

A TRAJETÓRIA DO FEIJÃO COM FARINHA AO “VIRADO À PAULISTA”: um prato essencialmente paulistano

Tamiris Garutti de Lima e Camila de Meireles Landi

Apoio: PIVIC Mackenzie

RESUMO

O trabalho tem como objetivo compreender as raízes da cozinha caipira por meio da investigação dos motivos para que o prato Virado à Paulista fosse elevado à patrimônio imaterial de São Paulo, ou seja, símbolo da cultura desse local considerado como a Capital Mundial da Gastronomia do Brasil. Pesquisa qualitativa apoiada na metodologia de caráter documental e bibliográfica dos vestígios históricos que demonstrem o trajeto percorrido para o estabelecimento do prato em questão. Verifica-se que a cozinha de formação de São Paulo está fundamentada nas tradições indígenas e portuguesas, principalmente, sendo caracterizada pela intensa adaptação de técnicas e ingredientes, que gerou a cozinha caipira na região denominada Paulistânia. Mais tarde, africanos escravizados e outros imigrantes, como os italianos, deram suas contribuições para a rica cultura alimentar paulista. Constatou-se que a união do feijão com a farinha, duas das bases alimentares do povo brasileiro, são os precursores do virado, vital durante as viagens bandeirantes de exploração do interior e na formação do povo paulista. À medida que aconteciam os cruzamentos entre diferentes povos, suas tradições alimentares se fundiam. Assim aconteceu com o virado de feijão, ao qual foram unidos outros elementos ao longo dos anos e por influência de outros povos, até chegar ao prato único que é emblema de São Paulo e representa a identidade de seu povo.

Palavras-chave: Virado. Caipira. Paulistânia.

ABSTRACT

This paper aims to comprehend the roots of the rustic cuisine by investigating the reasons for the Virado a Paulista dish were elevated to an immaterial heritage of São Paulo, in other words, a cultural symbol of this local, which is considered the World Capital City of Gastronomy in Brazil. A qualitative research based on documental and bibliographic methodology was used with the objective to show the route taken for the establishment of the dish under study. The research confirms that the São Paulo's fundamental cuisine is based in Portuguese and indigenous traditions, mostly characterized by the profound adaptation of techniques and ingredients, which gave rise to rustic cuisine in the region named Paulistânia. Afterward, enslaved Africans and other immigrants, as the Italians, gave their contributions to the rich “paulista” food culture. It appears that the union of beans with cassava flour, two basic

ingredients for Brazilian people, are the predecessors of “virado”, vital during the “bandeirantes” journeys to explore the countryside and to the “paulista” people formation. As far as different people were crossbreeding, their dietary customs were merging so. Like that was with “virado de feijão”, to which were associated distinct elements over the years and by influence of other people, until reaches the unique dish which is an emblem for São Paulo and represents its people identity.

Keywords: Virado. Rustic cuisine. Paulistânia

1. INTRODUÇÃO

Falar da culinária representativa de uma cidade tão cosmopolita como São Paulo pode ser uma tarefa complexa. Afinal, o povo paulistano possui uma tradição à mesa? Em caso positivo, como se originou? Pode-se afirmar que ainda hoje estão presentes os costumes alimentares de seus ancestrais? Esses e tantos outros questionamentos permeiam nossas mentes quando o assunto é a herança, origem e/ou influências alimentares em produções com as quais nos deparamos em nosso cotidiano.

Observando a história, sabe-se que toda sociedade possui uma maneira de expressar suas características e identidade. Seja pela língua falada, roupas utilizadas e, até mesmo, pelos alimentos e técnicas de preparo empregadas. Ou seja, toda comunidade tem suas características, as quais se diferem das demais e compõe sua identidade. Identidade esta, por sua vez, que é estabelecida ao longo de anos pela observação e reprodução de hábitos e costumes que distinguem os grupos. Com base nisto, torna-se possível afirmar que a sociedade paulistana possui, sim, uma tradição alimentar. Mas, também, que outras questões ainda precisam ser respondidas por meio de pesquisas científicas aplicadas à essa área do conhecimento e por pesquisadores ligados à formação em gastronomia, que se preparam nas universidades para discutir, investigar e esclarecer problemáticas diversas, tais quais estas.

Neste sentido, e com esse olhar científico aplicado, a presente pesquisa propõe uma investigação da formação da culinária regional paulistana, sob a perspectiva e análise da trajetória do emblemático “Virado à Paulista”, um prato elevado à patrimônio imaterial da cidade¹.

Com o conhecimento de que a cidade de São Paulo é um dos centros cosmopolitas do mundo e recebe, continuamente, pessoas de todos os lugares do globo, como consequência apresenta o natural enriquecimento e hibridismo de sua cultura local. São Paulo, tem na sua gastronomia a exaltação, não só de seus cidadãos, mas de seus turistas também. Isso pela imensa variedade de cozinhas que dispõe, de sua história, seu poder e abertura em receber o que vem de fora e os que vêm de fora. Porém, pouco se fala de uma culinária regional paulistana, que distingue essa região das outras do Brasil. É provável que dentre os fatores, seu desenvolvimento possa ter gerado uma falta de conhecimento e/ou perda parcial da herança caipira da cidade, a qual passou a ser rejeitada por ser entendida como algo ultrapassado e desajustado. Leva-se também como hipótese, as influências recebidas em seus espaços temporais, transformando São Paulo em uma cidade gastronômica que se apresenta em um enorme mosaico cultural.

¹ Conforme Resolução SC no 020, de 08/03/2018, assinada pelo então Secretário da Cultura José Luiz Penna.

Neste processo de construção, a figura do bandeirante teve papel decisivo já que representava a identidade progressista da cidade de São Paulo. Esses cidadãos de raízes portuguesa e mameluca², além de explorar o sertão em busca de riquezas, levavam em suas expedições, e pelo caminho deixavam, sua tradição, contribuindo assim com a formação de um “lençol de cultura caipira”, como disse Antônio Candido (2017, p. 93).

A pesquisadora, vinda de uma família com raízes caipiras de um lado e de origem nordestina de outro, cresceu experimentando de ambas as tradições, mas sem dúvidas com maior ênfase da nordestina, o que sempre trouxe a reflexão dos motivos pelos quais o povo nordestino possui tanto apreço por sua origem e dissemina - tão orgulhosamente - sua cultura, enquanto para os paulistanos a herança cultural é algo nebuloso e até mesmo reprovável. Ainda, traz o questionamento de quais razões levaram o povo paulistano a não manter firme sua tradição caipira enquanto recebe e absorve a cultura de tantas regiões do planeta. Diante disto, torna-se relevante e interessante para a construção científica da pesquisa, investigar o processo de formação da identidade do paulistano e como esta foi manifestada em sua culinária.

