrado. Eles se sustentavam pela caça, pela pesca, pela coleta e por formas de agricultura itinerante, conhecedores dos segredos de uma paisagem que para os recém-chegados se mostrava hostil e pouco explorada. Os conflitos não tardaram a surgir: a marcha colonizadora dos séculos XVIII e XIX empurrou comunidades indígenas para áreas mais distantes, enquanto os colonos se apropriavam de terras férteis, legitimadas mais tarde como sesma-

¹ CAMARGO, José Francisco de. Migrações inter-regionais. In: AZEVEDO, Aroldo de. (org.) *Brasil: a terra e o homem*. Vol. II – *A vida humana*. Cia. Editora Nacional: São Paulo, 1970.

² A toponímia de origem tupi na Região Geográfica Intermediária de Rio Verde (GO). *Revista de Estudos da Linguagem*, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 51–76, 2024.

rias e depois como propriedades privadas. Essa violência inicial acabou invisibilizada por narrativas oficiais, mas deixou marcas profundas na história local, desde topônimos preservados até memórias de enfrentamentos e resistências.

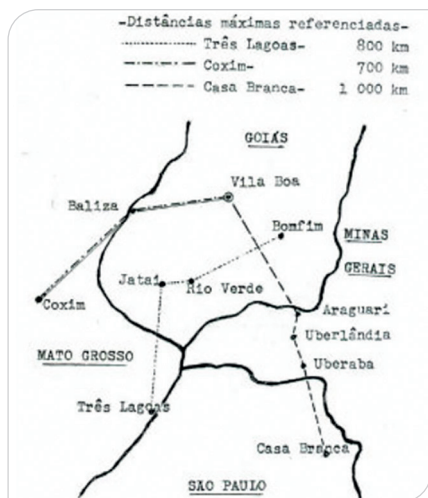
A fundação formal de Rio Verde está ligada a um ato religioso e comunitário. Em 25 de agosto de 1846, o casal José Rodrigues de Mendonça e Florentina Cláudia de São Bernardo doou sete sesmarias de suas terras à Igreja, destinando-as ao patrimônio religioso e à construção de uma capela. A devoção escolhida foi a de Nossa Senhora das Dores, que se tornaria padroeira e símbolo de identidade para gerações de rio-verdenses. A capela erguida em torno desse patrimônio não era apenas um espaço de culto, mas um marco de organização social: em torno dela reuniam-se famílias, organizavam-se festas, eram registrados batismos, casamentos e óbitos. Dois anos mais tarde, em 5 de agosto de 1848, pela Lei Provincial nº 6, o arraial foi elevado a distrito, configurando-se como freguesia sob a invocação da padroeira. A elevação a vila viria em 6 de novembro de 1854, quando se criou a Câmara Municipal e a localidade ganhou status político próprio dentro da Província de Goiás. Esse processo de institucionalização transformou o antigo arraial em núcleo urbano reconhecido, reforçando sua centralidade regional.



Arquivo do IBGE.

Capela N. Sra. Das Dores, [19--].

A economia do período oitocentista era simples, mas vital. Sustentava-se principalmente da pecuária extensiva e das lavouras de subsistência, que forneciam milho, feijão, mandioca e cana. O gado bovino, base da riqueza regional, era beneficiado por uma política de incentivo criada ainda no início do século XIX: a isenção de impostos por dez anos para criadores que se estabelecessem na região. Essa medida atraiu colonos e favoreceu a ocupação das chamadas



Roteiros das tropas e dos carros de bois de Goiás na segunda metade do século XIX.

Fonte: NOGUEIRA, Wilson Cavalcanti. *Mestre Carreiro. A folclórica*, n.08. Instituto Goiano de Folclore: Goiânia, 1980. p.45.

terras devolutas, transformando Rio Verde em ponto estratégico da economia pecuária da província. As boiadas seguiam em direção a Jataí, Catalão e ao Triângulo Mineiro, e os tropeiros faziam da vila um entreposto para descanso e comércio. O movimento das boiadas, associado ao abastecimento das vilas vizinhas, gerava uma dinâmica de circulação que superava a dimensão local, integrando Rio Verde a redes mais amplas.³

A sociedade goiana do século XIX refletia o padrão das comunidades sertanejas do interior, nas quais grandes fazendas de gado e propriedades médias conviviam com pequenos roçados de agricultores pobres e agregados. A escravidão fazia parte do cotidiano, sustentando o trabalho tanto nas grandes propriedades quanto nas pequenas lavouras. Os censos da segunda metade do século XIX indicam que negros e pardos compunham cerca de 70% da população livre de Goiás,⁴ o que evidencia o peso das populações afrodescendentes na formação da província,

mesmo fora das áreas mineradoras. Embora a documentação específica de Rio Verde seja escassa nesse aspecto, é plausível supor que o município tenha seguido esse mesmo padrão regional, contando com a presença de trabalhadores escravizados e libertos que contribuíram de modo decisivo para a economia pastoril e agrícola e, muito provavelmente, também para a vida cultural e comunitária local.

Na segunda metade do século XIX, Rio Verde se consolidou como elo regional no sudoeste de Goiás. Sua população crescia lentamente, acompanhando a expansão das áreas povoadas, e a vila tornava-se referência administrativa e econômica para comunidades vizinhas. A instalação de distritos adjacentes, como Torres do Rio Bonito em 1855, ampliou sua jurisdição e, em 1862, ocorreu a instalação definitiva do distrito-sede, sinalizando estabilidade institucional.⁵ Embora distante dos grandes centros e isolada por longos trechos de sertão, a vila começava a ser reconhecida como espaço de dinamismo, capaz de articular trocas comerciais e redes sociais. O cotidiano era marcado pela mescla de permanência e mudança: a pecuária seguia como base da economia, mas novas famílias chegavam atraídas pelas terras e pela promessa de prosperidade.

Assim, ao final do século XIX, Rio Verde já se distinguia de um simples ponto de passagem. Era uma comunidade estabelecida, com identidade própria, sustentada devoção à sua padroeira, estruturada pela pecuária e pelas

3 OLIVEIRA, Hamilton Afonso de. *A construção da riqueza no sul de Goiás 1835-1910*. São Paulo: Pimenta Cultural, 2023.

4 OLIVEIRA, Eliézer Cardoso de. "O medo do outro": conflitos entre brancos, negros e mestiços em Goiás nos séculos XVIII e XIX. *Revista Territórios & Fronteiras*, Cuiabá, vol. 10, n. 2, ago-dez., 2017.

5 IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Rio Verde (GO) - Histórico e formação administrativa. Biblioteca do IBGE. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/biblioteca-catalogo.html?id=31298&view=detalhes&utm>

redes de comércio, e marcada por uma sociedade plural, na qual indígenas deslocados, escravizados e libertos, colonos vindos de Goiás e Minas, e famílias de pequenos agricultores conviviam em diferentes posições sociais. A vila sertaneja, com suas casas de taipa, ruas de terra, festas religiosas e feiras de gado, representava um microcosmo da fronteira agrícola goiana oitocentista. Esse alicerce, construído na primeira metade do Oitocentos e consolidado ao longo do século, seria a base sobre a qual Rio Verde se transformaria, no século XX, em polo urbano e agrícola de projeção nacional.

Do sertão à cidade em transformação: o século XX

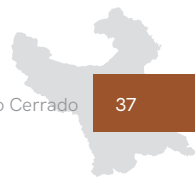
*Rio Verde de agora...que mudança!/
Colmeia de trabalho e de bonança,/
que do progresso brilha no apogeu.⁶*

O início do século XX encontrou Rio Verde ainda marcada por sua feição sertaneja: ruas de terra, casas de adobe e madeira, a matriz de Nossa Senhora das Dores como referência central e a pecuária como base econômica. Esse quadro, porém, já começava a se modificar. O crescimento demográfico, a ampliação de roças e a chegada de novas famílias vindas de Goiás e de Minas Gerais conferiam vitalidade à vila, que se tornava um ponto de passagem cada vez mais importante para tropeiros e comerciantes. A intensificação do movimento de mercadorias e pessoas, sobretudo a partir da década de 1910, fortalecia sua função como entreposto regional, preparando o terreno para a consolidação de Rio Verde como centro de comércio e serviços. Embora ainda distante dos grandes eixos de infraestrutura, o município se inseria gradualmente nas dinâmicas nacionais de modernização que penetravam o interior brasileiro.

A década de 1930 marcou um momento de inflexão. Durante o governo de Getúlio Vargas, políticas de centralização administrativa e de estímulo ao desenvolvimento do interior trouxeram a promessa de maior integração do Centro-Oeste ao restante do país. Rio Verde, localizada em posição estratégica no sudoeste goiano, começou a receber investimentos em infraestrutura básica: escolas, postos de saúde e estradas vicinais. Ao mesmo tempo, os fluxos migratórios internos se intensificaram: mineiros, paulistas e nordestinos⁷ procuravam terras mais baratas, oportunidades de trabalho na pecuária e no comércio, ou simplesmente melhores condições de vida. Essa diversidade de origens já prenunciava a vocação migratória que se tornaria ainda mais visível nas décadas seguintes. O mercado semanal, as festas religiosas e o calendário cívico refletiam esse dinamismo, funcionando como espaços de troca econômica e também de sociabilidade, onde a população se encontrava, negociava e celebrava.

⁶ LYNCE, Leo. "Rio Verde". In: LYNCE, Leo. *Poesia Quase Completa*. Goiânia: Editora da UFG, 1997, p. 293.

⁷ SOARES, Fernando UHLMANN. *Mãos que escrevem o território, escrevem a vida: o trabalhador migrante nordestino em Rio Verde, Goiás*. Tese de Doutorado - Universidade Federal de Goiás (Jataí), 2020.





Acervo do IBCE.

Ponte do Canal de São Simão, [19--].

Nas décadas de 1950 e 1960, as transformações ganharam novo ritmo.⁸ A construção de Brasília (1956–1960) e a política de integração nacional do governo Juscelino Kubitschek favoreceram a abertura de rodovias que ligaram o sudoeste goiano aos principais centros do país. A BR-060, conectando Goiânia a Jataí, colocou Rio Verde em posição estratégica para o escoamento da produção pecuária e agrícola. Essa integração logística impulsionou o crescimento da cidade, que começou a atrair comerciantes, investidores e novos fluxos migratórios. O espaço urbano expandiu-se: bairros planejados foram abertos, praças remodeladas e equipamentos públicos construídos. A paisagem rural, dominada pela pecuária, passou a conviver com uma cidade em modernização, que abrigava cinemas, clubes sociais e colégios, criando um ambiente urbano mais diversificado, ainda que marcado por tensões entre tradição e inovação.

O verdadeiro salto, entretanto, viria a partir da década de 1970, quando Rio Verde foi incorporada ao processo de modernização agrícola que transformaria o Cerrado em uma das maiores fronteiras de produção de grãos do mundo. Programas federais como o POLOCENTRO (1975) e o PRODECER (1979)⁹ ofereceram crédito, tecnologia e incentivos para colonos oriundos do Sul e do Sudeste, que introduziram práticas de cultivo mecanizadas e variedades adaptadas de soja e milho. Essa nova configuração alterou profundamente a economia e a sociedade: antigas fazendas

Conheça mais sobre o
POLOCENTRO



⁸ BORGES, Barsanufio Gomides. Goiás Modernização e Crise – 1920-1960. Tese de Doutorado apresentada ao Departamento de História da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo: São Paulo, 1994.

⁹ SANTOS, Clóvis Caribé Menezes dos. Programa de Cooperação Nipo-Brasileira para o Desenvolvimento dos Cerrados – PRODECER: um espectro ronda os cerrados brasileiros. Estudos Sociedade e Agricultura, outubro de 2016, vol. 24, n. 2, p. 384-416.

de gado foram convertidas em lavouras extensivas, áreas de cerrado foram derrubadas e surgiram grandes cooperativas agrícolas, como a COMIGO, fundada em 1975, que se tornaria referência nacional. Nesse contexto, Rio Verde consolidou-se como a “capital do agronegócio goiano”, projetando-se no cenário nacional pela produtividade e pela inserção em cadeias globais de exportação. Mas o avanço também trouxe tensões: concentração fundiária, desigualdade social e pressões ambientais passaram a conviver com a imagem de prosperidade.

As transformações econômicas repercutiram intensamente no tecido social. O crescimento urbano e a chegada de novos habitantes deram à cidade um dinamismo que ultrapassava sua antiga feição de vila pecuária. A população aumentou de forma constante, acompanhando o impulso agrícola e pecuário, e a paisagem urbana começou a se diversificar. As casas de adobe foram substituídas por construções de alvenaria, o traçado urbano se expandiu para além do núcleo em torno da matriz e novos bairros surgiram, atraindo comerciantes, funcionários públicos e famílias de migrantes. A vida cotidiana já não se resumia às feiras de gado e às procissões religiosas: cinemas, clubes recreativos, escolas públicas e mercados permanentes passaram a fazer parte do cenário, sinais de uma modernidade que alcançava o interior de Goiás.



