

SABERES E SABORES: MEMÓRIA DO ENSINO PROFISSIONAL DE 1955 E 2010 RECEITAS – AVANÇOS E RETROCESSOS

Barone, Lígia A. C.; Hawle, Rosângela M. B.; Rocha, Nara C. P.; Santos, Marcelle C. A.; Silva, Ellen C. da.

Lígia A. C. Barone - Coordenadora do Projeto em Ribeirão Preto
ETEC José Martimiano da Silva email: eterp@terra.com.br

INTRODUÇÃO

A partir do documento "Receitas" encontrado no arquivo pessoal da professora Debbie Smaira Pasotti, ex-docente da Etec Carlos de Campos, a equipe de Ribeirão Preto composta por uma nutricionista e quatro monitores do curso Técnico em Nutrição e Dietética, selecionou três receitas para serem reproduzidas conforme orientações de 1955 e buscou as mesmas receitas em sites atuais, a título de comparação analítica. Essa seleção, lembrada nos relatos de histórias orais de vida, concedidas em entrevistas de ex-alunas, foi pesquisada e elaborada, por duas vezes, pela equipe de trabalho com objetivo de identificar os avanços ou retrocessos que aconteceram no período de 1955 a 2010.

METODOLOGIA

Pesquisa exploratória na busca de receitas, direcionada pelo relato de ex-alunas da década de 50 e em sites atuais, para elaboração prática no laboratório de Nutrição e Dietética. Análise comparativa entre as práticas de elaboração, a partir de orientações originais das receitas e de preceitos técnicos das aulas práticas do componente curricular "Elaboração de Cardápios e Preparo" - registros, pesagens e elaboração de relatório para cada Receita.

DESENVOLVIMENTO

Receita Bolo xadrez – A maioria dos alunos participantes da degustação desconhecia esse tipo de bolo – xadrez, feito com bolo de chocolate e bolo branco, e houve interesse em saber como ele era montado e foi considerado muito saboroso. Nos bolos de 1955, difíceis de serem elaborados, é imprescindível cumprir o passo a passo indicado na receita. O recheio, com a finalidade de juntar as partes, precisa ser cremoso e possuir características de espalhabilidade. Doce de leite, indicado pela ex-aluna, não foi uma boa opção, alterado para creme feito com leite, ovo e maisena. Dentre os ingredientes do bolo houve dificuldade para encontrar um em especial, a araruta. Pesquisas feitas indicam que a planta, muito utilizada no passado, foi esquecida principalmente em decorrência do aumento da oferta e utilização da cultura da mandioca. Nos dois preparos utilizou-se o polvilho de mandioca pois a embalagem do fornecedor encontrado de "ARARUTA" traz como ingrediente a "MANDIOCA". Pesquisas na internet localizaram, após as degustações feitas, um fornecedor no Recôncavo Baiano oferecendo o Kg da araruta a R\$ 50,00. Esse ingrediente, no passado, era usado só ou misturado com farinha de trigo na maioria das receitas das donas de casa. A receita de 2010 mostrou-se também saborosa mas quando verificado o valor nutritivo observamos um teor elevado de gorduras totais e saturadas, desaconselhável para prevenção da obesidade.

Receita Papos de Anjo – Sabor, aparência e valor nutritivo das receitas elaboradas são muito semelhantes, apenas a textura, na receita de 2010, por ter farinha de trigo, apresentou-se mais macia. A receita não foi reconhecida pelos alunos que participaram da degustação, possivelmente devido à limitação de quantidade de ovos por semana, nos anos intermediários, para prevenção do colesterol. Quanto ao sabor cabe ressaltar que o gosto de ovo é acentuado e persiste, mesmo com batimento adequado e colocação de ingredientes como baunilha na calda. O ponto alto é para o teor de proteína, de alto valor biológico, e do mineral ferro; pois, doces, de maneira geral, não costumam oferecer quantidades significantes desses nutrientes.

Receita Torrrão de Amendoim – São muito diferentes os resultados obtidos das receitas de 1955 e 2010, na aparência, no sabor e no valor nutritivo. Na receita de 1955 a calda deve ferver lentamente, em fogo mínimo, mexendo de vez em quando, e deixando secar bem para então colocar o amendoim já torrado, despejar no mármore untado, marcar os quadradinhos para melhor cortá-los. A cor escura deve-se ao uso do açúcar mascavo e do chocolate, enquanto na receita de 2010, a cor obtida é o branco decorrente do batimento das claras em neve com a calda de açúcar fervente, na batedeira planetária. Lembrando que o consumo de ovos crus não é permitido pela legislação. O torrrão de amendoim de 2010, menos nutritivo que o de 1955, tem como vantagem a simplicidade e rapidez no preparo, adequados à vida atual.