Também, devido ao distanciamento dos costumes culinários paulistanos, considera-se imprescindível explorar a gênese da cultura alimentar da cidade de São Paulo, visando o resgate e a valorização desta tradição. Busca-se então, analisar a construção da identidade culinária da cidade paulistana, a partir das influências recebidas pelos diferentes povos que aqui desembarcaram a partir da colonização, os quais trouxeram na bagagem seus hábitos e costumes, da herança dos indígenas que já habitavam a região e do aglomerado destes conhecimentos, delineando assim a cozinha típica paulistana e a tradição caipira.

A escolha do prato Virado à Paulista como ponto central da pesquisa se deu devido à sua elevação como patrimônio imaterial da cidade de São Paulo em 2018. Trata-se de uma iguaria que simboliza a cultura de uma comunidade tão vasta como São Paulo que, sem dúvidas, traz consigo uma bagagem recheada de histórias e simbologias. O Virado à Paulista é, portanto, um prato emblemático da cidade paulistana, que expressa toda a riqueza de sua herança alimentar.

Para o desenvolvimento metodológico, optou-se, portanto, utilizar a pesquisa bibliográfica e documental qualitativas, com suporte especialmente nos trabalhos de Candido (2010), Doria (2018), Ribeiro (2014) e Silva (2014), autores mencionados no término deste trabalho, em busca dos vestígios históricos que demonstrem o caminho percorrido pelo “feijão

² De acordo com *Oxford Languages*: “desde o século XVII designa na América do Sul o mestiço de branco com índio ou de branco com caboclo; mameluco”.

com toucinho” até o chamado “virado à paulista” e suas transformações ao longo dos séculos, bem como o estabelecimento deste como símbolo da cultura paulistana, visando o resgate da herança cultural alimentar paulistana.

2. DESENVOLVIMENTO DO ARGUMENTO

2.1 COMIDA COMO IDENTIDADE DE UM POVO

A alimentação é indispensável para a manutenção da vida, porém quando observada somente pelo olhar médico-biológico ou nutricional, são deixados de lado aspectos muito importantes relacionados a ela. É claro, o enfoque dado depende dos objetivos a serem atingidos em cada estudo e o objetivo desta pesquisa vai além do ‘comer para matar a fome’. O ato de se alimentar e a escolha destes alimentos estão intrinsecamente ligados também à economia, sociedade, filosofia e cultura segundo Meneses e Carneiro (1997, p. 11 a 18), dos quais derivam outras várias questões. O presente trabalho preocupa-se em focar na esfera cultural da alimentação.

A palavra cultura possui diferentes significados na língua portuguesa. Esta pesquisa utiliza, para delineamento do conceito, os pontos de vista da antropologia e da sociologia as quais estudam, descrito aqui de maneira simplista que não retrata a totalidade dos objetos das disciplinas, padrões e comportamentos diversos que caracterizam grupos de pessoas, como é constituída uma cultura popular e o compartilhar dos alimentos em grupos. Em especial o último, que trata dos hábitos alimentares que formam a cultura alimentar de um povo. Outro aspecto importante a ser levado em conta na análise de comportamentos alimentares é a geografia.

O autor Roberto DaMatta (1986, p. 56) diferencia comida e alimento dizendo que a comida está relacionada com uma forma de fazer e de se alimentar, o que define o alimento e o indivíduo que o ingere. De outra maneira, Brillat-Savarin (2017, p. 21) disse em sua célebre frase: “Dize-me o que comes e te direi quem és”, apontando para o fato de que a cozinha de determinado povo revela sua identidade. A respeito disto, Maria Eunice Maciel em Antropologia e nutrição: um diálogo possível (2005, p. 49 e 50) ressalta que “a cozinha de um povo não pode ser reduzida a um inventário”, antes deve ser vista como elementos que quando associados estabelecem um modo de vida singular do qual fazem parte pratos simbólicos. Além disso, é de extrema importância considerar o contexto em que se trata uma cultura alimentar, já que o tempo é dinâmico e outras variáveis estão envolvidas.

De acordo com a História, é sabido que no período que abrange a pré-história, o homem deixou de ser nômade e passou a se fixar em um local. À priori, se alimentava de vegetais e de pequenos animais disponíveis no local em que habitava e, posteriormente, de

caça e pesca. No final deste período, chamado Neolítico, ocorreu a sedentarização do homem e o desenvolvimento da agropecuária, o que transformou definitivamente o modo de vida do ser humano (FLANDRIN E MONTANARI, 2014).

Ao caminhar pelas eras seguintes, e analisando os itens que faziam parte da alimentação das primeiras civilizações, nota-se que o fator geográfico é crucial para o desenvolvimento da cultura alimentar de um povo. A exemplo disto, Edda Bresciani em *História da Alimentação* (2018, p. 75), cita que o delta do Rio Nilo proporcionava ambiente favorável à apicultura, o que fazia do mel um alimento comum no antigo Egito.

Diferentes nações compartilham do uso de certos alimentos, sendo que o que distingue o uso destes são as “... diferenças tecnológicas, econômicas e sociais entre esses mesmos povos” (Flandrin e Montanari, 2018, p. 17), o que acaba por gerar culturas alimentares diversas, ou, tomando emprestados os conceitos de Lévi-Strauss em *Le triangle culinaire* (1965), uma linguagem alimentar particular, que possibilita a identificação de um povo. Assim como a fala, outros costumes e hábitos são passados entre gerações, formando então a cultura característica de um povo.

Como apontado anteriormente, o aspecto da geografia é muito importante na escolha alimentar de uma população, que se alimenta inicialmente dos frutos que a terra em que habita oferece. Com base nisto, pode-se dizer que a cultura alimentar brasileira está colocada sobre fundamentos indígenas, sendo exemplos dessa alimentação a mandioca, o milho, a abóbora, o feijão e o amendoim. Porém, o tempo é dinâmico e os avanços tecnológicos ao longo da história permitiram que algumas barreiras, como a da localização, fossem quebradas.

A partir do século XVI com as grandes navegações, o trânsito de alimentos pelo globo foi sobremaneira intensificado. Em consequência disto, os hábitos alimentares de diferentes povos foram transformados, como exemplo os italianos que, após algum tempo de desconfiança, introduziram os tomates em pratos que são hoje conhecidos como símbolos do país. A alimentação do indígena brasileiro, pela influência europeia inicialmente (em especial, portuguesa), foi transformada e uma nova cultura, adaptada e modificada, começou a ser moldada.