Arquivo do IBGE.

Clube Recreativo Rioverdense : Rio Verde - GO, 1974.

Os fluxos migratórios internos foram decisivos nessa transformação. A pecuária continuou a atrair famílias mineiras e paulistas, mas a modernização agrícola a partir dos anos 1970 ampliou ainda mais a diversidade humana. Agricultores sulistas instalaram-se com suas técnicas, capitais e redes cooperativas, introduzindo novas formas de sociabilidade. O churrasco nos fins de semana, a organização

comunitária em torno de associações rurais e os bailes de salão passaram a conviver com tradições goianas, como a moda de viola, a catira e as folias do Divino. Ao mesmo tempo, migrantes nordestinos tiveram papel fundamental como mão de obra nas lavouras e na construção civil, trazendo consigo seus costumes, suas festas e sua culinária. Essa pluralidade de origens compôs uma cultura híbrida, visível na fala, nas celebrações e, sobretudo, na mesa rio-verdense.

A religiosidade manteve-se como eixo estruturante da vida comunitária. A festa da padroeira, Nossa Senhora das Dores, permaneceu como o principal evento



Folia de Reis, Turvelândia, 2011. (O casal de Palhaços).

Autor: Washington Maciel da Silva

anual, reunindo procissões, novenas, barraquinhas e shows populares, agora em escala cada vez maior com o crescimento demográfico. Outras manifestações católicas, como a Festa do Divino e as folias de Reis, continuaram a ser transmitidas de geração em geração, ao lado da multiplicação de templos evangélicos e novos espaços de espiritualidade, que refletiam a diversidade religiosa característica do Brasil urbano do século XX. Mas a centralidade simbólica da matriz não se perdeu: ao redor dela a cidade cresceu, e a própria praça tornou-se espaço de sociabilidade, comércio e encontro.

No campo da alimentação, Rio Verde experimentou um verdadeiro mosaico de influências. Os pratos tradicionais do Cerrado, como o arroz com pequi, a galinhada, o empadão goiano e as quitandas de milho verde como pamonhas, curau e bolos permaneceram como símbolos identitários, reforçados nas festas populares e nos almoços de domingo. Mas novas camadas foram se somando: o churrasco gaúcho, difundido pelos migrantes do Sul; a carne de sol e a farinha, trazidas pelos trabalhadores nordestinos; e, mais tarde, receitas de imigrantes internacionais que começaram a chegar ao município no fim do século XX. A mesa tornou-se um espelho da cidade: diversa, marcada por encontros, aberta a novos sabores sem deixar de valorizar as tradições locais. Essa convivência de práticas alimentares é, em si, uma narrativa de pertencimento, pois revela como migrantes e moradores reinventaram o cotidiano rio-verdense, fundindo origens distintas numa experiência comum de cidade em transformação.

Novos horizontes de um Cerrado em transformação

O século XXI abriu uma nova etapa para Rio Verde, marcada não apenas pelo crescimento urbano e pela consolidação do agronegócio, mas também pela chegada de migrantes internacionais que passaram a integrar o cotidiano da cidade. Ao lado de mineiros, paulistas, nordestinos e sulistas que historicamente molda-

ram a identidade rio-verdense, haitianos, venezuelanos e africanos francófonos trouxeram novas vozes, saberes e práticas culturais. Longe de serem apenas mão de obra, esses grupos trouxeram consigo histórias de coragem e esperança, construindo pontes entre o Cerrado goiano e outras geografias do mundo.

Os haitianos foram pioneiros nesse movimento, chegando a partir de 2010 em busca de melhores oportunidades após o devastador terremoto que atingiu seu país. Muitos se inseriram nas cadeias industriais de processamento de carnes e grãos, mas também abriram pequenos negócios, frequentaram escolas técnicas e trouxeram novas sonoridades e sabores à vida urbana de Rio Verde. Suas festas, músicas e pratos típicos começaram a ser partilhados com vizinhos brasileiros, criando momentos de convivência que revelam como a migração pode ser fonte de enriquecimento mútuo.

Pouco menos de uma década depois foi a vez dos venezuelanos, que chegaram ao Brasil em meio à crise humanitária de seu país. Em Rio Verde, encontraram trabalho e acolhimento em escolas, paróquias e associações civis. Muitos se estabeleceram com suas famílias, participando de programas de capacitação e contribuindo para a diversidade cultural da cidade. Um gesto simples, como a venda de arepas em feiras locais,¹⁰ tornou-se um símbolo dessa integração, mostrando que receitas e sabores são também pontes de pertencimento e de reconhecimento.

A presença desses migrantes ajudou a ampliar o horizonte cultural de Rio Verde. Nas praças, hoje é possível ver crianças brincando em português, espanhol e crioulo haitiano; nas feiras, barracas de pamonhas convivem com pratos caribenhos e andinos; nas igrejas, celebrações misturam sotaques e cânticos distintos. Essa convivência transformou a cidade em um espaço mais plural, aberto a novas experiências e menos fechado em suas tradições. Longe de representar apenas desafios, a migração internacional tem renovado o espírito comunitário rio-verdense, mostrando que a identidade local se fortalece justamente por ser feita de encontros e de diversidade.

Assim, o século XXI confirma um traço que já vinha do passado: Rio Verde é uma cidade construída pelos migrantes. Se no século XIX foram os goianos e mineiros que fundaram a freguesia; se no século XX foram paulistas, sulistas e nordestinos que a transformaram em polo agroindustrial; agora são haitianos, venezuelanos e outros povos que a conectam ao mundo. Essa presença, longe de diluir a identidade rio-verdense, a enriquece, reafirmando a cidade como um território de hospitalidade, de convivência e de reinvenção cultural.



Monumento na Alameda Barrinha, em formato de árvore, que representa o desenvolvimento econômico e cultural de Rio Verde.

¹⁰ CARNEIRO, J. D. Família de venezuelanos surdos reconstrói a vida vendendo arepas na Zona Norte do Rio. Matéria para o G1 Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 11 maio 2018. Disponível em: <https://g1.globo.com/rj/rio-de-janeiro/noticia/familia-de-venezuelanos-surdos-reconstrui-a-vida-vendendo-arepas-na-zona-norte-do-rio.ghtml>.

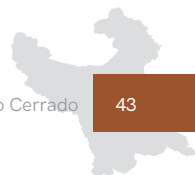


***Histórias de
migrantes
internacionais
em Rio Verde***

Se a trajetória de Rio Verde pode ser contada por meio de números, programas e marcos institucionais, ela só ganha sentido pleno quando revisitamos as experiências pessoais daqueles que ajudaram a construir a cidade com seu trabalho, sua fé, suas lembranças e seus sabores. Desde os primeiros colonos vindos de Goiás e Minas, passando pelos tropeiros, nordestinos, paulistas e sulistas que transformaram o Cerrado em território agrícola, até os haitianos e venezuelanos que chegaram no século XXI, a história local é feita de deslocamentos e de encontros.

É nesse cruzamento entre memória e presente que surgem as histórias de migrantes aqui reunidas. Cada relato é singular, marcado por trajetórias de esperança, luta e pertencimento. Apesar disso, todos dialogam com uma experiência coletiva: a de fazer de Rio Verde um novo lar. Neles aparecem lembranças da terra de origem, saudades da família, desafios enfrentados ao chegar, mas também descobertas, conquistas e novas raízes lançadas no solo do Cerrado.

Essas histórias revelam como a cidade é permanentemente recriada a partir da circulação de pessoas. Elas mostram que a migração não é apenas movimento físico, mas também troca de saberes, de práticas e de afetos. E é pela cozinha, pelas festas e pela vida cotidiana que essa integração se manifesta com mais força. Por isso, ouvir os migrantes é compreender não só o passado e o presente de Rio Verde, mas também o seu futuro como território de convivência, diversidade e reinvenção cultural.



Marielkis: o acolhimento entre arepas e açaí

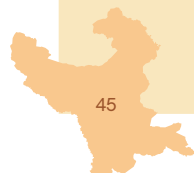
Marielkis nasceu na Venezuela e lembra com carinho da infância passada ao lado da mãe e da avó. Foi um tempo de amizades, de brincadeiras e de felicidade, ainda que marcado pela ausência da irmã, que vivia em outra cidade. Essa mistura de afetos e saudades acompanha suas memórias, sempre associadas à presença da família e, sobretudo, ao cuidado da avó, que cozinhava os pratos mais especiais da casa. Quando ela adoeceu, foi a mãe quem assumiu a cozinha, transmitindo saberes e temperos que se tornariam parte essencial de sua identidade.

A decisão de deixar a Venezuela foi dura, mas inevitável. A crise econômica tornou a vida insustentável, com salários que mal alcançavam o equivalente a cem reais por mês, insuficientes até para garantir comida. Em 2017, ela partiu com a família em busca de novas possibilidades. Primeiro foram para a Colômbia, depois para o Peru, onde conheceram também o peso da xenofobia, marcada pelo olhar de rejeição ao ouvir o sotaque venezuelano. Em 2019, escolheram o Brasil como destino e chegaram poucos meses antes da pandemia de Covid-19, que dificultou a adaptação e restringiu oportunidades. O primeiro choque foi a língua: acreditavam que conseguiriam se comunicar em espanhol, mas logo descobriram a barreira do português. Pedir informações simples, como localizar uma igreja ou um restaurante, se tornava um desafio. Aos poucos, com humor, gestos e persistência, foram aprendendo a se expressar, e a vida começou a se organizar.

Entre os maiores desafios da adaptação estava a comida. Acostumados a sabores e combinações da Venezuela, estranharam o feijão brasileiro, os temperos mais simples e a ausência de pratos familiares. No início, recorriam a hambúrgueres, por parecerem mais próximos do gosto de casa. Com o tempo, Marielkis foi redescobrimo ingredientes e recriando receitas da infância. O almoço tradicional, que inclui arroz, feijão preto, carne desfiada, ovo, banana-da-terra e queijo ralado, permanece como um marco de identidade, lembrança viva da mesa venezuelana. A arepa, feita de farinha de milho e recheada de carnes, queijos ou presunto, segue como símbolo de pertencimento, mesmo que hoje a farinha especial seja cara e difícil de encontrar. Nos aniversários, o prato de festa era o arroz com frango, feito com bacon e calabresa, receita que ainda evoca os momentos celebrados em família. E nas festas de Natal, a grande tradição era o Ayaka, preparado com carnes, legumes e temperos embrulhados em folha de bananeira, prato que lembra muito a pamonha brasileira, mas que guarda cheiros e sabores inconfundíveis.

O contato com a culinária brasileira também abriu novas portas. No começo, o açai lhe pareceu estranho e forte demais, mas logo se tornou uma paixão quando experimentado com leite condensado, leite em pó e banana. O feijão tropeiro e o estrogonofe foram outras descobertas que a conquistaram, a ponto de aprender a preparar esses pratos em casa. Para ela, cozinhar é uma forma de se entreter, mostrar habilidades e, sobretudo, de se aproximar das pessoas. Foi assim que decidiu transformar a culinária em trabalho: começou a vender cachorro-quente venezuelano, não apenas para conterrâneos, mas também para brasileiros curiosos pelos novos sabores. No pão quentinho, a salsicha vem acompanhada de carne desfiada, salada de repolho e cenoura, queijo ralado, batata palha e molhos variados — inclusive um de milho, inexistente no Brasil, que faz sucesso entre os clientes.

Hoje, cozinhar significa mais do que preparar refeições: é um modo de manter viva a memória da Venezuela, de compartilhar sua cultura e, ao mesmo tempo, de se integrar ao Brasil. Ao oferecer uma arepa a um vizinho ou ao aprender a gostar de um prato goiano, Marielkis recria laços, transforma saudades em pertencimento e constrói uma história de resistência e de esperança. Para ela, a comida é a ponte que liga a infância ao presente, a avó à filha, a Venezuela a Rio Verde — prova de que migrar também é reinventar sabores para nunca deixar que a memória se perca.



Carmen: um caminho de fé, arepas e pequi

Antes de começar a contar, Carmen pede licença para agradecer. “Primeiro a Deus”, diz, “pelas bênçãos de cada dia, pela coragem e pela perseverança.” A voz oscila e ela avisa que pode se emocionar, porque falar da própria vida é tocar o que está mais exposto no coração. Da Venezuela, onde foi professora e viveu uma rotina estável ao lado do marido, microempreendedor do pescado, Carmen recorda a casa cheia, os três filhos (duas meninas e o caçula) e os netos que lhe deram novo sentido. Até que a crise econômica tornou o básico impossível: o rendimento do trabalho dela e do marido já não cobria nem a alimentação. A decisão de migrar, tomada “pensando sobretudo nas crianças”, abriu um caminho difícil e, ainda assim, bordado de cuidados que ela chama de milagres discretos.

