

## **Caderno de receitas para viver**

Juzelia Moraes

Assim como cozinhar não segue instruções imutáveis, viver tampouco. Entretanto, todos temos sugestões de como resolver determinada situação, de como nos relacionarmos com os outros, como pensar, ver, fazer... viver. De mesmo modo, temos sugestões de receitas (não apenas culinárias) que, bem sabemos, são alteradas ao passo que são realizadas por outras “mãos”, em outras “cozinhas”.

O que proponho aqui não são receitas tomadas pela concepção fechada de que essas se tratam de algo inalterável, mas sim experiências que busco compartilhar com os outros. Bem como fazemos com as receitas de ordem alimentícia. Portanto, tratam-se de sugestões que neste caso deveriam ser compreendidas como dispositivos para outras formas de fazer adequadas ao gosto (contexto) de cada um, ou ainda para a criação de outras receitas totalmente diversas.

## Receita de *pa amb tomàquet* ou de tentativa de sentir um novo gosto em velhas coisas

Sempre fui temerosa e resistente em relação a mudanças, não só geográficas, mas de qualquer ordem que desestabilizasse minha rotina de alguma forma.

Também sempre fui resistente a tomate. Ainda que seja um alimento quase unânime em termos de preferência, o gosto do tomate cru (sim, consigo comê-lo em molhos) sempre me causou repulsa.



Acho linda a cor da fruta, rodela maravilhosas contrastando com o verde das alfaces em saladas e sanduíches... mas que gosto e cheiro terríveis. Tentei, juro! Mas não conseguia comer.

Desde que iniciei minha vida acadêmica, ouvia histórias de professores que haviam feito graduação ou pós-graduação no exterior. Pensava no quanto deveria ser incrível sair do país, conhecer outra língua, outros lugares, outras formas de agir, pensar, ser... Com o passar dos anos, muitos de meus colegas começaram a sair do país para realizar os estudos, ou parte deles. Entretanto, sempre pensava que não era algo para mim, que deveria ser uma experiência muito difícil de adaptação. E ainda que pensasse na experiência deles como algo maravilhoso, não era algo que desejasse para mim.

Alguns sabores ao longo da vida vão rerepresentando-se de outra forma, como se em determinados momentos ainda não estivéssemos preparados para dar-lhes uma oportunidade, para conseguir perceber seu potencial. Ao que parece, precisamos amadurecer o paladar para determinadas comidas.

Há algum tempo tenho tentado comer tomate, uma vez que me parece sedutor e que creio, poderia acrescentar sabor a comidas que faço.

Recentemente realizei doutorado sanduíche em Barcelona. Depois de muitos anos resistindo à possibilidade de sair do país, de experimentar aquelas coisas que me pareciam tão sedutoras quando observadas na experiência de meus professores e colegas, senti não só o desejo de tentar provar o sabor de viver um outro lugar, bem como senti-me capaz de enfrentar a empreitada.

Em Barcelona conheci o pão com tomate, umas das iguarias mais típicas catalanas. Trata-se de um processo muito simples (ou pelo menos o que me foi ensinado assim o é). Cortam-se fatias de pão, tosta-se por alguns minutos, passa-se delicadamente um dente de alho sobre as fatias, cobre-se com tomate (cru) ralado, rega-se com azeite de oliva e acrescenta-se uma pitadinha de sal. *Ya está!*

Eu adoro pão com tomate!

Ter ido para Barcelona foi uma das experiências mais significativas de minha vida...

Mais do que saber combinar ingredientes em uma receita, para que cada processo/ alquimia se desenvolva, é fundamental o respeito ao tempo de cozimento e às características de cada substância.

Acredito que os sabores e paladares mudam ao longo de nossas vidas e por essa razão sigo tentando, ainda que às vezes faça cara de nojo, provar uma mudança.

## **Receita de pão ou de como fazer amizade**

Tenho dificuldade em me comunicar com as pessoas, em fazer amigos, em demonstrar quando gosto de alguém. Então faço pão.