2.2 A PAULISTÂNIA

Ao tratar das origens da cozinha caipira, é necessário abordar ainda que rapidamente, as raízes e o desenvolvimento da cidade de São Paulo. Isto se faz necessário, pois é preciso compreender o contexto no qual se fundamenta a tradição alimentar paulistana.

Sabe-se por meio de registros históricos que antes de 1.500 os portugueses já haviam chegado ao Brasil, com destaque para João Ramalho que já habitava a região de São Paulo quando Martim Afonso chegou em São Vicente em 1.532. Não há consenso sobre a chegada de Ramalho, sendo que alguns defendem que tenha sobrevivido a um naufrágio enquanto outros acreditam que tenha aqui se estabelecido, pois escolheu viver sem as amarras de uma sociedade regulamentada, como já acontecia na Europa. O que se sabe é que ele se uniu à índia Bartira, filha do Cacique Tibiriçá, o “senhor dos campos de Piratininga”, o mais importante e respeitado da região, o que abriu caminhos a Ramalho, tornando-o um homem importante para o início da futura cidade de São Paulo, ou como considera Pompeu, o “patriarca do Planalto”. (POMPEU, p. 41).

Foi João Ramalho quem interveio quando chegaram as embarcações de Martim Afonso, de forma que os indígenas não os hostilizassem, mas sim os protegessem. Afonso, amigo de infância de Dom João III, então Rei de Portugal, foi convocado para partir em busca de riquezas na região do Rio da Prata, mencionadas por viajantes espanhóis. Apesar da empreitada não ter resultado na descoberta do tesouro, permitiu que Afonso e seus homens agregassem o interior do país à geografia brasileira conhecida à época e promoveu o conhecimento da povoação que já existia no Planalto. Ramalho além de mediar as relações, conduziu os portugueses à subida da serra pelas vias já conhecidas e estabelecidas pelos indígenas. Dessa interação e do estabelecimento dos portugueses na região, nascem as vilas, sendo São Vicente a primeira delas, fundada em 1.532. (POMPEU, 2012).

Outro fato importante na história da cidade de São Paulo é a chegada e instalação dos jesuítas. Alguns anos depois do início da colonização citada, em 1.554, o padre Manoel da Nóbrega fundou o Colégio de São Paulo de Piratininga com o objetivo de instruir os índios na fé católica. Ao redor do colégio se desenvolveu um povoado de índios, brancos e mestiços que seis anos depois foi elevado à condição de vila. Foram quase dois séculos até que recebesse a qualidade de cidade, somente em 1.711. Mesmo sendo já considerada uma cidade, era pobre e até mesmo selvagem.

A região foi importante para o desenvolvimento do interior do país e serviu como passagem para bandeirantes e mais tarde para os tropeiros. Esse interior por muito tempo teve suas fronteiras não delimitadas e com o trânsito dos viajantes, foi desenvolvendo uma cultura própria, inclusive um costume alimentar que muito se confunde.

À essa região deu-se o nome de Paulistânia, termo amplamente usado pelo historiador Alfredo Ellis Júnior após contato com uma coletânea de poemas de Martins Fontes, publicada em 1932, e com o livro *Folclore dos bandeirantes*, de 1946, de Joaquim Ribeiro. Alfredo Ellis

Júnior (1949 apud DORIA, BASTOS, 2018, p. 70) revela: “gostei imenso do termo e aproveitei-o para com ele marcar a região territorial da velha capitania Vicentina”.

A área chamada Paulistânia compreendia os atuais estados de “São Paulo, Minas Gerais, Goiás, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Paraná, Santa Catarina, parte do Rio de Janeiro e Espírito Santo, e alcançando, também, a região das Missões, no Rio Grande do Sul” (DORIA, BASTOS, 2018, p. 34), em que foram observados elementos comuns na alimentação de base. Foi assim chamado “o vasto território de ocupação original bandeirante” (DORIA, BASTOS, 2018, p. 72).

Devido à impossibilidade da cultura de cana-de-açúcar, antes base econômica da colônia, no Sudeste e a busca por riquezas, os colonizadores mudaram a direção, caminhando do litoral rumo ao interior do país. Transpondo a serra do Mar e desbravando matas, iniciaram a conquista do sertão, antes dominado por grupos indígenas. Na ótica dos bandeirantes, o índio³ estava no caminho do progresso almejado, tornando este um cenário hostil. Não caberá a este trabalho a discussão dos conflitos ocorridos entre nativos e os primeiros colonizadores.

Fato é, que a interação do homem branco com grupos indígenas, durante essas expedições, também denominadas Bandeiras, promoveu intensa troca de cultura. Para assegurar o sucesso das viagens, os bandeirantes levavam consigo nativos capturados, os quais eram grandes conhecedores das matas e caminhos em direção ao planalto. Do casamento das culturas portuguesa, branca, e indígena, nasce uma civilização mestiça denominada mameluca, formando uma sociedade bem diversa das demais brasileiras, embrionária do que se conheceria mais tarde como povo paulistana.

2.3 O CAIPIRA

O tipo humano que resultou desse longo processo de expansão territorial, unificando populações muito distantes entre si, é o que a literatura chama de caipira. (DORIA, BASTOS, 2018, p. 72).

A descoberta das minas de ouro e pedras preciosas atraiu muitas pessoas para a região, porém era proibido pela Coroa Portuguesa o plantio ao redor das minas. Dessa forma, para que os mineradores fossem abastecidos, nasce o tropeirismo, que em linhas gerais, caracterizou-se como tropas ou comitivas que transportavam produtos entre os centros e o interior, aprovisionando a região das minas.

³ Uso da palavra de forma genérica somente para fins explicativos. Diversos são os grupos indígenas que, com sua cultura peculiar, influenciaram a cultura da região.

Chamados por Saint-Hilaire de “propriedades de gente de poucos recursos”, nascem os sítios, terras caracterizadas pela agricultura de subsistência onde toda a família trabalhava. Estes locais serviram antes para abastecimento e hospedagem de viajantes, durante a mineração. Entre 1730 e 1775, com a mineração em queda, houve um regresso das zonas de ouro e, em busca de novas funções, tais pessoas se voltam às atividades agrícolas e pecuárias, transformando a economia local.