O primeiro desses cuidados atendeu pelo nome de família. Um sobrinho, Eduardo, já vivia no Brasil e acenou com a possibilidade real de chegada. O segundo cuidado veio do próprio caçula, que tomou a dianteira para preparar a rota; um jovem chamado Lucas Machado o percebeu no semáforo vendendo balas, apresentou-o à Segunda Igreja Presbiteriana e, a partir dali, a rede se ampliou. Entre 2016 e 2017, o fio se amarrou: com apoio da Igreja, do pastor Juliano e de sua esposa, a papelada foi organizada, e a travessia ganhou corpo. Os desafios incluíam novo idioma, novas regras, novas paisagens. Mas havia mãos estendidas. Na fronteira, membros da Igreja acolheram a família; depois veio a etapa amazônica: sete dias e sete noites pelo rio Madeira, numa balsa onde ela pegou uma gripe forte e o marido adoeceu do cólon. Ali conheceram o médico Dr. Délio e Isabel, que dividiram remédios, escuta e, ao final do trajeto, café com empadas e um telefone para avisar às filhas, há dias sem notícias. Em Porto Velho, o filho do médico levou-os à rodoviária; Délio ainda deixou R\$ 100 “para o almoço do dia seguinte”. No ônibus rumo a Goiás – 36 horas de estrada, uma troca em alguma cidade de Mato Grosso, perguntas repetidas a cada parada (“É aqui Rio Verde?”) –, a ansiedade só cedeu quando, às três da manhã de uma sexta-feira, enfim desceram.

A chegada seguiu cercada de acolhimento. Entre os nomes que Carmen não esquece está Mari Richard, boliviana e irmã de fé, cujo espanhol lhe devolveu o conforto da língua de casa quando o português ainda parecia um muro. “Ela nos cobriu com tudo”, repete: comida, remédios, roupas. Há lembranças que brilham: a primeira grande compra no mercado do centro – “eu, envergonhada, pegando dois tomates; Mari, rindo, enchendo o carrinho com frutas, verduras, carnes” –, atitude que, para além do gesto, dizia: vocês

estão seguros. Em Rio Verde, os filhos se empregaram, os netos entraram na escola, e a rotina se alinhavou em hábitos novos que, sem anular a origem, construíam pertencimento. Entre alegrias, houve também a dor maior: depois de chegarem, o marido adoeceu de Covid e faleceu. Carmen fala com doçura e firmeza: “a saudade dói, mas a fé sustenta.”

Como tantas trajetórias de migração, a de Carmen se narra também pela cozinha. Da infância, gravou o perfume de cebolinha, coentro e pimentão doce; da mesa venezuelana, enumera afetos: pabellón criollo (arroz branco, feijão preto, carne bovina desfiada e banana-da-terra frita, às vezes com abacate e ovo), arepas de farinha de milho, parrillas (o churrasco à moda local), mondongo (caldo forte com mocotó e bucho) “melhor ainda com arepa e limão”, e o assado negro, carne marinada e fatiada no próprio molho. Nas festas de Natal, o prato é cerimonial: hallaca (que ela chama de “ayaka”) — massa de milho recheada com frango, boi e porco, cenoura e batata, bem temperada, embrulhada em folha de bananeira e cozida até perfumar a casa — acompanhada de pan de jamón e salada. No Brasil, foi fácil achar os temperos; quase tudo se encontra no mercado. Quando falta um ou outro item, ela adapta, mas diz que, no geral, tem de tudo por aqui.

Da culinária brasileira, Carmen adotou paixões. “Piqui”, ela sorri, “minha paixão”: galinhada com molho de pequi e macarrão, receita que aprendeu e repete. A mesa, para ela, faz pontes: cozinhar as comidas da Venezuela mantém viva a cultura e aprender sabores do Cerrado aproxima da nova casa. Gosta de preparar bife à la plancha com arepa para a amiga Mari; compartilha receitas com vizinhos; imagina, junto do filho, um futuro empreendimento de comida. Ela, que diz nunca ter trabalhado profissionalmente na cozinha, chama de “hobby”, mas seu gesto tem a seriedade de quem cozinha com amor “para alguém importante”. Cozinhar, diz, traz paz: é atenção, paciência, medida e cuidado.

Se lhe pedem um prato que resuma sua história, Carmen hesita e escolhe galinha, mas apressa-se a acrescentar dois outros emblemas: o pabellón criollo e a sopa de mondongo. Em todos, cabe um mesmo sentido: comida como cuidado, cultura e afeto. Por isso, a narrativa de Carmen ilumina o que este livro insiste em mostrar: migrar é também cozinhar novos lares. É aceitar caronas improváveis, viajar sete noites por um rio, aprender palavras, chorar ausências, agradecer ajudas, temperar a saudade com coentro e pimentão doce – e, no fim, sentar-se à mesa de Rio Verde para repartir pão, arepa, pequi e futuro.



Elvis: estrada longa, cozinha em paz

Elvis nasceu na Venezuela e chegou ao Brasil aos 22 anos, em 2017. Se a mãe veio movida sobretudo pela urgência do básico – alimento, remédio, escola para os netos –, ele admite que também foi levado por um impulso de juventude: numa época em que amigos partiam e “se saíam bem” lá fora, a ideia de ficar parado o inquietava. Estudava Engenharia Civil, trabalhava com o pai e, junto da então namorada, juntava o que dava. Só que o dinheiro desvalorizava semana a semana: o saco de cimento “mudava de preço de um dia para o outro”. A decisão de migrar nasceu nesse vaivém, menos um salto cego do que um plano magro: pouca grana, muita coragem e um destino possível, porque havia um primo em Rio Verde (GO).

A travessia começou com R\$ 60 no bolso na fronteira e um empréstimo do primo para seguir. De Pacaraima a Boa Vista, apareceu o Valmir: deu carona, bananas, água, bolachas – e a lição de que desconhecidos podem ser abrigo. Em Manaus, cidade gigante e estranha, faltou tudo: dinheiro, cama, rumo. Elvis dormiu quinze dias na rodoviária, enquanto a companheira ficou num abrigo feminino. Aprenderam, de um vendedor de artesanato, a se virar: ganharam uma tábua com peças para revender, um jeito de transformar horas em passagens. Depois, a providência veio da Paróquia São Francisco de Assis: um casal de idosos os hospedou por duas semanas, com comida e afeto; na despedida, R\$ 120 “para o que viesse pela frente”. No barco para Porto Velho, seis dias pelo rio, ele trabalhou a bordo para pagar a segunda passagem. Havia cama, três refeições e, sobretudo, um respiro: “no barco, a gente descansou”. Em Porto Velho, a dureza voltou: noites na rodoviária, roupa lavada numa pia escondida “de olho no guarda”, até que a assistência social e a generosidade de uma desconhecida, Eliana, destravaram duas passagens. Na estrada, a solidariedade continuou: em Cuiabá, o motorista pagou o almoço; passageiros fizeram “sacola de frutas e bolachas” e, mais que isso, conversa e ânimo.

Em Goiânia, uma funcionária da antiga TransBrasil encaixou a última perna da viagem; em Rio Verde, o acolhimento veio da clínica social que cedeu um quarto na chácara para o começo de vida. Daí pra frente, foi trabalho e aprendizado em ritmo de sol a pino: vender balas no sinaleiro, sorrir mesmo cansado, “ao mau tempo, boa cara”. Foi assim que trouxeram os pais, e foi assim que Elvis viu a mãe conquistar o primeiro carro. Vieram as perdas (a morte do pai, já no Brasil) e as viradas. Veio também a cozinha profissional: anos em restaurantes, inclusive em Curitiba, levas de técnica, disciplina e um modo de pensar prato como linguagem. “Cozinhar é paz”, resume.



Quando eu cozinho, quando eu entro numa cozinha, quando eu faço um preparo, eu esqueço do mundo. Esqueço que sou uma pessoa e me torno totalmente essência. Posso afirmar isso com convicção: esqueço o cansaço do corpo, esqueço os problemas do mundo, esqueço os problemas pessoais. Esqueço literalmente de tudo. Para mim, quando estou na cozinha, restam apenas a minha alma e o prato.

A identidade de Elvis na cozinha é a fusão. Ele não se prende a rótulos (“cozinheiro venezuelano”): prefere cruzar técnicas e sabores – “um pouco daqui, um pouco de lá, sem radicalismos”. Ainda assim, os fundamentos da memória estão vivos. A arepa é berço (“venezuelano nasce com arepa debaixo do braço”), as empanadas de milho lembram rua e família, o pabellón criollo é prato-bandeira. O cachorro-quente venezuelano é outra paixão: pão e salsicha no vapor, repolho com cenoura e cebola, coentro sutil, queijo ralado, batata palha e camadas generosas de molho (ketchup, maionese, “molho verde”). “Não tem comparação”, brinca – do tipo que faz amigos atravessarem a fronteira só para comer.

No Brasil, Elvis aprendeu a inventar com o que há. Quando faltou a farinha pré-cozida de milho branco para arepa, usou flocos de milho. Ao mesmo tempo, se apaixonou por sabores locais: pamonha (“doce e salgada”), churrasco “em cada esquina”, o estrogonofe que virou especialidade no restaurante. Para um aniversário em Rio Verde, montou um buffet de criações próprias: bolinho de costela, bolinho de arroz, lagarto ao molho madeira, “frango citrus”, saladas; noutra ocasião, ele e a mãe abriram a roda com arepas e pabellón para os brasileiros escolherem recheios e descobrirem temperos.

Se precisasse escolher um prato que o represente, Elvis fica com o churrasco. Não só pelo sabor, mas pela filosofia da grelha: vigiar o fogo, respeitar o tempo, acertar o ponto. “Quando estou na parrilla, eu penso. É simples e profundo.” Esse fogo, que começou como sobrevivência, hoje é ofício e horizonte: ele já rascunha um negócio próprio de lanches inspirados no pepito (baguete venezuelana bem recheada), filtrado pelo paladar goiano.

Oito anos depois, ao somar derrotas, acertos e perdas, Elvis diz sem hesitar: “o Brasil é meu lar”. A Venezuela fica nas raízes – ética, doçura, adaptabilidade –; no presente, o que pulsa é a gratidão ao caminho, às igrejas, aos motoristas, às Elianas e aos anônimos que pagaram um almoço. Em Rio Verde, onde a fumaça do churrasco se mistura ao cheiro de pequi e onde arepa encontra pamonha na mesma mesa, a sua história termina por onde começou: comida como paz, trabalho como pertencimento — e a certeza de que cozinhar é uma forma de dizer “obrigado” em todas as línguas.



À Mesa da História

tomate

O FRUTO QUE VOLTOU PARA CASA



Nascido nas terras andinas e cultivado há séculos pelos povos que habitavam a região do atual Peru e do México, o *Solanum lycopersicum* foi levado para a Europa no século XVI, junto com o milho, a batata e o cacau. Lá, demorou a conquistar confiança e muitos temiam que fosse venenoso. O equívoco tinha uma razão química: as louças e talheres de estanho usados pela nobreza reagiam com a acidez natural do tomate, liberando pequenas quantidades de chumbo, o que de fato causava envenenamentos. O culpado era o metal, mas a fama recaiu sobre o fruto.

Durante quase dois séculos, o tomate foi evitado ou tratado como planta ornamental. Só no século XVIII, nas cozinhas camponesas do sul da Itália e da Espanha, começou a ser aceito, primeiro em molhos, depois em sopas e ensopados. Nessas cozinhas populares, o tomate se afirmava não só pelo sabor, mas pela possibilidade de aproveitamento integral: frutos maduros iam para o molho; os muito maduros eram cozidos e conservados; as peles e sementes permaneciam na preparação, engrossando caldos e garantindo sustância; e o que sobrava era reaproveitado em refogados e pratos do dia seguinte. O vermelho vivo que antes assustava passou a significar alimento farto e acessível. O vermelho vivo que antes assustava passou a significar sabor.

Há quem diga que foram os navios e as rotas migratórias que o trouxeram de volta à América, especialmente ao Brasil, agora transformado em ingrediente global. Quando os imigrantes italianos desembarcaram por aqui, trouxeram também o cheiro do tomate refogado no azeite, a lembrança da mesa familiar, o gesto de molhar o pão no molho. E o tomate era usado por inteiro: cru, refogado, assado; fresco quando havia, transformado em molho quando abundante; reaproveitado no dia seguinte como base de novos pratos. Desde então, o tomate se espalhou pelos pratos brasileiros, do macarrão ao bife à parmegiana – essa, uma receita toda nossa! –, do tropeiro à salada simples do almoço.