### **Ingredientes:**

- farinha (o quanto baste para dar ponto)
- 300 ml. de água morna
- 3 colheres (de sopa) de açúcar
- 1 colher (de sopa) de sal
- 6 colheres (de sopa) de azeite
- 1 colher (de sopa) de fermento
- eu (empolgada com a possibilidade de fazer amigos)
- pessoa com quem quero estreitar relações

Desde pequena observei, na vila em que morava, o gesto comum das donas de casa de presentear umas às outras toda vez que se punham a fazer uma fornada de pão.

O cheiro maravilhoso que de repente começava a entrar pela janela de casa anunciava a visita de alguma vizinha algumas horas depois que, com esse presente trazia não apenas um alimento para ser compartilhado, mas um gesto de afeto e a intenção de fortalecimento de uma relação.

Não consegui aprender as regras formais de sociabilidade, mas aprendi a fazer pão.

Encho-me de empolgação quando conheço uma pessoa que me sugere uma boa relação de amizade. Seleciono um dia que pareça possível para uma visita e ponho-me a fazer pão.



Busco levá-lo ainda quente para que seu cheiro perfume a casa e posteriormente ative a memória olfativa.

Em minha vasilha azul, companheira de tantas amizades almejadas e firmadas, coloco a água, açúcar, fermento, sal, azeite e aos poucos vou colocando a farinha até o ponto em que a massa começa a desprender-se das mãos. Início o processo de sovar a massa imaginando as frases que serão ditas, os temas que percorrerão a conversa, os locais da casa onde transitaremos, os movimentos ainda tensos da falta de intimidade...



Cristian Mossi, aguarela, 2014

Percebo opiniões divergentes, bem como a água e o azeite de meu pão que parecem que não se integrarão. Sal e açúcar vão se complementando, ainda que pareçam distintos.

Moldo os pães e coloco-os em descanso para que o fermento faça seu processo. Nesse momento, já imagino em nosso diálogo frases que vão estabelecendo formas para um novo encontro, vou relaxando e o diálogo começa a fluir.

Coloco os pães para assar e imagino o ápice do encontro ao marcarmos um outro, isto confirmando o sucesso da receita.

Escolho um prato bonito, cubro o pão e saio cheia de coragem e expectativas para o encontro.

Fazer amigos parece tão fácil como fazer pão.

Tem gente que acha tão difícil fazer pão...

## **Receita de churrasco ou tentativa de subverter as normas de gênero**

No Rio Grande do Sul, estado do Brasil em que nasci, o churrasco é uma comida típica e tradicionalmente feita por homens. Isso se deve sobretudo pela tradição dos trabalhadores do campo que, por passarem longo tempo longe de suas casas e tendo a mão os principais elementos necessários para preparo da iguaria (faca, lenha, varas que eram utilizados como espetos, sal e carne), produziam de modo prático suas refeições.

Na atualidade trata-se de um dos eventos, momentos, que evidenciam as divisões gêneros por meio de práticas laborais e sociais. Ainda que seja um ritual que comumente promova encontros entre famílias e amigos, homens e mulheres separam-se em grupos, bem como desempenham papéis distintos: os homens cortam a carne, espetam, fazem o fogo, administram o tempo em que a carne fica sobre as brasas. As mulheres fazem as saladas, o arroz, preparam a mesa e posteriormente, logo após a refeição, lavam toda a louça.

Aprender a assar um churrasco é algo que os pais ensinam para seus filhos. Ou seja, raramente uma mulher é ensinada, sabe ou tenta fazer churrasco.

*Não fui ensinada a fazer churrasco e o compreendia como um evento comandado por homens, para homens e que reforçava a submissão feminina. Submissão que a meu ver parecia atingir seu ápice de evidência no momento de se lavar a louça (e inclusive lavar os espetos), o que certamente era de responsabilidade feminina. Assim, ao tentar aprender sua técnica, imaginava poder promover esse evento de modo distinto, bem como pretendia dar à carne um sabor totalmente diferente daquele que acreditava não apreci-*



*ar. Tinha a intenção de subverter sua premissa, a meu ver, não apenas masculina, mas, sobretudo fechada ao feminino.*

### **Modo de preparo**

**A escolha da carne.** A escolha da carne é algo muito importante. Nem toda carne aceita a ação da mudança provocada pelo forte calor e é muito importante respeitar isso.