O sítio era constituído de casa simples, bica de água, pomar, horta, terreiro, galinheiro, chiqueiro, pastos e plantações, algumas queijarias e casas de farinha. Todo o ambiente fornecia o sustento à família. De vários sítios e fazendas, surgem vilas e bairros rurais, em que cada propriedade fornecia também aos vizinhos itens de necessidade básica e, em casos de excedentes, os direcionavam ao mercado.

Por ser a maioria dos habitantes dos sítios pessoas sem títulos, recursos ou estudos, estes foram desprezados pela elite fazendeira da região. Povo de origem mameluca de grande importância durante as Bandeiras por seu conhecimento das terras e lida com os indígenas, acabou sendo marginalizado pelo homem branco, chamados pejorativamente de caipira. Tal título passou a significar o contraste do moderno e era rejeitado até mesmos entre os sítiantes.

Nestas pequenas roças e sítios eram plantados feijão, abóbora, milho, um pequeno cafezal, mandioca; no pomar, diversas frutas, algumas das quais domesticadas pelos indígenas, como goiaba e jabuticaba. Segundo Antonio Candido (2010), a dieta fundamental do caipira se baseou em “produtos autóctones⁴, [...] e raízes mais fundas no passado ameríndio”. (p. 61). Com essa citação, torna-se possível entrar na cozinha caipira, de uma riqueza ímpar na alimentação de São Paulo.

2.3.1 A cozinha caipira

Em *Caminhos e fronteiras* (1994), Sérgio Buarque de Holanda conta que os alimentos mais aceitos pelos colonizadores, ainda em adaptação, eram raízes, tubérculos, frutas silvestres e o palmito. Os modos de preparo destes alimentos também se limitavam inicialmente às técnicas indígenas, o que foi sendo modificado à medida que nativos e portugueses se embrenhavam nos sertões e aumentava a troca cultural.

Durante o desbravamento dos sertões, para que o sustento dos viajantes fosse assegurado, foi imposto pelo Regimento de Castel-Branco (publicado em 1707), que estes deveriam levar e plantar milho, feijão e mandioca, o que acabou por configurar a “dieta básica

⁴ De acordo com *Oxford Languages*: “que ou quem é natural do país ou da região em que habita e descende das raças que ali sempre viveram; aborígene, indígena”.

do paulista”, conforme Candido (2010, p. 60). Eram também plantados outros alimentos além destes, como a batata-doce, o amendoim, abóboras e a banana. Nesse caminhar ao interior, Silva afirma que:

[...] os paulistas adotaram, como estratégia de sobrevivência, as práticas alimentares e o modo de vida dos indígenas – que se tornaram, num segundo momento, próprios do processo construtivo de sua identidade. (SILVA, 2014, p. 61).

Segundo Doria e Bastos (2018, p. 48), a culinária caipira partiu da cozinha dos guaranis, importante grupo indígena que no século XVI se deslocou do Norte do Brasil ocupando regiões do sudeste e sul brasileiros, parte da já descrita Paulistânia. Dentre os alimentos de base da dieta desse povo, recebe destaque o milho, cereal de grande importância para as Américas e que representa a maior diferença entre a culinária caipira e a do restante do Brasil.

Para os indígenas, o milho é um alimento até ritualístico, envolvido em diversas cerimônias de diferentes grupos indígenas brasileiros. Os milhos eram consumidos de diversas formas, sendo que algumas destas antigas receitas são ainda hoje conhecidas. Eram fabricados pães, mingaus, bolos e até bebida fermentada, a *chicha*. Eram também apreciados assados em espiga ou cozidos inteiros, sozinhos ou com alguma carne e ainda na forma de farinha. Os europeus demoraram a entender a simbologia do milho na cultura indígena, tendo-o mais como comida de animais ou de pobres. Quando introduzido na Europa, ocupava lugar secundário, sobressaindo a mandioca. Ainda assim, há indícios de cultivo de milho, levado por Colombo, no Velho Mundo, África e China, o que causou grande confusão sobre a origem do grão. Somente no século XIX é comprovada sua origem americana por Alphonse de Candolle (1882), conforme Doria, Bastos (2018, p. 66).

Os feijões já eram consumidos pelos nativos, mas em menor quantidade do que o milho, por exemplo, por ser plantados na entressafra do milho. Muitas eram as espécies de feijões, e também de favas, cultivados no país. O feijão se popularizou em São Paulo devido ao baixo custo, por ser de fácil armazenamento e por ser um item durável. Assim como outras leguminosas, cozinhava-se os feijões somente em água a qual era escorrida, sendo o feijão comido seco.

As mulheres europeias transformaram o modo de preparo indígena do feijão, tornando-o parecido aos caldos ricos em gordura que estavam acostumadas a consumir. Essa foi a solução encontrada para molhar a comida indígena, considerada muito seca. Os feijões então eram cozidos com gordura, sobretudo banha de porco, água e “[...] temperos das hortas (em geral, cebola, coentro e salsa) [...]”. (Silva, 2014, p. 100).

A mandioca não é cercada de rituais indígenas como o milho, mas sua origem é envolta por mitos como um em que “[...] o herói dá ao grupo a raiz de mandioca, conferindo, dessa maneira, a oportunidade de conhecer a agricultura [...]” (Silva, 2014, p. 73), lenda do grupo *tenetehara*⁵, transformando assim sua história. A mandioca é um dos alimentos mais antigos da América e pelos colonizadores era confundida com inhames. Nos meses em que o milho faltava, o uso da mandioca na alimentação era indispensável. Segundo Mawe em *Viagens ao interior do Brasil*: “[...] serve de alimento, indistintamente, a todas as classes do Brasil”. (p. 66).

Da mandioca diversos eram os produtos obtidos. O beiju, fabricado da massa de mandioca seca após extração do suco e tostada em fogo, substituiu o bolo e o pão do café da manhã dos colonizadores, por sua semelhança com os filhós portugueses, feitos de trigo. Porém, a despeito do sucesso do beiju entre os estrangeiros, foi a farinha de mandioca que recebeu o maior destaque, chegando a ser considerada como o “pão do Brasil” pela facilidade no armazenamento e longa durabilidade. (Silva, 2014, p. 76). A farinha podia ser fresca ou torrada, sendo a última chamada de “farinha de guerra” por sua maior conservação. Esta foi usada como moeda de troca durante as viagens de exploração ao sertão e absorvidas na alimentação dos portugueses, que a misturavam à caldos quentes formando uma “papa”⁶.