Hoje, o tomate é universal e ao mesmo tempo íntimo. Está nas cozinhas dos migrantes de todas as origens: no *arroz kesu* paraguaio, no *molho creole* haitiano, no refogado mineiro. É um fruto que une mundos e que, de certo modo, voltou para casa, reencontrando, no continente que o viu nascer, novas formas de ser e de dar sabor. É, talvez, o retrato mais simples e mais belo daquilo que as migrações fazem com a comida: transformar o distante em cotidiano e o estrangeiro em afeto.

À Mesa da História

quiabo

**VISCOSO, MAS
GOSTOSO!**



Originário do nordeste da África, provavelmente das margens do Nilo e das regiões da atual Etiópia e Sudão, o *Abelmoschus esculentus* foi cultivado há mais de três mil anos antes de cruzar o Saara e alcançar o Mediterrâneo, o Oriente Médio e, por fim, o Atlântico. A planta já era então valorizada para além do seu fruto: as folhas jovens eram cozidas como hortaliça, os talos serviam de fibra para cordas e utensílios simples, as sementes maduras eram secas e torradas para a elaboração de bebidas, ou moídas em farinha, e até a água do cozimento da cápsula fibrosa e viscosa passou a ser aproveitada para engrossar caldos e papas. Sem falar nos seus usos medicinais, que também passavam pela cozinha.

Quando o tráfico de pessoas escravizadas ligou a África ao Brasil, o quiabo atravessou o oceano junto com elas, não apenas como semente, mas como sabedoria agrícola e culinária. Nos quintais e em roças coloniais, brotava fácil, mesmo em solos pobres, e se adaptava às novas terras como quem reencontra o clima da infância.

Possivelmente, foram as mulheres africanas que ensinaram os colonos a domar o quiabo: a refogar, a cortar, a controlar sua baba, a transformar o simples vegetal em prato de corpo e alma. Foi com elas que o quiabo encontrou o azeite-de-dendê, o camarão seco, a carne de panela, e nasceu, nas cozinhas da Bahia e de Minas, o caruru, o frango com quiabo, o quiabinho refogado. E nesses preparos, repetia-se o princípio do aproveitamento integral já cultivado por aquelas mulheres e por suas culturas de origem.

Durante muito tempo, o quiabo foi tratado como comida de “pobre”, e por isso marginalizado. Mas nas casas das comunidades afrodescendentes ele sempre teve outro valor: o de memória e ancestralidade. Seu sabor intenso, sua textura viscosa e sua presença em pratos rituais guardam histórias de continuidade e resistência. No candomblé, o quiabo é oferenda a Xangô, senhor do fogo e da justiça – alimento que liga o humano ao sagrado. Também nos rituais, o alimento é partilhado sem desperdício, fechando o ciclo entre natureza, cozinha e espiritualidade.

Entre os provérbios africanos, há um que diz: “Quem come quiabo não pega feitiço.” A crença atravessou o Atlântico com o próprio vegetal, reafirmando seu papel como alimento de proteção e equilíbrio.

Hoje, o quiabo é ingrediente de muitas cozinhas migrantes. Está no *gumbo* estadunidense, nas sopas haitianas, nos ensopados africanos e nos refogados brasileiros. Símbolo da adaptação e da resistência, o quiabo sobreviveu a preconceitos e fronteiras. De alimento marginalizado a elemento central da culinária brasileira, tornou-se memória viva das conexões entre a África e as Américas. E em cada panela onde ele borbulha, permanece a antiga sabedoria de fazer render o alimento inteiro, lembrando que cozinhar é também honrar aquilo que a terra oferece por completo.

À Mesa da História

banana

LATINO-AMERICANA NATURALIZADA



Originária do sudeste asiático, a banana, denominação aplicável a uma porção de frutos do gênero *Musa*, foi uma das primeiras espécies vegetais a serem introduzidas no Brasil pelos portugueses, ainda no século XVI, vinda, talvez, de São Tomé, na costa africana, ou das Ilhas Canárias, lugares para onde já havia sido transplantada. Cronistas como o senhor de engenho lusitano Gabriel Soares de Sousa e o missionário francês Jean de Léry a descreveram com entusiasmo: “mais doces e saborosas que os melhores figos de Marselha”, diz o segundo. A banana não só se adaptou perfeitamente ao Brasil, de clima tropical similar à região de origem da fruta, como confundiu muitos observadores daquele tempo, que a consideravam uma nativa. Ganhou até nome próprio, *pacova*.

Assim, ela se consolidou na alimentação de indígenas, escravizados e colonos, e ainda captou a curiosidade e a admiração de viajantes estrangeiros de passagem por aqui no decorrer dos séculos. Consumida verde e assada, era às vezes até protagonista de uma refeição; se estivesse madura, era como um doce, uma “sobremesa”. Essa dupla face, de alimento basilar e iguaria, acompanhou a banana ao longo de sua história no Brasil.

Ela também foi apropriada pela medicina popular, desde o período colonial. O padre Fernão Cardim, um jesuíta que atuou entre os séculos XVI e XVII, recomendava-a para “enfermos de febres e peitos que deitaram sangue”, além de considerá-la “a mais admirável de todas as frutas que se conhecem até hoje”. Uso médico também reiterado por Soares de Sousa e outros cronistas quinhentistas. Mais do que o fruto em si, diferentes partes da bananeira passaram a integrar práticas culinárias e saberes domésticos ao longo do tempo. As cascas, por exemplo, foram e seguem sendo utilizadas em preparos que as transformam em “carne vegetal”, desfiadas, refogadas e temperadas, sobretudo em contextos de cozinha popular e vegetariana. O coração - ou “umbigo”- da bananeira tornou-se ingrediente apreciado em refogados e recheios, aparecendo em pratos já clássicos, como o pastel de angu mineiro, além de moquecas e tortas. O chamado “palmito” da bananeira, obtido do tronco, também foi incorporado como alternativa vegetal em diferentes receitas, reafirmando a lógica de uso integral da planta.

Com a imigração de pessoas de países caribenhos, andinos e do subcontinente indiano, a banana ganhou novos contornos na culinária praticada no Brasil. Ênfase para as *plantains*, ou bananas-da-terra, usadas em pratos salgados como o *mofongo* porto-riquenho, a *bandeja paisa* colombiana e o *griot* haitiano, por exemplo. Por aqui, a banana nem sempre aparece em pratos salgados – apesar de ter muitos defensores, em diferentes lugares, inclusive que a incluem no “prato feito” de todos os dias –, mas não é confluência desconhecida, a exemplo de farofas e de moquecas vegetarianas. De todo modo, ainda que restrita aos doces, ela se torna um ponto de contato privilegiado entre repertórios culinários nacionais e aqueles de imigrantes que aqui se estabeleceram. Mais recentemente, a biomassa de banana verde passou a ser utilizada como base para purês, massas e espessantes, ampliando ainda mais o repertório de aproveitamento desse ingrediente. E não dá pra esquecer das folhas da bananeira, que seguem sendo usadas como invólucro para assar e cozinhar alimentos – peixes, carnes, legumes e massas – conferindo aroma, protegendo o preparo e dispensando outros materiais, prática comum em diversas tradições culinárias no Brasil e em outras partes do mundo tropical.

A banana, portanto, extrapola em muito a condição de fruta. É planta inteira, alimento versátil e exemplo expressivo de aproveitamento integral, capaz de articular saberes indígenas, práticas coloniais, cozinhas migrantes e experimentações contemporâneas. Não é à toa que, diversa, adaptável e sempre presente, seja hoje uma das frutas mais consumidas no país, sinônimo de saúde e sabor – e carregada de história.



Toledo

*Construindo caminhos ao Sul
e ao Oeste*





Entre os rios que se dirigem ao Prata e as estradas que conduzem ao Paraguai e à Argentina, Toledo se desenha como um ponto de encontro. Localizada no extremo Oeste do Paraná, a cerca de 540 quilômetros de Curitiba, a cidade é uma fronteira que aproxima: espaço de travessia e de permanência, de circulação de pessoas, mercadorias e saberes. Com cerca de 150 mil habitantes (Censo 2022) distribuídos por 1.198 km², o município tornou-se elo essencial de um corredor produtivo que articula o interior agrícola ao comércio de fronteira e às redes urbanas do Sul.

Toledo nasceu das linhas retas de um mapa. Foi desenhada antes de ser habitada - uma cidade projetada para existir, traçada com régua e compasso sobre as antigas matas do Oeste paranaense. No papel, tudo parecia previsível: avenidas largas, quarteirões geométricos, praças distribuídas com exatidão, lotes agrícolas milimetricamente medidos. O plano urbano refletia o ideal de ordem e progresso que, a partir da década de 1950, guiou a colonização dirigida do interior do Paraná. Mas o que o projeto não previa era a força dos encontros.

Vieram famílias do Sul, atraídas pelas terras férteis; trabalhadores de Minas e São Paulo em busca de novas oportunidades; migrantes nordestinos, com seus cantos e temperos; e, mais tarde, imigrantes internacionais - haitianos, venezuelanos, paraguaios - que encontraram em Toledo abrigo e recomeço. Cada grupo trouxe consigo uma língua, uma memória, um modo de rezar e de cozinhar. Assim, sobre o traçado regular da cidade, formaram-se percursos irregulares, feitos de amizade, solidariedade e improviso.

O que nasceu como colônia planejada transformou-se em um território de convívios inesperadas. As linhas do mapa não contiveram os gestos, as vozes e os aromas que atravessaram suas fronteiras. Toledo tornou-se um espaço de encontros não planejados, uma cidade que, mesmo pensada para a eficiência, acabou se fazendo plural.

Oeste do Paraná: fronteiras de mata, água e gente

Antes de se tornar um dos espaços agrícolas mais produtivos do país, o Oeste do Paraná era conhecido por sua vastidão e isolamento. Até as primeiras décadas do século XX, essa faixa do território paranaense era descrita em relatórios provinciais e memórias de viajantes como uma terra de matas espessas e rios caudalosos, cortada por veredas que se perdiam no horizonte. O relevo suave, as nascentes abundantes e a presença de araucárias e ervais nativos formavam uma paisagem exuberante e, ao mesmo tempo, difícil de transpor. Era uma fronteira de natureza e de homens, situada entre os campos de Guarapuava e as margens do rio Paraná, que marcava o limite com o Paraguai e a Argentina.¹



Mapa do Campo de Guarapuava[a], Paraná e territórios cor... 1815.

Muito antes da chegada dos colonos brasileiros e estrangeiros, esse território era habitado por povos Kaingang e Guarani, que conheciam profundamente seus rios, matas e caminhos. Os Kaingang,² ocupantes de áreas mais ao interior da região transitavam entre os vales dos rios Piquiri e Iguaçu,

¹ DALLA VECCHIA, Raquel Virmond Rauhen. Caminhos e Tropeirismo em Guarapuava. Editora Dialética, 2021.

² AYRES, A. D., Montero Bartolome, M., & Brando, F. da R. (2023). Etnologia dos Kaingang e seus territórios no estado do Paraná. Guaju: Revista Brasileira De Desenvolvimento Territorial Sustentável, 9, 1-23.

praticando caça, coleta e agricultura itinerante. Já os Guarani,³ mais próximos das margens do Paraná e do Iguaçu, mantinham aldeias interligadas por antigas trilhas, que também serviram, no período colonial, de rotas para o comércio e a guerra. Essas populações deixaram marcas na toponímia, nos traçados dos caminhos e nas práticas de uso da terra. Suas relações com os rios, com a floresta e com o tempo revelavam uma concepção de território distinta da lógica da propriedade privada que viria a dominar o século XX.

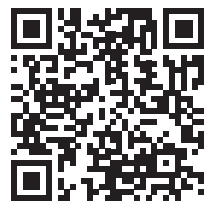
A partir do século XIX, com o avanço das frentes econômicas do litoral e dos campos de Guarapuava, o Oeste começou a ser incorporado simbolicamente ao espaço provincial, embora permanecesse praticamente fora do controle efetivo do Estado. O interesse inicial não vinha da agricultura, mas do extrativismo. O comércio da erva-mate e da madeira de lei foi a primeira forma de exploração sistemática da região. Tropas de ervateiros e caçadores de madeira percorriam os vales dos rios Iguaçu, Piquiri e São Francisco Verdadeiro, abrindo picadas que se tornariam, mais tarde, as vias de penetração dos colonos.