CONCLUSÕES

As receitas antigas listam os ingredientes sem maiores especificações, provavelmente porque na época eram poucos os produtos disponíveis no mercado e não haviam tantas marcas, além disso, só indicam medidas caseiras, não há medidas em gramas como nas atuais. Atualmente estamos mais vulneráveis enquanto consumidores devido à má fé de alguns fornecedores que anunciam um produto mas embalam outro. No passado as receitas eram guardadas como segredos de família e hoje, os avanços na tecnologia disponibilizam receitas do mundo todo, facilitam a comunicação entre as pessoas interessadas em desenvolvê-las, em forma de fóruns, de espaços exclusivos para seu próprio livro de receitas on-line, além de montar seu perfil completo e ter um álbum de fotos. Como contrapartida as receitas disponibilizadas levam ao lado dos ingredientes a sua marca registrada das indústrias de alimentos, induzindo o consumidor para a compra daquela marca de produtos.

O Bolo xadrez requer muito tempo de quem o prepara mas o resultado é muito bonito e por essa razão deve ser resgatado enquanto prática culinária, o resgate da araruta também deve ser divulgado. Quanto ao Torrrão de Amendoim a receita antiga supera em micronutrientes e energia a atual, tem oito vezes mais cálcio, fornece vitaminas A, D, B12, não encontrados na receita de 2010, tem teor mais alto de magnésio, fósforo, iodo, selênio, manganês, zinco, e de vitaminas em geral. Fornece 30% mais energia. O ponto negativo é a demora na preparação da receita de 1955. Papos de Anjo devem ser divulgados para a população como alternativa de doce de bom valor nutritivo, aproveitando o Dia Mundial do Ovo que se comemora em 8/10. Atualmente divulga-se que ovos não são vilões, pois, além das proteínas de alto valor biológico, contêm colina que são importantes no desenvolvimento do sistema nervoso central do feto e na função cerebral em adultos, assim como luteína e zeaxantina que ajudam na prevenção da degeneração macular, doença que atinge idosos. Num plano mais amplo compartilhamos do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e no Direito à Informação e acreditamos que as pessoas envolvidas tem, ainda, um longo caminho a percorrer para a promoção da Saúde de maneira geral.

REFERÊNCIAS

COELHO, I. da S.; SANTOS, M. da C. F.; ALMEIDA, D. L. de; SILVA, E. M. R. da; NEVES, M. C. P. **Como plantar e usar a araruta**. Brasília: Embrapa Informação Tecnológica; Seropédica: Embrapa Agrobiologia, 2005. p. 55
ALMEIDA, Dejáir Lopes de; COELHO, Irmair da Silva; NEVES, Maria Cristina Prata. **Araruta: Resgate de um Cultivo Tradicional**. Seropédica: Embrapa Agrobiologia. Comunicado técnico 70.
FECARROTA, Luiza. **Comida: Na batedeira**. Disponível em www1.folha.uol.com.br/fsp/ilustrad/fq2005201013.htm. Acesso em 21 de maio de 2010
RECEITAS - Serviço de Alimentação e Higiene Escolar do Departamento de Ensino Profissional de São Paulo, São Paulo, 1955.



Figura 1 – Monitora Marcelle C. A. Santos e Rosângela M. B. Hawle com bolos xadrez

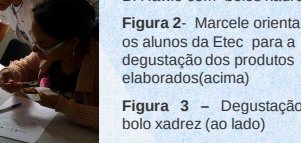


Figura 2 - Marcelle orientando os alunos da Etec para a degustação dos produtos elaborados (acima)

Figura 3 – Degustação do bolo xadrez (ao lado)



Figura 4 – Acima: Bolo xadrez de 1955 (à esquerda) e de 2010 (à direita)



Figura 5 - Monitoras Ellen C. da Silva e Nara Cristina Pereira Rocha



Figura 6– Papos de anjo apresentados pela monitora Marcelle C. A. Santos

Figura 7 - Papos de anjo ao saírem do forno



Figura 8 – Torrrão de Amendoim de 1955 (à esquerda)

Figura 9 – Torrrão de 2010 (à direita) apresentado pela monitora Rosângela M. B. Hawle