É importante destacar que há tipos diferentes de mandioca. A mandioca-brava possui uma substância venenosa, a qual pode levar à intoxicação e até à morte. Desta espécie, a farinha obtida após ser ralada deve ser trabalhada de modo que todo o veneno seja removido, se tornando segura para a alimentação. Exemplo destes preparos, ainda muito comum no Norte do Brasil, é o tucupi. Há também a mandioca-mansa, chamada de aipim ou macaxeira em diferentes regiões do Brasil. Esta também possui veneno, mas em menor quantidade.

Além destes alimentos, estavam presentes ainda as carnes. Pelos habitantes originários, os animais caçados ou pescados eram assados inteiros, com pele e vísceras, e sem temperos. Os maiores eram eviscerados antes de assados. As carnes de caça eram assadas na brasa ou moqueadas⁷. Diversos eram os animais que compunham a alimentação desse povo, desde pequenas aves como a codorna e outras maiores como galinhas, mamíferos de médio porte como as capivaras e ainda répteis, a exemplo os lagartos.

Também estavam presentes o açúcar e o arroz, sendo o último popularizado em São Paulo somente a partir do século XIX. O açúcar era usado na fabricação de doces de frutas, geleias, marmeladas, licores e canjica, que também poderia ser feita com sal ou sem tempero.

⁵ Grupo pertencente à família tupi-guarani.

⁶ De acordo com Dicionário Priberam da Língua Portuguesa: Alimento de consistência cremosa, feito de farinha cozida em água ou leite (ex.: *papas de milho*).

⁷ De acordo com o dicionário *Oxford Languages*: Assar (carne ou peixe) no moquém. Por sua vez, moquém: Grelha de paus sobre o lume, para colocar peixe ou carne para assar ou secar.

Ainda do açúcar obtinha-se a garapa, a rapadura e a aguardente de cana. O arroz substitui mais tarde a mandioca do “[...] triângulo básico da alimentação caipira [...]”. (Candido, 2010, p. 64). Apareciam à mesa do caipira ainda, verduras que se adaptaram no país, sal, banha de porco e o café coado na garapa.

O europeu incorporou em seu dia a dia muitas técnicas dos nativos, desde o modo de cultivo de roças, os alimentos, seu modo de preparo e a forma de comer com as mãos. Ademais, sempre estava presente em seu prato a farinha que amparava o caldo da comida e era arremessada à boca em punhados “[...] com tal agilidade que não perdiam o mínimo grão”. (Príncipe Maximiliano von Wied-Neuwied, *Viagem ao Brasil (1815-1817)* apud Silva, 2014, p. 65). Outros hábitos indígenas como servir ou comer em cuias de coité, guardar alimentos e utensílios domésticos em jiraus⁸, usar vasilhas de madeira (gamelas), cabaças, peneiras e pilões também foram fundidos aos hábitos dos colonizadores e mais tarde passados aos negros escravizados, desenvolvendo-se assim a cozinha paulista, distinta “[...] pela oposição entre comida seca, composta de farinha e carne-seca, e comida molhada, representada pelo feijão e pelas verduras cozidas”. (Silva, 2014, p. 66).

Da combinação de alimentos e técnicas e intensa adaptação, originaram-se novos hábitos e preparos, que caracterizam o que é conhecido como cozinha caipira da Paulistânia, a qual caracteriza não somente a culinária, mas o modo de vida de uma sociedade. Neste trabalho, foi eleito como elemento de investigação e símbolo desta sociedade, o Virado à Paulista, o qual será discutido adiante.

2.4 O VIRADO À PAULISTA

Patrimônio cultural, conforme a Constituição Federal de 1988, Artigo 216, é definido como sendo os bens “de natureza material e imaterial, tomados individualmente ou em conjunto, portadores de referência à identidade, à ação, à memória dos diferentes grupos formadores da sociedade brasileira” (1988). Em linhas gerais, cultura imaterial é entendida como intangível, que não se pode tocar. Segundo o IPHAN⁹, são “práticas e domínios da vida social que se manifestam em saberes, ofícios e modos de fazer; celebrações; formas de expressão cênicas, plásticas, musicais ou lúdicas; e nos lugares”. Em março de 2018, o prato Virado à Paulista recebeu o título de patrimônio cultural imaterial de São Paulo, sendo o símbolo representante do legado alimentar do estado, com o objetivo de salvaguardar as

⁸ De acordo com o dicionário *Oxford Languages*: Armação de madeira semelhante a estrado ou palanque, que pode ser usado como cama, depósito de utensílios domésticos, secador de frutas ou, quando posta em cima de um fogão, como fumeiro de carne, toucinho, peixe etc.

⁹ Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional.

práticas alimentares tradicionais que identificam seu povo, e demonstrar a diversidade cultural que formou este povo.

O emblema alimentar de São Paulo teve origem no século XVIII, durante as viagens bandeirantes e de monções. Como pontua Doria, Bastos (2014, p. 201), “pode-se fazer virado de tudo [...]”. Assim, é importante especificar que o virado em questão tem como base o feijão, o qual era cozido com toucinho e depois misturado à farinha de milho, formando uma massa densa. Conta-se ainda, que os alimentos preparados para as viagens eram dispostos em farnéis que, pelo andar dos animais, chacoalhavam os mantimentos, os quais se misturavam, sendo esta a possível origem de seu nome. Assumiram essa forma de preparo todos os povos do planalto de Piratininga, por este motivo, a base feijão com farinha faz parte de outras preparações da região da Paulistânia, como o tutu de feijão mineiro, por exemplo. De acordo com Silva (2014) em *Farinha, Feijão e carne-seca*, feijão e farinha constituem duas das bases alimentares do povo brasileiro, por isso aparecem em diversas iguarias do país.

Antes do bandeirante fazer esse preparo, o índio brasileiro já consumia feijão, porém sem caldo, como visto anteriormente. Sob a influência portuguesa, que tem pratos ensopados e caldosos em sua cozinha, o feijão passou a ser servido com caldo e junto a este, a farinha, de milho ou mandioca, que constituía também de parte essencial da alimentação dos indígenas. Conforme observou o pintor Jean-Baptiste Debret (1940, p. 139), que fazia parte de uma missão francesa no Brasil:

Cheio o prato com este caldo, no qual nadam feijões, joga-se nele uma grande pitada de farinha de mandioca, a qual, misturada com os feijões esmagados, forma uma pasta consistente que se come com a ponta da faca arredondada, de lâmina larga. (DEBRET, 1940, p.139).