Essas atividades criaram uma economia de fronteira, sustentada por pequenas comunidades dispersas e por laços de troca com o Paraguai e a Argentina. O rio Paraná, mais do que um limite político, era um canal de circulação: por ele subiam e desciam erva-mate, couro, sal e produtos manufaturados. Essa fluidez de contatos fazia do Oeste um espaço híbrido, onde o português, o espanhol e as línguas indígenas conviviam. Mesmo as autoridades locais reconheciam, até o início do século XX, a fragilidade da presença brasileira na região, marcada por disputas de terras, contrabando e conflitos de jurisdição.

A Guerra do Paraguai (1864-1870) acentuou esse caráter de fronteira sensível. Durante o conflito, o oeste paranaense transformou-se em zona militarizada e de vigilância, e, após a guerra, o governo imperial buscou reafirmar a soberania sobre as margens do Paraná. A concessão de grandes áreas a companhias privadas e a tentativa de fixar colonos nacionais e estrangeiros foram respostas diretas à preocupação geopolítica com o vazio demográfico. Ainda assim, por décadas, o território permaneceu coberto por matas quase intactas, com núcleos populacionais mínimos e comunicações precárias.

Nas primeiras décadas do século XX, viajantes que cruzavam o Oeste do Paraná descreviam-no como um mundo à parte. A presença de picadas abertas por tropeiros e ervateiros era o principal traço da ocupação humana. Esses caminhos rudimentares ligavam o interior às margens do rio Paraná, permitindo a passagem de mercadorias e animais de carga, mas também servindo de rota para fugitivos, mascates e missionários. Em torno de pequenos portos fluviais, como Guaíra e Foz do Iguaçu, formaram-se os primeiros povoados estáveis, dependentes do comércio de fronteira e da extração de erva-mate.

Ouçá mais sobre a participação do Paraná no conflito



3 SANTOS, Jovane G. dos.; SCHALLENBERGER, Erneldo. Em nome da terra: um estudo sobre os sentidos da terra para os guarani Nhandeva. Revista Tempo da Ciência, Toledo, v. 21, n. 41, 1º. Semestre 2014, p. 45-68.

Nessa época, a vida cotidiana do Oeste paranaense era marcada pela instabilidade e pela improvisação. As famílias viviam do cultivo de milho, mandioca e feijão, associando o trabalho agrícola à coleta da imprescindível – e indígena – erva-mate e à caça. A ausência de estradas, escolas e hospitais fazia com que a região permanecesse à margem dos projetos de modernização do Estado. A natureza impunha seus ritmos e a floresta era, ao mesmo tempo, fonte de sustento e barreira ao avanço da ocupação.

Somente a partir da década de 1930, com o fortalecimento das políticas de interiorização e a entrada de companhias colonizadoras privadas, o Oeste deixaria de ser visto como periferia inóspita para se tornar fronteira de expansão agrícola, o cenário em que nasceria Toledo.

Uma cidade traçada entre rios e fronteiras

A história moderna de Toledo começa antes mesmo de sua emancipação política. Em 27 de março de 1946, chegaram à região as primeiras famílias de colonizadores, vindas principalmente do Rio Grande do Sul, atraídas pelas terras férteis e pela promessa de um novo começo. Instaladas em acampamentos improvisados, essas famílias deram início à derrubada da mata e à abertura dos primeiros caminhos, em meio a um cenário de trabalho

árido e esperança. Entre os pioneiros, agricultores de sobrenomes que ainda ecoam na cidade,⁴ como os Ruaro e os Dalcanale, estavam grupos que ajudaram a organizar a chegada de outros migrantes sulistas, formando as bases da futura comunidade. Ali, as fés luterana e católica organizavam o calendário das pequenas comunidades que se formavam e cada capela funcionava como ponto de encontro, escola, salão de festas e assembleia popular. A partir de mutirões, o espaço foi ganhando novos contornos.



Acervo Joel Muniz

Considerada a 1ª construção levantada na futura cidade de Toledo-PR, 1946.

Naquele mesmo ano, foi criada a Colonizadora e Industrial Madeireira Rio Paraná S.A. (MARIPÁ), empresa formada por empresários gaúchos e catarinenses – muitos deles ligados ao comércio de madeira e à indústria moveleira – para promover uma colonização planejada no chamado “Oeste Novo” do Paraná. A MARIPÁ adquiriu vastas glebas de terras da antiga Companhia de Terras Britânia, empresa que havia recebido concessões na região, e passou a administrar o território de modo sistemático. O projeto combinava exploração madeireira, loteamento agrícola e urbanização planejada, articulando técnica de engenharia, visão empresarial e propaganda

4 LANGARO, Jiani Fernando. Cidade, trabalhadores e história oral: apontamentos sobre as muitas memórias da formação de Toledo-PR (1940-1990). Tempos Históricos, Volume 21, 2º Semestre de 2017, p. 402-433.

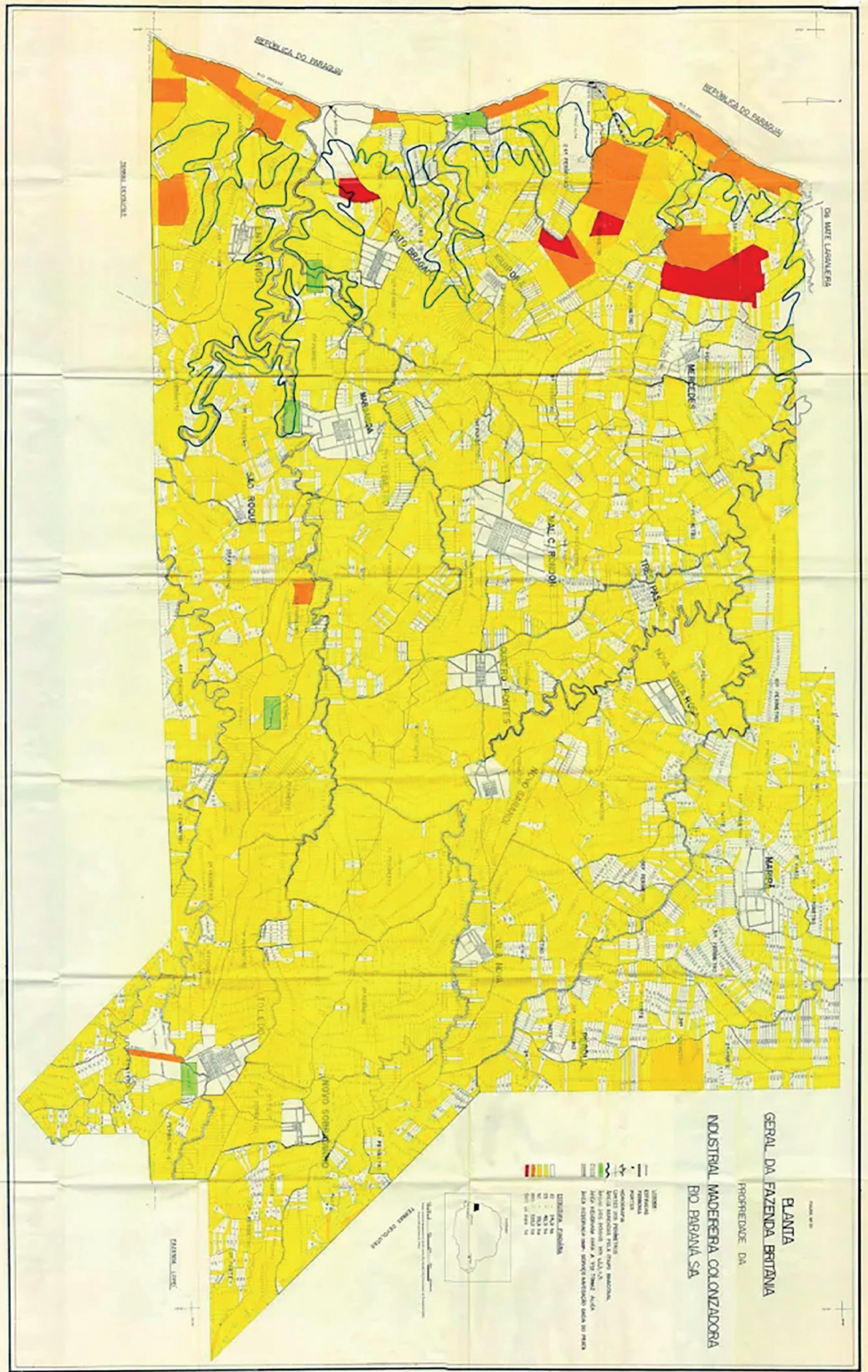
colonizadora. Era, de fato, uma engenharia territorial e social que transformaria radicalmente a paisagem e o modo de vida do Oeste paranaense nas décadas seguintes.



Acervo do IBGE

Vista aérea de Toledo-PR, [19-].

A MARIPÁ instalou sua sede na antiga Fazenda Britânia, cujas terras dariam origem ao núcleo urbano de Toledo. De lá, organizava o loteamento das propriedades, a derrubada seletiva da mata e a abertura de picadas e estradas de chão batido que conectariam os novos povoados à cidade nascente. Os lotes agrícolas, com média de 25 hectares, foram cuidadosamente traçados em faixas retangulares com frente voltada para a estrada e fundo para um curso d'água, um modelo pensado para garantir o acesso à irrigação, ao escoamento e à sociabilidade entre vizinhos. Essa configuração impedia a formação de latifúndios e favorecia a agricultura familiar, núcleo da economia pretendida. A colonização teve um caráter familiar e comunitário, com colonos que mantinham forte vínculo cultural com suas origens do sul do Brasil. Além dos gaúchos, houve participação significativa de alemães na colonização de algumas áreas do município, como a Colônia General Rondon. A modernização da agricultura nas décadas seguintes trouxe mudanças econômicas e sociais, com o crescimento da agroindústria e a urbanização de Toledo.



Mapa da Fazenda Britânia com as divisões das colônias disponíveis para venda pela Industrial Madeireira Colonizadora Rio Paraná - S/A, disponível em: MERTZ, Urbano Theobaldo. Um estudo das transformações sociais e econômicas de uma sociedade de colonos da região oeste do estado do Paraná.

Fonte: CEPEDAL - Núcleo de Pesquisa sobre o Oeste do Paraná - UNIOESTE campus Marechal Cândido Rondon - PR.

Desde o início, Toledo foi concebida como uma cidade planejada. O traçado urbano, elaborado pelos engenheiros da MARIPÁ entre 1948 e 1950, segue o padrão ortogonal moderno: ruas largas, praças geométricas, quadras regulares e espaços institucionais bem definidos. As praças foram idealizadas como centros de convivência; as escolas e igrejas como eixos de coesão social; e as casas, erguidas em madeira extraída das próprias florestas locais, formavam conjuntos harmoniosos com a paisagem do entorno.

O projeto urbano avançou rapidamente. Já em 1951, Toledo foi oficialmente desmembrada do município de Foz do Iguaçu, ano em que a Colonizadora MARIPÁ começa descentralizar a venda de lotes e ocupação da terra, criando escritórios auxiliares, abrindo novas estradas e possibilitando novas povoações, a exemplo das vilas de General Rondon, Dez de Maio, Novo Sarandi, Quatro Pontes, Margarida, Nova Concórdia, Novo Três Passos, Mercedes, Nova Santa Rosa, Maripá, São Roque, Pato Bragado e Iporã.⁵

Em 14 de dezembro de 1952 ocorreu sua instalação administrativa, com a posse do primeiro prefeito, Ernesto Dall'Oglio. Poucos anos depois, o engenheiro e empresário Willy Barth, um dos principais dirigentes da MARIPÁ e que hoje dá nome ao museu mais importante da cidade, assumiu papel político e técnico fundamental na consolidação do município, associando o projeto empresarial ao ideal de desenvolvimento regional integrado. Uma década depois do início da colonização, Toledo contava com cerca de 10 mil habitantes, além de 40 serrarias, 35 escolas e 2 hospitais, e ainda estar planejando instalação de frigorífico e fábrica de óleos vegetais.

***“A pioneira e professora Iignes Conti assume turma de 24 alunos na escola do povoado de Vila Nova, em Toledo, a pedido da colega Flávia Dewes. Em julho do mesmo ano [1956], os estudantes já são 58, devido à constante chegada de colonizadores. A 1ª professora de Vila Nova é Lucilda Anton.*”**

COSTA, Luiz Alberto Martins da. Calendário Histórico de Toledo: Cronologia de Fatos, Registros e Curiosidades da História do Município de Toledo. Toledo: GFM Gráfica & Editora, 2009, p. 62.