A costela, religiosamente consumida nos churrascos mais tradicionais, é uma boa opção.

*Durante muito tempo acreditei que não gostava de churrasco. Como pensava que minha maior aversão ao churrasco fosse em razão da falta de tempero e das peças de carne ruins, empenhei-me em descobrir quais as combinações mais condizentes para o*

*preparo da carne sobre a brasa, bem como qual corte era mais adequado. Ainda, dediquei-me em assar as carnes a um ponto extremo, de modo a deixá-las praticamente tostadas. Não queria nada que lembrasse os churrascos mal passados e sem sabor que me remetiam à preferência masculina e que, em geral, parecia determinar o modo de realização do prato.*

**O mistério do fogo.** Para iniciar o processo basta enrolar pedaços de papel em torno de uma garrafa. Posteriormente coloca-se a garrafa no centro da churrasqueira, despeja-se o cravão, retira-se a garrafa deixando somente os papeis que formarão um cilindro vertical oco onde posteriormente serão colocados outros pequenos pedaços de papel no interior.

Em torno desse cilindro, espalha-se o carvão. Coloca-se fogo nos pedaços pequenos de papel que estão no centro do cilindro.

Basta um princípio de fogo, uma força intensa que começa com uma pequena fagulha e logo começa a mutação. O fogo começa a aquecer o carvão que logo se converte em brasa. É este calor que vai agir sobre a carne. Ou seja, o fogo intenso a queima; o fogo fraco não chega a afetá-la de modo significativo. É importante a brasa. O calor que age aos poucos, mas que permanece com força para transformá-la.

*Minha primeira tentativa foi seguindo instruções de uma amiga, que bem como eu não sabia como fazer fogo e me sugeriu que tentasse com um secador de cabelos.*

*Por longo tempo usei o aparato e também muito álcool... Só após muitos anos aprendi a fazer fogo com um vizinho, que de modo simples me ensinou a técnica que utilizo até hoje e que possibilitou o abandono do secador de cabelos.*

**Salgar e espetar.** Espalha-se sal sobre a peça. Não se pode esfregar o sal, pois isso tornaria a carne salgada demais comprometendo seus sabores específicos. O sal é utilizado apenas para realçar os sabores que ela pode conter.

Espeta-se a carne de modo a prendê-la com firmeza para que suporte o calor intenso e o tempo da mudança de seu estado.

*Aos poucos fui compreendendo que de fato o melhor tempero para a carne assada era somente o sal grosso... e que a liberdade estava em possuir e fazer valer o direito de escolha, ainda que essa fosse afim ao do suposto dominador. Também descobri que, ao contrário do que me havia sido sutilmente informado, tenho força para cravar a carne no espeto.*

**O tempo e o cuidado para a transformação.** Coloca-se a carne na churrasqueira e gira-se a peça de tempos em tempos para o calor atue sobre todas as suas faces.

É importante ter muito cuidado com a relação temperatura e peça de carne. Por vezes, quando a carne parece ter atingido o resultado esperado apresentando as ações do calor e do tempo sobre ela, descobre-se ao primeiro corte que em seu interior sua matéria parece inalterada, crua, tal qual era antes... E na verdade muitos apreciam essa característica.

*Aprendi a fazer churrasco porque me era possível. Ainda, busquei sua aprendizagem porque queria fazer melhor do que aquele que conhecia. De meu modo e com os meios que estavam ao meu acesso. Evidentemente esse fato não foi o determinante na construção de meu gênero, entretanto, são contornos e reinvenções de modos de ser e fazer que se tornam pouco a pouco questionamen-*

*tos sobre gêneros fixos diante de paradigmas discursivos que visam regulá-los.*

**Finalizando o processo.** Lavar a louça.

Ah, algumas coisas são tão difíceis de mudar...