Este caldo de feijão engrossado se tornou, com o passar do tempo, um prato completo, de “[...] caráter compósito [...]” que leva um conjunto de itens adicionais ao feijão com toucinho misturado à farinha. Cada elemento que compõe o prato traz consigo uma parte da história que corroborou para a formação do povo paulistano ou um apanhado de evidências que demonstram o desenvolvimento desse povo. (WALDMAN, 2017, p.56).

Podem ser encontradas diversas versões do prato, com mais ou menos elementos e com variações no modo de preparo das guarnições, em especial nos dias de hoje, com o desenvolvimento da gastronomia e novas versões criadas e recriadas por chefs e cozinheiros. Porém, nesta pesquisa, foi tomado como base para investigação, o Virado à Paulista composto pelos seguintes itens: “virado de feijão”, arroz, carne de porco, couve refogada, linguiça (fresca ou calabresa), ovo frito e banana. Adiante, um breve relato de cada elemento do prato símbolo de São Paulo.

2.4.1 “Virado de feijão”

O feijão tem papel especial nas expedições rumo ao interior do Brasil, sendo considerado um dos principais alimentos para o sustento dos viajantes. Como já tratado, este item era economicamente acessível e durável, que aguentaria as viagens. “A forma mais comum de preparo, nas expedições ao sertão feitas pelos bandeirantes – e, posteriormente, pelos tropeiros – era cozinhá-lo em uma trempe¹⁰ improvisada” (Dória, 2018, p. 128), à qual se levava um caldeirão.

Com a adaptação portuguesa de consumir o feijão com caldo e associação da farinha, nasce uma pasta chamada “virado”. Em princípio, a farinha utilizada era a de milho, e essa iguaria recebeu o nome de

[...] feijão-tropeiro, virado de feijão ou mesmo tutu, receitas de base semelhante (feijão com farinha), que só bem mais tarde, já no século XX, se diferenciariam umas das outras [...]. (Dória, Bastos, 2018, p. 128).

Este feijão era cozido com toucinho, a gordura da barriga do porco, que agregava sabor e valor energético ao prato, chamado feijão gordo. Como relatou o conde de Assumar em 1707, o feijão com toucinho “[...] se pode supor, que he o arroz dos europeus”¹¹. (*apud* Candido, 2010, p. 61).

Em diversas descrições de viajantes se encontra a dupla feijão com farinha. Como exemplo, dois relatos:

Ao meio-dia abicava-se para jantar. Comia-se a essa hora um prato de feijões de véspera com toucinho e que, depois de aquecidos, misturavam-se com farinha de milho. (Hercules Florence (1825-1829), p. 34).

Cada conviva salpica com farinha o feijão ou outros alimentos, aos quais se adiciona salsa, e faz-se assim uma espécie de pasta. (Auguste Saint-Hilaire, 1975, p. 97).

Este virado de feijão, remete a *puls*, uma espécie de polenta, feita da mistura entre caldos e farinha de cereais, muito consumida pelos romanos dos primeiros séculos, aos quais os gregos chamavam de *pulphagi*, ou comedores de papa. (Flandrin, Montanari, 2018, p. 188). Assim como a *puls*, o virado de feijão é um prato de fácil acesso e por isso, representou a base da alimentação de uma sociedade.

Dória e Bastos em *A culinária caipira da Paulistânia* recolheram diversos relatos dos modos de preparo dos pratos consumidos na região, e registraram o cruzamento destes, de

¹⁰ Segundo Silva (2014, p. 130): “Tripé, originalmente feito com pedras, sobre o qual se levam panelas ao fogo”.

¹¹ Diário da Jornada que fes o Exmo. Senhor Dom Pedro desde o Rio de Janeiro até a cidade de São Paulo e desta até as Minas anno 1707, p. 304

forma a possibilitar a reprodução das iguarias. Abaixo, sua descrição do preparo do virado de feijão:

Leva-se o feijão cozido a uma frigideira, na qual se faz um refogado com gordura, rodela de cebola e salsa picada. Junta-se um pouco de caldo, deixa-se ferver e mistura-se, aos poucos, farinha de mandioca ou de milho, mexendo-se até formar uma pasta meio dura. Este virado é servido com linguiça, ovos fritos, pedaços de carne de porco frita ou costelinha. Acompanha arroz. (Doria, Bastos, 2018, pp. 225 e 226).

A união do virado de feijão a outros elementos descritos, muito se assemelha ao Virado à Paulista em investigação.

2.4.1.1 Farinha

A farinha constitui um componente a parte, pois como bem aponta Silva (2014), a farinha é um “[...] produto comestível que ganhou a cara do Brasil [...]” (p. 85). Já abordado no capítulo anterior, tanto o milho como a mandioca são elementos fundamentais da alimentação do caipira e, dos diversos usos que se faziam destes alimentos, um dos mais simbólicos são as farinhas.

Além das farinhas de milho e mandioca outros alimentos, como carnes e peixes, também eram transformados em pós. Estes tinham maior durabilidade e compunham excelente fonte de alimentação durante viagens. A prática indígena de transformar os alimentos em farinha advém da oscilação climática do país, que por vezes dificulta a agricultura, e constitui uma maneira de conservação dos alimentos que passam pelo processo.

Era mais comum o uso da farinha de milho, chamada de “pão da terra” (Silva, 2014, p. 85), no planalto paulista, pela facilidade de transporte e lavoura mais rápida. Onde havia roça de milho, comia-se farinha de milho, sendo esta quase imprescindível na mesa do caipira. Para os nortistas, a farinha de milho era um alimento menos nutritivo, sendo que o mesmo pensavam os paulistas sobre a farinha de mandioca.

2.4.2 Porco

[...] o porco acompanhou o movimento da colonização, uma vez que, além da sua carne, sua banha era fundamental como recurso de conservação. (DORIA, BASTOS, 2018, p. 110).

Em 1500, os portugueses aportaram no Brasil trazendo diversos itens ainda desconhecidos aos nativos, sendo um deles o porco. Estes animais eram fáceis de serem criados. Reproduziam-se com facilidade, comiam restos e por isso, não representavam gastos aos proprietários de terras, além de terem um ótimo rendimento para o consumo dos homens.

Os nativos estavam habituados à caça, porém algumas eram hostis ao paladar do estrangeiro, que preferia alimentar-se dos animais domésticos, dentre eles, o porco. À época,

considerava-se a carne de porco mais saborosa e macia (Silva, 2014, p. 40). Além disso, “o porco serviu também como importante elemento de cooperação e festa” (Doria, Bastos, 2018, p. 110), pois unia vizinhos quando um animal grande devia ser morto, já que para o consumo de apenas uma família, era demasiado. Além da carne, faziam-se embutidos e sabão. Por estes motivos, a carne de porco passou a ser bastante utilizada.