A infraestrutura urbana acompanhou esse ritmo. Toledo foi conectada por eixos estratégicos, como a BR-467, que liga o município a Cascavel e Marechal Cândido Rondon, e pelo Aeroporto Luiz Dalcanale Filho, inaugurado em 1954 com apoio da própria MARIPÁ e de mutirões populares. A racionalidade planejada do traçado urbano, somada à força do trabalho coletivo e à abertura para o mundo, definiu a identidade toledana: uma cidade moderna, mas enraizada nas práticas de cooperação que a originaram.

⁵ COSTA, Luiz Alberto Martins da. Calendário Histórico de Toledo: Cronologia de Fatos, Registros e Curiosidades da História do Município de Toledo. Toledo: GFM Gráfica & Editora, 2009.



Aeroporto Municipal Luiz Dalcanale Filho, Registro número 1533 do Museu Histórico Willy Barth, datado de 24/01/1954.

A partir da década de 1960, Toledo viveu um ciclo de transformações profundas que redefiniram seu perfil produtivo e humano. A mecanização agrícola e o fortalecimento das cooperativas impulsionaram a transição de uma economia de base familiar para uma agroindústria integrada, orientada para o mercado nacional e internacional. Nesse contexto, a cidade deixou de ser apenas um núcleo de colonização agrícola e tornou-se centro regional de produção e serviços, atraindo fluxos contínuos de migrantes vindos de diferentes partes do Brasil.

Um marco decisivo desse processo ocorreu em 1964, com a criação da Companhia Brasileira de Frigoríficos (Frigobrás), fruto da aquisição do antigo Frigorífico Pioneiro pela indústria Sadia. A instalação do complexo industrial consolidou Toledo como polo de abate e industrialização de carnes, integrando pequenos produtores à cadeia produtiva e ampliando o mercado de trabalho urbano. A presença da Frigobrás dinamizou o comércio e a infraestrutura, atraindo trabalhadores rurais e urbanos, e inaugurando um novo ciclo de crescimento.



Vista aérea da Frigobrás, [19--].

Os fluxos migratórios que marcaram Toledo a partir da década de 1960 acompanharam um movimento mais amplo de transformação do Brasil.⁶ O país vivia, então, o auge do êxodo rural: máquinas agrícolas substituíam trabalhadores, propriedades se concentravam e milhares de famílias deixavam o campo em direção às cidades. Toledo, que nascera como colônia agrícola planejada, passou a se inserir nesse novo cenário, convertendo-se em destino de trabalhadores rurais e urbanos em busca de estabilidade, renda e pertencimento.

A modernização da agricultura e a expansão das cooperativas criaram uma rede de oportunidades que atraía migrantes de diversas origens. Vieram famílias do interior do próprio Paraná, mas também do Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Minas Gerais, São Paulo e, em menor escala, de estados diversos da região Nordeste. Essas migrações tiveram caráter tanto intrarregional quanto inter-regional, combinando deslocamentos curtos – de pequenos agricultores das zonas vizinhas – e longos, de trabalhadores em busca de oportunidades nas indústrias e cooperativas locais.



Avenida Tiradentes, [19--].

A década de 1970 é frequentemente lembrada, nos estudos sobre o Oeste do Paraná,⁷ como um tempo de virada: o momento em que as antigas colônias agrícolas deram lugar à agricultura moderna, mecanizada e integrada às grandes indústrias. Nesse período, a expansão de abatedouros, fábricas de ração, transportadoras e indústrias de alimentos consolidou a integração entre o campo e a cidade, impulsionada pela fertilidade da chamada “terra roxa” e pelas águas abundantes dos rios Toledo e São Francisco Verdadeiro. Em Toledo,

6 SINGER, Paul, Migrações internas: considerações teóricas sobre seu estudo, In: Economia Política da Urbanização, São Paulo, Brasiliense, 2a. ed., 1975, pp. 29-60.

7 SILVA, Oscar; BRAGAGNOLLO, Rubens; MACIEL, Clori Fernandes. Toledo e sua história. Toledo: Prefeitura Municipal de Toledo, 1988.

essa transformação teve dois lados. De um lado, foi vista como o período do “grande salto”, quando a cidade superou as dificuldades dos anos 1960 e se projetou como polo agroindustrial. De outro, foi também um tempo em que as desigualdades ficaram mais visíveis: o rápido crescimento populacional trouxe pobreza, bairros improvisados e novos desafios urbanos.

A cidade mudou de ritmo. As antigas estradas de terra foram pavimentadas, novas cooperativas e indústrias surgiram e o centro urbano começou a se expandir. Essa mudança, porém, teve efeitos mais profundos sobre a vida cotidiana. A população mais pobre que se estabeleceu na área urbana de Toledo a partir dos anos 1970 foi muito mais do que um efeito colateral da modernização do campo⁸: ela foi parte essencial do próprio processo de crescimento da cidade, a base de uma nova engrenagem econômica que dependia de braços numerosos e dispostos para sustentar a expansão industrial e cooperativa. Essa mão de obra, vinda sobretudo do meio rural, ergueu as fábricas, abasteceu as linhas de produção e manteve o compasso de trabalho que transformou Toledo em um dos principais polos agroindustriais do Paraná.

Na década de 1980 os fluxos migratórios assumiram novas formas. Além das grandes levas de colonos e trabalhadores, consolidaram-se as migrações de curta distância: moradores de municípios vizinhos passaram a se deslocar para Toledo em busca de melhores serviços públicos, educação técnica e empregos urbanos. As mudanças demográficas seguiram o padrão nacional – queda das taxas de natalidade, envelhecimento populacional e concentração da população nas áreas urbanas – mas a cidade manteve um perfil dinâmico e acolhedor.



Essa mistura de origens e trajetórias também se expressou à mesa. A comida tornou-se um modo de celebrar o pertencimento e a convivência: das festas comunitárias às feiras rurais, a culinária unia o passado dos colonos ao presente urbano. O porco no rolete, consagrado como símbolo das festas toledanas, sintetiza essa história: resultado do trabalho coletivo, da imagem de fartura do campo e da vontade de transformar o cotidiano em celebração.

Festa [Nacional] do Porco [Assado] no Rolete, [19-].

⁸ CALVO, Célia Rocha. Muitas memórias, outras histórias de uma cidade. Lembranças e experiências de viveres urbanos em Uberlândia. In: FENELON, Déa Ribeiro; MACIEL, Laura Antunes; ALMEIDA, Paulo Roberto de; KHOURY, Yara Aun. (orgs.). Muitas memórias, outras histórias. São Paulo: Olho d'Água, 2004. p. 155-172.

Toledo contemporânea: novas fronteiras humanas e culturais

A Toledo que se desenhou nas últimas décadas do século XX tornou-se, aos poucos, uma cidade em permanente reinvenção. O que começou como colônia planejada e depois se afirmou como polo agroindustrial, transformou-se, nas primeiras décadas do século XXI, em espaço de convergência de trajetórias, sotaques e sabores. A cidade que nasceu dos encontros entre migrantes do Sul e do Sudeste hoje se refaz nas vozes e gestos de novos grupos vindos de outras regiões do Brasil e de diferentes países.

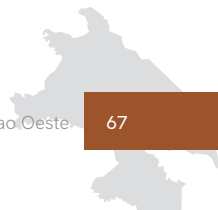
Essas novas presenças se inserem sobretudo nos setores de produção e serviços ligados ao agronegócio, como abatedouros, cooperativas de alimentos e fábricas de rações, mas também na construção civil, na limpeza urbana e nas cozinhas da cidade. Toledo é hoje uma cidade onde o movimento das fábricas se cruza com os rituais da vida doméstica. Nas ruas do centro, escuta-se português, espanhol e crioulo haitiano; nos bairros periféricos, as casas se abrem em varandas que cheiram a temperos misturados: coentro, milho, pimenta, curry, alho e manjerição.

O acolhimento dessas populações é resultado de uma rede local de iniciativas públicas e comunitárias, que reúne instituições religiosas, universidades e órgãos municipais. Projetos de extensão, cursos de português e ações de apoio social buscam facilitar a integração e o acesso a direitos, embora nem sempre consigam atender à demanda crescente. Essa rede de solidariedade mostra que a convivência em Toledo é também fruto de esforço coletivo, e que o reconhecimento da diversidade passa por negociações diárias.

A alimentação é um dos campos em que essas trocas se tornam mais visíveis. Nas feiras e praças, bancas e barracas vendem pastéis venezuelanos, bolos haitianos, empanadas paraguaias e pratos adaptados aos ingredientes locais. Cada receita traz um pedaço de memória e de adaptação: o milho paranaense substitui o da terra natal, o feijão preto toma o lugar de produtos tropicais ausentes, e novos temperos surgem da improvisação.

Cozinhar, nesses contextos, é mais do que preparar alimentos. É uma forma de sustentar a memória, de reconstruir um cotidiano longe do país de origem e de estabelecer laços com a nova comunidade. As cozinhas de Toledo, antes associadas às tradições alemãs e italianas dos colonos do Sul, tornaram-se espaços de convivência entre práticas distintas. Em torno do fogão, venezuelanas ensinam a moldar a arepa com farinha de milho brasileira; haitianos adaptam o *griot* com carne suína local; senegaleses usam gengibre e pimenta malagueta para temperar pratos de peixe.

A culinária revela, assim, o caráter concreto dessa diversidade: ela não elimina as diferenças nem resolve as tensões, mas cria possibilidades de convivência. A mesa toledana, com seus pratos variados e cheiros misturados, é mais um registro de encontros cotidianos – resultado do trabalho, da adaptação e das trocas que sustentam a vida em uma cidade que continua a se refazer a partir de quem nela chega.





***Histórias de
migrantes
internacionais
em Toledo***

Se a trajetória de Toledo pode ser contada por seus planos urbanos, pelas cooperativas e pelas cifras do agronegócio, ela só ganha sentido completo quando se escuta quem a habita: homens e mulheres que vieram de longe e que, com o trabalho das mãos e o sabor da memória, deram vida às linhas retas do mapa. Desde os primeiros colonos do Sul, que ergueram casas e capelas no meio da mata, até os migrantes e imigrantes das últimas décadas, vindos de Minas, do Nordeste, do Haiti, da Venezuela, do Paraguai e de tantos outros lugares, a história da cidade é feita de travessias.

Essas travessias são, ao mesmo tempo, deslocamento e recomeço. Em Toledo, cada chegada é uma semente plantada, uma nova forma de falar, de rezar, de cozinhar, de olhar o mundo. Nas casas, nos pátios e nas cozinhas, misturam-se receitas e lembranças, modos de vida e de fé.

Os relatos que seguem são fragmentos dessa convivência. Histórias de quem cruzou fronteiras, geográficas e simbólicas, para reconstruir a vida em uma cidade planejada, mas sempre aberta ao imprevisto. Nelas aparecem o esforço cotidiano, a saudade, o aprendizado da língua e o gesto de hospitalidade que transforma estranhos em vizinhos. Ouvir essas vozes é compreender que Toledo continua sendo um território em construção: um lugar onde o encontro é, antes de tudo, uma forma de futuro.

Os depoimentos aqui reunidos foram selecionados a partir do documentário *Chegadas: O Rosto da Migração na Região Oeste*, que estreou em sessão especial no Cine Panambi, em 22 de dezembro de 2024, e está disponível gratuitamente para o público de todo o país.

Realizado pela Embaixada Solidária, com apoio da Secretaria de Cultura de Toledo e do Ministério da Cultura, o filme foi viabilizado por meio da Lei Complementar nº 195/2022 – Lei Paulo Gustavo, instrumento de fomento à cultura que tem fortalecido a produção audiovisual independente e regional. A obra oferece um retrato profundo, humano e sensível das trajetórias de migrantes e refugiados que chegaram ao Oeste do Paraná em busca de recomeço, segurança e pertencimento.

O roteiro é assinado pela jornalista e ativista Edna Nunes, nascida em Toledo e premiada nacionalmente nas áreas de jornalismo e literatura. Fundadora da Embaixada Solidária, Edna, há mais de uma década, dedica sua vida à causa dos migrantes e refugiados, tornando-se uma referência na defesa dos direitos humanos e na construção de redes de acolhimento.

Desde sua estreia, *Chegadas* já foi exibido para mais de dez mil pessoas, em uma circulação que inclui universidades, escolas públicas e privadas, eventos culturais e indústrias do Estado do Paraná, onde o tema da migração tem ganhado espaço e relevância. A recepção tem sido marcante, consolidando o filme como ferramenta de educação, sensibilização e política cultural.

Com trilha sonora original de artistas como a cubana Viki, o documentário amplia a dimensão emocional das narrativas, oferecendo uma experiência sensorial que conecta o público às vivências dos protagonistas: haitianos, venezuelanos, senegaleses, paraguaios, colombianos e outras nacionalidades que hoje fazem parte da identidade de Toledo e do Oeste paranaense.