A gordura do animal foi muito bem aceita pelos nativos e teve papel muito importante na culinária do país, sendo usada na forma de toucinho ou somente o óleo escorrido, o qual lembrava ao português a manteiga. Outro uso importante desta gordura se deu com a conservação da própria carne do porco em sua banha, as quais eram armazenadas em recipientes de barro, processo análogo ao que alguns indígenas faziam com carne de tartaruga e aos *confits*¹² europeus. Observando alguns grupos caipiras, Candido compilou suas refeições e, sobre uma das famílias nota: “[...] a carne de porco, que aparece duas vezes [na semana] foi oferta do pai, vizinho imediato do morador. Conserva-se em banha, por muitos dias, comendo-se primeiro as partes próximas do osso, mais corruptíveis”. (2010, p. 150).

A banha passou a ser produzida no país, primeiramente nos sítios, para abastecimento local e, em seguida, em grande escala, sendo o Rio Grande do Sul o maior produtor brasileiro. A gordura foi muito utilizada na culinária, se tornando praticamente a única empregada na cozinha brasileira. Porém, no início do século XX, a banha de porco começa a sair de cena, pelos motivos descritos por Doria, Bastos (2018, p.140): “[...] a peste suína, a intensificação das campanhas sanitaristas e o crescimento da indústria dos óleos vegetais”.

2.4.3 Arroz

O arroz, de origem asiática, foi levado para o sul da Península Ibérica e África durante a expansão dos árabes, a partir do século VIII. Chegou ao Brasil pelas naus portuguesas no século XVI, e foi cultivado em algumas regiões, como na capitania de São Vicente, mais tarde São Paulo, mas sem grande importância. Teve sua cultura generalizada apenas na metade do século XVIII, principalmente no Maranhão, cujos moradores criaram diversas receitas, sendo por isso, apelidados de “papa-arroz”. (Freixa, Chaves, 2017, p. 199). Porém, é sabido que antes da colonização, os índios brasileiros conheciam o arroz selvagem, ao qual denominavam “milho d’água”, colhido em alagados do litoral.

Em São Paulo, o arroz começou a ser difundido apenas no século XIX. Muito provavelmente, as razões disto tenham sido a inadequação da cultura do arroz ao modo de vida itinerante dos primeiros paulistas e a adaptação destes às técnicas indígenas. (Candido, 2010, p. 64). Em algumas cidades do interior paulista, a rizicultura tem rápida expansão no

¹² Conforme *Michelin Guide*: Derivado de um método antigo de preservar carnes (geralmente ganso, pato ou porco), pelo qual a carne é salgada e lentamente cozida em sua própria gordura.

início do século XIX, o que motivou sua popularização e introdução do arroz na culinária caipira.

Ainda no século XIX, o arroz foi misturado com o feijão, sendo no século XX, dupla indispensável ao brasileiro até hoje. Candido, em suas análises, organizou os cardápios semanais de diversas famílias do interior de São Paulo. Nestes é notória a presença do arroz com feijão, que aparece como a base da maioria das principais refeições, sendo o feijão considerado “o chefe da mesa”, ou seja, o mais valorizado. “Arroz e feijão (implicitamente, farinha, que raramente os larga) são, por excelência, a comida [...]”. (2010, p. 153).

2.4.4 Couve

A couve também foi trazida pelo europeu colonizador e facilmente adaptou-se ao clima local, assim como “[...] a chicória, [...] mais a serralha [...]”. (Candido, 2010, p. 66). Citado por Cascudo em *História da Alimentação no Brasil*, Teófilo Braga¹³ disse que as couves eram uma das principais comidas do camponês português, os quais sempre tinham um couval próximo a suas casas. (2016, p. 355).

Na horta do caipira, a couve era indispensável, além de alho, cebola e outros temperos. (Doria, Bastos, 2018, p. 109). Ao lado da alface, era a verdura mais consumida, sendo muito consumida com arroz e feijão quando a carne não estava disponível. Esta constitui acompanhamento de diversos pratos caipiras, podendo ser finamente picada ou rasgada, ou ainda incluída no prato principal, como no caso do arroz mexido, por exemplo. Com a couve também eram feitos viradinhos e farofas, quando combinados à farinha de milho ou mandioca e outros ingredientes.

2.4.5 Linguiça

Linguíça é um enchido¹⁴, ligado à origem ibérica, em que a carne picada e temperada é embutida nas tripas do próprio animal. Seu consumo remonta aos primeiros séculos, sendo um alimento comum em diversas partes da Europa. “O que não era brasileiro e vinha de Portugal tornou-se brasileiro pela continuidade do uso normal [...]” diz Cascudo (2016, p. 352), como exemplo a linguíça. Com a introdução do porco na cultura brasileira, o aprendizado da produção de linguíças aconteceu quase que naturalmente.

No Virado à Paulista podem aparecer a linguíça fresca ou a calabresa. A última, introduzida na cultura alimentar de São Paulo, pelos imigrantes italianos vindos da Calábria que adaptando a receita praticada em sua terra natal, deu origem à calabresa conhecida hoje.

¹³ BRAGA, Teófilo. *O povo português nos seus costumes, crenças e tradições*, volume I, Costumes e vida doméstica, pp. 117, 129-130, Lisboa, 1885.

¹⁴ De acordo com *Oxford Languages*: peça de salsicharia; embutido.

2.4.6 Ovo frito

Os indígenas nativos já se alimentavam de ovos de répteis e aves nativos, considerados iguarias, os quais eram cozidos direto no fogo. Com a chegada das galinhas ao Brasil, cuja criação também foi absorvida pelos nativos, o povo daqui passa também a comer tais ovos. As galinhas eram criadas nos sítios dos caipiras onde a responsabilidade do cuidado e coleta dos ovos era, em especial, das crianças. (Doria, Bastos, 2018, p. 110).

“O indígena ignorava a fritura”. (Cascudo, 2016, p. 179). Os nativos utilizavam gorduras providas de palmeiras e de alguns animais, como o peixe-boi e outros peixes, porém não se pode afirmar que as usavam na alimentação. A técnica de fritura também é introduzida no país a partir dos portugueses.