Assista na íntegra o documentário



Iscarledy, a manga verde e o sal

Quando Iscarledy deixou o Haiti, levava apenas o corpo cansado e o desejo de sobreviver. A guerra havia transformado o cotidiano em um campo de espera, e a fome, em companhia constante. No caminho da fuga, o alimento era o que o acaso permitia: mangas verdes apanhadas do chão, lavadas com pressa, comidas com sal para enganar o estômago vazio. À noite, o mesmo sal era colocado debaixo da língua, um pequeno truque para que o sono viesse antes da dor. As crianças choravam, e a impotência de não poder alimentá-las era uma ferida que o tempo custaria a fechar.

Ao chegar ao Brasil, Iscarledy descobriu outro tipo de sustento. Encontrou pessoas que a acolheram, que se tornaram sua família e lhe ofereceram, junto com o pão e o afeto, a possibilidade de recomeçar. Voltou a estudar, terminou o ensino médio, iniciou um curso e, com a filha nos braços, reaprendeu a sonhar.

Hoje, quando fala do passado, Iscarledy ainda lembra o gosto da manga verde e do sal, lembrança de um tempo em que comer era resistir. Aprendeu a valorizar o pouco, a agradecer o que tem e a partilhar o que recebe. Para ela, cada refeição é uma celebração da vida, e cada mesa onde há comida e companhia é uma vitória sobre a fome.

Seu sonho é voltar ao Haiti não apenas para rever os que ficaram, mas para ajudar outros a não passarem pelo mesmo. “A vida não é longa”, diz,

“É preciso ter fé. Fé para seguir, para realizar o sonho, para conseguir uma vida melhor.”

Isabel e as ausências de arte e de comida

Isabel era artista plástica em Havana. Pintava cenas do cotidiano – frutas, ruas, rostos – com as cores intensas que sempre marcaram a arte cubana. Mas, aos poucos, as tintas começaram a faltar, como faltava quase tudo. A cidade foi ficando mais silenciosa: mercados vazios, farmácias sem remédios, prateleiras nuas. Até a energia elétrica desaparecia por longas horas, deixando as casas mergulhadas em uma escuridão que parecia simbólica.

A fome, antes distante, passou a fazer parte da rotina. Comer, em Cuba, tornara-se um exercício de espera: esperar que abrisse uma loja, que chegasse algum alimento, que a luz voltasse para acender o fogão. Na escassez, Isabel começou a pintar menos e a sonhar mais: não com o sucesso, mas com a possibilidade de partir.

Planejar a saída foi um gesto de desespero e de coragem.

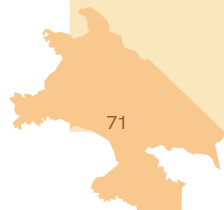


Era quase como fugir

Fugir de um país que amava, mas no qual já não se reconhecia. Despedir-se dos amigos e dos vizinhos foi como rasgar um pedaço do próprio quadro. Muitos ficaram, entre eles, idosos que não tinham dinheiro para a passagem, famílias presas ao que restava.

A viagem foi longa: cinco aviões, cada um levando-a para mais longe do que já fora sua casa. Ao pisar no Brasil, sentiu o alívio e o medo misturados. Tinha deixado para trás não só a comida escassa e as luzes que se apagavam, mas também o sabor de uma ilha inteira.

Hoje, Isabel redescobre as cores no país que a acolheu. Em suas telas, o tema da migração aparece como um mapa afetivo: o vermelho do calor, o azul do mar, o amarelo do milho e da luz. Cada pintura é também uma lembrança do que faltava e uma celebração do que agora é possível.



Emilio e as arepas com sabor de saudade

Há sete anos Emilio não vê a mãe. Diz que, com o tempo, a saudade muda de forma, mas nunca acaba. A distância, para ele, é um tipo de fome: a de não poder estar junto.

Na Venezuela, antes de partir, a vida se tornara insuportável. A economia em ruínas, os filhos e netos com pouca comida, as prateleiras vazias. Emilio conheceu a fome de verdade: aquela que humilha, que cala, que transforma o pão em lembrança.

“Porque eu sei, eu passei fome. Eu estive oito meses, me reuni com os amigos brasileiros, o que eu comia no dia era, que é tradição em Venezuela, uma arepa. Uma arepa, às vezes sem sal, assada. Colocava na assada e comia.”

No Brasil, ele diz que nunca passou fome, mas sentiu outra forma de vazia: a solidão, o peso de ser estrangeiro. “Passei humilhação, sim”, confessa, “mas Deus não deixou que me faltasse o alimento”.

Mesmo tendo sofrido, Emilio encontrou no trabalho e nas amizades brasileiras uma maneira de retribuir. Ajudou outros compatriotas a chegar, arrumando emprego e abrigo. “Porque eu sei”, diz, “eu passei fome”.

Hoje, ele sonha em voltar para casa, rever as filhas e os netos que não viu nascer, abraçar a mãe que ainda o espera. Sabe que o país que deixou não é mais o mesmo, mas acredita que reencontrar o sabor da arepa feita em família seria, talvez, uma forma de cura.

À Mesa da História

porco

**DE LESTE A
OESTE, DO
RABO AO
FOCINHO**



A história do *Sus scrofa domesticus* no Brasil começa com a chegada dos portugueses, que trouxeram os primeiros suínos domésticos em suas naus. Mas já existia aqui uma gama de espécies de porcos selvagens nativos dos biomas brasileiros, como os caititus (*Pecari tajacu*), também chamados de catetos, e os queixadas (*Tayassu pecari*), e que faziam parte dos repertórios alimentares dos indígenas. Fernão Cardim afirma serem tão disseminados que eram “ordinário mantimento dos índios”, elemento recorrente de sua alimentação. Caçados habitualmente, eles logo acabaram apreciados também pelos colonos, junto dos domesticados.

“Os porcos se dão cá bem, e começa de haver grande abundância; é cá a melhor carne de todas”, escreveu Cardim. E ela não demorou a se tornar central na dieta colonial. Todas as partes do animal eram aproveitadas: a carne, fresca ou salgada; a banha, para fritar e cozinhar; e o toucinho, curado e defumado, que temperava feijões e serviu como fonte de proteína fundamental para expedições e viagens, em terra e no mar. Desse uso integral do animal nasceram preparos como o sarapatel, prato feito a partir das vísceras e miúdos do porco, cozidos e bem temperados, que exemplifica uma lógica culinária atenta ao reaproveitamento e à transformação de partes muitas vezes desvalorizadas em alimento central da refeição.

Com a implantação das primeiras lavouras e engenhos de açúcar, o porco se tornou peça-chave na alimentação dos colonos, por vezes alimentando também os escravizados, sempre defasados nessa esfera da vida. Embutidos e técnicas de conservação com a carne do porco eram procedimentos já praticados, a partir de técnicas que os portugueses trouxeram e que aqui foram adaptadas com temperos locais, a exemplo das pimentas do gênero *Capsicum* e especiarias como o urucum, base para o hoje conhecido colorau. Assim, o porco, tanto o doméstico quanto o selvagem, foi uma constante entre as cozinhas de diferentes culturas e classes sociais.

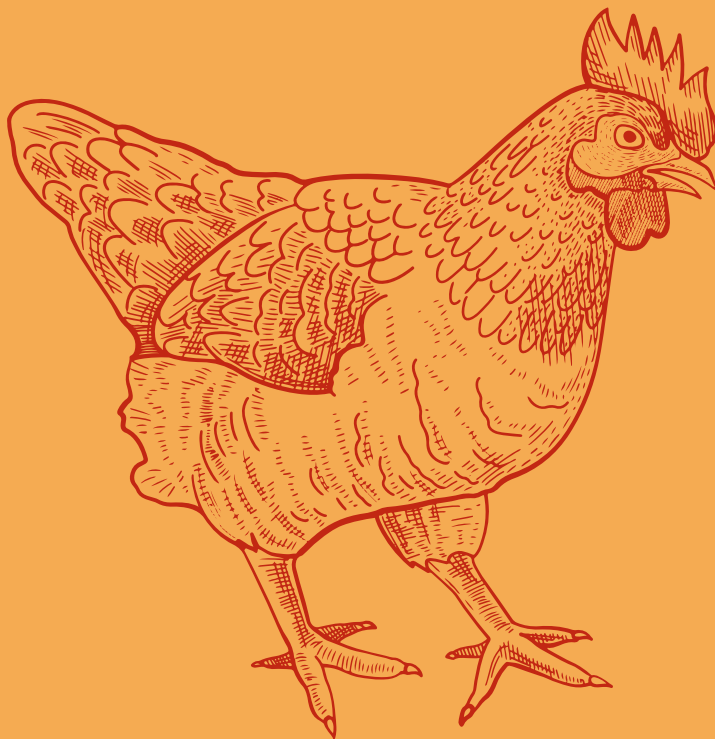
A imigração em massa de italianos, alemães e espanhóis a partir do século XIX diversificou ainda mais o consumo da carne desse animal no Brasil. Eles trouxeram consigo tradições próprias, como embutidos específicos, técnicas de cura e preservação, combinações de cortes com acompanhamentos típicos etc. Mais recentemente, imigrantes chineses e coreanos trouxeram preparos como o *char siu* (porco barbecue) e o *bossam* (porco cozido e fatiado), ampliando o leque de sabores que essas pessoas reproduzem em seu próprio cotidiano e disseminam por vias diversas nos centros urbanos do nosso país. E ainda podemos citar o *griot* haitiano, os *tamales* colombiano e cubano e a *bandeja paisa* colombiana.

Na nossa própria cozinha, o porco é quase unanimidade. Do leitão à pururuca ao pernil assado, da feijoada completa à carne de sol, chegando até o torresminho. Sua gordura, sua carne e sua história seguem fundidas à identidade culinária brasileira, representando a mistura de influências que formou — uma cozinha que, historicamente, soube aproveitar o animal por inteiro.

À Mesa da História

frango

TRUNFO DO SABOR E DA CURA



Sendo um dos primeiros animais introduzidos no Brasil pelos portugueses, já era comum ver, no século XVI, galinhas ciscando nas capoeiras e nos terreiros. O *Gallus Gallus domesticus* foi prontamente adotado pelos indígenas, apesar de um primeiro espanto inicial com os espécimes trazidos na esquadra de Cabral. Não foi, no entanto, para consumo alimentar, mas servia como moeda de troca com colonos e viajantes, para que os nativos adquirissem mercadorias.

Ao longo do tempo, porém, sua carne e ovos logo se tornaram partes da dieta colonial, entre vários segmentos da população, o que é, por si só, interessante, já que não era um consumo usual na Europa, sobretudo a carne, direcionada primordialmente aos doentes e convalescentes. Ainda assim, não faltam comentários sobre os animais nativos do Brasil cujo parâmetro de comparação na aparência e no sabor da carne é a de galinha. E mesmo com a adoção mais trivial da carne na alimentação posteriormente, a faceta medicinal nunca deixou de acompanhar o frango, a exemplo dos notórios caldos e canjas, ainda icônicos na terapêutica popular e na cozinha do conforto, preparos que tradicionalmente aproveitam o animal por inteiro — ossos, carcaça, pele e aparas — transformando o que sobra em alimento reconfortante e nutritivo.

Com a chegada de escravizados africanos, seus ingredientes e suas técnicas, novas formas de preparo foram incorporadas ao repertório brasileiro, adicionando-se temperos, como o dendê, e acompanhamentos, como o quiabo. Como tela em branco, essa carne se mostrou muito receptiva a uma diversa paleta de cores.

As imigrações dos chamados “árabes”, de japoneses, de chineses e ainda de outras culturas, do século XIX para cá, trouxeram preparos com galinha que hoje já não são nada desconhecidos, do *yakitori* japonês ao frango xadrez, considerado um marco da cozinha sino-brasileira. Ela também é encontrada em outras cozinhas com expressão nas cidades que contemplamos aqui, como no *asado* argentino, no *schwarma* sírio-libanês e no *yassa poulet* senegalês. Em muitos desses preparos, o frango assado ou grelhado de um dia reaparece desfiado ou em caldos no dia seguinte, o que reforça sua versatilidade e o hábito de reaproveitamento presente em diferentes tradições culinárias. De modo que o frango se mostra um ingrediente extremamente adaptável e, por isso, amplamente disseminado, no país e no mundo. Por uma série de fatores, tanto culturais quanto econômicos, o frango se tornou a proteína animal mais consumida no Brasil nas últimas décadas.