2.4.7 Banana

Fruta de origem do sudeste asiático, foi disseminada nas Américas a partir das navegações, que permitiram intenso intercâmbio entre as nações. Os nativos brasileiros conheciam a banana-da-terra, também chamada pacova, a qual não era consumida crua, mas sim após algum processo de cozimento. Da África, vieram as espécies mais adocicadas, que podem ser comidas cruas, as quais se popularizaram no país, como a nanica, a prata, a maçã e a ouro. Era fruta muito apreciada pelos negros escravizados que a comiam “[...] com o melaço de cana, açúcar mascavo ou com farinha de mandioca”. (Freixa, Chaves, 2017, p. 182).

Saint-Hilarie destaca a banana como uma solução alimentar para os pobres, que a comiam com farinha de milho. Sobre a banana, Cascudo (2016, p. 166) diz que “[...] é uma hóspede, desde o século XVI, tomando lentamente posse da casa...”. De fato, a banana está presente na cultura alimentar do Brasil e na Paulistânia em diversas receitas da região. Candido (2010, p. 68) afirma que, depois da jabuticaba, a banana era a fruta especialmente consumida pelo caipira.

Com base nos elementos descritos, compõe-se então o tradicional Virado à Paulista.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do presente trabalho permitiu a investigação dos vestígios históricos envolvidos na formação do prato símbolo de São Paulo, o Virado à Paulista. Por meio de documentos, registros bibliográficos e análises da pesquisadora no campo da pesquisa em gastronomia, foi possível condensar dados sobre sua gênese, influências e transformações sofridas ao longo do tempo.

Verificou-se que o precursor do Virado à Paulista é o “feijão com farinha”, iguaria já consumida pelos nativos brasileiros, que foi adaptada com a chegada dos colonizadores europeus. Em princípio, estes introduziram o toucinho de porco e o consumo do caldo de cozimento do feijão, antes desprezado, que em contato com a farinha forma uma pasta. Este “viradinho” foi essencial no sustento durante o desbravamento do sertão brasileiro, processo que originou a sociedade caipira.

Antes de um emblema de São Paulo, o Virado à Paulista é um retrato da civilização caipira, a qual foi formada por nativos, portugueses e africanos escravizados, essencialmente, mais tarde recebendo influência dos imigrantes italianos. A herança portuguesa do prato está evidenciada, além do porco (inclui-se aqui a linguiça fresca), na couve e nos ovos fritos; dos africanos, a banana e ainda pode-se verificar a influência italiana em algumas versões do prato que levam a linguiça calabresa.

A partir do exame realizado, fica evidente que o Virado à Paulista é representante da cultura imaterial do estado de São Paulo por unir, em um mesmo prato, resquícios das tradições que formaram a sociedade caipira, a qual, absorvendo e adaptando diferentes conhecimentos, constitui uma identidade. Esta pesquisa não é exaustiva em suas conclusões, exemplo disto é a necessidade de investigar o estigma relacionado ao termo caipira, como talvez responsável pela perda parcial ou falta de conhecimento das origens paulistas e paulistanas pela população. Vale ressaltar ainda sua importância e representatividade no cenário gastronômico da cidade que leva o título de Capital Mundial da Gastronomia, visto que é um dos pratos mais consumidos e procurados pelos moradores e turistas, o que pede registros acadêmicos de seus vestígios e de sua simbologia no patrimônio histórico da metrópole.

4. REFERÊNCIAS

Fontes de pesquisa

IPHAN: <http://portal.iphan.gov.br/pagina/detalhes/218> (acesso em 20 jul 2022)

Bibliográficas

BELUZZO, R. **Os Sabores da América**: Cuba, Jamaica, Martinica, México. São Paulo, SENAC, 2004

BRILLAT-SAVARIN. **A fisiologia do gosto**. São Paulo, Companhia das Letras, 2017 (2ª edição)

CANDIDO, A. **Os parceiros do Rio Bonito**. Rio de Janeiro, Ouro sobre Azul, 2010

CANESQUI, A.M. GARCIA, R.W.D., orgs. **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro, Editora FIOCRUZ, 2005

CASCUDO, L. D. C. **História da Alimentação no Brasil**. São Paulo, Global, 2016

DAMATTA, R. **O que faz o brasil, Brasil?** Rio de Janeiro, Rocco, 1986

DEBRET, Jean-Baptiste. **Viagem pitoresca e histórica ao Brasil (1816-1831)**, vol. I, São Paulo, Martins, 1940

DORIA, C. A. BASTOS, M. C. **A culinária caipira da Paulistânia**. São Paulo, Três Estrelas, 2018

FREIXA, D. **Gastronomia no Brasil e no Mundo**. São Paulo, Senac, 2017

FLANDRIN, J., MONTANARI, M. **História da Alimentação**. São Paulo, Estação Liberdade, 2018

FLORENCE, H. **Viagem fluvial do Tietê ao Amazonas (1825-1829)**. São Paulo, Cultrix, 1977

HOLANDA, S. B. D. **Caminhos e fronteiras**. São Paulo, Companhia das Letras, 1994

LÉVI-STRAUSS, Claude. **Le triangle culinaire**. In: *L'Arc*, no 26, 1965

MAWE, J. **Viagens ao interior do Brasil (1807-1810)**. Belo Horizonte/São Paulo, Itatiaia/Edusp, 1978

MENESES, U. T. B.; CARNEIRO, H. **A História da Alimentação: balizas historiográficas**. Anais do Museu Paulista: História e Cultura Material, Nova Série, v. 5, p. 9-92, jan./dez. 1997. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/anaismp/v5n1/02.pdf>>. Acessado em: 06/05/2022

POMPEU, R. **A capital da solidão: Uma história de São Paulo das origens a 1900**. São Paulo, objetiva, 2012

SAINT-HILAIRE, A. **Viagem pelo distrito dos diamantes e litoral do Brasil**, Belo Horizonte/São Paulo, Itatiaia/Edusp, 1974

SILVA, P. P. **Farinha, feijão e carne-seca**. São Paulo, Senac, 2014

RIBEIRO, D. **O povo brasileiro: A formação e o sentido do Brasil**. São Paulo, Global, 2014

EMBRAPA, MINISTÉRIO DA AGRICULTURA E DO ABASTECIMENTO, GOVERNO FEDERAL. **Origem e história do feijoeiro comum e do arroz**. Junho, 2000

WALDMAN, M. **Virado à paulista: a marca mestiça, popular e regional de um prato essencialmente paulista**. Parecer sobre o Registro do Virado à Paulista como Patrimônio Imaterial Paulista. São Paulo: 2017.

Contatos: garuttitamy@gmail.com e camila.landi@mackenzie.br