Atualmente, essa carne está presente em praticamente todas as refeições brasileiras, das mais comezinhas, passando pelas mais apressadas, até as celebratórias: do frango assado de domingo à canja que conforta, da coxinha de lanchonete ao frango grelhado *fit*, culminando ainda nos preparos de grandes festas e reuniões, como o Natal – uma alternativa ao peru, para quem prefere gastar menos ou pretende servir um grupo menor de pessoas. Entre assados, caldos, frituras e reaproveitamentos, o frango segue sendo um exemplo cotidiano de cozinha sem desperdício, acompanhando há tempos a história do Brasil e funcionando hoje também como ponte entre culturas alimentares locais e aquelas trazidas por quem vem e se estabelece por aqui.

Conclusão: a mesa que permanece

Quando a refeição termina, a mesa não desaparece. Permanecem os cheiros, as travessas vazias ainda quentes, os gestos de quem recolhe devagar, como quem sabe que ali houve mais do que alimento. Foi assim, à mesa, que este *Cozinha Multicultural* se construiu: como um espaço de encontro, onde histórias foram servidas, memórias partilhadas e sabores atravessaram fronteiras.

Ao longo destas páginas, sentamos à mesa de Uberlândia (MG), Rio Verde (GO) e Toledo (PR), cidades atravessadas por fluxos migratórios contemporâneos e por histórias mais antigas de deslocamento e adaptação. Nelas, haitianos, venezuelanos, colombianos, paraguaios, bolivianos, cubanos, senegaleses, congoleses, marroquinos, argelinos, árabes de diferentes origens, afegãos e tantos outros grupos constroem cotidianos marcados pelo trabalho, pelo esforço de pertencimento e pela reinvenção constante de práticas culturais. A comida aparece, nesses contextos, como linguagem comum, capaz de tornar familiar o que parecia distante e de criar pontes onde antes havia estranhamento.

As cozinhas aqui apresentadas revelam que migrar é também cozinhar de novo. É adaptar receitas à disponibilidade de ingredientes, substituir temperos, improvisar utensílios, ajustar tempos de preparo. Cada prato narrado neste livro é resultado de escolhas feitas no dia a dia, carregando não apenas sabores, mas experiências de vida, lembranças de outros lugares e expectativas de futuro. As receitas funcionam, assim, como arquivos sensíveis, nos quais histórias pessoais se entrelaçam a processos sociais mais amplos.

Ao reunir ingredientes, técnicas e memórias tão diversas, o *Cozinha Multicultural* evidencia que não existe uma única cozinha brasileira, mas muitas cozinhas em convivência. Trata-se de um repertório em permanente construção, alimentado por encontros, trocas e deslocamentos. O que se come hoje em bairros, feiras, casas e pequenos comércios dessas cidades é resultado direto dessas circulações, que transformam o cotidiano e deixam marcas duradouras na cultura alimentar local.

Entre as práticas compartilhadas por essas cozinhas, destaca-se a atenção ao alimento como algo que não deve ser desperdiçado. Em diferentes tempos e territórios, o aproveitamento integral dos ingredientes aparece como gesto aprendido na experiência da escassez, da mobilidade e do trabalho. Aproveitar o que sobra, transformar partes menos valorizadas, cozinhar novamente aquilo que já foi preparado são ações que atravessam gerações e culturas, articulando economia doméstica, criatividade e cuidado. Mais do que uma resposta circunstancial, trata-se de um saber prático incorporado ao cotidiano, transmitido nas cozinhas familiares e coletivas.

Ao final deste percurso, a mesa permanece posta como convite. Convite a olhar com mais atenção para as cozinhas que nos cercam, a reconhecer nelas histórias de deslocamento e adaptação, e a perceber que cada prato carrega muito mais do que ingredientes. Carrega gestos, escolhas, memórias e relações. Assim como no banquete, o que fica não é apenas o que foi servido, mas o que foi compartilhado.

Este *Cozinha Multicultural* se encerra, portanto, como as boas refeições: deixando vontade de repetir, de experimentar de novo, de ouvir outras histórias. Porque cozinhar, como migrar, é sempre um processo em movimento — feito de encontros, permanências e transformações contínuas.

Louis Hansel | Unsplash

A close-up, sepia-toned photograph of a person eating. The person's face is partially visible in the upper right, looking down at a large, ornate, patterned bowl. They are using a fork to eat from the bowl. The bowl is filled with a dish that appears to be a salad or a vegetable-based meal, garnished with fresh herbs. The lighting is warm and soft, creating a cozy and intimate atmosphere. The background is blurred, focusing attention on the person and the food.

***Leituras para
aguçar o paladar***

ABELLA, Florencia. *Asado. Parrillada argentina*. Barcelona: Col&Col Ediciones, 2023. (Coleção Comerse el mundo, v. 4).

ALFORD, Jeffrey; DUGUID, Naomi. *Flatbreads and Flavors: A Culinary Journey to the World's Breads*. New York: William Morrow, 1995.

AMARAL, Valquíria. *A história de Malie*. Pedaco de chão: histórias de crianças imigrantes em Uberlândia. Uberlândia: Valquíria Amaral, 2021.

AMIRI, Mousa M. *Classic Afghan Cookbook*. [S.l.]: AuthorHouse, 2002.

AMORIM, Nayara Cristina R.; JUNQUEIRA, Marili P. A influência dos grupos étnicos no cenário urbano: o caso da imigração árabe em Uberlândia. *Horizonte Científico*, Uberlândia, vol. 5, nº 2, dez. 2011, p. 1-30.

AYUBI, Durkhanai. *Parwana: Recipes and Stories from an Afghan Kitchen*. North Adams, MA: Interlink Publishing, 2020.

BORGES, Barsanufio Gomides. *Goiás Modernização e Crise – 1920-1960*. Tese de Doutorado apresentada ao Departamento de História da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo: São Paulo, 1994.

CABRAL, Ana da Costa. *Cozinha Tradicional de Angola*. Lisboa: Plátano Editora, 2004.

CALVO, Célia Rocha. Muitas memórias, outras histórias de uma cidade. Lembranças e experiências de viveres urbanos em Uberlândia. In: FENELON, Déa Ribeiro; MACIEL, Laura Antunes; ALMEIDA, Paulo Roberto de; KHOURY, Yara Aun. (orgs.). *Muitas memórias, outras histórias*. São Paulo: Olho d'Água, 2004. p. 155-172.

CAMARGO, José Francisco de. Migrações inter-regionais. In: AZEVEDO, Aroldo de. (org.) *Brasil: a terra e o homem*. Vol. II – A vida humana. Cia. Editora Nacional: São Paulo, 1970.

CARNEIRO, J. D. Família de venezuelanos surdos reconstrói a vida vendendo arepas na Zona Norte do Rio. Matéria para o G1 Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 11 maio 2018. Disponível em: <https://g1.globo.com/rj/rio-de-janeiro/noticia/familia-de-venezuelanos-surdos-reconstrui-a-vida-vendendo-arepas-na-zona-norte-do-rio.ghtml>.

COSTA, Joaquim R. *Toponímia de Minas Gerais: com estudo histórico da divisão territorial administrativa*. Belo Horizonte: Imprensa Oficial, 1970.

COSTA, Luiz Alberto Martins da. *Calendário Histórico de Toledo: Cronologia de Fatos, Registros e Curiosidades da História do Município de Toledo*. Toledo: GFM Gráfica & Editora, 2009.

- DORÉLIEN, Gaspard. *60 recettes de cuisine haïtienne et d'ailleurs*. [S.l.]: OEM, 2023.
- DUARTE, Zoe. *Libro de cocina paraguaya: Sabores que unen tradición y familia. Recetas tradicionales para saborear Paraguay con el corazón y la cocina de casa*. [S.l.]: Independently Published, 2025.
- FARAG, Shama; HELMY, Ahmed. *Egyptian Food Made Easy*. [S.l.]: Independently Published, 2019.
- HERNÁNDEZ, Mary Urrutia. *Memories of a Cuban Kitchen: More Than 200 Classic Recipes*. New York: Wiley, 1996.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Panorama do Censo 2022. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/>.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Rio Verde (GO) – Histórico e formação administrativa. *Biblioteca do IBGE*. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/biblioteca-catalogo.html?id=31298&view=detalhes&utm>.
- KOEHLER, Jeff. *The North African Cookbook*. London: Phaidon Press, 2023.
- LANGARO, Jiani Fernando. Cidade, trabalhadores e história oral: apontamentos sobre as muitas memórias da formação de Toledo-PR (1940-1990). *Tempos Históricos*, Volume 21, 2o Semestre de 2017, p. 402-433.
- LYNCE, Leo. “Rio Verde”. In: LYNCE, Leo. *Poesia Quase Completa*. Goiânia: Editora da UFG, 1997.
- LORENZO, Karla Johan. *El libro de la yerba mate*. Buenos Aires: Del Nuevo Extremo, 2018.
- LOURENÇO, Luís Augusto B. *A Oeste das Minas: escravos, índios e homens livres numa fronteira oitocentista Triângulo Mineiro (1750-1861)*. Uberlândia: EDUFU, 2005.
- LUZ, Estevão de M. M. Paisagens de uma região em transformação: o Sertão da Farinha Podre. In: FARIA, Bruno C. de; GONÇALVES, Mildred R.; PIMENTA, Ângela Maria (org.). *Museus e paisagens culturais*. Franca: Associação Paulo Duarte, 2016, p. 1-13.
- MARTINS, Humberto E. de Paula. Formação e desenvolvimento sócio-econômico do Triângulo Mineiro. *Varia História*, Belo Horizonte, nº 19, nov. 1998, p. 164-182.
- MATAMOROS TRABA, Acela V.; FABREGAT PRIETO, Pedro R. *Cocina y coctelería cubanas*. La Habana: Escuela de Altos Estudios de Hotelería y Turismo, 2003.
- MINAS GERAIS. *Estudos para uma política estadual de desenvolvimento urbano*. Volume 2 – O Programa de Centros Intermediários: o Estudo de uma Política. Belo Horizonte: Fundação João Pinheiro, 1982.

OLIVEIRA, Eliézer Cardoso de. “O medo do outro”: conflitos entre brancos, negros e mestiços em Goiás nos séculos XVIII e XIX. *Revista Territórios & Fronteiras*, Cuiabá, vol. 10, n. 2, ago-dez., 2017.

OLIVEIRA, Hamilton Afonso de. *A construção da riqueza no sul de Goiás 1835-1910*. São Paulo: Pimenta Cultural, 2023.

ORDÓÑEZ CAICEDO, Carlos (org). *Gran libro de la cocina colombiana*. Bogotá: Ministerio de Cultura; Biblioteca Nacional de Colombia, 2016.

PONTES, Hildebrando. *História de Uberaba e a Civilização no Brasil Central*. Uberaba: Academia de Letras do Triângulo Mineiro, 1970.

RIBEIRO, Ricardo F. Triângulo Mineiro e a construção da identidade regional de autonomia e modernidade. *Cadernos de Pesquisa do CDHIS*, n. 39, ano 21, 2º sem. 2008, p. 19-30.

SAINT-HILAIRE, Auguste de. *Viagem às nascentes do Rio S. Francisco e pela Província de Goyaz*. 2 tomos. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1937.

SANTOS, Clóvis Caribé Menezes dos. *Programa de Cooperação Nipo-Brasileira para o Desenvolvimento dos Cerrados – PRODECER: um espectro ronda os cerrados brasileiros*. Estudos Sociedade e Agricultura, outubro de 2016, vol. 24, n. 2, p. 384-416.

SANTOS, Jovane G. dos.; SCHALLENBERGER, Erneldo. Em nome da terra: um estudo sobre os sentidos da terra para os guarani Nhandeva. *Revista Tempo da Ciência*, Toledo, v. 21, n. 41, 1o. Semestre 2014, p. 45-68.

SILVA, Oscar; BRAGAGNOLLO, Rubens; MACIEL, Clori Fernandes. *Toledo e sua história*. Toledo: Prefeitura Municipal de Toledo, 1988.

SINGER, Paul, Migrações internas: considerações teóricas sobre seu estudo, In: *Economia Política da Urbanização*. São Paulo, Brasiliense, 2a. ed., 1975. p. 29-60.

SCANNONE, Armando. *Mi Cocina: A la manera de Caracas*. Caracas: Editorial Alfa, 1982.

SOARES, Fernando UHLMANN. *Mãos que escrevem o território, escrevem a vida: o trabalhador migrante nordestino em Rio Verde, Goiás*. Tese de Doutorado – Universidade Federal de Goiás (Jataí), 2020.

TAVARES, M. A toponímia de origem tupi na Região Geográfica Intermediária de Rio Verde (GO). *Revista de Estudos da Linguagem*, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 51-76, 2024.

THIAM, Pierre. *Yolele! Recipes from the Heart of Senegal*. New York: Lake Isle Press, 2008.

WRIGHT, Clifford A. *A Mediterranean Feast*. New York: William Morrow, 1999.

